



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

Meditáció



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

Budapest, 2014.



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

A szerkesztőség címe:
1039 Budapest, Attila u. 8.
Telefon: (1) 321-77-87, (30) 663-1411
Fax: (1) 413-1793
E-mail: info@bhf.hu

Felelős szerkesztő:
Mahārāṇī Devī Dāsī (Dr. Banyár Magdolna)

Szerkesztőbizottság:
Aṣṭa Sakhī Devī Dāsī (Dr. Szabó Csilla)
Gaura Kṛṣṇa Dāsa (Dr. Tóth-Soma László)
Kṛṣṇa-līlā Devī Dāsī (Dr. Danka Krisztina)
Rādhānātha Dāsa (Dr. Sonkoly Gábor)

E szám szerkesztője:
Mahārāṇī Devī Dāsī (Dr. Banyár Magdolna)

Korrektor és nyelvi lektor:
Kuszák Ágnes

Nyomdai előkészítés:
Rátkai Gergő

A korábbi számok nyomtatott formában megvásárolhatók
a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola könyvtárában (1039 Budapest, Attila u. 8.),
és elolvashatók a folyóirat online változatában: www.tattva.hu

Budapest, 2014
ISSN 1418-4060

XVII. évfolyam 2. szám - 2014. október

TARTALOM

Bevezető	7
----------------	---

TANULMÁNYOK

Hári Beáta:	
Beszámoló a VIII. Létkérdés Konferenciáról	11
Gaura Kṛṣṇa Dāsa (Tóth-Soma László):	
Az önmegvalósítás dimenziói és a meditáció	15
Képes Andrea:	
Test és meditáció – mozgás- és táplálkozáskultúra a védikus hagyományokban	31
Drutakarma Dāsa (Michael A. Cremo):	
Meditáció és a lélek – a transzcendentális cél	37
Rátkai Gergő:	
Zene és meditáció	43

MŰHELY

Śacīsuta Dāsa (Tóth Zoltán):	
Hová tűnt a Bhāgavata-purāṇa 3.900 verse?	59
Mahārāṇī Devī Dāsī (Banyár Magdolna):	
A nők helyzete a gauḍīya-vaiṣṇava hagyományban és az ISKCON társadalmában	67

PÁRBESZÉD

Domboróczki Veronika:	
Hogyan lehet fenntartható a „jövő társadalma”?	81

RECENZÍÓK

Edwin F. Bryant: <i>The Yoga-sūtras of Patañjali with Notes from the Traditional Commentators</i>	
Mañjarī Devī Dāsī (Magyar Márta):	103
Tóth Zoltán (Śacīsuta Dāsa): <i>Chandaḥ – Bevezetés a klasszikus szanszkrit verstanba</i>	
Diós Éva:	107



Bevezető

Jelen számunk központjában a *meditáció* áll, e napjainkban oly népszerű téma. A meditáció valójában mindenkit érintő jelenség, hiszen amikor mélyen elgondolkodunk életünkéről, elérendő céljainkról, aktuális megoldandó feladatainkról, vagy amikor koncentráltan imádkozunk, lényegében meditálunk, még akkor is, ha nem így nevezzük. És azt is tudjuk, hogy minél elmélyültebb és koncentráltabb a meditációnk, annál nagyobb sikert érünk el a segítségével.

A meditáció témáját a 2013-as VIII. Létkérdés Konferencia előadásai alapján járjuk körbe, a meditáció azon formájára fókuszálva, amikor tárgya és célja saját magunk, életünk értelmének és céljának a megértése és megvalósítása, vagyis az önmegvalósítás. Ez pedig minden ember számára a legéletbevágóbb kérdés, még akkor is, ha sajnálatosan sokan soha nem gondolkodnak el róla.

A TANULMÁNYOK rovatban tehát a konferencia válogatott előadásai szerkesztett formájának a közreadásával nyúj-

tunk betekintést az önmegvalósítást célzó meditáció elméletébe és gyakorlatába. Először azonban Hári Beáta beszámolóját olvashatjuk a konferenciáról. Azután Gaura Kṛṣṇa Dāsa (Tóth-Soma László) az önmegvalósítás különféle aspektusai és a meditáció viszonyát, Képes Andrea pedig a védikus hagyományok mozgás- és táplálkozáskultúrájának meditációt segítő elemeit mutatja be. Majd Drutakarma Dāsa (Michael A. Cremo) a meditáció transzcendentális céljáról, Rátkai Gergő pedig e célnak a zene segítségével való eléréséről ad izgalmas összefoglalást.

MŰHELY rovatunk első írásában Śacīsuta Dāsa (Tóth Zoltán) bemutatja a *Bhāgavata-purāṇá*val kapcsolatos elmélyült kutatásai legújabb eredményét, Mahārāṇī Devī Dāsī (Banyár Magdolna) pedig a nők helyzetét tekinti át a *gauḍīya-vaiṣṇava* hagyományban és az ISKCON társadalmában.

A PÁRBESZÉD rovat főiskolánk egyik hallgatója, Domboróczki Veronika kitűnő szakdolgozatának rövidített változatát tartalmazza, melynek témája a Nemzeti Fenntartható Fejlődési Tanács *Jövőkereső* című jelentésének kritikai elemzése A. C. Bhaktivedanta Swami Prabhupāda tanításai alapján.

Számunkat két jelentős könyvet bemutató recenzióval zárjuk: Edwin F. Bryant *The Yoga-sūtras of Patañjali with Notes from the Traditional Commentators* c. művét Mañjarī Devī Dāsī (Magyar Márta), Tóth Zoltán (Śacīsuta Dāsa) – e számunk egyik szerzője – *Chandaḥ: Bevezetés a klasszikus szanszkrit verstanba* c. könyvét pedig Diós Éva jóvoltából ismerhetjük meg.

Reméljük, hogy kiadványunk sok hasznos ismerettel szolgál olvasóinknak ahhoz, hogy megismerjék és elérjék az emberi létezés legmagasabb fokát, az önmeg-

valósítást, és érdekesnek találják a többi, rendkívül aktuális és igazi újdonságnak számító tanulmányt is.

A szerkesztő

TANULMÁNYOK



VIII. Létkérdés
Konferencia

A meditáció művészete
Út a tudatos élethez

2013.11.14.
Corner Rendezvényközpont
Budapest Bajcsy-Zsilinszky út.12.

www.letkerdes.hu

Beszámoló a VIII. Létkérdés Konferenciáról

Téma: A meditáció művészete – Út a tudatos élethez

**Corner Rendezvényközpont
2013. november 14.**

A Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola (BHF) 2013-ban nyolcadik alkalommal rendezte meg „A meditáció művészete – Út a tudatos élethez” címmel tudományos eszmecserejét, a Létkérdés Konferenciát. Az egész napos szimpózium a napjainkban oly divatos meditáció jelenségeit járta körbe. A rendezvény helyszínéül – az előző évihez hasonlóan – a Belváros szívében található Corner rendezvényközpont szolgált.

