



**A Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola
és a Bhaktivedanta
Kulturális és Tudományos Intézet Alapítvány
tudományos folyóirata**

Az egészség pillérei



**A Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola
és a Bhaktivedanta
Kulturális és Tudományos Intézet Alapítvány
tudományos folyóirata**

Budapest 2013



A Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola és a
Bhaktivedanta Kulturális és Tudományos Intézet Alapítvány
tudományos folyóirata

A szerkesztőség címe:

1039 Budapest, Attila u. 8.

Telefon: (1) 321-77-87, (30) 663-1411

Fax: (1) 413-1793

E-mail: info@bhf.hu

Felelős szerkesztő:

Mahārāṇī Devī Dāsī (Dr. Banyár Magdolna)

Szerkesztőbizottság:

Aṣṭa Sakhī Devī Dāsī (Dr. Szabó Csilla)

Gaura Kṛṣṇa Dāsa (Dr. Tóth-Soma László)

Kṛṣṇa-līlā Devī Dāsī (Dr. Danka Krisztina)

Rādhānātha Dāsa (Dr. Sonkoly Gábor)

E szám szerkesztője:

Mahārāṇī Devī Dāsī (Dr. Banyár Magdolna)

Korrektor és szankszkrit nyelvi lektor:

Hári Beáta, Kuszák Ágnes, Nagy Gábor

Nyomdai előkészítés:

Rátkai Gergő

A korábbi számok nyomtatott formában megvásárolhatók

a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola könyvtárában (1039 Budapest, Attila u. 8.),

és elolvashatók a folyóirat online változatában: www.tattva.hu

Budapest, 2013

ISSN 1418-4060

XVI. évfolyam 1. szám - 2013. november

TARTALOM

Bevezető	7
TANULMÁNYOK	
Baranyai Gyöngyvér: Beszámoló a VII. Létkérdés Konferenciáról: Téma: Az egészség pillérei – ájurvéda, jóga, filozófia.....	11
Gauri Shankar Gupta: Harmóniában a természettel	15
Yaśomatī-nandana Dāsa (Dr. Tamasi József): Az emberi test és egészség tudománya: az ájurvéda.....	21
Medvegy Gergely: A belső béke és harmónia elérésének módszere: a jóga	37
Gaura Kṛṣṇa Dāsa (Dr. Tóth-Soma László): Kutatás a létezés értelme után — az önmegvalósítás abszolút dimenziója....	45
MŰHELY	
Rátkai Gergő: A gauḍīya-vaiṣṇava zene irodalma	63
PÁRBESZÉD	
Mahārāṇī Devī Dāsī (Dr. Banyár Magdolna): A Kṛṣṇa-tudat kapcsolata a hinduizmussal	75
RECENZIÓK	
Kate Brittlebank (szerk.): <i>Tall Tales and True: India, Historiography and British Imperial Imaginings</i> Mañjarī Devī Dāsī (Magyar Márta):.....	91
Mannhardt András: <i>A kultúra elavulása. Evolúció és társadalom</i> Íśvara Kṛṣṇa Dāsa (Tasi István):	95

Bevezető

A *Tattva* hagyományaihoz hűen jelen számunk központi témáját a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola éves tudományos eseménye, a Létkérdés Konferencia 2012-es rendezvénye adja.

A konferencia címe: *Az egészség pillérei: ájurvéda – jóga – filozófia* volt. Az egészség témaköre mindenkit érint, hiszen korunkban az „egészséges” emberek rendkívül túlhajszolt, stresszes életet élnek, mely életmód káros hatásai átitatják mindennapjaikat, és komoly betegségeket eredményezhetnek. A Létkérdés Konferencia előadási segítenek megérteni, honnan eredhetnek e problémák, hogyan lehet megelőzni és kezelni őket, így egészségesebbé és teljesebbé tenni az életet az ájurvéda, a jóga és a filozófia gyakorlati alkalmazásával.

Az ájurvéda a test egészségének megőrzését támogatja, illetve a már meglévő fizikai problémákat kezeli; a jóga gyakorlásával belső béke és harmónia érhető el; a filozófia – különösképpen a *gaudīya-vaiṣṇava* vallásfilozófia – tanulmányozásával pedig megérthető a létezés valódi

értelme, és az is, hogyan valósítható meg. E három tényező mindegyikének jelenléte szükséges a harmonikus, teljes élethez, hiszen nem elég csak a test jólétén fáradozni, a lelket is elégedetté kell tenni, mert csak így lehet az ember teljesen „egész”. E szám *Tanulmányok* rovatában, egy összefoglaló beszámolót követően, a konferencia négy fő előadásának szerkesztett változatát adjuk közre.

A *Műhely* rovat Rátkai Gergő által írt, forrásértékű tanulmánya egy ritkán kutatott területre, a *gaudīya-vaiṣṇava* zene irodalmába nyújt bepillantást. A mű alapját a szerzőnek a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola vaisnava teológus szakán írt diplomamunkája adja.

A *Párbeszéd* rovatban Mahārāṇī Devī Dāsī (Banyár Magdolna) tanulmánya a hinduizmus és a Kṛṣṇa-tudat mint a *gaudīya-vaiṣṇava* vallásfelekezet Nyugaton elterjedt ága kapcsolatát vizsgálja. Tártyát kiinduló problémáján, a Kṛṣṇa-tudat misszionáló jellegén keresztül mutatja be, PhD disszertációja alapján.

A *Recenzió* rovat két igazán érdekes könyvet ismertet. Mañjarī Devī Dāsī (Magyar Márta) egy tanulmánykötetet, melynek beszédes címe: *Hihetetlen történetek és igazság: India, historiográfia és a brit birodalmi képzelgések*, Kate Brittlebank szerkesztésében; Īsvara Kṛṣṇa Dāsa (Tasi István) pedig Mannhardt Andrásnak a kultúra elavulásáról írt munkáját.

Reméljük, a jelen számunkban foglaltakkal is sikerül újat mondanunk olvasóinknak és szélesíteni ismereteiket.

A szerkesztő

TANULMÁNYOK

Beszámoló a VII. Létkérdés Konferenciáról

**Téma: Az egészség pillérei –
ájurvéda, jóga, filozófia**

2012. november 8.

Corner Rendezvénycsarnok

A Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola (BHF) immár hetedik alkalommal rendezte meg tudományos eszmecserejét, a Létkérdés Konferenciát, amely idén *Az egészség pillérei: ájurvéda, jóga, filozófia* címet kapta. A konferenciára, amely a Magyar Tudományos Akadémia rendezvénysorozatának, a Magyar Tudomány Ünnepeinek is része volt, 2012. november 8-án, a Budapest belvárosában található Corner Rendezvényközpontban került sor.

A nagy érdeklődésnek köszönhetően a 9 órai kezdésre teljesen megtelt a 300 fős konferenciaterem. *Dr. Banyár Magdolna (Mahārāṇī Devī Dāsī)*, a BHF rektorának megnyitója után Gauri Shankar Gupta, India magyarországi nagykövete tartott közel egyórás előadást *Ember a természetben* címmel.

Gupta úr beszélt az emberi test és lélek megkülönböztetéséről, valamint arról, hogy a természetet alkotó öt elem – éter, tűz, levegő, víz, föld – alkotja az ember anyagi testét is. Ezért ezt az öt elem al-

kotta természetet óvnunk kell, ha szeretnénk testünket egészségesen tartani. Az ember függ a természettől, és nem fordítva. A beszédben szó esett arról is, hogy milyen káros hatást gyakorol környezetünkre az, hogy a fogyasztói társadalmak a GDP mindenáron való növelését helyezik a középpontba. A termelés növekedéséhez, ami a mai társadalmak alapvető célkitűzése, több erőforrásra van szükség, melyek előállítására nagyban szennyezi a természetet, ezáltal testünket is. Az újfajta vírusok és betegségek kialakulása is főként a környezetszennyezésnek tudható be, tehát a természet óvásával lassítani lehet ezek elszaporodását is. Ezért legegyszerűbb érdekünk, hogy fenntartsuk a harmóniát a természettel.

A nagykövet úr az előadása után a konferenciaterem bejáratánál dedikálta frissen megjelent, *Az élet rejtélyének feltárása* című könyvét, amelyet angol és magyar nyelven egyaránt meg lehetett vásárolni.

Ezt követően *Dr. Tamasi József (Yaśomatī-nandana Dāsa)*, a belgyógyászat és társadalom-örvostan szakorvosa, valamint a természetes gyógymódok szakértője tartott előadást *Az emberi test és egészség tudománya: az ájurvéda* címmel.

A nyugati orvoslás problémáit az előadó párhuzamba állította a nagykövet úr előadásában említett, az ember és a természet kapcsolatának problémájával. Amikor időről időre ugyanazok a páciensek jelentkeznek ugyanazokkal a betegségekkel, felmerül a kérdés, hogy nem kellene-e változtatniuk az életmódjukon és a környezetükhöz való viszonyukon. Ha az

ember nem változtat az életvitelén, akkor a problémák visszatérnek, annak ellenére, hogy az orvostudomány óriási eredményeket ér el folyamatosan a betegségek kezelésében. Az előadás átfogó képet adott az ájurvédikus orvoslás eredetéről, területeiről és módszereiről.

Rövid szünet után *Medvegy Gergely*, a BHF vezető jógaoktatója, ájurvédikus gyógymasszőr és reflexológus előadását hallgathatta meg a közönség *A belső béke és harmónia elérésének módszere: a jóga* címmel.

Az alapfogalmak definiálása után a test, szellem és lélek, vagyis a durva- és finomfizikai testünk, valamint az önvaló tulajdonságairól és kapcsolatáról esett szó. Ezt követően a jóga meghatározásáról, elemeiről, a különböző *āsanákról* (testhelyzetek) és *prāṇāyāmáról* (légző-gyakorlatok), valamint a meditációról, és azon belül a mantra-meditációról beszélt az előadó. Végül pedig arról, hogy milyen hatásai vannak mindezeknek testünkre, szellemünkre és lelkünkre.

Az ebédszünet előtti utolsó előadást *Dr. Tóth-Soma László (Gaura-Kṛṣṇa Dāsa)* vallásfilozófus tartotta *Kutatás a létezés értelméről: a valódi önmegvalósítás* címmel.

Az emberiség kezdete óta a leginkább kutatott és vitatott kérdés az, hogy mi a létezésünk értelme. Az emberiség fejlődésének igazán nagy állomásai is közvetlenül vagy közvetve e kérdéssel állnak kapcsolatban. A védikus irodalom az anyagi dolgok törvényszerűségeire irányuló kutatásról úgy nyilatkozik, hogy az anyagi módszerekkel elért eredmények számos értékük és hasznuk mellett sem adnak vá-

laszt az emberiség legfőbb problémáira, mint a születés, a betegség, az öregség és a halál. Az élet értelme utáni kutatás szorosan összefügg a mindenki által áhított boldogság keresésével. Az előadó egy ún. elégedettségtesztet is kitölttetett a közönséggel, amiből egyértelműen világossá vált, hogy az emberek bármilyen helyzetben is vannak, örökké elégedetlenek és változtatni szeretnének.

Az egyórás ebédszünet után, a délelőtti előadások rövid összefoglalóját követően került sor a fórumra, ahol a közönség a délelőtti előadóktól kérdezhetett.

A délutáni előadások sorát *Dr. Szkopincev Dimitrij* házi orvos, ájurvédikus orvosszakértő, a Calendula gyógyközpont főorvosa és alapítója kezdte meg. Előadásának címe *Ájurvédikus diagnosztika* volt, melynek definiálása után az indiai orvoslásban több ezer éve használatos és nélkülözhetetlen, de lassan a nyugati gyógyászatban is ismertté váló alapfogalmakat tisztázta, úgymint: asztrális test, *nadīk* (amelyen keresztül az életenergia áramlik), *prāṇa* (amely maga az életerő), *cakrák* (a gerinc vonalán elhelyezkedő energiaközpontok) stb. Dr. Szkopincev részletesen elmagyarázta a *guṇák*, vagyis kötőerők jelentését és fontosságát is a betegségek kialakulásában, valamint szerepüket a gyógyulásban.

Dr. Aranyos Edit (Rādhā-Priyā Devī Dāsī) belgyógyász, házi orvos és életmód tanácsadó *Az egészséges táplálkozás alapjai* című előadásának első részében a civilizációs betegségekről beszélt. Hogyan hat szervezetünkre a nem megfelelő táplálkozás? Milyen kapcsolat áll fenn a túlzott állati zsiradék, fehérje, fino-

mított szénhidrát és nátrium, a kevés élelmi rost, kálium, magnézium, C-vitamin és folsav fogyasztása és a civilizációs betegségek, azaz a szív- és érrendszeri és a daganatos megbetegedések kialakulása között? Ecsetelte a húsmentes táplálkozás előnyeit, felhívta a figyelmet arra, hogy a húsok, bár állati zsiradékban és fehérjékben gazdagok, egyáltalán nem tartalmazznak élelmi rostokat, ezért a vastagbélrák és a szív-érrendszeri megbetegedések komoly rizikófaktora, így érdemes kizárni őket a táplálkozásból. Végül azokról az élelmiszerekről volt szó, amelyekben az összes létfontosságú vitamint és ásványi anyagot meg lehet találni, mint például a gabonafélék, a gyümölcsök, a zöldségek, az olajos magvak és a tejtermékek.

Nagy Attila Csongor (Citta-hārī Dāsa) húsz éve elkötelezetten kutatja és tanítja a védikus tudományt és irodalmat. Annak érdekében, hogy a legteljesebben megértse és megvalósítsa a keleti gondolkodást, élete részévé tette a védikus kultúrát és életmódot. Kutatásai célja, hogy a Védák tanításának lényegét rendszerezze, és a nyugati ember számára átláthatóan, szisztematikusan oktassa az élet legfontosabb területeit, melyek az egészség, a kapcsolatok és a hivatás. Az ájurvédában történt kutatásai eredményeképpen először saját magát gyógyította meg, majd hogy másoknak is átadja ezt a tudást, kidolgozta a népszerű *Intelligens gyógyulások* szemináriumot, és elkészítette *A gyógyulás pszichológiája* című ismeretterjesztő filmet. Jelenleg előadásokat és személyes konzultációkat tart a védikus pszichológia alkalmazásáról az élet különböző területein.

A délutáni záró előadást az *Ájurvédikus gyógykészítmények alkalmazása* címmel *Dr. Riesz István* ájurvéda szakértő, a Magyar Ayurveda Gyógyászati Alapítvány kuratóriumi elnöke és a Garuda Trade Kft. ügyvezető igazgatója tartotta. Az 1996-ban általa létrehozott alapítvány elkötelezett munkájának eredményeként az ájurvéda hivatalosan is elismert és gyakorolható gyógyászati rendszer lett hazánkban, természetgyógyászat kategóriában. Az előadó beszélt indiai útjairól, a gyógykészítmények behozatalának kezdeti nehézségeiről, valamint arról, hogy az elmúlt húsz évben több mint 4.000.000 gyógykészítményt adtak el, és több mint 500.000 gyógyult beteget tartanak számon. A hallgatóság részletesen megismerkedhetett az ájurvédikus szerek alkalmazási területeivel is.

A konferencia zárásaként a BHF jogármester szakos hallgatóinak bemutatóját tekinthette meg a nagyszámú, még mindig feszült érdeklődést mutató közönség.

A rendezvény teljes ideje alatt *Egészség Bazár* üzemelt egy külön teremben, ahol minden érdeklődő megvásárolhatta a standoknál kínált, az egészséget támogató termékeket, továbbá bemutatásra került Kun András *Beszélgetések az önellátásról* című könyve, amit a szerző a helyszínen dedikált is.

Az *Egészség Bazár* melletti kisteremben Dr. Szkopincev Dimitrijnél, Dr. Tamasi Józsefnél és Dr. Aranyos Editnél egyéni orvosi konzultáción vehettek részt a délelőtti folyamán regisztrált résztvevők. Ellett több más területen is volt tanácsadás, például vegetáriánus főzés, India gasztronómiája, ájurvédikus étkezési mó-

dok, a fűszerek sokszínű használata, az ételek társításának művészete, gyógyfüvek használata a mindennapokban, betegségmegelőzés, a már kialakult betegségek kezelése gyógynövények segítségével.

A délután folyamán három 50 perces jógaórán vehettek részt a testmozgásra vágyók, amelyeket a főiskola tanárai tartottak stresszoldó jóga, immunerősítő-álló-

képesség javító jóga és méregtelenítő-fogyasztó jóga tárgykorben.

Az mintegy 400 fős, döntően középosztálybeli és középkorú közönség mindent egybevéve nagyon elégedettnek látszott, amit az is mutatott, hogy az utolsó előadás végéig teltház kísérte a rendezvény programjait.

Baranyai Gyöngyvér

Harmóniában a természettel

Gauri Shankar Gupta

Először is szeretném megköszönni a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskolának és Mahārāṇī Devī Dāsī rektornak, hogy meghívtak erre a nagyon fontos és érdekes konferenciára.¹ Arra kértek, hogy arról beszéljek ma, hogyan élhet az ember harmóniában a természettel. Ez nem egy új téma, viszont mostanában nagyon aktuálissá vált, különösen a mai globalizált világunkban.

Az ember téves felfogása önmagáról és a természetről

Az ősi védikus írások szinte mindegyikében olvashatunk az anyagi felfogás helytelenségéről.

A *Śrīmad-Bhāgavatam* például így ír erről:

*bahu-rūpa ivābhāti
māyayā bahu-rūpayā
ramamāṇo guṇeṣv asyā
mamāham iti manyate*

¹ Gauri Shankar Gupta India magyarországi nagykövete.

„Az illúzióban lévő élőlény számtalan formában jelenik meg, melyet az Úr külső energiája kínál fel neki. Az anyagi természet kötőerőit élvezve a test börtönébe zárt élőlény az »én« és az »enyém« téves felfogása szerint gondolkodik.” (ŚBh. 2.9.2)

Ez az „én” és „enyém” fogalmaiban való gondolkodás az énközpontú, zsugori mentalitású emberek sajátsága.² Azok számára, akik emelkedett gondolkodásúak, az egész Föld egy egység. Manapság egyre nyilvánvalóbbá válik, hogy mi mindannyian a Föld polgárai vagyunk, egy nagy családhoz tartozunk. Valamint tapasztalhatjuk azt is, hogy egyre súlyosabb veszélyek fenyegetik a Földet, amelyek az életfeltételeink szétrombolásához vezetnek.

A természet és az ember megbonthatatlan kapcsolata

A természet öt fő elemből áll, szanszkrit összefoglaló nevük *pañca-mahā-bhūta*. Az első elem az éter, vagy nevezhetjük égnek is. A következő a levegő. A harmadik elem a tűz, beleértve a Napot is, ami a tűz szimbóluma. A negyedik elem a víz, az ötödik elem pedig az anyaföld, hozzáértve a belőle kinövő növényeket és a mélyén rejtőző ásványokat is. Mindezt együttesen úgy hívjuk, hogy a természet.

² „A hamis egoizmus abban nyilvánul meg, hogy magunkat a világ élvezőjének gondoljuk, és azt hisszük, hogy a világon minden kizárólag a mi élvezetünket szolgálja. Az egész anyagi világot az »én« és az »enyém« hamis egoizmusa mozgatja.” (ŚBh.2.1.11, magyarázat)

Mi az ember, az emberi lény? Két fontos részből áll: a testből és a – bizonyíthatóan – benne lakozó lélekből. Ez a két alapvető elem az univerzum két különböző alkotóeleméhez kapcsolódik. Az emberi test egy fizikai, anyagi dolog, és az anyagi természethez kötődik, annak öt eleméből áll. A fogamzás az emberi mag révén történik, a mag pedig abból az élelemből keletkezik, amit megesszünk. Az étel a természetből származik, és a testünkbe válik. Elfogyasztjuk a gyümölcslevet, zabpelyhet vagy más gabonákat, egyesek még húst is esznek, és ebből épül fel a testünk, az izmaink, a szerveink. Az az élettelen dolog, amit megeszünk, életté válik az élő testben. A hajunk is, ami szintén élettelen dolog, ebből az élő testből nő ki. Tehát ez a test egy fantasztikus, csodálatos gépezet, a legérdekesebb, amit valaha is teremtettek ebben az univerzumban.

De a test mégiscsak a természet öt eleméből képződik. Az a hely, amit elfoglalunk a térben, az éter, a levegő, amit állandóan belélegzünk, ami nélkül nem tudnánk élni, az is a természetből ered. Tudjuk, hogy a test állandó hőmérsékletet tart fenn, szükségünk van egyfajta melegre ahhoz, hogy élni tudjunk. Ez a meleg a tűzből származik, aminek a Nap a szimbóluma. Az emésztés tüzét, amivel az ételt megemésztjük, azt is a tűz elem biztosítja. Végül vizet iszunk, és tudjuk, hogy a testünknek körülbelül a kétharmada vízből áll. Az általunk elfogyasztott élelmiszerek mindegyikét pedig a föld elem adja. Tehát a test teljes mértékben a természet elemeiből áll. Soha nem szabad elfelejteni, hogy a természet nem függ tőlünk,

mi viszont függünk a természettől.

Az emberi lény másik alkotórésze a lélek. Ez a test tulajdonképpen élettelen, csupán egy darab anyag. A lélek biztosítja a test tudatosságát, általa működik és mozog a testünk, és neki köszönhetjük a tudatunkat. Ha meghalunk, akkor ez a test olyanná válik, mint egy növény, és elkezd szétesni, felbomlani.

A természetből jöttünk létre, és közvetlenül kapcsolatban is állunk vele. Érzékeink közül a hallás az éghez, az éterhez kapcsolódik, a tapintás érzéke a levegőhöz, a látás a tűzhöz. Tapasztalatból tudjuk, hogy ha a Nap lemegy, besötétedik, a szemünk nem képes látni. Az ízlelés érzéke a vízhez kapcsolódik: minden íz a vízből jön. A szaglás pedig a földhöz kapcsolódik: minden illat a földből jön. Tehát ehhez az öt elemhez kapcsolódunk folyamatosan, és ebből az öt eleméből áll a testünk. Remélem, világos most már, hogy teljes mértékben a természettől függünk. Ezért nyilvánvaló, hogy a legelemibb érdekünk, hogy megtartsuk a harmóniát a természettel. Ha nem élne ember a Földön, akkor is sütné a Nap, fújna a szél, a földből különböző növények hajtánának ki, vagyis mi függünk a természettől, és nem fordítva.³

³ „...E világ összetevőit a következőképpen lehet megérteni: Először is van a föld, a víz, a tűz, a levegő és az éter. Ez az öt durva elem (mahābhūta). Aztán van a hamis ego, az értelem és a természet három kötőerejének megnyilvánulatlan állapota. Ezenkívül van még öt tudásszerző érzékszerv (a szem, a fül, az orr, a nyelv és a bőr), öt cselekvő érzékszerv (a hangadás szerve, a láb, a kéz, a végbél és a nemi szerv). Az érzékek felett az elme áll, amit belső érzéknek is nevezhetünk,

Az ember a természet ellen fordul

Sajnos azonban az elmúlt időben, különösen az elmúlt kétszáz évben, az ipari forradalom óta ezt elfelejtettük, nagyon mohóvá váltunk, elképzelhetetlen módon megnöttek a vágyaink. A közgazdasági gondolkodás az egész Földet az uralma alá hajtotta, ez vált az uralkodó gondolkodásmóddá.

A gazdasági gondolkodás azt követeli, hogy a GDP,⁴ a bruttó hazai termék, állandóan növekedjen, minden hónapban, minden negyedévben, minden évben. A GDP vált az élet központi kérdésévé. De mit is jelent ez a GDP? Hogyan lehet növelni? Csak egy módon: ha a fogyasztást növeljük. Egyre többet vásárolunk, emiatt egyre többet kell termelni. Ha tíz autóra van kereslet, az autógyár tízet fog gyártani, de ha százra, akkor százat fog legyártani, és így tízszeresére nő a GDP. Ez a tendencia mindenre érvényes, az iparcikerekre, a szolgáltatásokra, az illatszerekre, a lakásokra stb. A GDP mint mérőszám a fogyasztás növekedését serkenti. Viszont ha növekszik a termelés, több erőforrásra

van szükség a Földanyától. Több nyersanyagra, ásványra, energiára, és többet fogunk fogyasztani. Egy kocsi legyártásához adott mennyiségű fém és energia kell, száz autóhoz százszor annyi. Az elmúlt kétszáz évben, azért, hogy serkentés a termelést és a fogyasztást, sokkal több erőforrást használtak fel az emberek, mint ezelőtt tízezer év alatt. Ha építenek egy ötcsillagos szállodát, abba légkondicionálást kell tenni, ami azt jelenti, hogy először létrehozunk egy forró helyet, amelyet aztán lehűtenek. Mennyi energiát pazarolunk el ebben a folyamatban! Minden ilyen pazarló termelés, fogyasztás és növekedés teher a természetnek. Nem beszélve a hulladéktermelésről.

Ezenkívül a termelés rengeteg szennyezett vizet, a levegőt szennyező anyagokat bocsát ki, ami szintén hatalmas teher a természet számára. A levegő, a víz és a föld minősége romlik. Az étel, amit megeszünk, rengeteg kémiai anyagot tartalmaz, a műtrágyától kezdve a növényvédő szerek maradványáig, és ez mind-mind mérgező. Gondoljunk vissza csak ötven évvel ezelőtre: palackozott vizet ittunk? Nem, nyugodtan meg lehetett inni a természetes vizet. Ma már szinte csak a palackozott vizet szabad meginni, mert a természetes vizek tele vannak szennyező anyagokkal. És nincs messze az az idő, amikor minden szobába légtisztítót kell majd szerelni, mert az a levegő, amit a természetből kapunk, szennyezett. Így aztán végül teljesen megmérgezzük magunkat. Számos újfajta betegség jelentkezik, testünk azelőtt soha nem hallott betegségektől szenved, ismeretlen vírusok bukkan-

mert a testen belül van. Az elmével együtt tehát tizenegy érzékszerv van. Aztán van az érzékszervek öt tárgya: az illat, az íz, a forma, az érintés és a hang.” (Bhg. 13. 6-7. magyarázat)

⁴ A bruttó hazai termék (angolul gross domestic product, GDP, ejtsd: dzsidípi) a közgazdaságtanban egy bizonyos terület – többnyire egy ország – adott idő alatti gazdasági termelésének a mérőszáma. Méri a nemzeti jövedelmet és teljesítményt. Gyakran használják az országban élők átlagos életszínvonalának mutatójaként az egy főre jutó GDP-t, ami azonban túlzott leegyszerűsítésnek tekinthető. (https://hu.wikipedia.org/wiki/Bruttó_hazai_termék)

nak fel, és mindenféle egészségügyi problémák a sok szennyeződés miatt.

És ha körülnézünk, mindenféle hirdetések, óriásplakátokat, tévéreklámokat látunk, amelyek mind arra buzdítanak minket, hogy fogyassunk, vásároljunk, fogyassunk. Véleményem szerint ez a gazdasági körforgás önpusztító folyamat. Most már itt az ideje, hogy elgondolkozzunk ezen, hiszen ez a folyamat kivétel nélkül az összes országot érinti.

Hogyan lehet megfordítani ezt a folyamatot, ezt a körforgást? A választások előtt mindenki azt ígéri a választóknak, hogy serkenteni fogják a gazdasági növekedést. Ha valaki azzal állna ki az emberek elé, hogy fogyassunk kevesebbet, érijük be kevesebbel, de foglalkozunk azzal, hogy a saját énünket fejlesszük, arra nem adnának szavazatot. Mi magunk is öntudatlanul része vagyunk ennek a ciklusnak, mi is tápláljuk ezt a növekvő fogyasztást és termelést.

Vajon valóban ez az emberiség érdeke? Vajon mi boldogabbak és egészségesebbek vagyunk, mint a szüleink voltak, meg az ő szüleik? Ez a folyamat valójában az elmét is megterheli, megzavarja. Hiszen állandóan azon gondolkodunk, hogyan tudnánk több, újabb dolgokhoz hozzájutni, üdülni menni, utazni. Az elme mindig többet akar, és mivel állandóan ezen jár az eszünk, nyugtalaná válunk és idegessé. Egyre jobbnak és szebbnek látszó tárgyat látunk másoknál, és szeretnénk őket lekörözni, még „menőbb” dolgokat birtokolni.

Vajon a milliárdosok tényleg boldogok? Ha tanulmányozzuk az életrajzát ezeknek a nagyon gazdag embereknek, azt látjuk, hogy tele van az életük aggodalommal és

stresszel. Arra szeretnék rámutatni, hogy ez a növekedés iránti megszállottság romboló folyamat, ami egyaránt tönkreteszi a testünket, az elménket és az anyatermézetet. Tudjuk, hogy az ökológiai folyamatok nagyon kedvezőtlen irányt vettek, súlyos változások történtek például a klíma terén is. Magyarországon is tapasztaltuk ezt: van úgy, hogy novemberben nagyon meleg van, júliusban pedig hideg, vagyis az időjárás kiszámíthatatlanná vált. Vannak helyek, ahol súlyos szárazság van, máshol meg árvizek, emelkedik az általános középhőmérséklet, megolvadnak a gleccserek, emelkedik a tengervíz szintje, szigetek kerülnek a víz alá, kiszáradnak a tavak, a folyók szennyezetté válnak, végül az egész Föld szennyezett lesz.

Mi a megoldás?

Vajon ilyen körülmények között fenn lehet tartani az életet? Azt hiszem, nem sokat fogunk hagyni a gyerekeinkre. Lehet, hogy ők még túlélik mindezt, de az unokáink már nem fogják. Ha meg akarjuk állítani ezt az összeomlást, akkor meg kell fordítanunk a folyamatos növekedés, az állandóan növekvő termelés és fogyasztás ciklusát. Ez értelmetlen, és nem ad nekünk békét, sőt felborítja a belső békénket és a természetet.

Ezért mondják a védikus írások, hogy a szükségleteket a minimumon kell tartani. Az ember valódi szükségletei végesek, és ezeket ki lehet elégíteni. De a vágyak, azok végtelenek. Talán még meg lehet menteni a természetet, hogyha minimalizáljuk a szükségleteket, és kordában tartjuk a vágyainkat. Ezt a társadalomnak az egyén és a közösség szintjén

is meg kell tennie. Muszáj az érzékeinket uralni, mert különben szaladnak az élet örömei után. Ha az érzékeinket követjük, akkor csak egy kis átmeneti örömhöz jutunk, azután pedig baj és öröm váltakoznak. Akkor tudjuk ezt az ördögi kört megszakítani, ha kontrolláljuk az érzékeinket, az elménket, és önuralmat gyakorlunk.

Véleményem szerint az a személy, aki kevesebb is beéri, az fejlettebb intelligenciájú. Ráadásul a közgazdaságnak is ez a valódi törvénye. Ha valaki kevesebb erőforrást felhasználva tud egy egységnyi terméket előállítani, azt jobbnak tartjuk, mintha ugyanehhez több erőforrást használ fel. Miért baj az, ha kevesebbet fogyasztunk, és boldogabbak leszünk? Az elménk megnyugszik, a természet kevesebb kárt szenved, és harmóniában tudunk élni a természettel. Ezt hangsúlyozza Kṛṣṇa és az összes régi bölcs is, hogy éljünk lemondottabban, fogyasszunk kevesebbet.⁵ A modern média hamis képet próbál felénk közvetíteni. Szegénynek vagy a szegénységi küszöb alatt élőnek nevezik azokat a személyeket, akik nagyon kevésből is megélik Indiában. Valójában ezek az emberek sokkal boldogabbak, mint mi, és a Föld nekik kö-

szönhetően képes még egyáltalán túlélni. Számítások szerint, ha minden ember úgy élne, ahogy a nyugati ember, akkor nem lenne elég egy Föld, legalább négy bolygóra lenne szükségünk, hogy a megfelelő erőforrások rendelkezésre álljanak. Tehát inkább hálásaknak kell lennünk azoknak a szegényeknek, akiknek a jóvoltából mi túl tudunk élni. Ha ők is olyan szinten kezdenének fogyasztani, mint mi, akkor vége lenne a Földnek.

Összegzés

Mi, emberek a természet termékei vagyunk, teljes mértékben függünk a természettől. Hogyha tönkretesszük a természetet, akkor saját magunkat is tönkretesszük. Márpedig az egyre növekvő vágyaink, az egyre magasabb GDP és a gazdasági növekedés hajszolása tönkreterti a természetet. Ennek következményeként a testünk megmérgeződik, az életünk stresszes lesz. Ahhoz, hogy megmentjük a gyermekeink és az unokáink életét, vissza kell fordulnunk erről az útról, és meg kell tanulnunk lemondottabban élni. A lemondás a megvilágosodott emberek ismertetőjegye, a megszállott fogyasztás pedig azokra jellemző, akik még nem látják tisztán a valóságot.

Felhasznált irodalom:

Bhaktivedanta Swami, A. C.: *Śrīmad-Bhāgavatam*. Bhaktivedanta Book Trust, 1992-1995.

Bhaktivedanta Swami, A. C.: *The Bhagavad-gītā As It Is*. Bhaktivedanta Book Trust, 1992.

