



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



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

Létkérdések

Válogatás

**a III. és IV. Létkérdés Konferencia
előadásaiból**

Budapest 2009



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

A szerkesztőség címe:
1062 Budapest, Andrássy u. 53.
Telefon/Fax: (1) 321-77-87

Felelős szerkesztő:
Mahārāṇī devī dāsī (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 (Banyár Magdolna)

Nyelvi lektor:
Kuszák Ágnes

Munkatársak:
Tóth Anita, Tóth Sándor

Borító és tördelés:
Magyar Zsuzsa

A korábbi számok nyomtatott formában megvásárolhatók
a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola könyvtárban (1062 Budapest, Andrássy u. 53.),
és elolvashatók a folyóirat on-line változatában: www.tattva.hu

Budapest, 2009
ISSN 1418-4060

TARTALOM

Bevezetés	7
III. LÉTKÉRDÉS KONFERENCIA – Együtt-lét. A kapcsolatok természetrajza	11
Vekerdy Tamás: Mit hozunk a gyerekkorból? A család szerepe az emberi kapcsolatokban	13
Sivaráma Szvámi: A kapcsolatok transzcendentális vonatkozásai	23
Hogyan tehetők jobbra az emberi kapcsolatok?	29
Vita: Résztvevők: Tari Annamária és Tasi István (Īśvara Kṛṣṇa dāsa). Moderátor: Sonkoly Gábor	
IV. LÉTKÉRDÉS KONFERENCIA – A HALÁL. Biztos?	43
Pilling János: A halál jelentései	45
Tóth-Soma László: „Ahogy az ember leveti elnyűtt ruháit”. A védikus halál-felfogás	57
Nádas Péter: Saját halál – élmény és értelmezés	67
Igazságos-e a halál?	77
Kerekasztal-beszélgetés Résztvevők: Béres Tamás, Cser Zoltán, Kránitz Mihály, Sivaráma Szvámi. Moderátor: Sonkoly Gábor	
Tasi István: Egy életem, egy halálom? Tudományosan ellenőrzött beszámolók előző évekről	95
V. LÉTKÉRDÉS KONFERENCIA – Válságaink	105
Program	105

2009. november 6. csütörtök, 10:00 – 18:00 óráig

Gólyavár, ELTE Bölcsészettudományi Kar, 1088. Budapest, Múzeum krt. 6–8.

Jelentkezés: www.letkerdes.hu

BEVEZETŐ

A Létkérdés Konferenciákat szervező Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola 2005-ben indította útjára ezt a rendezvénysorozatot. A konferenciákon minden évben – a Magyar Tudomány Ünnepeinek keretén belül – egynapos tudományos üléseken folytatnak párbeszédet a társadalom- és természettudományok, illetve a teológia neves képviselői. A névadás nem volt véletlen, hiszen a konferenciák a mindenkit érintő és érdeklő, igazi „létkérdéseket” vitatják meg.

Az I. Létkérdés Konferencia (2005) a transzcendens dimenzió létezését firtatta, *Van-e természetfölötti?* címmel, de a II. Létkérdés Konferencia témája (2006) sem bizonyult kevésbé érdekfeszítőnek: *A sors, azaz meddig terjed a szabad akarat?*.

A TATTVA folyóirat jelen száma a III. és IV. Létkérdés Konferencián elhangzottakból ad – a 2007. novemberi számhoz hasonlóan – válogatást. A III. Létkérdés Konferencia az emberi kapcsolatok sokszínűségét boncolgatta. Az *Együtt-lét: A kapcsolatok természetrajza* címmel megrendezett eseménynek az ELTE Bölcsészettudományi Kara Gólyavár Rendezvény- és Konferenciaközpontja adott helyet.

A nyitó előadásban **Vekerdy Tamás** közérthetően, ám meglehetősen vészjóslóan mutatta be a mai oktatási rendszer elnyomó jellegét. Hangsúlyozta, hogy a teljesítménykényszer marandó pszichés károsodásokat okoz a gyermekekben. Hiszen ennek az elvnek nem a belső igény felkeltése a célja: a gyermekeket nem a tudás elsajátítására ösztönzi, hanem folyamatosan azzal szembesíti őket, hogy mit *nem* tudnak. Ez folyamatos frusztrációt jelent számukra, és állandósuló önbizalomhiányba kergeti őket. Mindez az egész társadalom mentális és szellemi teljesítőképességét negatívan befolyásolja.

Sivaráma Szvámi a kapcsolatok transzcendentális vonatkozásairól beszélt, és határozott útmutatást adott arra nézve, hogy melyek egy tartós kapcsolat alappillérei. Ha ezek hiányoznak, biztosra vehető a kapcsolat minőségének gyors romlása, majd megszűnése. Egyetlen elsődleges érzélem van, a szeretet, s abban minden monoteista vallás képviselője egyetért, hogy csakis Isten szerető szolgálatát elfogadva őrizhető meg az emberi kapcsolatok tisztasága.

Daubner Béla az igaz barátság és szerelem esélyeit latolgatta. A reinkarnáció létét és jelentőségét elfogadva hangsúlyozta, hogy a személyiségfejlődésnek, az önmegvalósításnak meghatározó tényezője az elmúlt életekből hozott tapasztalat és tudás.

A kerekasztal-beszélgetés az evangélikus, a zsidó és a *vaišņava* vallás teológus képviselőinek részvételével zajlott. Abban a kérdésben, hogy tanulható, tanítható-e a szeretet, e vallások képviselői döntően egyetértettek: a tanulás leginkább a példamutatás révén történik, így a szeretet tanulhatóságát nagyban meghatározza az otthonról hozott példa, továbbá az is, hogy milyen mértékben kap szerepet Isten és az önzetlen szeretet valaki életében.

Jeney Rita (Amṛtānanda devī dāśī) előadásában az ősi indiai eposz, a Mahābhārata alapján azt boncolgatta, hogy a barátság és a szerelem akkor képes kielégítően működni, ha a felek betartják az Isten által adott viselkedési szabályokat. Kiderült továbbá az is, hogy a *vaiṣṇava* és az európai erkölcs alapjai nem térnek el egymástól: az önzés, a csalás és az erőszak minden esetben bukásra ítéli a halandókat.

A konferenciát záró vita **Tari Annamária** és **Tasi István** (Īśvara Kṛṣṇa dāśa) között arra a kérdésre próbált választ adni, hogy miként tehetők jobbá az emberi kapcsolatok. Jellemző módon, mindkét fél ugyanazt a választ adta: az embernek igyekeznie kell saját magát megismerni és jobbá tenni ahhoz, hogy javítani tudjon kapcsolatai minőségén. Arra a kérdésre, hogy mit tegyünk, ha érezzük közelgő halálunkat, Tari Annamária azt válaszolta, hogy igyekezzünk rendezni evilági kapcsolatainkat, beszélgetőtársa azonban tovább tekintett jelen életénél: szerinte emberi kapcsolataink rendezése ott kezdődik és ér is véget egyben, hogy rendezzük Istenhez való viszonyunkat, hiszen kizárólag Ő az, aki mindig és mindenhol velünk van.

Az e válogatásban szereplő másik, azaz a IV. Létkérdés Konferencia (2008) címe *A halál. Biztos?*, helyszíne pedig az immár szokásos Gólyavár volt. A téma kiválasztását az indokolta, hogy a halál az élet talán legnehezebb „létkérdése”, mégsem kap elég figyelmet. Az „élményközpontú” modern életben szinte minden tabuvá válik, ami a szenvedésre vagy a lét elkerülhetetlen végeességére utal, hiszen ezek veszélyeztetik az élet élvezetére irányuló emberi törekvéseket és az azok értelmébe vetett hitet. A konferencia előadói viszont arra hívták fel a figyelmet, hogy egyáltalán nem mindegy, miként készül fel valaki erre a minden ember életében bizonyosan bekövetkező

eseményre, hogyan éli azt át, és mi történhet vele a halála után.

A konferencia előadói a téma hazai szaktekintélyei, valamint a világvallások tudós teológusai voltak. Az első előadás a halál művelődéstörténeti jelentéseiről szólt **Pilling János** tolmácsolásában. Ezután **Tóth-Soma László** (Gaura Kṛṣṇa dāśa) nagy ívű áttekintést adott a halál *vaiṣṇava* értelmezéséről, a szentírásokat és a védikus pszichológia fogalomrendszerét használva felmondandójának alátámasztására. **Hegedűs Katalin**, a hospice mozgalom egyik vezetője pedig a haldoklás, a meghalás emberibbé tételének fontossága mellett érvelt gyakorlati, valamint tudományos kutatói és oktatói tapasztalataira alapozva.

A konferencia egyik különlegessége **Nádas Péter** előadása volt, aki saját halálközeli élményét mesélte el és értelmezte – amelyet *Saját halál* című nagysikerű könyvében is megírt. Ezt követően a vallási kerekasztal-beszélgetés résztvevői – **Béres Tamás** evangélikus, **Cser Zoltán** buddhista, **Kránitz Mihály** katolikus és **Sivaráma Szvámi** *vaiṣṇava* teológus – szintén értelmezték Nádas Péter halálközeli élményét, saját vallásuk szemszögéből. A rendkívül izgalmas beszélgetést, amelyben az elhangzottakat kommentálva részt vett Nádas Péter is, **Sonkoly Gábor** történész vezette. A teológusok többek között megvitatták azt is, hogy a halál igazságszolgáltatás-e az élőlények számára? Bár több fontos rész kérdésben alapvetően különbözött a véleményük, abban azonban mindannyian egyetértettek, hogy az Abszolút Igazságot – Istent – sokféle úton meg lehet közelíteni, s ezek mindegyike hitelesnek tekinthető.

A konferenciára **Tasi István** (Īśvara Kṛṣṇa dāśa) „tette fel a koronát”: *Egy életem, egy halálom? Tudományosan ellenőrzött beszámoló*

előző életekről című előadásával. A szkeptikusok alapállását felvéve végül mégis „kénytelen volt” arra a következtetésre jutni, hogy Ian Stevenson professzornak az előző életek létét rendkívül hatalmas és tudományosan is támadhatatlan adathalmazzal bizonyító munkássága még őt is meggyőzte a reinkarnáció létezéséről.

A végig kitűnő hangulatú konferencián mintegy 400 fő vett részt, akik között szép számmal akadtak orvosok, társadalomtudósok és diákok is.

Az idei, V. Létkérdés Konferencia ismét egy olyan kérdéskörrel foglalkozik majd, amely mindenkit érint, jelesül a napjainkban tapasztalható *Válságaink*-kal. Az előadók között szerepel például: Petschnig Mária Zita, Sivaráma Szvámi, Sonkoly Gábor és Vida Gábor. Reményeink szerint a komor téma ellenére e rendezvény is jó

hangulatú és termékeny szellemi vitákat hozó lesz, mint a korábbi konferenciák mindegyike. Abban is bízunk, hogy – érzékeltetve a Létkérdés Konferenciák szellemiségét – ez a válogatás is kedvet ad olvasóinknak az elkövetkezendő konferenciákhoz.

Az eddigi konferenciák előadásai és beszélgetései, továbbá az idei, V. Létkérdés Konferencia minden tudnivalója letölthető a www.letkerdes.hu honlapról. A TATTVA 2007. novemberi száma pedig – ami az első két konferencia előadásaiból és beszélgetéseiből ad válogatást – a www.tattva.hu honlapon érhető el.

Banyár Magdolna (Mahārāṇī devī dāsi)
a Szervezőbizottság elnöke

III. Létkérdés Konferencia

EGYÜTT-LÉT

A kapcsolatok természetrajza

Daubner Béla
pszichiáter

Sivaráma Szvámi
vaisnava teológus

Tari Annamária
pszichológus

Vekerdy Tamás
pszichológus
és mások...

2007. november 9. péntek, 10 - 17 óra
ELTE Bölcsészettudományi Kar
GÓLYAVÁR
1088 Budapest, Múzeum krt. 4-8.

Jelentkezés és helyfoglalás:
www.letkerdes.hu



BHAKTIVEDANTA
HITTUDOMÁNYI KÖZÖSSÉG

III. Létkérdés Konferencia

EGYÜTT-LÉT. A KAPCSOLATOK TERMÉSZETRAJZA

Időpont: 2007. november 9. péntek

Helyszín: Gólyavár, ELTE Bölcsészettudományi Kar, 1088 Budapest, Múzeum krt. 6–8.

- 10:00 – 10:15 Megnyitó
- 10:15 – 11:10 Előadás: **Mit hozunk a gyerekkorból?** A család szerepe az emberi kapcsolatokban.
Előadó: Vekerdy Tamás pszichológus
- 11:10 – 12:00 Előadás: **A kapcsolatok transzcendentális vonatkozásai**
Előadó: Sivaráma Szvámi *vaiṣṇava* teológus
- 12:00 – 12:10 Szünet
- 12:10 – 13:00 Előadás: **Az igaz barátság és szerelem esélyei**
Előadó: Daubner Béla pszichiáter
- 13:00 – 14:00 Ebédszünet
- 14:00 – 15:10 Kerekasztal-beszélgetés: **Tanítható, tanulható-e a szeretet?**
Résztevők:
Csepregi András evangélikus teológus
Verő Tamás rabbi
Tóth-Soma László vallásfilozófus
Moderátor: Danka Krisztina irodalmár
- 15:10 – 15:50 Előadás: **A barátság és a szerelem kultúrája az ősi indiai eposz, a Mahābhārata alapján**
Előadó: Jeney Rita indológus
- 15:50 – 16:00 Szünet
- 16:00 – 17:00 Vita: **Hogyan tehetők jobbá az emberi kapcsolatok?**
A vita résztvevői: Tari Annamária pszichológus és Tasi István (Īśvara Kṛṣṇa dāsa)
kultúrantropológus, *vaiṣṇava* teológus
Moderátor: Sonkoly Gábor történész



Vekerdy Tamás pszichológus

Dr. Vekerdy Tamás 1935-ben született. Elvégezte az ELTE Állam- és Jogtudományi Karát, valamint a Bölcsészettudományi Kar pszichológia szakát, majd az Orvostovábbképző Intézetben klinikai gyermek-szakpszichológus végzettséget szerzett. Gyakorló pszichológusként, kutatóként és tanárként dolgozott. Jelenleg a SuliNova, Pedagógiai Alternatívák Központjának vezetője. 1987-től a solymári első magyarországi alternatív (Waldorf) iskola és óvoda egyik szervezője, alapítója, kurátora, 1991 óta a solymári nappali Waldorf-tanárképzés szervező vezetője és tanára.

Néhány fontosabb szakmai publikációja:

A színészi batás eszközei Zeami mester művei szerint 1975; Fiatal szülők könyve 1975; Beszélgessünk iskolásokról 1979; Kamaszkor körül 1986; Az óvoda és az első iskolai évek a pszichológus szemével 1989; Az értékszocializáció néhány kérdése 1990; A Waldorf-iskola első három évének programjáról 1990; Álmod és lidércek. Iskolaalapítás Magyarországon 1993; Kicsikről nagyoknak. 1. A kisgyerekkor. 2. Az iskoláskor 1996; Gyerekek, óvodák, iskolák. Az élet dolgai 2001; Az iskola betegít? 2004; Másféle iskolák 2005; Felnőttek és gyerekek – Mit akarunk egymástól? 2006.

Tudományos és közéleti tevékenysége:

1990-98 Az Iskolázás Szabadsága Európai Fórumának (EFFE) kelet-európai szóvivője, majd alelnöke. 1991-től a magyarországi Tanszabadság Társaság elnöke. 1998-tól az Eötvös József Szabadelvű Pedagógiai Társaság elnöke. 1998-tól a Magyar Művelődési Társaság elnökségi tagja. 1993-tól a Magyar Pszichológiai Társaság kisgyermek-nevelési szakosztályának tagja, ill. vezetőségi tagja. 1996-tól a Magán- és Alapítványi Iskolák Egyesülete minősítő bizottságának, ill. elnökségének tagja. 1994-től az MTA Pedagógiai Bizottsága Tanárképzési Albizottságának tagja. 1990-től a Török Sándor Waldorf-pedagógiai Alapítvány kuratóriumának tagja. 1996-tól a Közoktatás Modernizációjáért Alapítvány (KOMA) kuratóriumának tagja. 1998-tól az Alternatív Közgazdasági Gimnázium Alapítvány kuratóriumának elnöke. 2001-től az Országos Köznevelési Tanács tagja (ezen belül a Pedagógus-továbbképzési Bizottság és az Oktatási Jogok Bizottságának, majd a Kerettantervi Bizottságnak is tagja).

Kitüntetései:

1985: Kiváló munkáért. 1987: Oktatásügy kiváló dolgozója. 1993: Nemzetközi LEGO-díj (Ygdrasil). 1995: Kiss Árpád-díj. 2000: Budapestért Díj. 2006. Pro Scholis Urbis-díj.

Előadás:

Mit hozunk a gyerekkorból?

A család szerepe
az emberi kapcsolatokban

Előadó:

Vekerdy Tamás

A család és a kapcsolatok témájában fontos szerepe van annak, hogy mit hozunk magunkkal a gyerekkorból.

Döntő kérdés az, hogy a szülő mit vár a gyerektől. Legyen olyan, amilyennek ő szeretné látni, mondván, ő tudja, hogy neki milyenné kell válnia, vagy engedi, hogy azzá legyen, aki, a magával hozott belső természete szerint. De mi az, amit magával hoz a gyerek? Természetesen hozza a génjeit mindkét szülői oldalról. A spirituális felfogás szerint hozza az individualitását, a transzcendens énjét, az egyéni lelkét, amelyik alászállt és megtestesült. De ha ez nem tetszik nekünk és materialisták vagyunk, akkor mondhatjuk azt, hogy hozza az egyedi dezoxiribonukleinsav-szerkezetét. Ezek a belső szerkezeti elemek okozzák többek között azt is, hogy nem létezik két egyforma ujjlenyomatú ember, a rendőrség legnagyobb öröme. Tehát az ember materialista szempontból nézve is egyén, egyed, a maga egyediségében egyszeri. Nagyon más lehet, mint az anyja, az apja, a testvére, vagy akár az ikertestvére. Alapvető kérdés, hogy a szülők el tudják-e őt fogadni, sőt tudnak-e örülni neki. Képesek-e gyermekük egyedi kibontakozását olyan örömmel

szemlélni, mint a világ bármely más jelenségét, ami örömet kelt bennük, ha jó állapotban vannak. Mert ha a szülő szorong a társadalmi elvárások, korunk teljesítményelvű felfogása miatt, és ezeknek megfelelően akarja formálni a gyereket, akkor természetesen konfliktusok támadnak. A szakemberek azonban tudják, hogy nem azokból lesznek sikeres felnőttek, akiket már az óvodában topmenedzserré képeztek, hanem azokból, akik teljes értékű kisgyerekkort, kisiskolás- és kamaszkort élhettek, azaz lehettek gyerekek. Karácsony Sándor, a két világháború között működött, különös és nagyszerű pedagógus, pszichológus, aki a Debreceni Egyetem professzora volt, azt mondta – amit azóta már a tudomány is bizonyított –, hogy autonóm módon meg kell élni ezeket a korszakokat. Arra hívta fel a figyelmet, hogy a szülő-gyerek kapcsolatban egyedül a felnőtt, a szülő az, aki viszonyulásra kötelezett. A gyereknek nem kell viszonyulnia a szülőhöz és a szülői elváráshoz. A gyerek autonóm, szuverén lény, aki kibontakoztatja önmagát.

Ez fontos kérdés, amellyel kapcsolatban egy modern és egy középkori szerzőt szeretnék idézni. A modern szerző Richard P. Feynman professzor, fizikus, aki a gráfok témájában folytatott kutatásaiért kapott Nobel-díjat. Egyetemi tanárként pedig elbűvölte a hallgatóságát, vicceit külön kötetben gyűjtötték össze. Ő azt mondta, hogy tanítani haszontalan, kivéve, ha fölösleges. Aquinói Tamás szerint pedig mindenkit csak arra lehet megtanítani, amit úgyis tud, de arra viszont meg kell tanítani. Mit jelentenek ezek a gondolatok?

Platóni szemléletmódot tükröznek, amely szerint az ideák, a transzcendencia és az istenek világából hozzuk magunkkal azt, amivé majd lehetünk, amit ki kell bontakoztatnunk itt a földi világban, mint ahogy a makkban benne van az egész tölgyfa. De ahhoz, hogy kifejlődjön a tölgyfa

a makkból, kell talaj, eső, napfény, környezeti hatások. Ugyanez a helyzet a gyerekekkel is, a megszületett individualitással. Magával hozza mindazt a tudást, amire élete során szert tehet, csak csíraállapotban. Ahhoz azonban, hogy ezt kibontakoztathassa, arra van szükség, hogy megfelelő környezetbe kerüljön, az ő csíráinak megfelelő környezetbe. Az értelmi intelligencia kutatói azt mondják, hogy senkit nem lehet a vele született, beprogramozott szintnél magasabb szintre fejleszteni. S hogy valaki eléri-e a vele született, adott szintjét, ez a környezeten múlik. Az érzelmi intelligencia viszont korlátlanul fejleszthető. Számon tartjuk az úgynevezett pszeudodebilitást, ami ál-gyengeelméjűséget jelent. Az ilyen gyerekekben is benne van, amittől ő normális lenne, de ha nem kapja meg a megfelelő hatásokat, és ez csak hat éves korában vagy még később derül ki, már nem lehet mit tenni. Minden kutató egybehangzóan állítja, hogy a kisgyermekkor alapvetően fontos az egész későbbi életpálya alakulása szempontjából. Tehát a családnak kitüntetett szerepe van abban, hogy későbbi életünk és kapcsolataink hogyan fognak alakulni.

A 90-es évek elején zajlott egy kutatás abban a témakörben, hogy mi határozza meg a gyermek későbbi boldogulását, sikerét. Például az iskolai tananyag elsajátítása – még eminensek esetében is – maximum 18%-ban befolyásolja a későbbi beválást. Vagyis az iskolai eredmény nem korrelál az életben elért sikerrel. Mi lehet akkor a többi 82%? Ez az EQ, az érzelmi intelligencia, amely az egész kapcsolati rendszerünkért felelős.

Mi áll az érzelmi intelligencia kifejlődésének hátterében? Egrészt az érzelmi biztonság, amit a család ad meg, azon belül – bár ezt sokszor vitatják – elsősorban az anya, aki a saját testében hordozza a magzatot és hat a magzatra. Vizsgálatok szerint kommunikálni lehet a magzattal, a

magzat érzékeli a felé forduló anyai figyelmet és ennek jelét is adja. Sőt a testvérek is bekiabálhatnak a mama pocakjába, s megszólíthatják a kistestvért. Tehát a mai kutatások szerint a magzat már érzékeny a felé irányított kommunikációra. Jelentősége van annak is, hogy örül-e az anya a gyerekeknek, tud-e örülni neki a nehéz körülmények ellenére, hogyan várja. Aztán hogyan fogadja az újszülöttet, aki megjelenése első pillanatától – ezek is viszonylag friss vizsgálatok – szocializál. Nemcsak ő szocializálódik az anya által, ő is szocializálja a környezetét a viselkedésével, kedélyállapotaival, különböző minőségű sírásaival és ezer másféle módon. Vajon van-e fülünk ennek a meghallására, érzékelésére, hogy a csecsemő mit akar tőlünk?

S most visszatérnék arra, hogy vajon az anya, a családi környezet el tudja-e fogadni a gyereket olyannak, amilyen, megadva neki ezzel az érzelmi biztonságot. Neill, a summerhilli iskola zseniális alapítója azt mondta, hogy negyvenéves praxisa alatt ő még nem látott reménytelen gyereket, olyat, akit ne lehetett volna kihozni látszólag aszociális vagy antiszociális állapotából három hónap vagy legfeljebb három év alatt, ha náluk, Summerhillben elfogadták őt. Az elfogadás a kulcsszó, elfogadni olyannak, amilyen. Ez jelenti az érzelmi intelligencia alapját. A 60-as évek óta úgy tudjuk, hogy az értelmi intelligencia kibontakozása is ebbe az érzelmi biztonságba mélyeszkedik a gyökereit. S a legnagyobb trauma, ami érheti a gyereket, ennek az elfogadásnak az eltűnése, megvonása. A Waldorf-pedagógia megalapítója, Rudolf Steiner úgy fogalmaz, hogy a kisgyerekek elemi szükséglete az arról való meggyőződés, hogy a világ jó. Ha erről nem tud meggyőződni, súlyos traumát él át.

Szondi Lipót, aki Zürichben lett világhírű, azt mondja, hogy a legnagyobb trauma, ami a

kisgyereket érheti, az ősbizalom megrendülése. Tehát létezik egy ősbizalom, bizalom abban, hogy a világ jó, s ennek a megrendülése a legnagyobb trauma, ami a kisgyereket érheti.

Ha megvan az elfogadás, az érzelmi intelligencia tovább bontakozik a szabad játékban. Nem az irányított, fejlesztő játékban, hanem a szabad játéktevékenységben: a mesehallgatásban, az együtténeklésben, a csiklandozásban, a dögönyözésben, s mindabban a testi és lelki kapcsolatformában, amelynek legfőbb jellemzője, hogy spontán és intim. A búvszó a szülők esetében a kongruencia, ami azt jelenti, hogy azonos vagyok önmagammal. Azt nyilvánítom ki a mozgásom, a szavaim és a viselkedésem révén, ami bennem él, az érzelmeimben és a képzetáramlásomban. Ha nem ezt teszem, súlyos zavart okozok. Miért? Azért, mert a gyereket egyáltalán nem érdekli a szülei mondanivalójának a racionális tartalma. Falra hányt borsó, nem fejt ki semmilyen nevelő hatást, ha azt mondogatjuk a gyerekeknek, hogy legyél jó, ne hazudj, könnyebb utolérni a hazug embert, mint a sánta kutyát stb., ez mind nem használ. Ami nevel, az a gyerekekkel való együttélés. A gyerekek „antennája” van, amivel – ahogy ezt a kutatók Hollandiában kimutatták – ráhangolódik például az óvónéni vérnyomás- és pulzusszám-ingadozására és ezt követi, valamint ráhangolódik a vele együtt élő és neki fontos emberek érzelmi állapotaira és képzetáramlására. Ha például az anya egzisztenciális és presztízs okokból tartja fenn a házasságát, de közben utálja a férjét, akkor magában örül, ha a gyereke szemtelenkedik az apával, ugyanakkor hangosan megrója a gyereket. Ezt nevezi a pszichiátria *double-bind* állapotnak, kettős kötésnek. A gyerek természetesen átéli az anya érzelmi elégedettségét, amelyet esetleg a nap későbbi szakaszában az ki is nyilvánít egy kis cukorral

vagy valamilyen más adománnyal. Ugyanakkor a felszínen a gyerek neheztelést tapasztal, hallja a figyelmeztetést, tehát nem egyértelmű a helyzet. És bármilyen meglepő, nem az elveink szerint nevelünk, ez sikertelen próbálkozás is lenne, hanem belső állapotaink, az önmagunkkal való azonosság szerint. Együtt élünk a gyerekekkel, s ez az együttélés az, ami úgy hat rá, mint növényre a napfény és az eső, aminek a hatására ki tud bontakozni. Aki kisgyerekkorban megtanult személyes érzelmeket kapni, elfogadni és adni, azt kamaszkorba lépve ez az érzelmi igényesség fogja megvédeni a sodródástól. A személyes kapcsolatra, a személyes érzelmre vonatkozó érzelmi igénye burkot képez körülötte, és megvédi őt a kamaszkorban is, amikor a normális szülőnek el kell engednie a gyereket.

Ezzel egy újabb kapcsolati nehézségre és problémára utalok. Kisgyerekkorban szorosan kell tartani, ölelni lelki és testi értelemben; ha ez nincs meg, az komoly traumát jelent. Akkor kamaszkorba lépve a gyerek esetleg gyorsan változtatott, mindig csalódást okozó szexuális partnerekkel próbálja kielégíteni az érzelmi éhségét, és ez reménytelen vállalkozás. Tehát rossz helyzetben van az, aki érzelmileg kielégítetlenül lép a kamaszkorba. A másik probléma, ha megvolt ez a szorosan tartás, de a szülő még kamaszkorban sem tudja elengedni a gyermekét. Ez a helyzet súlyos konfliktusokkal járhat, mert a gyerekek meg kell szabadulniuk, ki kell tépniük magát a családi „anyaméhből”. Ha a szülő el tudja engedni a gyermekét, akkor – ahogy azt a modern amerikai kutatások mutatják – viszonylag könnyű kamaszkorra lehet számítani. Akkor is szemtelen lesz a gyerek, meg lusta (ugyanis fiziológias lustaságban szenved a kamasz), akkor is sündisznóként fog viselkedni, minden lehetséges tüskéjét kifelé meresztve, de semmi nagyobb

baj nem történik. Abban az esetben azonban, ha a család azt mondja, észre se vette a kamaszkort, mert a gyerek ugyanolyan aranyos és kedves maradt, semmi probléma nem volt vele, a szakember aggódni kezd. Mert ott valószínűleg nem történt meg a leválás, és a kortárs kapcsolatok problematikussá válhatnak.

Rudolf Steiner azt mondja, hogy három gesztust kell a gyerek felé gyakorolnunk. Az első: tisztelettel fogadni az isteni világból, a transzcendenciából érkező individualitást. A második: szeretetben nevelni őt. A szeretet a steineri szóhasználatban megismerő erő: feladom magamat, azt az állapotot, hogy én vagyok a világ közepe és mindent magamhoz viszonyítok, és a másik emberből nézve veszem szemügyre önmagam és a világot. Hogy Mérei Ferenc egyik kedvenc szavával éljek, decentralólok. Beleélem magam a másik ember helyzetébe, viszonyulok hozzá, empátiám van. Tehát erről a megismerő szeretetről van szó. Az Ótestamentum nem véletlenül használja a nemi együttlét megjelölésére az „És ismeré Ábrahám az ő feleségét, Sárát, és az szüle neki fiat” megfogalmazást. Az „ismerni” ezt az eggyé válást, belülről szemügyre vételt jelenti. És a harmadik gesztus: szabadságban elengedni. Ez következik be a kamaszkorban.

Tehát látjuk, hogy a kapcsolat nem egyszerű dolog, mert nemcsak jónak kell lennie, de képesnek kell lennie az eltérő viszonyulásokra, a változásokra is.

Ez a bizonyos érzelmi intelligencia, amely kapcsolataink alapját jelenti mai tudásunk szerint, az iskolában, a művészetoktatásban tud kifejlődni és kibontakozni. Persze, nem azzal a módszerrel, hogy „Mondd el, kislfiám, Beethoven életét!”, vagy hogy „Egész szépen énekelsz Ágikám az osztállyal együtt, de most állj csak fel! Na, így már csak hármaskör alá.” Ez nem művészetoktatás,

természetesen. Márai juthat erről eszünkbe, aki szerint a nyárspolgár azt hiszi, hogy a művészet az művelődési anyag. A többé-kevésbé normális ember azonban tudja, hogy a művészet élmény, amely feléleszti, illetve fokozza az életörömet. Van-e élményt adó művészeti nevelés az iskolákban, vagy ez egyre inkább háttérbe szorul? Jelenleg verbális tudnivalókkal tömjük a gyerekek fejét, aminek a 75%-át az eminens is garantáltan elfelejti. Ehelyett művészetekre volna szükség és élményekre. Ez nem új dolog, hivatkozhatunk például Kodályra is ezzel kapcsolatban, vagy megemlíthetjük azt, hogy négyszáz évvel ezelőtt a nagyon szigorú kálvinista, piarista, jezsuita, ciszter és egyéb iskolák hihetetlenül sok időt töltöttek iskoladrámák írásával, színpadra állításával, előadásával, és még iskolai zenekaruk, énekkaruk, poétikai és retorikai önképzőkörük is volt. Tehát a kapcsolatok kimunkálásában a művészeti nevelés – mai tudásunk szerint – elengedhetetlen.

A családnak pedig – amely megadja azt az érzelmi háttérrel, amiből a gyerek kibontakozik – nem szabad például egy hibás követelményeket támasztó iskola cinkosává válnia, és skizofrén helyzetbe hoznia ezzel a gyereket. A család legyen a gyerek cinkosa! A gyermeknek tudnia kell, hogy a szülei és a családja akkor is megvédik őt a külvilággal szemben, ha egyébként nem értenek egyet azzal, amit tett. Ez az abszolút védelem és biztonság a legtöbb, amit a család adhat.

És most átadom a szót, következzenek a kérdések.

Kérdés: Hét gyermek nevelési tapasztalatával rendelkezem. Ön kiemelte az anya szerepét a családban, a gyereknevelésben, amivel maximálisan egyetértek. Azt szeretném kérni Öntől, mint – ha jól tudom – négygyerekes apától, mondjon valamit az apa-gyerek kapcsolatáról,

melyek a legfontosabb elemei. Másik kérdés: a mai iskola szerepéről, hatékonyságáról a gyereknevelésben mindannyian rendelkezünk tapasztalatokkal. Jó lenne, ha Ön, aki tudomásom szerint nemcsak a Waldorf-pedagógiában, hanem egyéb oktatási módszerekben is jártos, összehasonlítaná számunkra a különböző módszerek hatékonyságát.

Válasz: Ami az apát, az apai szerepet illeti, a gyerekek világképe olyan, mint ahogy a régi címereken látjuk: egyik oldalon a hold, másik oldalon a nap, középen a csillagok. Ugyanígy, egy teljes gyermeki világképben ott van az anya, az apa és a testvérek. Ez manapság nem mindig, s nem egészen így van, trenddé vált a fejlett világban az egyszülős család, illetve nagyon könnyen egyszülössé válnak a családok. Nem kell elkeseredni, ha valaki egyedülálló szülő, mert az még mindig ezerszer jobb, mint egy házassági pokolban élni, még a gyerek számára is.

Mindnyájan hordozzuk magunkban mind a két nemet, nemcsak pszichológiai, hanem testi értelemben is. Erre most nem térek ki részletesen, a lényeg az, hogy kétneműek vagyunk, tehát az egyszülős család is tud kétféle hatást produkálni. Pszichológiai vizsgálatokkal egyértelműen kimutatható ez a kétneműség, bár érdekes módon a kreatív emberekben nyilvánvalóbb: a kreatív nők férfiasabbak, a kreatív férfiak több nőies vonást mutatnak nyíltan is; a többi ember esetében ez a jelenség jobban el van nyomva.

Nyilván nem véletlen, hogy ez a két princípium jelenik meg egy családban. Azt szokták mondani, hogy az anya az érzelmetlibb, a megértőbb, a befelé forduló, az otthont biztosító, az apa a külvilággal kontaktust tartó, a törvényt betartató, a felettes ént kibontakoztató, az erkölcsi parancsokat közvetítő. Ebben sok igazság van,

de természetesen egy normális, élő családban ez mégsem így működik, habár ezek az elemek is jelen vannak. Például a mi családbunkban szerintem minden érdem a feleségemé. Ő volt az, aki igazán oldottan, nyugodtan mindig jelen volt a gyerekek számára, ha beszélgetni akartak. Én jöttem-mentem, bezárkóztam a szobámba és írtam stb. De a feleségemnek köszönhetően mindmáig jó a kapcsolatom a gyerekekkel, s ez a család, bár a gyerekek már elég nagyok, máig egységes, összetartó család. Én kihagyhatatlannak látom az asszonyok, a nők, az anyák szerepét a család összetartásában. Az apák mindig jobban hajlanak az olyan dolgokra, amelyek kevésbé jók a gyerekeknek. Például azt mondja a lány az apjának:

– Apa, nagy buli lesz, mindenki ott maradhat éjfélig, én is szeretnék ott maradni.

Mire az apa:

– Megmondtam, kislányom, amíg az én kenyeremet eszed, este tízre itthon kell lenned!

– De apa, ez kivételes eset!

– De megmondtam, kislányom...

Az anya ezzel szemben azt feleli:

– Jó, ha mindenki ott marad, kivételesen te is maradhatsz. Szólj haza telefonon, és érted megyek.

Az anya képes rugalmas lenni, és ezer ötlete van arra, hogyan tegye ezt. Valójában ezt jelenti az elvszerű nevelés, nem azt, amire mi, apák hajlunk. Természetesen sokkal könnyebb azt mondani, hogy „nálunk ez így van, punktum”, és nagyon szigorú minden. A másik vélet, amikor mindenki azt csinál, amit akar. Ez két könnyű megoldás, egyikhez sem kell erőfeszítés. Mind a kétfajta családból – első hallásra talán meglepő adat – azonos számban kerülnek ki aszociális és antiszociális gyerekek. Szó sincs arról, hogy csak az olyan családokból kerülnek ki a bűnözők, ahol

mindent szabad. Ugyanolyan arányban származnak a szigorú, elvszerűen nevelő családokból is. A kettő között elhelyezkedő családok, amelyekben a rendkívül fáradtságos, Ranschburg tanár úr által „vívódó küzdelemnek” nevezett módszert alkalmazzák, nem termelnek bűnözőket. Ez nagyon fárasztó a szülő számára, folytonos alkupozíciót jelent. Például: általában tízre haza kell jönni a gyerekeknek, de most hadd jöjjön később. Döntéseket kell hozni, amelyeket át kell gondolni, és erre inkább az anyák hajlandóak. És messzemenő következményei vannak a nevelési módszereknek. Például a náci párt vezető tagjai és a terroristák jelentős része rendkívül szigorúan nevelő, lelkész családokból került ki. A lelkész családok zöme – úgy gondolom – olyan lehet, mint mi, apák: az alapelvek dominálnak, és hiányzik a spontaneitás, az intimitás.

Még talán a hetvenes (vagy nyolvas?) években, az akkor még Bécsben magyarul megjelenő, katolikus *Mérleg* című folyóirat közölte egy katolikus szociológusoktól származó felmérés eredményét, amelyet talán Münchenben és környékén végeztek. Arra keresték a választ, hogy miért házasodnak rendkívül korán a nagyon vallásos családból érkező gyerekek. Azt feltételezték, azért, hogy elkezdhessenek szexuális életet élni. Ám kiderült, hogy nem ez a fő ok. Mivel ezekben a nagyon vallásos családokban rendkívül elvszerű volt a nevelés és nagyon kevés az érzelmi intimitás, spontaneitás, ezért az érzelmi szükséglet hajtotta korai házasságokba e családok gyerekeit.

Mindent összevetve, természetesen fontos az apa szerepe, és ha nincs apa, jó, ha van egy nagypapa, nagybácsi vagy férfi barát (aki persze nem gondolja magát apának). A férfi, ha mégoly korlátolt is, mint a családban, fontos, mert biztonságot ad.

Néhány szó az iskoláról. Az északi és a nyugati iskolák arra kíváncsiak, hogy *mit tud* egy gyerek: jól tud fütyülni, faragni, énekelni, vagy éppen valamiből jó tanuló; ez a lényeg, a többi majd megy valahogy. A kontinentális vagy magyar iskola viszont arra kíváncsi, *mit nem tud* a gyerekek, ez után nyomoz. Ezzel pedig rendkívüli károkat okoz a személyiség kompetenciaérzésében. „Jól faragsz, jól fütyülsz, jól énekelsz, irodalomból jó vagy, kit érdekel? Kisfiam, értsd meg, te hülye vagy a matematikához.” Ez a lényeg. Nagyon kevés olyan iskola működik Magyarországon, ahol egy adott gyerekcsoporttal foglalkozó nevelők alkotnak munkaközösséget, tehát mindnyájan ugyanazokat a gyerekeket ismerik. Ezek pedagógiai munkaközösségek, ilyen például az Alternatív Közgazdasági Gimnázium Óbudán. A normál magyar iskolában magyar-, történelem- és matematikatanárok munkaközösségei vannak, és így garantáltan nem működik együtt két olyan pedagógus, aki ugyanazt a gyereket tanítaná. A tantárgy és a tananyag a fontos, nem a gyerek. Ilyen a diktatúrák iskolája; gyerekközpontú iskola a demokráciákban jön létre. Az általam korábban már idézett Karácsony Sándor állapította meg: az iskola abnormális hely, ami abból is látszik, hogy ott az kérdez, aki tudja a választ, és annak kell válaszolnia, aki nem tudja. Ez nagyon fontos, a lényegre rávilágító megállapítás. Aztán ott van az osztályzás problémája. Jegyre felelni óriási szorongást kelt mindenkiben, de az introvertáltakban ötször akkorát. Nemhogy azt nem képes produkálni, amit tud, de annak a tizedét sem. A szorongás mérhetően visszafogja a teljesítményt. A kontinentális vagy magyar iskola egyik paradoxona, hogy miközben teljesítményt vár, gátolja azt. Ráadásul szó sincs arról, hogy az osztályzás objektív lenne. A németek, akik mindenről írnak egy monográfiát,

hatalmas monográfiában írták le, hogy mennyire szubjektív az osztályzás. Azért, mert egy számban nyilvánul meg, még egyáltalán nem objektív. Például hármáról négyesre javítani majdnem lehetetlen, viszont megmaradni ötösnek alig kíván erőfeszítést. „Zsuzsikám, ne is mondd tovább, mint mindig, most is csillagos ötös, mehatsz a helyedre. Na, Lacikám! Egész szépen felkészültél! Csak még egy kicsit próbáld jobban összeszedni magad, és akkor az már szinte négyes lesz. Most még csak hármas alá.”