Az előadók sorában a Főiskola kiváló oktatói mellett két meghívott, nagy népszerűségnek örvendő előadót is üdvözölhettünk Daubner Béla és Michael A. Cremono (Drutakarma Dāsa) személyében, akik előadásukkal tovább emelték az esemény színvonalát.

A szervezők két nagyobb előadásblokkra bontották az egész napos programot. Az elméleti jellegű délelőtti prezentációkat – az egyórás szünet után – a gyakorlatiasabb délutáni előadások követték. A rendezvény méltó zárásaként, az idei év-

ben először, különleges *mantra*-meditációs koncertre került sor.

A délelőtti előadássorozatot 9 órai kezdettel a főiskola rektora, Banyár Magdolna (Mahārāṇī Devī Dāsī) nyitotta meg, akit Tóth-Soma László (Gaura Kṛṣṇa Dāsa), vallásfilozófusnak, *vaiṣṇava* teológusnak és a főiskola rektorhelyettesének „Az önmegvalósítás dimenziói és a meditáció” című bevezető előadása követett. A prezentáció középpontjában az emberiséget létezése óta foglalkoztató önmegismerés és önmegvalósítás folyamata, valamint az utóbbi eszközének számító meditáció, és az önmegvalósítás különböző irányzatai – a transzcendentális jóga-irányzatok – álltak.

Tóth-Soma László prezentációja után Képes Andreának, a főiskola jeles jógaoktatójának „Test és meditáció – mozgás és táplálkozáskultúra a védikus hagyományokban” című előadása következett. Az itt elhangzottak további részletekkel egészítették ki az előzőeket, illetve számos konkrét példával és érdekességgel is szolgáltak a hallgatóság elméleti tudásának elmélyítéséhez. Így hallhattunk többek között a meditáció fiziológiai hatásairól, és a gyakorlást elősegítő tippekkel is gazdagodhattunk. A jóga témakörébe tartozó *āsanák* és *prāṇāyāmák* mellett az előadásban kiemelt szerepet kaptak a táplálkozási kultúra különböző aspektusai is.

Félórás szünetet követően meghívott előadónk, Daubner Béla előadását hallgathatta meg a népes publikum, amely „Az elme mint a meditáció eszköze és tárgya” címet viselte. A pályáját orvosként kezdő, és számos tudományterüle-

ten – így a pszichoterápia, pszichodráma, hipnoterápia, fejlődéslélektan, jóga, asztrológia és *āyurveda* diszciplínák területén is – jártas szakember prezentációjában témák sokaságát vonultatta fel. A teremtés és a tudatállapotok mellett az emberi agy, a világegyetem és a *mantra* holografikus megközelítésű vizsgálata, továbbá az elme funkciói és a tudatfejlődés szintjei (létramodellje) is előadása tárgyát képezték.

A délelőtti előadássorozat zárásaként Michael A. Cremo (Drutakarma Dāsa) „Meditáció és a lélek a *bhakti-yogában*” c. előadását hallgathatta meg a közönség. A *bhakti-yogát* 40 éve gyakorló, egyesült államokbeli születésű előadót hallgatni különleges alkalomnak számított, hiszen a világ különböző egyetemein és konferenciáin fordul meg, tévé- illetve rádióinterjúkat ad, tudományos igényű könyvei pedig világszerte nagy népszerűségnek örvendenek. Előadásának bevezetőjében Drutakarma Dāsa a lélekről és annak természetéről, valamint az Abszolút Igazságról (Istenről) és annak hármasságáról beszélt. Később kitért a lélek és Isten kapcsolatára, hangsúlyozva, hogy a lélek csak eredeti helyzetében, Istent szolgálva lehet boldog, mindaddig viszont, amíg megfélemlítve a Legfelsőbbtől az anyagi világban tartózkodik, szenvedést tapasztal. Az előadás második felének fókuszában a meditáció állt: a meditációt Patañjali *aṣṭāṅga* (nyolcfokú) jóga-rendszerében, illetve a *bhakti-yogában* vizsgálva. Utóbbi esetében – amely a meditáció tökéletességét jelenti – részletebben is hallhattunk annak tárgyáról, illetve megvalósításairól.

A délutáni prezentációk sorát Dr. Aranyos Edit (Rādhā-priyā Devī Dāsī) „A vegetáriánus táplálkozás gyakorlati aspektusai” című előadása nyitotta meg. A jelenleg háziorvosként praktizáló és alternatív gyógy módokkal is foglalkozó szakember munkája során kiemelt jelentőséget tulajdonít a táplálkozás egészségmegőrzésben betöltött szerepének, és ez az elv vezérelte mostani mondanivalóját is. A BHF *āyurveda*-oktatója előadásának fő célja az volt, hogy rámutasson arra az összefüggésre, vajon milyen módon segítheti az egészséges táplálkozás a lelki fejlődést és viszont, a lelki fejlődés hogyan támogathatja az egészség megőrzését. Így az előadó a következő négy témát járta körül: „a táplálkozás szerepe az egészség megőrzésében az *āyurveda* szerint”, „a vegetáriánus táplálkozás szerepe a civilizációs megbetegedések megfékezésében”, „az anyagi kötőerők és a lelki fejlődés”, végül „az Istennek felajánlott étel – a *prasādam* – és a lelki fejlődés”.

Ezt követően a program Medvegy Gergely, a BHF vezető jógaoktatójának „*Yoga-āsanák* a hétköznapi életben – a *sūrya-namaskāra* kivitelezése és kedvező hatásai” című bemutatójával folytatódott. Az előadó ehhez segítőtársat is hívott Hegedűs Zsolt, harmadéves *vaiṣṇava* jógamester szakos hallgató személyében. Az előadás bevezető részében az oktató kitért a jóga definiálására, beszélt annak hatásairól és öt eleméről, majd rátért a *sūrya-namaskāra* – ezen belül az *āsanák* (teszgyakorlás) és *prāṇāyāma* (légzés) – elméleti és gyakorlati aspektusainak bemutatására, rávilágítva a gyakorlatsor testi és pszichés hatásaira és az ellenjavallat

latokra is. Az előadás utolsó részében a meditáció fogalma és eszközei, a *mantra*-meditáció, a *sūrya-namaskāra mantrái* és az elsajátítás kerültek szóba.

A jóga öt fő eleme közül a relaxációra külön hangsúlyt is fektettek a szervezők, így a délutáni előadásblokk közepén közös relaxációs gyakorlatra került sor Horváth Anikó (Ākarṣiṇī Devī Dāsī) vezetésével. A főiskola jogagyakorlatot is oktató előadója rövid elméleti bevezető után – amelyben kitért a relaxáció jogában betöltött szerepére, fogalmára és megvalósulási szintjeire, az elkülönült állapot (vagyis a transzcendenssel való kapcsolat) elérésére és a lelki látásmód szimptomáira –, a közönséget bevonva, a gyakorlatban is szemléltette a relaxáció folyamatát, így a résztvevők maguk is meggyőződhettek annak jótékony hatásairól.

A program – rövidebb szünet után – a rendezvény honlapján előzetesen regisztrált résztvevők közötti ajándékcsomagok kisorsolásával folytatódott.