⁵ „Csupán e két dolog, a tehenek és a gabona segítségével az emberiség meg tudja oldani táplálkozási problémáját. Az emberi társadalomnak csupán elegendő gabonára és elegendő tehenre van szüksége ahhoz, hogy megoldja gazdasági gondjait. Ezen a két tényezőtől kívül minden más csak mesterséges szükséglet, amit az ember azért hoz létre, hogy az emberi szintet elérve most eltékozzon értékes életét, s hogy idejét olyan dolgokra feccsélje, amelyekre semmi szükség.” (ŚBh. 3.2.29 magyarázat)

Az emberi test és egészség tudománya: az ájurvéda

Yaśomatī-nandana Dāsa
(dr. Tamasi József)

Bevezetés

Az egyetemes orvoslás döntő többsége ún. tradicionális, hagyományos gyógyászat. Ide tartozik a népgyógyászat, az indiai – ájurvédikus – gyógyászat, a kínai hagyományos gyógyászat, a tibeti, a japán és a koreai medicina. Csak a világ lakosságának a 18%-át látja el az Európában is ismert modern orvostudomány, melynek a döntő része és a szándéka az, hogy eljárásait az ún. evidenciákra építse. Evidenciáknak nevezik azokat a tényeket, melyeket meggyőző tudományos kísérletekben fedeztek fel, publikálták őket, és kontrollkísérletek vagy kritikák sem döntötték meg állításaikat. Az evidenciák hasznos támpontok a gyógyításban, de nem képezhetnek kizárólagos paradigmát akkor, amikor tudjuk, hogy ezek az ún. tények rendre megdőlnek, amikor az evidenciák alapján működő egészségügy sem tud átütő változást elérni a megbetegedési statisztikákban, amikor az em-

beriség nagyobbik részét - hasonló eredményességgel - nem evidenciák alapján gyógyítják. A WHO programjában nem is határoz meg olyan célokat, hogy a hagyományos gyógyászati rendszereket kiiktatni vagy mellőzni kívánná. A WHO célja a hagyományos gyógyászati rendszerek támogatása, fejlesztése. Indiában a lakosság 90%-át a hagyományos, ájurvédikus medicina szerint látják el. Ebben a rendszerben a hozzáértés különböző szintjei békésen megférnek egymás mellett: az egyetem (főiskolát) végzett ájurvédikus orvos (ritka esetekben akár nyugati rendszerű egyetemi végzettséggel is rendelkező doktor), az ájurvédát kvázi szakiskolai szinten megtanult szakdolgozó, illetve ájurvédába mester-tanítvány vagy családi kötelék alapján beletanult népi gyógyító. A hagyományos szemléletű gyógyítás összességében, arányaiban nem produkál rosszabb gyógyítási statisztikákat, sőt sok területen akár jobb eredményeket is elérhet [pl. gasztrointesztinális (a gyomorral és a belekkel kapcsolatos) betegségek, asztma stb. esetében], de nyilván vannak e rendszernek is erősségei és gyengéi, melyeket hozzáértően szükséges kombinálni a mai nyugati orvoslás eszközeivel.

A nyugati evidenciákra épülő medicina kritikája

A nyugati világ hite a tudományos evidencia, melyet jogszabályokkal, az állam teljes struktúrájával „kőbe is vésett”. A középkorban megégették azokat, akik a keresztény vallástól eltérő tanokat hirdettek, ma börtönbe csukják azokat, akik a kőbe

véselt „államvallás”-tól eltérő hit alapján gyakorolják a gyógyítást. Nem vitatom a laikus tömeg megtévesztéstől való védelmének a szükségességét, de helytelenítem azt a merev evidenciadogmát, mellyel kifejezetten a gyógyszer- és műszergyártó lobbí érvényesítheti csupán az érdekeit, kizárva a rendszer kritikájának minden lehetőségét. Holott ismertek azok a tények, melyek szerint az evidenciák is változnak, néhány év alatt a tudomány bázisának tekinthető téziseket maga a tudomány is képes megcáfolni. Az evidenciakeresés megfelelő technika, mellyel a világ dolgai jól leírhatók akkor, ha tudjuk, hogy egyébként merre kell haladni. Azonban nem helyes csupán a mindenkor érvényben levő evidenciákkal meghatározni a gyógyító világnézetet, az emberi élet általános életmódbeli, életszemléleti és egészségi alapjait, mert ez semmi állandóságot nem ad, csupán folytonos átalakulást. A generációk életszemlélete sem lehet rabja a tudomány néhány évente átalakuló szemléletének, hiányosságainak. Az életünket érdemes sokkal tágabb keretek közé helyezni, sokkal világosabb irányokat kell neki adni, melyeket csakis a hagyományos gyógyászati rendszerek képesek nyújtani, mint például az ájurvéda.

Ugyanakkor az evidenciákra épülő egészségipar eredményei sem egyértelműek. Úgy tűnik, mintha nem látná a fától az erdőt, hiszen bár kétségtelenül csökkent bizonyos fertőző megbetegedések száma, némelyek pedig el is tűntek, ugyanakkor megjelentek más fertőzések [HIV, egyéb szexuálisan terjedő betegségek, súlyos coli-fertőzések, clostridium baktéri-

umok (méreganyagokat termelő és ezzel betegségeket – pl. tetanusz, botulizmus - okozó baktériumok stb.)], és nagymértékben emelkedett bizonyos fertőzésmentes betegségek száma (daganatok, szív- és érrendszeri betegségek, Alzheimer-kór, autizmus, allergiák, autoimmun betegségek stb.), amelyek ugyanannyi társadalmi problémát okoznak, mint a középkori járványok. A morbiditási¹ és mortalitási² adatok összességében nem javulnak, a gyógyíthatatlan betegek száma nem csökken. A beteg kiszolgáltatottságának olyan torzult formája jön létre a modern egészségügyben, mely a pénzjátzmákban küzdő biztosítók, gyógyszergyarak, műszergyártók érdekszférájának kusza szövevényében nyújt valamiféle kiismerhetetlen szolgáltatást az evidenciákra hivatkozva, de semmit nem tesz a betegség megelőzéséért, a beteg egészségesebb életszemléletéért, a személyes gondoskodásért. Az eredményesség tényleges kontrollja elmarad a betegség/egészség, elégedettség, életminőség, garanciák, hozzáférhetőség tekintetében. A gyógyszerektől való függőség, a feleslegesen, érdekből elvégzett műtétek, a gyógyíthatatlan fertőzést okozó kórházi baktériumok és vírusok, a nem fejlesztett antibiotikumkészletnek egyre inkább ellenálló kórokozók, a betegség- okozó életmód drasztikus elterjedése, a krónikus nem fertőző megbetegedések ugrásszerű növekedése jelzi az evidenciákra épülő orvoslás szemléleti hiányos-

¹ Morbiditás: az a szám, mely megmutatja, hogy meghatározott számú ember közül mennyi kapta el a szóban forgó betegséget, általában 100.000 főre számolják. [idegen-szavak.hu]

² Halandósági, halálozási.

ságait, alkalmatlanságát arra, hogy embertömegeknek nyújtson életcélt, vagy legalábbis helyes irányt életük alakításában. A hagyományos gyógyító ismeretek nem vethetők tehát el, azok megismerése a mai kor emberének és szakemberének is fontos.

Az ájurvéda oktatása, gyakorlata a világban

Indiában 55 állami és 80 privát egyetemen oktatják az ájurvédát, melynek elvégzése után az illető ájurvédikus orvosává válik. Az ilyen orvosnak az európai rendszerben még tudományos fokozatot (*master degree*) kell szereznie, hogy diplomáját az európaihoz mérten elismerjék. A rendszer ugyanis más. Az ájurvéda több ezer éve kinyilatkoztatott tudást tartalmaz, melyet az egyetemeken változatlan formában oktatnak. Ez a rendszer nincs tekintettel a tudomány napi változásaira, bár kétségtelenül figyelembe veszi a publikált eredményeket – pl. a gyógynövények kutatása terén. Ugyanakkor létezik továbbra is a mester-tanítvány viszony, különösen akkor, ha az illető már elvégzett egy ájurvédikus egyetemet. A tudás családon belüli továbbadása ma is élő gyakorlat Indiában.

Indián kívül még számtalan országban hivatalos gyógyítási mód az ájurvéda, például Dél-Afrikában, Nepálban, Mauritiuson, Srí Lankán, Malajziában. Európában is egyre több orvos és klinika foglalkozik ájurvédával, felismerve annak mással nem pótolható gyógyító hatását, sőt Svájcban bizonyos biztosítók finanszírozzák is az ilyen gyógyító ellátást.

Történetisége

A védikus tradíció szerint az ájurvéda (*Āyurveda*) egyszerre keletkezett a Védák többi részével. Ez azt jelenti, hogy szájhagyomány útján Brahmától származik, tehát a világ létezése óta az ájurvéda is mindig létezett, de írott formában „mindössze” 4–5 ezer éve olvasható. Történeti adatok is azt mutatják, hogy legalább ezer évvel Hippokratész előtt már a medicina komplett rendszerét nyújtotta. Hippokratész Kr. e. 460–370 között élt, viszont a leírt Atharva-veda a történészek szerint időszámításunk kezdete előtt 1500–1000 évvel keletkezett. A korai (*Rg*) védikus időkből (Kr.e. 6000–3000) kevés írásos emlék maradt fenn, sokkal többet ismerünk a késői védikus időkből (Kr.e. 3000 – Kr.e. 600), amikor is lejegyezték a *Sāma-vedát*, a *Yajur-vedát*, az *Atharva-vedát*, a *Cārakabhelát*, a *Suśruta-samhitāt*. A buddhista időkben (Kr.e. 600 – 1000) keletkeztek a *Vagbhata Aṣṭāṅga-saṁgraha* és *Aṣṭāṅga-hṛdaya* írásai. Az ájurvéda új virágkora az i.sz. 1100–1600-as évek közé tehető, amikor az *Aṣṭāṅga Āyurvedát*, a *Rasaśāstrát*, a *Siddha* és az *Unani* rendszereket jegyezték le.

Suśruta tradíció (sebészet)

A *Suśruta-samhitā* az egyik legjelentősebb írásos emlék és tradíció az ájurvédában. Az első orvostól, magától a teremtő Brahmától ered. Ő a tudását továbbadta a Prajāpatiknak³, ők az Aśvinī-

³ Az élőlények ősatyái. (*Śrīmad-Bhāgavatam* 2.6.35 magyarázat; továbbiakban: *ŚBh.*)

kumārának⁴, majd Indrán, a mennyek királyán, Divodāsán (Kāśī királya, Dhanvantari⁵ inkarnációja) keresztül jutott el Suśrutáig, aki teljes egészében rendszerbe foglalta a gyógyító ismereteket.

A *Suśruta-saṃhitā* fő részei a következők:

- *Sūtra-sthāna*: 48 fejezet; átfogó ismertetés
- *Nidāna-sthāna*: 16 fejezet; etiológia, patológia, diagnosztika
- *Śarīra-sthāna*: 10 fejezet; anatómia, embriológia
- *Cikitsā-sthāna*: 40 fejezet; klinikum, sebészeti módszerek
- *Kalpa-sthāna*: 8 fejezet; toxikológia, ételmérgeзések, kígyó- és rovarcsípések
- *Uttara-tantra*: 66 fejezet; szemészet, fül-orr-gégészet, belgyógyászat, pszichiátria
- Összesen: 1120 kórkép, 700 gyógynövény, 57 állati gyógyszer, 64 ásványi gyógyszer.

Kāya-cikitsā tradíció (belgyógyászat)

A másik jelentős tradíció a *Cāraka-saṃhitā*ra épül, mely a belgyógyászati jellegű orvoslás és az ún. *pancakarma* ismereteit foglalja össze. Ez a hagyomány a tanítványi lánc tudását szintén Brahmától eredezteti, azt követően a Prajāpatik, az Aśvinī-kumārak, valamint Indra közvetítésével eljut Ātrejához.⁶ A *Cāraka-*

saṃhitā nem egyetlen személy által megírt tudás, hanem sokan hozzátettek, mire kialakult a mai ismeretanyag.

A *Cāraka-saṃhitā* fő részei a következők:

- *Sūtra-sthāna*: 30 fejezet, 1670 vers; a világ, a drogok és az ember felépítése, az étkezés hatása a szervezetre.
- *Nidāna-sthāna*: 8 fejezet, 103 vers; etiológia, patológia, diagnózis, nyolc fontos betegség.
- *Vimāna-sthāna*: 8 fejezet, 88 vers; gyógyítási elvek, etiológia, epidémia.
- *Śarīra-sthāna*: 8 fejezet, 236 vers; embriológia, anatómia.
- *Indriya-sthāna*: 12 fejezet, 381 vers; prognosztika, szimptomatológia.
- *Cikitsā-sthāna*: 30 fejezet, 4961 vers; klinikum, prevenció.
- *Kalpa-sthāna*: 12 fejezet, 330 vers; farmakognózia, Vāmana, Bhasti, Virichana, légzéstechnikák.
- *Siddhi-sthāna*: 12 fejezet, 649 vers; kizárólag a *pancakarma* módszerekről részletesen.
- 341 növényi, 177 állati és 64 ásványi gyógyszer.

Aṣṭāṅga-saṃgraha (orvosi asztrológia)

Fő részei a következők:

- *Sūtra-sthāna*: 40 fejezet; egészségtan, higiénia, életmód, táplálkozás, gyógyszer-tan, *pancakarma*.
- *Śarīra-sthāna*: 12 fejezet; anatómia, konstitúció, embriológia, marmapon-tok, prognosztika.
- *Nidāna-sthāna*: 16 fejezet; etiológia, tünettan, patológia, diagnosztika.

⁴ Félisten testvérpár, akik egyben orvosok is.

⁵ Az orvostudomány megalapítója és az Istenség Legfelsőbb Személyisége (*ŚBh.* 9.17, bevezető)

⁶ A népesség teremtéséért felelős egyik nagy szent. (*ŚBh.* 4.24.72. magyarázat)

- *Cikitsā-sthāna*: 24 fejezet; klinikum, terápia.
- *Kalpa-sthāna*: 8 fejezet; gyógyszerstan, gyógyszer technológia.
- *Uttara-sthāna*: 50 fejezet; terápia.

Későbbi feldolgozások

- *Bhela-saṁhitā*
- *Kaśyapa-saṁhitā*
- *Agniveśa-tantra*
- *Aṣṭāṅga-hṛdaya Vagbhata*
- *Mādhava-nidāna*

Az európai orvoslás az ájurvédától függetlenül alakult ki?

Amikor egyetemes orvoslásról beszélünk, akkor figyelembe kell venni, hogy a különböző gyógyító rendszerek jelentősen hatottak egymásra. Tudjuk például, hogy az ájurvédát lefordították görög nyelvre Krisztus előtt 300-ban, tibetire és kínaira 300-ban, perzsára 700-ban, arabra 800-ban. Tudjuk, hogy a nyugati sebészetben a saját szöveteket felhasználó „pótlóműtétet” ma is sokszor az ájurvédikus metodika szerint végzik. Tudtak sebet varrni, ismerték a higiénit, a fertőtlenítést és az anesztéziát (érzéstelenítés), végeztek koponyatrepanációt⁷, agyi daganatokat távolítottak el. Ennek ellenére természetesen az ájurvédát ma már nem használják közvetlenül sebészeti, higiéniai, infektológiai⁸ problémák megoldására, az intenzív mediciná-

ban, traumák kezelésében, fogászatra és sok más területen, hiszen a nyugati orvoslásban sokkal tökéletesebbre fejlesztett eljárások ismertek az adott részcélok elérésére.

Mire használható ma az ájurvéda?

Az ájurvédának ma is lenne helye a gyógyításban, elsősorban olyan állapotok hatékony terápiás megközelítésében, melyeket a mai medicina nem fogalmaz meg, vagy nem jól közelít meg. Például a *kapha* túltengése napi klinikai probléma: megnövekedett váladék- és nyákmenyiség, túlsúly, asztmás állapot, krónikus hurutok. Ilyen esetekben a *vamana* (hánytatás), a *kapha*-csökkentő diéta és a böjt gyógyító hatásúak. További terápiás lehetőségeket jelenthet az asztma gyógyításában a jóga gyakorlása, különösen a *paścimottanāsana*, *bhujangāsana*, *matsyāsana*, *hṛdaya-sambhāsana*, *naukā-sana*, valamint a légzőgyakorlatok, a *prāṇāyāma*, a *sūryabhedhi*, az ellenállással szembeni kilégzés, és a félelmek elengedése speciális lelki gyakorlatok által.

Mint ismeretes, az ájurvédikus orvos más megközelítés alapján kategorizálja, osztályozza a panaszos állapotokat. Ezért ha a nyugati orvoslás nem tud eljutni a diagnózisig, nem tudja tisztázni a kóros folyamat természetét, vagy egyszerűen legyintve azt mondja, hogy „ez pszichés (pszichoszomatikus) – keressen pszichológust”, vagy olyan betegségekről van szó, melyeknek az etiológiája (ok-okozati összefüggés) nem tisztázott, vagy a nyugati orvoslás nem rendelkezik eredményes kezelési sémával, akkor min-

⁷ A koponya meglékelése, a koponyafal egy részének sebészeti úton történő eltávolítása. [idegen-szavak.hu]

⁸ Infektológia: fertőző betegek ellátására szakosodott belgyógyászati ág. [idegen-szavak.hu]

den esetben szóba jöhet az ájurvédikus elv szerinti osztályozás, majd gyógyítás. Ugyancsak használható az ájurvéda a rehabilitációban, posztoperatív kezelésben. Divatos terület ma az „*anti-aging*” medicina, mely valójában arra törekszik, hogy az öregedési folyamatokat a medicina eszközeivel lassítsa, bizonyos esetekben némileg visszafordítsa. Az ájurvéda már több ezer évvel ezelőtt rendelkezett „*anti-aging*” szakterülettel, és ezt *rasāyanának* hívták.

Az ájurvédikus megközelítés más

Az ájurvéda a védikus irodalom része, a hindu gondolkodás elemeit hordozza, vagyis nem materialista tudomány, hanem Isten létéből indul ki. Eszerint a test és a lélek a teremtés része. A lélek nem az anyag önálló, bonyolult szerveződésének mellékterméke. A lélek, vagyis az Én isteni energia, individuum, létezése a testtől független, örök. A lélek a testet kapja vágyai kiteljesítéséhez eszközül, és a test isteni energiák (a finomfizikai test, *gunák, doṣák*) hatása és irányítása alatt működik. A test egy életen át tart bizonyos tulajdonságaival, jellemzőivel, miközben a szellemi változások meghatározzák a következő test jellegzetességeit, némileg egészségét és betegségét is. A test-lélek-szellem egysége teljes, ha úgy tetszik holisztikus, dinamikusan egymáshoz hangoltak a változásaik. Ha a finomfizikai test (szellem) változik, akkor az változtatja a testet is, másként fogalmazva: nem lehet, vagy csak átmenetileg testi gyógyítást elérni akkor, ha az illető szellemi folyamatait figyelmen kí-

vül hagyjuk, vagy nem próbáljuk a lelki fejlődését előmozdítani.

Az ájurvéda szerint a működések alapja nem az anatómia, az élettan és a kórtan, ezek inkább következményei más energetikai változásoknak; hanem az isteni energiák áramlása, elakadása, viselkedése a testben működteti azt. Az isteni energiák változnak előbb, mert a lélek testi vágyakat hajszol (érzékielégítés), ez változtatja a finomfizikai testet, és ettől torzul az élettani működés kórtanivá, a *prakṛti vikṛtivé*. Valójában a folyamatértelmezés ezen a szinten már hasonló a mai orvoslás és az ájurvéda között, hiszen mit mond a nyugati orvoslás? A receptorokhoz rossz anyagok kötődnek, szabadgyökök pusztítanak, a prosztaglandin-anyagcsere felborul. Ugyanakkor az ájurvéda szerint *doṣa, āma* halmozódik fel, amely eltömiti a csatornákat, lassítja a működést, gyengíti az életenergiát és az ellenállást. Ezek az anyagok akadályai a gyógyulásnak, de míg a mai orvoslás ezen anyagok eltávolítására, javítására koncentrálna csupán, addig az ájurvéda emellett keresi a lelki és szellemi okokat is, és a hosszú távú eredményeket csak ezek egyidejű változásától reméli.

Az ájurvéda a mitikus gyógyítási rendszerekhez tartozik

Az ájurvéda szerint létezik egy Isten által teremtett harmonikus állapot, életrend, életmód, szabályrendszer (szent mítosz) – ennek követése jelenti a tökéletességet, vagyis az egészséget. Az egészség feltétele a teljesen kiegyensúlyozott lelkiállapot, mely Istennel kapcsolatos, az álta-

la elvárt tulajdonságokat, irányultságokat hordozza. Ha ettől valaki eltér, akkor megbetegszik, mert minden eltérés következményeket von maga után. A gyógyítás feladata felderíteni az eredeti állapottól való eltérést, és helyreigazítani a hibás beállítódást, életmódot. Az ájurvéda nemcsak a gyógyításról szól, hanem az élet különböző fontos dolgairól, „létkérdései”-ről is: ételcél/erkölcs (*dharma*), *artha* (vagyon), *kāma* (élvezet), *mokṣa* (felszabadulás), újjászületés, lemondás, lélek (*ātmā*), érzékkielégítés/érzékszabályozás stb.

Az ájurvéda előírásai az eredeti egészség megtartása érdekében

A *dinacarya* (napi rutin): étrend/diéta, mozgás, higiénia, ürités, éhség, szomjúság, alvás – ezek minősége, rendszeresége stb.

A nemkívánatos pszichés késztetések megfelelő kezelése, féken tartása: kapzsiság, félelem, harag, hiúság, féltékenység, rosszindulat, túlzott ragaszkodás stb.

Ugyancsak a mentális egészség biztosítása a *sadvrutta* (etikus élet) által.

A *ritucarya* (szezoniális rutin) a hosszabb időszakok rutinja, mely az évszakok, időszakok változásához (mozgásprogram, tisztítókúrák, étkezési szokások változása) igazodik.

A *vyādhi-kṣamatva* – az ellenállóképesség (mai szóhasználat: immunitás) fokozása.

Svasthanya svasthya rakṣaṇam: az egészség karbantartása (egészséges ember esetén).

„*Health promotion*” – ahogyan a modern népegészségtan tanítja: a betegségek idő-

ben történő gyógyítása, vagyis *aturasya vyādhi parimokṣaḥ*.

„*Az élet tudományának nevezik azt, hogy az ember különbséget tudjon tenni jó és rossz élet, boldog és boldogtalan élet, értékes és értéktelen élet között, ez adja az emberi élet nagyságát.*”
(*Caraka-saṁhitā, Sūtra-sthāna 1.41*)

Ki marad egészséges az ájurvéda szerint?

Aki egészséges, erőszakmentesen előállított, a jóság minőségébe eső ételeket fogyaszt, főként az ő *doṣájának* megfelelően, akinek egész életmódját a jóság minősége jellemzi (egyszerű, vallásos életet él, mentes a nagy izgalmaktól, hektikusságtól, kapcsolatait a szeretet hatja át). Egészséges marad, aki rendszeresen tisztítja, ápolja fogait, nyelvét, testét, ruháit, haját, körmét, szakállát, lábát, testnyílásait. Aki törekszik a lelki önmegvalósításra, az élet céljának megértésére, kontrollálja érzékeit, szabályozza pszichés (elmebeli) késztetéseit, beszédét, aki képes megbocsátani, aki felelősen gondolkodik magáról és gondoskodik családjáról. Fontos előírás és megfelel a mai egészség tudásunknak, hogy egészséges marad az, aki rendszeresen testi gyakorlatokat végez, aki nem nyomja el a test szükségleteit (kiürítések, tüszentés, könnyezés, ásítás, csuklás, éhség, szomjúság, mély légzés). Az is fontos feltétel, hogy mértékletes legyen a testi örömben, rendszeres a munkában, az alvásban. Például a kimerültség, sorvadás, asztma, köhögés, láz, hányás származhat a testi mozgásban,

munkában való mértéktelenségből, rendszertelenségből. Az is fontos, hogy a kedvezőtlen eltéréseket, betegségeket időben kiegyensúlyozza, gyógyíttassa.

Guṇák (kötőerők)

Ahogy már korábban is említettem, léteznek *guṇák*, lelki beállítottságok, kötőerők, melyek meghatározzák az életmódot, táplálkozást, abból adódóan pedig az egészség lehetőségeit. Ezek:

- *tamas* (lustaság, tunyaság, tompaság, tudatlanság) – a krokodil tulajdonságaival szemléltetik
- *rajas* (aktivitás, szenvedély, harag) – a tigris tulajdonságaival szemléltetik
- *sattva* (tisztaság, azonosság, hitelesség, tudás) – a hattyú vagy a békés tehén tulajdonságaival szemléltetik.

Ezek a kötőerők egy élet során többnyire adottak. Mégis csak kevés szerencsés ember számára változtathatók, de erről már a *vaiṣṇavizmus*, a jóga és más kapcsolódó tudásterületek írnak részletebben. Olyan szabályrendszer követését kell tudatosan felvállalnia valakinek, amely automatikusan – de hosszú évek alatt – a jóság minőségébe emeli őt, lelki beállítódását is, és ezáltal nemcsak a lelki megtisztulás folyamataira lesz felkészült, hanem az egészségre való képességét is javítja.

Bhagavad-gītā 17.8-10

*āyuh-sattva-balārogya-
sukha-prīti-vivardhanāḥ
rasyāḥ snigdḥāḥ sthirā hr̥dyā
āhārāḥ sāttvika-priyāḥ*

„A jóság minőségében élők olyan ételeket kedvelnek, amelyek meghosszabbítják az életet, megtisztítják az ember létét, erőt, egészséget, boldogságot és elégedettséget adnak. Az ilyen ételek lédúsak, zsírosak, táplálók és örömmel töltik el a szívet.”

*kaṭv-amlā-lavaṇāty-uṣṇa-
tīkṣṇa-rūkṣa-vidāhinaḥ
āhārā rājasasyeṣṭā
duḥkha-śokāmaya-pradāḥ*

„A túlságosan keserű, túl savanyú, sós, erős, csípős, száraz és égető ételt a szenvedély kötőerejében élők kedvelik. Az ilyen ételek boldogtalanságot, szenvedést és betegséget okoznak.”

*yāta-yāmaṁ gata-rasaṁ
pūti paryuṣitaṁ ca yat
ucchiṣṭam api cāmedhyam
bhojanaṁ tāmāsa-priyam*

„A sötétség kötőerejében lévők az olyan ételeket szeretik, amit a fogyasztás előtt több mint három órával főztek, ami ízetlen, romlott és rothadó, valamint maradékokból és tisztátalan alapanyagokból készült.”

Az ájurvéda cselekvési programja

Mit tesz az ájurvédikus orvos, mikor egy beteg emberrel találkozik? Ezt az ájurvéda tudománya pontosan leírja. *Bhūyo darśana* – rendszeres megfigyelést, vizsgálatot végez. Közvetlen (*anvaya*) és nem közvetett (*vyatireka*) fogalmakat használ az állapot leírására, amely így el-
lentmondásoktól mentes lesz. Tudatosan használja az intuícióját munkája során.

Részletes anamnézist vesz fel (*praśna*), majd vizsgálatot végez, és ehhez minden érzékszervét használnia kell: látás, tapintás, hallás, szaglás, ízlelés. Például a túlsúly, soványság, vitalitás, erő, arcszín stb. megítéléséhez a látást, a hideg vagy meleg, simaság vagy durvaság, keménység vagy puhaság, láz vagy ödéma megítéléséhez a tapintást. Példa a hallás használatára: Az ájurvéda szerint a *vāyu* (szél) a vért fortyogóvá teszi, hallható különbségeket létrehozva. Erről a *Vraṇa-srava* nevű *súśruta* fejezet ír részletesen.

Minden betegség hat állomása

Az ájurvéda szerint minden krónikus betegség egy olyan folyamat során alakul ki, melynek stádiumai jól megkülönböztethetők egymástól. Az orvos meg tudja ítélni, hogy épp melyik stádiumban tart a betegség, de többnyire az emésztőrendszerből indul ki, és többnyire teljesen hasonló séma szerint zajlik az egész folyamat. A rossz emésztés, a helytelen táplálkozás, a csökkent emésztőenergia, az emésztőrendszerben halmozódó salakanyagok (*āma*) indítják be a kóros folyamatokat, ami a *doṣák* káros felgyülemeléséhez vezet. Később a felhalmozódott *doṣák* szétszóródnak a szervezetben, majd a további stádiumokban bizonyos szervekben lerakódnak, és ott az arra a szervre jellemző betegséget indítanak el, ami krónikusává válik, majd szövődmények lépnek fel. Mégis, az egész folyamat az emésztőrendszerből indult el. A külső szemlélő és a felületesen szemlélődő páciens számára elsősorban csak az ötödik és hatodik stádium az, ami észlelhető. Az ájurvédikus or-

vos a kórfolyamat felismerésében sokkal mélyebbre hatol, és nem csak a jéghegy csúcsát képes látni.

- *sancaya* – a *doṣa* felhalmozódása
- *prakopa* – a *doṣa* megromlása
- *prasāra* – a *doṣa* szétszóródása
- *sthāna-sanṣraya* – a *doṣa* lokalizálódása
- *vyakti* – a betegség megjelenése
- *bheda* – a betegség krónikussá válása, szövődmények

A páciens állapotának, erőnlétének megítéléséhez vizsgálandó körülmények

Az ájurvédikus orvos hasonlóan, mint a „nyugati” orvosok, kikérdezik, megvizsgálják a beteget, megítélik az állapotát, reagálóképességét, pszichológiai kondícióját, emésztőrendszerének állapotát, súlyát, életkorát, edzettségét. A legfontosabb kiindulópont azonban az, hogy milyen volt az állapota a születéskor, és milyenné vált életmódja az élete során, és minek a hatására.

Az ájurvédikus orvos vizsgálja tehát a következőket:

- *prakṛti* (születéskori testi állapot)
- *vikṛti* (megbetegedés nyomán kialakult állapot)
- *sāra* (szövetek állapota)
- *sanhana* (tömörség, súly)
- *pramāṇa* (ajak)
- *satmya* – (adaptációs képesség)
- *sattva* – (pszichológiai kondíció)
- *āhāra-śakti* – (az ételfelvevő képessége és emésztőképesség)

- *vyāyama-śakti* – (munka és testi gyakorlatok képessége)
- *vaya* – (életkor)

A következő kategóriák szerint értékeli az orvos a fenti tulajdonságokat:

- *pravara* – jó,
- *madhya* – közepes,
- *avara* – gyenge.

Az öt elem és a három doša tana

Az ájurvéda csakúgy, mint a hindu-*vaiṣṇava* világkép az anyagi világ felépítésében öt elemet ismer: föld, tűz, víz, levegő, éter. Ezek az elemek tulajdonságaik révén meghatározzák az anyagi természet, a test és a betegségek jellemzőit és működését, és alapját képezik minden történésnek. Az orvosnak kell értékelnie az elemek és a betegség, a betegséget oka, valamint a beteg személy tulajdonságainak összefüggéseit. Az öt elemből alakulnak ki a *došák*, szám szerint három, amelyek az élettani és a kóros folyamatokat mozgató erők. Ezek jelen vannak mind a természetben, mind az élőlények testében, és a természet *došái*, valamint a test ép és kóros *došái* folyamatosan hatnak egymásra.

Az orvos a gyógymód megválasztásakor figyelembe veszi a betegséget okozó elemek, illetve *doša* hiányát vagy túltengését, és a gyógyító tényező ezzel ellentétes hatását. Legegyszerűbb megérteni az ételek *došáját*, azok gyógyhatását. Ezért a betegséget okozó *došák* túl- vagy alulműködése legegyszerűbben az adott *došát* kevésbé vagy nagyobb mértékben tartalmazó ételekkel kompenzálható. De hasonló, a *došákat* kiegyensú-

lyozó hatások érhetőek el az életritmus át- alakításával, a munka megváltoztatásával, ájurvédikus gyógyszerekkel, jógaival, légzőgyakorlatokkal, lelki gyakorlatokkal.

Az őselemek jellemzői

Őselem	Érzék- tárgy	Érzékelés	Cselekvés
<i>ākāśa</i> (éter)	hang	hallás (fül)	beszéd (száj)
<i>vāyu</i> (levegő)	forma	tapintás (kéz)	munka- végzés (kéz)
<i>agni</i> (tűz)	szín	látás (szem)	járás (láb)
<i>jala</i> (víz)	íz	ízlelés (nyelv)	nemzés (nemi- szervek)
<i>pr̥thivī</i> (föld)	illat	szaglás (orr)	ürítés (végbél)

Egyéb jellemzők:

- *ākāśa* (éter): könnyű, puha, átjárható, sima;
- *vāyu* (levegő): könnyű, mozgékony, hideg, száraz, durva;
- *tejas* (tűz): könnyű, átjárható, száraz, tiszta, forró, csípős;
- *jala* (víz): hideg, puha, mozgékony, folyékony, olajos, váladékos;
- *pr̥thivī* (föld): nehéz, kemény, durva, egyedüli, tömör.

A három doša jellemzői

Évszak, napszak:

- *vāta*: délután, hajnal, ősz;
- *pitta*: dél, éjfél, tavasz, nyár;
- *kapha*: reggel, este, tél.

Életkor, testtáj, testi funkció:

- *vāta*: öregkor, a test alsó fele, kiválasztás
- *pitta*: felnőttkor, a test közepe, emésztés
- *kapha*: gyerekkor, elsőtest, légzés

Vāta embertípus

- sovány;
- fizikailag aktív, de hamar kifárad;
- beszédes, fejlett intellektus;
- nehezen dönt;
- figyelme gyorsan elterelődhet.

Pitta embertípus

- jól fejlett izomzat;
- érzékenyek a melegre;
- vezető típus;
- hajlamosak a haragra;
- rendőrök, katonák;
- fejlett intellektus.

Kapha embertípus

- vaskosabb alkat;
- érzelmi emberek;
- elégedettek, nem szeretik a változásokat;
- intézményeket, létesítményeket hoznak létre, vagyonyújtók.

Vāta éttrend

- Javít: meleg, nehéz, olajos, édes, savanyú, sós.
- Ront: hideg, könnyű, száraz, csípős, keserű, fanyar.

Pitta éttrend

- Javít: hideg, nehéz, száraz, édes, keserű, fanyar.
- Ront: meleg, könnyű, olajos, sós, savanyú, csípős.

Kapha éttrend

- Javít: meleg, könnyű, száraz, csípős, keserű, fanyar.
- Ront: hideg, nehéz, olajos, édes, savanyú, sós.

A došák zavarai

A születéskor a három *doša* megfelelő aránya – hasonlóan a genetikai adottságokhoz – meghatározza az egészséghez való lehetőségünk elég pontos karakterét. Amennyiben az ember élete során ennek az adottságnak megfelelően éli az életét, akkor egészséges marad, ha eltér attól, akkor megbetegszik. Többnyire a domináló *doša* hajlamos az eltérésre. Megkülönböztetjük a *doša* túlműködéséből és alulműködéséből adódó zavarokat. Egy-egy *doša* eltérése magával hozza a többi ellentétes irányú változását is.

- A *vāta* zavara: a *vāta*-túltengésben szenvedő ember nyugtalan, ideges. Félelem, székrekedés, hasmenés, száraz, repedezett bőr, idegrendszeri betegségek, remegés, görcsök, rohamok, rángás, bénulás, izomgörcsök, puffadás, fejfájás, mozgászavarok jellemezhetik.
- Mi miatt alakul ki? Kevés alvás, kapkodva evés, három műszakos munka, nem olajozott bőr, kábítószer.
- A *pitta-doša* zavarakor a személy dühös, türelmetlen lesz. Bőrkiütések, a gyomorsav túltengése, epehólyag-betegségek, vastagbélgyulladás, gyulladások, hőemelkedés, vérbetegségek, hóguta stb. léphet fel.