Ezek tragikus dolgok, és jelen vannak a mai iskolákban. Nem beszélve arról az elképesztő gyakorlatról, hogy a gyereket nem a saját teljesítményéhez viszonyítjuk, ami a differenciálás alapja, hanem az abszolút tantárgy egészéhez viszonyítjuk a teljesítményét. Nonszensz!

Kérdés: Azt szeretném kérdezni, hogy olyan esetekben, amikor a gyermek valamilyen módon sérül, például a családban vagy az óvodában, majd adódik egy korrigálási lehetőség – mondjuk egy új óvoda, vagy a szülő megváltozik, és képes lesz nyújtani a gyerek számára azt a fajta szeretetet, amit előtte nem sikerült –, akkor mennyi esély van arra, hogy azok a blokkok, amelyek a gyerek fiatalabb korában alakultak ki, megoldódnak, és stabilabb, kiegyensúlyozottabb jövőképe lesz.

Válasz: Természetesen mindnyájan sérülünk, hol itt, hol ott. A gyerekek nagyon sok mindent kibírnak, még minket, felnőtteket is, legyen az szülő vagy pedagógus, és a gyerekek nagylelkűek, képesek túltenni magukat dolgokon. De ha tényleg sérülés éri a gyereket, akkor is van remény arra, hogy kinövi. Létezik valamilyen rejtélyes erő, sokan én-erőnek nevezik, sokan pedig cáfolják a létét, de ez az én-erő csodákra képes. Néha túlkompenzál, és a nagy erőfeszítésben neurotizál.

József Attilának nehéz gyerekkora volt, de nagy én-erővel rendelkezett, és feldolgozta, szublimálta ezeket a traumákat. Azt is tudjuk, hogy végül összeomlott, és talán éppen ugyanezért. Ezek felfedhetetlen dolgok, úgy gondolom.

Visszatérve az alapkérdésre, jogunk van reménykedni, ha a gyereket kimentettük a rossz helyzetből. Ha a gyerek nehéz helyzetbe kerül, például válás esetén, de igyekszünk erősen mellette állni, akkor a gyerek képes lesz a nehézségen túltenni magát. Fontos, hogy semmilyen téma ne jelentsen tabut. Nem kell a gyerekre zúdítani a válás összes részletét, de tapintatosan igazat kell mondani. Például az anya fogalmazhat így: „Apa Magdi néniével ment el, vele fog ezután lakni. Nekem ez nagyon rossz, biztos neked is rossz, de apa azért szeret téged.” Ha az ember őszinte tud lenni a válás kérdésében ugyanúgy, mint a halállal kapcsolatban vagy bármely más témában, akkor a dolog kevésbé sért, kevésbé bánt.

Egy váratlan halálesetnél az egyik testvér megállás nélkül zokog, a másik úgy viselkedik, mintha mi sem történt volna. Kiért kell aggódni? Az utóbbiért, mert ő mélyen elfojtotta az érzéseit, amelyek majd jóval később fognak valamilyen formában előbukkanni. Aki megállás nélkül zokog, az rendben van, kísírja magából a fájdalmát. Ezeket a szempontokat kell tehát mérlegelni, és igenis van remény arra, hogy a trauma ereje csökken, hogy a gyerek túlteszi magát a nehézségen, felhasználja, feldolgozza azt.

Kérdés: Mi a helyzet az olyan helyeken, ahol egyetlen iskola van vagy egyetlen óvoda, nincs alternatíva és választási lehetőség? Ilyen esetben van-e olyan módszer, amit a szülők elsajátíthatnak, hogy kompenzálják azokat a dolgokat, amelyeket az óvodában, iskolában nem kap meg a gyerek?

Válasz: Többféle lehetőség is van. Ha úgy érzem, hogy a gyerekemnek árt az óvoda vagy az iskola, ahová jár – legalábbis Nyugaton ezt láttam –, több szülő összefog, és egy távolabbi iskolába, óvodába hordják a gyerekeket. A másik lehetőség: Magyarországon ma már nincs iskolabajjárasi kötelezettség, csak tankötelezettség. Ha megoldható, hogy otthon legyen a gyerek, és csak vizsgázni járjon be, ez is egy megoldás.

Ha mindez nem megy, akkor legalább a szülő maradjon normális. Ne higgye el, hogy a gyereke

tényleg hülye, ha ezt írták be az ellenőrzőjébe, viszont szó nélkül írja alá. Nem kell a jegyeket hajszolni, otthon korrepetálni a gyereket, legfeljebb rossz tanuló lesz, nem baj. Meg lehet mondani a tanító néninek is, hogy minket ez nem zavar; és tényleg nem kell, hogy zavarjon. A szülő ne szorongjon az iskolától, vállalja a cinkosságot a gyerekével az óvoda vagy az iskola ellenében. Mindig az adott helytől függ, hogy mi a szülő teendője, ez mindig egyedi megoldást igényel.





Sivaráma Szvámi

viṣṇava teológus

Sivaráma Szvámi 1949-ben született Budapesten. 1956-ban szülei Kanadába emigráltak, így iskoláit ott végezte. 1973-ban a Kṛṣṇa-tudat Nemzetközi Szervezete (az ISKCON) alapító lelki tanítómestere, A. C. Bhaktivedanta Swami Prabhupāda tanítványa lett, majd 1979-ben a lemondott szerzetesi (sannyāsa) rendbe lépett.

Jelenleg az ISKCON nemzetközi irányító testületének (GBC) tagja. Magyarországon és a világon több mint ötszáz tanítványa él. Hét filozófiai és teológiai tárgyú könyve magyar és angol nyelven jelent meg. A Magyarországi Kṛṣṇa-tudatú Hívők Közösségét 1987 óta vezeti, amely Sivaráma Szvámi lelki erejének és

szakértő vezetésének köszönhetően a másfélszáz bejegyzett egyház közül ma a negyedik legátmozottabb vallási közösség Magyarországon, két nagyobb templommal, vidéki központokkal, saját, államilag akkreditált főiskolával, valamint egy kulturális központtal és biofarmmal Somogyvamoson.

Előadás:

A kapcsolatok transzcendentális vonatkozásai

Előadó:

Sivaráma Szvámi

Egy kicsit más irányból közelítem meg a kapcsolatok témáját, mint az előttem szólók, azt vizsgálom meg, mi a kapcsolatok transzcendentális alapja.

Előjáróban szeretném elmondani, hogy mely művek gondolatvilága képezi előadásom háttérét. India legősibb, legfőbb szentírása a *Bhagavad-gītā*, amely vezérfonalként szolgál az emberi élet minden vonatkozásában, így a kapcsolatok tudományának terén is. A kapcsolatok témájáról részletesebben szól Bharata Muni *Nāṭya-sāstra* című műve, amely valójában a drámai kifejezés módszertani kézikönyve. Ezek több ezer éves írások. Még részletesebb és a modern korra fokozottan érvényes az ötszáz éve íródott *Bhakti-rasāmṛta-sindhu*, amelynek címét „A kapcsolatok óceánja”-ként fordíthatjuk, s amely a *rasákról*, a kapcsolatok fajtáiról szól. Ugyanennek a szerzőnek – Rūpa Gosvāmīnak – egy másik munkája ebben a témakörben az *Ujjvala-nīlamanī*. Ezek a művek mind megtalálhatók főiskolánk könyvtárában.

Azzal a módszerrel szeretném bemutatni a kapcsolatok témáját, hogy alapvető kérdéseket teszek fel, majd ismertetem, hogyan válaszolja meg ezeket a védikus kultúra.

Az első kérdés: Mit nevezünk kapcsolatnak?

Egyféle „árucseré” ez, amelyben két vagy több személy vesz részt partnerként, s amelynek kell hogy legyen valamilyen közös alapja. Létezik olyan kapcsolat, amelynek nincs közös alapja, nem történik benne „árucseré”? Ebben a leegyszerűsített megközelítésben az a válaszunk, hogy nem létezik. A közös alapot nélkülöző kapcsolat diszfunkcionális, nem működő kapcsolat. Egy igazi kapcsolathoz szükséges a közös alap.

Hogyan zajlik egy kapcsolatban az „árucseré”?

E kérdés megválaszolásához figyelembe kell vennünk két elvet. Az első szerint egy kapcsolatnak van alanya és tárgya, a második elv értelmében az alany és a tárgy szerepe folyamatosan cserélődik. Határozzuk meg, hogy mit jelent az „alany” és a „tárgy” kifejezés egy kapcsolat esetében. Az érző, cselekvő fél a kapcsolat alanya, akire pedig az érzelem vagy a cselekvés irányul, az a kapcsolat tárgya. Nyilvánvaló, hogy egy működő kapcsolatban a két szerep állandóan cserélődik.

Nézzük meg egy példán keresztül, mit jelent az alany-tárgy kapcsolat. Ezen az ábrán egy stilizált női és férfi alak látható. Mondjuk, hogy ez a hölgy éppen beszél az úrhoz. A kapcsolatnak, illetve a beszélgetésnek tehát most a nő az alanya, a férfi pedig a tárgya. A kommunikáció azt jelenti, hogy időről időre szerepcseré történik, tehát amikor az úr beszél, akkor ő lesz a beszélgetés alanya és a hölgy a tárgya. Így váltakozik az alany és a tárgy szerepe a kapcsolatban. Ezt a kapcsolatot lehetne olyan aspektusból is vizsgálni, hogy nem azt nézzük, ki beszél, hanem azt, hogy ki hallgat. Az előbbi példánkat tekintve, amikor a hölgy beszél és az úr hallgat, a hallgatás szempontjából a férfi a kapcsolat alanya, a nő pedig a tárgya.

A következő kérdés az, hogy milyen „áruféleségek” cserélődnek egy kapcsolatban?

Az elsődleges „áru” az érzelem, utána

következik a cselekvés. Mondhatná valaki, az árucseré egy kapcsolatban azt jelenti, hogy ha valami történik, azt várjuk a másiktól, hogy mutasson valamilyen érzelmet. De ha alaposabban megvizsgáljuk, azt látjuk, hogy a cselekvés forrása mindig egy gondolat vagy érzelem. Tehát az elsődleges „áru” az érzelem, s az érzelem következménye a cselekvés.

Szeretnék az érzelem típusairól részletesebben beszélni. Megfigyelhetjük, hogy vannak elsődleges és másodlagos érzelmek. Az elsődleges érzelem a szeretet. Ez nem olyan nagy titok, mindenki tudja, hogy ez az alapja a kapcsolatoknak. A kapcsolatok másodlagos aspektusai: a csodálkozás, tréfálkozás, udvariasság, együttérzés, düh, félelem, rettenet. Az érzelmek típusait a tenger hullámaihoz hasonlíthatjuk: a nagy hullámok tetején keletkeznek a kis hullámok, amelyek nem létezhetnének a nagy, a fő hullám nélkül. Ugyanígy, ezek a másodlagos érzelmek segítik, erősítik, díszítik a kapcsolat fő érzelmét, a szeretetet.

Vajon csak egyféle szeretet létezik?

A válasz: nem. A szeretet ötféle módját határozhatjuk meg, melyek a következők: semleges, szolgai, baráti, szülői és szerelmi szeretet. Hamarosan ismertetem az ötféle szeretet jellemzőit, s akkor látni fogjuk, hogy ezek hierarchikusan épülnek egymásra.

Ha alkalmazzuk a szeretetre az alany és a tárgy kapcsolati formuláját, akkor azt látjuk, hogy egy szeretetteljes családban a testvérek, szülők, nagyszülők, rokonok, szomszédok más-más módon viszonyulnak például egy kisbabához. Ki ez a kisbaba? Ő a szeretet tárgya, a többiek pedig a kapcsolat, a szeretet alanyai. A szeretetnek kétféle aspektusa van: az egyik a minősége, a másik az, hogy az ötféle kapcsolatnak mely jellemzőit tartalmazza.

Vegyük sorra ezt az ötféle típust.

A semleges szeretet jellemzője az igazi tiszteltet. Például tisztelhetem a főnökömet, akivel semmilyen személyes kapcsolatom nincs, de dolgozom neki, mert megfelelő lehetőséget ad a munkahely, és jól fizetnek. Mivel semmilyen közvetlen kapcsolat nincs, ezért azt mondhatjuk, hogy a semleges kapcsolat jellemzője a tiszteltet.

A szolgai szeretet esetében már van közvetlen kapcsolat. Tudom, hogy ki a főnököm, a mestere, akit szolgálok, és közvetlen kapcsolatom van vele. Ugyanakkor a szolgai kapcsolatban jelen van a semleges kapcsolat jellemzője, a tiszteltet is. Tehát a szolgai kapcsolatnak vannak saját tulajdonságai, ezenkívül tartalmazza a semleges kapcsolat jellemzőit is. És ez így folytatódik a baráti, a szülői és a szerelmi kapcsolatokban is: mindegyik tartalmazza az őt megelőző típus tulajdonságait. A szerelmi kapcsolat nem csupán a test vagy éppen mindenünk felajánlását jelenti a másik számára, hanem jelen van benne a szülői kapcsolat jellemzője, a gondoskodás is. A férj és a feleség gondoskodik egymásról, ugyanakkor barátság is van közöttük. Sőt, a házasság még arról is szól, hogy a felek szolgálják és tisztelik egymást. Figyeljük meg, hogy ha a szerelmi kapcsolatból hiányzik a tiszteltet, ha a testünket ugyan felajánljuk egymásnak és jó barátok vagyunk, még mindig hiányzik valami, és ez a hiány a kapcsolatban problémákat fog okozni.

Ez volt a szerelem egyik aspektusa, amit meg akartunk vizsgálni. A másik aspektus a szeretet minősége, a szerint, hogy tiszta vagy tisztátalan-e.

Mi a különbség a tiszta és a tisztátalan szeretet között? A választ akkor tudjuk megadni, ha felismerjük az alanyt és a tárgyat. Felismerni azt jelenti, hogy valamivel azonosítani. Amikor az alany és a tárgy úgy viszonyulnak egymáshoz, hogy a testükkel és az elméjükkel azonosítják

magukat, illetve a másikat, akkor az egy tisztátalan kapcsolat a védikus szentírások szerint. Az ilyen kapcsolat nem valóságos. A tiszta szeretet azt jelenti, hogy helyes tudásunk van az alanyról, a tárgyról és a kapcsolatukról, nem testként, hanem lélekként azonosítjuk őket.

Elérkeztem előadásom legfontosabb részéhez és a megértés kulcsponthoz: hogy mi a különbség az anyagi és a transzcendentális kapcsolatok között.

Mi a transzcendentális aspektusa egy kapcsolatnak? Ennek a filozófiának az alapja főleg a *Bhagavad-gītā*-ban található meg. Amikor két (vagy több) személy – az egyik alanya, a másik tárgya a kapcsolatnak, illetve szerepeik cserélődnek – úgy látják, hogy csak ez a test vagyunk, akkor beleesnek abba az általános hibába, amit a modern világ kultúrája képvisel.

Az esszenciát, ami valójában vagyunk, nem ismerjük fel. Mi ez az esszencia? Mit jelent az a fogalom, hogy lélek? Meghatároz valamiféle lelki azonosságot. Tegyük fel azt a kérdést, hogy „Ki vagyok én?”. Válaszként általában azonosítjuk magunkat azzal a személlyel, akit a tükörben látunk. Nemcsak a védikus, hanem más szentírások és filozófiák is elmondják, hogy az ilyen azonosítás nem teljes, nem magyaráz meg mindent. Például azt sem, hogy egy életen át változik a testünk, a gondolkodásunk, a viselkedésünk, ugyanakkor van egy állandó tapasztalatunk. Gyerekek, majd ifjú férfiak vagy nők, később öregek vagyunk, de mindig ugyanaz a személy maradunk. Van valami, ami nem változik. Mi az, ami nem változik? Az csak én lehetek. A testem állandóan változik, a kapcsolataimban hol alany, hol tárgy vagyok, de a személyem ugyanaz.

A „Kik vagyunk?” kérdésre a válasz az, hogy az állandó önazonosság vagyunk, és nem ez a változó test. Az állandó önazonosság tapasztalása

azt jelenti, hogy tudatosan észleljük magunkat és egymást. Az, hogy tudattal rendelkezünk, lehetőséget ad olyan kapcsolatok létesítésére, amelyek nem lennének lehetségesek, ha az állandó, tudattal rendelkező élőlény, aki ebben a testben van, elhagyja a testét.

A tiszta kapcsolat tehát a lelki önazonosságról szóló tudás eredménye, a tisztátalan kapcsolat pedig e tudás hiányából fakad. Itt most nemcsak a testi azonosításról van szó, hanem mindenről, amiből hiányzik ez a lelki tudás.

Ezek után megkérdezhetné valaki, hogy a tiszta szeretetet megkaphatjuk-e valamilyen külső forrásból? A válasz: nem. Általában érezzük, hogy a szeretet mindenkinben benne van. De szükséges az is, hogy megfelelő fogalmunk legyen arról, kik vagyunk, hogy felébredhessen bennünk a tiszta szeretet. Amikor a tudatlanság állapotában vagyunk, az befedi ezt az eredeti szeretetet. Ilyenkor azt mondhatjuk, hogy a szeretetnek csak az árnyékát vagy tükröződését érezzük, de nem a valódi érzést.

Ezzel vitába szállhat valaki, mondván, hogy ha azonosítjuk magunkat a testünkkel, akkor boldogságot érzünk. De vizsgáljunk meg néhány magyar statisztikai adatot, amelyek érdekes képet mutatnak arról, mi az eredménye ezeknek a testi kapcsolatoknak.

Nézzük a szerelmi kapcsolatokat. Az emberek kb. 55%-a úgy gondolja, hogy kölcsönös szerelemben-szeretetben él. Ám ez az érzelem egy idő után elmúlik, a kapcsolat megváltozik, már nem szeretik egymást. Miért történik ez?

A szerelmesekből szülők lesznek; de az abortuszok számát látva megállapíthatjuk, hogy sokan nem vállalják a szülői felelősséget sem.

Sokféle statisztika létezik még; például a szolgai, a semleges vagy a baráti kapcsolatokban az emberek visszaélnék egymás szeretetével. Miért?

III. LÉTKÉRDÉS KONFERENCIA

EGYÜTT-LÉT. A KAPCSOLATOK TERMÉSZETRAJZA

Azért, mert önmagukat és a többi embert az ideiglenes testükkel azonosítják, s két ideiglenes test viszonyulása ideiglenes kapcsolatot eredményez. Az ilyen kapcsolat azonban nem képes igazi boldogságot, igazi szeretetet nyújtani.

Amikor két lélek, két olyan személy lép kapcsolatba, aki a lelkével azonosítja magát, ők erős szeretetet képesek érezni. Az ilyen kapcsolatnak van még egy titkos aspektusa. A tiszta kapcsolat akkor működik, ha Istent is bevonjuk. Vannak olyan emberek, akik fontosnak tartják, hogy egymáshoz egy mélyebb, lelki szempontból viszonyuljanak, de ebbe nem vonják be Istent. Lehet ebben a világban úgy élni, hogy az emberek közötti tiszta kapcsolatban nincs helye Istennek? A válasz az, hogy nem lehet. (Tőlem nem is várhattok más választ.) Miért? Azért, mert Isten mindenhol és mindenben jelen van, minden atomban, minden személyben. Ha például hármán tartózkodnak egy szobában, és abból csak ketten próbálnak ősziinte kapcsolatot felépíteni, teljesen hanyagolva a harmadikat, ez a kapcsolat-építés tökéletlen. Szükséges, hogy bevonjuk Istent is a kapcsolatainkba. Hogyan tegyük ezt? Hogy működik egy olyan tökéletes kapcsolat, amelyben Isten jelen van? Ez azt jelenti, hogy megszűnik a szerelem, a barátság, a szülői kapcsolat? Nem, hanem azt jelenti, hogy elfogadunk három alapelvet. Az első: az emberek a kapcsolat alanyai. A második: Isten a legfelsőbb mester. A harmadik: mi, az emberek szolgálai hangulatban szeretjük Őt. Ha elfogadjuk ezt a három elvet, akkor válhat

a korábban felsorolt ötféle kapcsolat tartóssá, kielégítővé és tökéletessé.

És vajon ez a módszer csak a „krisnásokra” érvényes? Nem, ez mindegyik vallásra igaz.

Minden vallásban közös, mindegyik azt az álláspontot képviseli, hogy lelkek vagyunk, nem pedig ez a test. De akkor mi ez a test? A test olyan a léleknek, mint egy ruha. Isten pedig a legfelsőbb személy, ebben nincs vita, Ő a teremtető mester, és mi a szolgálai vagyunk.

Azok a vallások, amelyek ezzel összhangban vannak, és amit mi a *Bhagavad-gītā* alapján tanítunk, azoknak a célja az, hogy másképp közelítsük meg a kapcsolatok kérdését, mint a modern világ. Nem nemi, etnikai vagy faji alapon, hanem a lelken keresztül, ami mindenkiben közös és ugyanolyan. Sajnos, a mi modern társadalmi rendszerünk nem így gondolkodik, teljesen mást tanít a világról. Hiába élnek az emberek egy házban, egy szobában, mégis idegenek maradnak egymás számára, mert nem ismerik fel sem magukat, sem egymást, csak valamiféle képet, arculatot észlelnek. Hibás elképzelésük van arról, hogy kit látnak, és mélyebben nem akarják megismerni.

A védikus szentírások a proaktív megközelítést javasolják, amely nélkül idegenek maradunk egymás számára a kapcsolatainkban.

Remélem, a mai előadás inspirációt ad ahhoz a kedves vendégeknek, hogy a saját kapcsolataikat is proaktívabbá tegyék!





Tari Annamária diplomái és szakvizsgái: Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Tanárképző Főiskola pszichopedagógus szak; ELTE BTK pszichológia szak; klinikai szakvizsga; pszichoterapeuta szakvizsga

Szakterületei, tevékenységei: Pszichoanalitikusan orientált pszichoterápia és standard pszichoanalízis neurotikus betegekkel (kapcsolati krízisek, önértékelési problémák, neurotikus tünetképzés stb.); üzleti tréningek (asszertivitás, tárgyalástechnika, válságkezelés, ügyfélszolgálat, vezetőképzés stb.); onkopszichológiai tevékenység leukémiás és csontvelőtranszplantált betegekkel; az Állampolgári Jogok Országgyűlési Biztosának eseti külső szakértője; Wesley János Főiskola, pszichológia és önismeret tárgyak oktatása; vérképzőszervi daganatos betegségek és szervtranszplantáció onkopszichológiai oktatása; csoportterápia

Publikációk: Az étkezési zavarokról; Az ortorexia nervosa – az új étkezési zavar; Félelmek az ágyban; Érzelmek és emberi kapcsolatok – gondolatok a média hatásairól; Ha kérdeznék, mondd, hogy hallgatod a...; Mindenki szebb és jobb nálam?; Szex és érzelmek; Új élet vékonyan...

Tasi István (Īśvara Kṛṣṇa dāsa) (szül.1970) egyetemi tanulmányait az ELTE BTK kulturális antropológia szakán végezte. Kutatási területei: a hinduizmus irányzatai; összehasonlító vallástörténet; a modern tudomány kulturális hatásai. A Védikus Tudományok Kutatóintézetének vezetője, ahol a modern tudomány, illetve az ősi indiai védikus írások összehasonlító elemzésével foglalkozik többféle tudományterületen. Több könyve jelent meg a tudomány és a vallás határterületeit érintő kérdésekben: Ahol megáll a tudomány (1999), A természet IQ-ja (2002), A tudomány felfedezi Istent (szerk., 2004), Mi van, ha nincs evolúció? (2007).

Sonkoly Gábor (Rādbhānātha dāsa) (szül.1969) a történelemtudomány kandidátusa, az ELTE BTK Történettudományi Intézetének nemzetközi igazgatóhelyettese, egyetemi docens, az „Atelier” Európai Historiográfia és Társadalomtudományok Tanszék vezetője. Kutatási területe a várostörténet és a kulturális örökség. A Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola címzetes főiskolai tanára. Publikációinak száma és nemzetközi tudományszervezői munkája jelentős. Palladium-díjas (2002).

Vita:

Hogyan tehetők jobbá az emberi kapcsolatok?

Résztvevők:

Tari Annamária

Tasi István

Moderátor:

Sonkoly Gábor

Sonkoly Gábor: Ennek a beszélgetésnek a címe: Jobbá tehetők-e az emberi kapcsolatok? Ez a cím azt sugallja, hogy az emberi kapcsolatok rosszak, vagy nem igazán jók. Éppen ezért az első kérdésem az, hogy valóban rosszak-e az emberi kapcsolatok?

Ami a mai nyugati társadalmat illeti, elég elborzasztó az a statisztika, amely szerint száz esküvőre majdnem ötven válás jut. Felmerül a kérdés: rossz dolog-e, hogy ilyen sok a válás? Hiszen, mint tudjuk, a változatosság gyönyörködtet. Lehet, hogy épp az teszi jóvá a kapcsolatokat, ha az ember minél több partnerrel próbálja ki a saját kapcsolatteremtő képességét? A kérdésem az, hogy valóban rosszak-e a kapcsolataink? Én, mint történész, még az időfaktort is bevonnam: az emberi kapcsolatok csak a mi modern korunkban romlottak el? Amit az elmúlt korokról gondolunk, az vajon csak nosztalgia, vagy pedig valóság?

Tari Annamária: Az én szakterületem a pszichoanalízis, azon belül pedig tárgykapcsolati pszichoanalízissel foglalkozom. Ez az irányzat megpróbálja a szubjektív objektívizálását, amennyire csak lehet; nem tüneti segítséget nyújt,

hanem egy-egy betegség vagy jelenség értelmezését, megértését teszi lehetővé. Nemcsak arra alkalmas, hogy betegeket kezeljünk és gyógyítsunk a segítségével, hanem arra is, hogy társadalmi jelenségeket megérthessünk, hiszen a pszichológia tudományterülete mindig tükrözi a társadalom változását.

Arra a kérdésre, hogy milyenek mostanság az emberi kapcsolatok, azt tudom válaszolni, hogy a rendszerváltás óta a helyzet egyre romlik. Elég bemenni egy könyvesboltba, és számtalan kötetet találunk, amelyek azt tárgyalják, hogyan viselkedjünk egymással, hogy kell megismerni az ellenkező nem tagjaival, hogyan kell egy párkapcsolatot vagy egy barátságot létrehozni és fenntartani, mi a módja a munkahelyi interjúkészítésnek stb. Tehát lassan mindenféle kapcsolathoz kell egy kotta. Szerintem aggasztó, hogy az emberek ennyire elbizonytalanodtak, és a valaha egyszerűnek és magától értetődőnek számító viselkedésformák gyakorlásához segítségre van szükségük.

A rendszerváltás óta nálunk is kialakult fogyasztói társadalomról mostanra kiderült, hogy egy pénz- és érdekközpontú, profitorientált világ. A profitorientáltság azonban bekúszik az emberi kapcsolatokba is, és az emberek nagy része érdekezérelt kapcsolatokat alakít ki, saját fennmaradása érdekében. Egyáltalán nem biztos, hogy megtalálja azt a magánéleti partnert, akivel jól tud élni. Prózaian hat, de pszichológiailag a jó kapcsolatban a felek kellően ki tudják elégiteni egymás narcisztikus szükségleteit. Tehát „én akkor tudlak téged szeretni, ha te pont úgy szeretsz engem, ahogy én szeretném, hogy szeressen engem valaki”. Ez egy rettenetesnek tűnő képlet, s roppant önzőnek hangzik, de ilyen az emberi személyiség. Persze lehetnek ennek túlzó formái, de az optimális érdekérvényesítés nélkül

az ember – a mi fogalmaink szerint – életképtelen. A jó emberi kapcsolat attól asszertív, vagyis hatékony, hogy a két résztvevő kihozza egymásból a legjobbat, úgy, hogy közben mindketten jól is érzik magukat a kapcsolatban. Együttes erővel egy új, közös entitást hoznak létre, ami már nem egyszerűen a kettejük összege.

Mi, szakemberek úgy látjuk, hogy romlik az érzelmek és az emberi kapcsolatok minősége.

Sonkoly Gábor: Tehát rosszabbak az emberi kapcsolatok, mint mondjuk húsz évvel ezelőtt. Mi ennek az oka?

Tari Annamária: Ennek van egy társadalomlélektani oka, a profitorientált társadalmi háttér, és van egyfajta emberi oka. Az előző generációk szülőként „kitermelték” azokat a generációkat, amelyek életcéljuknak azt tekintik és azért küzdenek, hogy jól éljenek. A „jól élést” azonban nem tudják definiálni, hogy vajon az egy jó emberi kapcsolatot jelent, vagy magas fizetést, amiből sokat utazhatnak.

Két évvel ezelőtt találkoztam a Millward Brown nevű piacutató cég kutatási eredményével. Európa nyolc országának első- és második éves egyetemi hallgatói voltak a kutatás alanyai, amely mélyinterjút jelentett, életútelemezést. Tulajdonképpen egy „brandhűség”-vizsgálat volt, arra irányult, hogy márkafüggőek-e a fiatalok és ragaszkodnak-e a kialakított stílusukhoz. A kérdések körüljárták tehát, hogy milyen mobiltelefont vesznek és milyen kólát isznak ma Európában, s ennek lett egy fontos, pszichológiaiilag értelmezhető „mellékeredménye”. A fiatal, egyetemista generáció perspektivikusan csupán az autó, a lakás, az utazás, a ház megszerzését tartja fontosnak. Sem érzelmeket, sem kapcsolatot, sem gyereket vagy feleséget, barátságot

nem említettek az életben megszerzendő vagy elérendő célok között. Semmi emberit tehát, kizárólag az anyagiakat. Ez a kutatás nyilván nem reprezentatív az egész világra nézve, még talán Európára nézve sem, de látéletnek elfogadható, és annak elég pocsék – ilyen a mi világunk.

Sonkoly Gábor: Köszönöm. Megkérem Istvánt, mondja el ő is a válaszát.

Tasi István: Elárulom, hogy mi a legfőbb félelmem ezzel a beszélgetéssel kapcsolatban. A mi teológiánk egyik alapelve, hogy az embernek példamutatónak kell lennie, amit mond, annak összhangban kell állnia a valósággal. De mi lesz, ha ezen a „Hogyan tehetők jobba az emberi kapcsolatok?” című fórumon a kedves vitapartneremmel, akivel addig egész jó kapcsolatom volt, a végére alaposan összeveszünk? Akkor mindegy, hogy mit mondok, csak azt fogják látni, hogy nem tudok jóban lenni az emberekkel.

Van egy rossz tapasztalatom is: két évvel ezelőtt, az I. Létkérdés Konferenciára meghívtunk egy nagyon tekintélyes tudóst, az volt a vitatéma, hogy van-e lélek vagy nincs. Előtte beszélgettünk ezzel a tudóssal, s mondta, hogy neki nagyon szimpatikus a mi közösségünk, még az adója 1%-át is nekünk szokta adni. Aztán az előadás során kiderült, mennyire mást gondolunk arról, hogy van-e lélek, és mi a lélek. Szerintem azóta még az 1%-át sem adja nekünk. Mindig nekem jutnak ezek a nehéz témák.

Szóval, miért rosszak az emberi kapcsolatok? Szerintem is rosszak, ebben nagy egyetértés van közöttünk. Az élet minden területén jelentkezik ez a probléma; a gyerek-szülő, a gyerek-tanár, a tanár-szülő, a házastársi, a baráti és a párkapcsolatok is rendkívül felszínesek és nagyon könnyen elromlanak. Nemrég egy olyan

épületben tartottam előadást, amelyikben egy rendezvényszervező vállalkozás és egy művelődési ház is működik, de az eszközöket közösen használják. Kérdésemre a rendezvényszervező azt mondta, hogy jó a kapcsolatuk a művelődési házzal, de amikor egy dobogót kértem az előadáshoz, a rendezvényszervező csak nehéz küzdelmek árán tudta megszerezni. Tehát, ahol emberek és érdekek vannak együtt, ott nagyon nehezen működnek a dolgok. Hogy ez mennyire csak a jelenkor problémája, nem tudom.

Igazából az önzés miatt rosszak a kapcsolatok. Az önzés alapvető oka pedig az emberek jellemének a gyengesége. Ha részletesebben vizsgáljuk a kérdést, beszélhetünk felszínes okokról és mélyebbekről. A felszíniekről szólva, egyetértek azzal, amit Annamária mondott, hogy a fogyasztói kultúra erősödése hozzájárult az emberi kapcsolatok romlásához. Nem biztos, hogy ezt az általa említett kapcsolati témájú könyvek nagy számából le lehet mérni, hiszen a rendszerváltás előtt hivatalosan mindennek jónak kellett lennie, így az emberi kapcsolatoknak is. Végső soron a materializmus problémájával állunk szemben. Az anyagi értékek hajszolása felülkerekedett az emberi kapcsolatok, a lelki értékek, az Istennel való kapcsolat fontosságán. Ez bizony materializmus, és a tendencia egyre romlik. Ezt látom a mindennapokban, és ugyanezt támasztják alá a védikus írások is, amelyek szerint olyan korban élünk, amit az elanyagiasodás, a félreértések és a nézeteltérések jellemeznek. Az emberiség sok szempontból degradálódik, s ennek egyik tünete az, hogy az emberi kapcsolatok egyre kevésbé működőképesek.

Sonkoly Gábor: Annamária, szeretnél erre valamit mondani?

Tari Annamária: Könnyű lenne annyival elintézni a dolgot, hogy a rendszerváltás előtt minden jó volt, most meg minden rossz. De ez nyilván nem így van. Az előbb utaltam rá, hogy a klinikai pszichológia és a pszichiátria nagyon alkalmas arra, hogy megmutassa az adott társadalom állapotát. Ha huszonöt évvel ezelőtt beszélgettünk volna a Lipótra, nagyon plasztikus, egyértelmű kórképek jöttek szembe velünk: például skizofrénia, paranoid kórképek, klinikai esetek, meghatározható, jól definiálható tünetképzéssel. Ma – ha megvizsgálnánk a kórrajzokat – nemigen találnánk példát az akkoriban jellemző típusú depresszióra, bűntudatra, szorongásra, paranoid tünetekre. Inkább azt a jelenséget tapasztalhatjuk, amelyet Bret Easton Ellis ábrázolt – talán kissé eltúlozva – az *Amerikai pszichóban*. Ebben nagyon jól megjeleníti azt a fajta mai karaktert, aki kemény, nárcisztikus, elég agresszív, kicsit olyan, mintha két arca lenne: egy nappali és egy éjszakai. Van egy munkahelynek szóló, yuppi jellegű megjelenése, egy higgadt, nyugodt embert látunk üzletember-öltözékben, ugyanakkor este vagy éjszaka egy másik karaktervonása bújik elő, erőszakosan és indulatvezérelten cselekszik.

Napjaink pszichiátriai betegségeinek a hátterében is nárcisztikus, agresszív, indulatos működések állnak. Ha valaki egy pszichoterápiás rendelőben azt mondja, hogy depressziósnak érzi magát, nem biztos, hogy azt fogalmazza meg, ami a klasszikus pszichiátriai tankönyvekben áll, hogy ő szorong és szomorú, hogy bűntudatot érez vagy valami nyomasztja. Hanem azt mondja: itt benn üres valami, vagy hogy olyan szürkének érzi az életét. Ez már egy másik világ. Az érdekvezéreltség vagy profitorientáltság azt eredményezi, hogy a szülők nem képesek megfelelő érzelmi háttérrel biztosítani a gyerekeiknek, tehát szükségszerűen jelennek meg ezek a generációk. Ráadásul a

társadalmi létben való megmaradáshoz szükséges az a túlélési stratégia, hogy az ember tudjon nárcisztikus és önérvényesítő lenni. El tudja adni magát egy munkahelyen vagy egy bizonyos társaságban, különben lemarad, lúzer lesz, és akkor neki vége. Ez a két jelenség együtt egy jellegzetes karaktert eredményez, amellyel számtalan kortárs irodalmi műben és filmben találkozhatunk.

Tehát, ha az a kérdés, hogy a rendszerváltás óta Magyarországon mi változott meg nagyon érzékelhetően, akkor az agresszió mértékét kell első helyen említenem. Annyi agresszióval van tele az életünk, hogy a nagy része már fel sem tűnik, csak ha tényleg ordít valaki velünk. Lehet az agresszió passzív is, amikor az embert például vezetés közben egy másik autó kiszorítja, s még csak oda se néz. Tehát, akár a passzív, akár az aktív formáját nézzük, az életünk része, a miénk lett. Ez nem örömhír, mert így az ember nem tud igazán boldog lenni, nem képes igazi felismerésekre.

A másik szakterületem az onkológia, s közismert, hogy akit rákkal diagnosztizálnak, az nagyon gyorsan rájön, mi a valódi értékrend. Nem biztos, hogy az a legfontosabb, ami a bankszámlán vagy a ruhásszekrényben van. Egyszer egy páciensem mesélte csontvelő-transzplantáció után, hogy a Daróci úti kórház ablakából kinézve rálátott egy tulipánfára, és az volt az élet legnagyobb kincse, amikor tavasszal virágozni látta, mert ez azt jelentette, hogy ő él. És ennél nagyobb dolog nincs, csak ezt mi elfelejtjük. Amíg nem vagyunk betegek, hajszojlik a pénzt, utazni akarunk, rengeteg dolgot megszerezni, és ezek körül forog az életünk napi huszonnégy órában; sőt az elmúlt öt évben a pörgés sebessége megduplázódott, manapság huszonnégy órában annyi mindent csinálunk, mint öt-tíz éve negyvennyolc órában.

Sonkoly Gábor: Ezt én is tanúsíthatom. Nem túl vidám kórkép alakult ki tehát az emberi kapcsolatokról, elhangzott, hogy nagyon rosszak a kapcsolatok, és egyre romlanak. Egy fontos szót említett Ísvara *prabhu*, a materializmust. A rendszerváltástól datáljuk a romlást, de a materializmus az előző korszakokra is igencsak jellemző volt, sőt kötelező ideológiája volt a kommunizmusnak vagy a szocializmusnak, ki minek nevezi.

A következő kérdésem arra vonatkozik, hogy a kapcsolatok romlása történelmileg magyarázható-e. Említetted az *Amerikai pszicho* kapcsán, hogy az emberek énje kettéválik egy munkahelyre és egy otthonira. Tudjuk, hogy a nyugati kultúrában a magánszféra és a közsféra szétválasztása a középkor végén, a kora újkorban kezdődött, majd olyannyira felerősödött, hogy a 19. század végén megjelent az individualizáció, és az elidegenedés – főleg a nyugati nagyvárosokban – általános tünetté vált. Tehát történelmi jelenségről van-e szó, ami kb. 300–400 éve keletkezett, vagy valami mélyebb problémáról?

Tasi István: Történelmileg is megragadható, de azt én felszíni oknak tekintem. Korszakról korszakra romlik a helyzet. Lehet, hogy az előző korszak uralkodó filozófiája a materializmus volt, de napjainkban az életmód még erősebben materialista, szóval fokozható a dolog. Az európai kultúrában ez a szekularizációnak nevezett jelenség visszavezethető a felvilágosodásig, de a gyökerei még mélyebben vannak, hiszen már a görög filozófusok között is találunk ateistát, materialistát, hedonistát. Tehát a romló tendencia alapvető oka a materialista felfogás, amely szerint nem létezik más, csak az anyag, ami körülvesz bennünket. Az ember csupán élő anyag, amelyik képes élvezni az élettelen anyagot vagy egy másik élő anyagot, és ennyi az élet. A probléma gyökere

ez, és ennek vannak fokozatai aszerint, hogy ki mennyire gátlástalanul csinálja.

A korábbi kultúrákban a materialista életmód szűkebb területen érvényesült. A világ ma abba az irányba változik, hogy ez a tér egyre tágul. Egyre inkább mindent lehet, az ember mindent megtehet azért, hogy az érzékeit kielégítse, és egyre intenzívebb az a biztatás, hogy az élet célja az érzékek kielégítése legyen. Ez nem csupán néhány évtizedes vagy évszázados, hanem több ezer éves folyamat, amely az egész emberi kultúrát jellemzi. A lelki értékek, a vallásosság hanyatlása és a materializmus erősödése: minden erre vezethető vissza.