A délutáni blokk záró akkordjaként a főszerep immáron a zenéé volt. A rendezvény utolsó előadója, Rátkai Gergő „Zene és meditáció” címmel tartott élvezetes előadást. A főiskola *vaiṣṇava* teológus könyvtárvezetője és oktatója az indiai zene *gaudīya-vaiṣṇava* ágának kutatója is egyben, aki előadásában a két terület – zene és meditáció – kapcsolatát boncolgatta. Alapvető üzenete az volt, hogy az önmegvalósítás jelen korszakunkban ajánlott folyamata a *kīrtana-yoga*. A hang a védikus kultúra alapja. Az anyagi teremtés a hanggal kezdődött, az anyagi világból pedig a hang által szabadulha-

tunk ki. A zene életünkben betöltött szerepe nyilvánvaló. Bárhová megyünk, zene vesz körül minket, amely mind a testünkre, mind az elménkre hatással van, érzelmeket és szokásokat teremt. Nem mindegy viszont az, hogy milyen zenét hallgatunk. A zene is kötőerőként keresztül nyilvánul meg, így van olyan, amelyik a tudatlanság, és olyan is, amely a szenvedély illetve a jóság kötőeréjébe tartozik. Az előadás három kiemelt jelentőségű *mantrát* is ismertetett: az *om-mantrát*, az *om namo bhagavate vāsudevāya-mantrát* és a *Hare Kṛṣṇa-mahā-mantrát*. Összefoglalva: a *kīrtana-yoga* végtelenül praktikus, nagyon áldásos és rendkívül egyszerűen végezhető folyamat. A meditáció tökéletessége.

Ahhoz, hogy a résztvevők a gyakorlatban is megbizonyosodhassanak a *mantra*-meditáció jótékony hatásairól, illetve a kezdők is felvértezhessék magukat némi tudással, és elindulhassanak a lelki fejlődés e rendkívül élvezetes ösvényén, a konferencia zárásaként a főiskola oktatóiból és vendégzenészekből összeálló zenekar csodálatos hangulatú koncertet adott. Az éneklésből a rendezvény közönsége is lelkesen kivette részét.

Az érdekfeszítő előadások szüneteiben a látogatók a folyamatosan működő vegetáriánus büfé inycsiklandó és Istennek felajánlott karmamentes ételei közül válogathattak. A szervezők ezenkívül könyvárusító stand működtetésével is készültek a védikus irodalom és zene iránt érdeklődők igényeinek kiszolgálására.

A korábbi konferenciákon megszokott médiaérdeklődés ezúttal elmaradt. Lehet, hogy szenzációéhes világunk szá-

mára a téma túlságosan békésnek bizonyult? Pedig meditációról szóló rendezvényünkről feltétlenül érdemes lett volna szélesebb körben is beszámolni. Ha másért nem, azért mindenképpen, mert nemrég vezették be – nem kis vitát kiváltva – a magyar iskolákban a relaxáció és meditáció oktatását, a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola szellemisége pedig mindehhez pozitív példával szolgálhatott volna. Mindezek ellenére elmondhatjuk, hogy az idei konferencia iránt is nagy volt az érdeklődés, hiszen legalább 350 fő vett részt a rendezvényen. A egyes életkori összetételű, döntően a művelt középosztályba tartozó közönség jelentős része láthatóan a jóga és a meditá-

ció gyakorlói közül került ki. A koncert-ről kifelé szállingózók arcán – nem meglepő módon – a nyugalom és kiegyensúlyozottság jeleit lehetett felfedezni. Mindenütt nyitott, mosolygó tekintetű és kedves emberekkel lehetett találkozni, köszönetekben pedig idén sem szenvedtek hiányt a szervezők. Összességében elméleti tudással, gyakorlati tapasztalatokkal és kellemes élményekkel térhetek haza mindazok, akik részt vettek az idei Létkérdés Konferencián. Reméljük, a lelkesedés hosszú távon is kitart, és minél többen életük részévé teszik majd, illetve továbbra is gyakorolják a meditáció művészetét.

Hári Beáta

Az önmegvalósítás dimenziói és a meditáció

**Gaura Kṛṣṇa Dāsa
(Tóth-Soma László)**

I. Bevezetés

Minden ember ebben a világban szeretné megérteni önmagát. Legtöbbünkben van is egy hiányérzet ezzel kapcsolatban, amely úr betöltésre, megszüntetésre vár. E végső, s az önmegismerés reményét ígérő folyamatot, illetve gyakorlatot nevezik önmegvalósításnak. Az emberiséget létezésének kezdete óta foglalkoztatja ez a téma, s meghatározó szerepét annak köszönheti, hogy az ember lényege még önmaga számára sem mindig egyértelmű, sőt általában nem az. Önmaga (*Self*) megismerésére és beteljesítésére való vágya a vallásos, spirituális törekvéseken kívül jelen van a filozófia és a pszichológia szellemi területei mérföldköveinek formájában, s ott motoszkál a tudomány valamennyi területének alapkérdésében. Mindezek mellett a hétköznapi élet roszszul sikerült pillanataiban is gyakran a valódi önmagunk ismeretének hiánya bizonyul e sikertelenség végső okának. Az önvaló az élőlény saját tapasztalata-

inak, észlelésének, érzelmeinek, gondolatainak a végső alanya. Nem létezik tapasztalás a tapasztaló, a végső önvaló nélkül, s ekképpen az önvaló léte természetesen következik a tapasztalás jelenségéből. Az azonban, hogy ténylegesen ki ez az önvaló, s hogy milyen tulajdonságokkal rendelkezik, az előttünk, hétköznapi emberek előtt általában rejtve van.

Az önmegvalósítás folyamatát sokan sokféleképpen definiálják, ugyanakkor definíció szintjén ezek a megközelítések gyakran több pontban megegyeznek. Némelyek az önmegvalósítást az emberben rejlő lehetőségeknek,¹ képességeknek² a fejlesztéseként, illetve betetőzéseként; mások a vágyak és remények tökéletes beteljesítésére irányuló tettként³ vagy pedig a jellem és a személyiség lehetőségeinek leg-tökéletesebb megvalósításaként értelmezik.⁴ Mortimer J. Adler amerikai filozófus (1902-2001) úgy definiálja az önmegvalósított állapotot, mint a „külső korlátoktól és kényszerítő körülményektől való mentesség, illetve szabadság”, melybe a társadalmi elvárásoktól való függetlene-

¹ The American Heritage® Dictionary of the English Language, Fifth Edition copyright ©2014 by Houghton Mifflin Harcourt Publishing Company. [http://www.ahdictionary.com/word/search.html?q=self-realization&submit.x=40&submit.y=26] Letöltve 2014.06.24.

² Collins English Dictionary [http://www.collinsdictionary.com/dictionary/english/self-realization?showCookiePolicy=true] Letöltve 2014.06.24.

³ WordNet 3.0, Farlex clipart collection. © 2003-2012 Princeton University, Farlex Inc.