- Mi miatt alakul ki? Alkohol, túlzott fűszerezés, túl sok hús, túl meleg/felesleges hő.
- A *kapha-dosza* zavarakor lustaság, kedélytelenség, kapzsiság, fukarság, homlok- és arcüreggyulladás, ödéma, asztma, köszvény, hurutok, szénanátha, fájdalmas ízületek, magas koleszterinszint, daganatok keletkezhetnek.
- Mi miatt alakul ki? Túl sok alvás, túl sok zsíros étel, aktivitás kerülése, érzelmek elnyomása, sok édesség.

Mit lehet tenni a javításért?

- **Vāta:** meleg öltözet, melegítő, vajas, olajos, édes, savanyú, sós ételek jók. Rendszeres élet, elegendő alvás.
- **Pitta:** kerülni a felesleges hőt, kerülni a túlzott fűszerezést, alkoholt, az édes, keserű, fanyar íz dominanciája jó, friss gyümölcsök, zöldségek.
- **Kapha:** sok testmozgás, zsíros, fehérjedús ételek, kenyér, édesség kerülése, böjtölgön, lassan egyen és ne sokat, csípős, keserű, fanyar ízek jók. Friss zöldségek, fűszerek. Keresni a kihívásokat.

Az orvos által megítélendő tényezők

A *doszá*k állapotának helyes felmérése fontos tényező, de nem kizárólagos a betegség megállapításában. Az orvosnak a ki-kérdés és vizsgálat során még a következő tényezőkkel is kell foglalkoznia az ájurvéda szerint:

- *prakopana-nidāna* – a kiváltó faktor;
- *utthānam* – a folyamat kezdete;
- *adhiṣṭhāna* – lokalizációja;

- *vṛddhi* – a progresszió foka;
- *kṣaya* – az enyhülés;
- *udreka* – a következmény.

Mikor kell gyógyítani az ájurvéda szerint?

Bár az ájurvéda komoly kórtannal, gyógyszertannal, klinikummal rendelkező orvosi tudomány, a szemlélete mégis inkább megelőző. Ha mód van rá, akkor gyógyít, amikor még nem is jelent meg a betegség. Hogy mely tényezők javítása érdekében gyógyít az ájurvéda, ha nincs is még betegség, azt a következő felsorolás tartalmazza:

- *rug-upaśamanam* – a fájdalom vagy betegség csökkentése céljából;
- *svara-varṇa yoga* – a hang és az arcszín javítása érdekében;
- *śarīra-upacaya* – a testsúly növelése érdekében;
- *bala-vṛddhi* – az erő és a vitalitás növelése érdekében;
- *abhyavaharya-abhilāṣa* – az étvágy javítása érdekében;
- *rucini-āhāra-kalā* – az étel élvezetének javítása érdekében;
- *samyak-jaraman* – az étel jobb emésztése érdekében;
- *nidrā-lābha-yathākalam* – a megfelelő időben való alvás érdekében;
- *vaikārikānam-svapnam-adaśānām* – rémisztő álmok megszüntetése érdekében;
- *sukhena-pratibādhanam* – a vidám ébredés érdekében;
- *vāta-mūtra-purīṣa-retasām-mukti* – a flatus (szelek, szellentés), széklet, vizelet és a mag normál ürülése érdekében;

- *savakaraihi-mano-buddhi-indriyānam-avyagatti* – az elme, az értelem, vagy bármely érzékszerv bármilyen gyengülése esetén.

Milyen gyógyító módszereket használ az ájurvéda?

A *doṣák* kiegyensúlyozásán, a megelőző szemléletű intézkedéseken túl a tényleges betegségeket is kezeli az ájurvéda, még hozzá *auśadha* – drogokkal, *anna (āhāra)* – diétával, a táplálkozás megváltoztatásával, *vihāra* – a napirend változtatásával, gyakorlatok előírásával, valamint masszázssal, vizes kezelésekkel. A *cikitsā* (gyógyítás) alkalmazza továbbá a mantrát, a *niyamát* (tisztítás), a *maṇit* (amulettek), a *maṅgala-homāt* (odaadás), az *upavāsāt* (böjt), a *prāyaścittāt* (salaktalanítás), *bhaiasajyāt* (gyógynövények).

A gyógymódokat különböző kúrák és gyógymód-kombinációk útján használják a betegség vagy a betegség oka ellen, a betegség okához vagy magához a betegséghez hasonlóként. Láthatjuk tehát, hogy a homeopátiát nem Hahnemann⁹ találta fel, hanem a princípium a több ezer évvel ezelőtt keletkezett ájurvédában is megtalálható: „hasonlót a hasonlóval” gyógyítani. A kúraszerű gyógyító kombinációk például a következők lehetnek:

- **śodhana** (*pañcakarma*): *vamana, vi-recana, basti, śrovi-recana, raktamok-šana*;

- **samāna**: *kṣut* (böjt) vagy *laṅghana* (diéta), *trit-nigraha* (folyadék megszorítás), *vyamana* (gyakorlatok), *atap-sevana* (napozás), *māruta-sevana* (légzőgyakorlat);
- **upakrama**: *brimhana* (testsúlynövelő módszerek, ellenkezője a *laṅghana*), *snehāna* (olajok és zsíros anyagok alkalmazása italokba, ételekbe, beöntésekbe, masszázshoz; ellenkezője a *rukṣana* (a zsír csökkentése), *stambhāna* (a testnedvek áramlásának csökkentése; ellentéte a *svedāna* (izzasztás száraz és nedves forróság, pakolás vagy folyadékok által);
- **śrotā-suddhikāra-cikitsā**: az áramló folyadékok normalizálása;
- **rasāyana-cikitsā**: „anti-aging” medicina;
- **vahikarṇa**: a szexuális aktus élvezetének növelése és egészséges utód elérése.

Gyógyszerek optimális adagolása

Az indiai ájurvédikus kórházakban a gyógyszereket többnyire ott helyben állítják elő gyógynövényekből. A gyógyszerek gyakori beviteli formája a főzet vagy a száraz gyógynövény őrleménye, pora, melyet kevernek és adagolnak. A gyógyszereket a következő időpontokban adagolják, az összetételtől függően:

- *abhukta* – éhgyomorra;
- *prāgbhukta* – étkezés előtt;
- *adhobhukta* – étkezés után;
- *antarabhukta* – étkezések között;
- *madhyebhukta* – étkezés közben;
- *sabhukta* – az étellel elkeverve;

⁹ Christian Friedrich Samuel Hahnemann (Meissen, Szászország, 1755. április 10. – Párizs, Franciaország, 1843. július 2.) német orvos, a homeopátia rendszerének kidolgozója. (Forrás: Wikipédia, „Hahnemann” magyar nyelvű szócikk.)

- *samugda* – az étkezés kezdetén és a végén elosztva;
- *muhur muhuḥ* – ismételve;
- *grasa* – az étel minden falatjával együtt;
- *grasanter* – a falatok között.

A gyógyító folyamat eredményeként visszaállhat az egészséges állapot, mely alapot teremt az élőlény magasabb rendű életéhez. Az ájurvéda ugyanis a Védák része, és valójában azt a célt szolgálja, amit a Védák legfőbb írásai meghatároznak: az élet értelme az önmegvalósítás, Istennel (Kṛṣṇával) való kapcsolatunk megértése, és az élet eszerinti alakítása. Az egészség nagyon fontos eszköz ezen az úton, hiszen a hiánya akadályozza a nemesebb célok elérését. Az ájurvédikus gyógyítás/gyógyulás maga is egy lelki folyamat: aki ennek segítségével gyógyul, az közben megtanul néhány dolgot az élet prioritásairól. Például hogy az érzékszabályozás az emberi élet alapja, hogy mit jelent a jóság minősége, hogy a lélek irányultsága mennyire meghatározza a test harmóniáját is.

A következőkben az ájurvéda irodalmából vettem néhány számomra fontos idézetet, melyek kifejezik az ájurvédikus gyógyítás filozófiáját.

- *„Az egészség az erény, a gazdagság, az élvezet és a felszabadulás legfőbb alapja. A betegségek az egészségnek, az élet szépségének és magának az életnek a megrontói. Ezen akadályok legyőzése az emberi élet előrehaladásának feltétele.”*

- *„Az élet tudománya az összes földi tudományok közül a legdicsőbb, mert az embert megtanítja a jóság elérésére a szó szoros értelmében.”*
- *„Az életről a test, az érzékek, az elme és a lélek egységeként beszélnek. A test, a lélek és a szellem együtt mindig az élethez szükséges három láb.”*
- *„A test és elme, mindkettő lehet a betegségnek és a well-being-nek is a lakhelye. A well-being-hez harmonikus és egybecsengő cselekvések kellenek. A betegségekhez pszichés vagy testi hiba, hiányzó vagy túlzott cselekvések kellenek.”*
- *„Az élet tudományának tárgya megteremteni a harmóniát a test elemei között.”*
- *„A test bajait gyógyszerekkel lehet orvosolni, az elme problémáit lelki tudással, filozófiával, állhatatossággal, emlékezéssel és koncentrációval.”¹⁰*

Az ájurvéda elterjedése a világban

Az ájurvéda reneszánszát éljük az egész világon. A közösségi médiumoknak, ismeretterjesztő könyveknek, orvos szakemberek ezirányú továbbképzésének és az indiai kormány tudatos marketingpolitikájának köszönhetően az ájurvéda terjed a nyugati szemléletű világban is. Sorra nyílnak wellnesshotelek ájurvédikus szolgáltatásokkal, ájurvédikus klinikák, de egyre nagyobb a jógázók, a hindu-*vaiṣṇava* tradíciókat követők, az indiai kultúra iránt érdeklődők, az Indiába látogató turisták száma is. Az orvosok kép-

¹⁰ Ezeket az idézeteket Dr.R.D. Lele gyűjtötte a Caraka- és a *Suśruta-samhitā*ból. (Lele 2001)

zésében bizonyosan még sok a lehetőség, de léteznek már nagyon színvonalas európai iskolák is.

Sajnos az EU akadályozza az ájurvéda terjedését azáltal, hogy olyan direktívát adott ki, mely szerint az ájurvédikus orvoslás szerves részét képező, Európában újonnan bevezetendő gyógyszerek engedélyeztetését kvázi ellehetetlenítette. Ez ellen az indiai kormány jelentősebb befolyása, lobbitevékenysége lenne képes felvenni a harcot, hiszen a felbecsülhetetlen indiai gyógynövénykincs európai hozzáférési lehetősége mindannyiunk számára fontos.

Az ájurvéda megismerését mindenki számára ajánlom, mert az nem csupán a testet gyógyítja, hanem ráirányítja a figyelmet a lelki élet szükségességére is.

Felhasznált irodalom:

Behnke, K. H.: *Rezepturen und Heilpflanzen der ayurvedischen Medizin.* Sonntag Verlag, 2002.

Bhaktivedanta Swami, A. C.: *Bhagavad-gītā úgy, ahogy van.* The Bhaktivedanta Book Trust 2008.

Bhaktivedanta Swami, A. C.: *Śrīmad-Bhāgavatam.* The Bhaktivedanta Book Trust International, 1992-1996.

Dash, Bhagawan – Kashyap, Lalitesh: *Basic principles of Ayurveda.* Concept Publishing Company, 1980.

Frawley, David: *Ayurvedic Healing a comprehensive guide.* Jainendra Prakasch Jain at Shri Jainendra Press, 1994.

Lele, R. D.: *Ayurveda and Modern Medicine.* Bhavan Book University, Bharatiya Vidya Bhavan, 2001.

Németh Imre: *Gyógynövényismeret.* Eszterházy Károly Főiskola Környezettudományi Tanszék, 2007.

Paranjpe, Prakash: *Ayurvedic Medicine. The living Tradition.* Chaukhamba Sanskrit Pratishthan, 2003.

Rhyner, Hans Heinrich: *Das neue Ayurveda Praxis Handbuch.* Urania Verlag, 2004.

Sena, Srikanta: *Ayurveda Materia Medica.* Vasati Verlag, 2007.

Sharma, Priyavrat (ed.): *Cāraka-Saṁhitā.* Chaukhambha Orientalia, Varanasi, 1981.

Shrinivasa Acharya, G.: *Panchakarma Illustrated.* A.K.Lithographers, Delhi, 2009.

Singh, R. H. – Sharma, P. V.: *Panca karma therapy.* Showkhamba Sanskrit Series Office, 2007.

Tierra, Michael: *Westliche Heilkräuter in TCM und Ayurveda.* Urban & Fischer Verlag, 2001.

Tiwari, Maya: *Das grosse Ayurveda Handbuch.* Windpferd Verlag, 1996.

Williamson, Elisabeth M.: *Major Herbs of Ayurveda.* Churchill Livingstone, 2002.

A belső béke és harmónia elérésének módszere: a jóga

Medvegy Gergely

A lélek¹ eredeti természete szerint békés és harmonikus,² így minden ember olyan módszer után kutat, amelynek segítségével folyamatosan átélheti ezt a nagyszerű állapotot.

Jelen tanulmány a jógát³ helyezi a fő-kuszba, de bevezetésként elemzi a béke és a harmónia szavakat is. A fogalmakat nyugati⁴ és védikus⁵ szemszögből egyaránt meghatározzuk.

Nyugati megközelítésben a „harmónia” szó jelentése rend, összhang, összhatás,

egybeilleszkedés. További értelmezései: a külső és a belső béke összhangja, a testi és a mentális egészség megléte.⁶ Védikus szemszögből a harmónia a lélek természetes helyzetére utal, és a kapcsolatára a forrásával, Istennel, valamint arra, hogy Vele, illetve az Átala teremtett világgal összhangban cselekedjen.⁷ Mind a két fogalom a test és a lélek, valamint az ember és a természet egyensúlyát emeli ki.

Kétféle békéről beszélhetünk, külsőről és belsőről. A nyugati meghatározás alapján a külső béke a háborúk, a konfliktusok és az erőszak nélküli állapotot jelenti, míg a belső béke a nyugalom, a tiszta lelkiismeret és a boldogság állapotára utal.⁸ A kettő együtt értelmezhető úgy, hogy jelen van a jólét és az egészség, illetve fennáll az egyensúly önmagunk és a külvilág között. A védikus megközelítés szerint a külső béke az *ahimsā* (erőszaknélküliség) elvének követése, vagyis nem ártunk senkinek sem gondolatban, sem szóban, sem tettben.⁹ A belső béke az elme hullámzásainak elcsendesítése.¹⁰ A nyugati és a védikus meghatározás nagyon hasonló: erőszak nélküli állapot – *ahimsā*, nyugalom – az elme elcsendesítése.

¹ A lélek az élőlény önvalója, tudatának és életének forrása. A lélek *sat-cit-ānanda-vigraha*, vagyis öröklétű, abszolút tudással és boldogsággal teljes önálló forma.

² A *Bhagavad-gītā* 2.13-27 és a vershez fűzött magyarázat ír erről az állapotról részletesen. (Későbbiekben: *Bhg.*)

³ A jóga az önmegvalósítás folyamatát jelenti, amely során az élőlény megismeri eredeti lelki természetét és kapcsolatát Istennel.

⁴ Nyugati alatt értendőek az európai filozófiai rendszerek, valamint a modern és újkori tudományágak.

⁵ Védikus alatt értendőek a védikus szentíráások (Védák, *upanišadok*, *purāṇák*).

⁶ Tudományos és Köznyelvi Szavak Magyar Értelmező Szótára. <http://meszotar.hu/keresharmonikus>. Letöltés ideje: 2013. június 27.; Idegen szavak gyűjteménye. <http://idegen-szavak.hu/harm%C3%B3nia>. Letöltés ideje: 2013. június 27.

⁷ Joshi: 1999.

⁸ Wikipédia. <http://hu.wikipedia.org/wiki/B%C3%A9ke>. Letöltés ideje: 2013. június 27.

⁹ Tóth-Soma 2012: 49-51.

¹⁰ Tóth-Soma 2012: 16.

A „harmónia” és a „béke” fogalmak meghatározása során megfigyelhető, hogy mind a két jelentésben felbukkan az egészség fogalma is. Természetes, hogy az egészség előkerül, hiszen a harmónia, a béke és az egészség összekapcsolódnak egymással, egyik nélkül sem létezik a másik.

Az Egészségügyi Világszervezet (World Health Organization, WHO) definíciója alapján: *„Az egészség nem csupán a betegségek hiánya, hanem a teljes testi, lelki és szociális jóllét állapota.”* Az *āyurvedayurveda* szerint: *„Az egészség nem más, mint a test, az érzékszervek, az elme és a lélek megfelelő használata és az egymással való kapcsolatuk összhangja.”*¹¹ A híres latin közmondás pedig azt mondja: *„Ép testben ép lélek.”*

Az elemzés során minduntalan előke­rül a test-szellem-lélek hármasa. Ez nem véletlen, hiszen a belső béke és a harmónia eléréséhez is ezen a három szinten keresztül vezet az út. Testi szinten a megoldás a test egészségesen tartása, szelle­mi síkon célszerű az elmét békessé és elégedetté tenni, míg lelki szinten a feladat az önvalót kapcsolatba hozni Istennel és az Általa teremtett világgal.¹²

Az előbb említett három szint az anyagi világban lévő élőlények felépítésére utal, amely felépítést a továbbiakban a jóga­hagyományok szemszögéből ismertetjük. A test a durva fizikai testre utal, amely a szervezetünket alkotja. A szellem a finom fizikai testet jelenti, amely a tudat műkö-

dését irányítja. A lélek, azaz az önvaló a tudat és az élet forrása.¹³

A durva fizikai testet az öt őselem alkotja, amelyek a következők: éter, levegő, tűz, víz, föld. Ezekhez az őselemek­hez kapcsolódnak bizonyos érzékelések (a hallás, a tapintás, a látás, az ízlelés és a szaglás), érzéktárgyak (a hang, a forma, a szín, az íz és az illat) és érzékszervek (a fül, a bőr, a szem, a nyelv és az orr). Például a tűz fényének köszönhetően és a látás segítségével a szemünk érzékeli a formát.¹⁴ Az öt őselemből és a magukban hordozott tulajdonságok (pl.: könnyedség, mozgékony­ság, hő, folyékony­ság, szilárdság) kombinációjából jönnek létre a szervezetet alkotó sejtek, szövetek, anyagok és az azt működtető energiák. A föld szilárd és kemény, a test vázát biztosítja. A víz folyékony és nedves, a testben a párást és az olajozást végzi. A tűz energiát, hőt ad és átalakít, a testben is hőt és energiát termel, valamint végzi az emésztést. A levegő mozgékony, így a szervezetben a szállításért felelős. Az éternek pedig térkitöltő szerepe van a testben.¹⁵

A finom fizikai testet, vagyis az anyagi tudatot az elme, az intelligencia és a hamis egó alkotja.¹⁶

Az elme (*manas*) összehangolja az érzékszervek működését és feldolgozza a külvilágból jövő információkat. Fő fel-

¹¹ Sundari – Gitanjali 2009: 8.

¹² Joshi 1999: 32-35 és 20-23; Sundari – Gitanjali 2009: 8-9.

¹³ *Bhg.* 2.13 és a 2.16-20 vers magyarázata.

¹⁴ Sundari – Gitanjali 2009: 9-10., valamint Joshi: 1999:32-35. és 45-72.

¹⁵ Sundari – Gitanjali 2009: 10-11., valamint Joshi: 1999: 32-35. és 72-85.

¹⁶ Tóth-Soma 2005: 26.

adata a gondolkodás, az érzés és az akarat funkcióinak gyakorlása. Elemez, majd tettekre utasítja a testet.¹⁷ Ha az utcán sétálva egy cukrászda előtt meglátunk egy tortát, érezzük édes illatát. Az elménk, felfogva ezeket az ingereket, melljük tárítja azt a kellemes érzést, hogy a torta finom. Az elme élvezni akar, ezért utasítja a testet, hogy menjen be, és a száj segítségével egye meg az egész tortát. Szerencsére ott az intelligencia, amely elemzi a helyzetet, és tanácsot ad az elmeinek, hogy valóban megegyük-e a tortát, vagy sem.

Az intelligencia (*buddhi*) az elme irányítója. Fő funkciói a megítélés, a felmérés, a megértés, a kételkedés, az értékelés és a döntéshozás. Megfelelő használatával a tudatunk kitágulhat, és képessé válunk igazi énünk felfedezésére. Tanulás által képezhető, és ha megfelelő tudással rendelkezünk, akkor helyes döntéseket hozunk.¹⁸ A példára visszatérve, ha az utcán sétáló ember tudja, hogy egy egész torta elfogyasztása egészségtelen és csak emésztési problémát fog okozni, akkor nem követi az elméje szavát, hanem az intelligenciára támaszkodva kontrollálja azt, és csak egy kis szelet tortát eszik.

A jógában az elme kontrollálása nagy hangsúlyt kap, mert az érzékszervek nem megfelelő (elégtelen vagy túlzott) használata minden esetben problémát okoz. A szem a tájékozódásra van, nem arra, hogy egész nap mozifilmeket nézzen. A nyelv és a száj a táplálék elfogyasztására alkalmas, nem pedig arra, hogy mámorító és

mérgező szereket fogyasszon. Ha nem rendeltetésszerűen használjuk az érzékszerveket, akkor testi és mentális betegségek keletkeznek, az egészségünk kibillen, és létrejön a diszharmónia, amely boldogtalanságot okoz.¹⁹ A jógában ennek az ellenkezője a cél: a test és az érzékszervek megfelelő használatával megteremteni az egyensúlyt.²⁰

A hamis egó (*ahankāra*) az ember saját hamis önazonosítására utal, amely meghatározza az énképet. Erős ragaszkodást hoz létre a lélek és a test között, ragaszkodik mindenhez, ami a testtel kapcsolatos (rokonok, vagyon, ideálok), és ez a kötődés okozza a szenvedést és a fájdalomérzetet.²¹ Ismét a tortás példával élve, kialakul az adott személyben az a felfogás, hogy ő szereti a tortát. Elkezd a tortához ragaszkodni, és ha nem kap, akkor szenved.

A jógában az egyik cél a hamis egó feladása, vagyis elfogadni azt a tényt, hogy valójában az ember nem egy tortát szerető személy, akinek elválaszthatatlan viszonya van az édességgel, hanem egy lélek, akinek Istennel van örökké létező kapcsolata.²²

Az élőlény legalapvetőbb azonossága, hogy lélek (*ātman*), amelyet a finom és a durva fizikai test különböző rétegei borítanak be. A lélek örök, míg a másik két test ideiglenes, az anyagi világban való működésre szolgálnak. A test és annak

¹⁷ Tóth-Soma 2005: 26.

¹⁸ Tóth-Soma 2005: 26-27.

¹⁹ Joshi: 1999: 32-35 és 45-50.

²⁰ Veda Bharati, 2006. 15-16; Satyananda: 2006: 13-14.

²¹ Tóth-Soma 2005: 27.

²² *Bhg.* Bevezetés, ill. 32-34.

mentális működései az önvaló eszközei a környezet érzékelésére. A lélek az Úr szerves része, öröklétű, teljes tudással és boldogsággal teli, jelenlétének bizonyítéka a tudat.²³ Ahogyan a Nap a sugarai-val beragyogja az univerzumot és fenn tartja azt, úgy ragyogja be a lélek a testet a tudás által.²⁴

A testet és a személyiséget alkotó elemek között hierarchia áll fenn. Az elme felsőbb helyzetben van az érzékekhez képest, az intelligencia pedig magasabb rendű az elménél. Tehát az elme irányítja az érzékeket, a megfelelően képzett intelligencia az elmét, az önvaló (a lélek) pedig az intelligencia felett áll (lélek → intelligencia → elme → érzékek → test). A rangsor alapján látható, hogy a lélek és az elme között az intelligencia a híd. A megfelelő tudás megszerzésével, azaz intelligenciával juthatunk el az önvalóhoz.²⁵ Többek között ebben a tudásszerzésben lehet a segítségünkre a jóga.

A következőkben áttekintjük a jóga fogalmát, céljait és elemeit. A „jóga” szó két jelentése: összekapcsolódni (egyesítés a forrással) és igába fogni (a test és az elme szabályozása). A fordítások együttes jelentésén keresztül értelmezhető, hogy a jóga a test és az elme kiegyensúlyozása révén kapcsolja össze a lelket a Legfelsőbb Forrással, Istennel.²⁶

A jóga, céljának elérése érdekében, több technikai elemet is használ, többek között a testgyakorlást (*āsana*), a légzés-

szabályzást (*prāṇāyāma*) és a meditációt (*dhyāna*). Természetesen a jóga sokkal több elemet is tartalmaz, de a könnyebb megértés miatt erről a háromról szól a cikk, mert ezek mind a három szintet lefedik: az *āsana* elsődlegesen testi, a *prāṇāyāma* mentális, a meditáció pedig lelki szinten fejti ki áldásos hatását.²⁷

Az *āsana* kifejezés ülést és testtartást jelent, amely szilárdan megtartott, kényelmes, és kivitelezése erőlködés nélküli.²⁸ Annak függvényében, hogy milyen módon helyezkedik el a gyakorló az *āsanában*, illetve milyen módon mozgatja át a testét, többfajta póz különböztethető meg. Térbeli helyzetét tekintve: álló, térdelő, kéztámaszos, fekvő (hason, háton, oldalt), ülő, fordított testhelyzetű *āsana* létezik. Az ízületek mozgását tekintve: előredöntő, oldalra döntő, törzsnyújtó, hátrahajló, mellkasnyitó, gerincsavará, csípőnyitó testtartások vannak.²⁹

A különböző pózok más-más módon hatnak a testre. Az előredöntő *āsanák* a test hátulsó felét nyújtják meg, és a hasúri szerveket masszírozzák. Az oldalra döntő *āsanák* a törzs oldalát nyújtják meg, és a májat, lépét, vesét aktivizálják. A törzsnyújtó/erősítő testhelyzetek a gerincszilopót nyújtják, és a törzs izmait erősítik. A hátrahajló és mellkasnyitó pózok a test el-

²⁷ Tóth-Soma 2008: 47.

²⁸ Tóth-Soma 2012: 54., valamint Tóth-Soma László 2012-ben a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskolán tartott *Jóga-szútra* szemináriuma.

²⁹ Medvegy – Thimárné: 2012: 9-11., valamint Medvegy Gergely 2012-ben a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskolán tartott *Āsanák és pránájámák oktatásmódszertani elmélete* szemináriuma.

²³ Tóth-Soma 2005: 25. és 27.

²⁴ *Bhg.* 17. vers magyarázat.

²⁵ Tóth-Soma 2005: 28-29.

²⁶ Tóth-Soma 2008: 17-18.

ülső felét nyújtják meg és a mellkasi szerveket tonizálják. A gerinccsavaró *āsanák* a gerincoszlopot csavarják, és a gerincevelőt, a kilépő idegeket masszírozzák át. A csípőnyitó gyakorlatok a csípő körüli izmokra hatnak, és a medence, alhas szerveinek funkcióját javítják. A fordított testhelyzetek a vér- és nyirokkeringést fokozzák, felfrissítik az egész testet.³⁰

A testgyakorlatok által minden módon és minden irányba átmozgatjuk a testet, kívül-belül átmasszírozzuk, így a szervezetünk erősebb, ellenállóbb és egészségesebb lesz. A hosszabb kitérés miatt az izmaink megerősödnek, a testtartásunk javul. A nyújtások hatására az izmaink rugalmassá, az ízületeink mozgékonyá válnak. A mozgás erősíti a szívet, valamint fokozza a vér- és nyirokkeringést. A gerinc átmozgatásával az idegrendszer működése optimalizálódik. A belső szervek masszázásával javulnak az élettani folyamatok, a kiválasztás (vese), a méregtelenítés (máj), az emésztés (gyomor, hasnyálmirigy), az anyagcsere (belek), a vérképzés (lép) és a hormonháztartás (belső elválasztású mirigyek).³¹

A következő jógaelem a *prāṇāyāma*. A *prāṇāyāma* az életerő (*prāṇa*) légzés által történő szabályozását (*yāma*) jelenti. A légzés szabályozása felhalmozza a testben a *prāṇát* és elősegíti annak áramlását.³²

A *prāṇa* (életerő, életlevegő) egy mindent átható energia, melynek fő alkotó-

elemei az éter és a levegő. A *prāṇa* legfőbb forrásai: a föld, a víz, a Nap sugarai és a levegő. Ezek hordozzák az életerőt, így ezeken keresztül vagyunk képesek felvenni és megkapni azt, a táplálék- és folyadékbevitel, a szabadban való tartózkodás és a légzés segítségével. A *prāṇa* közvetlenül fenntartja és aktivizálja a testet és az elmét.³³ Ahogy az elektromos áram működteti a gépeket, úgy működteti a *prāṇa* a testünket és elménket.

Az életerő szabályozása a légzés irányításán keresztül valósul meg. A légzőgyakorlatok három részből állnak: a kilégzés (*recaka*), a belégzés (*pūra*) és a légzésvisszatartás (*kumbhaka*). Annak megfelelően, hogy a légzés során a tüdő mely részét használjuk, technikailag három légzéstípus különböztethető meg: a mély hasi légzést, a mellkasi légzést és a kulcsfonti légzést. A három részlégzés egyesítése a teljes jógalégzés.³⁴

A jógalégzést alkalmazva a légzés puhává, egyenletessé és mélyé válik. A kilégzés során elengedjük a feszültséget, a zavaró érzéseket és gondolatokat, míg belégzéssel a nyugalom és az energia áramlik szét a testünkben. Ez ahhoz hasonló, mint amikor egy akkumulátor feltöltődik árammal. Feltöltött állapotban sokkal ellenállóbb a szervezet és a tudat a külső behatásokkal szemben, mint legyengült állapotában.³⁵

A *prāṇa* a levegő minőségéből adódóan irányít minden mozgást a szervezetben. Az idegrendszeren belül az ingerüle-

³⁰ Thimárné 2012: 8-16.

³¹ Thimárné 2012: 7.

³² Tóth-Soma 2008: 50., valamint Satyananda 2006: 375.

³³ Tóth-Soma 2008: 51.

³⁴ Tóth-Soma 2008: 53.

³⁵ Satyananda 2006: 375-381.

tet szállítja, a tudatban pedig az érzéseket és gondolatokat áramoltatja. Ha a *prāṇa* megfelelően áramlik, akkor általa az érzéseinket is tudjuk szabályozni. A nem megfelelően áramló életlevegő olyan az elmében, mint egy nagy vihar, minden összezavarodik, de ha megfelelően áramoltatjuk az életlevegőt, akkor az olyan, mint a finom nyári szellő, tápláló és nyugtató. A légzés irányítása tehát szabályozza az elme működését, az elme pedig az érzékszerveket szabályozza. A kontrollált érzékszervek elégedettséget adnak, az elme nyugodttá válik, és létrejön a belső béke állapot.³⁶

A harmadik technikai elem, amit a jóga használ a gyakorlata során, a meditáció. A meditáció folyamatában a *jogī* (jógát végző személy) megtanulja uralni az elméjét, egy pontra rögzíti azt.³⁷ Az elme fókuszának a tárgya több minden lehet: anyagi tárgy, gondolat, természeti jelenség, vagy lehet lelki tartalom is. Az anyagi fókuszpontú meditációnak az a hátránya, hogy eredménye ideiglenes, ellentétben a lelki tartalmú meditációval, amelynek az eredménye tartós.³⁸ A jóga a lelki *mantrákon* való meditációt ajánlja.

A *mantra* szó jelentése a szanszkrit *manas* (elme) és a *trāyate* (felszabadítás) szavak együttes jelentéséből érthető meg. A *mantra* olyan hangvibráció, amely az elmét megszabadítja a zavaró érzésektől és gondolatoktól. A meditáció tárgyává téve a *mantrát*, az elme hullámzása és nyughatatlan természete lecsilla-

pítható. A megfelelő lelki *mantra* esetén az elme nemcsak rögzíthetővé válik, hanem megtisztítható az anyagi szennyeződésektől is.³⁹

Ez a folyamat olyan, mint amikor egy poros tükröt rögzítünk a falon, és megtisztítjuk egy kendő segítségével. Poros állapotban a tükörben saját magunknak és környezetünknek csupán homályos, elmosódott képét láthatjuk (ilyen képünk van most saját magunkról és a környező világról), míg tiszta állapotban nem akadályozza semmilyen fedő réteg az érzékelésünket.⁴⁰

A *mantra*-meditáció gyakorlatában elengedünk minden külső tényezőt és benső gondolatot, így válva függetlenné azoktól. Az elmében rögzül a *mantra*, és csak is azon van a fókusz. Az elmét áthatja a *mantra*, és transzcendentális természetéből fakadóan a tudatot feltölti lelki energiával.⁴¹ A *mantrával* való társulás hatására a tudat lelkivé válik, hasonlóan a tűzbe mártott vas példájához. A vas eredetileg fénytelen, kemény és hideg, de ha a tűzbe helyezük, akkor magára ölti a tűz tulajdonságait, elkezd izzani, hőt és fényt áraszt magából. Ha az anyagi tudatot átítatjuk lelki *mantrával*, akkor felveszi annak tulajdonságát, és lelkivé válik.

A lelki *mantrák* nem különböznek Istentől, így ha azokat vibrálja a *jogī*, olyan, mintha Istennel társulna. A tudat az anyagi szintről lelki tudatszintre emelkedik, a figyelem a transzcendens felé irányul,

³⁶ Tóth-Soma 2008: 50-53., valamint Satyananda 2006: 375-381.

³⁷ Tóth-Soma 2008: 82.

³⁸ Tóth-Soma 2008: 85-86.

³⁹ Tóth-Soma 2008: 87.

⁴⁰ Tóth-Soma 2008: 38.

⁴¹ Tóth-Soma 2008: 87, 90, 113.

amely kapcsolatot teremt a lélek és Isten között.⁴²

A jóga az *āsana*k segítségével egészségesen tartja a testet, a *prāṇāyāma* által szellemi síkon az elmét békéssé és elégedetté teszi, és a meditációval lelki szinten az önvalót kapcsolatba hozza Istennel.

A jóga a három szintet (test-szellem-lélek) külön-külön is egyensúlyba hozza, de az egymással való összhangot is megteremti, amelynek következtében létrejön a belső béke és harmónia állapota.

Felhasznált irodalom:

Bhaktivedanta Swami, A.C.: *A Bhagavad-gītā úgy, ahogy van.* The Bhaktivedanta Book Trust, Budapest, 2008.

Medvegy Gergely – Thimárné Ozorák Zsuzsanna: *Oktatásmódszertan (Oktatási segédanyag).* Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola, Budapest, 2012.