Ebből az egyetlen gyökérből nemcsak a romló kapcsolatok problémája fakad, hanem pl. a környezetszennyezés is. A környezetvédők azt szeretnék elérni, ami a hagyományos vallási kultúrákban korábban természetes volt, hogy az emberek szabályozottan éltek, és csak annyit vettek el a természettől, amennyire feltehetően szükségük volt. Milyen jó lenne ismét elérni ezt, de vallások nélkül – mondják a mai környezetvédők. Ám azt látjuk, hogy vallások nélkül nem tudják megcsinálni. Lelki tanítómesterünknek, Śrīla Prabhupādának volt egy mondása: Az emberek Isten királyságát akarják, de Isten nélkül. Úgy akarjuk élvezni ezt a világot, hogy teljesen elfeledkezzünk arról, honnan ered a világ, kihez tartozik, és mi a felelősségünk Isten irányában. Ezek a törtető emberek, akik csak érző, élvező húscsomónak gondolják magukat, a végén teljesen frusztráltak lesznek, és klinikai esetek válnak belőlük.

Tari Annamária: Tartozom egy vallomással, én nem vagyok vallásos.

Sonkoly Gábor: Ezek szerint egy élvező húscsomó vagy!

Tari Annamária: Igen, itt ül egy hedonista húscsomó... De attól még értem, amit mondasz. Az én felfogásomban egy egyházhoz való tartozás valamilyen rendszerhez tartozni vágyást jelent. Ha bármilyen hit, vallás, Isten vagy eszmerendszer keretezi az életemet, azt várom tőle, hogy adjon biztonságot, útmutatást, amikor arra szükségem van. Fogalmam sincs, hogy az emberek mekkora hányada csatlakozik ilyen rendszerekhez. Én két lábbal állok a földön, és az emberekben hiszek. Arra, hogy mindent használni és élvezni akarnak, azt mondom, tegyék. A bajt én nem egy külső rendszer hiányában látom, hanem az önismeret, az önbizalom, az önértékelés hiányában. Köznyelvi kifejezéssel azt is mondhatnám, hogy az emberek egy részének nincs tartása. Ha valaki megiszik két pohár bort kétnaponta, mert vacsorázni jár, nem mondhatjuk rá, hogy biztosan alkoholista lesz. Miért lenne, ha kontroll alatt tartja ezt a szokását?

Igaz ez mindenre az életben, de változik a társadalom; van egy iszonyatos technológiai és informatikai robbanás az életünkben. Az internet, s ez az internetes életforma, amit élünk, hihetetlen, elképesztő jelenségeket produkál. Ma már a generációk életkora összezsúszik. Biztos ismerik az emo jelenséget; 10–11 éves emós kislányok magukat 21 évesnek kisminkelve „egóznak”. Ez azt jelenti, hogy a mobiltelefonjával lefotózza saját magát a fürdőszobai tükör előtt, felteszi a netre, és vígan chatel huszonévesekkel. Amíg nem volt internet – és nem a fejlődés ellen akartak szólni –, egy 11 éves gyereket kipurcított a szobából a nővére, amikor a fiúügyeit tárgyalta meg a barátnőjével, mert valahogy mindenki tudta, hogy a 10–11 éves ezzel még ráér. A mai

tízéves nagyon nehéz helyzetben van, mert ha ebben a szexista, pénz- és profitorientált világban ő már tízévesen, agyonsminkelve fotókat készít magáról, akkor előfordulhat, hogy tíz év múlva már kiégett és depressziós lesz. Persze nem minden gyerek ilyen, de a tendencia általános: elvesszük a gyerekektől a gyerekkorukat. A kiskamaszoktól a kamaszkort, a tinédzserektől az igazi tinédzserkort. Ma már egy bölcsődébe vagy óvodába is felvételizni kell.

Olyan társadalmi változások indultak meg, amelyek azt eredményezik, hogy mindenki mohó lesz. Ezt az én szakmámban úgy írják le, hogy az emberek „itt és most” akarják megszerezni, amit lehet, mert fogalmuk sincs, hogy mi lesz holnap. Van, aki meg is fogalmazza ezt – nem feltétlenül csak a klinikusi rendelőben –, hogy nem lát előre, azt sem tudja megmondani, hogy a következő két napban mi fog vele történni. Kiszolgáltatott a munkahelyén, ahol a főnöke úgy ugráltatja, ahogy akarja, vagy bármikor elveszitheti a munkáját. Ha az életben túl sok a bizonytalansági tényező, akkor bármilyen felnőtt valaki, azzal védekezik tudattalanul is, hogy regrediálni fog. A regresszió azt jelenti, hogy egy korábbi életkorra jellemző viselkedést mutat. Például, ha valaki nagyon megijed, azonnal visszatér a gyerekkori szokásaihoz: rágja a körmét, babrálja a haját, az ujját a szájába veszi. Így regrediálunk egy szorongató bizonytalanság hatására, szinte csecsemőkori mohósággal. Mindent meg akarunk venni, a betegségek között megjelenik a kóros vásárlási kényszer, azt látjuk, hogy teljesen racionális emberek csinálnak irreális dolgokat, jóshoz járnak, kártyát vetnek. Mindezt azért teszik, mert egyrészt azzal hitegetik magukat, hogy e módszerek segítségével megtudják, mi lesz holnap, másrészt azonnali kielégülést akarnak, mert az azonnaliság most a vezérelv. Ez tovább színezi a társadalmi működést, tovább

erősíti a materialista létet, és újramódosítja az emberi viselkedést.

Sonkoly Gábor: Ez tehát történelmi jelenség, amelynek a fogyasztói társadalom vagy a magán- és közsféra szétválása az oka? Vagy van más oka is annak, hogy nem működnek a kapcsolatok?

Tari Annamária: Ezek a hardverek, és a szoftver az ember, az meg csak így tud működni, e hardverek alapján.

Sonkoly Gábor: Nézzük az embert. Esetleg tudnád pontosabban definiálni, hogy a szoftver alatt mit értesz?

Tari Annamária: A személyiség működését. A történelmi viszonyok változását törvényszerűen követi a személyiség változása. Már Freud is leírta, hogy ha változik a társadalmi közeg, akkor egy idő után változik az egyének személyisége is. A társadalmi közegben módosulni fog a csoportok viselkedése, az hatni fog a kiscsoportokéra, a kiscsoportoké a családéra, s a család a gyerekre. Így jutunk el az agyonhajszolt anyáig, akik öt éven belül megszülik azt a generációt, amelyiknek még rosszabb lesz. Tehát ez a szoftver.

Sonkoly Gábor: Tehát a szoftver működésére nagyon erősen hat a hardver.

Tasi István: Annamáriával egyetértünk abban, hogy a történelmi változások befolyásolják az emberek gondolkodásmódját, mentalitását, és ez megjelenik a viselkedésükben, a klinikai kórképekben. Ez szükségszerű. Ám szerintem mélyebbre kell ásni. Hogy mi okozza ezeket a történelmi változásokat, az már nagyrészt történelemléletpozíciói kérdés, de minden kornak van

valamilyen szelleme. Néhány ezer éve a földön nagy vallási kultúrák léteztek, egyértelműen Isten-központú kultúrák. Lehet, hogy néhányan nem értettek egyet vele, de a vallás alapelvein nyugvó szabályrendszer mégis társadalmi harmóniát eredményezett.

Tehát ha leásunk a kérdés legmélyére, akkor egy világnézeti problémához jutunk. Mindennek az a gyökere, hogy az emberek mit gondolnak a saját eredetükről, a világ eredetéről, a halál utáni létről, miként vélekednek arról, hogy van-e Isten vagy nincs. Van Isten, és nekünk figyelni kell arra, hogy Ő mit miért csinál, és mit akar tőlünk. Ha azt gondoljuk, hogy nincs Isten, akkor mi alkotjuk a szabályokat, a jogrendszert, mi döntjük el, hogy nekünk mi a jó. És emiatt indul el ez a romlási folyamat, amelynek az eredményei már rövid távon jól érzékelhetők, mi is főleg az elmúlt 20–25 év szembetűnő változásairól ejtettünk szót. Meg kell találnunk a legmélyebb okot, mert anélkül nem lehetséges a változtatás.

Tari Annamária: Ami most zajlik, azt szerintem nem Isten irányítja, hanem a világ tizenöt legzagdagabb üzletembere.

Sonkoly Gábor: Elérkeztünk ahhoz a kérdéshez, hogy hogyan lehetne javítani ezen a helyzeten, hogyan javíthatók az emberi kapcsolatok?

Tari Annamária: Ez az a kérdés, amit mindig megkapok, de sajnos nincs biztos receptem. Mit lehet tenni, hogy minden jobb legyen? Ajánlhatnék például egy lakatlan szigetet, ahol megvalósíthatjuk önmagunkat. De visszatérve a valóság talajára, a kivezető utat abban látom, ha az ember szert tesz kellő önismeretre, megismeri önmagát. Legyen tisztában a helyzetével, azzal, hogy milyen célok reálisak a számára, s melyek

nem. Legyen képes egy életutat kijelölni magának, amelyhez társakat talál, és tudjon csatlakozni másokhoz. Ez a személyes projekt azért megvalósítható, mert nem kell hozzá nagy társadalmi átalakulás, sem lottóötös, vagy bármi más, csak egyfajta reális szembenézés önmagunkkal.

Az önismeret igénye azonban nem mindenkiben van meg. Nekem lesújtóbb a véleményem, mint Istváné, én úgy látom, az emberek nem szoktak önmagukon gondolkodni. Pörög az életük, a 24 óra elillan, egyszer csak karácsony van, aztán nyaralni mennek, és nincs naponta öt percük arra, hogy végiggondolják a napjukat: mit éltek át, kivel találkoztak, jól telt-e az a nap, s egyáltalán, hogy érzik magukat. Ilyen kapcsolatuk az embereknek önmagukkal nem szokott lenni, nekem ez a tapasztalatom. Úgy hajtanak, mintha robotpilóta vezérelné őket, és ez elég nagy baj. Meggyőződésem, hogy az ember senkitől nem várhatja el, hogy boldoggá tegye, ez nem működik. Sem Isten, sem egy szerelem, sem egy lottóötös vagy egy jó munka nem képes erre, senki nem válthatja meg az embert, ha ő nem teszi hozzá a saját részét. Ha azt akarom, hogy jó kapcsolataim legyenek, akkor a tennivalóknak legalább a fele az enyém. Például odafigyelek a társamra, a barátaimra, olyan emberekkel igyekszem találkozni, akiknek a társasága feltölt, és mindannyian többek leszünk tőle, valamint kerülöm azokat a helyzeteket, amelyekben agressziót élek át. Manapság az emberek előszeretettel mennek bele olyan passzív-agresszív kapcsolatokba, amelyekben leszívják egymás életterejét és -kedvét, s nem értik, hogy mi a baj. Majd egy pszichoterápiás ülésen kiderül, hogy mindkettőjük nárcisztikus igénye a másik kizsákmányolása volt. Olyan kapcsolatot érdemes csak fenntartani, amelyben átélhetők pozitív érzelmek.

Hogy az emberi kapcsolatok társadalmi szinten hogyan javíthatók, arról fogalmam sincs. De azt tudom, ha az ember foglalkozik a saját életével, az általában meghozza a gyümölcsét. Nem kell világrengető dolgokat kitalálni, csak nézzünk körül a saját házunk táján. Például egy feleség azt mondja 25 évnyi boldogtalan házasság után, hogy ő nem válik el a gyerekek miatt. De a gyerek, amint 18 éves lesz, megkérdezi az anyját: „Miért nem váltál el? Boldogtalan voltam 18 évig.” Az anya fölálodta az életét, olyan emberrel élt együtt, akire ránézni sem bírt már évek óta – milyen élet ez? Százvezrek élnek így, és komolyan azt hiszik, hogy ennek így kell lennie. Mert van egy hatalmas akadály bennük, a szorongás. Szorongunk attól, hogy egyedül maradunk, hogy egy új, ismeretlen helyzetbe kerülünk, abban megmérettetünk, s hogy helyt tudunk-e állni. Tény, hogy bátornak kell lenni az embernek a saját életében, mert máshogy nem megy. Azt szoktam mondani, ha olyan hirdetést adsz fel, hogy „pamlagon ülve aggodást vállallok”, az nem jó életcél, kevés boldogsággal kecsegtet. Tehát ha nem aktivizáljuk magunkat, akkor másvalaki nem fog minket megváltani.

Tasi István: Több ponton nem értek egyet Annamáriával, de szeretnék a fő kérdésnél maradni. Meg lehet-e változtatni ezzel a módszerrel az emberi kapcsolatokat, és általában mennyire tudunk ellenállni a materializmusnak, amit Annamária is elítél ebben a megvalósulási formájában? Azt hiszem, hogy az emberek túlnyomó többsége gyenge ehhez. Lehet, hogy néhány nagyon magas intellektusú és a dolgokat jól átlátó ember képes távolságot tartani tőle, de a tömegek nem képesek rá. Túl erős a nyomás, a kultúra, a fogyasztói szemlélet nyomása, vagy ha filozófiailag fogalmazunk, a *māyā*nak, az

illúziónak a nyomása. Az emberek pedig nem ülnek le gondolkodni, nem fáradoznak a kapcsolataik javításán, hanem csak sodródnak az árral, mert olyan erős ez a sodrás.

A védikus szemlélet nem passzivitást javasol, nem azt mondja, hogy majd Isten megoldja. Hanem azt, hogy erőfeszítést kell tenni, mégpedig az e szemlélet által javasolt módon. A védikus írók szerint a személyiségünket úgy tudjuk legjobban fejleszteni, ha meditációt végzünk. Különösen fontos ebben a korban egy mantra-meditáció, a *Hare Kṛṣṇa*-mantra éneklése, amely megvédi a pszichét. Rengeteg benyomás ér minket a világban, és sok-sok benyomást hordozunk előző életeinkből. Szabaduljunk meg ezektől, *ceto-darpaṇa-mārjanam*, mondja Caitanya, Kṛṣṇa inkarnációja, aki ezt a meditációs módszert a legsikeresebben mutatta be. Ha ezt gyakoroljuk, ez fokozatosan kitisztít az elméből mindent, ami negatív: kéjvágyat, dühöt, irigységet, mohóságot, mindazt, ami szenvedést okoz nekünk és az emberek között súrlódást idéz elő. Így válhatunk jobbá. Ha az emberek nem jók, soha nem fogják jól érezni magukat együtt. Ha jó emberekké válnak, akkor van esély rá, de definiálni kell, hogy mit jelent a jó ember: aki alázatos, tiszteletben tartja Isten törvényeit, barátságos másokkal, segítőkész, türelmes, megzabolázta a vágyait. Ezeket a tulajdonságokat azonban nem lehet mesterségesen kifejleszteni, nem lehet kikényszeríteni magunkból. Pusztán a saját erőnkől nem fog sikerülni, szükségünk van támaszra, és itt lép be a képbe Isten. Ahogy a Kṛṣṇa-tudat mondja: ha ismétljük Isten nevét, akkor Isten is segít, a közmondás szerint pedig „Segíts magadon, Isten is megsegít.”

Ez a módszer védeltséget ad az embernek még egy ilyen értékvesztett világban is, amelyik rossz irányba halad, s ahol a kapcsolatok

egyre romlanak. Pszichikai védelmet alakít ki magának az ember, s ily módon egy másik minőséget tapasztal meg. A Védák azt mondják – és akik megélték ezt, szintén azt állítják –, hogy egy másféle tudatállapothoz jut az ember. Kiegyensúlyozott és békés lesz, a kapcsolatai harmonikussá válnak, mert az elméje tiszta. Az elme megtisztítása nélkül nem lehet ezt a célt elérni, nem képesek az emberek békéssé válni, s ha nem békések, akkor nem lesznek soha boldogok.

Sonkoly Gábor: Véleményem szerint nincs olyan nagy különbség a két álláspont között. Egy-egy szóban összegezve: Annamária azt mondja, önreflexió, István azt mondja, meditáció. A módszerek nem különböznek, csak a forrásuk más. Az egyik azt mondja, kell Isten, a másik azt mondja, nem kell Isten.

Tari Annamária: Abban különbözünk, hogy István a mantrázást, meditálást ajánlja. Szerintem egyazon szöveg ismétlése egy adott helyzetben valóban segít a bejövő ingerek ellen, de a tudatalan konfliktusokat nem fogja feloldani.

Tasi István: Próbáld ki!

Tari Annamária: Az általad ajánlott módszer működése érzelmi szinten jelentkezik. Az önreflexió viszont az arra való törekvést jelenti, hogy ezek az érzelmek a felszínre kerüljenek. Szerintem a kéjvágy, a mohóság és a többi bűnösnek tartott dolog nem rossz, csak kontroll alatt kell tartani őket. Szörnyű lenne, ha egy neutrális világban fél méterrel a föld fölött lebegnénk az éterben. Az ember ennél jóval „piszkosabb gyönyörökre” vágyik, s ez így van jól, az emberek sokszínűek. Illuzórikus lenne azt kívánni, hogy ezeket a bűnöket hagyják el vagy nyomják el, és

törekedjenek egy szubtilis létre, ahol minden gyönyörű és tiszta.

Ezért én azt mondom, az önismeret, az önreflexió segít abban, hogy meg lehessen inni két pohár bort alkoholizmus nélkül, lehessen boldog párkapcsolat promiszkuitás nélkül, tehát abban, hogy normális övezetben tartsuk a dolgokat. Természetesen nagy kérdés, hogy mi számít normálisnak, hiszen más volt ez a középkorban, és más most. Ilyen szempontból szürreális világot élünk. Olvastam Csányi Vilmossal egy nagyon jó interjút, s ő mondta, hogy ha az ősemler látná a mi mostani életünket, elszörnyedne. Mi sem tudjuk elképzelni, hogy milyen életformák lesznek száz vagy kétszáz év múlva. Már a mostani helyzetre is azt mondjuk, hogy szörnyű, miközben a fejlődés törvényszerű folyamatát látjuk, ennek vagyunk a részesei.

Tasi István: Szerintem nem lehet megszüntetni a materialista életmód burjánzását a materialista filozófia leváltása nélkül; ez logikailag sem áll meg. Az önreflexió nem oldja meg ezt a problémát, sem egyénileg, sem pedig társadalmilag. Ha kizárólag az önreflexióra akarunk támaszkodni, azzal azt mondjuk, hogy én meg tudom oldani, de Isten nem tudja. Szerintem realisabb, ha úgy gondolkodom, hogy én nem tudom egyedül megcsinálni, de Istennel együtt igen. Abban teljesen egyetértünk, hogy nem lehet minden világiasságot kiküszöbölni a világból, mert ez a világ a világiasságról szól, de kordában lehet tartani.

Az nagyon fontos kérdés, hogy hol a mezsgye, az ösvény. Ahogy telik az idő, egyre szélesebb mezsgyét tartunk természetesnek. Te azt mondd, hogy a válás természetes dolog, ha nem érzik jól magukat a felek, akkor váljanak el. De kérdezzük meg a gyereket, hogy érzi magát, miután elváltak a szülei. Vagy például az öcsémet apukám el

akarta vetetni, anyukám nem. Vajon milyen érzés az öcsémnek az a tudat, hogy őt meg akarta ölni az apja. Ezek nem jó, nem természetes dolgok, s mindnek a gyökere a materialista, hedonista felfogás. Hogyha fel akarunk lépni ellene, nincs más lehetőség, mint valamilyen spirituális, szellemi megközelítés. Nem állítom, hogy egyedül a Kṛṣṇa-tudat alkalmas erre – én ezt tartom a legjobbnak –, hanem mindenki találja meg a számára legmegfelelőbbet. A materialista felfogás – amely szerint csupán atomok vagyunk – nem ad választ arra, hogyan lesz az atomokból tudat, mi történik a tudattal a halál után, honnan jön a sors; semmilyen filozófiai kérdésre nem ad releváns választ. De keresnünk kell a filozófiai választ, amiből aztán következik valami az életvitelünkre nézve is.

Tari Annamária: Tudod, amikor valaki HIV-pozitív lesz, vagy rosszindulatú daganattal diagnosztizálják, akkor egy teljesen bizonytalan kimenetelű életszakasz áll előtte, valamennyi idő, amit leélhet jó vagy rossz minőségben is. A neurológia, a neurofiziológia, az élettan nem tud a spirituális kérdésekre választ adni, nem tudja értelmezni a lélek fogalmát. Azt ma már meg tudja határozni, hogyan működik a tudattalan és a tudatos. Nagyon érdekes, hogy néha egy-egy érzelem fiziológiai vizsgálatánál a tudattalan rész az agy más területén helyezkedik el, mint a tudatos. Tehát pár éven belül be lehet majd jelölni az agy térképén, hogy minek hol a helye.

Spirituálisan szemlélve az életünket számos kérdés merül fel: honnan jöttünk, hová megyünk, mik leszünk, mik voltunk, hova lesz az energia. Ebből a szempontból az egész életről úgy gondolok, mint egy szakasról, amelyet ugyanúgy meg kell komponálnunk, hogy jó legyen, mint a súlyos betegséggel diagnosztizáltak a hátralévő

idejét. Lehet, hogy nem tudjuk beilleszteni egy nagyobb folyamatba, lehet, hogy apró hangyáknak látjuk magunkat a világban, vagy csupán az etológia szabályai irányítják a viselkedésünket, de az ember tudatos lény, a 21. századi ember meg különösképpen. A tökélyre fejlesztett intelligenciánkat érdemes lenne arra használni, hogy tudatosan felelősséget vállalunk az életünkért ebben a szakaszban.

Sonkoly Gábor: Már egy ideje foglalkoztat az a kérdés, hogy az önreflexióban mi az „ön”?

Tari Annamária: Az, hogy saját magad gondolkodol saját magadról.

Sonkoly Gábor: De ki az a saját magad? Hogy definiáld saját magadat?

Tari Annamária: A cselekedeteket és érzéseket jelenti. Tehát, a jó önreflexív kérdés egy ilyen helyzetben úgy szól: hogyan vagyok én, mit csináltam?

Sonkoly Gábor: Ki az az én? Mi a forrása ezeknek a cselekedeteknek?

Tari Annamária: Én, mint személyiség.

Sonkoly Gábor: A személyiség egy interakció között és a társadalom között? Istvánnál világos volt, hogy a lélek az én. Te azt mondd, hogy a lelket a tudomány nem tudja definiálni, illetve zavaró materialista szempontból. De az önreflexiónak akkor ki a tárgya?

Tari Annamária: Az önreflexiónak, ebben a vonatkozásban, az én a tárgya. Az én ebben az esetben nem az interakciókban meghatározható társadalmi személyiség, hanem egy saját

önértékelési szempontrendszer alapján definiálható valaki. Tehát amit én gondolok magamról: ez vagyok, ilyen vagyok, ezt szoktam érezni stb. Ha definiálni kell az ént, akkor az egy saját szempontrendszer alapján értelmezhető.

Sonkoly Gábor: Ez tautológia. Tehát az én, az az én. De nem tudunk róla többet, csak azt, hogy én.

Tari Annamária: Igen. Bizarr is lenne, ha egy terápiát azzal kezdenék, hogy ülj le, gondolkozz és definiáld az én fogalmát.

Sonkoly Gábor: Az elején azért nem árt, ha tudom, mi az az én.

Tari Annamária: Az önreflexió pusztán annyit jelent, hogy definiálatlanul hagyva ezt az én-kérdést, csak végiggondoljuk, hogyan vagyunk a bőrünkben. Egyébként az én a freudi kategóriák esetében is csak egy rész, a felettes én és a tudattalan között.

Tasi István: Én a HIV-pozitív példára szerettem volna reflektálni. Diákkoromban valaki az osztályban mindenkit megkérdezett, hogy mit tenne, ha megtudná, hogy halálos beteg és két hét múlva meg fog halni. Nem mondom el, milyen válaszok születtek. De azt hiszem, ha az ember felteszi magának ezt a kérdést, a válasza alapján el tudja magáról dönteni, hogy ő transzcendentalista vagy materialista. Az osztálytársaim materialisták voltak, ezt elárulom.

Van egy érdekes példa a mi egyik szentírásunkban, a *Śrīmad-Bhāgavatam*ban Pariksit királyról, aki mélyen vallásos volt, és az az átok érte, hogy hét napon belül meg kell halnia. Abban a pillanatban, ahogy ezt megtudta, otthagya a királyságot, elment a bölcsekhez, megkereste a

legbölcsebb embert, aki akkoriban élt a földön, Śukadeva Gosvāmī, s hét napon keresztül étlen-szomjan Istenről faggatta. Tehát így viselkedik egy transzcendentalista, amikor megtudja, hogy hamarosan meg fog halni. Hogy a materialisták mit csinálnak ilyenkor, azt látjuk magunk körül. Hiszen mindenki tudja, hogy meg fog halni. Mindannyian HIV-pozitívak vagyunk, aki megszületett, az biztos, hogy meg fog halni. Aztán, ha a lélekvándorlást elfogadjuk, akkor aki meghalt, az biztos, hogy meg fog újra születni. Hogy két hét, két hónap, két év vagy húsz év van még hátra, nem tudjuk, de a vége biztos. És hogyan élünk addig, milyen értékek fényében, mit akarunk elérni, mi az életcélunk? Kocsi, lakás, utazás, esetleg kapcsolatok, hogy legyen valami magasztosabb dolog is, de mindennek vége lesz. Véges dolgokért éljük-e az életünket, vagy valami hosszabb távú célért? Szerintem az utóbbi lelkesítőbb és valóságosabb, főleg ha megértjük, hogy mi magunk örök élőlények vagyunk. Mint örök élőlénynek nem érdemes átmeneti dolgokért küzdeni. Fenn kell tartani magunkat, mert erről szól ez a világ, hogy megéljünk benne, de az igazi célunk, az élet végső célja magasabb rendű ennél.

Sonkoly Gábor: Utolsó kérdésem: Ha öt mondatban adhatnátok tanácsot valakinek, akinek két hete vagy két hónapja van hátra, mit mondanátok neki, mit csináljon? Hogyan javíthatja meg a kapcsolatait, mit tehet még? Mi lenne az a nagyon rövid összefoglaló, amivel segíteni tudnátok neki?

Tasi István: Azt mondanám neki, hogy olvasson Istenről, Isten cselekedeteiről, a világ természetéről, az élet céljáról, s e témákat leg-részletesebben az ősi védikus írásokban találja meg. És kezdje el ismételni Istennek a neveit, mert ez transzcendentális dolog, s így kapcsolatba

kerül Istennel. Ily módon ebben a hátralévő időben meg fog tisztulni, és egy jobb létállapotba kerül. Vagy visszamegy Istenhez, vagy a következő életében folytathatja lelki fejlődését onnan, ahol ebben az életben abbahagyta.

Tari Annamária: Csináljon jó dolgokat. Beszéljen mindenkivel, aki fontos neki, hogy el tudjon búcsúzni. Ez nem annyira magasztos, sőt nagyon prózai, de nagyon emberi is. Ha valaki haladoklik, akkor neki is, meg a körülötte lévőknek is az a legjobb, ha el tudott búcsúzni, ki tudott mondani dolgokat. Istennel foglalkozni ebben a helyzetben az én szememben nárcisztikus dolog, mert az illető nem törődik az itt maradókkal, csak azzal, hogy a saját útját építgesse. Én azt preferálom, hogy a földi létet kell elrendezni. Azért tegyünk jó dolgokat, mert fontos, hogy az ember tudjon örülni. Nemcsak magasztosan, hanem egy gombóc fagynak is.

Sonkoly Gábor: Maradt még néhány perc, maradt néhány kérdésre idő.

Kérdés: Annamáriától szeretnék kérdezni. Beszélt arról, hogy mindent csak mértékkel élvezzünk, nem szabad túlzásba vinni a dolgokat. A társadalomban követünk bizonyos elveket, törvényeket. Ha megnézzük ezeket a törvényeket, akkor azt látjuk, hogy ezek a törvények a vallások törvényei. Ha megnézzük az állatvilágot, akkor ott azt látjuk, hogy az erősebb megöli a gyengébbet, de az emberek esetében ezt nem tartjuk jónak. Azt egyikőnk sem akarja, hogy valaki ne legyen boldog, a vágyai ne legyenek kielégítve, és ha minden jó mértékkel, akkor jó-e az, hogy egy pedofil ember húszról kettőre csökkenti a heti adagját.

Tari Annamária: Természetesen jó, ha

húszról kettőre csökkenti, szerintem ez határozott fejlődés. Persze, furcsán hangzik ez a válasz. Nagyon sok olyan dolog van, ami kívül esik ezen a kategorizáláson. A társadalmi törvények jelentősen szabályozzák az emberi viselkedést, és ebben van sok borzasztó dolog is. Ellenben a pedofiliára szép számban találunk társadalmilag és vallásilag is igazolt helyzeteket, melyeket lepel fed. Tehát minden helyzet többoldalú. Én inkább az élet azon szituációit értem jó dolgok alatt, amelyeket az ember élvezni tud, jó, ha vannak, jó, ha csinálja, de nem embertársai kárára és nem agresszióval a háttérben, nem féktelen önzéssel a működtetésében.

Kérdés: Nekem éppen ez a fő kérdésem. Miért ítéled el az egyik dolgot, a másikra meg azt mondd, hogy jó, amikor mindkettő egy-egy embernek a saját, természetes vágya. Miért lenne rossz az?

Tari Annamária: Maradva a pedofil példánál, egy nyolcéves kisfiú vélhetőleg nem élvezi az anális szexet, míg egy túrógombóc porcukorral, ha szeretem, az jó dolog és senkinek nem fáj.

Kérdező: De a másik élvezi! Neki jó, amit csinál.

Tari Annamária: Én olyan szituációkban gondolom az öröm érzését megszerezni, amelyekben senki senkinek nem okoz semmiféle fájdalmat. Semmilyen perverzió vagy bűncselekmény nem felel meg ennek a kritériumnak, mert ezekben a bűnelkövető személyisége keres kielégülést. Teljesen mindegy, hogy szexuális perverzióról vagy életellenes bűncselekményről van szó. Az összes többi ember ezt megszenvedi. A jó, asszertív működésben a személyes hatékonyság azt jelenti, hogy meg tudom magamnak szerezni mindazon örömöket, amelyek a másiknak nem okoznak

fájdalmat, kárt, problémát. Tehát agressziótól mentes.

Kérdés: Mi tesz valakit alkalmassá az önvizsgálatra?

Tari Annamária: Bárki alkalmassá válhat, csak egy dolgot figyelembe kell venni: az ember legjobban önmagától és a tudattalanjától, meg a saját érzéseitől fél. Mindenki attól tart, hogy hajmeresztő dolgokat fog látni, gondolatokat és fantáziákat, amelyeket jobb szőnyeg alá söpörni. Tehát a legfontosabb feltétel az, hogy ne féljünk

ennyire önmagunktól. Egyébként bárki alkalmas rá. Persze, szükséges az intelligencia bizonyos szintje, de alapvetően mindenki meg tudja tenni, hogy gondolkodik.

Kérdező: Akinek nincs meg ez az intelligenciaszintje, kihez forduljon?

Tari Annamária: Ha olyan emberről beszélünk, akinek az intelligenciahányadosa lejjebb van a gondolkodási szintnél, akkor nem tudok válaszolni. Miért fordulna ő bárhova?

A HALÁL Biztos?

2008. november 20., csütörtök, 10⁰⁰ óra
Gólyavár, ELTE Bölcsészettudományi Kar,
1088 Budapest, Múzeum krt. 6-8.

Béres Tamás
evangélikus teológus

Cser Zoltán
buddhista teológus

Hegedüs Katalin
társadalomkutató

Kránitz Mihály
katolikus teológus

Nádas Péter
író

Pilling János
tanatológus

Sivaráma Szvámi
vaisnava teológus

Tasi István
kultúraantropológus

Tóth-Soma László
vallásfilozófus

www.letkerdes.hu



BHAKTIVEDANTA
Hittudományi Főiskola
1062 Budapest, Arányi ut. 93. Tel/Fax: (1) 521-77-87

IV. Létkérdés Konferencia

A HALÁL. Biztos?

2008. november 20. csütörtök, 10:00 – 18:00 óráig

Gólyavár, ELTE Bölcsészettudományi Kar, 1088 Budapest, Múzeum krt. 6–8.

- | | |
|---------------|---|
| 10:00 – 10:15 | Megnyitó |
| 10:15 – 11:05 | Előadás: A halál jelentései.
Előadó: Pilling János thanatológus |
| 11:10 – 12:00 | Előadás: „Ahogy az ember leveti elnyűtt ruháit”. A védikus halálfelfogás.
Előadó: Tóth-Soma László vallásfilozófus |
| 12:00 – 12:10 | Szünet |
| 12:10 – 13:00 | Előadás: Az eltávozás pszichológiája.
Előadó: Hegedűs Katalin társadalomkutató, mentálhigiénés szakember |
| 13:00 – 14:00 | Ebédszünet |
| 14:00 – 15:00 | Előadás: Saját halál – élmény és értelmezés.
Előadó: Nádas Péter író |
| 15:10 – 17:00 | Vallási kerekasztal: Igazságos-e a halál?
Előadók: Béres Tamás evangélikus teológus, Cser Zoltán buddhista teológus,
Kránitz Mihály katolikus teológus, Sivaráma Szvámi <i>vaiṣṇava</i> teológus
A beszélgetést vezeti: Sonkoly Gábor történész |
| 17:10 – 18:00 | Előadás: Egy életem, egy halálom? Tudományosan ellenőrzött beszámolók előző évekről.
Előadó: Tasi István kultúrantropológus |



Pilling János thanatológus

Pilling János orvostanballgatóként kezdett el foglalkozni a klinikai balálból visszatértek élményeinek kutatásával: közel száz, balálközeli élményt átélt emberrel készített interjút. Ebből a témakörből írta diplomamunkáját is. Egyetemistaként jelent meg első – társszerzőként írt – szakkönyve a balálközeli élményekről. Polcz Alaine hatására csatlakozott a baldokló betegeket gondozó és hozzátartozóikat segítő hospice mozgalomhoz, amelyben eleinte önkéntesként, majd az akkoriban alakult Magyar Hospice Alapítvány orvosaként dolgozott. Később megszervezőjévé és titkárává vált a hazai hospice szervezetek együttműködését támogató Magyar Hospice Egyesületnek. Egyik ala-

pítója a Kharón – Thanatológiai Szemle és a Hospice Hírek című lapoknak, szerkesztője a Mentálhigiéné és Pszichoszomatika című folyóiratnak. Az utóbbi években gyászolók segítségével foglalkozik. A Semmelweis Egyetem Magatartástudományi Intézetében orvosi kommunikációt oktat. Szerkesztője az első hazai orvosi kommunikáció tankönyvnek.

Előadás:

A halál jelentései

Előadó:

Pilling János

Egykoron halálközeli élményekkel, ezeknek a vizsgálatával foglalkoztam. Szerke az országban sok-sok embert kerestem fel, akiknek volt ilyen tapasztalatuk. Saját kérdéseimre, kételyeimre igyekeztem válaszokat találni e munka során. Nagyon sokat tanultam tőlük, mint ahogy azoktól a haldoklóktól is, akikkel a Magyar Hospice Alapítvány orvosaként találkoztam. Az utóbbi időben elsősorban gyászolók segítségével foglalkozom, és rengeteget tanulok tőlük is. Nemcsak én segítek tehát nekik, hanem ők is nagyon sokat adnak nekem. Hiszen ők arról beszélnek, hogy mit jelent számukra a halál, és mit jelent az élet. A két témakör nem is esik olyan távol egymástól, mint ahogy első pillanatban gondolnánk, s ezt Polcz Alaine írásai is megerősítik. Ennek a témakörnek az egyik legismertebb hazai képviselője volt Polcz Alaine, aki a közelmúltban halt meg. Nagy tisztelettel emlékszem rá, ezt az előadást az ő emlékének is szentelem.

Alaine sírfelirata férjének, Mészöly Miklósnak az egyik írásából származik:

„Egy tájba lépek ki, ahová a másik nem követhet, de azért még változatlanul itt vagyok köztetek. Sőt, még csak most kezdődik minden.”

Elégge meglepő ez a gondolat első ránézésre. Minden a halállal kezdődik? Általában a halálról úgy gondolkodunk, hogy az mindennek a végét jelenti, mindennek a befejezését. Azok a képek, amelyek bennünk élnek a halálról, számunkra egyértelműnek és bizonyosnak tűnnek. De vannak, akiknek más az elképzelésük erről.

Manapság például jó halálnak a hirtelen halált tartjuk. Ha megkérdezzük az embereket, a legtöbben azt válaszolják, hogy az a jó halál, ami váratlan, gyors. Pedig ma is vannak még sokan, akik imáikban – talán oda sem figyelve már arra, hogy pontosan mit is jelent ez – azt kéri: „a készületlen, váratlan haláltól ments meg, Uram, minket”. Hiszen hosszú időn keresztül az számított a legszörnyűbb halálnak, amelyekre nem lehetett felkészülni, amikor a távozó nem tudott elköszönni a hozzátartozóitól, nem tudta lezárni az életét, a lelke úgymond felkészületlenül került a Teremtő elé. A régi emberek számára ez volt a halál legszörnyűbb formája.

Manapság természetesnek vesszük azt, hogy az emberek többsége kórházban hal meg. Egészen a közelmúltig ez egyáltalán nem így volt, szinte senki sem halt meg kórházban. Hiszen sem a parasztembereket nem vitték be az akkor még ispotálynak nevezett épületekbe, sem a gazdag embereket. El tudjuk képzelni egy Eszterházy grófról, hogy halála közeledtekor otthagyja a kastélyát, és bemegy egy ispotályba, hogy ott idegének gondozzák őt? Nem, természetesen nem. Korábban, s még nem is olyan régen, a legtöbb ember általában otthon, a családtagjai körében halt meg. Ez ma már kivételesnek számít.

Mindazok a képek, elképzelések, melyek a halálról, a gyászról, a haldoklásról élnek bennünk, valójában nem öröktől valók, s nem változatlanok, hanem folyamatos változásoknak a lenyomatai. Ezeket a változási folyamatokat szeretném

bemutatni: egyrészt a halálkép kialakulását a gyermeki fejlődés során, hiszen felnőttként nagyon erőteljesen él bennünk mindaz, amit gyermekkorunkban gondoltunk a halálról; másrészt a halálkép változását a különböző történelmi korokban, hiszen ez hatással van a jelenlegi halálképünkre is.

A nagy kérdés, amire mindvégig választ keresünk, hogy tulajdonképpen „mi álmok jönnek a halálban?” (Shakespeare: *Hamlet* – monológ). A kérdés már sugall egyfajta választ is: a halál valamiféle alvás. És valóban, a legkisebb, a hat év alatti gyermekek így gondolkodnak a halálról, alvásszerű állapotnak vélik. Nem véletlenül, hiszen azt látják, hogy aki meghalt, az fekszik mozdulatlanul, be van csukva a szeme, olyan, mintha aludna. Ám ez az elképzelés a felnőttekben is él. Nemegyszer fogalmazunk úgy, hogy valaki „békésen elszenderedett”, „jobbélre szenderült”, „elhunyt”, „csendben elaludt”. A gyermekek azt gondolják, hogy a halálból ugyanúgy fel lehet ébredni, mint az alvásból. Ha valaki már eleget aludt, akkor fogja magát és felébred. Mint ahogy lehet kicsit álmosnak lennünk és nagyon álmosnak, úgy lehet a gyerekek szerint kicsit meghalni és nagyon meghalni. A halálnak tehát a gyermeki gondolkodásmód szerint fokozatai vannak, és a halál nem végleges. Azt, hogy a halálból vissza lehet térni, nem csak a gyerekek gondolják, sokféle „felnőtt” elképzelés is létezik ezzel kapcsolatban: például a vámpír-történetekben testi alakban tér vissza a halott (pont úgy, ahogyan a kicsi gyermekek képzelik: felkel a sírból), illetve a lélek valamilyen formában való visszatérése is elterjedt hiedelem. Mindenesetre már kicsiny gyermekkorunkban feltételezzük, hogy a halál nem végleges dolog. Hogy ez valójában gyermeki tudatlanság vagy isteni bölcsesség, az nagy kérdés.