⁴ Merriam Webster's dictionary http://www.merriam-webster.com/dictionary/self-realization Letöltve 2014.06.24.

dés és a politikai és gazdasági szabadság is beletartozik.⁵ Abraham Harold Maslow (1908-1970), a humanisztikus pszichológia atyja szerint „az önmegvalósítás (pontosabban önmagunk aktualizálása) nem valami külső dolog, amelyre az embernek az egészsége érdekében szüksége van, mint ahogy a fának szüksége van a vízre, hanem egy olyan dolognak az életünkben való megnyilvánulása, amely már eleve az egyénben van, sőt, amely mondhatni maga az élőlény.”⁶ Az önmegvalósításra irányuló igény Maslow szerint az emberekben abban az erős késztetésben nyilvánul meg, hogy képességeiket, tehetségeiket maximálisan kihasználják.

Az önmegvalósítással kapcsolatos vélemények alapvető tétele az, hogy létezik egy autentikus Önvaló (vagy lélek), amelyet az önmegvalósítás során pszichológiai vagy spirituális törekvések által fel kell fedezni. Ez a felfedezés lehet fokozatos folyamat, de azonnal megnyilvánuló jelenség is, azonban minden esetben komoly felkészültséget igényel a megtörténésének felismerése. Arról azonban, hogy ez az önvaló a létezés mely szintjén található, a legváltozatosabb elképzelések léteznek.

II. A valódi én és tulajdonságai a védikus irodalom tanításai szerint

Az önvaló- és önmegvalósítás-megközelítések alapvetően háromfélék. Vannak, akik arról beszélnek, hogy az élőlény nem más, mint a látható, tapintható fizikai teste, s tökéletes megismerését, illetve vágyainak, ösztönzéseinek beteljesítését is e

dimenzióban kell keresni. Ez az elképzelés a tudat működését, a gondolatokat és az érzelmeket is pusztán a különböző kémiai anyagok egymásra hatásának tekinti.⁷ Mások szerint a test egy burok csak, s a gondolatok és az érzelmek azok, amelyek meghatározzák az ember lényét. Descartes szerint az élőlény öntudata az az alap, amelyre minden vele kapcsolatos „filozófálgatásnak”, illetve megismerési folyamatnak épülnie kell: „*De csakhamar láttam, hogy mialatt így mindent hamisnak akartam felfogni, szükségképp kellett, hogy én, aki ezt gondoltam, legyek valami. S mivel észrevettem, hogy ez az igazság: gondolkodom, tehát vagyok, olyan szilárd és olyan biztos, hogy a szkeptikusok legtúlzóbb felvetései sem képesek azt megindítani, azért úgy gondoltam, hogy aggály nélkül elfogadhatom a filozófia amaz első elvének, amelyet kerestem.*”⁸

A legősibb ezzel kapcsolatosan írott forrásnak, a védikus irodalomnak a tanítása szerint a valódi „ÉN” mindezeket túl található. Túl van a látható, érzékszervekkel felfogható durvafizikai anyagon⁹ és az ennél finomabb, ún. finomfizikai anyagi megnyilvánuláson is, melyet az elme (*manas*), az intelligencia (*buddhi*) és a hamis egó (*ahankāra*) által alkotott, illetve létrehozott úgynevezett anyagi tudat (*citta*) képviseli.¹⁰ Ez az eredeti „ÉN” az,

⁷ Fodor 1996: 22.

⁸ Descartes 2000: IV. rész, 925.

⁹ Az ún. „durvafizikai” kifejezés a föld (*bhūmih*), víz (*āpah*), tűz (*analah*), levegő (*vāyuh*) és éter (*kham*) metafizikai elemekből álló, érzékekkel tapasztalható világra és az élőlények látható anyagi testére utal.

¹⁰ Tóth-Soma 2005: 24–29.

⁵ Adler 1958: 127.

⁶ Maslow 1970: 66.

amely a végső alapja a finomfizikai szinten megnyilvánuló jelenlegi személyiségünknek, érzelmeinknek és gondolatainknak, egyszóval a pszichés tevékenységeinknek, valamint a durvafizikai test szintjén megnyilvánuló valamennyi életjelenségnek és élettevékenységnek is.

Úgy tartják, hogy az élőlény eredeti természete örökléttel (*sat*), teljes tudással és tudattal (*cit*) valamint boldogsággal (*ānanda*) teli, vagyis transzcendentális.¹¹ Ez a tisztán lelki ÉN (*ātman* vagy *jīva*) anyagon túli tulajdonságokkal és személyiséggel rendelkezik, melyeket a jelenlegi finom- és durvafizikai burkai elnyomnak, illetve elfednek. Ezeknek csupán torz tükröződései nyilvánulnak meg ebben a testet öltött állapotban.

Az önvaló a durvafizikai test szintjén az életjelek és az életfolyamatok formájában nyilvánul meg. Életet ad a halott testnek, mozgásra készíti azt annak reményében, hogy e test valahogyan visszavezeti őt eredeti boldogsággal teli, tökéletes helyzetébe. A finomfizikai test szintjén úgy nyilvánul meg, hogy eredeti tudata (*cit*) torz formában tükröződik az elme, az intelligencia és a hamis egó által létrehozott „vásznon”, melyet, ahogy említettük, *cittának* neveznek.¹² Ebben a *cittában* az eredeti elfedett és elfeledett tulajdonságokból csupán a hiányuk és az ebből származó, s rájuk irányuló vágyakozás jele-

nik meg. Vágyakozás az öröklétre, a teljes tudásra és a tökéletes boldogságra.¹³

A lélek eredeti, tiszta transzcendentális formája és természete (*svarūpa*) akkor képes megnyilvánulni, ha az ember túllép a durvafizikai és a finomfizikai dimenziókhoz fűződő önazonosításain, amelyek nem engedik látni és megismerni önmagát.

A test, az anyagi tudat és a lélek a megnyilvánulásunknak egyaránt fontos elemei, de a legfontosabb közülük a lélek, amely a másik kettőnek az alapja és mozgatója. Bár a test és az anyagi tudat velejárója az e világban megszületett élőlényeknek, ezek mégis csupán ideiglenes burkok, amelyek éppen akadályozzák, de amelyek ugyanakkor – megfelelően használva őket – segíthetik is a lélek önmagára találását, az önmegvalósítást.

III. Az önmegvalósítás legfontosabb irányzatai a védikus hagyományokban

Az önmegvalósítás folyamatára a védikus irodalomban¹⁴ általánosságban használt kifejezés a *jóga*.¹⁵ A jóga egyrészt a Legfelsőbb Úrral, mindenek forrásával való összekapcsolódást, másrészt pedig a test és az anyagi tudat – az önvaló megértésének céljából – bizonyos elvek szerint történő megzabolázását jelenti.¹⁶

¹¹ Tóth-Soma 2009: 60–61.

¹² Bár egyes iskolákban *cittaként* az anyagi tudat információt raktározó funkcióját határozzák meg, Patañjali *yogadarśana* hagyományában és a *vaiṣṇava-vedānta* tradíciókban ez a fogalom az önvaló eredeti tudatának torzult formáját, a szennyezett anyagi tudatot jelenti.

¹³ Tóth-Soma 2013: 58–59.