Satyananda Saraswati: *Āszana, Prāṇāyāma, Mudrá, Bandha.* Satyananda Yoga Magyarországon Alapítvány, Budapest, 2006.

Sundari D. D. – Gitanjali D. D.: *Ayurveda (Oktatási segédanyag).* Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola, Budapest, 2009.

Joshi, Sunik V.: *Ājurvéda és pañcsakarman.* Édesvíz Kiadó, Budapest, 1999.

Thimárné Ozorák Zsuzsanna: *Jógaélettan (Oktatási segédanyag).* Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola, Budapest, 2012.

Tóth-Soma László: *Jóga tiszta forrásból.* Lál Kiadó, Budapest, 2008.

Tóth-Soma László: *Kezdő jógatanfolyam hallgatói jegyzet.* Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola, Budapest, 2008.

Tóth-Soma László: *Patañjali – Yoga-sūtra I-II. fejezet (Oktatási segédanyag).* Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola, Budapest, 2012.

Tóth-Soma László: *Személyiségfejlesztés felsőfokon.* Lál Kiadó, Budapest, 2005.

Véda Bhárati, Szvámi: *A hatha-jóga filozófiája.* Filosz Kiadó, Budapest, 2006.

⁴² Tóth-Soma 2008: 89-99.

Kutatás a létezés értelme után — az önmegvalósítás abszolút dimenziója

Gaura-Kṛṣṇa Dāsa
(Dr. Tóth-Soma László)

A létezés, illetve az emberi élet értelme

Az élet, illetve a létezés értelmének felkutatása, illetve az ez után történő érdeklődés nem csak egy általános filozófiai kérdés, illetve feladat, mely az emberi élet illetve a létezés céljával, jelentőségével és értelmével kapcsolatos. Konkrét hétköznapi egzisztenciális kérdés is egyben, hiszen az ezzel konkrétan kapcsolatos „kereső hajlam” az emberi élet minden szintjén hajtóerőként viselkedik.

Ha az e témakörben zajló spontán vagy akaratos, kimondott vagy kimondatlan kutatások nem találnak (akár valós, akár téves) válaszokat, gyakorlatilag könnyen, mondhatni törvényszerűen cselekvőképtelenné válhat az ember mind fizikai, mind pedig mentális és érzelmi értelemben.

Nem véletlen, hogy az emberiség történelmének kezdete óta talán ez a leginkább kutatott, vitatott és leggyakrabban feltett kérdés: *Mi az élet értelme?*

A célba ért életértelem-kutatások és a vélt célba érések hatalmas hajtóerőt bizto-

sítanak mind egyéni, mind pedig társadalmi szinten is, s azt hiszem, nem túlzás azt mondani, hogy az emberiség fejlődésének nagy állomásai is közvetlenül vagy közvetve kapcsolatban vannak e folyamattal.

Mindezek mellett az, hogy a mai napig folyamatosan zajlik e kutatás (az elméleti és gyakorlati tudományok területén is), azt sejteti, hogy a válaszok, amelyekkel ezekkel az eszközökkel eddig találtunk, az idő egy pillanatában megkérdőjeleződtek, mert nem váltották be teljesen a hozzájuk fűzött reményeket.

A hinduizmus szentírásai, amelyeket összefoglaló néven *védikus irodalomnak*¹ nevezünk, ezzel kapcsolatban úgy fogalmaznak, hogy az elért eredmények - számos értékük és hasznuk mellett - nem oldják meg a *születés*, a *betegség*, az *öregség* s a *halál*, tehát az elmúlás, az emberi élet minden szintjén megvalósuló ideiglenesség problémáját, amely szüntelenül beárnyékolja az emberek boldogságkeresését.² Törvényszerűnek tűnik, hogy ez az ideiglenesség minden olyan cél elérésére való törekvést beárnyékol, amely az ideiglenes fizikai világhoz fűződik.³

¹ Védikus irodalom alatt az eredeti négy Védát, s az azok alapelveit követő magyarázó írásokat értem (pl. *itihāsák*, *purāṇák*, *dharma-śāstrák* stb.).

² „[...] a *születés*, *halál*, *öregség* és *betegség* okozta *gyötrelem felismerése*; [...] az önmegvalósítás fontosságának felismerése; az Abszolút Igazság utáni filozófiai kutatás – mindezeket tudásnak nyilvánítom, s ezen kívül minden tudatlanság.” (*Bhagavad-gītā* 13.8-12, későbbiekben: *Bhg.*); „Az okos emberek azok, akik igyekeznek megszabadulni az *öregségtől* és a *haláltól* [...]” (*Bhg.* 7.29).

³ Egyszer egyik ismerősöm haldokló édesanyja szeretett volna beszélgetni az élet értelméről.

Az életértelem-kutatások szorosan összekapcsolódnak az emberek boldogságkeresésével. Annyira, hogy legtöbbször kizárólag olyan életértelmet tud elképzelni, vagy elfogadni önmaga számára, amely rövidebb vagy hosszabb távon, valamilyen módon boldogságot ad.⁴ Ez az alaphozzáállás azonban, mint majd látni fogjuk, nagy akadályt jelent a megfelelő irányban való elinduláshoz, hiszen az *énközpontúság*, kevésbé kedvelt néven az *egoizmus* megakadályozza az embert abban, hogy önmagán kívül igazán mást is észrevegyen.

Most a teljesség igénye nélkül tekintünk át néhányat azon tapasztalati és elméleti tudományos nézőpontok közül, amelyek az elmúlt évezredek életértelem-kutatásai során kialakultak.

Tudomány és a filozófia különböző értelmezései

A *szociálpszichológia* képviselői által javasolt, széles körben Terror Menedzsment Elméletnek nevezett egyik értékrendszer megállapítja, hogy minden emberi életértelem-választás (ez itt azt jelen-

ti, hogy mi választunk magunknak életértelmet)⁵ a haláltól való alapvető félelemből eredeztethető, vagyis akkor történik értékválasztás, ha az segít elmenekülni a halálra emlékeztető körülményektől.⁶

A *neurológiai*, ideggyógyászati kutatások elméleti oldala a jutalmazás, az öröm és a motiváció fizikai megjelenését vizsgálja, mint például az ingerületátvitelt, különösen a limbikus rendszerben⁷ és a ventrális tegmentális területen.⁸ Ha valaki az élet értelmét az örömök maximalizálásában látja, akkor ezek az elméletek leírják, mit kell tenni annak eléréséhez.

⁵ Az itt megfogalmazott *szubjektív életértelem* egyénektől, aktuális önérdektől függő életcél, amely időről időre, a körülmények változásával maga is változhat. Meg kell azonban említenünk, hogy az emberiség életértelem-kutatása ezen túlmutatva általában egy *abszolút életértelmet* keres, amely mindenre és mindenkire univerzálisan vonatkoztatható, s nem változó ágens. Magának a létezésnek az eredendő célja.

⁶ Solomon – Greenberg – Pyszczyński 2004: 13-34., valamint Pyszczyński 2004 (a), és Pyszczyński 2004 (b).

⁷ Ez a rendszer az agytörzs és a *hipotalamusz* szabályozása alatt álló ösztönös viselkedések felett gyakorol további ellenőrzést. Fejlettebb emlősöknél *gátolhat bizonyos ösztönös viselkedésmintákat*, ezzel lehetővé téve a környezet változásaihoz való rugalmasabb alkalmazkodást.

⁸ *Ventrális tegmentális* área: az agytörzs egyik részének, a hidnak a negyedik agykamrához közel eső területe, amely dopamintartalmú idegsejtcsoportokat tartalmaz. Ezek a sejtek az agy távoli részeibe is eljuttatják üzeneteiket igen hosszú nyúlványrendszerük, a *dopaminerg* pályák révén. A *dopamin* egy *neurotranszmitter*, amely a szimpatikus idegrendszer ingerületátadásában játszik szerepet. A szimpatikus idegrendszer a szervezet belső környezetének állandóságát biztosítja, illetve elősegíti az alkalmazkodást.

Elmondta, hogy egész életében becsületesen dolgozott, felnevelte a gyermekeit, jó emberként élt, s most, a halál küszöbén nem érti, hogy mi volt az egésznek az értelme. Nem tudta mindazt a jót vagy rosszat, amit átélt a 60-70 éve alatt, az életének értelmeként azonosítani. Sajnos általában csupán a halál közelében, vagy nagy tragédiák árnyékában kezdünk elgondolkodni életértelem-kutatásaink eredményeinek természetéről.

⁴ Természetesen e boldogságkereső hozzáállásnak megvan az eredendő oka, tekintve, hogy maga a boldogság az egyéni élőlény eredeti helyzetéhez természetesen hozzátartozik. Erről a témáról később részletesen is beszélünk.

A szociológia az értéket és az élet értelmét a közösség szintjén vizsgálja, olyan elméleteket használva, amelyek leírják azokat a normákat, értékeket, amelyekért érdemes élni, s amelyek értelmet adhatnak a létezésünknek.

Az időben egy kicsit távolabbra tekintve a filozófiai iskolák közül is vizsgáljunk meg néhányat.

A *platonisták* szerint az élet értelme a tudás legmagasabb szintjének megszerzésében rejlett, mely idea nem más, mint az Istennek, illetve magának az isteni tudásnak az árnyéka, amelyből e világban minden jó és igazságos dolog haszna és értéke származik. Az ember létezése során köteles az Istent követni, de senki nem lehet sikeres ebben a törekvésben az igazi tudáshoz hozzásegítő filozófiai érvelés nélkül.⁹

Arisztotelész *Nikomakhoszi etika* című művében (1.1) kijelenti, hogy mindennek (így az életnek, illetve a létezésnek, s benne a cselekedeteinknek is) célja van, és ez a cél a jó:

*„Ha mármost egyáltalán van olyasvalami végcélja cselekedeteinknek, amit önmagáért akarunk, minden egyebet pedig csak érte, azaz nem minden dolgot valami másért választunk [...] világos, hogy ez a jó, és a legfőbb jó.”*¹⁰

A *cinikus* filozófusok szerint az élet célja, hogy erényes, a természettel összeegyeztethető életet éljünk.¹¹ Számukra a jó élet nem az érzéki örömeikön nyug-

vó boldog élettel volt egyenértékű,¹² hanem inkább a megkötöttségtől, a fizikai és szellemi értelemben vett rabságtól mentes életet jelentette. Ezt ők többek között a fizikai és társadalmi korlátoktól és kötöttségektől való teljes elszakadással és lemondással próbálták elérni.¹³ Jelenleg a *cinizmus* szó olyan személyek nézeteire utal, akik szerint kizárólag önös érdekek mozgatják az embereket, és nem hajlandók az emberi őszinteségre, erényre és altruizmusra építeni. Gyakran pejoratív értelemben használatos.¹⁴

A *hedonizmust* követő emberek nézeteinek az alapja az élvezetek, ők ezt teszik meg minden cselekvés csúcspontjának és az élet értelmének. Tanításuk szerint az ember legfőbb érdeke, s minden törekvés egyedül igaz célpontja az élvezet kell, hogy legyen. Míg az egyik iskolájuk (az epikureus iskola) a gyönyört fájdalommentességgként, zavartalan testi és szellemi állapotként definiálták, addig a másik (a kürénéi hedonisták) a konkrét és jelen pillanatban létező élvezetet fogadták el gyönyörnek, s így az élet értelmének. Sem a múltbeli dolgok kellemes emlékét, sem pedig a jövőbeli esetleges gyönyöröket nem tekintették valódi, komolyan vehető boldogságforrásnak. A kürénéi hedonizmus, melynek alapítója Kürénéi Arisztipposz (i. e. 435–370) volt, egy korai szókratészi iskola, mely Szókratész tanításait egyoldalúan mutatta be azáltal,

⁹ Turay 1996.

¹⁰ Arisztotelész 1997: 5.

¹¹ Hársing 2000: 45.

¹² Ide illik Antiszthenész elhíresült mondása, miszerint „Szívesebben bolondulnék meg, semmint gyönyört érezzek”. (Lásd: De Crescenzo 1995: 50)

¹³ Sebestyén 1994; Hell 2012.

¹⁴ Kidd 2005; Long 1996.

hogy annak csak az egyik oldalát hangsúlyozva kijelentette, hogy a boldogság az erkölcsi cselekedetek egyik vége, és hogy az öröm a legfőbb jó. A küreánusok előnyben részesítették az azonnali kielégülést a hosszú távon elérhető képest.¹⁵

Diogenész Laertiosz (i. u. 3. század eleje) görög történetíró a következőket írja a küreánéiek gyönyörökéről:¹⁶

„[...] és azt állítják, hogy a gyönyör maga a jó, még akkor is jó, ha az a legilletlenebb, leghelytelenebb forrásból, illetve tettekből származik. Ahogy Hippobotus az egyes irányzatokról írott esszéjében velük kapcsolatban mondja, mert még ha a tett abszurd is, [számukra] a belőle származó gyönyör kívánni való és jó.”¹⁷

Az Epikurosz (i. e. 341–270) által létrehozott epikureizmus filozófiája szerint a legfőbb jó a mérsékelt örömeiben ta-

lálható. Az általa áhított nyugalmas és félelemtől mentes életet (*ataraxia*) tudással, barátsággal és erényes, mérsékelt élettel szándékozta elérni. Úgy gondolta, hogy a testi fájdalom (*aponia*) megszűnik a világ működésének és az egyén vágyai határának az ismeretében.¹⁸

„Az élet célja a gyönyör, de nem a romlott erkölcsűek és az életművészek gyönyöre, ahogyan néhány tudatlan ember hiszi, aki nem akar minket megérteni, hanem a testi szenvedés hiánya, és a lelki szenvedés hiánya.”¹⁹

Vagyis a fájdalomtól és félelemtől való megszabadulás a boldogság legmagasabb formája.²⁰ Az élet epikuroszai értelmezése elutasítja a halhatatlanságot és a misztikumot. Elfogadta a lélek létezését, de úgy tartja, hogy az a testhez hasonlóan halandó. Így nincs halál utáni élet, nem kell félni a haláltól sem, mivel:

„A halál nem jelent semmit számunkra; ami felbomlik, érzékelése megszűnik, és amit nem érzünk, semmit nem jelent számunkra.”²¹

Időben egy nagyot, a közelebbi múltba ugorva megemlíthetjük még a felvilágosodás filozófiáját, mint olyat, amely némiképpen az életértelem-kutatások szellemiségét is átalakította, új dimenziót nyitva meg előttük.²² Ez az eszmerendszer az

¹⁵ *Küreánéi hedonizmus* 1995.

¹⁶ Fő műve a filozófiában kitűnő tekintélyek életéről és gondolatairól szóló tízrészes munka, a „*Philosophón bión kai dogmatón szünagógé*” (Filozófusok életének és tanainak gyűjteményes összefoglalása, magyarul *A filozófiában jeleskedők élete és nézetei* címmel több kiadásban is megjelent). A könyv filozófiai iskolákat, irányzatokat ír le, ugyanakkor számos antik filozófus életrajzát és munkásságát is bemutatja. (http://hu.wikipedia.org/wiki/Diogenész_Laertiosz, 2012.10.24)

¹⁷ Az idézett szöveg angol fordítása így hangzik: „*And they assert, too, that pleasure is a good, even if it arises from the most unbecoming causes, as Hippobotus tells us in his Treatise on Sects; for even if an action be ever so absurd, still the pleasure which arises out of it is desirable, and a good.*” (Laertius)

¹⁸ Giovanni 1985.

¹⁹ Sárosi 1966. [<http://www.mek.iif.hu/porta/szint/tarsad/filoz/gorog/epikuros.hun>]

²⁰ Furley 1999: 210.

²¹ Russell 1946.

²² Michel de Montaigne (1533-1592) és René

európai filozófia és gondolkodás természetét is gyökeresen megváltoztatta, s ez a változás drasztikusan hatott a világ valamennyi gondolkodó iskolájára. Az Isten iránti odaadás és a Neki való alárendeltség eszménye nagyrészt kicserélődött az egyéntől elidegeníthetetlen természetes *jogok* eszméjével, az *értelem* lehetőségével és felsőbbrendűségével, valamint a *szabadság*, *egyenlőség* és *állampolgárság* eszméivel.²³ Az e filozófiára épülő *liberalizmus* pedig az egyén úgynevezett szabadságát tekinti a legfontosabb célnak.²⁴ Tekintsük most át a védikus hagyományok által tanított és a védikus társadalom által elfogadott életértelem-lehetőségeket!²⁵

Descartes (1596-1650) a jelenségekkel, történésekkel és ideológiákkal kapcsolatos szkepticizmus szükségességét és a tudás természetének megismerését hangsúlyozta. Benedictus de Spinoza (1632-1677) a világegyetemmel kapcsolatos egységes szemlélet kialakítását sürgette, amely szemléletben Isten és Természet ugyanaz. Ez a nézet egyébként központi elvvé vált a felvilágosodásban Newtontól (1643-1727) egészen Jeffersonig (1743-1826). Ennek az elvnek az égisze alatt kutatta George Berkeley (1685-1753), David Hume (1711-1776) és nagyrészt Immanuel Kant (1724-1804) is a lét és az észlelés közötti kapcsolatot. John Locke (1632-1704) a tapasztalati tudás felsőbbrendűségének hirdetése mellett többek között a törvények és az egyéni jog központba állításával járult hozzá e filozófia kikristályosodásához

²³ Lendvai – Nyíri 1997. [<http://nyitottegyetem.phil-inst.hu/filtort/ktar/vw/vwfvfvlv.htm>]

²⁴ Coady 1995: 440.

²⁵ Védikus hagyomány alatt értem mindazokat a vallási és lételmélet-filozófiai irányzatoknak a tanításait, amelyeket a hindu társadalom egésze, bizonyos esetekben egy része irányadónak fogad

A védikus irodalom életértelem-definíciói

Az emberi létezés értelméről és céljáról a hinduizmus szentírási rendszere, a Védikus irodalom is részletesen beszél. Eme isteni kinyilatkoztatásokon és szent embeerek szakrális közösségeiben továbbgondolt tanításokon nyugvó lételméleti modell az anyagvilágba került ember életében négy emberi értéket (*purusa-artha*),²⁶ létértelemet sorol fel, amiért az emberek nemtől, kortól, társadalmi helyzetétől és nemzetiségétől függetlenül szinte mindent megtennének.²⁷ E négy emberi értékbe valamennyi eddig felsorakoztatott életcél illetve életértelem besorolható.

1.) Az első ilyen életcél az anyagi gyarapodásra való törekvés (*artha*) eszménye. Ez az életcél azon az anyagelvű gondolkodásmódon alapul, amely szerint a jobb anyagi körülmények automatikusan eredményeznek boldogságot ebben a világban. Az érzéktárgyak bűvöletében a boldogságot kutató ember azonban csak kötöttségeket, bilincseket, s a pillanatnyi boldogságot hamar elfeledtető szenvedést talál. A ragaszkodások tárgyainak megszerzéséért tett erőfeszítés fájdalmanál csak egy nagyobb szenvedés-forrás létezik a számára, a megszerzettek elvesztéséből fakadó. Az anyagi gyarapodásra való törekvés a vágyak beteljesítésének címén egyre több vágyat és szubjektív életcél generál, amelyek az embert könnyen az ér-

el, s amelyeknek az elméleti és gyakorlati alapját a védikus irodalom tanításai adják.

²⁶ Gavin 1996: 17.; Vaman Shivram 1965: 626; Hopkins 1971: 78.

²⁷ Tóth-Soma 2009: 7-9.

zékiszervek szolgájává tehetik, ami után már az evésen, alváson, védekezésen és a szaporodáson kívül gyakorlatilag kép- telenné válik más, magasabb rendű élet- célok felé fordulásra.²⁸

2.) A második lehetséges életcél az úgy- nevezett erkölcsös életvitel (*dharma*) pusztán önmagában, amely a Védák erkölcsi tanításaival és a természet törvényeivel való összhangban élést jelenti. Az erköl- csös életvitel önmagában boldogságfor- rás lehet, hiszen a büntelen élet viszony- lag könnyű, mentálisan és érzelmileg ke- vésbé terhelt életet és gondolatokat jelent. Az ilyen élet, amelyet a *dharma* elveihez (lemondás, tisztaság, kegyesség és igaz- mondás)²⁹ történő ragaszkodás jellemez, nem feltétlenül mentes a tragédiáktól, ugyanakkor tartást és belső örömet ad az embernek. A *dharma* életcélként való kö- vetésének ez a boldogság az alapja, s mint ilyen, még mindig énközpontú. A védikus irodalom kijelenti, hogy a *dharma* önma- gában nem lehet a végcélja egy emberi életnek. A *dharmikus* élet minden ember számára javasolt és követendő, azonban ez csupán eszköz egy magasabbrendű cél, a lelki tudat eléréséhez.³⁰

3.) A harmadik életcél, amely szorosan kapcsolódik az előző kettőhöz, a közvet- len érzéki élvezet (*kāma*). Életcélként tör- ténő megfogalmazásának az alapja az em-

ber fizikai testével való azonosulása. Ennek a testtel való azonosulásnak az oka az élő- lény önmaga eredeti lelki, transzcenden- tális természetéről szóló tudatlansága (*avidyā*). E hamis egónak (*ahamkāra*) a következménye az, hogy az ember a sa- ját érdekeit az anyagi test és az érzékszer- vek úgynevezett érdekei szerint határoz- za meg,³¹ így a boldogságot, melyre ter- mészetéből adódóan vágyik, a külvilág érzéktárgyainak fizikai megtapasztalásá- tól reméli. Ez a tapasztalat azonban lehet élvezetes, de szenvedést okozó is, főleg akkor, ha a reményeinket nem, vagy nem a terveink szerint tölti be.

A *Bhagavad-gītā* kijelenti:

„Az emberben az érzékek tárgyain el- mélkedve ragaszkodás ébred azok iránt. E ragaszkodásból kéj támad, a kéj pe- dig dühöt szül. A dühből teljes illúzió ered, az illúzióból pedig emlékezetza- var. Ha zavart az emlékezet, elvesz az értelem, s az értelem elvesztésével az ember ismét visszasüllyed az anyagi lét mocsarába. De aki mentes minden ragaszkodástól és ellenszenvtől, és ké- pes a szabadság szabályozó elveinek gyakorlása révén uralkodni az érzéke- in, [...] annak számára megszűnik az anyagi lét háromféle szenvedése, s eb- ben az elégedett tudatban értelme ha- marosan megszilárdul.”³²

4.) Ha valaki az érzéki élvezet rendsze- res aktív tapasztalását követően megérti, hogy a hön áhított boldogságot ezen a mó-

²⁸ *Śrīmad-Bhāgavatam* 5.5.3 (későbbiekben: *ŚBh.*).

²⁹ *ŚBh.* 1.17.24.

³⁰ „A *dharma* minden fajtája a végső felszabadulást szolgálja, és sohasem szabad anyagi haszon érdekében végezni. A bölcsek szerint annak, aki alapvető kötelessége szerint végez szolgál- latot, sohasem szabad az anyagi nyereséget érzékielégítésre használnia.” (*ŚBh.* 1.2.9)

³¹ Tóth-Soma 2005: 27.

³² *Bhg.* 2.62-65.

don minden erőfeszítése ellenére sem sikerült elérnie, s hogy az anyagvilágban tapasztalható szenvedéseket sem sikerült kiküszöbölnie, akkor elkezdhet vonzódni az anyagi világban tapasztalható szenvedésektől való végső megszabadulás, a születés és a halál körforgásából (*samsāra*) történő kiszakadás (*mokṣa*) eszményéhez. Tekintettel arra, hogy a hindu hagyományok az anyagvilágban tapasztalható boldogságot a szenvedések időleges csökkenésének, pillanatnyi megszűnésének tekintik, a végső felszabadulás e személyek számára a tökéletesen boldog állapotot jelentheti.³³ Ez a törekvés, bár túlmutat a fizikai világon, még mindig „evilágból motivált”. Ennek a gondolkodásnak gyakorlatilag az anyag tagadása és nem a transzcendens elfogadása az alapja. Mindezek mellett a védikus irodalom szerint „*a felszabadulás az élőlény állandó helyzete örök formájában, melyet akkor nyer el, amikor elhagyja a folyton változó durva és finom anyagi testeket.*”³⁴ Ha valaki

nincs felszabadult helyzetben, számára a felszabadulás útja követendő, de nem a szenvedések megszüntetése, hanem önmaga eredeti lelki helyzetébe való visszatérése érdekében.

A fent említett négy emberi életcél mindegyike szubjektív életcél,³⁵ amelyek az ember éppen aktuális testi önazonosításán alapulnak. Ha változik az önazonosítás jellege, vagy változnak a körülmények, akkor változik maga az életcél is.

A szennyezett tudat szintjei és a nem valós önazonosságok

A védikus irodalom transzcendenciáról szóló részei hangsúlyozzák, hogy az egyéni élőlény eredeti helyzetében halhatatlan, változatlan és örök élőlény,³⁶ aki anyagvilághoz fűződő ragaszkodásának köszönhetően rákényszerül arra, hogy újra és újra megszülessen ebben a fizikai környezetben, azonosítva önmagát a testével.³⁷ Ennek a testi önazonosításnak többféle szintje van. Patañjali ezt úgy fogalmazza meg, hogy amikor valaki nincs az önmegvalósítás állapotában, s nem is gyakorolja annak folyamatát, akkor az anyagi tudatának éppen aktuális állapotaival azonosul.³⁸ Így ezeknek az önazonosságoknak és tudatállapotoknak gyakorlatilag számtalan formája létezik, melyek különböző önazonosítási

³³ Bhaktivedanta Svāmī a hinduizmus *gauḍīya-vaiṣṇava* irányzatának tanítómestere ezzel kapcsolatban így fogalmaz: „Az élőlény anyagi léte nem más, mint a valóságos élet beteges állapota. A valódi élet a lelki lét, a brahma-bhūta lét, amelyben az élet örök, gyönyörteljes és tudással teli. Az anyagi lét átmeneti, illúzióval és nyomorúsággal teli, s nélkülöz minden boldogságot. Nem más, mint hasztalan kísérletezés, hogy megszabaduljunk a gyötrelmekről, s amelyben a szenvedés átmeneti megszűnését nevezik tévesen boldogságnak.” (*ŚBh.* 1.2.6, magyarázat)

³⁴ *muktir hitvānyathā rūpam sva-rūpeṇa vyavasthitih* (*ŚBh.* 2.10.6) E versben említett durva fizikai test a föld (*bhūmih*), víz (*āpaḥ*), tűz (*analaḥ*), levegő (*vāyih*) és éter (*kham*) metafizikai elemekből álló, érzékekkel tapasztalható testre-, a finomfizikai

test kifejezés pedig az elme (*manah*), értelem (*buddhiḥ*) és hamis egóból (*ahamkārah*) álló anyagi tudatra vonatkozik.

³⁵ Lásd az 5. lábjegyzetet.

³⁶ *Bhg.* 2.17, 20, 23-25.

³⁷ *Bhg.* 2.22.

³⁸ *Yoga-sūtra* I.4 (Lásd Tóth-Soma 2011).

fókuszponttal és többféle szinten jönnek létre. Tulajdonképpen különböző finomságú „színezett” tudati rétegek (*kośák*) ezek, amelyek az önvalót befedve, a valódi én körül kialakulva elfedik annak eredeti személyiségét, illetve önazonosságát. A számtalan önazonosulási lehetőséget a védikus hagyomány öt csoportba osztja, öt *kośáról* téve említést. Ez az öt *kośa* 1.) az *anna-maya-kośa*, vagyis a durva-fizikai szintű énkép, 2.) a *prāṇa-maya-kośa* a cselekedetek szintjén rögzült énkép, és 3.) a *mano-maya-kośa*, vagyis az elme szintjén rögzült énkép. Ezek felett az önvalót már ismerő 4.) *vijñāna-maya-kośa* és 5.) az önvalót már nemcsak ismerő, hanem ezen a szinten gondolkodó, érző és cselekvő, boldogsággal teli önazonosság anyagi tudatban történő megnyilvánulása az *ānanda-maya-kośa* finomfizikai rétegei találhatók.³⁹

Mindegyik anyagi tudatréteg ebben a sorban az előtte lévőön belül helyezkedik el, és egyre finomabb önazonosítási szintet jelent. A felsoroltak közül az első három az, amely tudatszintek az emberek többségének életében domináns szerepet kapnak, s csak kevesek jutnak el a filozófiai gondolkodás azon dimenziójába (*vijñāna-maya-kośa*, *ānanda-maya-kośa*), ahol az *abszolút létértelem* kutatásának az alapvető kérdései megfogalmazódnak (*Ki vagyok? Honnét származom? Mi a létezésem valódi és eredendő abszolút célja?*).⁴⁰ Nézzük meg részletesen is azt, hogy ezek mit jelentenek!

³⁹ Grimes 1996: 167.

⁴⁰ Tóth-Soma 1997: 136-137.

Az első a látható, érzékszervekkel tapasztalható, s a „bőrből, húsból, vérből, velőből, csontból, zsírból és spermából” álló durvafizikai testtel való teljes azonosulás⁴¹ tudatszintje (1), amelynek hatására kizárólag a fizikai testünk jelenik meg az énképünkben, mint domináns, önmagunk értékét meghatározó tényező. Azt hiszem, érthető, hogy ez az önazonosság kizárólag a test és az érzékek elégedettségét tekinti az élet legmagasabb rendű céljának, s az érzékszervek szintjén is elsősorban az információszerző érzékszervekhez kapcsolódik.⁴² Az effajta önazonossággal rendelkező ember világképe is főleg e dimenzió keretei között található dolgokat tartalmaz. Értékrendje is erre épül, s önmagát és más embereket is annak alapján értékeli, hogy azoknak az anyagi teste és testüknek a lehetőségei az érzéki életvezetre mennyire felelnek meg az ő elvárásainak. A szennyezett tudat eme önazonosítási szintjén a „kövér/sovány vagyok”, a „férfi/nő vagyok”, a „hosszú/rövid hajú” stb. vagyok-hoz hasonlatos énképek dominálnak. Mivel ez a gondolkodás a „táplálékkal növekvő test” szintjén zajlik, ezt az önazonosítási szintet *anna-maya-kośának* nevezik.⁴³ Mivel a durvafizikai testünk ideiglenes és folyamatosan

⁴¹ *Mudgala Upaniṣad* 4. fejezet. <http://www.messagefrommasters.com/upanishads/mudgalaupanishad.htm> 2012.10.24; Lásd még a *ŚBh.* 11.26.21 versét: „[...] az anyagi test, mely bőrből, húsból, vérből, izomból, zsírból, velőből, csontból, vizeletből és genyiből áll.”

⁴² Az információszerző érzékszerveink a szem, a fül, az orr, a nyelv és a bőr. Lásd: Tóth-Soma 1997: 151.

⁴³ *Anna*=táplálék, gabona (Monier-Williams 1999).

változó, az ehhez kapcsolódó önazonosság jellege is állandóan változik.⁴⁴

A második szintje az anyagi önazonosításunknak az úgynevezett *prāṇa-maya-kośa*, amely tulajdonképpen az élettevékenységeinkhez és cselekedeteinkhez kapcsolódik, melyeket a *prāṇa* (a testben működő asztrális rendszer)⁴⁵ és a cselekvő érzékszervek⁴⁶ hoznak létre (2).⁴⁷ Azok az emberek, akik döntően ilyen fókuszponttal rendelkező önazonosítással rendelkeznek, önmagukra a tetteikkel kapcsolatban tekintenek. Az énkép ez esetben konkrét cselekedetmintákhoz kötődik, amelynek során valaki a munkájával, a hivatásával, a hobbijával stb. azonosul. A *prāṇa-maya-kośa* által dominált egyén értékrendjének az alapja is ez az önazonosítás, amelyet kiterjesztve az egész emberi társadalomra alkalmaz. Önmaga és mások értékét is az alapján méri, hogy milyen jellegű tevékenységet végez, vagy végeznek mások, s hogy az milyen helyet foglal el a társadalmi értékhierarchiában. Egy ilyen önazonosság azonnal összeomlik akkor, amikor például valaki elveszíti az önazonossága alapjául szolgáló munkáját, illetve munkahelyét. Azt hiszem, nem kell ecsetelnem egy ilyen öna-

zonosság-krízisnek a lehetséges következményeit.

A tiszta lélek eredeti tudatát befedő harmadik nem természetes önazonosítási „burok”, melynek kialakításában elsősorban az információszerző érzékszervek és az elme vesznek részt,⁴⁸ a *mano-maya-kośa*, vagyis az elme szintjén kialakított és a gondolatokkal való önazonosulás.⁴⁹ A feltételekhez kötött, testet öltött élőlény e *kośa* domináns jelenléte esetén ideológiákkal, gondolati mintázatokkal azonosul. Így válik valaki „egzisztenciális” – a létezésének értelmét megalapozó, illetve igazoló – kommunistává, természetvédővé vagy akár vallásos emberré is, ha az adott vallásnak vagy önmegvalósítási folyamatnak nem a szellemisége (az Úr szolgálata és a felszabadulás) az elsődleges számára, hanem az az önazonosság, amelyet általuk megkaphat, illetve létrehozhat. Az ilyen jellegű ideológiakövetést ugyanaz az „én és enyém” felfogás jellemzi,⁵⁰ mint bármely más anyagi tevékenységet.

A negyedik önazonosítási burok, amely a tiszta lelket befedi, az az intelligencia⁵¹

⁴⁴ Śaṅkarācārya: 154-164.

⁴⁵ A *prāṇa* egy fizikai „életenergia”, amely a durvafizikai test legfinomabb szintjén közvetlenül felelős a test életfolyamataiért. Működését a testben jelenlévő önvaló, a transzcendentális lélek teszi lehetővé. Lásd. Gaura Krisna 2008: 51-52.

⁴⁶ A cselekvő érzékszervek, a hangadás szerve, a kéz a láb, a nemi szervek és a végbélnyílás. Lásd Tóth-Soma 1997: 151.

⁴⁷ Śaṅkarācārya: 164-165.

⁴⁸ Uo. 167-183.

⁴⁹ Az elme (*manas*) a finomfizikai test azon eleme, amely, mint egy koordináló egység, összehangolja az érzékszervek működését. Mérlegel és javasol az „én” illetve az intelligencia számára, s az örömet és a fájdalmat tapasztalja. Fő feladata a gondolkodás, az érzés és az akarat funkcióinak gyakorlása. Lásd: Tóth-Soma 2005: 26.

⁵⁰ Śaṅkarācārya: 167, 178.