Hatéves kor környékén a gyermekek halálképe elkezd átalakulni. A 6–9 éves kor közötti gyermekek megszemélyesítik a halált. Míg addig a gyermekek halálképét az a gondolat jellemzi, hogy a halott él tovább a halál után is, a 6–9 éves korú gyermekek már úgy gondolkodnak, hogy maga a halál az, ami él. A halál az, ami valamilyen formában eljön értünk. Ebben a korban a gyermekek a legkülönbözőbb megszemélyesítéseket adják a halálnak: képzelhetik például halálfejnek, csontváznak. Itt is ráismerhetünk a felnőttkori képeinkre: a halált a festők is gyakran ábrázolják csontvázként, a halálfej pedig annyira elterjedt, hogy például az elektromos vezetékeknél is ez a halálos fenyegetettség jelzése. A halál megszemélyesítése azonban történhet más formában is. A kisgyermekek között vannak, akik azt gondolják, hogy a halál egy sötét angyal. Sokszor használjuk mi, felnőttek is ezt a szóképet; az újságírók például „a halál angyalának” nevezték azt az ápolónőt, aki évekkel ezelőtt halálba segített számos embert egy budapesti kórházban. Vagy gondolhatjuk, hogy a halál egy király, aki uralkodik rajtunk, illetve láthatjuk a halált lovasként is. Ezek a képek többnyire bibliai eredetűek, az Apokalipszis egyik lovasa például maga a halál. A legáltalánosabban elterjedt kép azonban az, hogy a halál „a nagy kaszás” – ezt a képet felnőttként magunk is gyakran használjuk, erre utalunk például akkor is, ha azt mondjuk, hogy „arat a halál”.

Ahogy telik-múlik az idő, a gyermekek halálképe tovább változik. Kilencéves kortól kezd kialakulni az a halálkép, amelyet a pszichológusok reális halálképnek neveznek. Ilyenkor a gyerekek már úgy gondolják, hogy a halál egy biológiai folyamat. Más szavakkal ez azt jelenti, hogy aki meghal, annak az élete véget ér, például azért, mert megöregedett. Az öregedést és a halált a gyerekek egyre inkább összekapcsolják

egymással. Csak később derül ki számukra – és elég súlyos élmény ez minden gyermeknek, amikor ráébred –, hogy nem csak az öregek halhatnak meg. A gyerekek ebben az életkorban a biológiai okokon kívül már morális, erkölcsi okokat is tulajdonítanak a halálnak. Ilyen például a kereszténységben az a gondolat, hogy a halál egyfajta büntetés, a bűnnek a büntetése. Ádám és Éva a keresztény tanítások szerint bűneik miatt űzettek ki az Édenkertből, ezzel elvesztették a halhatatlanságukat, s általuk az emberiség is halandóvá vált.

Így alakul ki tehát a reális halálkép. Joggal kérdőjelezhetjük meg azonban ezt a fogalmat, hiszen – amint már említettem – a halálkép a különböző történelmi korokban folyamatosan változott. Mi számít akkor egyáltalán reális halálképnek?

Egy francia kultúrtörténész, Philippe Aries az emberiség fejlődése során négy nagy korszakot különített el, attól függően, hogy a halállal milyen kapcsolatban álltunk a különböző korszakokban. Az első korszak nagyjából a középkor feléig tartott – Aries ezt a „megszelídített halál” korszakának nevezte. Ezt az időszakot áthátotta az a gondolkodásmód, hogy mivel mindnyájan meghalunk, a halál előtt egyenlőek vagyunk. Nem tűnik ez a gondolat különlegesnek számunkra – pedig valójában ez az elképzelés az akkoriban élt emberek számára egészen más jelentéssel bírt, mint ahogyan manapság gondolunk rá. Ebben az időben például a temetők a települések kellős közepén voltak. Miért? Mert mindenki szeretett volna szent helyek közelébe temetkezni. Szent helynek pedig a település közepén található templom számított, ennek következtében a temetők is a település közepén helyezkedtek el. Ott, amerre minden áldott nap mindenki járt, ahol a közösségi élet zajlott; az élet és a halál szorosan összefonódott.

Szintén annak a gondolatnak a kifejeződéséeként, hogy a halál előtt mindnyájan egyenlőek vagyunk, az embereket akkoriban tömegsírokba temették. Nagyon kevés kivételtől eltekintve senkinek sem volt névre szóló sírja. Mi történt azzal a tömegsírral, amely egy idő után betelt? Hiszen a templom körüli tér nyilvánvalóan korlátozott volt. Ilyenkor kihantolták a csontokat, és közös csonttárakban helyezték el őket. Mindez jól mutatja, hogy a „mindnyájan meghalunk, a halál előtt mind egyenlőek vagyunk” gondolata nem ugyanazt jelentette az akkori emberek számára, mint amit manapság nekünk jelent.

Szintén ezt jelképezi a palermói kapucinus szerzetesek egyik temetkezési módja: a holttestet felfüggesztve mumifikálták. Ez ma már szokatlannak, meglepő számunkra. Akkoriban azonban a palermói lakosok között igen népszerűvé vált ez a szokás, olyannyira, hogy végül sikerült elérniük, hogy a palermói kapucinusok katakombáiba a helyi lakosok is így, holttestüket mumifikálva temetkezhessenek.

Mindezen szokások hátterét a *memento mori* („emlékezzünk a halálra”) gondolata képezi. A középkorban élt emberek gondolkodásmódját áthátotta az, hogy bármikor eljőhet értük a halál, ezért készen kell állniuk rá. Olyan életet kell élniük, hogy bármelyik pillanatban kerülnek is a Teremtő elé, ne kelljen szégyenkezniük azért, ami történt.

Ezt a korszakot, a halállal való közvetlenebb együttélés korszakát rövidesen újabb események kezdték átalakítani, s fokozatosan egy újabb korszak vette kezdetét, az „önmagunk halála” – ahogyan Aries nevezi. A középkor második felében hatalmas járványok söpörtek végig a földön: a pestis, a lepra, a kolera emberek sokaságát pusztította el. A pestis például néhány év leforgása alatt húszmillió halálos áldozatot szedett Európában.

Ez a nagymérvű pusztulás teljesen átalakította a halálképet, és ezzel együtt sok szokást is. Már akkoriban is gyakori volt, hogy az elsőszülött fiúnak az édesapja nevét adták, azzal a szándékkal, hogy örökítse azt tovább. Mivel azonban óriási méreteket öltött a gyermekhalandóság, a gyermekek nagy része nem élte meg a felnőtt kort, ezért ebben az időben több egymást követő gyereknek adták ugyanazt a nevet. Eleve azzal a gondolattal keresztelték tehát meg őket, hogy hamarosan meg fognak halni, nem élnek meg a felnőtt kort. Ez a szokás a családfakutatóknak nagy nehézséget jelent: amikor végre eljutnak egy leszármazási sor alapján egy középkori családhoz, akkor egyszerre csak azzal találkoznak, hogy ugyanazon a néven számos ember élt ugyanabban a családban.

A halál pusztítása nagyon jelentősen átalakította a halálhoz való viszonyulást. Jól tükröződik ez a képzőművészetben is. A középkor második felében előtérbe kerültek a *haláltánc* és a *halál diadala* típusú alkotások. Európa északi felében ebben az időben a festmények gyakori témája volt a haláltánc, ami azt fejezte ki, hogy mindenkit magával ragadhat a halál, s egy nagy, közös táncba viszi őket. Európa déli részén leginkább „a halál diadala” jellegű alkotások terjedtek el, amelyek azt ábrázolták, hogy a halál mindent elpusztít. A halál uralkodik rajtunk, kiszolgáltatottak és tehetetlenek vagyunk vele szemben.

Akkoriban a papok úgy magyarázták ezeket az eseményeket, hogy a járványokat, pusztításokat az emberek maguknak köszönhetik, mert gonoszak voltak. A papok megtérésre buzdították őket, ami még az utolsó pillanatban is lehetséges. Emlékezzünk csak arra a bibliai történetre, amelyben a Jézus mellett szintén keresztre feszített két lator közül az egyik az utolsó pillanatban megtér, s Jézus azt mondja neki: „Bizony mondom néked, még ma velem leszel a mennyek

országában.” Egyre gyakoribbá váltak az olyan jellegű halálábrázolások, amelyeken az emberért eljön a halál, s a haldokló mellett az ördög és az angyal is ott látható, hiszen még az utolsó pillanatban is eldőlhet az ember sorsa.

Ezzel az új felfogással a halál – a tömegsírok és „a halál előtt mindenki egyenlő” korszaka után – személyessé vált. Ezért nevezi Philippe Aries ezt a korszakot, a középkor második felét az „önmagunk halála” korszakának.

A halál személyessé válása további változásokat indított el: például ekkor már felravatlozták a halottakat, ami a tiszteletadás jele. Az általában otthon felravatlozott holttestet aztán temetési menet kísérte a temetőbe – ez is a középkor második felében megjelent szokás, korábban nem volt temetési menet.

Én magam egy olyan szabolcsi faluban nőttem fel, ahol kisfiú koromban még szokás volt háznál ravatlozni, virrasztani, a halottat pedig a falu főutcáján vitték ki a temetőbe. Nagy szegény lett volna, ha valami poros mellékutcán próbálták volna meg elszállítani. Ma már megdöbbennék, ha azért kellene az autónkkal araszolgatnunk, mert a főutcán éppen egy temetési menet halad. A középkorban kialakult szokások tehát évszázadokon keresztül fennmaradtak – s aztán a szemünk láttára, néhány évtized alatt eltűntek.

A középkor végén, az újkor elején már nemcsak a ravatlozás és a temetési menet mutatta az elhunyt tiszteletét, hanem a temetések is egyre színpompásabbá váltak. Ez már egy új korszak kezdetét jelentette, amit Philippe Aries úgy nevez, hogy „a másik ember halála”. Egyre inkább előtérbe került az a gondolat, hogy a halál elválaszt valakitől, akit szeretünk, akit még a halálában is megtisztelünk azzal, hogy pompás temetést rendezünk neki. Gyászhintón szállítjuk, sokan

eljönnek a temetésére, minél többen vannak ott, annál pompásabb a temetés. Ekkor már saját, névre szóló sírokba temették az embereket, esetenként olyan mauzóleumokba, csodás „házakba”, amelyek leképezései voltak annak, ahogyan élt az elhunyt. (Emlékezhetünk: korábban még tömegsírokba temették a legtöbb embert.) Az újkorban már divatba jöttek a hatalmas gyászfátylak, az elegáns, pompás gyászruhák is.

Ebben az időben tehát előtérbe került az a gondolat, hogy a halál fájdalmas elválás a szeretett lénytől, s ez a felfogás érthetővé teszi az e korban született másik jelenséget, a halál és az erotika összefonódását is. Gondoljunk csak a *Rómeó és Júlia* mindenki által ismert kriptajelenetére, ahol a szerelem és a halál együtt jelenik meg. Hadd idézzek egy Baudelaire-versből, a címe: *Egy dög*. Azt hiszem, a cím alapján nem gondolnánk, hogy ez egy szerelmes vers.

*„És hiába, ilyen mocskok leszel, te drága,
ilyen ragály és borzalom,
szemeim csillaga, életem napvilága
te, lázam, üdvöm, angyalom!”*

*csontod penész eszi, húsdoból vadvirág nő,
s kövér gyom burjánzik buján.”*

A halálnak és az erotikának ez az összefonódása részben annak volt köszönhető, hogy ekkor már nem a pestis, a kolera pusztított Európában, hanem a TBC, amely leginkább fiatalokat támadott meg, többek között fiatal nőket, akik éppen nőiességük teljében voltak. Egyszerre hordozták a nőiességet, a szexuális vonzerőt és egyúttal a halál lehetőségét is, a szó szoros értelmében. Nem véletlen, hogy ez idő tájt jelentek meg a Drakula-történetek, amelyek nemcsak a halálból való visszatérésről szólnak, hanem egyfajta erotikus

tartalma is van annak, ahogyan a vámpír a nő nyakára hajol.

Az újkori halálképet követte a legújabb kori, amelyet Aries a „tiltott halál korszakának” nevez. A 20. század elején, majd közepén olyan borzalmas események történtek, amelyek korábban elképzelhetetlenek voltak. Az atombomba ledobásakor pillanatok alatt százezrek haltak meg; vagy gondoljunk a koncentrációs táborokra, a 20. századi népirtásokra. Az a békés viszony, ami az emberek és a halál között korábban fennállt, nehezen képzelhető el Hiroshima vagy a koncentrációs táborok után.

A 20. század halálképe gyorsan és igen jelentősen megváltozott. Nem csupán ezek az események alakították át, hanem például megszűntek azok a kisközösségek, amelyek fenntartották a hagyományokat, s így eltűntek azok a rítusok, amelyeket ezek a közösségek éltek. A mai emberek nagy része már nem tudja, hogy mit tehet egy haldokló mellett, vagy hogyan viselkedjen a gyász időszakában, mert a hagyományok, rítusok nyújtotta viselkedési minták elvesztek.

Az emberek régebben általában otthon haldokoltak és haltak meg, kisgyermekkoruk óta mindenki láthatta azt, hogy mi történik ilyen helyzetben. Manapság a kórházak falai „jótékonyan” elrejtik előlünk a haldoklókat. Ennek számos negatív következménye van. Nem szocializálódunk arra, hogy mi a teendő betegség és halál esetén. Sokszor megkérdezik tőlem például azt, hogy kivigyék-e a gyermeket a temetésre. Valójában azt akarják hallani tőlem, hogy nem szabad kivinni, mert amikor azt válaszolom, hogy igen, természetesen ki lehet vinni a gyereket a temetésre, akkor a szülők rögtön elkezdnek tiltakozni, és érveket hoznak fel, hogy miért lenne ez borzalmas a gyermek számára. Nem egy esetben

találkoztam azzal is, hogy a szülők nemcsak azt titkolják el a gyermek elől, hogy most éppen a nagymama temetésére mennek, hanem azt is, hogy egyáltalán meghalt a nagymama. Ilyenkor valójában a szülőben van egy olyan erőteljes hárítás, tagadás, amelyet kivetít a gyermekre.

Eltűnt a halál korábbi személyessége is. A haldoklók többsége kórházba kerül, ahol szinte futószalagszerű ellátásban van részük. Okkal nevezi Philippe Aries ezt a korszakot a „tiltott halál” időszakának. A halál tabutéma lett, nem merünk és nem is akarunk beszélni róla, foglalkozni vele. Hol van már az az időszak, amelyet a középkori emberek képviseltek, akik azt mondták, hogy minden pillanatban emlékezzünk a halálra? Ma egyáltalán nem szeretnénk emlékezni rá. Ha találkozunk egy gyászolóval, többnyire nincsenek szavaink erre a helyzetre, nem tudjuk, mit mondjunk egy ilyen embernek.

A halál egyre inkább kikerül az életünkéből, bár nem teljesen; egy furcsa, torz formában azért megmaradt. A média továbbra is közvetíti felénk a halált, csak éppen a speciális formáit, mint amilyen például a váratlan, az erőszakos halál. Ilyen filmeket gyakran láthatunk főműsoridőben – de ki emlékszik olyan műsorra, amely főműsoridőben a természetes halálról szolt? Az egyik munkatársamat, aki a Napfogyatkozás Egyesületnél dolgozik (ez egy gyászolókat segítő szervezet), meghívták egy rádióműsorba, hogy beszélgesse a gyásról, éjjel 2-től 3-ig. A műsorvezető azzal indokolta ezt az időpontot, hogy főműsoridőben nem lehet sokkolni az embereket ezzel a témával.

Kialakult tehát a halál, a haldoklás, a gyász témájának az erőteljes hárítása. A halál gondolatát – ami a haldoklók kórházba kerülésével kiesett a látókörünkől – már csak a média közvetíti, de az igen sajátos képet rajzol róla.

A médiumokban a haláltematika egyrészt az agresszivitás megélését teszi lehetővé, pl. az akció- vagy horrorfilmek esetében, másrészt egyfajta szentimentalizmusként jelenik meg. Közismert példa ez utóbbira a *Love Story* című film, amelyben a főszereplő szájából hangzik el az a mondat, hogy „aki szeret, annak soha nem kell azt mondania, hogy sajnálom.” Én az utóbbi időben gyakran találkozom gyászolókkal, és ők egyáltalán nem így érzik: sokat gyötrődnek azon, hogy miért nem kértek bocsánatot azért, amivel megbántották a szerettüket, és nagyon fájdalmas számukra, hogy ezt már nem tehetik meg többé. Megjegyzem, ugyanez a színész egy másik filmben a partnerétől hallotta viszont ezt a mondatot, s ott azt válaszolta rá, hogy „ekkora marhaságot meg nem hallottam.”

Valóban: ez egy szépen hangzó közhely, csak éppen nem igaz. Mindaddig, amíg nem kezdünk el a gyással az ilyen szentimentális megközelítéseknel mélyebben foglalkozni, igaznak hihetjük ezt a *Love Story*-ban elhangzott állítást. Mind nagyobb hangsúlyt kapnak életünkben a média közhelyei, s a filmekben, a médiában megjelenített értékek, mint a pénz, a siker, a hatalom a karrier – életünk nagy részét ezeknek a bűvkörében éljük le. A középkori embereket folyamatosan emlékeztette a saját kultúrájuk arra, hogy a halál fényében mindezeknek milyen csekély a jelentőségük, s arra is, hogy melyek az igazi értékek.

Menekülünk tehát a halál gondolata elől – s így aztán nem tudunk vele mit kezdeni, ha mégis szembekerülünk vele. Napjainkban sokan szó szerint belebetegszenek vagy belehalnak a gyászba. Az a szókép, hogy az embernek fájdalmában meghasad a szíve, nem csupán a népdalokban előforduló romantikus kép, hanem valóban, a veszteséget követő első héten

a szívinfarktusok gyakorisága a négyszeresére nő. Ugyanakkor egyéb veszélyek is fenyegetik a gyászolókat. Nagyon sokan öngyilkosságot követnek el, balesetben halnak meg; többen, mint azok, akiknek nem volt ilyen veszteségük. A balesetek gyakorisága nem csak a felfokozott érzelmi állapot, a figyelmetlenség miatt nő meg: több kutató is úgy véli, hogy a halálos balesetek ebben az időszakban gyakran valójában öngyilkosságok. Hasonlóképpen megnő a gyászolók körében a tüdőrák gyakorisága is. Az összefüggés itt is könnyen felismerhető: a gyászolók sokkal többet dohányoznak a feszültségük levezetésére. Jelentősen megnő az alkohollal összefüggő halálozás is, mert az alkoholfogyasztás szintén feszültséglevezető módszer egyesek számára.

Nem tudunk tehát mit kezdeni a gyással, kialakult egy olyan korszak, egy olyan kultúra, amelyben lassan már azt sem tudjuk, hogy mi az, ami természetes vagy normális. Engem pszichiáterként gyakran keresnek fel gyászolók azzal, hogy biztosan valami baj van velük, hiszen már fél éve, hogy meghalt a férjük vagy a feleségük, és még mindig nem jutottak túl a gyáson. Régi idők emberei gyászévről beszéltek, s nem véletlenül. Egy év kell ahhoz, hogy minden egyes évfordulót megélhessünk az elvesztett személy nélkül. Egy karácsonyt, amikor valaki hiányzik közülünk. Egy születésnapot, amikor éppen az ünnepelt nincs jelen, akit felköszönhetnénk. Egy házassági évfordulót, amelyet egyedül kell eltölteni. Amíg mindezeket nem éljük át, addig nem vagyunk képesek a gyászt teljesen feldolgozni. A mai kor, a mai kultúra azonban, amely egyfajta haláhtagadó, gyásztagadó kultúra, azt várja el tőlünk, hogy ezzel az egésszel ne is foglalkozunk; a temetés után a gyászolók már éljenek ugyanolyan életet, mint korábban, menjenek vissza a munkájukhoz stb. A temetés általában a haláleset után néhány

hétben belül megtörténik – ennyi idő alatt képtelenség feldolgozni a gyászt.

Abban az esetben azonban, ha a gyászolók megengedik maguknak a gyással együtt járó érzéseket, akkor a fájdalom mellett meglepő tapasztalatokra is szert tesznek. Azért fontos erről beszélni, mert a halál és a gyász a köztudatban inkább csak rossz, negatív dologként van jelen. Szeretnék most megemlíteni néhány példát arra, hogyan lehetséges a gyász során olyan tapasztalatokra szert tenni, amelyeket utólag az ember pozitív változásként értékel (ez gyakran magukat a gyászolókat is meglepi).

Az egyik ilyen változás a gyászoló értékrendjében történik. Felismeri, hogy nem a pénz, a siker, a hatalom, a karrier a legfontosabbak az életben. Egy gyászoló páciensem így beszélt erről: „Tudja, doktor úr, amikor mi összekeverültünk a férjemmel, rengeteget dolgoztunk azért, hogy végre lehessen egy közös lakásunk. Éjjel-nappal dolgoztunk, hétvégén is alig találkoztunk egymással, s arról álmodoztunk, hogy egyszer majd, ha meglesz mindenünk, boldogok leszünk. Aztán elkészült a házunk, de továbbra is rengeteget dolgoztunk, hogy a kölcsönt törleszteni tudjuk, majd megszületett a gyerek is. Aztán rájöttünk, hogy nem jó a gyereknek egy betondzsungelben felnőni, kellene egy vidéki nyaraló is. Éjjel-nappal dolgoztunk, a férjem állandóan túlórázott, nem engedtünk meg magunknak semmit, mert úgy gondoltuk, még gyűjteni kell a pénzt. Vártuk, hogy majd ha mindenünk meglesz, akkor boldogok lehetünk. Most pedig meghalt a férjem. A nyaralónk még félig sincsen kész. És én azon gondolkodom, hogy miért nem lehettünk boldogok akkor, amikor együtt voltunk. Mindig csak vártuk ezt a boldogságot, mindig azt hittük, hogy ha több pénzünk lesz, akkor boldogabbak leszünk majd.

Most, hogy meghalt a férjem, látom, hogy ez soha nem jött el.”

A másik változás, hogy szorosabbá válhatnak bizonyos kapcsolatok, hiszen a gyász nagyon erőteljesen átrendezi ezeket. Egy édesanya, aki a gyermekét veszítette el, szeretett volna beszélgetni erről a férjével, de a férje azt monda neki, hogy nem szabad a sebeket felszakítani. A feleség ekkor azt kérte tőle, legalább hallgassa őt meg, nem kell mondania semmit, csak hallgassa meg. A férj ezt elfogadta, leült, meghallgatta, és természetesen egy idő után ő is hozzászólt, majd elkezdett beszélni a saját érzéseiről. Ez a nő azt mondta nekem, hogy soha nem voltak még ennyire közel egymáshoz, mint ezekben a beszélgetésekben.

Ugyanez az anya beszélt nekem arról is, hogy mióta meghalt a gyermeke, azóta van tisztában azzal, hogy mi számít igazi problémának. Korábban annyi mindenben felidegesítette magát: azon, hogy milyen volt a munkahelyén a főnöke, hogy mit mondott a kolléganője vagy a boltos és így tovább. Azt mondta, hogy mióta meghalt a gyermeke, tudja, hogy mi az igazi baj az életben, s ma már jelentéktelennek tart sok mindent, amin mások idegeskednek, s ami korábban még őt is bosszantotta.

Új perspektívákat is felfedezhet a gyászoló. A gyász szinte mindent összetör, ami korábban számunkra fontos volt. A gyász időszaka gyakran egyfajta újjászületés az emberek számára, új értékekkel, új gondolkodásmóddal.

Végül, de nem utolsó sorban, a gyász hozadéka lehet a spirituális növekedés is. Olyan kérdésekkel találkozunk ilyenkor, mint hogy van-e élet a halál után, van-e Isten, vajon a bűneink miatt a halálunk után felelősségre vonnak-e minket, hogyan kellene élnünk. Olyan kérdések ezek, amelyeken gyakrabban kellene elgondolkodnunk,

a gyász, a halál közelsége azonban rákényszerít erre bennünket.

A gyász tehát nemcsak veszteség lehet, hanem egyfajta növekedés is. Így válik érthetővé William Blake gondolata: „Gyönyör ejt teherbe, de a szenvedés szül.” Ez a gondolat valójában nem is áll annyira távol tőlünk, mint ahogy első látásra vélnénk, hiszen nagyon sok kultúrát áthat ez az elképzelés. A kereszténységben például Krisztus halála önmagában is egy új korszak kezdetét jelentette, az Ő szenvedése a kereszténység tanításai szerint egyfajta megváltást hozott az embereknek. Buddha számára is igen nagy jelentősége volt a halállal, a mulandósággal való találkozásnak. Sziddhártaként megpróbálták megóvni őt a világ minden szenvedésétől. Később azonban egy istenség megjelent előtte aggyastyánként, beteg emberként, holttestként, majd aszkétaként, és ez megváltoztatta Sziddhárta, a későbbi Buddha gondolkodásmódját. A Kṛṣṇa-tudat is példa arra, hogy mi mindent jelenthet a halál egy más felfogásmódban számunkra: nem csupán szenvedést, hanem spiritualitást is.

Zárásként, ezeknek a gondolatoknak a szintéziséképpen oda jutok vissza, ahonnan elindultam, Polcz Elaine-hez. Utolsó interjújának egyikében Elaine beszélt arról, hogyan viszonyul a mulandósághoz, a halálhoz, az élet értékeihez:

„Ha muszáj lenne újra élni, akkor is így csinálnék mindent. Érdekes volt, szép volt. Én meg vagyok elégedve az életemmel. Szeretem a növényeket, az állatokat, az eget, a vizet, a gyermekeket [...] szeretem megélni [...] a barátságoknak ezer színét. És a művészetek! Gyönyörű a világ és az értékek benne! Ezeknek a szeretete, hogy megkapja az ember azt, hogy tudja ezeket szeretni, az egy nagyon nagy érték. A másik, hogy tudjon adni szeretetet. Tudjon figyelni másokra. [...] Meg az, hogy a munkámnak van értelme, célja,

tudok valamit adni. Óriási érték az, ha valamit megteremtek. Legyen az egy jó ház, jó gazdasággal, állatok, akiket jól gondozok, gyerekek, akiket jól nevelek. Tehát valamit jól csinálni. Ezer ilyen érték van. A lényeg az, hogy örömmel, szeretettel élni, és valamit létrehozni, csinálni, részt venni a teremtésben. Nagyképű, ugye? Az Alkotó azért alkotott minket a saját képére, hogy alkossunk – gondolom én.”

Kérdés: Ön vizsgálta-e, hogy melyik halálfogalom elsajátítása okozza a legnagyobb boldogságot az emberben?

Pilling János: A boldogságkutatás napjainkban nagyon előtérbe került. Az úgynevezett pozitív pszichológia, amely – szemben a korábbi irányzatokkal – nem a problémákra, nehézségekre fókuszál, hanem arra, hogy mi teszi az ember életét nyugodtabbá, harmonikusabbá, nagy figyelmet szentel a boldogságnak. Ezekből a vizsgálatokból is tudható, hogy a boldogságot nagyon sokféle tényező befolyásolja, határozza meg. Ennek következtében nem mondhatom azt, hogy a halálkép, a haláltudat jellege önmagában meghatározhatná, hogy boldogok leszünk-e. Én nem is azt tartom fontosnak, hogy melyik út az, amin elindul valaki, hanem jóval inkább azt, hogy ezen az úton el tud-e jutni valahová. A halálközeli élményt átélt emberekkel találkozva azt láttam, hogy nagyfokú nyitottság alakult ki bennük a legkülönbözőbb gondolkodásmódok iránt. És ez számukra felszabadító, boldog érzés volt. Szinte sugárzott róluk valamiféle nyugalom, derű, békesség és boldogság. Említették, hogy korábban rendkívül ellenségesek voltak azokkal, akik másként gondolkodtak, mint ők. Ez az élmény arra tanította meg őket, hogy sokkal kevesebbet tudunk megismerni és megérteni a

világból, mintsem azt hinnénk. És most már elfogadják mások gondolatait, annak a lehetőségét, hogy a maga módján a másik ember is törekszik az igazságra és a megismerésre. Többek között ez idézett elő számukra valamiféle nyugalmat vagy derűt, hogy most már nem kell folyamtosan azért harcolni a másik emberrel, mert az másként lát dolgokat.

A halálképek különbözőségeit egy olyan tan-történettel tudnám illusztrálni, ami nagy hatással volt rám, amikor megismertem.

Öt vak ember találkozik egy elefánttal, egy olyan állattal, amiről semmit sem tudnak. Mi mást tehetnének, mint hogy megpróbálják kitapogatni, hogy milyen állat az elefánt. Az egyikük megtapogatja az elefánt oldalát, és azt mondja, hogy az elefánt lapos, mint egy fal. Másikuk megfogja az elefánt farkát, és azt mondja, hogy szó sincs róla, az elefánt vékony, mint egy cérna. A harmadik megfogja az elefánt lábát, és azt mondja, hogy mindnyájan tévedtek, az elefánt vaskos, tömör, oszlopszerű. A negyedik megfogja az elefánt fülét, és azt mondja, hogy egyikőtöknek sincs igaza, az elefánt valójában olyan, mint egy lapulevél. Az ötödik megfogja az elefánt ormányát, és azt mondja, hogy az elefánt hosszú, tekerdő, mint egy kígyó.

Ez az öt ember napestig vitatkozhat az igazságról, valószínűleg akkor sem értenének egyet, hiszen nem elméleteket gyártanak, tapasztalataik vannak arról, hogy igazuk van, s ehhez ragaszkodnak. A tapasztalataik viszont annyira különböznek, hogy látszólag semmiben sem érthetnek egyet. Aki azonban valaha is látott elefántot, az tudja, hogy miért nem értik meg egymást. Én így gondolok a különböző halálképekre is.

Kérdés: El kellene magyarázni az embereknek, mit jelent a halál, hogy ne féljenek annyira tőle.

Ha megmagyaráznák nekik, hogy a halál után nem semmisül meg az ember, tovább létezik, ha meg tudnák magyarázni az embereknek, hogy mi a lélek, mit jelent a halál, hogy csak a test marad itt és a lélek el fog távozni, és halhatatlanná válhat, akkor nem félnének az emberek. De azt hiszik, hogy csak ez a kicsi életük van, és az alatt mindent meg akarnak szerezni.

Pilling János: A halálfélelem és a hit kapcsolata valójában nagyon összetett. A kereszténység körében például történtek olyan vizsgálatok, amelyekben azt igyekeztek feltérképezni, hogy azok az emberek, akik hisznek a halál utáni létben, önmagukat vallásosnak tartják, kevésbé, jobban vagy ugyanannyira félnék-e a haláltól, mint mások. A vizsgálati eredmények nagyon ellentmondásosak voltak, aztán később sikerült megtalálni az ellentmondások okát. Vannak, akik külső, extrinzik módon vallásosak, amit a köznyelvben „vasárnapi hívő”-ként emlegetnek, akik elmennek a templomba azért, mert a falu közössége ezt elvárja tőlük, mert ellenkező esetben a lányuk, fiuk egyházi esküvőjével gondok lehetnek, nem keresztelik meg a gyereket stb. Ők hívőnek nevezik magukat egy kérdőíven, mégis jobban félnék a haláltól, mint azok az emberek, akik ateisták. Ez azért van, mert ezek a hívők úgymond „tudják”, hogy van valami a halál után, és félnék ettől, hiszen a túlvilágon akár örök szenvedés is várhat rájuk. Ugyanakkor azoknak, akik intrinzik

módon vallásosak, tehát a hit számukra egy belső, megélt tartalom, amely az életükre, a gondolkodásmódjukra is hatást gyakorol, a halálfélelmük alacsonyabb, hiszen ők megélik a hit ajándékait, az isteni szeretetet és a kegyelmet is.

Ezért kezdtem az előző választ is azzal, hogy számomra jóval inkább az a kérdés, hogy valaki végigjárja-e a választott utat; hiszen út nagyon sokféle létezik. A halálközeli élményt átéltek közül valaki egyszer azt mondta, hogy amikor ebben az állapotban volt, akkor megkérdezte attól a fénylő lénytől, hogy miért van ennyi vallás a világon. Azt a választ kapta, hogy azért, mert az emberek nagyon különbözőek, és nagyon különböző utakon tudnak eljutni ugyanazokhoz az igazságokhoz. Azt mondta ez az ember, hogy később teológusként – merthogy később elvégezte a teológiát – már azon csodálkozott, miért van az, hogy emberek képesek gyilkolni egymást olyan dolgok miatt, mint például hogy mikor van az Úr napja, szombaton vagy vasárnap. Ha megkérdeznék a Jóistent, valószínűleg azt mondaná, hogy ha ez konfliktusforrás, akkor legyen szerdán. Tehát igazából nem az a kérdés számomra, hogy valaki hívő-e vagy sem, hanem hogy mit jelent számára a hite. Megmarad-e a formalításoknál, esetleg a hit az ő számára a másik ember iránti gyűlölet kifejeződése, vagy pedig egy olyan mélyen megélt tapasztalat és bölcsesség, amely már valóban képes csökkenteni a halálfélelmet.





Tóth-Soma László

vallásfilozófus

Tóth-Soma László (Gaura Kṛṣṇa dāsa) (szül. 1967) főiskolai tanár, a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola rektora. A Szegedi Tudományegyetem biológia-kémia szakán végzett, majd pályája a keleti filozófiák és szemléletmód felé fordult. Közel hat évet töltött el Indiában. 1998-tól a kalkuttai Rabindra Bharati Egyetemen hindu vallásfilozófiát és védikus pszichológiát tanult, s ugyanitt 2003-ban filozófia doktorátust (PhD) szerzett. Kutatási területe a hindu illetve vaiṣṇava vallásfilozófia, a védikus személyiségelmélet és a különféle jóga-irányzatok, amelyeket tanítja is a Bhaktivedanta

Hittudományi Főiskolán. Számos könyvet publikált a fenti témákban, ismeretterjesztő filmeket készített, és gyakran tart előadásokat az ország különböző felsőoktatási intézményeiben.

Előadás:

**„Ahogy az ember leveti
elnyűtt ruháit”****A védikus halálalfogás**

Előadó:

Tóth-Soma László**BEVEZETÉS**

A halál témakörét sokféleképpen meg lehet közelíteni. Mást jelent a fiataloknak, az időseknek, a betegeknek, és mást az egészségeseknek. Ugyanígy, az egyes tudományterületek is másképp fogják fel és definiálják ezt a jelenséget. Mielőtt a védikus halálalfogásról szólnék, tekintsük át, hogy a különböző tudományterületek mit mondanak erről a kérdésről, hogyan definiálják a halált, hiszen ez az áttekintés már önmagában is elég tanulságos lehet.

A *biológia tudománya* szerint a halál elsődlegesen biológiai esemény, az a folyamat, amelyben az élő szervezet komplex működése leáll. A biológusok nézőpontjából a halál pillanata után az élőlény ‘passzív módon’ vesz részt az ökoszisztémában.¹

A *magyar jog* definíciója szerint a halál az, amikor a légzés, a keringés és az agyműködés

teljesen megszűnik. A halál pillanata után megindul a test visszafordíthatatlan lebomlása.²

Egy *általános teológiai* definíció szerint a halál a földi élet vége, mely után az egyén az isteni akaratnak megfelelően a másvilágra, egy transzcendentális világba kerül, vagy megsemmisül, vagy egy másik formában születik újjá. Ez egy ökumenikus megfogalmazás.

1. A HALÁL A VÉDIKUS HAGYOMÁNYOKBAN

Mindenki számára nyilvánvaló, hogy a különböző kultúrák – így a védikus hagyományok is – a halál fogalma alatt nem egy egyszeri, pillanatnyi történést értenek, hanem egy viszonylag hosszú, a fogantatásunkkal, illetve a születésünkkel kezdődő folyamatnak tekintik. Az a pillanat, amit a hétköznapi nyelv halálnak nevez, tulajdonképpen csak egy mozzanata az egész eseménysornak.

A védikus irodalom egyik legfontosabb szentírása, a *Bhagavad-gītā* a következő meghatározást adja a halállal kapcsolatban:

*Amint a megtestesült lélek állandóan vándorol ebben a testben a gyermekkortól a serdülőkoron át az öregkorig, a halál pillanatában is egy másik testbe költözik. A józan embert azonban nem téveszti meg az efféle változás.*³

Ez a védikus irodalom egyik nagyon fontos verse, amely szerint az élőlény teste állandóan, folyamatosan változik, egy életen belül gyakorlatilag többször kicserélődik, és amikor letelik az ideje és használhatatlanná válik, elpusztul. Az élőlény

¹ Az *ökoszisztéma* nemzetközileg elfogadott meghatározás szerint nem más, mint az élőlény-társulás (biocönózis) és az élőhely (biotóp) együttese.

² 1997. évi CLIV(154). tv. XI. fej. 202.§

³ Bhaktivedanta 2004: 2.13. vers: *debīno ,smin yathā debe kaumāraṁ yauvanam jarā / tathā debāntara-prāptir dbīras tatra na mubyati //*

képtelen tovább fenntartani a létezését, bekövetkezik a halál, és a benne lakozó lélek egy másik testbe költözik. Amikor ez a testcsere megtörténik, azt halálnak nevezi a védikus irodalom. A testcsere gondolata sokak számára ismert; a reinkarnáció fogalma nemcsak a hindu, hanem számos más világvallás gondolatkörében is megtalálható, például a buddhizmusban, a dzsainizmusban, de a manapság divatos, a nyugati világban elterjedt ezoterikus és spirituális irányzatok is magukévá tették.

Tehát az életünk során, ahogy öregszünk, a testünk automatikusan változik. Senki nem gondolja azt, hogy a tízéves korában birtokolt teste ugyanaz volt, mint amivel jelenleg rendelkezik. Egy hatéves test egészen máshogy néz ki, mint egy nyolcvanéves. Azt hiszem, mindenki megérti, hogy ez két teljesen különböző test. Általában abban is egyetértés uralkodik, hogy a test változása az önvalónktól, a személyiségünkől függetlenül történik. Hiszen mindenki számára biztos, hogy személyiségének kontinuitása az élete során soha nem szakad meg, nem változik. Legfeljebb kiegészül az érzelem- és gondolatvilágunk gazdagodása, az értékrendünk változása révén, de mi magunk igazából nem változunk meg, az én-érzésünk, az önvalónk változatlan marad.



1. Lélekvándorlás és a testek cseréje

Ez a fogantatásunk pillanatával kezdődő testcsere elég egyszerű folyamat. A fiatalkori test megöregszik, s a halál pillanatában egy újabb, párhuzamosan végbemenő fogantatással másik testet kapunk. Az életünk során történő testcseréhez képest a halálunk pillanatában lezajló testcsere nemcsak jobban észrevehető, hanem sokkal drasztikusabb is. Miért? Azért, mert a halál pillanatában hátra kell hagynunk azt a testet, amelyhez az életünk során érzelmek, ragaszkodások, élmények, kapcsolatok fűződtek. Ez igen erős, mélyreható változás, mindenkit mélyen megérint, a hozzátartozókat és saját magunkat is.

A lélek, az eredeti énünk a védikus felfogás szerint nem változik. Hozzá kell tenni, hogy a lélekvándorlás, a testek cseréje nem csak egy életen belül történik, és nem csak az egyik emberi létformából egy másik emberi létformába való vándorlás során; lehetséges az is, hogy a lélek, az önvaló különböző alacsonyabb rendű fajok testeit felvéve vándorol, és a *karma*, a lélekvándorlás törvénye alapján egyre magasabb helyzetbe kerülve éri el végül az emberi létformát. A védikus irodalom mindezt a lélek halhatatlan és örök természetével magyarázza:

*A lélek nem ismer sem születést, sem halált. Soba nem keletkezett, nem most jön létre, és a jövőben sem fog megszületni. Születetlen, örök-kévaló, mindig létező és ősi, s ha a testet meg is ölik, ő akkor sem pusztul el.*⁴

A védikus irodalom halál-felfogásának alapját két gondolat képezi. Az egyik az, hogy az élőlény örök,

⁴ Bhaktivedanta 2004: 2.20. vers: *na jāyate mriyate vā kadācin nāyam bhūtvā bhavitā vā na bhūyaḥ / ajo nityaḥ śāśvato 'yam purāṇo na banyate banyamāne śarīre //*

a másik pedig, hogy az örök élőlény nem azonos az anyagi testével. Ez a kijelentés teljesen más perspektívába helyezi az élet és a halál fogalmát. Ha valaki ezt nem érti meg teljes egészében, vagy más a világnézete, a világképe, akkor nagyon könnyen előfordulhat, hogy az életet, a személyiséget, az ént, az érzelmeket, a boldogságot, a szenvedést, tehát saját magát az anyagi testével és az azzal kapcsolatos dolgokkal véli azonosnak. Ennek az erős testi önazonosításnak – ami civilizációktól, kultúráktól független jellemzője mai világunknak – a jelei nagyon jól megfigyelhetők például a temetkezési szokásokban. Gondoljunk csak a mumifikációt használó kultúrákra, például az egyiptomira. A mumifikáció fő célja megőrizni az anyagi testet, lehetőleg olyanak, amilyen az életében volt, feltételezve, hogy ennek a testnek nemcsak az életben, hanem a halál után is jelentősége van az egyén sorsa szempontjából. Ezért szép ruhákba öltöztetik, ékszerekkel, élelemmel háziállatokkal, fegyverekkel látják el.