¹⁴ Védikus irodalom alatt az eredeti négy Védát, s az azok alapelveit követő magyarázó írásokat értem (Pl. *itihāsák*, *purāṇák*, *dharma-śāstrák* stb.).

¹⁵ Tóth-Soma 2008: 17–18.

¹⁶ Tóth-Soma 2010: 11–12.

Számtalan jógaírányzat létezik, de azok, amelyek a jóga védikus irodalomban megfogalmazott célja felé vezetik az embert, eszközként három alapvető folyamatot gyakorolnak. 1.) Egyrészt a lemondások végzésével (*tapah*) lazítják a fizikai világhoz fűződő kötöttségeiket, illetve a ragaszkodásaikat. 2.) Tanulmányozzák a lélek és Isten tulajdonságait, valamint az egymáshoz fűződő kapcsolatukat, és elmélkednek is minderről (*svādhyāya*), 3.) és végül gyakorolják az Isten iránti odaadás szellemiségét és tevékenységeit (*īśvara-pranidhāna*).¹⁷ E három tevékenység a lemondás szellemiségében végzett tetteként (*karma*), a transzcendentális tudás tanulmányozásaként (*jñāna*) és az Isten iránti odaadás tetteiként (*bhakti*) talán jobban ismertek az e területet tanulmányozók számára.

A tradicionális jógaírányzatok mindegyike gyakorolja mind a három folyamatot, csak eltérő hangsúllyal. Attól függően, hogy egy irányzat melyiket részesíti előnyben, illetve melyiket hangsúlyozza, három fő jógaírányzatot különböztünk meg.

A *karma-yoga* (cselekedetek jógája) a kötelességszerű tettek végzését (*karma*) s azok eredményéről a Legfelsőbb Úr javára történő lemondást hangsúlyozza. A *jñāna-yoga* (a transzcendentális tudás jógája) a lélekről és Istenről szóló tudás tanulmányozását és az erről szóló meditációt, s a *bhakti-yoga* (az istensze-

retet jógája) pedig a Legfelsőbb Úrnak végzett szeretetteljes odaadás gyakorlását emeli ki, anélkül, hogy a másik kettőt elhanyagolná.¹⁸ A szélesebb körben ismert *aṣṭāṅga-yoga* – a hangsúlyozott eszköz és a cél tekintetében – a *jñāna-yoga* fő irányzathoz sorolható, amelyben a szabályozóelvek követése mellett a különböző jóga-testhelyzetek (*āsana*) és légzőgyakorlatok (*prāṇāyāma*) a *tapah* elvét képviselik.

Az egyes irányzatokra a hangsúlyozott eszközön kívül a folyamat célja is jellemző. Így a *karma-yogī* önmaga megismerése mellett az anyagi világból történő, szenvedést megszüntető felszabadulást, a *jñāna-yogī* az Abszolútum ún. személytelen *brahman* aspektusának megismerését és elérését célzó felszabadulást, a *bhakti-yogī* pedig a Legfelsőbb Úr személyes formájával való kapcsolatának felelevenítését és motiválatlan szeretetteljes szolgálát tűzi ki célul. Az önmegvalósítás három fő elemének az egyes jógaírányzatokban betöltött szerepét az 1. táblázat mutatja be.

Az egyéni élőlényt a jelenlegi, feltételekhez kötött helyzetében a fizikai jellemű testi önazonosítása akadályozza az önmegvalósításban. Ennek az önazonosításnak a székhelye az anyagi tudat, más néven a *manas*, a *buddhi* és az *ahaṅkāra* által létrehozott *citta*. (1. ábra) Az önmegvalósítás gyakorlatilag azt jelenti, hogy az önvaló megismeréséhez vezető út *cittában* rejlő akadályait leküzdjük és megtisztítjuk. Leküzdésük az anyagi tudat automatikusan anyagelvű működésé-

¹⁷ Tóth-Soma László, fordítások és magyarázatok Patañjali *Yoga-sūtrájához*. II.1. *sūtra*. Előadás-sorozat a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskolán. 2012. október-december. (A továbbiakban: Ys.)

¹⁸ Tóth-Soma 2008: 18–33.

nek megzabolázásával, megtisztításuk pedig a különböző lelki gyakorlatok segítségével történik.¹⁹ Ahogy majd látni fogjuk, a meditáció mindkét folyamatnak alapvető részét képezi.



1. ábra: ábra: a *manas*, a *buddhi* és az *ahañkāra* által létrehozott *citta*.

IV. A szennyezett anyagi tudat konkrét működései

A védikus irodalom önmegvalósítással foglalkozó tanításai szerint a testet öltött élőlény anyagi tudatában ötféle olyan anyagi jellegű tudatfolyamat (*vr̥tti*) zajlik, amelyek az önmagunkkal és a környezetünkkel való kapcsolatunkban elsődle-

ges szerepet játszanak. Ezek másik ötféle, az anyagi világgal való kapcsolatunkat speciálisan motiváló, ún. szenvedést okozó tudatszínezettel (*kleśa*) együtt az anyagi világhoz kötik az élőlényt, s megakadályozzák őt valódi önmaga megismerésében.²⁰

1. Az anyagi tudatfolyamatok, az ötféle *vr̥tti*

Az öt fő anyagi tudatfolyamat (*citta-vr̥tti*) tulajdonképpen a *cittában* zajló olyan „hullámmás”, amely által a tudat felszínének harmóniája megbomlik, s valóságot bemutató, azt hűen visszatükröző képessége felborul. Az általa alkotott kép e világról és az élőlényről magáról csupán torz visszatükröződése a valóságnak. Az öt *vr̥tti*, amelybe gyakorlatilag minden tudati tevékenység besorolható²¹: az 1.) érvényes ismeretszerzés (*pramāṇa*), 2.) a téves ismeretszerzés (*viparyaya*), 3.) a fogalomalkotás [és ábrázolás] (*vikalpa*), 4.) a [mély]alvás (*nidrā*) és 5.) az emlékezés (*smṛti*) tudati folyamatai. Ezek mindegyike szerepet játszik az e világhoz való kötöttségünkben. Mindezek mellett megfelelően irányítva őket segítséget nyújthatnak az önmegvalósításban is.

Az érvényes, illetve valós ismeret megszerzése (*pramāṇa*) elengedhetetlen feltétele az élőlény e világi létének.

¹⁹ Ys. I.2.: *yogaścittavr̥ttiniroddhaḥ*.

²⁰ A tudatfolyamatokról lásd a *Yoga-sūtra* I.6–11. aforizmáit, s az e világba kötő „tudatszínezetekről” pedig a következő referenciákat: *avidyā* – *Bhāg.* 3.31.31., *Bhāg.* 3.32.38, Ys. II.3–5; *asmitā* – Ys. II.3.6.; *rāga* és *dveṣa* – *Bhāg.* 7.15.43–44., Ys. II.3.7–8., *Bhāg.* 6.11.22., *Bhāg.* 13.6–7.; *abhiniveśaḥ* – *Bhāg.* 5.1.2., 5.14.8., 7.2.48., Ys. II. 3, 9.