⁵¹ Az intelligencia (*buddhi*) a finomfizikai test azon eleme, amely az irányítója az elmének és az érzékeknek is. Megkülönböztető képessége által segít meghatározni a tárgyak természetét, amikor azok az érzékek hatókörébe kerülnek. Funkciói között a legfontosabbak a kételkedés, a körülöttünk lévő

és az információszerző érzékszervek által együtt kialakított *vijñāna-maya-kośa*.⁵² Ez tulajdonképpen az önvalót már ismerő intelligencia szintje, mely megérti a korábban említett önazonosítási szintek ideiglenes természetét.⁵³ Az ember ekkor már különválasztja a testet, a léttüneteket és az elmét a lélektől, de még önmagát nem képes teljes mértékben transzcendentális lélekként azonosítani.⁵⁴ Erről a negyedik önazonosítási színtről az egyén vagy viszsztatér az *anna-maya-kośa*, *prāṇa-maya-kośa* és *mano-maya-kośa* által diktált elvek valamelyikéhez, vagy pedig a lelki élet rendszeres gyakorlásával továbbfejlődve a következő *ānanda-maya-kośa* szintre emelkedik.

Az *ānanda-maya-kośa* az ötödik és a legutolsó a sorban. Ez az önvalót már nemcsak ismerő, hanem tapasztaló, s ezen a szinten gondolkodó, érző és cselekvő, boldogsággal teli (*ānanda*) önazonosság állapota, amely tulajdonképpen az önva-

ló tulajdonságait teljesen tükröző intelligenciával történő azonosulás állapota. Az *ānanda-maya-kośát kauzális*, vagyis *okozati testnek* is nevezik, mert erre épülnek rá a *hamis én* már említett rétegei. Ez a tiszta tudatállapot lelki boldogsággal teli, amelyet azonban még nem a lélek, hanem a finomfizikai test szintjén tapasztal meg az ember.⁵⁵

A valódi cselekvő, tapasztaló és tudatos lény a lélek, de ezen az önazonosítási szinten az élőlény összetéveszti az intelligenciát (*buddhi*) mint finomfizikai elemet az önvalóval (*ātma, jīva*). Nem is csoda, hiszen a tiszta intelligencia teljes mértékben az önvaló tulajdonságait tükrözi vissza. Az intelligencia ez esetben önmagát ruházza fel a cselekvő és tapasztaló szereppel, konkrétan megélve azt, azt gondolván, hogy ő az önvaló. Ami miatt ez még mindig egy önvalót befedő (bár nagyon finom) burkolat, az az, hogy az intelligencia ez esetben csak tükörként funkcionál, amely igaz, hogy pontosan, de még mindig csak *tükrözi* az önvalót. Önmaga nem örök, de még csak a tudat jeleit sem mutatja a lélek jelenléte nélkül. Keletkezését tekintve az anyagi energia hozza létre.⁵⁶

dolgok (és az önazonosságunk) téves vagy éppen helyes felfogása, észlelése, valamint a memória és az alvás. A téves és helyes észlelés attól függ, hogy mennyire tartjuk tisztán az intelligenciánkat. A tiszta intelligencia ebben az értelemben azt jelenti, hogy megérti az *anna-maya-kośa*, *prāṇa-maya-kośa* és *mano-maya-kośa* tudatszintek ideiglenes természetét. Az ilyen tiszta intelligenciával lehetséges a valódi én megértése. Lásd *ŚBh.* 3.26.29-30, ill. Tóth-Soma 2005: 26.

⁵² Śaṅkarācārya: 184-188.

⁵³ Śrīla Śācinandana Svāmi *gauḍīya vaiṣṇava* lelki tanító-mester erről a tudatszíntről a következőképpen fogalmazott: „Ekkor az ember felismeri, hogy az anyagi világban a legtöbb ember olyan dolgokat szeretne, ami nincs, olyan pénzen, ami nincs, hogy olyan emberekre tegyen jó benyomást, akiket nem szeret.” Fészek Klub, Budapest 1991.

⁵⁴ Tóth-Soma 1997: 137.

⁵⁵ Śaṅkarācārya: 189-191.

⁵⁶ Bizonyos források arra utalnak, hogy az intelligencia a szenvedély kötőerejéből (*rajo-guṇa*) származik (*ŚBh.* 3.26.29). A kötőerők (*guṇák*) az anyagi világban működő olyan univerzális energiák, amelyek mindennek a természetét és működését meghatározzák. A *sattva* (jóság és fény), a *rajas* (szenvedély és aktivitás) és a *tamas* (sötétség, tétlenség) minősége az egész anyagi teremtésben meghatározó szerepet játszik. Tóth-Soma László 2005: 34.

Patañjali a jóga-filozófia egyik prominens képviselője ezzel kapcsolatban a következőket mondja:

”A *sattva* [által dominált tiszta intelligencia] és a *puruṣa* vagyis a lélek [egyaránt] határtalannak és anyaggal nem keveredőnek tekintése, valamint egymástól meg nem különböztetése tulajdonképpen anyagi tapasztalat (*bhoga*). A *sattva-guṇa* az anyagvilág részeként valójában a lélek céljait szolgálja. A lélek saját céljára [az anyagi világtól való elszakadására] irányított *saṃyama* által a róla szóló [transzcendentális] tudás megismerhető”.⁵⁷ Aki megérti és megtapasztalja a *sattva-guṇa* (az anyagi energia legfinomabb formája) [által dominált intelligencia] és a transzcendentális lélek (*puruṣa*) közötti teljes különbséget, s csak így lát, az a létezés valamennyi állapota fölött hatalmat nyer, és szert tesz a mindentudás képességére is.⁵⁸

A tiszta lélek tulajdonságai és a felvett önazonosságok kapcsolata

Az eredeti énünk tökéletes megtapasztalása a felszabadulást követően a tiszta lélek szintjén valósul meg. Ez a tiszta lélek, vagy más, a védikus szentírásokban található szanszkrit neveken nevezve *jīva*, *ātman*, *puruṣa*, eredeti helyzeté-

ben örök léttel (*sat*), tudattal és teljes tudással (*cit*), valamint teljes boldogsággal (*ānanda*) rendelkező transzcendentális formát (*vigraha*) birtokol. Nem anyagi lény, aki e világba kerülve elfeledte eredeti önazonosságát. Jelenlegi feltételekhez kötött helyzetében, amelyet az illúzió (*māyā*) jellemez, eredeti tulajdonságainak – mint egy tudattalan emlékezésnek köszönhetően – csupán a hiánya jelenik meg.

Ez eredményezi végül azt, hogy a természeténél fogva örök élőlény ebben az anyagi testben is az öröklétet kutatja, s lehetőségeihez képest próbálja megvalósítani azt. Gondoljunk csak a teljes wellness iparra, a szépségápolás eszközeire, a testépítő szalonokra, a plasztikai sebészetre és egyéb „fiatalító technikákra”, amelyek mind az anyagi test fiatalon tartására, változásának megállítására, illetve e változás elfedésére törekednek.

A lélek eredetileg tudással teli természetete okozza az ember végtelen tudásszomját. A tudás lehetőséget jelent, a korlátaink tágulását, legyen ez a tudás bármilyen jellegű. A tudás az önvaló tiszta szintjén természetesen kapcsolódik össze a boldogság fogalmával.

Az élőlény eredeti boldogságtermészete jelen helyzetünkben a kiapadhatatlan boldogságkeresésben mutatkozik meg. A keresést értelemszerűen mindig a hiány motiválja. A probléma e boldogságkeresésben azonban az, hogy nem azon a szinten zajlik, amely szintről ez a boldogsághiány ered. Az élőlény a fent említett hiányérzetek változatos fajtáinak fizikai testen és a környező világon, mint eszközökön keresztül történő beteljesítésével re-

⁵⁷ *sattva-puruṣayor atyantāsamkīrnayoḥ pratyayāviśeṣo bhogaḥ parārthatvāt svārtha-saṃyamāt puruṣa-jñānam* – *Yoga-sūtra* 3.36. (A cikk szerzőjének fordítása, lásd Tóth-Soma 2011.)

⁵⁸ *sattva-puruṣānyatā-khyāti-mātrasya sarva-bhāvādhiṣṭhārtvīm sarva-jñārtvīm ca* – *Yoga-sūtra* 3.50. (A cikk szerzőjének fordítása.)

méli az eredeti transzcendentális állapotának visszaállítását. Pedig amit keres, az nem e világban van.

Az ötödik út, avagy az abszolút élet-értelem-kutatás lehetőségei

A hindu szentírások megmagyarázzák, hogy azon emberek számára, akik megértették a korábban említett szubjektív életcéloknak és az anyagi szinten zajló boldogságkeresésnek az ideiglenes és felszínes jellegét, azok számára az *artha*, *dharma*, *kāma* és *mokṣa* ösvényein túl létezik egy ötödik út, amelyet az ötödik emberi értéknek tekintenek (*pañcamapurusa-artha*).⁵⁹

Az ötödik útra való rálépés követelménye az, hogy az ember felismerje az általa elfogadott téves önazonosságokat (*annamaya*, *prāna-maya*, *mano-maya*), s ezeken túllépve felismerje és értékelje ön maga valódi énjét és tulajdonságait. Ez az ötödik út a létezésünk forrásával, Istennel történő, szeretet általi, s az egyéniséget megőrző összekapcsolódás útja, amelyet egy szóval *yogának* nevez a védikus irodalom. Ez az út, bár nem ez a közvetlen célja, automatikusan magában foglalja a transzcendentális lélek megismerését és az anyagi létből való tökéletes felszabadulását.⁶⁰ Ez az út a teljességbe vezet,

amelyben az élőlény visszatér eredeti lelki helyzetébe, kiszakadva a születés és halál ismétlődő körfolyamatából. Az emberi élet és a létezés abszolút célja valójában nem más, mint önmagunk transzcendentális énjének, megismerése, a végső forrással, Istennel való kapcsolatának visszaállítása.

A Legfelsőbbel való összekapcsolódás legfontosabb eszközeit a védikus irodalom részletezi. A számos folyamat és lelki gyakorlat közül az önmegvalósítás folyamatának három leginkább hangsúlyos univerzális elemét emeli ki, amelyeknek egyidejű gyakorlását javasolja. Ezek az elemek 1.) az érzékek lemondások általi szabályozása (*tapah*, *vairāgya*), 2.) az önvaló és a transzcendens védikus írások segítségével történő tanulmányozása (*svādhyāya*, *siddhānta-śravaṇa*) és 3.) a Legfelsőbb Úr iránti odaadás (*bhakti*, *īśvara-praṇidhāna*, *īśvara-pujana*) gyakorlása.⁶¹ Az önmegvalósítás e három eleme, e három folyamat minden hiteles jógairányzatban jelen van valamilyen hangsúllyal, megtisztítva a gyakorlót az ideiglenes természetű életcélokhöz való ragaszkodástól.

A *tapah* folyamata a test (és az érzékszervek), a beszéd és az elme olyan önként vállalt vezeklése, illetve lemondása, amely megtisztítja az ember létét, s csök-

⁵⁹ „A vallásosságot, az anyagi gyarapodást, az érzékietelgítést és a felszabadulást az élet négy céljának nevezik, de az Isten iránti szeretet, az ötödik és legmagasabb rendű cél mellett ezek oly jelentéktelennek tűnnek, mint az utcán heverő szalmaszál.” (*Caitanya-caritāmṛta*, *Ādi-līlā* 7.84)

⁶⁰ „Azt az állapotot, amikor az élőlény tudata az anyagi természet három kötőerejéhez vonzódik,

feltételekhez kötött életnek hívják. Am ha tudata az Istenség Legfelsőbb Személyiségéhez ragaszkodik, akkor a felszabadulás tudatállapotában van.” (ŚBh. 3.25.15)

⁶¹ Lásd például a ŚBh. 3.25.18-19, 43, 3.32.34-35; 5.9.1-2, 7.11.8-12 verseit; a Śāṅḍilya-upaniṣad I. fejezetét, a Bhg. 17.14-17 verseket és a Yogasūtra 2.1 sūtráját.

kenti azokat a megkötöttségeket, amelyek nem engedik őt az anyag dimenzióján túl látni. E kategóriába tartoznak például a korán kelés,⁶² a reggeli fürdő, az *ekādasi*n megtartott böjt,⁶³ a vegetáriánus táplálkozás, az anyagi javak felhalmozására való hajlamunk feladása, vagy például a szexuális késztetések bizonyos alapelvek mentén történő szabályozása. Mindemellett a feljebbvalók (szülők, tanáraink) tisztelete, s a nekik való engedelmesség, az egyszerűség és az érzékszervek működésében és a cselekedetekben alkalmazott önfegyelem is ide tartoznak.⁶⁴

A *svādhyāya* a transzcendentális tudás tanulmányozását és az erről szóló elmékedést foglalja magában. Az olyan védikus szentírások, mint a *Bhagavad-gītā* és a *purāṇák*, valamint az *upanišadok* teljes mértékben átítatottak ezzel a tudással, s így képesek oltani a lelki igazságokra vágyó ember szomját. Ennek a tudásnak a fő elemei az eredeti ÉN, a lélek anyagi testtől való különbözősége, örök természete, Isten tulajdonságainak a megismérése, valamint a lélek Istennel való örök, szeretetteljes kapcsolata. A transzcenden-

tális tudás jelentőségéről a *Bhagavad-gītā* a következőket mondja:

„[...] Amint a lobogó lángok között hamuvá ég a fa, úgy hamvasztja el a tudás tüze az anyagi cselekedetek minden visszahatását; Csak akkor szilárd valaki az önmegvalósításban, és csak akkor hívják yogīnak [vagy misztikusnak], ha teljesen elégedetté vált megszerzett tudása és annak megvalósítása által. Az ilyen ember transzcendentális szinten áll, s önfegyelmezett. Mindent egyenlőnek lát, legyen az kavics, kő vagy arany.”⁶⁵

A *tapaḥ* és a *svādhyāya* folyamata gyakorlatilag felkészíti a lelki gyakorlót a harmadik ely, az Isten iránti odaadás elvének minőségi követésére.⁶⁶

Az *Īśvara-praṇidhāna*, vagyis a *bhakti* folyamata a Legfelsőbb Úr iránti odaadásunk felébresztésének folyamata. Ez Isten odaadó szolgálata, melynek kilenc hiteles eleme közül az első három, Istentől halani (*śravaṇam*), Istentől beszélgetni és Szent Nevét énekelni (*kīrtanam*), valamint a Reá való emlékezés (*smaraṇam*) a legfontosabb.⁶⁷ Ez a három folyamat köz-

⁶² Ez a fogalom a védikus hagyományokban a hajnali órákat jelenti, de főleg az ú.n. *brāhma-muhurta* időszakot, amely a napfelkelte előtti másfél-két órát jelenti. Ez az időszak különösen alkalmas lelki gyakorlatok (pl. transzcendentális írások tanulmányozása, meditáció) végzésére.

⁶³ Az *ekādasi* a minden telihold és újhold utáni tizenegyedik napot jelenti, amely a védikus-hindu tradíció szerint különösen kedvező a böjt megtartására. Ezen a napon a lelki gyakorlók nem fogyasztanak gabonát, lisztes magvakat, hüvelyes zöldségeket, s több lelki gyakorlatot próbálnak végezni.

⁶⁴ *Bhg.* 17.14-17.

⁶⁵ Uo. 4.37, 6.8.

⁶⁶ „A komolyan érdeklődő tanítvány vagy bölcs, kellő tudással és lemondással felvértezve, odaadó szolgálata által ismerheti fel az Abszolút Igazságot úgy, ahogyan azt a Vedānta-śrútiból hallotta.” (*SBh.* 1.2.12)

⁶⁷ „Hallani és énekelni az Úr Viṣṇu transzcendentális szent nevééről, formájáról, jellemzőiről, személyes tulajdonáról és kedvteléseiről, emlékezni rájuk, szolgálni az Úr lótusz lábát, tisztelettel imádni az Urat a tizenhatféle kellékkel, imákat mondani az Úrhoz, a szolgájává válni, a legjobb

vetlenül épül az önvaló szentírásokon keresztül történő tanulmányozására, és speciálisan a három együtt az ú.n. *nāma-japa*, vagyis a Szent Nevekről történő mantameditáció formájában valósul meg.⁶⁸ Mindennek az alaphangulata az alázat, a türelem és a hamis tekintélytől való mentesség, melyeket az a megvalósított tudás táplál, amely a gyakorló valódi lelki természetéről szól.

Śrī Caitanya Mahāprabhu *Śikṣāṣṭaka* című művében (3. vers) kijelenti:

***tr̥ṇād api sunīcena taror api sahiṣṇunā,
amānīnā mānadena kīrtanīyaḥ sadā hariḥ.***

„Énekeljük az Úr szent nevét alázatos elmével, tekintjük magunkat kevesebbnek az utcán heverő szalmaszálnál, legyünk türelmesebbek, mint egy fa, és minden hamis tekintélyérzettől mentesen álljunk készen arra, hogy minden tiszteletet megadjunk másoknak. Ilyen elmeállapotban mindig képesek leszünk énekelni az Úr szent nevét.”⁶⁹

barátunknak tekinteni Őt és mindenünket átadni Neki (más szóval szolgálni Őt a testünkkel, az elménkkel és a szavainkkal) — ez a kilenc folyamat tiszta odaadó szolgálatnak számít.” (ŚBh. 7.5.23)

⁶⁸ A *Kali-santarāṇa-upaniṣad* (1-2) tanítása szerint a *Hare Kṛṣṇa Hare Kṛṣṇa Kṛṣṇa Kṛṣṇa Hare Hare Hare Rāma Hare Rāma Rāma Rāma Hare Hare* mantra 16 szava különlegesen alkalmas a *kali*-korszak bűneinek és szennyének megtisztítására. Ahhoz, hogy valaki megmentsse magát e kor szennyező hatásától, nem talál más alternatívát az egész Védikus irodalomban, mint ennek vibrálását.” — *iti ṣoḍaśakam nāmnām kalikalmaṣanāśanam / nātaḥ parataropāyaḥ sarvavedeṣu dṛśyate* (2)

⁶⁹ Bhaktivedānta Swami ŚBh. 6.4.5. verséhez fűzött magyarázata.

Konklúzió

Természetesen a tanulmányunkban felvázolt védikus hagyományokra épülő abszolút létértelem-kép nem nullázza le az emberiség történetében a létértelem-kutatásokkal összefüggően megjelent tudományos és technikai vívmányokat, s az emberi szellem filozófiai kalandozásainak jelentős vonulatait. Következtetése azonban az, hogy ezek akkor adják a legnagyobb jót az embereknek, ha nem a relatív világhoz kötik őket, hanem utat mutatva számukra segítséget nyújtanak önmaguk lelki természetének megismeréséhez és végső forrásuk, Isten odaadó szolgálatához. A *Bhāgavata-purāṇa* ezzel kapcsolatban ezt írja:

“Az emberiség legmagasabb rendű hivatása [*dharmája*] az, amely által az ember eljuthat a transzcendentális Úrnak végzett szeretetteljes odaadó szolgálattig. Ennek az odaadó szolgálatnak töretlennek kell lennie, valamint mentesnek minden indítéktól, hogy teljes elégedettséget nyújtson az önvalónak.”⁷⁰

Felhasznált irodalom:

Apte, Vaman Shivram: *The Practical Sanskrit Dictionary*. Motilal Banarsidass Publishers, Delhi, 1965.

Arisztotelész: *Nikomakhoszi etika*. Európa kiadó, Budapest, 1997.

Śaṅkarācārya, Ādī: *Viveka-chudamani*. Tiruchengode Chinmaya Mission.

⁷⁰ ŚBh. 1.2.6

- Russell, Bertrand:** *A History of Western Philosophy*. Simon and Schuster, New York, 1946.
- Bhaktivedanta Swami, A. C.:** *Bhagavad-gītā ügy, ahogy van*. The Bhaktivedanta Book Trust International, 1996.
- Bhaktivedanta Swami, A. C.:** *Śrī Caitanya-caritāmṛta*. The Bhaktivedanta Book Trust International, 1996.
- Bhaktivedanta Swami, A. C.:** *Śrīmad-Bhāgavatam*. The Bhaktivedanta Book Trust International, 1992-1996.
- Coady, C. A. J.:** *Distributive Justice : A Companion to Contemporary Political Philosophy*. Blackwell Publishing, 1995.
- Laertius, Diogenes:** *The Life and Opinions of Eminent Philosophers II.8.8. Aristippus*.
- Flood, Gavin:** *An Introduction to Hinduism*. Cambridge University Press, Cambridge, 1996.
- Furley, David J.:** *Routledge History of Philosophy* (Volume II.) Routledge, 1999.
- Gaura Krisna Dász (Tóth-Soma László):** *Jóga tiszta forrásból – Út a test és a szellem felemeléséhez és az önvaló meg tapasztalásához*. Lál Kiadó, Budapest, 2008.
- Grimes, John:** *A Concise Dictionary of Indian Philosophy – Sanskrit Terms Defined in English*. State University of New York Press, Albany, 1996.
- Hársing László:** *A filozófiai gondolkodás Thalészttől Gadamerig*. Bíbor Kiadó, Budapest, 2000.
- Hopkins, Thomas J.:** *The Hindu Religious Tradition*. Dickenson Publishing Company, Inc., Cambridge, 1971.
- Kidd, I.:** Cynicism. In: *The Concise Encyclopedia of Western Philosophy*. Routledge, 2005.
- Lautner Péter:** *Kürénéi hedonizmus*. Kossuth Kiadó, Budapest, 1995.
- Lendvai L. Ferenc – Nyíri Kristóf:** *A filozófia rövid története*. Kossuth Kiadó, Budapest, 1997.
- Long, A. A.:** **The Socratic Tradition:** Diogenes, Crates, and Hellenistic Ethics. In: *The Cynics: The Cynic Movement in Antiquity and Its Legacy*. University of California Press, 1996.
- De Crescenzo, Luciano:** *A görög filozófia rendhagyó története*. Tercium Kiadó, Budapest, 1995.
- Monier-Williams, M.:** *A Sanskrit-English Dictionary*. Motilal Banarsidass Publishers, Delhi, 1999.
- Reale, Giovanni:** *A History of Ancient Philosophy: The Systems of the Hellenistic Age*. SUNY Press, 1985.
- Sárosi Gyula:** Epikuros levele Menoikeusnak. In: *Filozófiatörténeti szöveggyűjtemény*. Tankönyvkiadó, Budapest, 1966.
- Sebestyén Károly:** *A cinikus filozófia*. Farkas Lőrinc Imre Kiadó, Budapest 1994.
- Solomon, Sheldon – Greenberg, Jeff – Pyszczyński, Tom:** *Handbook of Experimental Existential Psychology*. Guilford Press, 2004.

- Pyszczyński, Tom:** What Are We So Afraid Of? A Terror Management Theory Perspective on the Politics of Fear. In: *Social Research, Vol 71. No.4.* 2004. (a)
- Pyszczyński, Tom:** Relationship Between Fear of Death and Political Preferences. In: *Medical News Today.* 2004. (b)
- Tóth-Soma László:** *Bevezetés a védikus irodalomba* (Oktatási segédanyag). Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola, Budapest, 2009.
- Tóth-Soma László:** *Személyiségfejlesztés felsőfokon – felülemelkedés önmagunk és környezetünk korlátain.* Lál Kiadó, Somogyvámos 2005.
- Tóth-Soma László:** *Veda-rahasya – Bevezetés a hinduizmus vallásfilozófiájába.* Bába és Társai Kiadó, Szeged, 1997.
- Tóth-Soma László:** *Yoga-sūtra I-II.* (Oktatási segédanyag). Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola, Budapest, 2011.
- Turay Alfréd:** *Filozófiatörténeti vázlatok.* Szent István Társulat, Budapest, 1996.

MÚHELY

A gauḍīya-vaiṣṇava zene irodalma

Rátkai Gergő

A zene minden civilizációban megtalálható, végigkíséri az emberiség történelmét. Míg a nyugati tudósok szerint az ének és a zene „részben sírással és üvöltéssel rokon, részben a kötött mozgásritmus születte”,¹ addig a gauḍīya-vaiṣṇava hagyomány – mint mindent – a zenét is Kṛṣṇától eredezteti.² Lényeges, hogy az indiai kultúrában a zene nem létezhet szakrális háttér nélkül, sőt mi több, a vallási létesítmények a kezdetektől a legnagyobb mércénél mindenfajta művészetnek. Tény, hogy az indiai művészet történetében a legfőbb hagyományok a klasszikus zenében, a táncban, a színház- és képzőmű-

vészetben a hindu templomokból erednek. Ennek tudható be, hogy sok előbb említett művészeti ág hanyatlása akkor kezdődött el, amikor elhagyták az eredeti vallásos mátrixukat, hogy belépjenek egy világi környezetbe, amely egy más – nem az odaadásról és spirituális témákról szóló – mondanivalóval rendelkezik.³ Éppen ezért a gauḍīya-vaiṣṇava hagyomány csak kinyilatkoztatott szentírásokat, illetve felhatalmazott személyek⁴ által írott műveket fogad el forrásul.

Az alábbi tanulmányban ezek közül a legjelentősebbeket igyekszem bemutatni.

A gauḍīya-vaiṣṇava zene kutatásának nehézségei

Mindenekelőtt szeretném megemlíteni, hogy a zenéről szóló irodalom a védikus⁵ történetírás igen gyenge pontja – valójában nem is létezik. Ennek a ténynek sötét árnya vetül a védikus művészetek ezen nagyon fontos ágát kutatni kívánó tudósra. A védikus irodalom ugyanis nem ad pontos leírást sem a hangszeres, sem pedig a vokális zenéről. Ennek ellenére vitathatatlan az a tény, hogy ebben az időszakban is virágoztak ezek a művészeti formák, hiszen a védikus irodalom sok hangszeréről ír,⁶ illetve sok történetben olvashat-

¹ Szabolcsi 1999: 9.

² Śrīmad-Bhāgavatam 1.1.1 + magy.: „Az Úr Śrī Kṛṣṇán medítálok, mert Ő az Abszolút Igazság, a megnyilvánult univerzumok teremtésében, fenntartásában és megsemmisülésében minden ok elsődleges oka.” [...] – „Vāsudeva, vagyis az Úr Śrī Kṛṣṇa minden ok oka, s minden, ami létezik, Tőle ered.” (Bhaktivedanta Swami, A. C. 1992-1995; későbbiekben: ŚBh.).

³ Saurabh Goswami – Thielemann 2005.

⁴ Olyan személyek akik a kinyilatkoztatott szentírásokon alapuló, releváns tanításokat adnak át, másnéven lelki tanítómesterek, azaz śikṣā-guruk.

⁵ Ezt a kifejezést itt Rahul Peter Das „védikus2” értelmében használom. (Das 2007: 25-42).

⁶ P.l.: mṛdaṅga-śaṅkha-bheryaś ca/vīṇā-panava-gomukhāḥ/dhundhury-ānaka-ghaṇṭādyā/nedur- Dundubhayaś tathā – „Mialatt az Úr távozni készült a hastināpurai palotából, számtalan

jük, hogy a szereplők zenélnek, énekelnek, táncolnak, de az alapelvei, rendszerei, és az előadás stílusa ismeretlen volt már a középkor tudósai számára is.

Harappában, Mohenjo Daroban, Sir Mortimer Wheeler ásátásai közben hétlyukú furulyára, húros hangszerekre, dobokra bukkant, ami azt feltételezi, hogy már ezen városok elnéptelenedése előtt évszázadokkal használták azokat.⁷

Az indiai zene történetét kutatni kívánó tudós tehát nagyon ingoványos talajra téved, amikor annak eredetét próbálja kutatni, hiszen a fennmaradt írásos anyagok elenyészőek, eredetük, koruk többnyire ismeretlen. Ennek ellenére megállapítható, hogy valójában egyik sem túlzottan ősi. Legtöbbje a mohamedán hódítás idejéből vagy későbből származik.

A másik probléma az, hogy maguk a zenei fogalmak – melyekre a még fellelhető művek építkeznek – sem értelmezhetőek pontosan a ma élő tudósok számára. Sajnálatos módon nagyon sok irat odaveszett India folytonos idegen megszállása alatt. Könyvek ezrei semmisültek meg – zene és sok egyéb más témában – Texilában, Nālandában, Varanasiban, Sārnathban, Mathurában, Ujjainben és sok más székhelyén az ősi kultúrának.⁸

A harmadik probléma az, hogy a ránkmaradt írások nem egyértelműek. A jelen kor zenekutatói többnyire nem ér-

tenek egyet egymás teóriáival, ahány kutató, annyi elmélet, amelyek sokszor elmentmondanak egymásnak. Az alábbi ismertetőben megpróbáltam összegyűjteni azokat a tényeket, amelyekben legtöbbjük egyetért.

Legősibb források

A *vaiṣṇava* hagyomány egyértelműen a Védákat fogadja el ismeretszerzési forrásként. Ez azt jelenti – amint erre a bevezetőben is utaltam –, hogy mindenfajta tudásnak, legyen az filozófiai vagy gyakorlati, kinyilatkoztatott szentíráson kell alapulnia.⁹ A *Manu-saṁhitā* is megjegyzi:

*sarveṣāṁ tu sa nāmāni
karmāni ca pṛithak pṛithak
veda-śabdebhya evādau
pṛithak-saṁsthāś ca nirmame¹⁰*

A teremtés kezdetén tehát a tudás olyan művészetekről, mint a zene, tánc, éneklés, szobrászat, tudományok és orvoslás, átadatott a megnyilvánult Védákon keresztül.

A Védák kiegészítései, az *upavedák* foglalkoznak a különböző tudományágakkal:

- az *Āyur-veda* az egészséges élet tudományát,
- a *Dhanur-veda* a hadtudományokat és a harcművészeteket,

dob — mṛdaṅgák, dholák, nagrák, dhundhurik, dundhubik — és számtalan fuvola, valamint a viṇā, a gomukha és a bherī hangjai zendültek föl, hogy tisztelüket fejezzék ki az Úr előtt.” (ŚBh. 1.10.15); Rg-veda 8.69.9, 2.43.3, 10.135.7, stb.

⁷ Massey 1993.

⁸ Shripada 1977.

⁹ Ezt a *Vedānta-sūtra* (1.1.3) is egyértelműen kijelenti: *śāstra-yonivāt*, azaz [minden tudást] az írásokból, mint forrásból [lehet megérteni]

¹⁰ „Az Úr Brahmā megtanulta a különböző dolgok neveit, az egyes rendek feladatait a Védák szavaiból, és így el tudta terjeszteni a megnyilvánult részeit a neveknek és feladatoknak.” (*Manu-saṁhitā* 1.21; idézi: Satya Nārāyaṇa – Kundalīni 1995: 28).

- a *Gāndharva-veda* a zene és a tánc tudományát,
- a *Sthāpatya-veda* pedig a matematikát és a mérnöki tudományokat mutatja be.¹¹

Az *upavedákat* néha *upapurāṇáknak* is nevezik, mert technikailag a *purāṇákkal* esnek egy kategóriába. Azok számára, akik nem fogadják el a *smṛtit* autoritásként, a Védákhoz sorolják ezeket, és így a nevük *Upavéda* lesz. A *Sthāpatya-veda* a *Ṛg-vedához* kapcsolódik, mivel ezzel meghívják az Urat. Az *Āyur-veda* a *Yajur-vedához* kapcsolódik, mert ebben találhatóak a leírások, hogy milyen fűszereket, egyéb dolgokat kell összegyűjteni a felajánlásokhoz. A *Sāma-veda* tartalmazza az imákat, így a *Gāndharva-veda* ehhez kapcsolódik, a zene, a dráma, a tánc és az Úrnak más egyéb dicsóítása ebből eredeztethető. Az *Atharva-vedához* pedig a *Dhanur-veda* kötődik, mivel ez egy sokkal általánosabb vonatkozás.¹²

Ezenken a védikus tudományokon alapszik a hatvannégy védikus művészet,¹³ melyek megtanítják, hogyan használható

a tudomány a mindennapi életben. Tehát a védikus tudományok tizennégy könyvének¹⁴ mindegyike tartalmaz művészeti elemeket is. Ezek a művészeti elemek terjednek ki és ebből jön létre a hatvannégy védikus művészet.¹⁵

A témához kapcsolódnak még az ún. *vedāṅgák*, a Védák ágai¹⁶ is, melyek a Vedapuruṣa, a megtestesült tudás testrészei. A *vedāṅgák* hozzáférést biztosítanak a Védákhoz, elmagyarázzák, hogyan kell alkalmazni a védikus tudást.

Hat ilyen *aṅga* létezik: a *vyākaraṇa* (nyelvtan), a *chanda* (verstan), a *nirukta* (szókincs), a *jyotiṣa* (matematika és csillagászat) és a *śikṣā* (a hangtan). Zenei szempontból ez utóbbi a legfontosabb.¹⁷

A védikus mantrák a szigorú szabályok szerinti megfelelő kiejtése a legnagyobb fontossággal bír a sikeres *yajña* bemutatásához.¹⁸ A *śikṣā* meglehetősen komplikált tudomány, mivel a védikus szanszkritban

¹¹ *āyur-vedaṁ dhanur-vedaṁ/gāndharvaṁ vedam ātmanaḥ/sthāpatyaṁ cāsrjad vedaṁ/kramāt pūrṣvādibhir mukhaiḥ* – „[Brahmā] Létrehozta az orvostudományt, a hadművészetet, a zeneművészetet és az építészet tudományát is, amelyek mind a Védákhoz tartoznak. Mind egymás után keletkeztek, az előre tekintő arctól kezdődően.” (ŚBh. 3.12.37) Fontos azonban megjegyezni, hogy ezek a címek valójában csak témaköröket jelölnek. Egyikük sem létezett ilyen néven úgy, mint pl. a *Sāma-veda*.

¹² Prabhupāda *Upapurāṇáknak* nevezi ezeket. (ŚBh. 3.12.38, magy.)

¹³ E művészetek felsorolását lásd: ŚBh. 10.45.35-36 magyarázat.

¹⁴ A tizennégy könyv valójában tizennégy tudományterületet jelent.

¹⁵ Bhaktividyā Pūrṇa Svāmī, A. V.: *Caturdasa-vidya* (előadás). Mayapur, 2008. November 13.

¹⁶ Az *aṅga* ágat jelent.

¹⁷ Lásd később: *Nārādīya-śikṣā*.