2. Egyiptomi múmiák



3. Múmiák, ellátva a túlvilági élethez szükséges kellékekkel (rubázat, élelem, edények stb.)

Védikus értelemben véve azonban az örök élőlénynek nincsen köze ehhez a felöltöztetett s megőrzött anyagi testhez. A test csak egy ruha, amit az élőlény levett, ha már elhasználódott, s már nem felel meg a céljainak. Ismételten a *Bhagavad-gītā*t idézve a következőket olvashatjuk:

Abogy az ember leveti elnyűtt ruháit, s újakat ölt magára, úgy adja fel a lélek is az öreg és hasznavehetetlen testeket, hogy újakat fogadjon el helyükbe.⁵

Fontos megérteni, hogy a halál pillanatában – ugyanúgy, ahogy a ruhát levettük – a test elvesztése mellett annak szépsége, tulajdonai, barátai, elért eredményei mind itt maradnak, ebben a világban. A védikus felfogásnak ez az oldala komornak tűnhet, ugyanakkor itt a halál nemcsak befejezést jelent, hanem egyúttal a kezdetét is valami újnak, egy lehetőségekkel teli következő életnek.

⁵ Bhaktivedanta 2004: 2.22. vers: *vāsāṁsi jirṇāni yathā vibhāya navāni grbṇāti naro ,parāṇi / tatbā śarīrāni vibhāya jirṇāny anyāni saṁyāti navāni dehi //*

Felmerülhet a kérdés, hogy mi határozza meg ennek az új testnek a minőségét, valamint azt, hogy milyen élethelyzetbe kerülünk a következő születésünkben? A hindu hagyományok úgy tartják, hogy mindezt az ember jelenlegi tettei és gondolatai határozzák meg. A gondolatok hatnak a cselekedetekre, a cselekedetek a gondolatokra, és eldöntik az ember sorsát ebben az életben, de a halál utáni életben is. A gondolatok és érzelmek közül azok a legfontosabbak, amelyeket az ember a halála pillanatában tapasztal meg. A *Bhagavad-gītā* ezt mondja:

*Amilyen létállapotra emlékezik az ember teste elhagyásakor, azt éri majd el kétségtelenül.*⁶

Ez a kijelentés rávilágít a védikus halálelfogásra, illetve a halál törvényszerűségére. A *karma* törvénye értelmében a halál pillanatában jellemző tudatállapot határozza meg, hogy az ember milyen irányban halad tovább.



4. Az embert élete során számtalan gondolat és cél vezeti

⁶ Bhaktivedanta 2004: 8.6. vers: *yam yam vāpi smaran bhāvān tyajaty ante kalevaram / tan tam evaiti kaunteya sadā tad-bhāva-bhāvitaḥ //*

Igen ám, de ha a lélek az igazán fontos, akkor mi a szerepe a testnek? Mi a célja, mi a feladata? A védikus irodalom elmondja, hogy ez a test tulajdonképpen csak egy eszköz, ami – ha megfelelően használjuk – a megvilágosodás, a felszabadulás, a halál nélküli létezés eszközévé válhat. Ugyanakkor ha nem megfelelően használjuk – a Védák szerint ez a testtel való azonosulást jelenti –, akkor általa elfelejtjük eredeti lelki, transzcendentális természetünket, örök mivoltunkat. A védikus filozófia ehhez a feledékenységhöz (az elfelejtett lelki tudáshoz) kapcsolja az ember haláltapasztalatát és a halálfélelem érzését: a tudatlanság az, ami miatt megtapasztaljuk a halált és ami miatt félünk tőle.

A tudatlanságot Patañjali, a jóga-hagyományok egyik legjelesebb képviselője a védikus irodalom kijelentései alapján így határozza meg:

*Amikor örökrekel véljük azt, ami ideiglenes, tisztának látjuk azt, ami tisztátalan, boldogságot találunk abban, ami szenvedéssel teli, amikor önmagunkként tekintünk arra, ami nem mi vagyunk.*⁷

2. A TESTET ÖLTÖTT ÉLŐLÉNY SPIRITUÁLIS ANATÓMIÁJA

A halál fogalmának jobb megértése érdekében most tekintsük át, hogy mit mond a védikus irodalom a testet öltött élőlény spirituális anatómiájáról. Ez feltétlenül szükséges ahhoz, hogy a halál védikus felfogását jobban megértsük. Az ember valódi énjét, személyiségének alapját az úgynevezett önvaló, a lélek képezi, amelynek konkrét tulajdonságai vannak, s amely egyéni

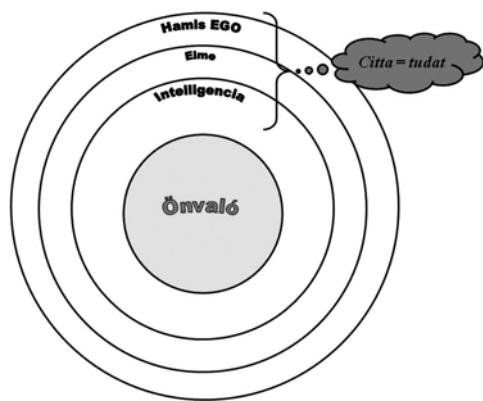
⁷ Chapple C. és Viraj Y. A. 1990: 2.3–5. vers: *anityāśuci-duḥkḥānātmasu nitya-śuci-sukḥātma-khyātir avidyā*

jellemzőkkel bír. Az ‘önvaló’ vagy ‘lélek’ kifejezés a valódi énünkre utal, amelyről a védikus írások azt mondják, hogy anyagtalan, állandó, elpusztíthatatlan és örök. Az önvaló, a lélek a tudatos létezés alapegysége, a tudat forrása bármiféle megnyilvánulásban. A lélek a saját tudata révén beragyogja az általa elfoglalt testet és annak környezetét is. Ez a lélek eredetileg örök, transzcendentális, teljes tudással rendelkezik és mindig boldog. Ha ezen a kijelentésen elmélkedünk egy keveset, akkor megértjük, miért van az, hogy a testet öltött élőlény soha nem elégedett, legyen bármennyire kedvező helyzetben is. Mindig olyan állapotba szeretne kerülni, ahol lehetőleg örökké él, vagy legalább meghosszabbíthatja az életét, amennyire csak lehetséges. Mindig kutat, keresi, áhítja a tudást. Nincs olyan ember, aki ne próbálna mindig több és több információt és tudást szerezni a boldogulása érdekében, és ne próbálna a boldogságra törekedni. Ebben az életében mindenki a boldogságot keresi. Van, aki megtalálja, van, aki nem, de mindenkinek ez a motivációja, mert ez a lélek eredeti tulajdonsága. A test tulajdonképpen nem más, mint a lélek eszköze: egyrészt a környezetének az érzékelésére, másrészt arra, hogy felfedezhesse vele eredeti énjét, önvalóját, amelyet a fizikai test teljesen elfed.

Érdekes, hogy az anyagi testről alkotott védikus felfogás jóval túlmutat a 21. század emberének elképzelésén, melyet még a tudományok is a magukévá tettek. A védikus írások szerint az önvalót a durva, látható anyagi testen belül az anyagi testnek egy másik, finomabb alkotóeleme fedi be, a finomfizikai test, amely három részből áll: az *intelligenciából*, az *elméből* és a *hamis egóból* vagy hamis én-érzetből. Ezek alkotják a finomfizikai testet, más néven asztráltestet vagy mentális testet. Ezeket a védikus írások ugyanúgy az anyagi test részeinek tekintik, mint annak

látható részét. Ez a finomfizikai test felelős az ember pszichikai megnyilvánulásaiért, s három alkotórésze belső érzékszervként funkcionál, a külső érzékszervek mellett. Érdekeségük, hogy nemcsak a jelennek, hanem a múltnak és a jövőnek az érzéktárgyait is érzékelik. Hogyan lehetséges ez? Úgy, hogy a múltra visszaemlékeznek, a jelenben feldolgozzák a külső érzékek tapasztalatait, a jövőt illetően pedig előrevetítik a tapasztalandó tárgyakat és érzéseket.

A belső érzékszervekkel, tehát a mentális testünkkel szemben a durva fizikai testünk és a durva érzékeink alárendelt helyzetben vannak. Az elme, az intelligencia és a hamis ego együtt alkotja az élőlény anyagi tudatát (*citta*), amely által kapcsolatban állunk a külvilággal, amelyen keresztül látunk, érzékelünk, tapasztalunk, értékelünk mindent, s amelyen keresztül látjuk saját magunkat, sőt értékeljük még a saját halálunkat is.



5. Az *elme*, az *intelligencia* és a *hamis ego* által „befedett” önvaló

A finomfizikai test hátrészének az önvalóhoz, illetve a testhez való viszonyát a *Kaṭha-upaniṣad* (1.3.3-4) így írja le:

Az egyéni lélek az anyagi test szekerének utasa, az értelem pedig a hajtó. Az elme a gyeplő, az érzékek pedig a lovak. Ily módon örvend vagy szenved a lélek az elme és az érzékek társaságában – ez a nagy gondolkodók véleménye.⁸

Ez az ősi modell bemutatja a finomfizikai test rétegeinek, az önvalónak és az anyagi testnek a hierarchiáját. Más védikus szentírások is kiemelik azt, hogy ebben a hierarchiában az elme (a gyeplő) magasabb rendű helyzetben van, mint az érzékek, hiszen az elme irányítja az érzékeket. Az intelligencia pedig irányítja az elmét és ezáltal az érzékeket is. De az elsődleges mozgatórugója ennek az egész rendszernek az önvaló, a lélek, aki az anyagi test szekerének utasaként élvezi vagy elszenvedi az anyagi testtel történő dolgokat. Tehát normális esetben a test, az elme, az intelligencia és az ego az önvalónak, a léleknek van alárendelve.



6. Az anyagi test szekere

⁸ Idézi: Bhaktivedanta 2004: 6.34. vers magyarázatában: *ātmanāṁ rathināṁ viddhi śarīrāṁ ratham eva ca/ buddhiṁ tu sārathīm viddhi manāḥ pragraham eva ca// indriyāṇi hayān ābur viṣayāṁś teṣu go-carān/ ātmendriya-mano-yuktāni bhoktṛy ābur manīṣiṇaḥ//*

Vannak azonban olyan esetek, amikor ez a hierarchia felbomlik, és általában a legtöbb feltevésekhez kötött, e világban testet öltött élőlény ebben a helyzetben van, mivel az intelligenciája nem megfelelően képzett. Ez persze nem anyagi műveltséget jelent, hanem azt, hogy az ember hiteles információval rendelkezik az önvalóról, a lélekről, a lélek halhatatlan természetéről, és ennek a tudásnak a birtokában szabályozza az elméjét és kontrollálja az érzékeit, vagyis végső soron az egész sorsát.

Szeretne-e bármelyikünk is egy olyan szekér utasa lenni, amelyen nincsen szekérhajtó, csak a megvadult lovak húzzák, vagy esetleg egy olyanak, amelyen a szekérhajtó „illuminált” állapotban van? Gondolom, a válasz egyértelmű: nem. A védikus íráskor véleménye az, hogy az önvalóról, a lélek halhatatlanságáról szóló információ nélkül az élőlény ebben a testben olyan, mint a vad lovak által húzott vagy a részeg kocsihajtó által irányított szekér utasa.

Tekintsük most át, hogy a finomfizikai testnek ez a három rétege, amely létrehozta az anyagi tudatot, milyen tulajdonságokkal rendelkezik.

Az *elme* (*manas*) irányítja az érzékeket, és összehangolja az érzékszervek működését. Az elme az a belső érzékszervünk, amely az örömet és a fájdalmat tapasztalja, valamint mérlegeli, hogy mit javasoljon az intelligenciának elfogadásra akkor, amikor az érzékszervek az érzéktárgyakkal találkoznak. Az elme részt vesz a gondolkodásban, érez és akar. A védikus szentírások az elme működéséhez sorolják az idő, a tér és a távolság relatív érzékelését is. Mindenki számára ismerős tapasztalat, hogy egy ötvenperces előadás, ha érdekes, rövidnek tűnik, viszont ha unalmas, akkor hosszúnak érezzük. Az elme az, ami relatív módon értékeli, és hosszúnak vagy rövidnek ítéli ugyanazt az eseményt.

A finomfizikai test másik összetevője az intelligencia vagy *buddhi*. Az intelligencia irányítja az elmét és az érzékeket. Megkülönböztető-képessége révén segít meghatározni az érzéktárgyak természetét. Ő is mérlegel, ugyanúgy, mint az elme. Az elme által javasolt információkat elfogadja vagy elutasítja, funkciója pedig a kételkedés. Az intelligencia állapota befolyásolja, hogy tévesen vagy éppen helyesen észlelünk-e dolgokat, ezért fontos a megfelelően képzett intelligencia, még a hétköznapiakban is. Az intelligencia funkciója ezeken felül a memória és az alvás.

A tudatot kialakító finomfizikai test harmadik része a hamis ego vagy *ahankāra*. E szanszkrit kifejezés azt jelenti, hogy ‘én-készítés’. Olyan énképre utal, amely eltér a természetestől, az eredetitől, olyan, amit saját magunk alakítottunk ki, mesterségesen magunkra erőltettünk, vagy a környezetünk erőltetett ránk. Ezt minden ember tapasztalja. Az élőlény tudata által létrehozott képről van szó, amire az ‘én’ és az ‘enyém’ egoista felfogás a jellemző. A hamis ego az önvalótól független, s a fizikai testtel kapcsolatos célokat tűz ki az élőlény számára. Ha a hamis ego túlságosan hamis, akkor rendkívül nagy spirituális – és bizonyos tekintetben anyagi – vakságot tud eredményezni, és sokszor zavarodottságot szül. A finomfizikai test e három rétege alkotja tehát a jelenleg tapasztalható tudatunkat.

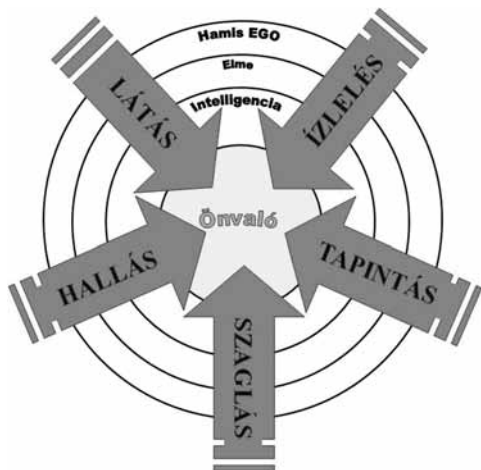
3. A TEST ELHAGYÁSA, A HALÁL

Tekintsük át, hogy mit mondanak a védikus írások a test elhagyásának folyamatáról, vagyis a halálról. A védikus irodalom szerint a halál pillanatában az élőlény, a lélek a finomfizikai testével együtt hagyja el a tapasztalható, érzékszerveinkkel tapasztalható durvafizikai testet. Magával viszi a

finomfizikai teste által tárolt információkat és az életében kialakított, az eredetitől általában eltérő önazonosságát. Ennek köszönhető az, hogy a teste elhagyása után az élőlény többnyire változatlanul megtartja a halála pillanatát megelőző tudatállapotát. Ezt egy egész élet alatt alakította ki, így a halála pillanatában csak minimálisan változhat meg. Talán kissé kitágul a durvafizikai testétől megszabadult élőlény tudata, hiszen ekkor már a finomfizikai testen keresztül érzékeli a vele történő dolgokat. Erre elég sok, a halálközeli élményből visszatért ember beszámolója utal: a haláluk pillanata után ugyanúgy gondolkodnak, mint előtte, legfeljebb csodálkoznak a velük történt dolgokon. A finomfizikai test egy ideig még azt a formát is megőrzi, amelyet a durvafizikai testben hordott az élőlény. Könnyű belátni, hogy a tudatunk az, ami meghatározza, hogyan éljük meg a saját halálunkat. A tudatunkon, a finomfizikai testünk szűrőjén keresztül értékeljük a velünk történeteket és látjuk a külvilágot.

Tekintsük át, hogy a tudat mennyire fontos szerepet játszik a halál megélésében és megértésében. Ha az életünk során a felénk érkező információáradat, amelyet magunkhoz engedünk a környezetünkől az érzékszerveken keresztül, kizárólag a testünkkel és a külvilággal való kapcsolatunkat közvetíti felénk, csak erről szól, valamint az ebből az érzéktapasztalásból meríthető élményeket, boldogságot fogadjuk el életünk egyedüli értelmeként, akkor nagy esélyünk van arra, hogy az önvalónkat, az énünket is a fizikai testtel fogjuk azonosítani. Ezt hívják testtudatnak, testi önazonosításnak. A hallás, látás, ízlelés, tapintás és szaglás folyamatán keresztül rengeteg információt nyerünk, azonban ha nincs más információnk magunkról, csak ezek, akkor azonosítani fogjuk magunkat az anyagi testünkkel.

Ebben az esetben a tudatunk kizárólag az anyagi világ síkján mozog.

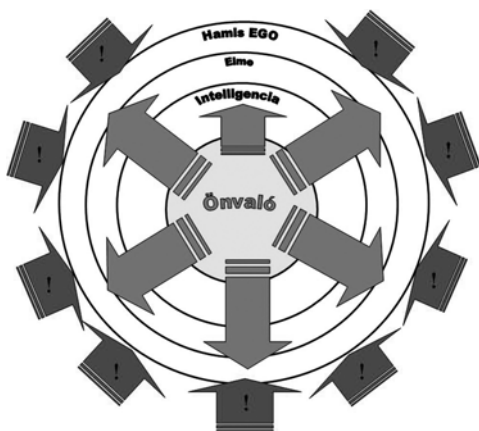


7. A testtudat létrejötte és anatómiája

Erős testtudattal rendelkezve nem is gondolunk azon, hogy létezik egy transzcendentális, nem anyagi léte is az élőlénynek. Elképzelni sem tudjuk, hogy létünknek egy olyan dimenziója is van, amely nem kötött ehhez a fizikai testhez, ehhez a fizikai világhoz. Így aztán a testtudattal kapcsolatos különböző megjelöléseket, önazonosításokat fogjuk alkalmazni saját magunkra. Például, a hölgyek kövérnek vagy soványnak gondolják magukat, a testük külseje, annak minősége alapján. Mások a test cselekedetei alapján sportolónak vagy kertésznek vallják magukat. Jobb- vagy éppen baloldali az, aki valamilyen ideológiával azonosul. A testtudatunk nagymértékben meghatározza azt, hogy mit gondolunk magunkról.

Egy nyugat-európai klinikán dolgozó pszichiáter kollégám, aki skizofrén betegekkel foglalkozik,

csoportterápiát tartott, ahol a lélekvándorlás, a reinkarnáció volt a téma. Arról beszélgettek, hogy ezek a skizofrén betegek, ha újrakezdhetnék az életüket egy másik testben, ha újból megszülethetnének, hogyan képzelik el az életüket. Nagyon sok vélemény elhangzott, majd az egyikük felállt, és azt mondta nagyon komolyan: *ha a reinkarnációnak köszönhetően újrakezdhetném az életemet, akkor egy másik klinikán szeretnék skizofrén beteg lenni, mert ott jobbak a körülmények.* Ez ugyan elég extrém példa, de körülbelül ebben a cipőben járunk mi is. Nem tudjuk önmagunkat a fizikai létünkötől függetlenül szemlélni. Pedig ha a tudat a külvilág ingerei mellett az önvalóról szóló tudásban és egy lelki folyamat általi képzésben is részesül, akkor képes az ember lelki perspektívában szemlélni magát. Akkor is ugyanúgy megvan a kommunikáció, a kapcsolat a külvilággal, de fejlett lelki intelligenciája révén az élőlény nem azonosítja magát az anyagi testével, hanem a tudatát kizárólag az önvalóról szóló tudás hatja át, és így tökéletes lelki önazonosítással élhet.



8. A lelki tudat kialakulása és anatómiája

Ebben a tökéletes lelki tudatban, felszabadult állapotban a lélek a halál pillanatában a finomfizikai testétől is megválik. Ez számára egy nagyon fontos paradigmaváltás. Ekkor az önvalója teljesen tisztán ragyog, és már nem kell újra megszületnie ebben a világban, hanem eredeti lelki helyzetébe kerül vissza, amely a fizikai dimenzión túli szféra. A védikus írások szerint ez a lelki világ, a lélek eredeti otthona.

Ezt a tökéletes lelki tudatot, amelyet Patañjali is említ *yoga-sūtraiban*, négy fontos eszközzel lehet elérni. Az első a *lemondás*, amely az érzékek szabályozását, az érzékek urává válást jelenti. A lemondás gyakorlása által az ember megtanulja, hogy ne az érzékei diktálják számára, hogy mit tegyen és mit ne, hanem ő mondja meg az érzékszerveinek, hogy mi a feladatuk. A második az *önvalóról szóló lelki tudás*. A harmadik, ami minden teológiának a lényege, *Isten szeretetteljes szolgálata*, a negyedik pedig *Isten szent neveinek az éneklése*. A hangsúly az utolsó kettőn van: a védikus irodalom szerint a tudat tökéletesen lelkivé válása azáltal történik meg, ha valaki Isten felé fordul, és elkezd valamilyen szolgálatot végezni a számára, mivel ez a lélek eredeti, természetes helyzetének megfelelő tevékenység.

A halál élménye tehát a testtel azonosuló tudat számára az anyagi sors játékszereként való végleges elmúlás érzését jelenti, amelyet a végső kétségbeesés, vagy jobb esetben a belenyugvás jellemez. Ezzel szemben az önvalóval azonosuló tudat a halál megtapasztalása során egy elbomló, önmagáról lefoszló ruhaként látja a testét, tudatilag elszakad tőle, s csupán passzív szemlélője az eseményeknek. A testet elhagyó lélek hirtelen az eredeti lelki testében és abban a dimenzióban találja magát, ahonnan valójában származik. Ez az ő eredeti, örök otthona. A halál az ő számára

nem a végső elmúlás, hanem egy transzcendentális lét kezdete.

Végül meg kell jegyeznem, hogy a védikus filozófia és pszichológia a halál kérdésével nem csupán a nyugodt halál élményének az elérése miatt foglalkozik, hanem jóval túlmutat ezen. A védikus irodalom lényege és célja, hogy felelevenítse az embernek Istennel való kapcsolatát.

Kérdés: Mi történik azzal az emberrel, aki a halál pillanatában kómában van vagy nincs tudatánál?

Tóth Soma László: Erre azért nem tudok válaszolni, mert kóma és kóma között is van különbség. Előfordul, hogy a lélek még jelen van az anyagi testben, és előfordul olyan is, hogy mesterségesen tartanak életben egy testet, annak ellenére, hogy a lélek már elhagyta azt. Ha a finomfizikai testben lévő lélek ragaszkodik ahhoz a testhez, akkor szellem-létformában ott marad a környéken. Ez egy olyan lélek, amelyik nem tudta hátrahagyni az anyagi testét és egy új testet elfogadni. Ez a lélek arra van kárhoztatva, hogy a finomfizikai teste ebben a szellem-állapotban „lebegjen” a test körül.

Felhasznált irodalom

Bhaktivedanta, Swami Prabhupāda A. C. 2004: *A Bhagavad-gītā úgy, ahogy van*. Stockholm, Bhaktivedanta Book Trust.

Chapple C. és Viraj Y. A. 1990: *The Yoga Sutras of Patanjali*. Delhi, Sri Satguru Publications.

Fotó: Burger Barna



Nádas Péter író

Nádas Péter Budapesten született 1942-ben. Foglalkozása fényképész, újságíró, majd 1969-től szabadfoglalkozású író. 1972-ben a Humboldt Egyetem ösztöndíjasa, 1980-ban a Győri Kisfaludy Színház lektora, 1981 januárjától 1982 februárjáig DAAD ösztöndíjas Nyugat-Berlinben. 1989 és 1990 között a Magyar Napló állandó munkatársa. 1984-től a Zala megyei Gombosszegen él. Főbb művei: A biblia (1967), Egy családregegy vége (1977), Emlékiratok könyve (1986), Az égi és a földi szerelemről (1991), Saját halál (2004), Párhuzamos történetek 1–3. (2005). 1985 tavaszán József Attila-díjjal tüntetik ki. Emlékiratok könyvéért 1986-ban megkapja az Örley-

díjat és Az Év Könyve Jutalmat. 1988-ban Déry Tibor-jutalmat kap, 1990-ben Krúdy-díjban részesül. 1992. március 15-én megkapja a Kossuth-díjat, majd Bécsben, május 5-én átveszi az Österreichischer Staatspreis für Europäische Literatur kitüntetést. A Széchenyi Irodalmi és Művészeti Akadémia tagjává választják. 1995. március 24-én Lipcsében átveszi a Leipziger Buchpreis für Europäische Verständigung kitüntetést. 1998-ban megkapja a Szlovén Írószövetség Vilenica-díját. Ugyanebben az évben az Emlékiratok könyve megkapja Franciaországban az év legjobb idegen nyelvű könyvének járó díjat (Le Meilleur Livre Étranger, 1998). Az 1999-es Frankfurter Könyvvásárra a Rowohltsche Taschenbuch-sorozatában (rororo) 8 kötetben megjelenteti Nádas Péter válogatott műveit. 1999-ben Nagy Imre-emlékplakettet kap, 2001-ben neki ítélik a Soros-nagydíjat. 60. születésnapját több magyarországi és németországi irodalmi fórum megünnepeli. 2003 őszén Prágában átveszi a Franz Kafka-díjat. 2006-tól a Berlini Művészeti Akadémia tagja.

1993. április 28-án infarkttal a budapesti Szent János Kórházba szállítják, ahol reanimálják. Két nap múlva átszállítják az Ér- és Szívsebészeti Klinikára, ahol május 3-án koszorúér angioplasztikai beavatkozást végeznek, s ezt december 13-án megismétlik. 1994 októberében egy hónapig egy München melletti klinikán gyógykezelik. Halálközeli élményét 2004-ben, Saját halál című könyvében írja meg.

Előadás:

Saját halál – élmény és értelmezés

Előadó:

Nádas Péter

A halálról a leghitelesebb előadást az tarthatná, aki tényleg meghalt, de visszajött, hogy elmesélje nekünk az élményét. Amiről én be tudok számolni, azt a medicina nyelvén klinikai halálnak, halálközeli állapotnak, küszöb-élménynek nevezik. Ez egy olyan állapot, amelyből orvosi intervenció segítségével még lehetséges a vizszatérés. A szív leállt, nem üt többé, a lélegzés leállt, de az agyhalál még nem állt be. Maga az intervenció tulajdonképpen egy igen primitív eljárás, némi szaktudás és némi lélekjelenlét kell hozzá. Mivel a kórházakban immár rutinművet, az utóbbi időben az egész világon megnőtt a klinikai halálból visszahozottak száma. Maga a jelenség, amelyről *Saját halál* címmel írtam egy könyvet, s aztán egy interjúkötet első fejezetében is alaposabban beszámoltam róla, mindössze három és fél percig tartott. Mindaz, ami e három és fél perc alatt élményszerűen lezajlott, ugyanakkor nagyban eltér mindattól, amit normálisnak vagy köznapinak gondolkodással követhetőnek nevezhetünk. Igaz, nem tapasztaltam túlviláginak nevezhető dolgokat, de néhány racionálisan megmagyarázhatatlant igen. Ezek a dolgok nem azért megmagyarázhatatlanok,

mert esetleg megfelelnek azoknak a szimbolikus elképzeléseknek, amelyeket a vallások, a vallásos ideológiák vagy a belőlük származó kulturális hagyományok ápolnak, hanem azért – s ez nagyon érdekes jellegzetesség –, mert az élmény egy nyelv előtti, illetve nyelv utáni állapotba emel. S így aztán a reanimáltak abba a nehéz helyzetbe kerülnek, hogy nemigen tudják kifejezni, hogy mi is történt velük, nincsen, nem lehet hozzá nyelvük. Ha az ember szimbólumokat keres a kifejezéshez, akkor a kulturális szimbólumtárban természetesen megtalálja. Ezek részben vallási, részben ideológiai tárgyak vagy szimbólumok. De ha hűséges akar lenni a saját élményéhez, akkor nagyon nehéz dolga van. Olyan nyelv előtti vagy nyelv utáni élményről kell beszámolnia, amely a nyelveliséget nem ismeri, ez az élmény egyik centruma. De a testi érzetet sem ismeri, ez az élmény második centruma. A klinikai halál pillanatában megszűnik a testi érzékelés, de ettől még nem vész el sem a test tudata, sem a testi érzékelés által megszerzett korábbi emlékkélmény. A testen kívüliség normális életfunkcióink közepette is visszatérő, állandó érzetünk, sőt, a nyomasztó testi érzetektől, a test túlhatalmától bizonyos vallási gyakorlatok igyekeznek is bennünket megszabadítani, de ez csak korlátozottan vagy csak kiválasztott személyek esetében sikerül. E két dolog, a nyelveliség és a testiség hiánya miatt igen nehéz a halálközeli élményről beszámolni. Hogy mondandómat helyesen tudják értékelni, részletesen ismertetni fogom a körülményeket, és csak röviden beszélek majd magáról az élményről.

Az élménynek egészen pontos dátuma van: 1993. április 28., este fél tíz körül. Az ember meghalhat spontán, és meghalhat úgy is, hogy az orvosok meg akarják menteni az életét. Én ebbe a második kategóriába tartozom.

Délután infarktust kaptam, az infarktus összes ismertetőjegyével. Mi történik ilyenkor? Légszomj áll be, ami nem azt jelenti, hogy az ember nem kap levegőt, hanem azt, hogy nem jut oxigén a szívébe, a szívizomzatához, mert a szívkoszorúér bizonyos ágai el vannak tömődve. A szívizomzat oxigénfelvétele elégtelen. Annak érdekében, hogy a koszorúerekben a véráramlást megindítsák, egy streptáz nevű gyógyszert adagolnak, amely bizonyos esetekben, a betegek egy bizonyos százaléknál úgynevezett allergiás sokkot vált ki. Az allergiás sokk miatt leáll a sinustest működése. A sinuscsomó adja meg életünk ritmusát. Egyrészt az örök ritmusát, másrészt a speciális, egyéni ritmusát. De ebben az esetben még mindig fennáll a lehetőség, hogy egy elektromos ütés vagy a szívmasszázs segítségével újraindítsák a szívet. Ha bizonyos időhatáron túl ez nem sikerül, akkor az agy – mivel nagyon oxigénigényes – súlyosan károsodik. Ez az egyik fontos körülmény. A másik, hogy milyen előképzettséggel, milyen tudattal, milyen tudattartalommal kerül az ember a kilinikai halál állapotába. Most tehát speciálisan az én élményemről van szó, aki ezen a napon, ebben az órában meghaltam, és a tudatomban vittem magammal egy halálra vonatkozó ismeretanyagot, mégpedig jóval korábról.

A 70-es évek elején, Polcz Elaine gyermekpszichológus, a thanatológia legjobb magyar ismerője és művelője, a II. számú (Tűzoltó utcai) Gyermekklinika leukémiás gyerekekkel kezdett foglalkozni. A betegség akkoriban még nem volt gyógyítható. Az a feladat hárult rá, hogy a beteg gyerekeket és családjukat elkísérje a halálhoz vezető úton. Az esetek többségében a családok felbomlottak vagy a felbomlás szélére kerültek, mert nagyon nagy volt rajtuk a nyomás. Elaine a pszichodiagnosztikai osztály – talán így hívták, már nem emlékszem pontosan – vezetője volt, s

ő is nagyon nagy nyomás alatt állt. Emberpróbáló volt a feladata, s valakivel meg akarta osztani. A férjével, Mészöly Miklóssal közösen béreltünk egy házat Kisorosziban, s a hétvégeken, amikor Elaine is jött, Miklós nem akarta vele megbeszélni ezeket a problémákat. Elrémisztette a gyerekek halála. Engem viszont nem rémisztett meg, sőt kifejezetten érdekelt a téma, és képes voltam empátikusan viszonyulni Elaine gondjaihoz. Így aztán mi ketten belemélyedtünk ebbe a problematikába, megismertem a halál és meghalás kultúrájának akkoriban létező irodalmát. Azokban az években jelentek meg Elisabeth Kübler-Ross svájci–amerikai pszichológus első munkái, s ekkoriban láttak nyilvánosságot először a reanimáltak, a reszuscitáltak jelentései, amelyekben különböző emberek elmondták, hogy mit éltek át a kilinikai halál állapotában. Többnyire pozitív élményeik voltak. Néhányan azonban negatív élményről számoltak be. A visszahozott öngyilkosok valamennyien negatív élményként éltek át a halálukat, ami nagyon furcsa, hiszen az élettani folyamat ugyanaz mindenkinél. Az öngyilkosokon kívül az erőszakos halált halók is negatív élményről számoltak be, de abban még talán van valami érthető. 1993-ban, amikor a kilinikai halál állapotába kerültem, így aztán birtokában voltam ennek az ismeretanyagnak is. Azt is hozzá kell tennem, hogy életem különböző szakaszaiban eltérő viszonyom volt a vallásokhoz. Kora gyermekkoromban, annak ellenére, hogy kemény ateista nevelésben részesültem, istenhívő voltam. Ez nagy lelkiismereti problémát okozott, hiszen a szüleim ellenében voltam istenhívő, akiket nagyon szerettem, és nem gondoltam, hogy bármi rosszat akarnának nekem az ateizmusukkal. A hitem aztán a későbbi életem során elmélyült, és egy meghatározott protestáns egyház – amelynek a keresztségével

rendelkezem – közösségéhez vezetett. Amikor a halálközeli élmény ért, már sem fizikailag, sem lelkileg nem tartoztam ehhez az egyházhoz, illetve semmiféle egyházi közösséghez, de megmaradt egyfajta istenhit, amely semmilyen vallással nem egyeztethető össze. Ezek a körülmények jellemzik tehát azt az embert – engem –, aki a halálközeli élményben részesült.

Hogy hány szakaszból áll maga az élmény vagy állapot, az geometrikusan fölrajzolható. Ez a geometria mindazokéval megegyezik, akik hasonló élményeket éltek át. Mindaz, amit a visszahozott emberek elmondhatnak róla, mégsem egyezik. Egyrészt azért nem, mert mindenkit másként szocializáltak, és ennek megfelelően alakult ki a saját nyelve vagy nyelvhasználata, másrészt különböző az emberek műveltségi szintje, előképzettsége és ráadásul különböző szakmákban dolgoztak, s a szakmáknak különböző a tapasztalatfeldolgozási metodikája. Én véletlenül két olyan szakmával rendelkezem, amely a halálközeli élmény árnyalt értelmezését segíti. Az egyik a nyelvvel, a jelenségek kifejezésével foglalkozik, ez az írói munka, amiben 51 éves koromra meglehetősen nagy gyakorlatra tettem szert. Abból áll az életem, hogy a tapasztalataim és a képzeletem között mozgok, egyiknek sem engedek, mert a tapasztalataimat a képzeletemben mérem meg, a képzeletemet pedig a tapasztalatokkal ellenőrzöm. Mintegy hajósként, két földnyelv között hajózom. A másik szakma a fotográfusé, aki a világot nyelvi kommentárok nélkül, képként, illetve adott és változékony fényviszonyok együtteseként veszi szemügyre. Ráadásul azon fotográfusok közé tartozom, akik nem is annyira a kép iránt, hanem inkább a fény képrajzoló képessége iránt érdeklődnek. Azt kérdezem, hogy honnan jön a fény, mit csinál a fény a felületen, és főleg mi a fény. A fénynek

egyébként a halálszimbolikában, a reanimáltak jelentéseiben is nagy jelentősége van, kulturálisan pedig nagyon telített tartalmú tárgy. Ha egzaktan le akarom írni, hogy mi történik a halál küszöbén, akkor azt mondhatom, hogy megszűnik a külvilág, és ezzel egyidejűleg megszűnik a testéret. Mit érzek most? Érzem, hogy állok a földön, érzem a súlyomat, azaz a nehézkedést, s ez mindenféle olyan körülménnyel jár, amelyet más testmozgásokkal kell kiegyensúlyoznom. Például a kezemmel rá kell támaszkodnom a pulpitisra, s ettől érzem a kezemben a pulpistust. Ezekhez a dolgokhoz hozzászoktunk, ahhoz viszont nem szoktunk hozzá, hogy mindez érzetként megszűnik. És nem úgy szűnik meg, ahogyan például ájulás közben, legyen az sötét ájulás vagy fehér ájulás – korábban mindkettőben volt részem, van tehát összehasonlítási alapom. Egy ügyetlen hasonlatot találtam rá. Mintha egy nagy főkapcsolót lekapcsolnának. Egyetlen szempillantás alatt megszűnik a testéret és megszűnik a látvány. Nem látok többé. Nem érzem, hogy érvényes lenne rám a gravitáció. Miután olyan nincs, hogy képtelenségi állapot, a képtelenség az mindig képcseré, érdekes módon rögtön látja az ember – és itt a „rögtön” megint csak egy közéletítés, mert az idővel is történik valami –, mégpedig olyan térbe került, ami határtalan, végtelen, amiről eddig is tudott vallásilag, kulturálisan, érzékileg, hiszen eksztatikus állapotban valami hasonlót él át az ember, de kizárólagossággal még soha nem élte át. A határtalanságnak ugyan nincsenek körvonalai, nem lehetnek, de van valamilyen rendszere, ami a rendelkezésére álló tudatanyaggal nem felismerhető; talán így a legpontosabb. Ugyanis megszűnik az idő érzékelése is. Az ember mindent tud: tudja, hogy mi történik, tudja, hogy most meghalt, tehát múlt időben fogalmaz magában, tudja, hogy van idő, tudja,

hogy az élők időt mérnek, s életében ő is időt mért, de most nincs, megszűnt, átadta helyét az időtlenségnek. Tudja, hogy a határtalanságnak ebben az érzetében, a testnélküliség érzetében jelen van a teljes tudattartalma. Szinkronban és egyidejűleg mindaz jelen van, amit valaha átélt, s ami a tudatában nyelvi vagy nyelv előtti lenyomatokat hagyott. Ezt nagyon nehéz visszaadni, általában a reszuscitáltak, a reanimáltak azt mondják, hogy lepergett életük filmje. Ez egy közhely, egy metafora, ami nagyon sok mindent jelenthet. Az egyszerű halandó úgy érti, hogy A-tól Z-ig, a születéstől a halálig pergett le az élet filmje. De nem! Ha ugyanis nincs időbeliség és térbeliség, mert mindkettő megszűnt, akkor nincs emlékezés és nincs felejtés sem. Viszont a teljes tudattartalom, bármi, amit magamba fogadtam az életem során, az jelen van, és le is tudom hívni. Sőt, ki is tudok lépni ebből az állapotból. Kíváncsi maradtam arra, hogy mi történik a környezetemben, a hátrahagyott testem körül. Akkor az ember ismét látja azt a képet, ami a fizikai léthez tartozik. Látja az orvost, a kórtermet, a mellkasán dolgozó kezeket – legalábbis én ezt láttam –, láttam a követ, amire valószínűleg ledobtak. Nem gonoszságból dobtak le, hanem azért, hogy az újraélesztés hatásosabb lehessen, amíg hozzák azt a két „vasalót”, amivel aztán az embert elektromosan sokkolják a mellkasán. Hasonlóan más visszahozottak élményéhez, hasonlóan, de nem azonosan, ezt olyan perspektívából láttam, ahogyan a fekvő helyzetemből nem láthattam volna. Mint fotós mondom ezt, és akkor is érzékelttem, hogy ez a perspektíva nem felel meg annak, amit elvileg, a helyzetem miatt követnem kellene. Filmes nyelven úgy mondják ezt, hogy magasabb „gépállásból” láttam magam. Általában a visszahozottak arról számolnak be, hogy fölülről látják az eseményeket, fölülről látják

az operációs termet, látják, hogy az orvosok mit csinálnak. Van, aki hallja is, amit beszélnek. Én hangot nem hallottam, csak képet láttam, ebből a felső „gépállásból” láttam rá saját lemeztelenített testemre, ahogy fekvő helyzetből elvileg nem láthattam volna rá. Furcsa módon, ebből a magasságból láttam a testem melletti köveket. A kövek mintázata és a kép perspektivikussága nagyon megragadott. Később azt a Mantegna-képet juttatta eszembe, amelyik Krisztust ábrázolja a lábától, nagyon erős rövidülésben. Én fordítva láttam saját magamat: a fejemtől egy nagyon erős, természetellenes rövidülésben.