²¹ Ys. I.6–11.

	<i>tapah</i> (lemondás, vezeklés)	<i>svādhyāya</i> (transzcendentális tudás)	<i>īśvara-praṇidhāna</i> (az Isten iránti odaadás)
<i>karma-yoga</i>	A tettek gyümölcséről való lemondás.	Transzcendentális tudás szükséges, hogy jógáról, önmegvalósításról beszélhessünk	Bizonyos odaadásról már beszélhetünk, de ezt a kötelesség-érzet motiválja.
<i>jñāna-yoga</i>	A gyakorlónak a fejlett tudása révén kevesebb ragaszkodása van a fizikai világhoz, mint a <i>karma-yogīnak</i> . Ő már lemondott életet él.	A transzcendentális tudás tanulmányozása révén érti meg az anyag és a transzcendens különbözőségét.	Kevesebb, mint a <i>karma-yogīnál</i> , mivel a <i>yogī</i> gyakorlatilag nem végez közvetlen felajánlást a Legfelsőbbnek. Csak a felszabadulás vágya és a Legfelsőbb <i>Brahmanba</i> való beleolvadás vágya inspirálja.
<i>aṣṭāṅga-yoga</i>	Hasonló a <i>jñāna-yogīhoz</i> , sőt több is, mert az igazi <i>aṣṭāṅga-yogī</i> lemondott a Legfelsőbbel való egygyé válás elképzeléséről, hogy a Felsőlelket önmagától különálló létezőként szemlélhesse.	Ugyanaz, mint a <i>jñāna-yogī</i> esetében, de fejlettebb a tanulmányozás, hiszen a gyakorló tudatában van az Úr – szívben lakozó – Felsőlélek aspektusának létezéséről, aki az egyéni lélek mellett foglal helyet. (dualizmus elve)	Több, mint a <i>jñāna-yogī</i> vagy a <i>karma-yogī</i> esetében, mivel az ember a transz állapotában önvalóját az Úrnak ajánlja. Azonban még ennek a motivációja is a felszabadulásra való vágy.
<i>bhakti-yoga</i>	Mivel a <i>bhakti-yogī</i> mindent az Úr tulajdonának tekint, és azt az Ő szolgálatában használja, a lemondása teljes.	Kṛṣṇa közvetlen tanításaival foglalkozik elsősorban. A transzcendentális tudás tisztán érvényesül.	Odaadása teljesen mondható, mivel az Úr szolgálata, illetve a Neki való örömszerzés a kizárólagos motivációja.

1. táblázat: A *tapah*, a *svādhyāya* és az *īśvara-praṇidhāna* szerepe az egyes jógaírányzatokban.

Nem kell különösebb magyarázat ahhoz, hogy ez létezik, s fontos eleme az életünknek. A kérdés sohasem az, hogy ez létezik-e, vagy hogy hasznos-e, hanem az, hogy mire használjuk az eredményét. Ha ez a folyamat a fizikai világ birtoklására és élvezetére szolgáló öncélú megismerési folyamatként van jelen az életünkben, akkor nagy valószínűséggel az önvalóról szóló ismereteink egyre erőteljesebb elfedődését segíti elő. Ugyanakkor, ha az önvalóról szóló transzcendentális tudás a megismerés tárgya, az önmagunk anyagtól független eredeti lényegének megismerése felé vezet.²²

A téves ismeretszerzés (*viparyaya*) helytelen, megalapozatlan következtetésekre vezeti az embert, de ha megértjük, hogy például az érzékszervek által szerzett információk csak a fizikai létezés egy bizonyos dimenziójában megbízhatóak, s hogy az érzékszervek a transzcendens, anyagon túli világ megismerésére nem alkalmasak, akkor az így szerzett ismereteket is mindig a megfelelő kritikával tudjuk kezelni, helyet adva olyan megismerési folyamatoknak, amelyek az adott dimenzióban való tudást eredményeznek.²³

A fogalomalkotás, ábrándozás, képzelet (*vikalpa*) folyamata az anyagi tudat információkat egymással kombinálni képes, többnyire automatikus működése, amelyből szintén származhatnak a valóságtól elrugaszkodó, s ily módon megkötő, de a valóságot megvilágító felszabadító követ-

keztetések is. Az ún. „jövőben élés” valóságtól elszakadó tudatállapota, vagy a velünk kapcsolatban lévő tárgyak, illetve személyek saját tulajdonunknak tekintése ilyen lekötő, fizikai tudatot erősítő megnyilvánulása a *vikalpának*, ugyanakkor a kreativitás és a léleknek Istennel való kapcsolatáról szóló elmélkedés szintén ide tartozó folyamatai felszabadító jellegűek lehetnek.²⁴

A mélyalvás (*nidrā*), vagyis az álmotlan alvás tudatállapotában gyakorlatilag a *citta* aktív működése majdnem teljes egészében felfüggesztődik.²⁵ Mindamellet, hogy a fizikai test szintjén a test regenerálódásához kedvező feltételeket teremt ez a tudatállapot, még mindig az önmagunk lelki természetéről szóló teljes tudatlanság jellemzi. A mélyalvás tudatállapotának tanulmányozása és megértése viszont figyelmeztetheti a lelki gyakorlatot arra, hogy e világban az egyéni lélek számos egyéb tudatállapotban lehet, amelyeknek kisebb vagy nagyobb mértékben, de ugyanaz a közös jellemzője, a lelki létünkéről szóló tudatlanság. Így megfelelő inspirációt szerezhet ahhoz, hogy igazán a mélyére hatoljon az emberi psziché megnyilvánulásainak, s hogy elérje a sohasem változó, tiszta és szennyezetlen lélek tökéletes tudatállapotát.

Az emlékezés (*smṛti*) folyamata nélkülözhetetlen a testet öltött élőlények számára. E világban való megfelelő működésünk egyik feltétele az, hogy azok az alapvető információk, amelyeknek valaha is a birtokába jutottunk, bármikor elérhetők legyenek.

²² Ys. I.7. A védikus hagyományokban ennek három fő típusa van: az érzékszervi tapasztalás, a logika és a szentírások kinyilatkoztatásai.

²³ Ys. I.8.

²⁴ Ys. I.9.

²⁵ Ys. I.10.

nek, ha arra szükség van.²⁶ Legtöbbször azonban ez az emlékezés komoly akadályt jelenthet az ember életében akkor, ha nem szabályozza e folyamatot. Az anyagi tudat „szabályozatlan, olykor önkéntelen emlékezésre” való hajlama képes az embert a múltban élésre kényszeríteni, melynek eredménye, hogy elfelejtjük a jelent, s csak a múltbéli e világi tapasztalatok újraélésében merülünk el. A kellemeseket megpróbáljuk mentálisan újra élni, a kellemetlenek fölött pedig őrlődünk, hogy „hát, lehetett volna másként is”. Ilyenkor elfelejtjük, hogy a sorsunkat, a jövőnket kizárólag a jelen befolyásolja. Ha változtatni akarunk a sorsunkon, akkor ebben az idődimenzióban, illetve a jelen pillanatban „kell jelen lennünk” és cselekednünk. Itt és Most. Persze a jelent a múlt tapasztalatainak kreatív elemzésével kiegészítve lehet a legeredményesebben, s a legcélratoróbban megélni.