¹⁸ Lásd a *Śrīmad-Bhāgavatam* 6. énekének 9. fejezetében található történetet: „*Tvaṣṭā* a mantra vibrálása során hibát követett el, mert hosszan ejtette ki, ahelyett hogy röviden mondta volna, ezért a mantra jelentése megváltozott. *Tvaṣṭā* az indra-śatro szót akarta kimondani, ami azt jelenti, hogy »ó, Indra ellensége«. Ebben a mantrában az indra szó birtokos esetben van (ṣasṭhī), az indra-śatro szót pedig *tat-puruṣa* összetételnek nevezik (*tatpuruṣa-samāsa*). Szerencsétlenségére *Tvaṣṭā* hosszan vibrálta a mantrát, pedig röviden kellett volna, és így jelentése megváltozott: »Indra ellensége« helyett azt mondta, hogy »Indra, aki az ellenség«. Következésképpen Indra ellensége

minden betű kiejtéséhez négy vokális dimenziót kell figyelembe venni. Ezek: a hangmagasság (magas, mély vagy közepes), a kiejtés hossza (hosszú vagy rövid), a képzés helye (cerebrális, palatális, stb.) és a hangsúly. Valójában két másik dimenzió is létezik: a zenei minőség és a kiegyensúlyozottság. Ez egyszerűen azt jelenti, hogy a Védák éneklésének esztétikailag szépnek kell lennie.¹⁹

Az indiai zenetörténeti hagyomány azt tartja, hogy a zene a *Rg-veda* mantráinak dallamából, hangjaiból alakult ki,²⁰ tehát a *Sāma-veda* – mint egyfajta gyűjteménye ezeknek a mantráknak – kinthető a védikus zene forrásának.²¹ A Védákat az ebben meghatározott zenei sémában énekeltek, ennek neve *sāmagān*. A *sāma* azt jelenti melódia, dallam, a *gān* pedig, hogy verset énekelni. A Védák recitálása tehát a vokális zene alapja.

A *Rg-vedából* származó mantrák közül 1442 megtalálható a *Sāma-vedában*,²² ám azokat más szabályok szerint éneklük.

helyett *Vṛtrāsura teste lépett elő, akinek Indra volt az ellensége.*” (*ŚBh.* 6.9.11, magy.)

¹⁹ Bhaktividyā Pūrṇa Svāmī, A. V.: *Caturdasa-vidyā* (előadás). Mayapur, 2008. november 13.

²⁰ Shripada 1977.

²¹ V.ö.: Prajanananda 1997.

Megj1.: Jīva Gosvāmī a *Tattva-Sandarbhában* kifejti, hogy a *Sāma-veda* a legfőbb Védá (Anuccheda 22.14)

Megj2.: A *Bhagavad-gītában* azt mondja az Úr Kṛṣṇa: „*vedānām sāma-vedo smi – A Védák közül a Sāma-veda [vagyok].*”, ez is egy utalás arra, hogy Ő minden zene forrása.

²² Bár vannak olyan tudósok, akik szerint a *Yajur-* és a *Sāma-veda* ősi, mint a *Rg-veda*, tehát következőképpen ez utóbbi mantrái közt találhatók meg az előbbieknél. (Ganapati 1992)

Míg a *ṛkeket* csupán hangszínezeti különbségekkel kántálják, a *sāmanákat* – a *Sāma-veda* mantráit – ténylegesen éneklük. A *sapta-svarāként* ismert hét hangból álló zenei hangsor már a *Sāma-vedában* jelen volt, csak más neveken.²³

A *Rg-*, *Yajur* és *Atharva-vedák* kántálásánál csupán három hangot használnak, melyekben létezik némi variáció, de alapvetően csak három fajta hang.

Általánosan elterjedt tévhit, hogy kezdetben három hangszint (*svarā*) különböztettek meg, az *udāttāt*, az *anudāttāt* és a *svaritāt*. Ezek azonban nem a szó szoros értelmében vett hangszínek, hanem az adott hang képzésének helyét adják meg. Pāṇini három *sūtrában*²⁴ és azok értelmezésében (*vṛtti*) tisztázta e fogalmak valódi jelentését. A különbség a három hangszín közt a képzés helyén alapszik, attól függően, hogy a szerv, amellyel a hangot képzik, hol helyezkedik el, a szájpaddalás (*tālu*) alatt vagy felett. Így az *udātta* azt jelenti, hogy a hangképző szerv a *tālu* fölött (*ut*) helyezkedik el, az *anudātta* azt, hogy a *tālu* alatt, a *svarita* pedig e kettő kombinációja, egyfajta hajlítás.²⁵

Amikor tehát a Védákat kántálják, használható a három hang, viszont mikor a *sāmanák* szerint adják elő, az azt jelenti, hogy valóban éneklük. A *sāmanáknak* különleges potenciájuk van, hogy meghívják az áldozathoz az istenségeket.

²³ Név szerint: *prathamā, dvitīyā, tritīyā, caturtha, panchama, shashṭa, saptama, a ṣaḍja, ṛṣabha, gāndhāra, madhyama, pancama, dhaivata, niṣādha* hangok helyett, melyekről később lesz szó a következő fejezetben.

²⁴ *Aṣṭādhyāyī* 1.2.29-31. (Vasu 1997)

²⁵ Kashyap 2008.

A *sāmagānból* ered a *jātigān*, amelyben a *jāti* szó már zenei hangnemekre utal. A *jātigān* lesz az, ami a későbbiek folyamán a *rāga*-rendszerre válik.

A *brāhmaṇák* a zenét téma szerint két fő csoportra osztották: a *mārga-saṅgīta* az olyan dal, ami az istenek kedvére való,²⁶ a *deśī-saṅgīta* pedig az, ami az emberek kedvére. Mindkettő hét hangot használ, de a *mārga-saṅgītában* a dallamsorok egyértelműen be vannak sorolva hét osztályba. Név szerint: *ārcik*, ami egy hangot használ, *gāthik*, ami kettőt, *sāmik* hármat, *svarāntar* négyet, *odava* ötöt, *sādava* hatot és a *sampūrṇa*, ami hetet.²⁷

Védikus zenére találunk referenciákat a *Rg-vedában*, a *Chāndogya*- és a *Brhad-āraṇyaka-upaniṣadban*, a *Rāmāyaṇában*, a *Mahābhāratában*, azonban valódi zenei formációkra, technikákra, fogalmakra, meghatározásokra nem találunk sem a Védák *brāhmaṇa*, *saṁhitā*, *āraṇyaka* részeiben, sem pedig az *upaniṣadokban* vagy az *itihāsokban*.

Tényleges zeneelméleti leírások a *purāṇákban* és az *upapurāṇákban* lelhetők fel. Ilyenek például a *Vāyu-purāṇa*,²⁸ a *Brahmānanda-purāṇa*,²⁹ illetve a *Viṣṇu-dharmottara-purāṇa*.³⁰

Poszt-védikus források

A Kr.e. 600 körül élt filozófus, Pāṇini írta meg a történelem első nyelvtankönyvét.³¹

²⁶ Ezt adta át Brahmā Bharata muninak a *Nāṭya Śāstrāban* (*Śrī Bhakti Ratnākara* 5.251-2502).

²⁷ V.ö.: Shripada 1977.

²⁸ 24-25. fejezet.

²⁹ 61-62. fejezet.

³⁰ III. Khaṇḍa 18-19. fejezet.

³¹ Címe: *Aṣṭādhyāyī*. (Staal 1988: 47)

Az ebben a műben használt fogalmakból, szavakból egyértelműen kiderül, hogy a zene, a tánc a dráma, de a szépművészetek is kifinomult szinten álltak akkoriban. Tény, hogy az Indiában ekkor használt egységes hangrendszert előbb a perzsák és az arabok vették át, majd rajtuk keresztül jutott el Európába, ahol csak a XI. században vált ismertté Guido d'Arezzo által.³²

Ezen korszak zenei formációinak első fennmaradt írásos nyomai Kr.e. 300-ból származnak.³³ A hagyomány azt tartja, hogy az első teoretikai művet zene témában Nārada (Muni) írta.³⁴ Szándékosan írtam a *muni* szót zárójelbe, hiszen sokan azt tartják, hogy ez a bizonyos Nārada ugyanaz, mint akiről a *Śrīmad-Bhāgavatamban* olvashatunk, de akadnak olyanok is, akik ezt kétségbe vonják.³⁵ A kutatások mindenesetre azt bizonyítják, hogy ez volt a neve annak, aki a *Nārādīya-śikṣā* című könyvet írta, és ez az a – ma is elérhető – mű, amelyben az író a történelemben először vizsgálja a zenét tudományos szemszögből.³⁶

³² V.ö.: Massey 1993.

³³ Shripada 1977. Megj.: Prajanananda Kr.u. I. sz.-ra datálja a művet.

³⁴ Mások szerint az első zeneteoretikával is foglalkozó mű a *Rikpratikshya*, mely Kr.e. 400 körül íródott.

³⁵ A későbbiek folyamán legalább négy zenetudós is a Nārada nevet használva írt könyvet zeneelméleti témában; vagy más szemszögből: Nārada négy jelentős zeneteoretikai művet is írt, ezek a már említett *Nārādīya-śikṣā*, a *Saṅgīta-makaranda*, a *Catvāriṁśacchata-rāga-nirūpaṇa* (vagy *Rāganirūpaṇa*) és a *Pañcamasāra-saṁhitā* (vagy *Pañcama-saṁhitā*).

³⁶ Shripada 1977.

A könyv írója adja meg a kapcsolatot a *Sāma-vedában* használt hét hang (*svara*), és a manapság is használt hét hang között.³⁷ E hét hang neve a következő: *Ṣadja*, *Rṣabha*, *Gāndhāra*, *Madhyama*, *Pancama*, *Dhaivata*, *Niṣādha*.³⁸

Ugyanebben a műben olvashatjuk, hogy a *svarák*³⁹ különböző állatok hangjaival egyeznek meg. A *ṣa* a páva kiáltásával, a *re* a borját hívó tehén hangjával, a *ga* a bárány bégetésével, a *ma* a kócsag sírásával, a *pa* a kakukk dalával, a *dha* a ló nyerítésével, és a *ni* az elefánt trombitálásával.⁴⁰ Fontos megjegyezni, hogy ezek nem valamiféle lelketlen, bármilyen jelentés nélküli hangszínek, hanem képesnek kell lenniük benyomást tenni a hallgató elméjére.⁴¹

1919-ben egy páratlan kéziratot fedeztek fel Gadvalban. A brit helytartó javaslatára Gadval királya megbízta R. A. K. Shastryt a dokumentum tanulmányozásával. Később ezt a tanulmányt publikálták is, *Saṅgīta-makaranda* címen, melyből kiderül, hogy a kézirat írója a kutatás szerint szintén Nārada volt.⁴² A tudósok azonban egyértelműnek tartják, hogy ez a Nārada nem ugyanaz, mint

aki a *Nāradīya-śikṣā*t írta.⁴³ A *Saṅgīta-makaranda* hasznosnak bizonyult más dokumentumok datálásában, és Śārīngadeva is fölhasználta írásához.

Talán a legfontosabb zeneelmélettel foglalkozó mű, amely máig fennmaradt, a *Nātya Śāstra* Bharatamunitól. Ebben a nagyon fontos iratban Bharatamuni leírja az előadóművészetek, így a zene és a tánc alapvető elemeit is. A zenetörténészek is egyetértenek abban, hogy ő volt az, aki lefektette Indiában a máig uralkodó zenei irányvonal alapjait, és írását bizonyítékként tartják számon arra, hogy már akkor létezett pontos zenei rendszer.⁴⁴

Bharatamuni kilétét, mint már azt az indiai zenetörténetben megszokhattuk, homály fedi. Valószínűleg Kr.e. 200 és Kr.u. 300 között élt, de Bharatamuni az invocációban leírja, hogy a *Nātya Śāstrát* magától Brahmától kapta.⁴⁵ Az éneklést (*pāṭyam*) a *Rg-vedából*, a zenét (*gītam*) a *Sāma-vedából*, a mozdulatokat és a tánc elemeit (*abhinaya*) a *Yajur-vedából* és az érzelmeket (*rasa*) az *Atharva-vedából* vette. Így tehát a *Nātya Śāstra* a Vedából és *upavedából* ered, és az első teremtett lény, az Úr Brahmā nyilatkozta ki.⁴⁶

Noha Bharatamuni sehol nem említi a *rāga* kifejezést – helyette a *jāti* szót használja, ami nála egyfajta dallami archetípus –, végső soron ezek a hangso-

³⁷ *Nāradīya-śikṣā* 1.5.1–2.

³⁸ A *Nātya Śāstra* (28.21) is ír ezekről a hangokról.

³⁹ Olyan hangok, melyek elég hosszú ideig szólnak ahhoz, hogy érzelmeket váltsanak ki a hallgatóból.

⁴⁰ *Nāradīya-śikṣā* 1.5.3–4.

Megi.: Kalinath *Saṅgīta-ratnākara*hoz fűzött kommentárjában leírja, hogy a hét *śuddha* hang megfelel a test hét részének. Más írók pedig hét szint rendeltek a hangokhoz. (Massey 1993).

⁴¹ Massey 1993.

⁴² Uo.

⁴³ Shripada 1977.

⁴⁴ Uo.

⁴⁵ *Nātya Śāstra* 1.18. Megi.: Bharata a *Nātya Śāstrát* Vaivasvata Manu uralkodása idején, a Tretā-yugában kapta meg (uo. 1.8-11).

⁴⁶ Uo. 1.17.

rok képezik majd a később elterjedő *rāga*-rendszer alapját.⁴⁷

Megemlíteném még Dattila és Kohala nevét, akik Bharatamuni fiai voltak,⁴⁸ és jelentős zeneelméleti műveket írtak. Dattila *Dattilam* című műve máig fennmaradt. Ebben a műben kizárólag zeneelmélettel foglalkozik 224 versen keresztül. Kohalával együtt megírták a *Dattila-kohalīya* című művet is, ez azonban – mint ahogy Kohala legtöbb műve⁴⁹ – jelenleg csak szanszkrit nyelvű kézirat formájában érhető el. A későbbi korok írói és szövegmagyarázói igen sokat hivatkoznak rá.

Az első szöveg, amely a *rāgákat* elemzi⁵⁰ és részletesen tárgyalja Mataṅga *Brhaddeśīje*.⁵¹ Ez a könyv alapozta meg azt a máig uralkodó teóriát, hogy a beszédhez hasonlóan a zene is folyamatosan fejlődött az idők folyamán, és egyre változatosabb lett.⁵²

1160-ban⁵³ Locanakavi, a bengáli Val-lasena király udvari muzsikusa kiadta *Rātarāṅginī* című munkáját, melyben ti-

zenkét alap-*rāgát* határoz meg,⁵⁴ amelyekre nyolcvanhat alárendelt *rāga* épül. Ezeket a *rāgákat* máig sokan használják.⁵⁵ Tudjuk azt, hogy Locanakavi több könyvet is írt, ám ezek az idők folyamán vagy elvesztek, vagy megsemmisültek.⁵⁶

Másik jelentős személy ebből a korszakból Jayadeva, aki *Gīta Govindájában* az Úr Kṛṣṇa és Rādhārāṇī vṛndāvanai kedvteléseit írja le. Ő volt az, aki versmértékével meghatározta a versek előadásához a megfelelő ütemeket. Saját maga énekelte a költeményt, és felesége a táncával illusztrálta azt.⁵⁷ Jayadeva után az *ālvārok*⁵⁸ vitték tovább a *vaiṣṇava* zenei kultúrát.⁵⁹

A következő említésre méltó zenetörténeti mű Śārngadevától⁶⁰ származik. A címe: *Saṅgīta-ratnākara*, és olyan fogalmakat tárgyal, mint a *svarák*, a *jātik*, a *tānák*, és a *murcchanák*, valamint bizonyos hangszerekről is említést tesz. Ez az első könyv, ami részletesen ismerteti a *rāgákat*, összesen 264-et sorol fel belőlük. Egyes napszakokhoz csakúgy, mint az egyes évszakokhoz, meghatározott *rāgákat* rendel, illetve az időjárástól is függővé teszi azok használatát.⁶¹

⁴⁷ Prajanananda 1997.

⁴⁸ *Nātya Śāstra* 1.26-39.

⁴⁹ Például: *Kohala-rahasya*, *Tāla-lakṣaṇa*, *Kohalīya-abhinaya-śāstra*, *Abhinayaśāstra*, *Tālādhāya*.

⁵⁰ Meg kell jegyezni azonban, hogy ezeknek a *grāma-rāgáknak* nincs kötődésük a később elterjedt *rāgákhoz*. (Bandyopadyaya 1977).

⁵¹ Bandyopadyaya szerint IX.sz., Prajanananda szerint IV.–VII. sz. (Bandyopadyaya 1977, ill. Prajanananda 1997).

⁵² Massey 1993.

⁵³ Érdekes, hogy Bandyopadyaya (XIV. sz. vége, de 1660-ig) és Prajanananda (XVII. sz.) későbbi időpontokat adnak meg. (Bandyopadyaya 1977, ill. Prajanananda 1997)

⁵⁴ Shripada 1977.

⁵⁵ Uo.

⁵⁶ Massey 1993.

⁵⁷ Uo.

⁵⁸ Dél-indiai utazó költők, akik dalaikkal a *bhakti* kultuszát terjesztették. Költeményeikben nem tesznek említést zenetechnikai témákról.

⁵⁹ Narayan 2007: 187–204; Pathak 1999: 174–180.

⁶⁰ Élt: 1210–1247.

⁶¹ Massey 1993.

Gauḍīya-vaiṣṇava források

Az eddig felsorolt művek valójában nem *gauḍīya-vaiṣṇava* írók munkái, mégis szervesen hozzátartoznak a hagyományhoz, mivel a későbbi írók ezeket az írásokat veszik alapul.

Bár az Úr Caitanya idejéből és az Őt követő időszakból valójában nem maradtak fenn – *gauḍīya-vaiṣṇava* szempontból – hiteles zeneelméleti művek, hála a *Gosvāmīknak* és a követőiknek, néhány máig fellelhető írásban jelentős információra bukkanhatunk a témában. Ezek az információk az Úr Kṛṣṇa kedvteléseinek (*līlā*) leírásaiban találhatók, különös tekintettel a *rāsa*-táncra vagy *rāsa-līlāra*, melyről a *Śrīmad-Bhāgavatam* tizedik énekének három fejezete⁶² is ír.

A zene fontossága ebben a kedvtelésben megkérdőjelezhetetlen, mivel a szöveg rendkívül sok utalást tartalmaz hangszerre, éneklésre és a tánc ritmusára. Első látásra ezek az utalások egyszerű metaforáknak, irodalmi díszítéseknek tűnhetnek, azonban egy behatóbb vizsgálat egyértelművé teszi, hogy az író célja az indiai zene bemutatása, úgy, hogy azt a zeneészek is megértsék. Ennélfogva a *rāsa*-tánc sokkal mélyebb megértése csak akkor lehetséges, ha a leírás e zenei dimenziókat is magában foglalja. A számtalan hangszer, kavargó tánclépések és az éneklés megannyi stílusának ismertetése ráirányítja a figyelmünket eme esemény kiemelkedő szerepére.⁶³

Erről az eseményről a *gauḍīya-vaiṣṇava ācāryák* több műjükben is részletes leírást adnak. Zeneelméleti szempontból a legjelentősebbek Narahari-cakravartī Ṭhākura *Śrī Bhakti-ratnākara*ja,⁶⁴ Kṛṣṇadāsa Kavirāja Gosvāmī *Govinda-līlāmṛtā*ja⁶⁵ és Kavi-karnapura *Ānanda Vrndāvana Campūja*.⁶⁶ Ezek közül is a leginkább figyelemre méltó Narahari-cakravartī Ṭhākura *Śrī Bhakti-ratnākara*ja, melyben az író több mint ezer versen keresztül fejti ki a különböző fogalmakat, részletes leírásokat ad a kedvtelésben használt hangszerekről, *rāgákról*, *tālákról*, dalokról és táncról. Ami még fontosabbá teszi a művet, hogy írója a tárgyalt témákat hivatkozásokkal is ellátta, bár kissé elszomorító, hogy ezen hivatkozott művek nagy része – mint azt már megszokhattuk – mára már nem elérhető.

Az alábbiakban egy felsorolás található a könyvben referenciaként használt művekről:

- *Anjaneya**
- *Damodara-saṁhitā**
- *Hari-nayanaka**
- *Kohaliya[-abhinaya-śāstra?]***
- *Nārada-saṁhitā***
- *Nāṭya-śāstra****
- *Pancama-saṁhitā***
- *Saṅgīta-prayata**
- *Saṅgīta-sara***
- *Saṅgīta-siromani**
- *Śrī Ratnamālā**
- *Śrī Saṅgīta-dāmodara*67*

⁶⁴ *Śrī Bhakti-ratnākara*, 5. hullám.

⁶⁵ Kṛṣṇadāsa Kavirāja Gosvāmī: 2000, 22. fejezet.

⁶⁶ Kavi-karnapura: 1999, 14, 17, 18. fejezetek.

⁶⁷ Legalább három személy írt művet ilyen címmel,

⁶² 29-33. fejezet.

⁶³ A témáról bővebben: Beck 2013: 181–201.

- *Śrī Saṅgīta-mukstavala**⁶⁸
- *Śrī Saṅgīta-pārijāta*⁶⁹

Mint azt már az elején kifejtettem, az indiai zene, főleg annak *gauḍīya-vaiṣṇava* ága rendkívül nehezen kutatható területe a hagyománynak. A fennmaradt írásos művek csekély száma mellett a kutatók munkáját nehezíti az a tény is, hogy a zenei tradíció főleg mesterről tanítványra adódott, adódik át, így az eredeti, hiteles források nehezen fellelhetőek. Komoly terepmunka nélkül szinte lehetetlen eredményeket elérni. Kétségtelen, hogy a *gauḍīya-vaiṣṇavák* számára rendkívüli jelentőséggel bír a zene, hiszen mindennapi vallási cselekedeteikhez elengedhetetlen, egész életüket áthatja, aláfesti. Szükséges lenne mélyreható kutatásokat folytatni a témában. E kutatások minden bizonnyal hozzásegítenék a vallás gyakorlóit az írásokban leírt kedvtelések mélyebb megértéséhez is.

Felhasznált irodalom:

Bandyopadyaya, Shripada: *The Origin of Rāga*. Munshiram Manoharlal Publishers Pvt. Ltd., New Delhi, 1977.

Beck, Guy L.: Two Braj Bhāṣā Versions of the Rāsa-Līlā Pañcādhyāyī and Their

Svarūpa Dāmodara Gosvāmī, Dāmodara Mīśra és Subhankara. Nagy valószínűséggel Narahari Cakravartī Ṭhākura Svarūpa Dāmodara Gosvāmīra hivatkozik. Az ő művére ez idáig sajnos nem sikerült rábukkannom.

⁶⁸ Jelmagyarázat: *nem sikerült információt fellelni a műről; **létezik szanszkrit kézirat formájában, ***angol fordítás létezik belőle.

⁶⁹ A *Śrī Saṅgīta-pārijāta* Ahobala Paṇḍita írása, melynek bengáli átírata könyv formájában fellelhető.

Musical Performance in Vaiṣṇava Worship. In: *The Bhāgavata Purāna: Sacred text and living tradition*. Columbia University Press, New York, 2013, pp.181-201.

Bhaktivedanta Swami, A. C.: *Śrīmad-Bhāgavatam*. Bhaktivedanta Book Trust, 1992-1995.

Das, Rahul Peter: A „védikus” kifejezés jelentése Prabhupāda és követői számára. *Tattva X/1*. Budapest, 2007, pp. 25-42.

Dvaipāyana Vyāsa: *Vedānta-sūtra*. Magyar Brahmana Misszió, Budapest, 2010.

Ganapati, S.V.: *Sāma Veda*. Motilal Banarsidass Publishers Private Limited, Delhi, 1992.

Kashyap, R. L.: *Essentials of Sāma Veda and its Music*. SAKSI, Bangalore, 2008.

Kavi-karnapura, Srila: *Ananda Vrnda-vana Campu*. Mahanidhi Swami, 1999.

Kṛṣṇadāsa Kavirāja Gosvāmī, Śrīla: *Śrī Govinda Lilāmṛta*. Rasbihari Lal & Sons, Vrindavan, 2000.

Massey, Reginald & Jamila: *The Music of India*. Abhinav Publications, New Delhi, 1993.

Narahari Chakravartī Ṭhākura: *Śrī Bhakti-ratnākara*. In: *Vaiṣṇava Folio Archives*, (compiled by) Śrī Narasingha Caitanya Maṭha.

Pathak, Suniti Kumar: The Dāsabhakti of the Ālvārs. In: *Medieval Bhakti Movements in India*. Munshiram Manohar Publishers Pvt. Ltd., New Delhi, 1999, pp. 174–180.

- Prajanananda, Swami:** *A History of Indian Music (vol. I.)*. Ramakrishna Vedanta Math, Calcutta, 1997.
- Satya Nārāyaṇa Dāsa – Kundalīni Dāsa:** *Śrī Tattva Sandarbha of Śrīla Jīva Gosvāmī, The First Book of the Śrī-Ṣaṭ-Sandarbha*. Jīva Institute for Vaiṣṇava Studies, Vṛndāvana, 1995.
- Saurabh Goswami – Thielemann, Selina:** *Music and Fine Arts in the Devotional Traditions of India: Worship Through Beauty*. S.B. Nangia A.P.H. Publishing Corporation, New Delhi, 2005.
- Seetha, S.:** *Nārādīya-śikṣā*. Kézirat.
- Staal, Frits:** *Universals: studies in Indian logic and linguistics*. University of Chicago Press, 1988.
- Szabolcsi Bence:** *A zene története*. Kosuth Kiadó, Budapest, 1999.
- The Nāṭya Śāstra of Bharatamuni*. (Translated into English by a Board of Scholars). Sri Satguru Publications, Delhi, 2000.
- Vasu, Śrīśa Chandra:** *Aṣṭādhyāyī of Paṇini and Paṇinīya Vyākaraṇa-sūtravṛttiḥ* (Vol. 1-2). Motilal Banar-sidass Private Limited, Delhi, 1997.
- Vasudeva, Narayan:** Tamil Nadu: Weaving Garlands in Tamil: The Poetry of the Alvars. In: *Krishna*. Oxford University Press, New York, 2007, pp. 187–204.

PÁRBESZÉD

A Kṛṣṇa-tudat kapcsolata a hinduizmussal

Mahārāṇī Devī Dāsī
(Dr. Banyár Magdolna)

A szerzőnek az ISKCON¹ történetét tárgyaló PhD-disszertációja² Max Weber hinduizmus-koncepcióján alapul. Ebben Weber adottnak veszi, hogy a hinduizmus születés útján hagyományozódó válás, amely így nem törekszik tanai terjesztésére. Ugyanúgy, ahogy a hinduizmus és a Kṛṣṇa-tudat egyáltalán nem érthető meg a hinduizmus legfontosabb kulturális vonásainak a tényleges súlyuk és valódi jelentésük szerint való kezelése nélkül,³ a hinduizmus és a Kṛṣṇa-tudat kapcsolatának megértéséhez is elengedhetetlen a

hinduizmus misszionáláshoz való viszonyának a megvilágítása. Ehhez pedig alaposan szemügyre kell venni mind a hinduizmus definícióját, mind annak egyik legfontosabb fogalmát: a dharmát.⁴

E tanulmánynak tehát nem a Kṛṣṇa-tudat hinduizmuson belüli elhelyezkedésének elemző bemutatása a célja, hanem hogy mely tényezők okozzák e kapcsolat problematikáját. A Kṛṣṇa-tudat leginkább vallási megújulási mozgalom,⁵ szerves része és folytatója a hinduizmus gauḍīya-vaiṣṇava reformmozgalmának. A hinduizmus és a Kṛṣṇa-tudat kapcsolatának lényege, hogy tisztán vallási szinten tartoznak össze. A Kṛṣṇa-tudat sem része, sem variációja a hindu kasztrendszernek: a hinduizmushoz mint társadalmi rendszerhez kizárólag kulturális szinten kapcsolódik. A Kṛṣṇa-tudat a védikus kor óind szentírásokban leírt, és a gauḍīya-vaiṣṇava⁶ hagyomány által értelmezett

⁴ Szanszkrit szó, jelentései például: vallás, kultúra, törvény, kötelesség, alaptulajdonság.

⁵ Lásd: Kamarás 1998: 11–27.

⁶ A vaiṣṇavizmus a hinduizmus legnagyobb ága, a saivismus és a saktizmus mellett. A vaiṣṇavizmus Viṣṇut tekinti a legfőbb Istennek, és négy fő ága vagy tanítványi láncolata van, amelyek legfontosabb tételeikben nem térnek el egymástól. A különbségek abból adódnak, hogy az egyes ágak Isten melyik megtestesülését tekintik a leginkább imáandónak. A gauḍīya, más néven bengáli-vaiṣṇavizmus, amelyhez az ISKCON is tartozik – és amit Nyugaton Kṛṣṇa-tudatnak neveznek –, Kṛṣṇát tekinti az Istenség Legfelsőbb Személyiségének, azaz minden létező végső eredetének, akinek Viṣṇu is az egyik inkarnációja, azaz megszemélyesült formája. Az imádat legfőbb tárgya pedig Kṛṣṇa azon megjelenése, amikor női társával, Rādhārāṇīval van együtt.

¹ Az A. C. Bhaktivedanta Swami Prabhupāda által 1966-ban alapított International Society for Krishna-consciousness, a Kṛṣṇa-tudat Nemzetközi Szervezete, amelynek tagja a Magyarországi Kṛṣṇa-tudatú Hívók Közossége (MKTHK) is.

² *Krisna társadalmá. Max Weber hinduizmus-koncepciójának társadalomtörténeti alkalmazása.* ELTE BTK, Történelemtudományok Doktori Iskola, Atelier: Európai Historiográfia és Társadalomtörténet Program, 2011.

³ Lásd: Mahārāṇī 2012.

társadalmi rendszerét, a varṇāśramát⁷ tekintni saját maga számára kiindulási alapnak, amelyből a kasztrendszer később kialakult, annak eltorzulásaként.

1. A hinduizmus és a Kṛṣṇa-tudat kapcsolata a hinduizmus definíciójának tükrében

Max Weber vallásszociológiai tanulmányainak hinduizmusról szóló részében⁸ a hinduk népszámlálásbeli arányváltozását áttekintve, ami 1881–1911 között 5%-kal csökkent, megállapítja, hogy ennek elsősorban vallási oka van: a hinduizmusra hivatalosan nem lehet áttérni. E tény pedig szerinte a hinduizmus lényegének fontos sajátosságait tárja fel. A hinduizmus ugyanis szigorúan születés által áthagyományozódó vallás: „*más úton az ember voltaképp egyáltalán nem kerülhet be e vallás közösségébe, vagy legalábbis ennek vallásilag teljes értékű köreibe. A hinduizmus egyáltalán nem akarja átfogni az »emberiséget«.* Aki nem születik hindunak, az – bármilyen legyen is a hite vagy az életvitele – megmarad kívülállónak,⁹ bar-

bárnak, akinek a számára, legalábbis elvileg, hozzáférhetetlenek a hinduizmus által kínált üdvjavak.”¹⁰ Továbbá a hinduizmus a szektákhoz hasonlóan „exkluzív” abban az értelemben is, hogy ismer olyan vallási bűnöket, amelyek örökre kizárnak valakit a hinduk közösségéből. Például a marhahúsevés jóvátehetetlen véték: „*teljességgel lehetetlen volna a hindu közösségben olyan ember, akiről megállapítják, hogy szándékosan tehenet ölt.*”¹¹

Mindez felveti a Kṛṣṇa-hívőkkel kapcsolatban gyakran felmerülő, és a Kṛṣṇa-tudat hiteles hindu vallás voltának megkérdőjelezésére felhasználható problémát: ha a hinduizmus nem missziós vallás, akkor a Kṛṣṇa-hívők, akik például az utcán megszólítják a járókelőket, és alkalomadtán megpróbálják őket „megtéríteni”, vajon miért teszik azt, amit tesznek? A feleletes válasz egyszerű lehet: azért, mert nem hinduk, mely megállapítást a kasztrendszer által jellemzett hindu társadalom szempontjából még a Kṛṣṇa-hívők is elfogadják. Valójában azonban a hinduizmus és a Kṛṣṇa-tudat kapcsolatának problémája ennél lényegesen összetettebb, és a válaszhoz a weberi koncepció – bár sok szempontból túlhaladt már rajta az idő – kiváló szempontokat ad.

1.1. A „hindu” szó jelentései

A Kṛṣṇa-tudat és a hinduizmus kapcsolatának értelmezési nehézségeit alapvetően a „hindu” szó eredete, jelentésváltozásai

⁷ A varṇāśrama négy foglalkozási rendet (varṇa) – brāhmaṇák (papok), kṣatriyák (uralkodók), földművesek és kereskedők (vaiśyák), valamint a kétkezi munkások (śūdrák) –, valamint négy lelki, életkori rendet (āśrama) – tanulók (brahmacārya), házasok (gṛhastha), visszavonultak (vānaprastha) és lemondottak (sannyāsa) – foglal magába.

⁸ Világvallások gazdasági etikája 2007: 239-442.

⁹ Puskás Ildikó a *Lélek a körforgásban* című könyvében a hinduizmus sajátosságait a következőkben határozza meg: „a hinduizmus egyetlen földrajzi terület vallása [...] nem kinyilatkoztatott [...] idegen tőle a térítő szándék: ahová Indián kívül eljutott, oda a gazdaság, a társadalom és

a kultúra járulékos elemeként került.” (Puskás 2000: 250-251.)

¹⁰ Weber 2007: 245.

¹¹ Uo. 247.

és kirekesztő jellegű használata okozza.¹²

A „hindu” szó a tradicionális szanszkrit irodalomban egyáltalán nem szerepel. Az elismert oxfordi indológus, A. Macdonell is csak egyszer említi, azért, hogy ismertesse a kifejezés bevett, földrajzi magyarázatát: „*A Sindhu (a mai Sindh), ami szanszkritul egyszerűen »folyót« jelent, az ārya telepék nyugati határfolyója volt, így az ókori népek, melyek azon az égtájon kapcsolatba kerültek az āryákkal, természetesen róla nevezték el az egész szubkontinent. A görög nyelvbe »Indos«-ként átkerült folyónévből alakult ki az »India« elnevezés, ami görögül azt jelenti: az Indus folyó országa. Az ókori perzsába a Sindhu folyó neve mint »hindu« került át, ami az Avesztában már az ország nevéként szerepel. Ennél pontosabb a mai perzsa elnevezés, a »Hindusztán«, azaz »az Indus folyó földje«, ami helyesen a szubkontinensnek csak arra a részére vonatkozik, ami a Himalája és a Vindhya-hegység között terül el [nagyjából Észak- és Közép-India].*”¹³ Vagyis azok a hinduk, akik az Indus folyó országában, azaz Indiában élnek. Tehát a „hindu” szó nem utal sem vallásra, sem születési helyzetre, egyedül a lakóhelyre.