Számomra a legnagyobb meglepetés és a legalaposabb megrázkódtatás nem a halálból vagy a meghalásból kipillantás volt, bár ezzel szoktak leginkább foglalkozni, hanem a tudat valamennyi tartalmának az egyidejű jelenléte, és egyáltalán, az egyidejűség. Amikor a klinikai halál állapotába kerültem, akkor a komputert alig ismertem még, de tudtam, hogy az elektronikus tudat valamennyi tartalma lehívható és jelen van. Sőt, az is áttekinthető, hogy milyen állapotban került oda az információ. A tudat rögzítőképességének van egy semleges formája, semlegesen rögzítünk minden beáramló képet. Ezt a semlegesen rögzített képet aztán felülírja az értelmi és az érzelmi értékelés, értékelt információkat és adatokat raktározunk el, értékelt információk szerint élünk, s ezért az eredeti kép az értékelés nyomása alatt szinte eltűnik, mintha egy küszöb alá kerülne, ez van a legrejtettebb helyen, olyan, mint az aranytartálék, erre dolgozódik rá az összes későbbi forma, de bármikor előhívható. A klinikai halál állapotában engem nagyon meglepett, szinte megrázott a felismerés, hogy ezek a formák milyen szoros és egyenrangú viszonyban élnek egymással a tudatomban. Az alapformák, az értelmi és az érzelmi feldolgozás,

ami később a tájékozódásban segít, az absztrakció, az általánosítás fogalma, az élmények teoretikus és etikailag elemzett állapota. Ezek fiókként működnek, ezeket a fiókokat húzogattjuk ki-be egy életen át, miközben az információ semleges befogadásának alapélménye állandó marad. Ez az alap, amiről a kultúrák lélekként beszélnek, hihetetlenül erős, a klinikai halál állapotában pedig ez a legerősebb. Nekem úgy tűnt, hogy azonos azzal az erővel, ami attól a pillanattól kezdve, mikor lehúzták a főkapcsolót, mintegy elragad a határtalan, a végtelen, a megfoghatatlan és nagyon biztonságos térbe. Amikor érzem, hogy ez a semleges erő a semleges tudattartalmakhoz rendel minden más tudattartalmat, s ezekkel együtt elragad, akkor azt mondom magamnak, most meghalok. De ugyanakkor udvariasan csak annyit mondok az ápolónőnek, hogy el fogok ájulni. Mert nem szeretném őt megrémisztetni. Holott tudom, hogy meg fogok halni, és meg is halok. Ami felszabadítóan hat rám, mert egy olyan végtelenség és időtlenség fogad vissza magába, ami korántsem ismeretlen, több okból sem. Az egyik ok, amit a kultúrák és a vallások lélekről való tudásának neveznek. Ahogy Nemes Nagy Ágnes vagy Rilke mondja, az angyalok egy életen át a hátunk mögött állnak és elkísérnek. Mindketten ezzel a metaforával nevezik meg a semleges látás képességét. Valamennyien képesek vagyunk egy életen át a benyomásainkat, a velünk és másokkal történeteket semlegesen – ami nem részvétlenséget jelent –, mintegy a lélek-részünkkel, részrehajlás nélkül felfogni. Ha nincs testi érzet, akkor ez a dimenzió kiteljesedik és magával ragad. Leginkább úgy tudnám megfogalmazni, nagyon aszketikusan, mindenféle vallási, politikai, kulturális befolyásoltság nélkül, hogy a teremtő erő ragad magával, mindaz, amit természetiként, isteniként, egy rajtunk kívülálló entitásként, nagy

egységként, abszolútumként el tudunk képzelni. Ez kezd mozgatni, és megint egy képi élmény társul ehhez a mozgáshoz. Egy olyan képi élmény, amely megint csak ismerős és mégis teljesen ismeretlen, mert a tudattartalom nyelv előtti vagy nyelv utáni rétegében szunnyad.

Nekem az a benyomásom, az a meggyőződése, s erre nézve az eltelt évek alatt még tudományos eredmények is születtek, hogy a halál pillanatában az elme – és szándékosan nem az „agy” vagy „tudat” kifejezést használom, hanem ezt a csodás magyar szót, hogy elme – az elme úgy tudja megvédeni önmagát, úgy tud saját magának az élet teljességével azonosat nyújtani, ha visszaidézi azt a tartalmát, amit egy életen át semlegesen tárolt, de a tudatküszöb alá nyomva: a megszületés folyamatát. Azt a folyamatot, amely által először jutottam önálló testi érzetekhez. Azokban a pillanatokban, amikor megszűnik a testi érzetem, és a teljes tudattartalom a testi érzet nélkül a rendelkezésemre áll. Abban a pillanatban, ha a test nehézkedése is jelen van, a test választásokra kényszerül, s ezért a látás többé nem semleges. Csodálatos a vallásoknak és a kultúrának az a törekvése, hogy testetlenítsék a tudatot, hogy semlegesítsék a látást. Ide akarnak visszatérni, a halál elé, a születés előtti. Vissza akarnak térni a semleges látás képességéhez, amelyet személyként egy életen át megőrizünk. Ami persze hiábavaló kísérlet, de gyönyörű kísérlet. Hiszen a testi nehézkedés miatt csak közelíteni tudnak ahhoz a beteljesüléshez, amit a halál élménye ugyan megad, de akkor már ki is megyünk az életből. Ami persze nem feltétlenül baj.

A születésre való emlékezés a klinikai halál állapotában azokból a szakaszokból áll, amelyek a konkrét születést is meghatározták. Annak a nagyon határozott érzete jellemzi, hogy a teljes

védettség azáltal válik érzékelhetővé, hogy kifordulok belőle. Ez az erő, amit érzékelek, kifordít belőle, valamiből kifordulok, belefordulok a szülőcsatornába, és ott a fejemnél fogva ez az erő elfordít és az ismeretlen felé visz. Viszonylatok közé kerültem, és a tudatomban ezeknek az először érzékelt viszonylatoknak egy életen át természetes módon nem csak nyoma marad, hanem a lehető leglényegesebb viszonypontként marad nyoma. A következő fázisban megjelenik a fény, amely teljesen ismeretlen, elkápráztató, soha életemben nem láttam még ilyen fényt, pedig a teljes tudattartalom a rendelkezésemre áll. Valójában nagyon is sok fényt láttam, sőt fotográfus voltam, tehát tudom, hogy ez a fény milyen fény. A klinikai halál állapotában fotós tapasztalatommal elemzem a fényt, amit látok, amit soha nem láttam és ismertem. Elemzem, hogy ez egy matt üvegen átszűrt fény, és közelítek a fény felé, holott még soha nem közelítettem semmi felé. Erőt sem érzékeltem, a jósnak és a végtelenségnek ezt az érzetét sem érzékeltem soha, és azt sem, hogy ebből valamilyen módon ki vagyok fordítva. Nem érzékeltem soha távolságot, tehát azt, ha egy erő valahova visz és a fénypont konstans, akkor a távolság a közeledés sebességéből lemérhető. Bár fizikát még soha nem tanultam, ebben a pillanatban kénytelen vagyok ezzel a fizikai tudással ellenőrizni a verbalitás előtti élményt. Erre lehet azt mondani, hogy nem láthatod te a szülőcsatornát, hiszen a magzatnak semmiféle képessége nincs a látásra, ez sokkal később alakul ki. A gravitációnak a magzat is ki van téve, és ha az álom képes arra, hogy fordítási műveleteket végezzen, tehát olyan képeket alkosson, amelyek nincsenek, akkor egy hosszú élet miért ne lenne ugyanerre képes olyan érzetekkel, amelyeket első érzetként a tudatában elraktározott.

Azok az érzetek, amelyeket magunkkal viszünk a születésről, a prenatális, születés előtti élmények súlyosan befolyásolják az ember felnőtt életét, gyermekkorát, kamaszkorát, ezt kutatási eredmények is bizonyítják. Tehát valószínűleg itt is egy fordításról van szó: a barlang, amelyet csaknem minden újraélesztett személy lát és átél, a kulturális, illetve az emberi tapasztalati kincsből eredő fordítás. Magunkkal hoztunk egy érzetet, a születés érzetét, a születés szakaszait, szakaszosságát, és ezt lefordítjuk magunknak a halálunk pillanatában. A fényjelenség is sokféleképpen fordítható, és a vallási, kulturális fordításai nem mondanak ellent annak a tapasztalati anyagnak, amiről én beszélek, nem is feltétlenül támasztják alá, úgymond jól megférnek egymással. A fény minden nagyobb vallásnak központi fogalma, a teremtő erő szintén központi fogalma. A halál pillanatában az ember a saját élete története központi problémájának a műfordítója, és ekként működik, valószínűleg addig, amíg teljesen meg nem hal, de arról már nem számol be. Illetve még ez sem igaz, van olyan tudás is, ami tapasztalaton túli, a kultúra tudása. Hiszen az újraélesztés ma már tömeges jelenség, de ezelőtt több ezer évvel volt már az embernek határozott elképzelése a halálról, a halálba menésről, ennek módozatairól, fázisairól. Ez természetesen táplálkozhatott a spontán újraélesztésekről szóló beszámolókból, a spontán feltámadásokból, de azt hiszem, ezek jelentősége elenyésző ahhoz az ősi tudáshoz képest, ami valamilyen formában inkább diffundál, inkább más utakon jut el hozzánk, amiről nagyon nehéz lenne beszámolni.

Kérdés: Tudom, hogy maga nem túl jól fogadta, amikor visszahozták. Nem nagyon szerette azokat, akik mindent megtettek az életéért, a szakembereket a kórházban. Már elég sok idő eltelt azóta:

milyen változást hozott az életében, hangulatában, világlátásában ez az élmény?

Nádas Péter: Kétségtelenül nem örültem, dühös voltam, hogy ilyen barbárok és nem hagynak meghalni. Teljesen értelmetlenül erőszakoskodnak, előbb-utóbb úgyis meg fogok halni, meg ők is. De láttam az örömeiket, s ez spontán öröm volt, az emberi tevékenység sikere fölött érzett öröm. Tehát ez teljesen érthető, én egy sikertárgy voltam: „ezt” sikerült most visszahoznunk. Hogy miért, azt nem tudjuk, hogy honnan hoztuk vissza, azt még kevésbé tudjuk, de ezzel a két vasalóval visszahoztuk. Ezért hálás tényleg nem voltam, de megköszöntem. Mindent megtettem annak érdekében, hogy kifejezzem azt, amit ilyenkor szokás kifejezni. De kétségtelenül nem gondoltam, nem éreztem, és a mai napig nem érzek hálát ezért, nem örülök. Amivel nagy gondjaim vannak. Legalább négy-öt évig tartott, amíg sikerült visszatalálnom az úgynevezett normális világba, ahol az életet a legfőbb jónak tekintik, és a halált szörnyűnek és gonosznak. Addig sem gondoltam, hogy ez így lenne, de a halált vagy a meghalást embertársaim ellenében nem nagyon tudtam hová elhelyezni. Ma már tudom, hogy nincs is így, vagy valószínűleg nincs így. Az élet bizonyára nagyon jó, tele van szép dolgokkal, de hogy a legfőbb jó lenne, arról ma igazán nem vagyok meggyőződve. Arról sem, hogy az élet siralom-völgy lenne, amihez képest a szörnyű halál a megváltás lenne. Nem szörnyű. Legalábbis a meghalásnak van egyfajta boldogító természetessége, eufóriája, és ha csak azt a racionális szálát veszem figyelembe, amelynél következetesen igyekeztem megmaradni, akkor is van egyfajta boldogító jellege. Azzal együtt, hogy csak azt a tudattartalmat tudja az ember elhagyni,

amit az életében a tudata magába vett. Ebben valószínűleg az a jó, hogy arányos.

Kérdés: 2003 márciusában jelent meg a *Népszabadság* hétvégi mellékleteként az előző évi *Die Zeit* című újságból egy riport fordítása. Ebben valami olyasmiről volt szó, hogy az Isten fogalma nem egészen olyan, ahogy mi képzeljük. Ennyi idő után hogyan tudná közvetíteni, mi az, amit odaát megél Isten-fogalomnak a lélek, ahhoz képest, amit itt gondolunk vagy megélünk?

Nádas Péter: Olyan Isten-fogalmunk van, amelyik nem tud eltekinteni a személyestől. Attól a személyestől, ami mi magunk vagyunk, a saját testünk nehézkedésével. Az én élményem ezen a napon, április 28-án, nem is hasonlított erre. De volt két jelenség, egyrészt a fényjelenség, a fény, mint valamennyi kultúra közös jegye, másrészt a teremtő erő, amit máshogy nem tudok megfogalmazni. Ezeket úgy éltem meg, mint amelyek rendelkeznek velem, a testi létemmel, a születéssel, a halálommal, és azzal a hatalommal, hogy a kettő egybeessen. Valamennyi nagy kultúra tudja, hogy ez a kettő azonos. Samuel Beckett úgy fogalmaz, hogy a nők lovagló ülésben szülnek a sírokon. Nagyon durva mondatnak tűnik, pedig csupán egy igaz mondat. Ez a tudás engem kielégített, mert érthetővé tette, hogy milyen erő – a gravitáció – kényszeríti rá az embert arra, hogy perszonalifikálja az Istent, mindenképpen hozzákösse az emberi létezéshez, az emberi lényhez. Ez egy merész hipotézis az Istenről, a szó filozófiai értelmében és a szó teológiai értelmében is. A zsidó és a keresztény teológiának is szembesülnie kellett Auschwitz után azzal a kérdéssel, hogy elképzelhető-e olyan Isten, aki mindezt nemcsak megengedte, hanem helyeselte is. Vagy milyen Isten az, amelyik olyan világot teremt és ural, ahol

lehetséges ilyesmi. Ebben a kérdésben a teológia és a filozófia különböző lehetőségekkel operál, de az Isten megszemélyesítése nem tarthat ide, mert akkor nagy bajban vagyunk. Akkor a kultúrák, úgy ahogy vannak, összeomlanak.

Kérdés: Egy ilyen rendkívüli élményben megváltozott-e az az attitűdje, hogy van istenhite, de nem foglalkozik nap mint nap ténylegesen ezekkel a kérdésekkel?

Nádas Péter: Megváltozott, mert egy meghatózott, alaposan kidolgozott tudattartalommal léptem ki az életből és léptem a halál küszöbére. A halál küszöbén a saját teljes tudattartalmammal szembesültem, mintegy megtapasztaltam a szerkezetét, átláttam a geometriáján, ami elég pontosan megmutatta, hogy miként tartozom hozzá olyan embertársaimhoz, akiknek természetesen egészen más a tudattartalma. Tehát van egy elég konstans emberi alapminta, az individuum ennek egy változata. Én egy változat vagyok. Hogy ez a minta honnan eredhet, arra még utalásaim sincsenek. Van viszont két alapélményem a halál küszöbéről, az erő és a fény. Ezek egyfajta korrespondenciában vannak

egymással, s adnak nekünk bizonyos mozgásteret. De többet nem tudok mondani. Felelőtlenség, lelkiismeretlenség lenne, ha ennek az élménynek az alapján többet mondanék. De mindezt talán még a szellemi fejlődésemmel is azonos. Legfeljebb az én-azonosság élményében részesültem. Mert előbb ismerkedtem meg Carl Gustav Jung pszichológiájával, amelyik a kollektívvel, az archaikussal, az ember tudatának legősibb rétegeivel foglalkozik, és csak ennek utána foglalkoztam individuálszichológiával, Freud pszichológiájával, nagyon részletesen. Nem árulok el titkot azzal, hogy önanalízist csináltam végig kényszerből a diktatúrában, mert más választás nem volt. Valakinek az életét pedig megmentettem azzal, hogy sarlatánkodtam, analizáltam őt, és ez sikerrel járt. De csak azért, mert fordítottan történt, a közösből indultam az individuális felé, s nem is álltam meg az individuálisnál. A küszöb-élményem valójában ugyanezen a felismerésen alapszik. Van egy minta, a mintának én csak egy változata vagyok a teremtésben, a világegyetemben, és a mintámnak vannak mások mintáival közös vonásai. Nemcsak az emberekkel közös, hanem az emlősökkel is, valószínűleg a „lénységgel” közös.

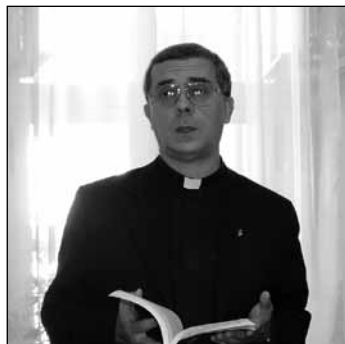


Béres Tamás (szül. 1965) evangélikus lelkész, az Evangélikus Hittudományi Egyetem (EHE) tanára. 2002-ben szerzett PhD fokozatot Paul Tillich teológiájáról írt munkájával. Jelenleg adjunktus a Rendszeres Teológiai Tanszéken, ahol elsősorban teológiatörténettel, ököteológiával és a mai teológiai irányzatokkal foglalkozik.

A tudomány és hit kapcsolatával foglalkozó Jesenius Központ alapító tagja. A társadalom-, bio- és ököteológiai kutatást folytató MTA-EHE Ökumenikus és Szociális Kutatócsoport munkatársa. Fontosnak tartja az egyházak civil szervezetekkel való kapcsolatát, ezért részt vesz a Védegylet vallási munkacsoportjának tevékenységében. Vallásközi beszélgetés-sorozatok rendszeres résztvevője.

Cser Zoltán: „1970-ben születtem. A gimnáziumban matematika szakra jártam, majd két évet a Közgazdaságtudományi Egyetemen töltöttem. A természettel már gyermekkorom óta igen szoros volt a kapcsolatom, mind szüleim, akik tudományos kutatók és nagy természetjárók voltak, mind pedig a barlangászat és a sziklamászás révén, melyek kitöltötték akkori éveimet. A buddhizmussal 17 évesen találkoztam, és 21 évesen felvételt nyertem a Tientai Ötelem Rendbe, mely egy kis kínai kolostori vonal. Elmélete a Tientai írásokon alapul, gyakorlata pedig a csan, valamint taoista orvosi rendszer kombinációja. A négy alappillér a Rendben a testi gyakorlatok (légző-, jóga-, valamint barcművészeti formák), az orvoslás, a jellemismeret, melybe beletartozik az asztrológia és a történetírás is. Igen sokat gyakoroltam egyedül, és egy időt elvonulással töltöttem világi szerzetesként. Öt éve kerültem vissza a Tan Kapuja Egyházhoz, melynek tagközössége közé tartozik az Ötelem Rend is. Itt belső ügyekkel foglalkozom, mint például a vallások közötti kapcsolatok ápolása, valamint ünnepek, szertartások szervezése és megtartása. Szertartástant, buddhista etikát, valamint buddhista alapismereteket is tanítok a Tan Kapuja Buddhista Egyetemen. Gyakorlom továbbá a tibeti buddhizmus egyik ágát, így elég széles rálátást nyerhetek a buddhizmus balátról szóló tanításaira, balotti szertartásaira és gyakorlataira.”





Kránitz Mibály (szül. 1959), római katolikus pap, a Pázmány Péter Katolikus Egyetem Hittudományi Karán az Alapvető Hittan tanszék vezetője. 1990-ben doktorált patrisztikából, majd 1991–93 között Rómában ösztöndíjas a Gregoriana egyetemen. 1993-tól tanít teológiát. 1996-ban szerzett PhD fokozatot, 2000-ben habilitált. 1995–2003 között tagja az oxfordi székbélyű Nemzetközi Patrisztikus Kiadványok Társaságának (International Association of Patristic Studies). 1998–2003 között a Hittudományi kar Levelező Tagozatának igazgatója, 2003–2006 között a Katolikus Egyetem rektorhelyettese. 2006-tól az Ut Unum Sint Ökumenikus Intézet elnöke. 2007-től a Teológia c. folyóirat főszerkesztője.

Egyetemi jegyzetei mellett írásai jelentek meg a kereszténység kialakulása, elterjedése, a magyar katolikus teológia, a vallásközi párbeszéd és a keresztények egységkeresése témakörökben. Legutóbbi művei: A II. Vatikáni zsinat dokumentumai negyven év távlatából (szerk. 2002); Teológusok lexikona (szerk. 2002); Teológiai kulcsfogalmak szótára (szerk. 2003); Istenkereső tudósok (szerk. 2007); Órigenész, a hit nagy mestere (2008).

Sivaráma Szvámi 1949-ben született Budapesten. 1956-ban szülei Kanadába emigráltak, így iskoláit ott végezte. 1973-ban a Kṛṣṇa-tudat Nemzetközi Szervezete (az ISKCON) alapító lelki tanítómestere, A. C. Bhaktivedanta Swami Prabbupāda tanítványa lett, majd 1979-ben a lemondott szerzetesi (sannyāsa) rendbe lépett.

Jelenleg az ISKCON nemzetközi irányító testületének (GBC) tagja. Magyarországon és a világon több mint ötszáz tanítványa él. Hét filozófiai és teológiai tárgyú könyve magyarul és angol nyelven jelent meg. A Magyarországi Kṛṣṇa-tudatú Hívők Közösségét 1987 óta vezeti, ami Sivaráma Szvámi lelki erejének és szakértő vezetésének köszönhetően a másfélszáz bejegyzett egyház közül ma az ötödik legtámogatottabb vallási közösség Magyarországon, két nagyobb templommal, vidéki központokkal, saját, államilag akkreditált főiskolával, valamint egy kulturális központtal és biofarmmal Somogyvámoson.



Sonkoly Gábor (Rādbhānātha dāsa) (szül. 1969) a történelemtudomány kandidátusa, az ELTE BTK Történettudományi Intézetének nemzetközi igazgatóhelyettese, egyetemi docens, az „Atelier” Európai Historiográfia és Társadalomtudományok Tanszék vezetője. Kutatási területe a várostörténet és a kulturális örökség. Tanít az ELTE BTK-n és a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskolán. Publikációinak száma és nemzetközi tudományszervezői munkája jelentős. Palladium-díjas (2002).

Vallási kerekasztal:

Igazságos-e a halál?

Előadók:

**Béres Tamás, Cser Zoltán,
Kránitz Mihály,
Sivaráma Szvámi**
A beszélgetést vezeti:
Sonkoly Gábor

Sonkoly Gábor: Ebben a beszélgetésben megpróbáljuk tágabb kontextusba helyezni, a nagy világvallások szempontjából megvizsgálni az élet és a halál kérdését. Ezen belül három témakört járunk körbe: az első a halál aktusa és jelentősége; a második, hogy mi történik a halál után az egyénnel a különböző világvallások szerint; a harmadik pedig a teodicea problémája – hogyan egyeztethető össze Isten jósága a világban történő szörnyűségekkel. Vajon a halál és a halállal kapcsolatos vallási, teológiai és vallásfilozófiai elképzelések hogyan oldják fel ezt a látszólagos vagy talán valós ellentmondást?

Az első kérdés tehát arra vonatkozik, hogy az egyes vallások szempontjából mi a halál jelentősége. Vajon jogos-e a dichotómia az élet és a halál fogalmával kapcsolatban? Tényleg kizárja egyik a másikat? A halál az élet végét jelenti, s ahol élet van, ott nincs halál, vagy inkább valamiféle átmenetről van szó? Ehhez kapcsolódóan értelmezésre szorul a lélek, a test, a tudat és az elme fogalma, s hogy ezeknek mi a jelentősége a halál aktusa során.

Kránitz Mihály: A kereszténység kétezer éves története során nem is annyira a halálra, mint

inkább a testre koncentráltak az egyházatyák és a teológusok is. Hiszen a halálban történik valami a testtel, amely testnek a megváltására jött el Urunk, Jézus Krisztus. A keresztény hívő ember úgy tartja, hogy az emberiség egységes: Isten az, aki teremtette a világot, és benne az embert, az emberiséget is. Isten pedig jónak teremtette a világot, s benne jónak teremtette az embert, aki a szentség és az igazság állapotában élt.

A Szentírásban azonban azt olvashatjuk, hogy a hat napig tartó teremtést követően az első emberpár a teremtetője iránt engedetlenséget mutatott, s ennek az engedetlenségnek a következménye – ha úgy tetszik, büntetése – a halál. Az emberi természet megromlott állapotba került, ezt kellett helyrehozni, megváltani, megtalálni az eredeti állapotát – a szentséget és az igazságot –, amit az ember önmaga nem tudott megtalálni, önmagát képtelen volt megváltani. Ez csakis kívülről jöhetett, a Teremtőtől, aki őt létrehozta, aki sohasem hagyta el, hanem mindig mellette volt.

Az emberiség történetét a kereszténység két részre osztja: a Krisztust előkészítő időre, amelyet Ószövetségnek nevez, ez jelenti a zsidók Bibliáját, és a Krisztus utánira, amelyben az ember megtalálta önmagát. Az a sok-sok kérdés, ami az embert mindig is foglalkoztatta, aggasztotta – hogy mi az élet és a halál értelme, van-e élet az élet után stb. –, az Jézus Krisztusban egyszer s mindenkorra válaszra talált, értelmet nyert. Mert ő nem kívülről szólt bele az ember életébe, nemcsak tanácsokat adott, hanem megtestesült. Tehát a testnek különös jelentősége van, s Krisztus a testének az erőszakos halálát nagyon tudatosan éli meg. Az emberiség Krisztusig elvesztette a kegyelmet. Ezt a kegyelmet kapta vissza Jézus Krisztusban, aki a keresztséget rendelte, és aki megtalálja ezt a keresztséget, annak nagyon egyenes útja lehet magához a Teremtőhöz, ahhoz a személyhez, aki

őt alkotta. Aki valamilyen okból nem találja meg a keresztséget, az sem fog elveszni, mert Istennek egyetemesen üdvözítő akarata van.

Tehát a halál gyógyítható. Az egyház ezt a reményt adja a mindenkori embernek, ez a remény vált meg bennünket, a remény által is vagyunk megváltva. Ez erős hitet jelent abban, hogy ez a földi élet előkészület az örök életre. Ahogy Hamvas Béla idézi Hérakleitoszt: „A láthatatlan illeszkedés a láthatónál erősebb. (*Harmonia aphanes phaneres kreitton*).” A katolikus egyháznak és a kereszténységnek is ez az alapeszméje. Közös kincsünk a kereszténységben annak a reménye, hogy a halál egy küszöb, amit ha átlépünk, nem a megsemmisülés vár ránk, hiszen a lélek nem anyagi természetű. De még a test halálából is van visszatérés: újjászületés az örök életben a test feltámadásával. Ilyen többletet egyetlen másik vallás sem adott az emberiségnek, ez lehet az ember igazi kibontakozása.

Sivaráma Szvámi: A Kṛṣṇa-tudat szentírásának, a *Bhagavad-gītā*-nak a teológiája meghatározza, hogy mi az élőlény: az élőlény lélek, amely különbözik az elmétől és az intelligenciától. A testnek van egy látható és egy nem látható – finomfizikai – aspektusa; az utóbbihoz tartozik a gondolkodás és az intelligencia. A *Bhagavad-gītā*-ban Kṛṣṇa elmagyarázza az élet és a halál folyamatát is: a fizikai test olyan, mint egy ruha. A lélek (az élőlény, az önvaló) viseli ezt a ruhát, életet ad neki, és ha eljön az ideje, másik „ruhát” – egy másik testet – ölt magára. Halálunkkor tehát lemondunk erről a testről, és elfogadunk egy másikat. Miért? Mert ez a test elkopott. Vagy mondhatjuk úgy is, hogy a sorsunknak (szanszkrit szóval: *karmán*-nak) az a része, hogy ebben a testben legyünk, véget ért. Annak megfelelően, hogy az élőlény a jelenlegi

és az elmúlt életeiben milyen tetteket követett el, egy másik testet fogad el.

A *Bhagavad-gītā* tükrében a halálközeli élmény nem azonos a halállal, inkább testen kívüli élménynek tekinthetjük. Ez a jelenség viszont nagyon jól bizonyítja a test és a lélek közötti különbséget: a test tehetetlen, ugyanakkor „valaki más” lát, tapasztal, tudatában van saját magának, a testének, az orvosoknak és az egész élménynek. Ezt a „valaki mást” mi úgy hívjuk, hogy lélek. Ha a lélek úgy hagyja el a testét, hogy abba már nem tér vissza, hanem egy másikat fogad el helyette, az a halál. Miért fontos ezt tudni? A halál mindenkivel megtörténik, ez tény – akár hívők vagyunk, akár nem, mindenki elhagyja ezt a testet. Ám a jelen életünk minősége meghatározza azt, hogy milyen következő testet kapunk, tehát ez egy lehetőség: a halálig befolyásolhatjuk a jövőt, utána már nem. A halál után azonban egy új testben ismét lehetőséget kapunk.

Béres Tamás: Az életre a hétköznapiakban úgy szoktunk tekinteni, mint ami a bölcsőtől a koporsóig tart, meghatározva ezzel a kezdetet és a véget. A vallások nem teljesen értenek egyet ezzel, a kereszténységben egészen biztos, hogy nem csupán ennyiről van szó, ha a halál súlyáról kell bármit is mondani. Ugyanis a halál az élet velejárója. Ezzel zárul le az élet, ez egy szimbolikus történés, amelyből kiderül, hogy hogyan éltünk. Ilyen értelemben igaza van Heideggernek, aki azt mondja, hogy az életünk a halál felé tartó élet. Tehát van konkrét, komoly szerepe a halálnak az életünkben.

Nádas Péter úgy fogalmazott, hogy a fogalmi nyelv mögött létezik egy elvont nyelv, amely valójában csak akkor tud működni, ha az ember a fogalmi nyelvvel kijárta azt az ösvényt, amelyet önmaga ténylegesítésére, tehát

egyediesítésére használ fel. Vagyis a világ legnagyobb dolga az életünk, ez az életünk, amelyet a jelen pillanatban ismerünk. A keresztény tanításban a halál utáni feltámadás, az ítélet és az utána következők nemhogy nem függetlenek az élettől, hanem az embernek, halála után – az evangélikus tanítás szerint – nincs is más lehetősége arra, hogy előkészüljön az öröklétre. Abban a kérdésben, hogy mennyiben kap az ember újabb lehetőségeket a halál után, a keresztények sem gondolkodnak egyféleképpen. Az evangélikus felfogás szerint nincs újabb lehetőség, az étellel ténylegesítettük önmagunkat, és ez az, ami majd – mint Isten emlékeiben vagy gondolataiban élő ember – feltámadhat.

Az Ó- és Újszövetség elég egységes abban a kérdésben, hogy a test, a lélek és az elme mit is jelent. Az elme egy új fogalom, a kognitív tudományok sokat foglalkoznak vele. Klasszikus megfogalmazásban, az Ószövetségben a *bászár és a nefes*, tehát a test és a lélek egysége jelenti magát az embert. Ebből a szempontból nem különbözünk az emlősöktől, így tekint az Ószövetség is az emberre és az állatokra: az állatoknak ugyanolyan mértékben van *nefesük*, testtel járó lelkük. Ez tökéletesen elenyészik a halálban, és a mi tanításunk szerint nem marad semmi az emberből. Nem marad meg a lélek sem, és nem tud reflektálni önmagára kívülről, a halál után. Az ember pusztán Isten emlékeiben marad meg, akinek viszont van arra hatalma, hogy amikor eljön a feltámadás napja, mintegy újraalkossa őt. Isten lelke pedig a *pneuma*, amely halhatatlan, s ilyennel az ember nem rendelkezik.

Cser Zoltán: Talán minden vallásnak a halál a legfontosabb kérdése, hiszen a vallások abból indulnak ki, hogy van valami a halálon túl. Ha jól tudom, egyetlen olyan vallás sincs, amelyik

azt mondaná, hogy a halállal véget ér minden. A vallásokat abból a szempontból is össze lehet hasonlítani, hogy milyen választ adnak erre a kérdésre: Mi folytatódik a halál után, mi folytonos?

A buddhizmus válasza az, hogy egy nagyon finom tudat folytonossága maga a létezés. Ezt a tudatot a buddhisták úgy írják le, hogy a fénynek és az erőnek a nemkettős állapota. Úgy is lehetne mondani, hogy a mindentudás fényének, valamint az életerőknek a nemkettős állapota. A buddhizmus szerint ez meditációban is meg tapasztalható. Ez a tudatállapot folytonos, nem érinti a halál, és nem érintik az életek sem. A buddhizmus az öröklét kérdésére, ami szintén minden vallásnak része, a ciklikus létezés válaszát adja. Nagyon érdekes, hogy a buddhizmusban tulajdonképpen nem az a reinkarnáció célja, hogy egyre jobb életünk legyen, ez csak időleges cél. A végső cél az, hogy ennek a kényszerétől megszabaduljunk.

Miért kell ettől a kényszerétől megszabadulni? Fontos tudni, hogy a buddhista tanítások szerint nem az életnek a másik oldala a halál, hanem a születésnek. Az élet a fénylő tudattal örök folytonosság; a születés következménye a halál, amely a fizikai testet érinti. A reinkarnációval kapcsolatban érdemes azt is tudni, hogy a buddhizmus szerint – ellentétben más iskolák állításával – valószínűtlen, hogy az ember nem emberként születik újra. Ugyanis ha valaki ember volt, akkor emberi lenyomat van a tudatában. Ezért van az, hogy – más vallások szerint is – emberként a legfelsőbb állapotokat személyesíti meg. Ez a lenyomat követi őt, ezt nevezzük karmikus lenyomathoz, s ezért nagy valószínűséggel következő életében is emberként fog megszületni. Sőt! Nagy valószínűséggel ugyanazokkal a problémákkal fog megszületni, amelyeket nem oldott meg. Fontos tehát, hogy a születés következménye a halál, s ez csak a fizikai testünkre igaz.

A buddhizmusban létezik az úgynevezett „három test tana”, amelyben a látszattest (*nirmāṇa-kāya*) azt jelenti, hogy az illető szabadon választhat születést. Ez egy magasrendű tudatállapot, amelyben az ember nem kényszerként szenved el az élet és halál körforgását, azonban részt vesz benne. Nagyon sok tanítóról azt mondják, hogy ilyen lény, aki tudatosan azért születik meg, hogy másokon segíthessen. Aztán van még a tökéletes öröm (*sambhoga-kāya*) teste, valamint a mindentudás vagy a végső törvény teste (*dharmakāya*). Ezek már nincsenek alávetve a létforgatagnak, a születés, öregség, betegség, halál körének.

A buddhizmusban három, a halállal kapcsolatos gyakorlatot végzünk naponta, pontosan azért, hogy a halált tudatosítsuk. A nyugati pszichológia azt mondja, hogy ne beszéljünk a halálról, nem fontos, a buddhizmus azt mondja, hogy mindennap beszéljünk róla, mindennap gyakorolni kell. Az egyik gyakorlat a temetői szemlélődés, hogy az ember tudatosítsa, a fizikai test nem örök. A másik gyakorlat során egyszerűen elképzeljük a halálunk pillanatát, azt, hogy mit tennénk ebben a helyzetben. Ez a gyakorlat nagyon erőteljesen teszteli az ember tudatállapotát. Nagyon sok ok vezet a halálhoz, éppen ezért a legtöbb világi cselekvés értelmetlen. A halál gyakorlatainak harmadik szintje, amikor elképzeljük a halál fázisait.

Nádas Péter: A különféle válaszok meghallgatása nagy szellemi élvezetet jelentett számomra, s gyönyörűnek találom, hogy mindegyikben található egy olyan pont, amely nem ad magyarázatot a többiek által felvetett valamilyen szempontra.

Sonkoly Gábor: Alapvető különbségek is

elhangzottak, melyek közül a legfontosabb, hogy az élet egyszeri, szemben azzal, hogy a halál csak egy átmenet.

Az elme szerepe nem volt minden válaszban tisztázott. Egyáltalán érdemes-e ezzel a fogalommal foglalkozni, van-e szerepe az adott vallások szempontjából?

Kránitz Mibály: Az elme a magam értelmezésében inkább tudat. Ha az ember tudatosan éli az életét, akkor tudatosan készül a halálra. Ez tehát minden vallásnak, minden becsületesen gondolkozó embernek, minden igazságot kereső embernek a választása, a döntése.

Még egy fontos dolgot szeretnék elmondani. Nádas Péter említette, hogy a halálról olyan valakit kellene megkérdezni, aki ténylegesen meghalt. A kereszténység éppen ezt vallja. Jézus Krisztus ténylegesen meghalt, a legősibb hitvallás, amelyet a korinthusiakhoz írott levél őrzött meg, így hangzik: Krisztus meghalt a bűneinkért. Az írások szerint eltemették, tehát biztos, hogy meghalt, és harmadnapra feltámadt. Van valaki, aki visszatért, a keresztények számára ezért hitelesek a róla szóló beszámolók. Jézus számtalan képet, metaforát használt a beszédében földi élete során, de a feltámadásról, amelynek nem volt szemtanúja, nagyon kevés leírásunk van. Ez megmarad a misztérium, a titok szintjén. Ugyanakkor a *memento mori*nak a keresztény lelkiségben is helye van. A karmeliták azt vallják: *aut pati aut mori*, szenvedni vagy meghalni. Egyfajta reális életlátást tükröz a két nagy misztikus, Keresztes Szent János és Nagy Szent Teréz tanítása. Ennek az odaátról visszatért személynek a feltámadása képezi az alapját annak a reménynek, hogy mi is feltámadunk, és ennek alapján alkothatunk némi fogalmat arról, hogy milyen is lesz ez a feltámadás. Pál

apostol egyébként a korinthusiakhoz írt levélben egy egész fejezetet szán ennek, hogy milyennek képzelet el a feltámadást.

Sivaráma Szvámi: Mindannyian már sokszor meghaltunk, csak nem emlékszünk rá. De ha emlékeznénk is rá, az akkor is szubjektív tapasztalat lenne. Parányi élőlényekként hibákat követünk el, amit tapasztalunk, az nem tökéletes. Csak a saját tapasztalatunkat tudnánk elmondani a halálról, ami nem feltétlenül azonos azzal, hogy mi valójában a halál.

Ha erre szeretnénk választ kapni, az a legbiztosabb módszer, ha a szentírásokhoz fordulunk. A szentírás közvetlenül Isten szava, nincsenek benne olyan hiányosságok és hibák, amelyek az embereket jellemzik. Abszolút szempontból magyarázza el, hogy mit jelent meghalni. Az emberek nem csak a múlt életeiket felejtik el, hiszen a jelenlegi életükből sem emlékeznek mindenre. Nem emlékszünk például arra, amikor az anyánk méhében voltunk, de ez nem jelenti azt, hogy ez nem is történt meg. Biztos, hogy megtörtént, senki nem vitatja, mindenki elfogadja, csak nem emlékszünk rá. Tehát, ha meg akarjuk tudni, hogy mi a halál, és mi történik a halál pillanatában, a személyes tapasztalatok – akárhány ember is mondja – még mindig csak egy részét képezik a valóságnak.

A lélek az, aminek van tudása és tudata. A testnek nincs tudata, az csak egy eszköz, egy ruha. A kettő között pedig az elme segítségével tudunk kapcsolatot teremteni. Az előző életeink emlékei, ugyanúgy, mint a jelen életünk élményei, az elmében találhatóak, s a lélekkel együtt vándorolnak egyik durvafizikai testből a másikba. Így visszük magunkkal a sorsunkat, a karmánkat. Tehát az elme egy anyagi természetű dolog, és azért van tudata, mert a tudattal rendelkező

lelket burkolja be. A testünknek sincs önmagában tudata, hanem csupán a tudattal rendelkező lelket burkolja be. Ez egy határozottan dualista magyarázat, amely szerint csak a lélek az, aminek tudata van, de minden mást, amivel érintkezik, szintén áthat ez a tudat.

Béres Tamás: Az elme ahhoz szükséges, hogy az ember tudatosítsa magában: a földi viszonyaink közt megismert élete egyszer élhető és döntő jelentőségű.

A hallottak alapján vetődik fel bennem a kérdés, hogy ha az elme anyagi természetű, alá van-e vetve az enyészetnek, mint az anyag általában, vagy pedig ez egy másik formája az anyagnak, amely nem mulandó? Vajon több élet után saját magára ismer-e, vagy pedig az eredetére?

Sivaráma Szvámi: Az elme a mi felfogásunkban anyagi, de nem durvafizikai, hanem finomfizikai elem, és különleges tulajdonságai vannak: képes dönteni, különbséget tud tenni dolgok között, és irányítani tudja a durvafizikai érzékeket. Úgy működik, mint egy számítógépes program. A program is, a számítógép is anyag, de az egyik finomabb, mint a másik, s mindkettő fölött ott van a programozó. Ha nincs programozó, akkor sem a szoftver, sem a hardver nem működik. Az operátor a lélek, aki működteti az elmét, és az elmén át a testet.

Kránitz Mihály: Szeretném megjegyezni, hogy a keresztény kultúrkörben is fennáll a test-szellem-lélek megkülönböztetés. Mintegy felsőbb fakultása a léleknek a szellem és a gondolkodás, ami – nézetem szerint – megmarad odaát is. A lélek nem semmisül meg, hanem más módon, de tovább él.