Az emlékezés folyamata lefoglalható, illetve használható a lelki élet útján. Felidézni, illetve folyamatosan emlékezni arra, hogy mi az életünk célja, hogy kik vagyunk mi, s hogy az eredeti otthonunk nem ez az anyagi világ, „ébre tartani” azokat a tanításokat, melyeket a ki nyilatkoztatott szentírások tanítanak az önmegvalósításról, Isten és a lélek kapcsolatáról, mind e *vr̥tti* által lehetséges.

Minden esetben, amikor egy tetten ért *vr̥tti*t valamilyen módon a lelki életünk szolgálatába állítunk, tulajdonképpen hasznossá, az önvaló megismerését segítő tudatfolyamattá válik.

A *klesák* olyan tudatszínezetek, amelyek az önvalóról szóló tudatlanságunkból fejlődnek ki, s amelyek a tudatunk minden működését „önvalót elfátyolozó” természetűvé teszik.

2. Az önmegvalósítást akadályozó tudatszínezetek, a *klesák*

A *klesák*, vagy más néven „szenvedést okozó tudatszínezetek” az élőlény ön-maga eredeti lelki természetéről szóló tudatlanságának különböző fokozatai. Ezek bár e világi szinten közvetlenül fizikai boldogságot és boldogtalanságot is eredményezhetnek, ezzel egy időben minden esetben az e világhoz való kötöttséget és a lélek önmagáról alkotott hamis énképét konzerválják. Ezek a *klesák* 1.) a tudatlanság (vagyis a lelki tudás hiánya), 2.) az énközpontúság (egoizmus), 3.) az anyagvilághoz fűződő ragaszkodás, 4.) a vele szemben kialakult irtózás és 5.) a folyamatos létezésre való vágy, melynek a leginkább szembeötlő megjelenése a haláltól való félelem.²⁷

Patañjali, a *Yoga-sūtra* szerzője a védikus irodalommal összhangban kijelenti, hogy minden ilyen illúziót okozó tudatszínezetnek a transzcendentális létünkről szóló tudatlanság (*avidyā*) az eredete.²⁸ A tudatlanságot úgy definiálja, hogy az a tudatállapot, „amikor örökrenek véljük azt, ami ideiglenes, tisztának azt, ami tisztátalan, élvezetet (boldogságot) találunk abban, ami szenvedéssel teli, s amikor önmagunkként (a lelki önvalóként) tekintünk arra, ami valójában nem az.”²⁹

²⁷ Ys. II.3.

²⁸ Ys. II.4.

²⁹ Ys. II.5.

²⁶ Ys. I.11.

E lelki tudatlanságból közvetlenül jelenik meg az énközpontúság (*asmitā*), vagy más néven az egoizmus, amely nem más, mint úgy élni és gondolkodni, mintha a lélek és az anyagi teste azonos természetűek, egylényegűek lennének. Ennek eredményeként tekintjük a durvafizikai és a finomfizikai testünk érdekeit elsődlegesnek, s ennek köszönhetően leszünk képesek gyakran mindent – sokszor nem etikus dolgokat is – megtenni önmagunk anyagi céljainak eléréseért.³⁰

Az énközpontú élet boldogságkeresése során a *citta* az ezt szolgáló, ezzel az attitűddel összhangban lévő érzéktárgyak iránt ragaszkodást (*rāga*) fejleszt ki. E ragaszkodás természete az élvezni, újra tapasztalni és birtokolni akarás hangulata.³¹ Abban a pillanatban, amikor ez a ragaszkodás az anyagi tudatban kialakul, a tudat már képtelen a szabad cselekedetek forrása lenni. Szabad akaratunk tulajdonképpen már az alapvető önazonosítási tévedésünk első pillanatában korlátozottá vált a lelki tudatlanságunknak köszönhetően, tetteinket azonban a közben kialakult ragaszkodásaink korlátozzák elsősorban.

Ahogy a ragaszkodás (*rāga*) az anyagi tudat „erős kötődése” a kellemeshez,³² úgy az irtózás (*dveṣa*) a *citta* „erős kötődése” a kellemetlenhez.³³ A boldogságot kutató anyagi tudat képtelen elszakadni az őt erő negatív élményektől. Azt hiszi, hogy a boldogsága érdekében ezekkel az

akadályozó tényezőkkel kell valamit csinálnia, s ezért nem tud tőlük elszakadni. Mindeközben az irtózás szenvedésében kell elmerülnie.

Mind a ragaszkodás, mind pedig az irtózás erőteljesen az anyagi dimenzióra fókuszálja az ember tudatát, lehetetlenné téve számára a lelki minőség megértését. Ennek köszönhető az, hogy a létét is kizárólag az anyagi síkon tudja elképzelni. A lélek természete szerinti örökléte (*sat*) természetesen eredményezi még a feltételekhez kötött állapotában is a megszakítatlan létezésre való vágyát (*abhiniveśa*).³⁴ Amikor ez az öröklétre való vágy találkozik az anyag dimenziójának (amellyel közben az ember azonosult) ideiglenes természetével, akkor az az anyagi feltételeinek, tulajdonának és lehetőségeinek elvesztésétől való félelemben, illetve ennek legkiteljesedettebb formájában a háláltól való rettegésben nyilvánul meg.

E *kleśákként* ismert tudatszínezetek azok, amelyek a korábban említett anyagi tudatfolyamatokat (*vṛttik*) lekötő, s az önvalót elfátyolozó jellegűvé teszik, s amelyek anyagi tettekre ösztönöznek, megnövelve azon visszahatások mennyiségét (*karma*), amelyek az ismétlődő születés és halál körforgásában tartják az élőlényt.³⁵ A *vṛttik* és a *kleśák* egymással végtelen módon kombinálódva anyagi tettekre (*karma*) ösztönöznek, azért, hogy abból az élőlény egy speciális ízt (*rasa*), örömet meríthessen. A cselekedetek úgynevezett *saṃskārák*, az átélt ízek, illetve élmények pedig ún. *vāsanāk* formájában lenyomatot

³⁰ Ys. II.6.

³¹ Lásd Vyāsa magyarázatát a Ys. II.7. aforizmájához. (Rāma, 1998)

³² Ys. II.7.

³³ Ys. II.8.

³⁴ Ys. II.9.

³⁵ Bhāg. 3.31.31.

képeznek a *cittában*. Ezek „talajba elvetett magokként” befolyásolják, meghatározzák a további tudati tevékenységeinket.