Az újkorban azonban a „hindu” kifejezés egy mindent magában foglaló, általános érvényű kifejezéssé vált, ami a történelem során először próbálta meg definiálni a *Védák* követőit. Eszerint egy igaz

hindu alapvető ismérve, hogy szentírásként fogadja el a *Védákat*.¹⁴ A hinduizmus jogi meghatározásában, melyet az Indiai Legfelsőbb Bíróság tett közzé 1966-ban, a legelső kritérium az, hogy tagjai tisztelik a *Védákat*, és mint legfelsőbb tekintélyt fogadják el azokat vallási és filozófiai kérdésekben egyaránt. Vagyis a „hinduizmus” kifejezés markáns vallási tartalmat kapott.

Az elmúlt egy-kétszáz év során a „hindu” és a „hinduizmus” szó – különféle neo- és konzervatív alakjaiban – kvázietnikai, másokat kizáró önmeghatározásként a Nyugattal való kapcsolatban jelent meg. Gyakran használták a közösségi, sőt etnikai tudat táplálására, olykor pedig közösségek közti erőszak szítására is. A „hindu” szó tehát átalakult etnikai, sőt faji megjelöléssé, a nemzeti büszkeség kifejeződésévé. Így a „hindu” szó, ami hiányzik mind a védikus szövegekből, mind a későbbi szanszkrit nyelvű epikus értekezésekből, a későbbi, nemzeti nyelvű irodalomban önmegjelölésként jelenik meg, de csupán az ellenséges „másikkal” folytatott párbeszédben.

Ez a drámai jelentésváltozás azonban zavarja a *vaiṣṇavákat*, különösen a *gauḍīya-vaiṣṇavákat*, akik szerint végső soron minden élőlény a legfelsőbb, személyes Isten örök szolgája, a *Védák* pedig olyan lelki tudást tartalmaznak, amely minden élőlényre egyformánvonatkozik, és mind-egyikük jogos öröksége.¹⁵

¹² Az 1.1. alfejezet Hṛdayānanda Dāsa Goswami: *Kinek a nevében szól a hinduizmus?* (Hṛdayānanda 2007: 11-24.) című tanulmányán alapul.

¹³ Macdonell 1972: 142.

¹⁴ A buddhizmust és a dzsainizmust, noha indiai földön jöttek létre, nem sorolják a hindu vallások közé, mert elutasítják a négy *Védát* mint legfelsőbb tekintélyt.

¹⁵ Például a *Bhagavad-gītāban* (9.32) Kṛṣṇa

1.2. A hinduizmus definíciójának nehézségei

A társadalmi életrend, azaz a kasztrendszer központi jelentősége Weber szerint a hinduizmus (1) vallási tanbeli – *mata*, vélemény, ami mulandó – és (2) rituális-etikai – *dharm*a, kötelesség, ami örök – elemeinek kölcsönös kapcsolatában nyilvánult meg.

A *mata* alapján kialakuló felekezeti megosztottság megszokott Indiában, és a köztük lévő, sokszor éles tanbeli ellentéteket toleránsan viselik. Weber szerint Indiában teljes a vélemény szabadság, és egyáltalán nem ismerik a dogmákat,¹⁶ például a keresztény tanokat elfogadhatja bárki anélkül, hogy megszűnne hindunak lenni. Vagyis a szektához tartozás a hindu vallásosság kezdetétől teljesen normális jelenségnek számít. Weber ez alapján teszi meg egyik legfontosabb megállapítását: „*aligha lehetséges még tovább fokozni a »toleranciát« egy és ugyanazon valláson belül. [...] azt a következtetést kell levonnunk mindebből, hogy a hinduizmus valami más, mint az általunk használatos értelemben vett »vallás«.*”¹⁷

Weber itt arra mutat rá, hogy a hinduizmus vallásként való értelmezése – mely szerint az igaz hindu a *Védák* követője –

kijelenti: „*Óh, Prithā fia! Aki Nálam keres menedéket, az még ha alacsony sorban született is — nő, vaishya [kereskedő] vagy śūdra [munkás] —, elérheti a legfelsőbb célt.*” (Bhaktivedanta Swami 2004 alapján, későbbiekben: *Bhg.*)

¹⁶ Webernek ez a kijelentése úgy értelmezhető, hogy a hinduizmusnak nincs olyan kidolgozott dogmatikai rendszere, mint például a kereszténységnek.

¹⁷ Weber 2007: 262.

rendkívül félrevezető. B. Holdrege ezt így fogalmazza meg: „*A »hinduizmus« és a »judaizmus« kategóriái már önmagukban is problematikusak [...], mert a »vallás« kategóriájához hasonlóan olyan elméleti koncepciókat képviselnek, amelyek megpróbálnak egységet erőltetni megannyi teljesen eltérő vallási rendszerre. A »hinduizmusnak« nevezett szerteágazó valami nagyon sokféle »hinduizmust« foglal magában. Az ortodox bráhmánikus hagyománynak a védikus korszaktól kezdve India egész történelmén át folyamatos kihívásokkal kellett szembenéznie a konkurens tradíciók és mozgalmak – helyi falusi hagyományok, aszkéta csoportok, a bhakti-valláshoz tartozó felekezetek, tantrikus mozgalmak, majd később a reformmozgalmak – részéről. Miközben a bráhmánikus hatalom centripetális erejével igyekezett magába olvasztani és a maga arcára formálni a konkurens áramlatokat, addig ezen ellentétes hatalmi központok centrifugális ereje továbbra is érvényesült, melynek eredményeként létrejött az a heterogén vonulatokból álló suta képződmény, amit a nyugati tudósok nagy előszeretettel »hinduizmusnak« neveznek*”¹⁸

Vagyis lényegében véve az a helyzet, hogy míg a hinduizmuson belül rendkívül nagy a tolerancia az egyes vallásfelekezetek vagy *sampradāyák*¹⁹ között abban a

¹⁸ Holdrege 1996: 1.

¹⁹ A *sampradāyát paramparānak* is nevezik, mely utóbbi szó szerint azt jelenti: „egyik a másik után”. A tanítók és tanítványok egymást követő láncolata, ami biztosítja, hogy a transzcendentális tudás és a hagyomány töretlenül folytatódjék nemzedékről nemzedékre.

tekintetben, hogy kölcsönösen elfogadják egymást igaz hinduként, addig könnyen kirekesztenek a „hinduságból” olyasvalakit, aki bár szigorúan követi egy adott hindu *sampradāya* összes szubtilis hitelvét és viselkedési szabályát, de nem hindu családban született – például egy nyugati Kṛṣṇa-hívót. Ez pedig megmutatja a „hindu” fogalom zavarosságát: bár hivatalosan tiszta vallási jelentésű, de a valóságban etnikai alapon is működik, és a két szempont egyesítéséből „logikusan” következik, hogy hindunak csak születni lehet. Azonban ez meglehetősen ingatag tudományos alap ahhoz a közhelyszerű tételhez, hogy a hinduizmus nem missziós vallás, hiszen értelmetlen is lenne misszióznia, mert nem lehet rá áttérni. E tételt Weber explicit módon ugyan nem cáfolja, de megállapításai implicite azt is jelentik, hogy a hinduizmus sokkal bonyolultabb és ellentmondásosabb jelenség annál, semmint hogy ilyen sommás kijelentéseket lehetne tenni róla ilyen bizonytalan érvek alapján.²⁰

2. Hinduizmus és misszionálás

2.1. A „dharma” fogalma

Weber szerint egy szekta nem a tanai miatt válik eretnekké, hanem akkor, ha elszakítja az egyes embert saját veleszületett rituális és kasztkötelességétől – *dharmájától*

–, vagy lerombolja azt. Az egyén így elveszíti a kasztját, ezáltal a hindu közösséget is, mert ahhoz kizárólag kaszt révén lehet tartozni.²¹ A *dharma* alapja a szent hagyomány, amely a *brāhmaṇák* ítélkezési gyakorlatát és irodalmilag racionálisan kifejtett tanításait jelenti. A *dharma* kasztonként különböző, és az ismeretekben elért haladással továbbfejleszhető.²²

A *dharma* az egész indiai civilizáció egyik kulcsfogalma, és mint ilyen, rendkívül sok jelentésváltozáson ment át az évezredek során, és alapját adta olyan heterodox indiai vallásoknak is, mint a buddhizmus és a dzsainizmus.²³ A *dharma* sokrétű fogalmának megértéséhez szükséges áttekinteni a hindu vallásfilozófia alapjait.²⁴ A védikus írások különböző magyarázatai alapján felálló filozófiai iskolák és *sampradāyák* abban egyetértenek, hogy az Abszolút Igazság megismerése során három kategóriára és azok kapcsolatára kell magyarázatot találni, melyek: (1) az *īśvara*: „az irányító”, Isten, (2) a *jīva*: „az, ami él”, az egyéni lélek, valamint (3) a *prakṛti*: „az eredeti szubsztancia”, az anyagi természet. Aszerint, hogy ezekre és kapcsolatukra milyen magyarázatot adnak, három fő irány különböztethető meg a vallásfilozófiában általában: (1) a *śūnya-vāda*, vagyis „az üresség tana”, mely szerint nem léte-

²⁰ Talán az is hozzájárul a „nem missziós vallás” elképzeléshez, hogy a hindu vallások nem élnek a kizárólagosság igényével – hiszen a *Védákat* bárki szabadon értelmezheti –, így nem kirekesztő jellegűek, melynek ellenkezőjét szokták meg a nyugati emberek a keresztény misszionálással kapcsolatban.

²¹ Weber 2007: 263.

²² Weber 2007: 264-5.

²³ Lásd: Jany 2003: 54-56.

²⁴ Līlāvatāra 2009, Līlāvatāra 2010 és Tóth-Soma 1997 alapján.

zik semmi,²⁵ (2) a monista *nirviśeṣa*- vagy *advaita-vāda*, amely azt mondja, hogy a dolgok közötti különbség csak látszólagos, valójában nem létezik, mert „minden egy”,²⁶ valamint (3) a dualista *dvaita* filozófia, a „kettő-ség” elve, mely szerint létezik Isten, létezik az élőlény, és a kettő között különbség van, mégpedig az, hogy Isten végtelenül hatalmas, az élőlény pedig parányi.²⁷ E filozófiai irányzatok közül a második kettőben létezik az Abszolút Igazság, és a különféle hindu filozófiai iskolák, *sampradāyák* ezeknek a további kombinációi. A *vaiṣṇavák* például a *dvaita* irányzathoz tartoznak.

Bhaktivinoda²⁸ a *dharma* szó jelentését

²⁵ A buddhizmus tartozik ehhez az irányzathoz. A hindu vallásfilozófiai iskolák nem fogadják el ezt az értelmezést.

²⁶ Ez Śāṅkara, a 7-8. század fordulóján élt indiai filozófus tanítása is, aki megalapozta a védikus szentírások monista, *advaita* filozófiai magyarázatát, amely Isten személytelen természetét hangsúlyozza. Śāṅkara tanításainak másik megnevezése: *māyāvāda*.

²⁷ Logikailag a három kategóriából – Isten, élőlények, anyagi világ – kettőt háromféle módon lehet kiválasztani, azaz a dualizmust nemcsak *dvaita* módon, Isten és az élőlények közti különbséggként lehet felfogni, ahogy a *vaiṣṇavák* teszik, hanem Isten és az anyagi világ, valamint az élőlények és az anyagi világ közti különbséggként is. Ez utóbbi két dualizmust hangsúlyozza a Kapila-féle *sāṅkhya* filozófia. A Kapila-iskola nem emeli ki és nem különbözteti meg Istent, aki a *puruṣák*, az érző, transzcendentális élőlények közé tartozik. Aki kiemeli, és *puruṣa-viśeṣának*, azaz sajátos élőlénynek nevezi Istent, az a *yoga*-irányzat alapítója: Patañjali.

²⁸ Bhaktivinoda Ṭhākura (1838–1914), a *gauḍīya-vaiṣṇavizmus* egyik legnagyobb újkori tanítója. Bhaktivinoda nézeteinek ismertetése Magyar Márta: *A vallások összehasonlítása és fejlődésük*

elemezve megállapította, hogy az lételeméleti fogalom, amely a dolgok létezésének egy tőlük el nem választható lényegére utal. Ilyen értelemben a tűz *dharmája* a hő, a vízé a folyékonyság. A *vaiṣṇava* filozófia teleologikus álláspontja szerint a teremtésben minden dologhoz tartozik valamilyen cél, amely érdekében azt a Teremtő létrehozta. Az ember esetében minden *dharmának* minősül, ami beteljesíti Isten szándékát, és minden, ami ezzel ellentétes: *adharmá*.

A *vaiṣṇava* értelmezés a *Vedānta-sūtra* (a Védák végkövetkeztetése) felfogását alkalmazza: a teremtésben kettős célirányosságra mutat rá Isten részéről. Egyfelől lehetőséget ad a *jīvák*nak arra, hogy egy anyagi testet magukra öltve Istent mint irányítót és élvezőt imitálják. Másfelől azonban, a teremtésnek meg kell mutatnia a *jīvák* számára e fenti kísérletük hiábavalóságát, és fel kell ébresztenie bennük a vágyat arra, hogy visszatérjenek az örök, boldogsággal és tudással teli lelki világba, eredeti otthonukba. A teremtést ennek megfelelően megelőzi a *dharma* lényegi, elsődleges formája: a *jīvák* eredeti viszonya Istennel a lelki világban, amely már azelőtt is fennállt, hogy különféle anyagi testek felöltése által beléptek volna az átmeneti anyagi teremtésbe. Az eredeti állapotukban tiszta lelkek *dharmáját* az Istennek végzett szerető szolgálat, a *bhakti* adja, melyet

szintjei Kedarṇātha Daṭṭa Ṭhākura Bhaktivinoda szemével c. szakdolgozatának (2010) felhasználásával történt.

sanātana-dharmának,²⁹ örök *dharmának* neveznek.

Bhaktivinoda szerint mivel sokféle élőlény van, ezért az anyagi teremtés is sok egymástól különböző életformát, így Istenhez visszavezető utak sokaságát tartalmazza. Az ember előtt a szabad akarat formájában mindig ott a választási lehetőség, hogy rátér-e ezekre az utakra vagy sem. Az ember életének valamennyi szakaszában lehetősége van arra, hogy Isten szándékának megfeleljen, de arra is, hogy figyelmen kívül hagyja azt. Az ember magatartási mintáinak van egy átmeneti, testi élethelyzetéből: korából, neméből, társadalmi helyzetéből adódó köre, amely alkalmas arra, hogy átvezesse a szerető odaadó szolgálatot megtagadó *adharm*a állapotából a *sanātana-dharma* elfogadásához. Ezeket nevezi a köztes vagy másodlagos vallás elveinek: *taṭasthā-* vagy *upadharmának*. A *sanātana-dharmával* ellentétben a másodlagos vallás nem egyformán vonatkozik mindenkire, mert nem a lélekkel, hanem a testtel kapcsolatos, és nem hoz létre közvetlen kapcsolatot Istennel, de felszabadít a kény, a düh, a mohóság, az önzés stb. kényszerítő szokásai alól. A *varṇāśrama-dharma* ilyen másodlagos vallás, azaz *upadharm*a.

A védikus írások a *varṇāśrama* társa-

dalmi rendet isteni eredetűnek mutatják be,³⁰ ami kötelező érvénnyel bír az emberi lények számára. A *varṇāśrama* szerinti kötelességek végzése, azaz a *varṇa* (kaszt) és az *āśrama* (életkor és lelki helyzet) *dharma* tehát nem öncélú, hanem Isten elégedettségét szolgáló³¹ *upadharm*a, amely segít az embereknek abban, hogy beteljesítsék a *sanātana-dharmát*. Vagyis a rétegenként változó *dharmák* fölött van egy közös, minden ember számára örökösen érvényes *dharma*: Isten szerető szolgálata, hiszen az élőlény nem más, mint Isten örök szolgálója.³²

2.2. A misszió filozófiai alapjai

E ponton érkeztünk el oda, hogy vallásfilozófiai és történelmi érvek alapján megállapítsuk: a *vaiṣṇavizmus*, különösképpen a *gauḍīya-vaiṣṇavizmus* nagyon is missziós jellegű, valamint hogy körülhatároljuk e missziót.³³

³⁰ Bhg. 4.13: „Az emberi társadalom négy osztályát Én teremtettem az anyagi természet három kötőereje és a rájuk jellemző munka szerint. Tudd meg, hogy bár Én vagyok e rendszer alkotója, Én mégis nem-cselekvő és változatlan vagyok!”

³¹ Śrīmad-Bhāgavatam 1.2.13: „Óh, kétszer születettek legkiválóbbjai! A végkövetkeztetés ezért az, hogy a tökéletesség legmagasabb szintje, amelyet az ember az életrendek és kasztok szerinti felosztás alapján saját dharmájának előírt kötelességét végezve érhet el, nem más, mint örömet okozni az Istenség Személyiségének.” (Bhaktivedanta Swami 1993–1995)

³² Caitanya-caritāmṛta, Madhya-līlā 20.108: *jīvera ,svarūpa’ haya — Kṛṣṇera ,nitya-dāsa’*. Az élőlény alapvető helyzetében Kṛṣṇa örök szolgálója. (Bhaktivedanta Swami, 1998; későbbiekben: Cc.)

³³ A 2.2. alfejezet Sivarāma Swami: *Missziós tevékenység a gauḍīya-vaiṣṇavizmusban* c. munkája (2009) alapján íródott.

²⁹ A *dharma* szót szokták törvénynek, természetnek, illetve vallásnak is fordítani. A „vallás” szó azonban nem teljesen megfelelő, mert általában rendszerbe foglalt hitet értünk alatta, ami az ember élete során megváltozhat. A *sanātana-dharma* viszont a transzcendenssel való örök kapcsolatára vonatkozik, amit nem lehet megváltoztatni.

A *vaiṣṇava* misszió tartalma a *sanātana-dharmának* mint az élőlények ontológiai kötelességének a megismertetése az egész emberiséggel azért, hogy mindenki számára lehetővé váljon a végső ön-megvalósítás: az Istenszeretet és a viszszatérés a transzcendentális világba, Isten társaságába. A fentiek alapján azonnal látható, hogy egyedül a *dvaita* megközelítésben van helye a *sanātana-dharmának*, hiszen csak akkor létezhet szolgálat Isten és az élőlények között, ha mindkét kategória valós létező.

Van azonban egy másik feltétele is a *sanātana-dharma* megvalósulásának. Istent végső formájában ugyanis kétféle módon lehet tételezni: személyként, ahogy a dualista *vaiṣṇavák* gondolják, vagy személytelen energiaként, ahogy a monista Śāṅkara-követők tételezik. Szolgálni azonban csak egy személyt lehet, és ha Isten nem személy, a *sanātana-dharma* elveszíti a realitását. A perszonalista *vaiṣṇavák* olvasatában az imperszonalista *māyāvādīk* (Śāṅkara követői) az élőlényeket megfosztják természetes helyzetüktől, attól, hogy ők Isten szolgálói, és ezzel elveszik tőlük létük értelmét, az ön-megvalósítás lehetőségét: Isten szerető szolgálatát is, amely az élet végső célja elérésének egyedül lehetséges módszere. Ezért a *vaiṣṇava ācāryák*³⁴ mindig kemény filozófiai vitában állnak a *māyāvādīkkal*,³⁵

és a *sanātana-dharma* végzését megakadályozó tanok elterjedésekor szükségét látják a misszionálásnak.³⁶ A misszió fő célja azonban nem az, hogy valaki egy adott vallásról áttérjen egy másikra, hanem hogy valamilyen formában gyakorolja a *sanātana-dharmát*: Isten szerető szolgálatát.

A *gauḍīya-vaiṣṇavák* missziójukat ki-egészítik a *sanātana-dharma* beteljesítése e világkorszakra megszabott módszerének, a Hare Kṛṣṇa-*mahāmantra*³⁷ éneklésének: a *saṅkīrtana-yajñának* az elterjesztésével. Caitanya Mahāprabhu³⁸ így határozta meg küldetését: „*Minden városban és faluban hallani fogják nevem éneklését.*”³⁹ Arra kérte követőit, hogy járják be az egész világot, és prédikálják a Hare Kṛṣṇa, azaz a szent nevek éneklését, mert ezt tekintette annak a módszernek, amelynek segítségével az élőlények feléleszthetik istentudatukat, vagyis megérthetik, hogy Isten örök szolgálói. Caitanya Mahāprabhu másik legfontosabb kérése: „*Mindenkit taníts arra, hogy kövesse az Úr Śrī Kṛṣṇa uta-*

rendkívül sikeresen.

³⁶ A misszionálás azonban nem csak szükséghelyzetben kötelessége a *vaiṣṇaváknak*. A *Bhagavad-gītāban* (18.68-69) Kṛṣṇa kijelenti, hogy aki az odaadó szolgálat legnagyobb titkát tanítja másoknak, az kétségtelenül eljut a tiszta odaadó szolgálatig, s végül visszatér Hozzá.

³⁷ *hare kṛṣṇa hare kṛṣṇa kṛṣṇa kṛṣṇa hare hare/hare rāma hare rāma rāma rāma hare hare*

³⁸ 1486–1534. A *gauḍīya-vaiṣṇavizmus* hindu reformmozgalmának megalapítója, akit követői Kṛṣṇa rejtett inkarnációjának tekintenek, mely nézetüket a védikus irodalomból vett idézetekkel is alá tudják támasztani.

³⁹ *Caitanya-bhāgavata, Antya-khaṇḍa*, 4.126.

sításait, amelyek a Bhagavad-gītában és a Śrīmad-Bhāgavatamban állnak! Légy így lelki tanítómester, s próbáld meg mindenkit felszabadítani ezen a vidéken!”⁴⁰ Ezek a szavak adják a *gauḍīya-* vagy *caitanya-vaiṣṇavizmus* missziójának⁴¹ magját.

2.3. A misszió szociológiai alapjai

Weber is határozottan megkülönbözteti a kasztrendszer az eredeti védikus *varṇāśrama* társadalmi rendszertől. Kijelenti, hogy a *Védák* bár megemlítik a négy fő kasztnevet vagy *varṇát*, de nem ismerik a kaszt fogalmát és a kasztrendszer tartalmát úgy, ahogy az a hinduizmus legfőbb jellegzetességeként kialakult, továbbá a *varṇāśrama* társadalmi struktúra történelmileg létező formáció, de a *varṇák* sohasem voltak hindu értelemben vett kasztok, hanem inkább egyszerű státuszcsoportok. A kasztrendszer élén a *brāhmaṇák* állnak, akik a rituális tudás monopóliumával rendelkeznek, és tudásuk titkosságát utódaik tanításának monopóliuma automatikusan biztosítja. Ezért a *brāhmaṇák* oktatásra való képesítettsége úgy jelenik meg, mint amivel együtt születtek. Azonban Weber számára nyilvánvaló, hogy a papság a védikus időkben még nem volt egy zárt, örökletes státuszcsoport.⁴²

E kijelentéseivel Weber közvetve hitelesíti számos *vaiṣṇava* tanító harcát azért,

hogy származásától függetlenül minden embernek elismert joga legyen a szent tudáson és a vallásos rituálék végzésén keresztül elérhető üdvözülés, hiszen mint láttuk, a *sanātana-dharma* minden élőlényre vonatkozik. E harc nem a nem-hinduk jogainak elismerésére irányult első-sorban – bár lényegében ezt is megvívták egyúttal –, hanem arra, hogy feloldja a kasztrendszer azon rigid szabályát, mely szerint kiemelkedő vallásos tevékenység végzésére és a lelki tanítói státus elnyerésére csak a született *brāhmaṇák* jogosultak. Hiszen nem a születése tesz képesítetvé valakit ezekre, hanem Isten iránti odaadásának, azaz a *sanātana-dharma* beteljesítésének magas szintje.

A *vaiṣṇava* tradíció a *Śrīmad-Bhāgavatam* mellett elsősorban Kṛṣṇának a *Bhagavad-gītában* tett kijelentésére alapozza azt az elvet, mely szerint egy ember *varṇába* való tartozását a személyes tulajdonságai, képességei és az általa végzett munka határozza meg,⁴³ nem pedig egy bizonyos családba való beleszületése, mint a kasztrendszernél. Továbbá, ahogy T. Hopkins is rámutat: a „Bhāgavatában leírt vallás egyik legfontosabb ismérve az, hogy teljességgel hiányoznak belőle a származás vagy státus által meghatározott előjogok, melyek az ortodox ceremóniákban való részvételhez egyébként szükségesek. [...] A Bhāgavata azt is többször hangsúlyozza, hogy a bhakti nem függ semmilyen más (alternatív) üdvözülési módtól. [...] Itt az elsődleges cél annak a nézetnek a megcáfolása, mely szerint a bhakti által garantált üdvözülésben bár-

⁴⁰ Cc. *Madhya-līlā* 7.128.

⁴¹ Az India határát átlépő, világméretű misszió Bhaktivinoda Ṭhākura munkásságával kezdődött, mert az ő idejében már voltak nyomdák, vasút stb., és sokkal könnyebbé vált a közlekedés.

⁴² Weber 2007 (a): 58.

⁴³ *Bhg.* 4.13: lásd: 30. lábjegyzet.

*mi jelentősége lenne az illető származásának, társadalmi helyzetének vagy kaszthoz tartozásának.*⁴⁴

Az egyik legnagyobb *gauḍīya-vaiṣṇava ācārya*, Bhaktisiddhānta Sarasvatī Ṭhākura⁴⁵ filozófiai vitában legyőzte a *smārta*-vagy kaszt-*brāhmaṇákat* (1911), és lényegében elfogadottá tette azt az elvet és gyakorlatot, hogy kaszthelyzettől függetlenül bárki beavatást nyerhet valamely *sampradāyába*, végezheti a vallásos rituálékat, és lelki tanítómesterré válhat, amennyiben a védikus kultúra magas szintű követésében megnyilvánuló személyes tulajdonságai, valamint hitének, a szentírások ismeretének és Isten iránti odaadásának szintje erre alkalmasá teszi.⁴⁶

Bhaktisiddhānta „győzelmének” hatását tanítványa, Bhaktivedanta Swami „terjesztette ki” a nem-hinduk tömegeire, hiszen lényegében ő volt az első olyan *ācārya*, aki a *gauḍīya-vaiṣṇava sampradāyát* teljességében hitelesen képviselve adta azt át a nyugati világban élő, nem-hindu családban született követőinek az ISKCON keretei között. Lényegében Halbfass is ennek a „győzelemnek” a folyománya-it írja le: „Az örökletes kasztrendszerhez való ragaszkodás talán kevésbé merev a felekezeti hinduizmusban, mint a keményvonalas »ortodoxiában«. Ez az idegenekkel szembeni viszonyulásra is hatással van. A vallási vagy szoteriológiai

*közösségben a választott tagság meghatározóbb lehet, mint az örökletes kaszthoz tartozás. E nyitottság és rugalmasság olykor az indiai szubkontinens határain túlra is kiterjed, olyannyira, hogy még a mlecchákat⁴⁷ is a szoteriológiai közösség lehetséges tagjainak tekintik.*⁴⁸ Azt pedig, hogy – döntően Bhaktivedanta Swami tevékenysége nyomán – mára lényegében elfogadottá vált ez az elv Indiában, az is mutatja, hogy az ISKCON legsikeresebb missziós területe napjainkban éppen India, és az ISKCON templomait és *brāhmaṇáit* széles körű elismerés övezi.⁴⁹

2.4. A Śāṅkara-féle monizmus alapján interpretált hinduizmus

Valójában a Śāṅkara-féle monizmus alapján interpretált hinduizmus-képben – amely messze a legelterjedtebb az indológusok között – található meg a vallásfilozófiai gyökere annak a felfogásnak, hogy a hinduizmus nem missziós vallás, és kérdőjeleződik meg azoknak a hindu felekezeteknek a hitelessége, mint például a *gauḍīya-vaiṣṇaváké*, amelyek bármilyen szintű hiterjesztést tűznek ki célul.

Bár kétségtelen, hogy a mindent egy elvre visszavezető monista vallásfilozófiai koncepció közelebb állhat a tudósok – így a Weber által felhasznált, hinduizmusmal foglalkozó szakirodalom szerzőinek – racionalizmusához, mint a dualista *vaiṣṇava* felfogás, a *brāhmaṇák* közötti dominanciája azonban korántsem biztos.

⁴⁴ Hopkins 1966: 11–12.

⁴⁵ 1874–1936. Bhaktivinoda Ṭhākura fia, A. C. Bhaktivedanta Swami Prabhupāda lelki tanítómestere.

⁴⁶ Lásd: Keśava 1996.

⁴⁷ A húst korlátlanul evő népcsoportok, valamint a görögök megnevezése.

⁴⁸ Halbfass 1988: 193.

⁴⁹ Ennek folyamatáról lásd: Brooks 1998.

Elég arra utalni, hogy a *vaiṣṇavák* eredetüket a legkorábbi védikus időkig töretlenül vissza tudják vezetni,⁵⁰ és máig a hindu népesség kb. 70%-át adják.⁵¹ Weber már csak ezért is lényegesen megalapozottabban feltételezhetné a *vaiṣṇava* vallásfilozófia *brāhmaṇa* gondolkodásra gyakorolt döntő hatását a nála sokkal később megjelenő monista szentírás-magyarázaté helyett.

A két irányzat számos filozófiai alapkérdésben gyökeresen ellentmond egymásnak, és vitájuk gyakorlati jelentősége, ahogy korábban láttuk, éppen a *dharma* fogalma körül kristályosodik ki: a rétegenként változó *dharmák* fölött van egy közös, minden ember számára örökkön érvényes *dharma*: Isten szerető szolgálata, amit a *dvaita* és perszonalista *vaiṣṇavák* *sanātana-dharmának* neveznek. Az imperszonalista *māyāvādīk* pedig megfosztják az élőlényeket e természetes helyzetüktől (hogy Isten szolgálói), és ezzel elveszik tőlük az önmegvalósítás lehetőségét.

Isten imperszonalista felfogása a formákban megnyilvánuló változatosságot is illuzórikusnak tekinti, így valóban tagadja a „végső birodalom” létezését, amely a természetjog alapját képezhetné. A *vaiṣṇavizmus* álláspontja azonban ennek ellenkezője: az anyagi természet, *prakṛti* mellett létezik a *sac-cid-ānanda*⁵²

lelki világ, „az üdvözülten boldog” birodalom, amely az anyaginak a forrása, és mint ilyen, az anyagi világ végső „mintája”,⁵³ az élőlények eredeti otthona, ahol Isten folyamatosan jelen van különféle „inkarnációiban”. A lelki világ törvényei adják az anyagi világ működési elveit is,⁵⁴ így a földi természetjog alapjául szolgálhatnának.⁵⁵

Felhasznált irodalom:

Banyár Magdolna: *Kṛṣṇa társadalma. Max Weber hinduizmus-konceptiójának társadalomtörténeti alkalmazása.* ELTE BTK, Történelemtudományok Doktori Iskola, Atelier: Európai Historiográfia és Társadalomtörténet Program, 2011.

Bhaktivedanta Swami, A. C.: *A Bhagavad-gītā ügy, ahogy van.* The Bhaktivedanta Book Trust, Stockholm, 1993.

a lelki világ jellemzői, szemben az átmeneti és szenvedéssel teli anyagi világgal.

⁵³ Lásd: Śivarāma Swami 2004.

⁵⁴ Azzal a lényeges különbséggel, hogy a lelki világban az összes élőlény számára előbbre való Isten öröme a sajátjánál, azaz abszolút szeretetük van Isten iránt, míg az anyagi világban élők a saját boldogságukat tartják a legfontosabbnak, ebből következően állandó közöttük az érdeklentétekből eredő összeütközés, ami szükségessé teszi olyan intézmények fenntartását, amelyeknek a lelki világban nincs létjogosultságuk.

⁵⁵ A hindu jogi gondolkodás nem ismeri a természetjogot mint a jog alapját képező, ember alkotta elméleti koncepciót. A hindu hagyomány szerint az Isten által kinyilatkoztatott törvényeket Brahṁā, az élőlények teremtője adta át Manunak, az emberiség ősatyjának a *Mānavadharmaśāstra* vagy *Manu-saṁhitā* formájában. Sok szempontból még ma is Manu törvényei határozzák meg az indiai jogi gondolkodást.

⁵⁰ Tóth-Soma 1997: 119.

⁵¹ A hinduknak kb. 70, az indiaiaknak pedig 56%-a *vaiṣṇava* (Lásd: Drutakarma 2007: 101), de vannak más becslések is a *vaiṣṇavák* számára vonatkozóan, például Klostermaier (2001: 90) 300 millió körülre teszi azt.

⁵² Örök, teljes tudással és boldogsággal teli, melyek

- Bhaktivedanta Swami, A. C.:** *Śrī Caitanya-caritāmṛta*. The Bhaktivedanta Book Trust, Stockholm 1996.
- Bhaktivedanta Swami, A. C.:** *Śrīmad-Bhāgavatam* (1–10. ének I. kötet), The Bhaktivedanta Book Trust, Stockholm 1993–1995.
- Brooks, Charles R.:** *The Hare Krishnas in India*. Motilal Banarsidass Publishers, Delhi, 1989.
- Drutakarma Dāsa (Cremona, M. A.):** Māyāpura: A béke és ökológiai harmónia mandalája. In: *TATTVA*, X. évfolyam, 1. szám, Budapest, 2007, 97-114. o.
- Halbfass, Wilhelm:** *India and Europe*. State University of New York Press, Albany, 1988.
- Holdrege, Barbara A.:** *Veda and Torah*. State University of New York Press, Albany, 1996.
- Hopkins, Thomas J.:** The Social Teachings of the Bhagavata Purana. In: *Krishna, Myths, Rites and Attitudes*. University of Chicago Press, 1966, 3-22. o.
- Hṛdayānanda Dāsa Goswami:** Kinek a nevében szól a hinduizmus? In: *TATTVA*. X. évfolyam, 1. szám, 2007, 11-24. o.
- Jany János (szerk.):** *Szemelvények az ókori kelet jogforrásaiból: Válogatás az ókori Irán, India és Kína jogemlékeiből*. PPKE BTK, Piliscsaba, 2003.
- Kamarás István:** *Kṛṣṇások Magyarországon*. Iskolakultúra, Budapest, 1998.
- Klostermaier, Klaus K.:** *Bevezetés a hinduizmusba*. Akkord kiadó, Budapest, 2001.
- Keśava Dāsa:** *A vaisnavizmus története és irodalma*. Budapest, Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola, 1996.
- Līlāvātāra Dāsa:** *Ṣaḍ-darśana: a hat ortodox hindu filozófiai iskola* (Oktatási segédanyag). Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola, 2009.
- Līlāvātāra Dāsa:** *A védikus filozófia rendszerei. II. rész: A vedānta iskolái (sampradāyák)* (Oktatási segédanyag). Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola, 2010.
- Macdonell, Arthur A.:** *A History of Sanskrit Literature*. Munshirama Manoharlal, New Delhi, 1972.
- Magyar Márta:** *A vallások összehasonlítása és fejlődésük szintjei Kedarnātha Daṭṭa Ṭhākura Bhaktivinoda szemével* (szakdolgozat). ZSKF, Budapest, 2010.
- Mahārānī Devī Dasī (Dr. Banyár Magdolna):** A hindu kultúra egyes meghatározó vonásai. In: *TATTVA*. XV. évfolyam, 1. szám, Budapest, 2012, 67-80. o.
- Puskás Idikó:** *Lélek a körforgásban*. Ballasi, Budapest, 2000.
- Śivarāma Svāmī:** *Kṛṣṇa-saṅgati: Találkozások Kṛṣṇával*. Lál Kiadó, Somogyvámos, 2004.
- Śivarāma Svāmī:** Missziós tevékenység a gauḍīya-vaisnavizmusban. In: *TATTVA*, XII. évfolyam, 1. szám, Budapest, 2009, 37-66. o.
- The Chaitanya Bhagavata of Vrindavana Dasa Thakura (vol.1-7)*. Pundarika Vrajraj Press, New Delhi, 1998-2004.
- Tóth-Soma László:** *Veda-rahasya: Bevezetés a hinduizmus vallásfilozófiájába*. Bába és Társai Kiadó, Szeged, 1997.