Sivaráma Szvámi: A mi felfogásunkban a lélek és az elme két különböző dolog.

Sonkoly Gábor: Zoltán, a lélek tovább él?

Cser Zoltán: Nagy probléma a tanok szótárainak a létrehozása. Minden vallási hagyomány, amelyik nem tösgyökeres Magyarországon, szembekerül azzal a problémával, hogy hogyan nevezze nevén a különböző fogalmakat. Ebből a szempontból a magyarországi buddhizmus nem egységes, ezért én most a saját véleményemet mondom el.

Az elme kapcsán teljesen egyetértek Mahārājával, hiszen az elme elemez. A magyar szó: „elemez” az elemekkel kapcsolatos, megkülönböztet. Ez a fizikai testhez tartozó olyan tudati működés, amelyet személyiségnek is lehet nevezni. Azért nem emlékszünk az előző életeinkre, mert a személyiségünk a fizikai testhez kötött, és ugyanúgy el is pusztul a halál folyamatában. Ha nem így történne, akkor nem is félnénk a haláltól. A magyar nyelvben a „szellem” kifejezés tartalmazza az ember karakterét; az „elme” az észrt jelenti, amelyik megoldja a dolgokat; az értelem, amelyik megért, reflektál; a tudat, amelyik fölötté áll ennek az egésznek, tud. Én ezt a sorrendet tartom helyesnek.

Ennek ellenére több buddhista irányzat az „elme” kifejezéssel a legvégső tudatot jelöli, azt a folytonosságot, ami továbbmegy. Én erre a „tudat” szót szoktam használni, és vannak, akik a „tudat természete” kifejezést. A „test”, „lélek”, „szellem” fogalmakat mi ugyanúgy, ugyanabban az értelemben használjuk. A test mibenléte egyértelmű, a lélek az, amelyik lélegzik, a halál bekövetkeztekor a lélegzet leáll. Éppen ezért úgy gondoljuk, hogy amit mi léleknek nevezünk – a lelki, érzelmi működések – a lélegzés leállásával eltűnik. Tudom, hogy bizonyos esetekben

a lelket nevezik a legmagasabb szintűnek, ez fogalomválasztás kérdése. Mi a szellemet tartjuk a legmagasabb rendűnek, ami az ember mentális tevékenységének felel meg.

Sonkoly Gábor: Térjünk rá arra a kérdésre, hogy mi történik az élőlényekkel a halál után. Mindenkiel ugyanaz történik? Ha nem, minek köszönhető, hogy nem? Hogyan érzékeli az ember azt, ami a halála után történik vele?

Sivaráma Szvámi: Erre a kérdésre részletes választ találhatunk a *Śrīmad-Bhāgavatam* ötödik énekében. A *Śrīmad-Bhāgavatam* a *Bhagavad-gītā* mellett a legfontosabb védikus szentírás. Amikor személyiségről beszélünk, akkor a lélekről beszélünk, ami a tudat forrása, tudatos, és van egy eredeti formája. Ebben a világban vándorolva végtelenül sok testet elfogadhatunk: emberi testet, állati testet, növényi testet. Minden élőlény hat közös szimptómát mutat.

Az emberek különleges lehetősége, hogy meg tudják változtatni a sorsukat. Az emberi szabad akarattal meghatározhatjuk, hogyan alakuljanak a dolgok. A szabad akaratot Isten törvényrendszérének az alapján kell használnunk. Ha nem követjük a törvényeket, akkor annak meglesz a következménye, ha pedig követjük, annak egy másfajta következménye lesz. Egyszer minden embernek be kell számolnia arról, hogy mit tett ebben az életében, és a halála után ez alapján dől el, hogy milyen lesz a következő élete. A halállal lemondunk az anyagi testről, ezután a lélek egy finomfizikai szintre lép, aminek tudatában van. Ahogy Nádás Péter is beszámolt róla, ő tudatánál volt a halálközeli élménye alatt. A lélek tudatában van annak, hogy mi történik. A fény után eljut egy olyan helyre, ahol egyensúlyba kerülnek az

elmúlt tettei és vágyai, és ezek alapján kap egy új fizikai testet.

De előfordul, hogy valaki teljesen karma-mentes életet élt, ami azt jelenti, hogy nem hajtott végre sem jó visszahatású cselekedeteket (ilyen például, ha valaki épít egy kórházat, és ezért a következő életében soha nem lesz beteg), sem rosszakat. Ennek egyik változata az, amikor az ember szintén nem cselekszik jó vagy rossz dolgokat, csak Istent szolgálja olyan tettekkel, amelyek elégedetté teszik Őt. Ilyen esetben a lélek a halál után nem anyagi, hanem lelki testet kap. Ez a lélek eredeti formája. Ebben hasonlít a Kṛṣṇa-tudat és a kereszténység, hogy van egy durvafizikai test, ami nem egyenlő a lélekkel, mert a léleknek van saját formája. A lélek vagy visszatér az eredeti formájába, vagy marad befedve, beburkolva, és elfogad egy anyagi formát.

Béres Tamás: Azt szokták mondani, hogy az indiai és az európai kultúra közös pontja Platón, vagy még inkább Parmenidész. Az egyikük leginkább az egyetlen létező teljességéről, mindenek egységéről beszélt, a másikuk pedig többek között a lélek vándorlásáról. Érdekes, hogy ez utóbbi a kereszténységben hogyan maradt, illetve nem maradt fenn.

A történelemben a kereszténységet kísérő gnoszticizmus különböző formáiban például rendkívül alaposan kidolgozta azt a kérdést, hogy mi várja az embert közvetlenül a halál után. E felfogás egyik változata szerint a *plérómából* kiáramló *aiónok* képesek elérni az embert közvetlenül halála után, és e tanítás terjesztői aprólékosan ki is tudták fejteni ennek módját, nagyrészt titkos, ezoterikus tanításokra hivatkozva. Az ehhez hasonló részletező felfogásokat már a korai zsinatok is kemény kézzel kezelték.

Jelenlegi életünkkel jár annak a felismerésnek

a felelőssége, hogy a halálunk az az időbeli határ, ami előtt lehetőségünk van eldönteni, hogy mit fogadunk el azokból a nézetekből, amelyek arról szólnak, hogy mi történik a halál után. Miután mindannyiunknak megvannak a szent irataink, az ezekből az iratokból leszűrűt hitet képviseljük, s ezt sajátosan a halál előtti időszakban tesszük meg. Mostani beszélgetésünk szempontjából is fontos kapcsolatot jelent közöttünk, hogy kortársak és „tér-társak” is vagyunk, és így itt és most megoszthatjuk egymással vallási tapasztalatainkat.

A halálunk előtti időszak nyers jellemzésére, vagyis az ember biológiai életére az Újszövetség a *biosz* szót alkalmazza, ugyanakkor létezik a sokszor hallott „örök élet”, amely félreérthető, mert az „örök” szó nem időhatározó, hanem minőségjelző a bibliai nyelvben. Nem azt jelenti, hogy soha nem lesz vége, hanem azt, hogy aki a *bioszban*, a normál életében, fizikai voltában találkozik Istennel, annak átalakul az élete, egy új szál indul el benne, amelynek lényegét Pál apostolnál úgy olvashatjuk, hogy ettől kezdődően „életetek el van rejtve Krisztussal Istenben”. A halál tehát csak az embert mint test-lélek egységet szünteti meg, de az ember Isten-kapcsolatát nem képes tönkretenni. Amikor azt állítom, hogy a halállal tökéletes megsemmisülésünk következik be, ezzel ugyanakkor egy sokkal radikálisabb személyes istenhitet fogalmazok meg. Tudniillik nem belőlem, bennem van valami természetes összetevő, ami túlél katasztrófákat és isteni kríziseket (*kriszisz* = ítélet) vagy a halált, hanem egy rajtam kívüli erő biztosítja ezt.

Cser Zoltán: A halál folyamata nagyon hasonlít az elalvás folyamatához, és ezért a buddhizmus – mint más vallások is – „kis halálnak” nevezi az elalvást. A köztes lét, ami két élet között van, ugyanilyen módon analóg az álmodás és a mély

alvás folyamatával. Léteznek nagyon finom tudatszintek, melyeket a hétköznapiakban általában nem tapasztalunk, vagy csak villanásszerűen, az elalvás előtt, illetve közben; de a köztes létben, a két élet közötti időben a maguk teljességében meg tudnak jelenni ezek az állapotok. Ha nem félünk az (el)alvástól, ha biztosak vagyunk abban, hogy másnap felébredünk, holott semmi garancia nincs rá, akkor a haláltól sem félünk. A buddhizmus szerint a halálkor ugyanolyan tudatvesztés következik be, mint az alvás folyamán. Akkor is az történik, hogy egyszer csak már álmodunk, nem tudjuk a tudat folytonosságát fenntartani, holott az megmaradt, csak mi nem tudjuk fenntartani. Ugyanígy, az életek között is van egy felejtési periódus, egy álmodási fázis, ami általában megelőzi a következő testetöltést. Ha ezen az ember elgondolkodik, akkor a halál már nem tűnik annyira félelmetesnek, „kis halál” az alvás, mindegyik ciklust megéljük minden nap.

A másik, ami nagyon fontos a jó halálhoz: az ember utolsó gondolata, utolsó tudatállapota a halál előtt. Hiszen a halál egy kapu, és nagy jelentősége van annak, hogy mit viszünk magunkkal ezen a kapun átkelve. Ezért a hospice szolgálatoknál dolgozó buddhisták részt vesznek a távozni készülő szenvedéseiben, mellette vannak, hogy ne érezze magát egyedül, ne féljen a haláltól. A tudat érdekes játéka, hogy nem tudunk félni a múlttól, csak a jövőtől, viszont haragudni csak a múltra tudunk, a jövőre nem. Tehát, aki távozni készül, annak segíteni kell a múlt iránti haragja, a rendezetlen helyzetek és kapcsolatok keltette nyomasztó érzései feloldásában, mert ezek nagyon rossz „bátyut” jelentenek a kapun átkelve. A jövővel kapcsolatos félelmeitől is meg kell őt szabadítani, s ez úgy lehetséges, hogy megismertetjük vele a halál folyamatát, ami a buddhizmusban nagyon részletesen le van írva.

Ennek minden mozzanatát megtapasztalja az ember még életében, csak ezek a halálban meghatározott sorrendet követnek, amit az elemek lebomlásának neveznek. A fizikai test merevsége, ami a föld elemmel kapcsolatos, a szomjúság, a nedvek eleresztése, a légzés leállása, a testi hő eltűnése – az érzetek szintjén ezek mind lezajlanak az alváskor is, csak az elalvásnál nagyon gyorsan, a halálnál pedig egy teljesebb formában. Ezt kísérik tudati folyamatok is, úgynevezett belső látomások.

A buddhista tanítások a jelennel kapcsolatban azt szokták a haldoklónak tanácsolni, hogy élje át a halált, mert az csodálatos felszabadulási élmény. Ha valaki képes erre, és nem ájul bele a különböző állapotokba, amikor nagyon erőteljes testérzetek és tudati víziók jelennek meg, a nagyon magas szintű felszabadulás állapotába kerülhet, hatalmas fényt tapasztalhat. Ha nem, akkor a köztes lét állapotába kerül. Ez a meghalás folyamatának a két verziója. Általában a szentek vagy a nagy mesterek képesek végig tudatuknál maradni a halál folyamán. Ők már az életükben is tudatosan álmodnak. Fenn tudják tartani a tudatuk folytonosságát, és tudják, hogy álmodnak. Az ilyen lényekhez nem nyúlnak hozzá a halálukkor, három-három és fél napig a testük ülő helyzetben marad, és a szívüknél melegség van. Ez azt jelenti, hogy a tudat még benn van, és csak utána távozik az illető; ilyenkor a felszabadulását szokták ünnepelni. Ha nem sikerül tudatosan átélni a halált, akkor egy *blackout* (eszmeletvesztési) fázis következik, ugyanúgy, mint az álmodás előtt és után. Majd az egyén a köztes lét látomásaiban találja magát, és utána elindul egy újabb újjászületés felé.

Sonkoly Gábor: Kránitz professzor úr, a halál álmodás?

Kránitz Mihály: Erről a témáról a vallások sokat mondhatnak közösen is. Az egyiptomi vallásosság a halál kultusza volt, részletesen kidolgozták, hogy utána mi következik. A kereszténységben is ott van az ítélet, a halál a büntetés, és Jézus Krisztus a halálával és a feltámadásával éppen ettől szabadított meg bennünket. „Halál, hol a te győzelmed? Halál, hol a te fullánkod?” Így a keresztény ember számára a halál bizonyos szempontból elveszíti a komolyságát. Nem tragikus végzet, nem megsemmisülés, ugyanakkor a test ténylegesen megsemmisül. Ahogy a mag a földbe hullik, ott először elrothad, s utána abból fejlődik ki a csíra, az új élet. Pál apostol is ezt a szimbólumot használja a feltámadás megvilágítására.

Hogy konkrétan mi történik, azt szintén az ő egyik leveléből (az első Tesszalonikaiaknak írt levél) lehet kiolvasni. Pál apostol azt mondja, hogy kétféle átváltozás lesz; az utolsó ítéletkor, a történelem végső pontján mindenki számára világossá válik mindennek a jelentősége. Mi ezt Jézus Krisztus második eljövételével, visszatérésével határozzuk meg. Akik már meghaltak, azok feltámadnak, akik pedig élnek, azok elragadtatnak – ezt a szót használja Pál apostol –, és örökké az Úrral leszünk. A halál is egyfajta isteni beavatkozás, és az azt követő idő nem individuális élmény lesz, hanem közösségi. A kereszténység *communio sanctorum*-ról beszél, ami azt jelenti, hogy azt a teljességet majd egyfajta közösségben éljük meg.

Ez titokzatos módon már itt a földön meg tapasztalható. Az örök élet elővételezése ez – tudom, hogy a halálom nem teljes megsemmisülés lesz, hanem az élet része. Bár a földi élet utolsó állomása, de az élet folytatódik. Ha bárki tragikusan meghal például egy autóbalesetben, vagy elveszítem az édesanyámat, a rokonomat,

a személyiségüket nem lehet megsemmisíteni, ők továbbra is vannak! Akit már egyszer életre szőlítottak, az tovább él, csak más formában, csak a testét hagyja itt. Ha a nagymama meglátogatja az unokájával a temetőt, akkor azt látják ott kiírva, hogy feltámadunk. A rokonuknak csak a sírja van a temetőben, ő maga a Jóistennél van, ezt mindig is így mondjuk. De megadjuk még a testnek is a tiszteletet, mert az hordozta a halhatatlan lelket. Régebben a katolikus szertartásban – ami mára kissé leegyszerűsödött – az ember holttestét a koporsóban beszentelték tömjénfüsttel, a tisztelet jeléül. A test a személyiség hordozója volt, és mivel hétévenként kicserélődik a testünk, a teljes anyagi valónk, egyértelmű, hogy a lélek az, ami maradandó. Ahogy Jézus fogalmaz: „a test nem használ semmit”. De még ezt a testet is vissza fogjuk kapni megdicsőült formában.

Amint Jézus a feltámadás utáni jelenéseiben bemutatta, egyszerre lehetett több helyen, a zárt ajtókon, a falakon is át tudott lépni, nem volt számára akadály. Ez a folyamat tulajdonképpen haladás, egy elragadtatás, és aki az életét abban a szellemben éli, hogy az élet igenis folytatódik odaát, az már itt megtapasztalhatja ezt. Akár azzal a semlegességgel is, amelyet Nádas Péter említett, hogy mintegy kívülről látjuk önmagunkat, az eseményeket, s akkor érezzük, hogy Isten jelen van, itt van közöttünk.

Sonkoly Gábor: Ezek szerint a halál kellemes dolog? Vagy attól függ, hogyan éljük meg, hogy milyen a tudatunk?

Kránitz Mihály: Szomorú a halál. Jézus meg-siratta Lázárt, feltámasztotta Jairus leányát és a naimi ifjút is, együtt tudott érezni a bánkódó emberrel. Ezért kell ott lenni a haldokló mellett. II. János Pál halála olyan mély emberi tapasztalat

volt, amely megrendítette az emberiséget, vallásuktól függetlenül.

Mert az ember lényegéről van szó, a halálban talán ki tudja mondani önmagát, ekkor megint kap egy lehetőséget, hogy döntsön önmagáról. A jobb lator az utolsó pillanatban érezte át, hogy miről van szó, és ott, Jézus mellett döntött. „Ez igaz ember” – mondta. „Mi pedig megérdemelten vagyunk itt”, vagyis a kereszten. Tehát az ember nemcsak anyag, nemcsak földi élete van, hanem már itt a földön elkezdődik a természetfölötti élete.

Sonkoly Gábor: Péter, szeretnél kérdést feltenni a többieknek, vagy hozzászólni?

Nádas Péter: A korábbi csodálathoz és csodálkozáshoz képest kérdéseim támadtak. Tulajdonképpen mindenkihez, magamhoz is, a saját szakmám praktikus és kisszerű szabályai szerint megfogalmazható kérdéseim. Azt érzem ugyanis közösnek, hogy akár kapu a halál, akár büntetés, mindenképpen gesztusokat keresünk ahhoz, hogy a halál viszonylatában miként határozzuk meg az életet. Ezt a világvallások etikai gesztusának nevezhetjük.

Az emberi személyiséget a magam részéről a tulajdonságok összességének tartom. A tulajdonságok együttműködése, korrespondenciája rajzolja ki a személyiséget. A tulajdonságok egymáson mozognak, egymásban mozognak és a külvilághoz képest alakítják az egyén körülményeit. Ha a világvallások etikai gesztusa csupán gesztus marad, és nem megnevezhető, hogy egy vallás a gesztusával mire törekszik, akkor az emberi tulajdonságok, egyenként vagy összességében legyenek bármily hajlékonyak, nem tudnak vele sokat kezdeni. Ha valaminek a tartalma nem megnevezhető, akkor felmerül a kérdés, hogy van-e egyáltalán értelme?

Nagyon dicséretes, hogy a világvallások keresik ezt az etikai gesztust, de ha nem tudják vele megnevezni a közöst, ami felé menetelnek, vagy ami felé menetelünk, akkor vagy üressé válik a gesztusuk, vagy sokféleképpen felhasználhatóvá, olykor igen veszélyessé. Nem azt kéne megmondaniuk, hogy mi felé kell menetelni, mert a „kell” az egy másik kategória, inkább pedagógiai vagy politikai kategória, hanem az emberben élő közös törekvések tárgyait. A lélek megnevesülése lenne ez? Jó, de miben álljon a lélek megnevesedése, mihez képest? És egyáltalán, a testhez képest mi lenne a lélek? A karma? De mi felé törekedjek, hogy egyáltalán ne szülessek újjá?

Tehát az etikai gesztusnak szerintem először is tartalmat kéne adni, olyan tartalmat, amely a közös emberi törekvéseknek megfelel, s így a tulajdonságok is tudnak vele valamit kezdeni. Ennek hiányában az én hivatásomnak sincs értelme, mert nem mondhatom, hogy az élet a születéssel kezdődik és a halállal végződik, s annyi megírható élettörténet van, ahány élet a világon. Egyrészt annyit nem lehet megírni, másrészt nem érdemes. Úgyhogy e válasz nélkül én is bajban vagyok a saját hivatásommal.

Sonkoly Gábor: Felmerül tehát a kérdés: mi is a célja annak, hogy jól haljunk meg? Csak arról van szó, hogy szépen tudjunk meghalni, és ne fájjon, vagy pedig van valami etikai, morális tartalma is a „jó” meghalásnak?

Sivaráma Szvámi: A lélek eredeti azonossága az, hogy örök szolgája Istennek. Azt gondolom, ezt a keresztény teológiával hasonlóképpen látjuk. Amikor szabad akaratunkból azt választjuk, hogy elfordulunk Istentől, akkor egy olyan világba kerülünk, ahol megvan az az illúzió, hogy függetlenek vagyunk Tőle. Az egymást követő életeket

és a halált is jellemzi egyfajta minőség, annak megfelelően, ahogyan éltünk. Mi a cél? Az, hogy visszakérüljünk az eredeti helyzetünkbe, a lelki testünkbe, és visszaállítsuk lelki kapcsolatunkat Istennel. Ez a lélek célja, a mi örök természetünk, azonban az evilági hamis azonosságunk (hamis ego) ezt befedi.

Hogy hogyan halunk meg, annak van egyfajta minősége. Az állatok is meghalnak, az emberek is, és még a magasabb rendű élőlények is meghalnak; a lényeg az, hogy mennyire tudatosítjuk magunkban az azonosságunkat. Amikor tudatában vagyunk annak, hogy valójában kik vagyunk, akkor a halál után törvényszerűen az annak megfelelő helyet és célt fogjuk elérni. *Yam yam vāpi smaran bhāvaṁ tyajaty ante kalevaram tam tam evaiti kaunteya sadā tad-bhāva-bhāvitah*: „Amilyen létállapotra emlékezik az ember teste elhagyásakor, azt éri majd el kétségtelenül” (*Bhagavad-gītā* 8.6). Ha valaki elmerül Isten szolgálatában, akkor visszamegy Istenhez, ha pedig valamiféle anyagi dologra vágyik, akkor ahhoz tér majd vissza.

Béres Tamás: Úgy gondolom, hogy nem tudunk e tekintetben közös nevezőre jutni, mert a nyelvünk nem közös. Rövid válaszom Nadas Péter kérdésére, hogy ami felé minden és mindenki tart, az Isten, akit a Bibliában így is jellemeznek: „Aki végül minden mindenkben lesz”. Én ezt így tudom megfogalmazni, más szavakkal tudom kifejezni, mint a Kṛṣṇa-tudatú hívők vagy a buddhisták. Abban azonban egészen biztos vagyok, hogy ha Istenről akarunk beszélni, akkor végső soron ugyanarról beszélünk, csak különböző szókincset használunk.

Egy példát hadd mondjak erre. A kereszténységnek van egy szava, régi görög szó, az ortodox egyházaknál mai napig liturgiai használatban

van: *ouszia*, ami tulajdonképpen a világ alapját is jelentő, kimeríthetetlen Isteni lényegét jelenti. Ezzel a filozófusok nem tudnak mit kezdeni, ők csak a következő lépcsőnél, a szubsztancia szintjén képesek belépni a beszélgetésbe. Ma egyre elterjedtebb vélemény – részben éppen az elmével kapcsolatos tudományos kérdések vetik fel ezt a lehetőséget –, hogy talán nincs is értelme a szubsztanciáról, az anyagról szóló beszédnek olyan értelemben, mint ami mindennek a lényege lenne. Az ontológia és a szubsztancia fogalmai, amelyek pedig a nyugati filozófiai nyelv jellemző elemei az istenismeret leírásában, már a görög nyelv mélységeinek visszaadásánál is gondot okoznak. Ez nem azt jelenti, hogy a nyugati teológiai nyelv ettől kezdve nem érvényes többé, hanem annak felismerését, hogy Isten nem szorítható be arra a területre – legyen az írás, szó, érzés, gondolat vagy vágy –, amellyel kultúrkörünknek megfelelően beszélni szoktunk róla. Ha ugyanez a beszélgetés Indiában folya, ahol a szavak az indiai kultúra összefüggésében hangoznának el, akkor valószínűleg az indiai filozófiának megfelelő szavakat keresnénk, hogy megértsük egymást.

Nagyon lényeges dolognak tartom, hogy ez nem etikai jellegű probléma. Az etikának ugyanis egy idő után vége van. Már Kirkegaard megállapította, hogy létezik az etika teológiai felfüggesztése. Ő három létstádiumot különböztetett meg: esztétikait, etikait és vallásit. A vallási fázist arról lehet megismerni, hogy nem etikai és nem is esztétikai. Az őskeresztény, illetve a korai gyülekezetek az ezzel kapcsolatos felfogásukat gyönyörűen fejezték ki: az eukarisztia nem más, mint a halál elleni orvosság. Úgy gondolták, hogy nem egy bizonyos tudás birtokában vannak, amely biztosítja számukra a halhatatlanságot, hanem abban a pillanatban, amint elfogadják azt, hogy a kívülről

hozzájuk lépő Istennel megosztják a mindennapi vacsorájukat, aközben részesülnek a halál elleni orvosság egyetlen igazi ajándékában.

Sonkoly Gábor: Zoltán, van fontosabb cél, mint a jó halál?

Cser Zoltán: A buddhizmusban is létezik az eukarisztiahoz hasonló gyakorlat. Ez az *amṛtāyus*, a végtelen élet gyakorlata, amelyben ugyanúgy bor és ostya vagy kenyér fogyasztása történik. Ez a szertartás nálunk is a halhatatlanság elérését célozza.

De miért jó halhatatlannak lenni? Mi személységnek azt nevezzük, ami elhatárolja magát másoktól, ami nem azzal a tudattal él, hogy ő egy az összes lénnel. E kettősség miatt pedig olyan tetteket követ el, amelyek etikátlanak, már csak azért is, mert szenvedést vonnak maguk után. Az etika mibenlétét úgy tudja meg tapasztalni az ember, ha például a klinikai halál állapotából visszatérve végiggondolja, hogyan élte volna meg az életét, ha már a születése pillanatától rendelkezett volna ezzel a tudatállapottal, azaz azzal a tudással, hogy a halállal nem ér véget semmi. Ezt a különbséget lehet etikának nevezni.

A buddhizmus szerint a halál feletti tudatállapot a szabadság, a boldogság és a mindentudás erényével van felruházva. Buddha ezt nem nevezte Istennek, mert az akkori Indiában nem volt tanácsos a megszemélyesítése. A boldogság tudatállapotához természetesen hozzájárul a szeretet, az együttérzés, az együtt örvendezés és a távolságérzet hiánya más lényekkel kapcsolatban. Ha ezt az állapotot el szeretnénk érni, ahhoz etikát kell gyakorolnunk. Ezt az állapotot most nem éljük, mert kötöttségektől szenvedünk, nem vagyunk boldogok, és nem értjük az életünket. Az etika azt szolgálja, hogy az ember hasonlatossá

váljon ahhoz a tudatállapothoz, amiből kizuhant. Ezért kell a halált és a szenvedést elviselnie.

Kránitz Mihály: A szentírás tanítása szerint az embernek az a rendeltetése, hogy egyszer éljen, és utána ítéletben legyen része. Egyetértetek Zoltánnal: nem mindegy, hogyan élünk, és hogyan fejezzük be ezt a földi életet.

Szent József a jó halál mintája és védőszentje. Azért van például a betegek szentsége, hogy még az utolsó pillanatban is rendezni lehessen az életet. Az egyik lelki atya mondta, hogy sok embert látott Isten nélkül élni, de keveset nélküle meghalni. A kórházakban a lelkészek 24 órás szolgálatban járnak a kórtermeket, és nagyon sok megnyilatkozással találkoznak. Azért kell a jó halál, hogy utána jó helyre kerüljünk, mert az ember felelős a tetteiért, és nem mindegy, hogyan él. Fontos az elme, fontos a tudat, fontos a lelkiismeret, és a földi életünk meghatározza, hogy majd hova kerülünk. Ezért nagyon fontos az erkölcs, az etika, az élet- és a halálfelfogás. Az egyház az élet kultúráját védi még a halál utolsó pillanatában is, az eutanáziát teljességgel elutasítja.

Sonkoly Gábor: Elég sokat hallottunk arról, hogy az egyén mit tehet, mit kell tennie ahhoz, hogy értékes halála legyen. A teodicea kapcsán felmerül az a kérdés, hogy Isten miért tette ennyire nehézé a halált? Miért kell szenvednünk, miért kell félnünk tőle? Mit akart Isten vagy az abszolút energia ezzel a helyzettel? A halál ítélethozatal-e, és mi Isten szerepe ebben?

Béres Tamás: Rendkívül megragadott engem Nádás Péter leírása, mert rávilágított arra, hogy van értelme annak, ha az ember tudatosan él, hiszen csak azokkal a fogalmakkal tudta

jellemezni halálközeli pillanatainak élményeit, amelyekben addig is gondolkodott. Minél mélyebben gondolkodik el az ember a világról, és kerül végső soron közelebb hozzá, annál mélyebben valósul meg egyediesülése, és annál nagyobb esélye van rá, hogy az utolsó perceit egységként, értelmes összefoglalásként élje meg.

Ez a teodicea tapasztalati oldala, de van elméleti oldala is. Ismerünk nagy filozófusokat, akik ezzel foglalkoztak, és ismerjük Jób könyvének az alapötletét is – talán ez közelebb van a mi alapkérdésünkhöz. Addig, amíg az ember nem látja, hogyan áll össze egy egységgé az élete, addig ez valós kérdés, és addig beszélni is kell róla. És ha most Nádas Péterhez hasonlóan mindannyian olyanokként ülnénk itt, akik visszajöttek a majdnem odaatról, akkor valószínűleg más hangulatú diskurzust lehetne erről a kérdésről folytatni. Olyat, amelyben a teodicea kérdésével együtt járó ösztönös kíváncsiság helyét valamivel nagyobb mértékben tölti be a személyes tapasztalat.

Nádas Péter: Ez nagyon fontos momentum! Egyre többen leszünk, akik visszajönnek, akiket visszahoznak az orvosok – a technikai adottságok miatt. És egyre többen reagálnak vagy csodálkoznak rá a visszatértek élményeire. Mindkét fél nagyon fontos, praktikus szempontból és a teodicea szempontjából is.

Béres Tamás: Én sem gondolom, hogy úgy oldódna meg a kérdés, hogy miközben megyünk kifelé az életből, szembetalálkozunk Azzal, akit olyan régen sejtettünk vagy megtanultunk; ahogy ez Nádas Péter könyvében is tükröződik. Azt viszont gondolom, hogy az itteni emlékeink, mindennapi élményeink átszíneződnek, talán néhány közös színcsoport is megjelenik, az egyediesülés eredményeként a többiekkel való hasonlóságom

is egyértelműbbé lesz. Hasonló ez ahhoz, amit Zoltán mondott, hogy etika az, amit visszatekintve már máshogy tennénk meg.

Cser Zoltán: A cél a tanulás, önmagunk megismerése és a megvilágosodás. Tulajdonképpen ennyi a cél.

Visszatérve az ítéletre, a buddhizmus nem beszél ítéletről, bár vannak populárisabb nézetek, a népi vallásosság elképzelései a halál utáni létről, például hogy Yamarāja megjelenik egy tükörrel stb. Mi úgy gondoljuk, hogy az ember magával teszi ezeket a dolgokat. Egy jó tanács szerint a karma mindenképpen működik, ha feldobunk egy követ, akkor az visszaesik, de ezt ne tetézzük azzal, hogy megítéljük a dolgokat. Vagy ha már ítélni akarunk, akkor próbáljuk konstruktívan megítélni a saját dolgainkat. Az ember ne azzal a szándékkal tekintsen vissza az élete eseményeire, hogy miért kell bűnhődnie vagy büntetnie magát, hanem azzal a szándékkal, hogy valamiképpen megpróbálja helyrehozni őket. A destruktív és a konstruktív ítélet között jelentős különbség van, és a távlati dolgok szempontjából sem mindegy, hogy milyen tudatállapotban vagyunk. A buddhizmus az ítéletről ennyit mond általánosságban.

Kránitz Mihály: A jó pap holtig tanul. Isten kompasszióval fordult felénk Jézus Krisztusban, együtt szenvedett vele és értünk adta magát Jézus Krisztusban. Testileg és mindenben hasonlóvá lett hozzánk, a bűnt kivéve. A bűn titok, *misterium iniquitatis*, sok mindenre nincs válasz itt a földön. A bűnre sem, Auschwitzra sem, a halálra sem.

Az lenne a szép, ha a szellemi és testi fejlődésünk csúcspontjának elérése után nem a hanyatlás következne, mert a szervezet elhasználódik, és fizikailag tönkremegyünk. Azonban

az életünk második felére a gondolkodásunk, az érzélemvilágunk letisztul, hasznos tapasztalatokat szereztünk addigra, és éppen akkor itt kell hagynunk ezt a földet. A halál büntetés jellegétől Jézus Krisztus szabadított meg bennünket egyszer s mindenkorra. A földi élet előkészület lesz, a megtisztulás útja, hogy majd odaát még nagyobb tisztaságban, az eredeti szentségben részesülve találkozassunk a személyes Istennel.

Sonkoly Gábor: Tehát akkor a halál fájdalmas vagy nem? És van-e ítélet jellege? Azért fontos a halál pillanata, hogy részesüljünk ebben az ítéletben?

Sivaráma Szvámi: Az ember felelős a saját szenvedéséért. A szenvedés oka a tudatlanság, ami abból fakad, hogy lázadunk az eredeti, örök, lelki, tökéletes azonosságunk ellen, hogy Isten szolgálai vagyunk. Elfogadjuk ezt az ideiglenes világot otthonunknak, és a testünkkel azonosítjuk magunkat. Amíg azonosítjuk magunkat a fizikai testünkkel és az anyagi világgal, addig szenvedni fogunk. E miatt a szenvedés miatt okozunk szenvedést másoknak is, de ez a mi felelősségünk, nem Istené.

Ő adott egy lehetőséget, teremtett egy világot, és ez egy olyan mechanizmus, ami nem közvetlenül kapcsolódik Istenhez, nem Ő az oka a mi cselekvésünknek, hanem mi magunk. Amint a lelki mivoltunkkal azonosítjuk magunkat, nem halunk meg, és nem fogunk tovább szenvedni. De amíg ragaszkodunk ehhez a testhez és a világhoz, addig folytatódik a szenvedésünk. Ez a mi döntésünk, nekünk kell eldönteni, hogy melyik irányba haladunk. Az életünk meghatározza, hogyan fogunk meghalni, de nem Isten a felelős ezért, hanem mi magunk.

Sonkoly Gábor: Van-e valakinek hozzáfűznivalója?

Nádas Péter: Mint laikusnak és mint írónak természetesen maradtak kérdéseim. Ami az emberi személyiséget illeti, a tulajdonságok összességét és egységét, ezt a csodás legmulandóbbat: a testben van, de a testtel teljes szimbiozisban él. Mindaz, ami tudatként és lélekként bennem létezik, ugyanakkor szoros kapcsolatban áll a fiziológiai működéssel, az egyik a másiktól nemigen választható el. Én ezt nem látom negatívumnak, tehát valami olyasminnek, amit el kéne hagyni, hanem egyenesen isteni adománynak tartom, az egység foglatának és feltételének. A tulajdonságaim ebben az összefüggésben élnek, így lesznek semmivel nem összehasonlíthatók, ilyen nem volt még, és nem lesz többé. Azok az emberpéldányok, akik itt ülnek együtt, teljesen egyediek, mégis van bennük valami, ami összefűzi őket a teremtett világgal, illetve a természeti világgal, a teremtés ismétlődött meg bennük és velük. Nekem meg kell tudnom határozni ebben a kisebb léptékben, a saját testemben, a saját tudatomban is a napi teendőimet, vagy a hőseim napi teendőit. Éppen ezért, ha isteni érvényességről beszélek, akkor az isteni érvényességet le kell bontanom egészen a sejtfalakig, ezt nem tudom elhanyagolhatónak tekinteni.

Béres Tamás: Szeretném megtudni, hogy az indiai vallásokban van-e valami, ami a bűnbocsánathoz hasonlít.

Sivaráma Szvámi: Igen, azzal fejeződik be a *Bhagavad-gītā*, hogy Kṛṣṇa azt mondja: *aham tvām sarva-pāpebhyo*, minden bűntől megszabadítalak, csak hódolj meg előttem. Ez az alapelv.

Ha meghódolunk Isten előtt, akkor Ő hajlandó minden bűnünket megbocsátani.

Sonkoly Gábor: A közönséghez fordulok: van-e valakinek kérdése bármelyik előadónkhoz?

Kérdés: Mindenkitől szeretném kérdezni, hogy volt-e Önöknek Isten-közel élménye, tapasztalata?

Sivaráma Szvámi: Rendszeresen, naponta, állandóan.

Cser Zoltán: Volt, de megijedtem.

Béres Tamás: Nekem három ilyen élményem volt.

Kránitz Mihály: A kereszténységben azt valljuk, hogy az oltáriszentségben Isten jelen van, tehát az imádság és az imádás mozzanatában jelen van, és a bűnbocsánatban is. Nálunk a szent gyónás tényleges bűnbocsánatot jelent, a megtisztulás felemelő élménye egy ilyen Isten-tapasztalat.

Nádas Péter: Én elmondtam, hogy volt. Ez nagyon zárt dolog, nem tudnék róla beszélni.

Kérdés: Kránitz Mihály azt mondta, hogy akik nem követik Krisztust, azok sem fognak elveszni, hiszen Istennek egyetemes, üdvözítő akarata van. Ez mit jelent?

Kránitz Mihály: Egyetlen Isten van, függetlenül attól, hogy valaki Északon vagy Keleten él, vagy hogy milyen a bőre színe. Az emberiség is egy. A kinyilatkoztatás a történelem egy adott pontján jött el hozzánk, ennek van egy zsidó–keresztény hagyománya. A mi üdvösségünket, a végső

sorsunkat ez az üdvtörténet határozza meg.

Ehhez viszont az embereknek, a népeknek, a nemzeteknek el kell jutniuk, egyszerűen meg kell ismerniük, tudniuk kell erről. Ezért a kereszténység – ahogy Gerardus Van der Leeuw definiálta – a nyugtalanság vallása. Vagyis a misszió vallása. Jézus ezt adta parancsba a tanítványainak, hogy „menjetek és hirdessétek, menjetek és tanítsatok, menjetek és kereszteljétek”. Hogy hirdessék azt az igazságot, amihez ők nem maguktól jutottak el, hanem a második isteni személy, Jézus Krisztus jóvoltából, aki személyesen jött el hozzánk, aki az örök életről is tanúságot tett azzal, hogy meghalt és feltámadt. Ezt a titkot, ezt az üzenetet hirdetni kell.

Akihez ez nem jutott el – önhibáján kívül –, az is üdvözül eme isteni szándék következtében, de annak az embernek is a lelkiismerete határozza meg a sorsát. A lelkiismeret valójában az Isten követe bennünk. Ha jót teszünk – függetlenül attól, hogy hívők vagyunk vagy nem –, az megerősít minket, hogy jó ez az út. Ha meg rosszat teszünk, akkor furdal bennünket a lelkiismeret. Természetesen a lelkiismeret tévedhet is, de most maradjunk az egészséges embernél. Isten nem hagyja egyedül az egyes embert sem, hanem az – éppen a lelkiismeretén (*conscientia*) keresztül – egy belső tudással rendelkezik. Tertullianus latin egyházi író azt mondja, hogy az ember a természeténél fogva vallásos lény. Istenhez rendelődik, s ezért az egyetlen Isten azokat is üdvözíti, akik valamilyen okból kifolyólag még nem jutottak el Krisztus kifejezett ismeretéhez, és így nem volt lehetőségük arra, hogy találkozzanak ezzel az evangéliummal, örömhírrrel. Európa és a civilizált világ, ahová a keresztények vitték el a civilizációt, nem ide tartozik. De van egymilliárd keresztény és hatmilliárd lakos itt a földön. Isten jósága, jó szándéka ellenére az ember felelős a tetteiért;

még az is, akihez ez a tiszta evangélium nem jutott el, mert a lelkiismerete őt is vezeti.

Kérdés: Ez azt jelenti, hogy azok az európai emberek, akik keresztény kultúrkörben nőttek föl, ennek ellenére nem követik Krisztus tanításait, mégiscsak el fognak veszni?

Kránitz Mibály: Nem! Egyáltalán nem! De kérdés, hogy miért nem követik? Nem ilyen egyszerű a kérdés, hogy van a *massa damnata* és vannak a csekély üdvözültek, hanem mi az oka annak, hogy nem követik.

Sokszor a neveltetés, a környezet tehet róla. Az utcán megkérdeztek egy fiataalt, hogy mi a véleménye Istenről, s azt felelte: annyit tudok róla, hogy nincs. Vajon milyen neveltetésben részesült az illető? Aki az igazságot keresi, az – hitem szerint – eljut az Abszolút Igazságig. Ez Jézus Krisztus, aki azt mondta, hogy „én vagyok az út, az igazság és az élet.” A végső szentencia nem az emberé, hanem azt majd Isten mondja ki. A jobb lator az utolsó pillanatban üdvözült. Nagy fontossága van a halálközeli élményeknek is, amikor leperreg az ember élete a lelki szemei előtt, hogy ott miként dönt az illető. Ezt pedig nagymértékben befolyásolják például a barátaival folytatott beszélgetései, és ha csak annyit mond, hogy „mégis neki volt igaza”, az már egy üdvözítő cselekedet.