Weber, Max: *Világvallások gazdasági etikája : Vallásszociológiai tanulmányok.* (Válogatás). Gondolat Kiadó, Budapest. 2007.

Weber, Max: *The Religion of India : the sociology of hinduism and buddhism.* Munshiram Manoharlal Publishers, New Delhi, 2007. (a)

RECENZIO

Brittlebank, Kate (szerk.): *Tall Tales and True: India, Historiography and British Imperial Imaginings*

Három éve látott napvilágot egy kis tanulmánygyűjtemény Kate Brittlebank szerkesztésében *Hihetetlen történetek és az igazság: India, historiográfia és a brit birodalmi képzelgések* címmel.¹ Brittlebank az ausztrál Tasmánia szigetállam fővárosában, Hobartban a University of Tasmania történettudományi tanszékének professzora. Kutatási területe Dél-Ázsia kultúrtörténete, antropológiája, a királyi rítusok, a korai gyarmati történelem és a vallás, különös tekintettel a hinduk és muszlimok közötti kapcsolatokra.²

A történettudomány Indiával is behatóan foglalkozó képviselője kötetének borítóján egy részlet látható a dakkai festő, Sir Charles D'Oyly *Tom Raw megsebesülése*

című rajzából. Az 1828-as csata képén az Indiába újonnan érkezett fiatal angol katonatiszt a Szent György, Szent Patrik és Szent András keresztekkel díszített brit lobogó alatt, égbe emelt kézzel ad tűzparancsot a hosszú csövű puskákkal célzó angol katonáknak. A kép előterében pedig pajzsok, kardok és halottak hevernek: sötét bőrű, fehér *kurtát* viselő indiaiak és brit egyenruhás katonák. A rajz a britek és az indiaiak közötti gyarmati feszültségeket eleveníti fel. A könyv címe pedig egyértelműen arra utal, hogy a brit gyarmati történetírás tévedéseibe kapunk újabb betekintést.

A szerkesztő célja valóban a gyarmati India történelmének új látószögből való szemléltetése nyolc, immár szimbólummá vált történet újbóli feltáráásával. Bevezetőjében Brittlebank áttekinti a britek hatalomra kerülésének közismert, eurocentrikus szemszögből megírt narratíváját, melynek középpontjában az angolok állnak. Rámutat arra, hogy e narratívát a kor szükségleteihez igazították és színezték ki, hogy alapot adjon a brit imperializmus tágabb értelmezésének. Ebben az egyes események és személyek mint jelzőoszlopok adnak szint és életet az elbeszélésnek, de mélyebb szinten olyan folyamatokat jeleznek, melyek a birodalom megszerzésével, fenntartásával és uralásával állnak kapcsolatban. Tudjuk, hogy mindehhez a briteknek „meg kellett alkotniuk” India múltját is, s ezt a 18. századi Európa gondolkodásformájának megfelelően tették, nem pedig az őshonos történetfelfogás szerint. Ez a folyamat még a 19. században is tartott, amikor megjelent

¹ Brittlebank 2008.

² Korábbi könyve: *Tipu Sultan's Search for Legitimacy: Islam and Kingship in a Hindu Domain* (Oxford University Press, Delhi, 1997). E kötetben a 18. századi muszlim király trónra kerülésének folyamatát és uralkodását elemzi a hindu környezetben.

James Mill *The History of British India* (1815) című hatkötetes műve. A történetírás szétválaszthatatlanul belegabalyodott a birodalmi hegemonia megerősítésére tett törekvésekbe. A gyarmati Indiáról szóló történetírásban az elmúlt negyven év során bekövetkezett fejlődés a azonban rámutatott ezen uralkodó narratíva hiányosságaira.

Az új megközelítések a függetlenséget megelőző 200 év tapasztalatainak komplexitását és sokféleségét hangsúlyozzák, főképpen indiai oldalról. Brittlebank az újfajta történetírásnak több, egymással összefüggő aspektusát foglalja össze. Az első a posztstrukturalizmus vagy posztmodernizmus elemzési módjának megjelenéséhez kapcsolódik, mely a posztkolonialista gondolkodás kezdőpontját adta meg. E megközelítés befolyásos képviselői a francia Michel Foucault és Jacques Derrida voltak. A második aspektus Edward Said 1978-ban megjelent *Orientalism*³ című művének hatása, mely a mai napig érvényesül. Said rákényszerítette az Indiával foglalkozó történészeket, hogy újragondolják a Kelet feletti nyugati hegemonia korszakában született szövegek értelmezését. A harmadik aspektus az antropológiának a történelemtudomány módszertanához való hozzájárulásának köszönhető. Kiemelkedő Bernard Cohn (1928–2003) szerepe, aki az indiai gyarmati történelem antropológiai megközelítésének egyik első gyakorlója volt. A negyedik aspektus pedig a 80-as évek elején

a bengáli Ranajit Guha (szül.: 1923) által alapított *Subaltern Studies Collective* hatása.⁴ A csoport szembeszállt a nemzeti történészek elit szemszögből történő megközelítésével, s tagjai rengeteget publikáltak 1982 és 1996 között. Munkájuk sok vitát és kritikai választ váltott ki. A fentiek lényeges következménye, hogy a történészek most már olyan emberek tapasztalatait is megpróbálják feldolgozni, akik eddig hallgattak vagy háttérbe szorultak.

Kate Brittlebank kötete ebben a kontextusban értelmezhető. A nyolc esszé szerzői nem mind történészek. Ezzel emeli ki a szerkesztő a kortárs történettudomány interdiszciplináris természetének fontosságát. A gyűjtemény szerkezetét tekintve az uralkodó birodalmi narratívát modellezi, de nem azzal a céllal, hogy elismételje azt, hanem hogy demonstrálja, hogyan lehet vele szembeszállni, azt aláaknázni. Brittlebank bevezetőjéből nem derül ki, hogy milyen alapon választotta ki szerzőit és azok szövegeit, de tény, hogy habár a szövegek olvashatóak különálló részekként és folyamatosan is, elkerülhetetlen annak az esszéeken átívelő fonálnak a felfedezése, mely újabb értelmezések lehetőségét nyújtja, s azt illusztrálja, hogy minden szöveg többjelentésű.

Ahogy korábban említettem, a birodalmi narratíva magába foglal szimbolikus

³ Magyarul az Európa Könyvkiadó gondozásában jelent meg *Orientalizmus* címen 2000-ben, Péri Benedek fordításában.

⁴ Egy dél-ázsiai tudósból álló csoport, melynek kutatási területe Dél-Ázsia posztkolonialista és posztimperialista társadalma. Megközelítésük az alulról szemlélt történelem, s inkább arra összpontosítanak, hogy mi történik a társadalom alacsonyabb rétegeinek tömegeiben, s nem az elittel foglalkoznak.

eseményeket és személyeket, olyanokat, melyeknek másoknál nagyobb visszhangja volt. Az egyik ilyen híres esemény „kal-kuttai fekete lyuk incidens” néven ismert. Ahogy Ian J. Barrow amerikai történész esszéjében feldolgozza a „fekete lyuk” négy interpretációját, demonstrálja, hogy az eredeti szemtanú, John Zephaniah Holwell sebész, elbeszélése megjelenése óta sok mestert szolgált. Barrow azonosítja azokat a célokat, melyek Holwell beszámolójának átdolgozását, átértelmezését követelték a kolonializmus különböző fázisaiban.

Rahul Sapra kanadai irodalmár írása India első kormányzója, Warren Hastings India kultúrája iránti tiszteletének motívációját vizsgálja. Az *Orientalizmus vagy kapitalizmus?* cím utal rá, hogy Sapra érvelése szerint Hastingset gazdasági megfontolások vezették, s nem kulturális tényezők.

Kate Brittlebank esszéje egy különleges dokumentumot vet újbóli vizsgálat alá, mely Tipu szultán álmait tartja nyilván. Mysore uralkodója, a gyarmati képzelet kiemelkedő alakja, korának környezetében kerül értelmezésre, szemben a korábbi, hozzá kapcsolódó brit propagandával. Brittlebank azt demonstrálja, hogy a korai brit szerzők nézeteinek ellentmondva Tipu álmai egyáltalán nem egy olyan embert mutatnak be, akit megszállottan csak az foglalkoztat, hogyan űzze ki az európai ellenséget Indiából.

Habár Tipu 1799-es halálát gyakran jellemezték úgy, mint a brit hatalom expanziójának jelentős fordulópontját, a következő két esszé bemutatja, hogy még szá-

mos csata és évtized kellett ahhoz, hogy az egész szubkontinens feletti angol hatalom megszilárduljon. A brit haditörténeti krónikák nagy figyelmet szentelnek a közép-indiai Assaye-nál 1803-ban zajlott csatának. Míg ezek Arthur Wellesley, a leendő Wellington hercege nagyszerű győzelméről adnak számot, Channa Wickremesekera ausztrál történész elemzésének középpontjában Wellesley naivitása és tapasztalatlansága áll.

Tipu szultánnal ellentétben Ranjit Singh, Lahore szikh királyságának karizmatikus uralkodója meg tudta tartani birodalmát a brit támadások során. Louis Fenech, a szikh vallás és történelem amerikai kutatója Singh életének leírása során azt mutatja be, hogyan állították számos esetben Singh alakját a jelen szükségleteinek szolgálatába brit orientalisták, indiai nacionalisták, szikh szeparatisták, vallástudósok és mások.

Mark Brown kriminológus 1999 óta tanulmányozza a britek által uralt India büntető módszereinek történetét. *True crime: William Sleeman and the thugs* című esszéjében az igazság fogalmát hangsúlyozva azt vizsgálja, hogy különféle szerzők hogyan ábrázolták a hírhedt indiai útonállókat, a *thagī* titkos társaság tagjait. Brown figyelmes magyarázata segít megérteni, hogyan használhatjuk Saidot és Foucault-t a Dél-Ázsia múltjában való elmélyedésben.

A britek sikereiből adódó önteltsége romba dőlt az 1857-es szipoly-lázadás során, mely Merath városából terjedt el Észak-Indiában. A lázadás kitörésének körülményeit kutató Troy Downs

cikkében arra mutat rá, hogy már a történet kapcsán az uralkodó nézet olyan városi területekre fókuszál, mint Delhi és Lucknow, figyelmet érdemelnek a rádzsputok vidéki felkelései, az erőszakos kitörések mögötti motivációk is, s hogy nem minden lázadás az angolok ellen irányult. Elemzésében az a legszembetűnőbb, hogy mennyire komplex a lázadás természete.

A kötet utolsó tanulmánya az indiai nacionalista, Madan Mohan Malaviya politikai életrajzán keresztül mutatja be a brit uralom utolsó hét évtizedét. Kama Maclean ausztrál Dél-Ázsia kutató azt tárja fel, hogy a függetlenségért folytatott küzdelem során hogyan vált a vallás politikai mozgatórugóvá, s a vallás fogalmának használata hogyan tudja befolyásolni, hogy egy politikust nacionalistaként vagy autonomistaként fognak-e interpretálni. A nacionalista életrajzírók nem fordítottak figyelmet a Benares Hindu University alapítója, Malaviya meghatározó szerepére, annak ellenére, hogy az Indiai Nemzeti Kongresszus prominens tagja volt, s aktívan részt vett a gyarmati állam elleni nagyobb ellenálló megmozdulásokban. Maclean Malaviya életét a „nacionalista mozgalom barométereinek” tekinti, s miközben feltárja a po-

litikus korábban elhanyagolt jelentőségét, azokat a folyamatokat is bemutatja, melyek eredményeképpen egyes történelmi alakok másoknál kiemelkedőbbé válnak. Mindezek mellett a múlt túlságosan merev kompartmentalizációjának problémáit is illusztrálja.

A nyolc értekezés meggyőző és alapos felülvizsgálata India történelme egy-egy eseményének vagy alakjának. Előnyük az is, hogy mindegyik mai kutató tudományos munkájának eredményeként született. A tanulmányok közérthetőek, s kiváló kiegészítő olvasmányként szolgálhatnak a gyarmati India történelmét tanulmányozók számára.

Mañjarī Devī Dāsī
(Magyar Márta)

Felhasznált irodalom:

Brittlebank, Kate (szerk.): *Tall Tales and True: India, Historiography and British Imperial Imaginings.* Monash University Press, Clayton, 2008.

Brittlebank, Kate: *Tipu Sultan's Search for Legitimacy: Islam and Kingship in a Hindu Domain.* Oxford University Press, Delhi, 1997.

Said, Edward: *Orientalizmus.* Európa Könyvkiadó, Budapest, 2000.

Mannhardt András: *A kultúra elavulása. Evolúció és társadalom*

Mannhardt András¹ könyvének² borítógrafikáján egy erdőirtás kivágott facsonkjai előtt egy ember egy kis fácskát öntöz. *A kultúra elavulása* címmel együtt ebből azt sejthetjük, hogy valaminek az elmúlásáról és újító szemléletű javaslatokról olvashatunk. A társadalomtudományi mű alapvető kérdésfeltevése, hogy az életünket jelenleg irányító kulturális magatartásformák miért éppen olyanok, amilyenek, és honnan származnak azok az alapelvek, amelyekre e viselkedési formák épülnek. (A „kultúra” kifejezés alatt a nem-genetikailag rögzített viselkedésformák rendszerét érti, vagyis az emberi társadalmakban élő írott és íratlan szabályokat, szokásokat, jogi és erkölcsi pa-

rancsokat.) A szerző áttekinti a kulturális szabályozórendszerek magyarozatára született elméleteket, majd igyekszik következtetéseket levonni fajunk jövőbeli kilátásaira vonatkozóan. Ennek aktualitását az adja, hogy az emberi faj környezethez való viszonya szükségszerű változás előtt áll. Kérdéses, mennyire időtállóak kulturális szabályaink, képesek lesznek-e az évezredek erkölcsi, jogi alapszabályok a továbbiakban is az emberiség érdekeit szolgálni. A helyes válasz megtalálása kifejezetten jelentőségteljes az emberiség sorsa, akár túlélése szempontjából.

A rövid előszót követően a könyv négy nagyobb egységből épül fel, melyeket alfejezetek és második szintű alfejezetek tagolnak. Az *Alapok* címet viselő első nagy egység (7–40. oldal) az evolúcióelmélettel, az etológiával és a szociobiológiával kapcsolatos alapismereteket mutatja be. A következő rész, az első tematikus fejezet (41–137. oldal) a kultúra keletkezésének magyarozatára született kísérletekről és azok bírálatáról szól. A könyv eddig tartó első fele ismert elképzeléseket foglal össze, míg a mű második fele a szerző saját álláspontját fejt ki. A római kettes fejezetben az író a kultúra eredetére vonatkozó gondolatait ismerteti (138–197. oldal). A záró fejezet pedig (198–235. oldal) a kultúra jövőjével foglalkozik, vagyis hogy mire számíthat az emberiség, illetve mit tehet jövője befolyásolása érdekében. A kötetet negyvenegy tételből álló irodalomjegyzék zárja (Attenborough-tól Wilsonig), amely a témával kapcsolatos – túlnyomórészt külföldi, kisebb részben hazai szerzőktől származó – vonatkozó

¹ Mannhardt András pszichológia és magyar szakon végzett, az *Élet és Tudomány* folyóirat huszonhárom éve futó „Lélektani lelemények” című rovatának állandó szerzője.

² Mannhardt András: *A kultúra elavulása. Evolúció és társadalom*. Magánkiadás az Ister Kft. közreműködésével, Budapest, 2004.

irodalmat sorolja fel. A könyv igényes ismeretterjesztő nyelvezetet használ (kevés idegen szóval), visszatérő kulcsfogalmait egyaránt kölcsönzi a természettudomány és társadalomtudomány szókészletéből. A következtetések megértése és mérlegelése érdekében röviden összefoglalom az egyes fejezetek tartalmát.

Alapok. Az alapozó rész az evolúció biológiai elméletének bemutatásával kezdődik. Az evolúciós algoritmus szerint a szaporodás során az egyes fajokon belül kis eltérő variációk jönnek létre, amelyek közül a természetes szelekció kiválogatja a környezetéhez jobban alkalmazkodott egyedeket, amelyek így nagyobb szaporodási esélyhez jutnak („genetikai siker”). Az elmélet szerint a változások előre kitűzött cél nélkül halmozódtak fel, és évmilliárdok alatt hozták létre a földi élet minden ismert formáját. Bár a társadalomtudományok területén Mannhardt kritikával szemléli a mégoly népszerű szemléletmódokat is, a biológiai fejlődéselmélet fenntartások nélkül elfogadja, és szinte kötelező kiindulási alapnak tekinti. (Ez az attitűd rámutat, hogy napjaink társadalomtudományi koncepcióit mélyen áthatják az uralkodó természettudományos elméletek.)

Az etológiáról szóló alfejezetekben a viselkedés kialakulásának evolúciós értelmezését olvashatjuk. Az örökletes magatartásformák eszerint éppúgy az evolúció termékei, mint a testi jelek. A szociobiológia felfogása szerint az élőlények a bennük lévő géneknek a következő generációban való megjelenésére törekcsenek. A kulturálisan előírt emberi

szabályok mögött pedig csupán evolúciósan kialakult, genetikailag meghatározott viselkedési hajlamok húzódnak meg. A kultúra eszerint nem lenne más, mint a biológiai kényszerek megerősítése.

I. *Kísérletek a kultúra eredetének magyarázatára.* Az első számozott fejezet a kultúra kialakulásának evolúciós magyarázatait veszi sorra. Először a mémelméletről olvashatunk, amely a kultúrában keringő információcsomagokat (gondolatokat, dallamokat, jelszavakat, divatokat, technológiákat) mémeknek nevezi, a kultúrát pedig a mémek evolúciója termékének tekintti. Mannhardt András rámutat, hogy a mémek története több okból sem evolúciós folyamat: a mémek eredeti formáit létrehozzák, tehát előzmények nélkül jelennek meg; nagyon gyorsan változnak; a biológiai örökléssel szemben a szellemi szférában a szerzett tudás is öröklődik; továbbá a biológiai fajokkal ellentétben az emberi kultúra ágai között folyamatos cserekapcsolat zajlik. Így a „mémek evolúciójára” való hivatkozás nem nyújt magyarázatot a kultúra kialakulására.

Edward O. Wilson 1975-ös, *Sociobiology* című könyvében megkísérelte az etikát biológiai alapokra helyezni. Determinista megközelítése szerint etikai parancsaink tartalmát genetikai tényezők határozzák meg. Az emberi társadalmakra jellemző szabályok követését eszerint csupán a gének „találták ki”, hogy rávegyenek minket az együttműködésre. E szemléletmódot képviseli az evolúciós pszichológia is, amely viselkedésünk lelki alapjait evolúciós terméknek tekinti (legyen szó akár a mélységtől való félelmünkről, akár esztétikai érzékünkről).

Mannhardt András szemléletes példán keresztül mutat rá, mennyire problémás, ha az emberiség egész erkölcsi rendszerét ilyen biológiai kényszerekre akarnánk visszavezetni. A legtöbb emberi társadalomban jelen volt például a xenofóbia, amely az evolúciós szemlélet szerint azért fejlődött ki, mert biológiailag előnyös volt a rokonok, ismerősök előnyben részesítése az idegenekkel szemben. Ugyanakkor mai kulturális szabályaink általában elítélik az idegengyűlöletet. Ez önellentmondóvá teszi a szociobiológia megközelítését: hogy kerülhetne egy jól bevált, ősi hajlam tiltás alá (ahelyett, hogy szabállyá válna), ha magatartáskultúránk csak a gének irányítása alatt áll?

Donald T. Campbell szemlélete szerint az önzés genetikai hajlamok együttese, míg a „szociális evolúció” olyan erkölcsi szabályokat termel ki, amelyek a biológiai késztetésekkel szemben biztatnak önzetlenségre, együttműködésre. E felfogásban az önzés (amely genetikai hajlamon alapszik) és az altruizmus (amely a kultúra terméke) rugói húzzák két oldalról az emberi viselkedés „mutatóját”. Mannhardt azzal kritizálja Campbellt, hogy csak olyan példákat hoz fel, amelyek beleférnek az elméletébe, míg másokat ignorál.

II. Az utolsó előtti fejezet a szerző saját elgondolását ismerteti a kultúra eredetéről. Első kérdésfeltevése, hogy milyen elvek alapján végzi a munkáját a közakaratnak nevezett kulturális törvényhozó ágens? Honnan származik például az önzetlenség (amit Mannhardt gyakorlatilag az erkölccsel azonosít)? A pusztá bio-

lógiai lét szintjén az erőforrások másoknak való átengedése veszélyezteti az életben maradást. A szerző tétele szerint a fordulat akkor következhetett be, amikor az ember megtanulta megsokszorozni a számára szükséges erőforrások mennyiségét. A megszerezhető erőforrásokról való lemondás (az önzetlenség) azért jelenhetett meg, mert a források bősége esetén ez a stratégia az emberi faj genetikai sikerének záloga. Forrásbőség esetén ugyanis a közösségnek olyan szabályokat kell bevezetnie, melyek révén a többletfelhalmozóktól el lehet venni annyi erőforrást, amennyi a „vegetatív egyenlőség” megteremtéséhez szükséges.

Mannhardt András szerint a közakarat, a csoport és az emberi nem gyarapodása érdekében azokat a viselkedéseket emeli kulturális normává, melyekről úgy véli, segíteni fogják a közösség növekedését, azokat pedig, amelyek e cél ellenében hatnak, tiltás alá helyezi. A szociobiológia felfogásával szemben e megközelítésben nem a genetikai hajlamaink, hanem az elméleti modellezésen alapuló közvélekedés dönti el, hogy egy adott magatartásforma vajon segíti fajunk gyarapodását, vagy nem. Ezen etikaértelmezés alapján szakadás van a gének és a kultúra között, mivel a kultúrát nem a gének alakítják, hanem egy önálló tényező, az elme. A közakarat döntéseit azonban Mannhardt András szerint ugyanaz a szempont határozza meg, mint a biológiai hajtóerőket: fajunk genetikai sikerének maximalizálása. Vagyis a kultúra csupán mindazon szabályok összessége lenne, amelyek az embernek a környezethez való alkalmaz-

ködését, az erőforrások hatékonyabb kihasználását teszik lehetővé. Véleményem szerint naivítás és tévedés az emberi faj rendkívül soktényezős viselkedésrendszerét csupán arra a célkitűzésre visszavezetni, hogy fajunk tagjai egyre többen szeretnének lenni, és a lehető leghatékonyabban akarják felhasználni a rendelkezésre álló forrásokat.

Az ókortól kezdve érdeklő a filozófusokat, illetve a jogtudománnyal foglalkozókat a természetjog kérdése. Létezik-e örök érvényű (isteni?) szabály- vagy alapelvrendszer, amelyhez a konkrét történelmi jogrendszerek megpróbáltak igazodni? Mannhardt András röviden azzal utasítja el ezt a lehetőséget, hogy a természetjogot feltételezők között nincs egyetértés abban, hogy pontosan mik is lennének a természetjog alapelvei. E hozzáállásban feltehetően szerepet játszik a szerző nem titkolt személyes világlátása, a teista világmépektől való elzárkózása is.

III. *A többesélyes jövő.* Az utolsó fejezettel érkeznek el az aktuális, nagy kérdések. Vajon az emberiség terjeszkedést előirányzó, több évezredes erkölcsi szabályai képesek lesznek-e a jövőben is a javunkat szolgálni, vagy változtatásra szorulnak? Mannhardt András a maga által szűkre szabott gondolati térben igyekszik választ találni a kultúra jövőjének kérdéseire, megfogalmazni saját javaslatait. A jelenre vonatkozó helyzetfeltárással kevesen szállnának vitába: a túlnépesedő emberiség a krónikus erőforráshiány állapotába kerülhet, és a jelenlegi kulturális szabályok ebben a helyzetben diszfunkcionálissá válhatnak, elavulhatnak.

Vitathatóbb kérdés, hogy milyen előzmények vezettek a jelenlegi állapothoz? A szerző leegyszerűsítő módon két fázisra osztja az emberi civilizáció történetét: a szükség korára (amikor még nem állt rendelkezésre elég élelem és egyéb erőforrás), valamint a bőség korszakára, amikor a javak mennyisége már lehetővé tette az önzetlenséget. (Ez a koncepció meglehetősen sebezhető, mert globális értelemben az emberiség ma sincs az univerzális bőség állapotában.) Megkérdőjelezhető Mannhardt azon tétele is, mely szerint az emberiség válságközeleli állapotához leginkább a lélekszám növekedésére való tudatos törekvés vezetett volna. Arról pedig kevés szót ejt, hogy a mostani izgalmas állapotok létrejöttéhez jelentős mértékben hozzájárult az anyagiasság szemlélet fokozatos eluralkodása, valamint az ilyen szemléletű társadalmakban az elképesztő mértékű – mesterségesen gerjesztett, a valós szükségleteket messze meghaladó – fogyasztási szokások.

Az valóban tény, hogy az erőforrások nem teszik örökkön-örökké lehetővé a terjeszkedést. Vagy a víz- és élelmiszerhiány, vagy a környezetszennyezés, vagy a világgazdaság megrendülése, vagy pedig az üzemanyagok végeessége fogja érzékeltetni velünk korlátainkat. Az emberiség tényleg szinte tehetetlenül fut a „piros vonal” felé. Ennek kétféle kimenetelét vázolja a szerző. Ha glóbuszunk lakossága felkészületlenül kerül az erőforrások szűkösségének az állapotába, akkor a fegyveres konfliktusok szaporodni fognak, az emberiség „rettenetesen összetöri magát”. A másik lehetőség, hogy időben „kapcsol-

lunk”, széles tömegek változtatnak magatartási szabályaikon, és időben lefékezhetünk a piros vonal elérése előtt. A közakaratnak foglalkoznia kell az új kultúra bevezetésének lehetőségével, szabályainak körvonalazásával. Milyen szokásokat és szabályokat javasoljunk, ha meg szeretnénk óvni fajunkat a szélsőséges megpróbáltatásoktól? A szerző – helyenként számomra ijesztő – elveket javasol az „új kultúra” bevezetéséhez.

Például források szűkösége esetén a morális szabályrendszert úgy kellene kialakítani, hogy biztosítsa a népszaporulat férőhelyekhez való igazodását, ami magában foglalja a szüléshez való jog korlátozását. Emellett az új kultúrában a fogyasztás terén meg kellene tiltani a vegetatív minimum meghaladását, mert az mások életét veszélyezteti. Nemcsak az egyének, hanem az egyes országok jogainak korlátozására is sort kellene keríteni. Mivel pedig az emberek általában nem mondanak le önként a civilizáció áldásairól, így olyan totális államszervezés válna szükségessé, amely rákényszeríti az embereket a köz javát szolgáló viselkedésre. Az író szerint a népesség növekedése és az elérhető források csökkenése miatt csak a felvázolt módon lehetne elkerülni a globális összeomlást.

Hogyan értékelhetjük *vaiṣṇava* szemzőből Mannhardt kultúraelemzését és a jövőre vonatkozó javaslatait? Egyrészt véleményeznünk kell, hogy mindössze egy vagy néhány tényezőre akarja visszavezetni az „emberi populáció” működési alapelveit. Olyan tényezőkre, amelyek csupán a biológiai túlélést, fajunk

szaporodását és fizikai jólétét szolgálják. Degradálónak, vagy akár elavultnak nevezhetjük a kultúra ilyen szűk látókörű értelmezését.

Mannhardt András jövő időben beszél arról a lehetőségről, hogy „a források szűkössé válása idején” egyes emberek mohó fogyasztási szokásai mások kárára vannak. Ez a helyzet azonban már jó ideje bekövetkezett. Mindez mégsem ösztönzi jelentős beavatkozásra a jóléti államok irányítóit, és a fogyasztók többségének lelkiismeretét sem érinti meg annyira, hogy életmódbeli berögződéseiken jelentősen változtassanak. Elismerésre méltó, hogy egy értelmiségi szerző elgondolkodik kultúránk megváltoztatásának szükségességén, fenntarthatóságának kérdésén. Ugyanakkor meglehetősen szűk körön belül mozog a lehetséges megoldások tekintetében. Szerinte civilizációnkat csak totalitárius vezetési módszerek és radikális korlátozások kímélhetik meg a várható megrázkódtatásoktól.

A könyv alapvető hiányossága, hogy nem vagy csak nagyon érintőlegesen mutat be a szerzőtől alapjaiban eltérő megközelítéseket. Ugyanis az erkölcs relatív voltát feltételező elméletek mellett vannak abszolút erkölcsöt (természetjogot, akár univerzális isteni törvényeket) valló erkölcsi, vallási rendszerek is. Az Indiából ismert védikus tudásrendszer például abszolút forrásból származóként definiálja saját magát. E tudásgyűjtemény jelentős része nem más, mint az emberiség békes életét és lelki felemelkedését szolgáló kulturális szabálygyűjtemény. Világunk létrehozója tudja, hogy az emberek mi-

lyen elveket követve tudnak testi és szellemi szükségleteiket kielégítve, konfliktusmentesen élni. Ez pedig elsősorban nem létszám kérdése. Sríla Prabhupáda, a Krisna-tudat világnagykövete előadásiban és könyveiben többször felhívta rá a figyelmet, hogy nem a túlnépesedés az alapvető probléma. Az okozza a nehézséget, ha az emberek nem kapnak megfelelő lelki képzést, így életcéljuknak az anyagi javak habzsolását-hajszolását tekintik. Ellenben egy hiteles lelki tudáson alapuló társadalomban az emberek életcélja a lelki felemelkedés, amely természetszerűleg mértékletes, kiegyensúlyozott életvitellel párosul. Nem azért, mert totalitárius eszközökkel kényszerítik őket erre, hanem mert lelki céljaik érdekében önkéntesen egyszerűbb életet élnek.

Mannhardt András fel sem veti azt a lehetőséget, hogy válságba jutott kultúránk megújításához olyan civilizációk működési alapelveihez és világlátásához kellene visszanyúlnunk, amelyek a mai társadalomnál ügyesebben kezelték az ember természetéhez való viszonyát. Egy ilyen múltba néző elemzés ahhoz a következtetéshez vezethetne, hogy viselkedésünk megreformálásához e múltbeli kultúráknak nemcsak a formai megoldásait, ha-

nem világlátásuk egyes elemeit is át kellene vennünk, amitől a szerző feltehetően húzódozna. *Vaiṣṇava* megközelítésben azonban határozottan fel kell vetnünk a spirituális társadalmi felvilágosítás, szemléletformálás lehetőségét és szükségességét. Az ősi indiai civilizációról szóló leírások, valamint az ezeken alapuló modern mintaközösségek – például a somogyvámosi Krisna-völgy – látványos példát szolgáltatnak arra, hogy a védikus alapelvek időtállóak, működőképeseek, és kiküszöbölik mindazon problémák jelentős részét, melyekkel a modern társadalom küszködik.

Mannhardt András problémafelvetése tehát kétségtelenül jogos. A naturalista kultúraelméleteken nevelkedett szerző azonban csak részleteiben képes elődei elképzeléseinek bírálatára, gondolkodásuk materialista alapjait nem kérdőjelezi meg. Így a modern világ megjavítására vonatkozó javaslatok is jóformán csak politikai síkon fogalmazódnak meg. A *vaiṣṇava* olvasó számára azonban adott a lehetőség, hogy olyan ígéretes megoldásokon is elgondolkodjon, melyeket a könyv szerzője világnézeti elfogultsága és a megfelelő mélységű védikus ismeretek hiánya miatt számításba sem tudott venni.

Īśvara Kṛṣṇa Dāsa
(Tasi István)

Szerzők

Baranyai Gyöngyvér

Vaisnava teológus, a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola rendezvényszervezője.

Gaura Kṛṣṇa Dāsa (Tóth-Soma László)

PhD, biológus, vallásfilozófus, főiskolai tanár, a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola rektorhelyettese.

Gauri Shankar Gupta

Üzletember, politikus, író, India magyarországi és Bosznia-hercegovinai nagykövete.

Īśvara Kṛṣṇa Dāsa (Tasi István)

Kulturális antropológus, vaisnava teológus, PhD-aspiráns, a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola adjunktusa.

Mahārāṇī Devī Dāsī (Banyár Magdolna)

PhD, közgazdász, szociológus, főiskolai tanár, a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola rektora.

Mañjarī Devī Dāsī (Magyar Márta)

Vallástudomány szakos bölcész, vaisnava teológus, PhD-aspiráns, a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola adjunktusa.

Medvegy Gergely

Vaisnava jogamester, vaisnava teológus, a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola vezető jogaoktatója.

Rátkai Gergő

Vaisnava teológus, a Bhaktivedanta Könyvtár vezetője.

Yaśomatī-nandana Dāsa (dr. Tamasi József)

Belgyógyász, a társadalomorvostan szakorvosa, a természetes gyógy módok szakértője, PhD-hallgató.