Kérdés: Én azt gondolom, hogy a legtöbben – akik még nem köteleztük el magunkat valamelyik vallás mellett – azért jöttünk ide, hogy megtudjuk az igazságot, és hallottunk négy különböző igazságot. Három magyarázata lehet ennek logiai úton. Vagy egyiküknek sincs igaza, nem úgy van a valóság, ahogy Önök gondolják, ez az első. A második, hogy részigazságok vannak, s ez két részre oszlik: vagy egyvalakinek van igaza, vagy mindenkinek

egy picit van igaza. A harmadik pedig az, hogy Önök közül mindenkinek igaza van. A kérdésem az, hogy talán mindenkinek igaza van egy picit, s ezt vallják Önök is? És ebben az esetben a hitünk, amit az életünk során felépítünk, amit vallunk, az mennyire hat a valóságra? Mennyire lesz az a valóság, amit mi hiszünk, hogyan alakítja a tudatunk, a hitünk a valóságot? Legyen neked hited szerint – ez mennyire igaz Önök szerint?

Cser Zoltán: A kérdésben magában van a hiba. Mindenki téved természetesen, Istenről beszélni teljesen dőre dolog, hiszen fogalmakkal kifejezhetetlen, viszont átélhető állapot. Hallottuk Nádas Pétertől is, hogy ezt nem lehet megfogalmazni. A logikai rendszerek és azok a nézetek, amelyeket mi képviselünk, arra valók, hogy jófelé irányítsák az embert. Aztán amikor az ember már kezdi megtapasztalni ezeket a rendszereket, akkor szépen elhagyhatja őket. A hitről én nem beszélek, arról mások többet tudnak.

Béres Tamás: Ha azt mondom, hogy az én édesapámnak mindig igaza van, és ő a legjobb édesapa a világon, akkor igaza van annak is, aki azt mondja, hogy igazam van ebben, meg annak is, aki azt mondja, hogy nincs igazam. Ez participáció kérdése.

Cser Zoltán: Az a lényeg, hogy hova vezet egy rendszer. Ezért mondja a buddhizmus, hogy jöjj és tapasztalj. A logikai rendszereket az ember megismeri, elkezdi őket gyakorolni, elkezd azok szerint élni, és meg kell tapasztalnia, hogy az jó-e neki vagy sem. Nem biztos, hogy mindenkinek megfelelő ugyanaz az igazság, ezért jó, hogy annyiféle van, lehet választani, és az ember megtapasztalhatja közöttük a különbséget.

Nádas Péter: Ha logikai úton akar hozzájutni a válaszhoz, akkor logikai úton azt kell kérdeznie, hogy ezekben a megnyilvánulásokban mi az, ami közös, vagy mi az, ami teoretikusan egy fokozattal feljebb van. Ha ezt a pontot megtalálta, akkor az eredeti kérdésére nem fog választ kapni, de a logikai választ meg fogja kapni.

Sonkoly Gábor: Beszélgetésünket azzal a gondolattal szeretném lezárni, hogy a halál nem tabutéma, a haláltól nem kell félni, a halálra fel kell készülni. Nagyon szépen köszönöm a beszélgetőtársaknak, hogy ennek megértéséhez hozzásegítettek minket!



Tasi István
kultúrantropológus

Tasi István (Īśvara Kṛṣṇa dāsa) (szül. 1970) egyetemi tanulmányait az ELTE BTK kulturális antropológia szakán végezte. Kutatási területei: a hinduizmus irányzatai; összehasonlító vallástörténet; a modern tudomány kulturális batásai. A Védikus Tudományok Kutatóintézetének vezetője, ahol a modern tudomány, illetve az ősi indiai védikus írások összehasonlító elemzésével foglalkozik többféle tudományterületen. Több könyve jelent meg a tudomány és a vallás batárterületeit érintő kérdésekben: Abol megáll a tudomány (1999), A természet IQ-ja (2002), A tudomány felfedezi Istent (szerk., 2004), Mi van, ha nincs evolúció? (2007).

Előadás:

Egy életem, egy halálom? Tudományosan ellenőrzött beszámolók előző évekről

Előadó:

Tasi István

Megmondom őszintén, azt terveztem, hogy a mai alkalommal egy rövid színdarabot fogok bemutatni. Bevezetésképpen elmesélem annak a történetét, hogy miért akartam ezt, és hogy végül is miért nem lett belőle semmi.

A történet húsz évvel ezelőtt kezdődik, amikor leérettségiztem, és utána három évig színházakban dolgoztam, mert vonzott a színpad, a szereplés lehetősége. Színházi karrierem csúcsát a régi Nemzeti Színház színpada jelentette, ahol *Az ember tragédiájában* léptem fel. Mivel ebben a darabban igen gyorsan változnak a jelenetek, a rendező azt a megoldást választotta, hogy a díszlet is emberekből volt. Én mindegyik színben másféle díszletet „játszottam”, az Eszkimó színben például hóbuckát alakítottam. Több más, korombeli statisztával együtt kuporogtunk a színpad különböző pontjain, hatalmas nemeztakarókkal letakarva. A húszperces jelenet alatt igencsak megizzadtunk a reflektorfényben. Persze, mondanom sem kell, az én alakításom határozottan kiragyogott a többi közül. Mégis – talán megértik –, mindez nem elégítette ki egészen a színészi önkifejezésre való vágyamat. Ezért gondoltam úgy, hogy a mai alkalommal a

reinkarnáció témáját valami egészen felkavaró, katartikus módon fogom bemutatni. Ezt a tervet előadtam a főiskola vezetőinek, a konferencia szervezőinek, akik azonban nem értettek velem egyet, s végül elfogadtam az álláspontjukat. Három érvük volt a mellett, hogy ne színdarab, hanem inkább előadás szóljon a reinkarnációról. Elsőként felhívták a figyelmemet arra, hogy bár valószínűleg régóta lakozik magamutogatásra való vágy a szívemben, de ennek kielésére nem ez a konferencia a megfelelő alkalom, és lehet, hogy inkább küzdenem kéne e vágyam ellen. Elismertem igazukat. A második fontos érv az volt, hogy ez egy tudományos rendezvény, a főiskolánk is alapvetően tudományos intézmény, s én nem kockáztathatom a főiskola hírnevét. Harmadrészt – és ez is fontos érv –, az előadásom mondani-valója tényeken alapszik, nem holmi művészi elképzelést, hanem lényegbevágó igazságokat szeretnék bemutatni. Ha azonban ezt egy színdarab keretében teszem, akkor nehéz elkülöníteni a fikciót és a valóságot egymástól. Győzött tehát a tudomány, amely egyébként szintén nem áll távol tőlem.

A 80-as években jelent meg Magyarországon Raymond Avery Moody könyve, *Élet az élet után* címmel, amelyet azóta 15 millió példányban adtak ki világszerte. Ez a könyv áttört egy falat, megszüntette a halál témájának tabu mivoltát. Én is elolvastam annak idején, és mélyen megérintett a halálközeli élményekről szóló leírások részletessége és az a lehetőség, hogy a halállal talán nincs mindennek vége. Azután háttérbe szorult az életemben ez a téma, de valahol mélyen azért motoszkált bennem.

A halálközeli élmény – amiről ez a könyv szól – azt jelenti, hogy baleset vagy kórházi műtét során az ember a klinikai halál állapotába kerül: megáll a szívverése, a keringése leáll, az agyhullámai

vízszintessé válnak, klinikailag halottnak nyilvánítták. A biológiai és orvosi ismeretek szerint ebben az állapotban az érzékelés lehetetlen lenne, mivel az érzékelésünk az érzékekhez kötött – mindennapi tapasztalataink alapján csak nyitott szemmel, nyitott füllel, élő, működő aggyal lehet tapasztalatokra szert tenni. Ennek ellenére a klinikai halálból visszatért emberek később arról számoltak be, hogy amikor a testük ebbe az életelen állapotba került, ők maguk, illetve a tudatuk kilépett a testükből, mintegy kívülről, magasabb kameraállásból látták a testüket és a körülötte folyó eseményeket. Ez igen-igen felkavaró élmény, radikálisan felforgatja ezeknek az embereknek a gondolkodásmódját és értékrendjét, hiszen megkérdőjelezi azt a testhez kötött identitást, amely egyébként a mindennapi életben jellemez bennünket. Az élménynek sok állandó eleme van, csak néhányat emelek ki közülük. Ilyen a testtől való elszakadás, a testenkívüliség érzése. A fájdalom megszűnik egyik pillanatról a másikra, mintha elvágták volna, ugyanakkor a tudatosság jelen van. „Lekapcsolják a kapcsolót”, még sincs teljesen sötét, hanem érzés és tapasztalat van, a testtől függetlenül. Ez radikálisan ellentmond annak a materialista elképzelésnek, hogy tapasztalás csak az érzékekkel és a testtel lehetséges. Súlytalanságot éreznek ezek az emberek, és nagyon gyakran precíz érzéki tapasztalatokról számolnak be, melyek néha még pontosabbak, mint az az átlagos tudatállapotunkban lehetséges; valamint érzékelik mások gondolatait. Mintha valamiféle szellemi létben leledzenének ekkor, ők mindent látnak, tapasztalnak, az őket szemlélők azonban nem érzékelik e működésüket.

Ez a jelenség már nemcsak anekdotikus szinten él, hanem alapos tudományos kutatások tárgya évtizedek óta, mióta Moody könyve által betört a köztudatba. Sokféleképpen kísérelték

megmagyarázni ezt a jelenségcsoportot. Az egyik lehetőség, amelyet szkeptikus, földhözragadtabb gondolkodók, tudósok állítanak, hogy mindössze a korábbi ismeretek stimulálódnak ismét az agyban. Minden kultúrában létezik valamilyen elképzelés a halál utáni létről, és ezek a halálközeli élményt átélő ember agyában fantázia-képek formájában teremtnének újra. Ugyanakkor mások rámutatnak, hogy nagyon sok jelenséget nem lehet ezzel megmagyarázni, hiszen a páciensek olyan tapasztalatokról, megfigyelésekről számolnak be, amelyekre az agytörzsük mélyén nem tehettek volna szert. Például valaki leolvasta a műtőlámpa tetején látható számat, illetve a kórház egy elhagyott helyén látott cipőről számolt be. Később maga az orvos járt utána a dolognak, s meg kellett állapítania, hogy a betege valóban olyan tapasztalatot szerzett, ami a műtőasztalon fekvé nem elérhető. A társadalmi befolyást is el kell vetnünk, hiszen ezek nem olyan élmények, amelyek létrejöhetnének társadalmi hatásra.

Vannak, akik biológiai szintű magyarázatot adnak a halálközeli élmény jelenségére, mondván, mindez az oxigénhiányos állapot miatt történik, a fényélmény és az összes többi tapasztalat is. Mert az agy ilyenkor védekezik az oxigénhiányos állapot ellen, és elkezd egy endopszichozin nevű polipeptidet termelni, ami ilyen érzeteket okoz az agyban. Azonban Michael Sabom kardiológus, aki több tucat ilyen esetet vizsgált ki, azt mondja, hogy az endopszichozin nevű polipeptid nem okoz ilyesmit. Ő összehasonlította a saját praxisában halálközeli élményt átéltek tapasztalatait egy kontrollcsoportéval, akik szintén a halál közelébe kerültek, de nem számoltak be ilyen élményekről. Ugyanis az eseteknek csak 30–40 százalékában fordulnak elő ilyen tapasztalatok. A jelenséget átéltek betegek döbbenetes pontossággal írták le a kezelés folyamatát, az elhangzott

szavakat, amelyek kísértetiesen egybeváltak a műtési jegyzőkönyvek leírásaival. Így hát ez a kutató is arra a megállapításra jutott, hogy nincs más magyarázat, mint a testenkívüliség.

Hadd idézzem most egy szaktekintélynek, Pilling Jánosnak, a téma egyik legnevesebb hazai kutatójának az *Élet és Tudomány*ban néhány éve megjelent írását: „A halálközeli élmény bizonyos elemeinek, például a testenkívüliségnek, az érzékszerveken kívüli érzékelésnek a teljes magyarázata még a jövő feladata.” Általában amikor a tudomány képviselői nem tudnak valamit, akkor nem azt mondják, hogy „fogalmunk sincs róla”, hanem hogy „a jövő feladata”. Két dolgot említ Pilling János: a testenkívüliség élményét és az érzékeken túli érzékelést. Ezek nem illeszthetők be a mi mechanisztikus, redukcionista, materialista, tudományos világképünkbe. Nem fordulhat elő, hogy valaki fizikailag, biológiailag halott, majd miután mégis magához tér, elmondja, hogy mit látott, mit tapasztalt, mit hallott. Tudományos szemszögből ez abszurd!

Michael Season, az említett kardiológus professzor írt egy könyvet a kutatási eredményeiről. Szkeptikusan kezdte ennek a témának a kutatását, de végül erre a következtetésre jutott: „Lehetséges volna, hogy a fizikai agytól elszakadó elme nem más, mint a lélek, amely tovább él a test végső pusztulását követően is, ahogy azt egyes vallási tanítások hirdetik? Ez a leglényegesebb kérdés, amely a testenkívüliség kapcsán felvetődik.” Ő így fejezi be a könyvét: mint tudós, mint orvos, mint kutató nem mondhat mást, mint hogy van valami, a tudat, ami elválk a testtől, és lehet, hogy ez az, amit a vallások léleknek neveznek. Valóban így van. A nagy kultúrák mind beszélnek erről az élményről, erről a testen kívüli tapasztalatról. Például az Egyiptomi halottaskönyv egyik illusztrációján a léleknek a testtől való függetlenségét,

szabadságát madárszerű ábrázolás jeleníti meg, kezében az örökkévalóság szimbólumával.

A nagy kérdés, ami ezek után felvetődik, hogy mi történik a lélekkel, mi van a halál után? Elolvasva Moody könyvét, engem is foglalkoztatott ez a kérdés, és tovább kezdtem kutatni a válasz után. Szókratész például azt mondja: „Bizton állíthatom, hogy létezik újbóli élet.” Aztán a valóságok és filozófusok tanításai között találkoztam a reinkarnáció gondolatával, ami számomra – ez szubjektív döntés természetesen – vonzó volt, mivel igazságosnak találtam, úgy éreztem, rendet teremt a világban. Ha csak egyetlen életet veszünk figyelembe, akkor nehéz megmagyarázni, hogy miért van különbség az emberek között, miért születik az egyik nehéz, a másik könnyű körülmények közé. A reinkarnáció, kitágítva a perspektívát több életre, azt mondja, hogy mindennek megvan az oka a múltban, meglesz a következménye a jövőben, és így végső soron igazságos a világ. Etikailag vonzónak tűnt ez az álláspont, s aztán kiderült számomra, hogy nemcsak Keleten létezik ez az elképzelés, hanem Európában és Amerikában is számos filozófus, író, művész magáévá tette ezt a nézőpontot, vagy foglalkozott vele és műveiben megjelenítette. Azt is megtudtam, hogy bár a kereszténység tanításai között manapság nem szerepel a lélekvándorlás, Amerikában mégis a felnőttek 27 százaléka hisz benne. Vagyis ez nem annyira kultúrához vagy földrészhez kötött elképzelés, hanem általánosan jellemző az emberiségre. A kérdésre azonban még mindig nem kaptam választ: mi az igazság, mi történik valójában a halál után?

Majd találkoztam a védikus írásokkal, amelyek a legősibb és legrészletesebb forrást jelentik e témakörben. A védikus írásokat a maguk kultúrájában kinyilatkoztatott írásoknak tekintik, és nagyon nagy tekintéllyel rendelkeznek. A

bennük olvasható leírások teljesen egybevágnak a testenkívüliségről szóló élményekkel: a tudat a test változása ellenére állandó, alapvetően független a testtől, a tudat áthatja a testet. Hadd idézzem a *Bhagavad-gītā* híres példáját: „Ahogy az ember leveti elnyűtt ruháit, s újakat ölt magára, úgy válik meg a lélek is az öreg és hasznavehetetlen testektől, hogy újakat fogadjon el helyükbe.”

Az alapelv tehát az, hogy az ember nem csak egyszer él, nem azonos a testével, hanem örök lélek, amely az egyik élet után átköltözik egy másik testbe, mint ahogy levetünk egy ruhát, s magunkra öltünk egy másikat. És ha az ember megfelelően él, lelki útra lép, akkor eléri a végső célt, visszatér az örök transzcendens világba, és ott folytatja a létét. Szép, szép, de vajon igaz-e? Amikor erre a pontra értem, két éven keresztül tartó válság kezdődött az életemben. Az egzisztenciális dilemmát az jelentette számomra, hogy nem akartam egy vallás elveit csak azért a magamévá tenni, mert tetszik; hiszen az nem garantálja, hogy igaz is. Mi van, ha az életem végén kiderül, hogy nem igaz? Az ember fekszik az ágyban, majd meghal, és az utolsó pillanatban kiderül, hogy nem is történik semmi, csak „leoltották a villanyt”, és utána az örök sötétség. Az ember nem követelheti vissza az összes forintot, amit a perselybe dobott a templomban az élete során, mondván, nem igaz, amit a pap prédikált, kérem vissza a pénzem. Nem akartam frusztrált halott lenni, ezért tovább kutattam valami fogódzó vagy támpont után.

Mivel a szüleim orvosok, nem áll távol tőlem a tudomány, van természettudományos érdeklődésem is. Ezért külön izgalommal töltött el, amikor arról hallottam, hogy ennek a kérdésnek vannak természettudományos megközelítési módjai. Ezek közül egyet emelek most ki, Ian Stevenson kutatásait. Ő évtizedeken

keresztül foglalkozott a lélek halál utáni létezésének témájával, túllépve a halálközeli élményeken. Stevenson tavaly halt meg, illetve ha stílusosak akarunk lenni, és az ő kedvében akarunk járni, akkor azt mondhatjuk, hogy lecserélte a testét. A virginiai egyetem pszichiátriai tanszékének a vezetője, elismert szakember volt, több száz szakmai cikket publikált, tehát a tudományos hitelességéhez, igényességéhez nem fér kétség. Karrierjét a pszichoszomatikus betegségek eredetének kutatásával kezdte: hogy az elmebeli gondolatok hogyan hatnak az egészségre. Ennek kapcsán bukkant rá gyermekek olyan beszámolóira, amelyek az előző életeik emlékeiről szóltak. Ugyanis vannak kisgyerekek, akik amikor beszélni kezdenek, kijelentéseket, megjegyzéseket tesznek egy korábbi életükre vonatkozóan, sokszor igen részletes képet festve róla. Persze, a szülők többnyire nem veszik komolyan vagy figyelmen kívül hagyják ezeket a megnyilatkozásokat. Azonban előfordul, hogy a gyerek olyan részletességgel és olyan képszerűen beszél egy előző személyiségéről, hogy a szülő hitelt ad neki. A gyerekek városokat neveznek meg, ahol éltek, nevüket, családtagjaikat, életük fő eseményeit és a haláluk módját mondják el, ellenőrizhető részletességgel. Stevenson az életéből negyven évet arra szánt, hogy ilyen reinkarnációs emlékek után nyomozott. Nem véletlenül használok a nyomozás szót, hiszen ahogy egy detektív nyomoz a tettes után, vagy a bíró próbálja kideríteni az igazságot egy tárgyalás során, olyan módszereken ellenőrizte e beszámolók állításait, majd a kutatásai eredményét publikálta is. Több mint ezer esetet vizsgált meg a világ minden tájáról, és több könyvet is publikált a témában. Nagyon óvatosan fogalmazott minden művében, a tudományos objektivitás és mértéktartás elvei alapján. Ezek a könyvek nem az ezoterikus piacon

jelentek meg, hanem tudományos igényű szakmai munkák, emiatt meglehetősen nehézkesen olvashatóak. Rendkívül részletgazdagon írja le az eseteket, hogy biztosítsa a tudományos hitelességet, mivel a téma igen vitatott ezen a tudományos szakterületen belül, és különösen az volt negyven évvel ezelőtt. Magyar nyelven nem jelent meg Stevensontól semmi, viszont kiadták Tom Shroder róla szóló könyvét, *Visszatérő lelkék* címmel. Shroder újságíróként csatlakozott Stevensonhoz, hogy leleplezze őt, lerántsa a leplet a nagy csalásról. Ám végül mégis elismerte Stevenson eredményeit, mivel lehetetlennek tartott ekkora mértékű és számú hamis beszámolót, amelyeknek ráadásul ő maga is tanúja volt. Ajánlom még a *Van-e természetfölötti?* című könyvet, amelyben egy tanulmány olvasható Ian Stevenson munkásságáról.

Stevenson tehát arra az eredményre jutott, hogy majdnem minden esetben tagadhatatlan összefüggés mutatkozik a gyermek emlékei és egy előző, már elhunyt személyiség élete között, akivel a gyerek azonosította magát. Én azonban tizenöt évvel ezelőtt igencsak kételkedtem ebben, arra gondoltam, hogy ezek valószínűleg hibás vagy manipulált adatok, esetleg Stevenson egyszerűen tévedett, tévesen következtetett. Az is lehet, hogy ezek a családok hittek a reinkarnációban, beszéltek erről a gyerekeknek, aki aztán csak elismételte a hallottakat. De kiderült, hogy Stevenson esetei ugyanolyan számban származnak a reinkarnációban hívő családoktól, mint a reinkarnációban nem hívőktől. Gondolhatunk arra is, hogy ezek a szülők azt szerették volna, hogy a gyerekek más, különleges legyen, ezért befolyásolták őt. Ennek azonban ellentmond az a tény, hogy a gyerekek nem híres, különleges embereket neveztek meg előző személyiségükként, hanem teljesen hétköznapi, közönséges, nem egyszer a világ egy távoli

sarkában vagy a harmadik világban élt egyént. Elvetettem a vágyteljes képzelődésnek, a *wishful thinking*nek a gondolatát is, mivel a gyerekek az esetek többségében nemcsak hogy esendő, közönséges hétköznapi életet élő emberként, de megszégyenítő jelenségek részeseiként is azonosították magukat.

Kiesik a tudatos csalás lehetősége is, hiszen Stevenson nem egyedül kutatta ezt a témát, hanem egy egész iskola alakult az ő munkássága nyomán. Tehát lehetetlen, hogy Stevenson az összes esettel előre megbeszélte volna, kinek mit mondjon, ez abszurd feltételezés. Hogy őt félrevezették-e? A legtöbb esetben Stevenson kereste fel azokat a családokat, akikről hallotta, hogy a gyermeküknek reinkarnációs élménye van, s nem a szülők fordultak hozzá azért, hogy valamiféle dicsőségre tegyenek szert a gyerekek révén.

Stevenson nem vádolható azzal sem, hogy bármilyen filozófiát akart volna eladni. A könyvei tanúsítják, hogy soha semmiféle vallás, világnézet, filozófiai irányzat mellett nem érvel, ő egy kutató, akit egyedül az igazság érdekel.

Akkor oszlottak el végleg a kétségeim, amikor megvizsgáltam, hogy mi volt Stevenson módszere, hogyan dolgozott, mi adja a hitelét a munkájának. Ahogy említettem, felkereste azokat a családokat, amelyekben ilyen esetek merültek fel, és az alapvető módszere az interjúkészítés volt. Ez nem egy bulvárlap számára készülő interjút jelent, hanem tudományos mélységű interjút, amelynek Stevenson a szaktekintélye volt, pályája kezdetén tankönyvet írt a diagnosztikai interjú készítésének módszereiről. Előbb a gyerekekkel, majd pedig a szülőkkel és a környezetükben élő szemtanúkkal is részletes, írásban rögzített interjút készített, amelyekben minden részlet szerepelt, amit a gyerek az előző

életéről mondott. Ezután összevetette ezeket a részleteket, s próbált belőlük egy előző életet megrajzolni. Ha a gyereken voltak különleges testi jegyek vagy elváltozások – ezeknek külön jelentősége van –, akkor azokat lefotózta. Majd a gyerek által elmondott adatok alapján (mikor élt, melyik országban, melyik városban, hogy hívták), Stevenson felkutatta az előző személyiség családját, és interjúkat készített a helyszínen. Kikérdezte őket arról a személyről, akinek a gyerek tartotta magát előzőleg, mindenkit meginterjúvált, akit az a személy ismert. Majd egybevetette az információkat, s a beszámolók hihetetlen nagy számban precíz egyezést mutattak. Stevenson mindig váratlanul, előzetes értesítés nélkül kereste fel az előző életbeli koronatanúkat, a legfontosabb beszámolókat tevő tanúkhoz pedig többször is visszatért, hogy megerősítse az információit, vagy esetleg újabb részleteket tárjon föl. Összehasonlította az eseményekre, viselkedésre, testi jegyekre vonatkozó adatokat, sőt, ha erre lehetősége volt, még halotti bizonyítványt is szerzett. Ez azért volt fontos, mert ha a gyerek tett a halálára vonatkozó kijelentést, akkor ezt hivatalosan lehetett ellenőrizni. Előfordult az is, hogy Stevenson elvitte a gyereket oda, ahol előző életében élt. Elképesztő, sok szemtanú által megerősített leírások olvashatók ilyen esetekről. Például az egyik gyerek leszállt a vonatról abban a városban, ahol a jelenlegi életében soha nem járt, egyenesen odatalált ahhoz a házhoz, ahol előző életében élt, nevén szólította az embereket, és olyan részleteket mesélt el nekik a múltból, hogy azok pironkodva az arcuk elé kapták a kezüket.

Egy másik eset főszereplője egy Sukla nevű lány, aki azt mesélte, hogy előző életében volt egy Minu nevű lánya. Emlegette a volt férjét is név szerint, és azt mondta, hogy Minun kívül van még két fia is. Megnevezte azt a várost is, ahol

előzőleg élt, Batparának hívtak. Miután elegendő információ gyűlt össze, Stevenson magával vitte Suklát, s amikor megtalálták azt a családot, ahol ilyen nevű személyek éltek, bevezette abba a családba. Kiderült, hogy valóban élt Batparában egy asszony, akinek a lányát Minunak hívták, s aki néhány évvel azelőtt meghalt. Ezután Sukla egy harminc fős csoportból, amelyben idegenek is voltak, kiválasztotta előző életbeli férjét, anyósát, sógorát és volt lányát, Minut is. Ő kiszűrte, hogy ki az idegen, megmondta, hogy kik a családtagjai, és melyikkel milyen rokoni viszonyban állt.

Ez volt az első felvonása Stevenson tudományos tevékenységének. Ezután egy másik témakört kezdett részletesebben kutatni, amit a *Reinkarnáció és biológia* című könyvében publikált. Ez egy kétkötetes könyv, mondhatni mániákus kutatói hajlamra vall, adalékok a születési jegyek és rendellenességek etiológiájához. (Az etiológia a betegségeknek az eredetét kutató tudomány.) Az 1977-es első kiadása 2268 oldalas és 225 esetet ismertet, aztán megjelent egy rövidebb összefoglalás, amelyben 112 eset szerepel, ahol a reinkarnáció és a biológia találkoznak. Ebben a műben nem tett mást Stevenson, mint születési jegyeket elemzett. Olyan testi jegyeket vizsgált az embereken, amelyek a születésüktől fogva megvoltak. Nem egyszerű anyajegyekről van szó, hanem varasodásokról, különleges testi elváltozásokról, amelyeknek nem lehet tudni orvosilag az indokát. Az ilyen különleges testi jegyeknek körülbelül a hetven százalékáról az orvostudomány nem tudja, hogyan keletkeztek. Például, valakinek miért ritka a haja némely területeken. Stevenson külön elemezte a születési rendellenességeket és más, súlyosabb elváltozásokat. E különleges ismertető jegyek kapcsolatát kereste a gyerekek előző életéről tett kijelentéseivel. Alaposan dokumentálta ezeket

az eseteket, táblázatokkal, anatómiai ábrákkal, halotti bizonyítványokkal, röntgenfelvételekkel, fotókkal. Nagyon sok esetben az derült ki, hogy ezek a jegyek az előző életbeli eseményeknek a lenyomatai. Ez meghökkentő volt számomra, mert úgy gondoltam, lehet, hogy a lélek átköltözik egy másik testbe, de azzal valami teljesen új dolog kezdődik. Ám úgy látszik, hogy a testet ért bizonyos hatások valamilyen módon átkerülnek a következő életbe is. Például egy férfi mellkasán látható volt egy kis jegy. Ez az ember gyerekkorában azt mesélte, hogy őt előző életében lelőtték, és megnevezte a helyet, az időt és a személyt, akit lelőttek. Stevenson odament, megkereste a halotti jegyzőkönyvet, amelyben a boncoló orvosok lerajzolták, hogy milyen sérülést szerzett ez az ember, és a rajz ugyanúgy nézett ki, mint a férfi mellkasán látható jegy. Stevenson könyvében 225 ehhez hasonló eset olvasható.

Stevenson mindebből a reinkarnációra következtet, arra, hogy a lélek a testtől függetlenül létezik, s az ember nem csak egy biokémiai gép. Az elme ezek szerint nem az agy szöveteinek a produktuma, hanem egy azzal párhuzamos létező. A reinkarnálódó személyiség az agytól és a testtől függetlenül egy mentális térben létezik, és egy nem anyagi közvetítő közeg viszi át a személyiség testi jegyeinek és emlékeinek lenyomatát egyik életből a másikba. Mint egy belső, finomfizikai test. Ha a külső test megsérül, az valamiféle lenyomatot hagy a finomtesten. A finomtest átkerül az új életbe, rákerül egy testi ruha, de az a nyom átút rajta. Mint amikor egy horpadt autót lefestünk: hiába festjük le, látszani fog rajta a horpadás.

Számomra mindez azt jelenti, hogy a lélek-vándorlás nem csak valamiféle önvigasztaló filozófia. Azonkívül igazságosnak tűnik, ezért vonzonak találom. Én idealista vagyok, azt szeretném,

hogy legyen igazság a világban: bűnhődjenek meg a rosszak, nyerjék el jutalmukat a jók. Álljunk ki a színpadra, hirdessük az igazságot, és az emberek megneimesedve hazatérnek – ez volt a színészi filozófiám. És nagyon féltem, hogy az idealista alkatom miatt egy olyan vallási elképzelést fogadok el, ami később képzelődésnek bizonyul. Stevenson esetei megerősítettek engem abban, hogy nem képzelődésről, önbecsapásról van szó, hanem egy tapasztalatilag ellenőrizhető és alátámasztható filozófiáról. Szeretnék ebben az etikailag megnyerő és tapasztalatilag meggyőző elképzelésben hinni.

Kérdés: Saját élménye van-e ezzel kapcsolatban?

Tasi István: Nincs. Lelki tanítómesterem azt mondta, hogy előző életemben Indiában éltem, és *yogi* voltam. Ezen elgondolkoztam, és meg is kérdeztem tőle, hogy milyen *yogi* voltam? De erre nem válaszolt. Aztán elkezdtem olvasgatni a *Bhagavad-gitát*, amelynek a hatodik fejezetében van egy leírás arról, hogy amikor valaki a lelki életet gyakorolja, de nem éri el annak tökéletességét, akkor megszületik újra, hogy lehetőséget kapjon a lelki út folytatására. Ebből rájöttem, hogy bukott *yogi* voltam, megértettem, hogy ez a saját, előző életemre vonatkozó helyzetem.

Még azt tudom elmondani, hogy amikor az indiai kultúrával, annak a mély, lelki aspektusával találkoztam, az számomra nagyon otthonos volt. Vagyis, ami másnak idegen vagy furcsa – ez a kultúrkör és ez a filozófia –, az rám erős és jelentős vonzást gyakorolt. Tehát nincsen élnék, kézzelfogható emlékem, de ezt valamiféle hozadéknak tartom.

Kérdés: Úgy tudom, hogy Ian Stevenson főleg indiai gyerekek között végzett kutatást. Tehát nem

igaz, hogy a reinkarnációban való hit nem volt jelen az érintett családokban.

Tasi István: Sok helyen kutatott Stevenson, és Indiában sem hisz mindenki a lélekvándorlásban. Kutatott Burmában, Thaiföldön, Indiában, Észak-Amerikában, Európában. Valamivel több eset kerül elő ott, ahol a kultúra részét képezi a reinkarnációban való hit, mert ott az emberek komolyabban veszik ezt. De az esetek fele reinkarnációban hívő családoktól származik, fele pedig nem, még ha olyan kultúrában élnek is, ahol a reinkarnációban való hit elfogadott. Ha az összes eset Indiából származna, engem akkor is elgondolkodtatna, mert végül is általános törvényszerűségekről van szó, Indiában ugyanúgy halnak meg az emberek, ahogy Európában, s az eseteket olvasva egy általános kép kerekedik ki arról, hogy mi történik a halál után.

Kérdés: Feltűnt nekem, hogy csak gyerekekről van szó. Ahogy ezek a gyerekek haladnak előre az életükben, halványulnak ezek az emlékek vagy megmaradnak?

Tasi István: Részletesen ír róla Stevenson, hogy ezek az esetek 4–8 éves kor közötti gyerekek köréből kerülnek ki, és a tapasztalat az, hogy az élmények ez után folyamatosan halványodnak, korábban pedig nem tudják kifejezni őket. Éppen ezért választotta Stevenson a gyerekeket: ők ideális kutatási alanyok, mert még nincsenek összezavarva sok más élménnyel és elképzeléssel. A reinkarnációs hipnózisnak éppen ez az egyik hátulütője, hogy az ott átéltek egyáltalán nem biztos, hogy az előző életből származnak, lehet,

hogy csak egy elfelejtett ézeletbeli emlék merül föl. A felnőtt embernek már túl sok minden van az elméjében. A gyerekeknek abból az életükből még nem lehet sok emléküik, és a csalás lehetősége sem valószínű az ő esetükben. Ezért nagyon ideális kutatási terepnek tartotta Stevenson a gyerekeket.

Kérdés: Fogadjuk el Stevenson kutatásainak eredményét. Van egy A személy, aki olyan dolgokat mond el, amelyek B személy életében történtek. Ezt tudományosan bizonyítottnak tekintjük. De miért kell ezt a jelenséget reinkarnációnak nevezni? Nevezhetem úgy, hogy A személy valamilyen – a mai tudásunk szerint megmagyarázhatatlan – módon képes arra, hogy egy más korban élő személyről tájékoztatást adjon.

Tasi István: Ez jogos felvetés. A válaszom annyi, hogy a gyerekek nem harmadik személyben beszélnek az élményeikben szereplő emberről, hanem teljes mértékben azonosítják magukat azzal a személlyel, sokszor jobban, mint a jelenlegi énjükkel. Ez nemegyszer még identitás- és lojalitásproblémát is okozott ezeknek a gyerekeknek. Idegennek látták a saját családjukat, amikor visszamentek a múltbeli családjukhoz, akkor ismerősként akarták üdvözölni őket, azok meg nem értették, hogy ki ez a gyerek. Lehet más elképzeléseket gyártani, számomra logikailag a legkoherensebb az a feltételezés, hogy itt ugyanazon személyekről van szó, tudatos lényekről, akik a térben megváltoztatták a helyüket és megváltoztatták a testüket, de alapvetően ugyanazok a személyiségek.



VÁLSÁGAINK

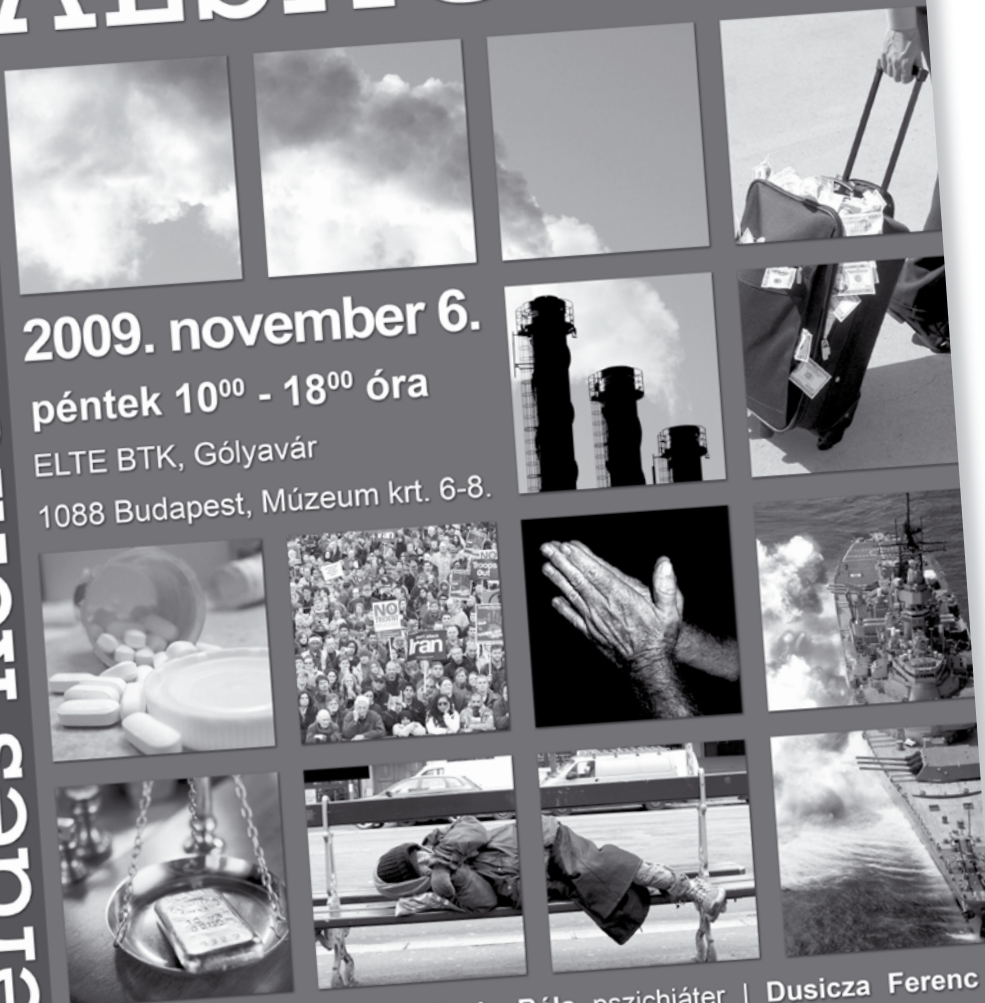
V. Létkérdés Konferencia

2009. november 6.

péntek 10⁰⁰ - 18⁰⁰ óra

ELTE BTK, Gólyavár

1088 Budapest, Múzeum krt. 6-8.



Babarczy Eszter közíró | Buda Béla pszichiáter | Dusicza Ferenc
református lelkész | Gaura Sakti dász Krisna-völgy elnöke | Hetesi Zsolt
fizikus | Hosszú Zoltán Ökovölgy Alapítvány elnöke | Mezei Balázs
filozófus | Mérő Mátyás közgazdász | Petschnig Mária Zita közgazdász |
Sivaráma Szvámi vaisnava teológus | Sonkoly Gábor történész | Tasi
István kultúrantropológus | Vida Gábor biológus

Információ, jelentkezés:

www.letkerdes.hu



BHAKTIVEDANTA
Hittudományi Főiskola
1002 Budapest, Aradányi út 55. Tel./Fax: (1) 521 77 87

V. Létkérdés Konferencia

VÁLSÁGAINK

2009. november 6. csütörtök, 10:00 – 18:00 óráig

Gólyavár, ELTE Bölcsészettudományi Kar, 1088 Budapest, Múzeum krt. 6–8.

JELENTKEZÉS: www.letkerdes.hu

- | | |
|---------------|--|
| 10:00 – 10:15 | Megnyitó |
| 10:15 - 11:00 | Előadás: Válságretorika napjainkban
Előadó: Sonkoly Gábor történész |
| 11:00 - 12:00 | Előadás: A válság gazdasági-pénzügyi aspektusai
Előadó: Petschnig Mária Zita közgazdász
Beszélgetőpartner: Mérő Mátyás közgazdász |
| 12:00 - 12:10 | Szünet |
| 12:10 - 13:10 | Előadás: A válság társadalmi és erkölcsi vonatkozásai
Előadó: Sivaráma Szvámi <i>vaiṣṇava</i> teológus
Beszélgetőpartner: Mezei Balázs filozófus |
| 13:10 - 14:00 | Ebédszünet |
| 14:00 - 15:10 | Előadás: A környezeti válság tényei és okai
Előadó: Vida Gábor biológus
Beszélgetőpartner: Dusicza Ferenc református lelkész |
| 15:10 - 15:50 | Előadás: Egy megvalósult megoldás: Ökovölgy
Előadó: Hosszú Zoltán, az Ökovölgy Alapítvány elnöke |
| 15:50 - 16:00 | Szünet |
| 16:00 - 17:30 | Kerekasztal-beszélgetés: Mi a teendő válság idején?
Babarczy Eszter közíró, Buda Béla pszichiáter,
Gaura Śakti dāsa, Krisna-völgy elnöke, Hetesi Zsolt fizikus
Moderátor: Tasi István kultúrantropológus |