A *vr̥ttik* és a *klesák* által zaklatott anyagi tudat természete az, hogy sohasem nyugodt, mindig izgatott a fizikai világ felé irányuló vágyainak, elvárásainak köszönhetően.³⁶ Tekintettel arra, hogy amit keres, azt a legritkábban találja meg abban a formában, ahogyan szeretné, a *citta* folyamatosan vándorol érzéktárgyról érzéktárgyra, sokszor egyszerre többre is fókuszálva. Így szétszórttá (*kṣipta*), zavarttá (*vikṣipta*),³⁷ számos tárgyra összpontosítótá (*sarvārtha*) válik.³⁸ Az önmegvalósítás útján elinduló ember számára a *citta* először irányíthatatlanul csapongó (*cañcala*), izgatott (*pramāthi*), hihetetlenül erős (*bala-vat*) és csökönyös (*dr̥dha*), „ajtónállóként” jelenik meg, akit nagyon nehéz meggyőzni (*nigrahaṃ suduṣkaram*)³⁹ arról, hogy továbbengedjen a spiritualitás ösvényén. Ahogy azonban a legjobb ajtónállót, úgy a *cittát* is meg lehet győzni alapos érvekkel (transzcendentális tudással), kitartással (lemondás) és egy magasabbrendű érték szerint élés (az Úr odaadó szolgálata és a róla szóló szeretetteljes meditáció) transzcendentális érveivel.

Ahogyan a *klesák* teljes megszüntetésének módszere a transzcendentális tu-

dás tanulmányozása és annak aktív gyakorlati alkalmazása, úgy az általuk létrehozott fizikai világhoz kötő anyagi tudatfolyamatok a meditáció folyamatával küszöbölhetők ki. A transzcendentális tudás gyakorlása nem engedi, hogy a *cittában* újabb lekötő tudatfolyamatok jelenjenek meg, a meditáció pedig (ideális esetben) transzcendentális jellegénél fogva megtisztítja a *cittát* a már kialakult anyagi természetű tudatfolyamatoktól.⁴⁰

V. A meditáció mint az önmegvalósítás eszköze

A meditáció fogalmának számos definíciója létezik, attól függően, hogy e folyamatnak mely aspektusát hangsúlyozza valaki. Technikailag a meditáció nem más, mint 1.) az anyagi tudat egy területre (a meditáció tárgyára) való ráirányítása (*dhāraṇā*), 2.) az e tárgyra való „odafigyelés” folyamatos, megszakítás nélküli fenntartása (*dhyāna*),⁴¹ valamint 3.) a meditáció fókuszpontjában lévő „tárgy”-ban történő teljes tudati elmerülés.⁴² A három folyamat együtt alkotja az anyagi tudat (*citta*) teljes kontrollját (*saṃyama*).⁴³ Az ily módon megzabolázott (*nirodha*) anyagi tudat teljesen az önmegvalósítást gyakorló ember akarata szerint működik, s mint ilyen alkalmassá válik szabad aka-

³⁶ Lásd az anyagi ragaszkodások által felkorbácsolt anyagi tudatban zajló tevékenységek és az önmegvalósítást elért személy tudatában zajló folyamatok közötti különbségeket a 2. táblázatban.

³⁷ Lásd Vyāsa kommentárját a *Yoga-sūtra* I.2. aforizmájához. (Rāma, 1998)

³⁸ Ys. III.11.

³⁹ Bhg. 6.34.

⁴⁰ Ys. II.10–11.

⁴¹ A jógahagyományokban a *dhyāna* fogalma jelenti a meditációt szűkebb értelemben, de amiről mi jelenleg beszélünk, az a tudatrögzítés teljes folyamata, melynek csak egy fokozata a Patañjali rendszerében említett *dhyāna*.

⁴² Ys. III.1–3.

⁴³ Ys. III.4.

ratának megnyilvánítására és az önvaló megismerése felé való haladásra.⁴⁴

A meditáció másik, annak célját teljesen képviselő aspektusa a meditáció tárgyának transzcendentális minősége. Bár a *cittát* technikai értelemben egy egyszerű anyagi tárgyra rögzítve is lehetséges megzabolázni, s ez számos kedvező fizikai eredményt ad, végső soron az effajta fizikai tárgyú meditáció nem eredményezi az e világ „bűvköréből” való kiszabadulást, illetve az önvaló tökéletes megismerését.⁴⁵ A védikus szentírások magyarázzák, hogy a meditáció tárgyának transzcendensnek kell lennie ahhoz, hogy az ember, alkalmassá válva a *sat-cit-ānanda* dimenzió érzékelésére, megismerhesse eredeti önmagát. E meditációs tárgyak, illetve gondolati területek közül a legfontosabbak maga Isten (*īśvara*),⁴⁶ a lélek (*ātman*, *puruṣa*) és a kettőjük kapcsolata. Mindezek közül a különös hang-

súlyt a Legfelsőbb Úrról szóló meditáció kapja, akinek transzcendentális neveiről (*nāma*), formájáról (*rūpa*), tulajdonságairól (*gūṇa*) s kedvteléseiről (*līlā*) történő odaadó meditáció által a lélek elérheti Őt, s ezzel együtt megismerheti önmagát. Maga Patañjali is hangsúlyozza, hogy meditáció közben az *īśvarát* a tudatban tartva a lélek belső tudata, eredeti önvalója feltárulhat a jögi előtt.⁴⁷

Az önmegvalósított ember gyakorlatilag felülemelkedett minden anyagi korláton, tudatának szennyeződése megszűntek, s tisztán látja önmaga eredeti lelki formáját és személyiségét (*svarūpa*).⁴⁸ Számára ez a lelki tudat természetes és a nap 24 órájában jelen van. A 2. táblázat az anyaghoz ragaszkodó, az ettől éppen megtisztuló, s az önmegvalósítást már elért állapotban zajló tudat tevékenységeinek összehasonlító felsorolása látható.

VI. Az önmegvalósítás különböző irányzatai és a meditáció

Nagy általánosságban azt mondhatjuk, hogy a meditáció és a meditatív tudati elmerülés egy olyan folyamat, amely a testi és mentális működéseket harmonizálja, megtisztítja és a tudatot a transzcendens (a lélek és Isten) felé irányítja. Ahogyan azt említettük, a testünk és az elménk, mint a megismerés eszközei, egyszerre vagy egymás után általában több, főleg fizikai jellegű tárgyra fókuszálnak. Az érzékszervek és az anyagi tudat természete az, hogy a külső világban keresik azt a boldogságot, amely belül van, s amely a léleknek tulajdonképpen eredetileg a sajátja.

⁴⁴ Technikai értelemben a tudat rögzítésének, illetve megzabolázásának szempontjából megközelítve a *Kūrma-purāṇa* (8. fejezet) úgy szemlélteti a fokozatosan elmélyülő tudatrögzítést, mint amelynek egyes lépései a 1.) meditációs tárgy felé fordulás minimum 12 másodpercig tartó megszakítatlan odafigyelést jelent (*dhāraṇā*), 2.) a meditáció tárgyára rögzült figyelem kiterjesztett fenntartása (*dhyāna*), amely 12×12 másodpercig (2,4 perc) tart, és a 3.) a meditáció tárgyában történő teljes tudati elmerülés, amely minimum 12×12×12 másodpercig (28,8 perc) tart. A tudat tökéletes elmerülésének állapotát *mahā-samādhinak* nevezi, amely minimum 12×12×12×12 másodpercig (5,76 óra) tart. Persze mindez csak technikai szemléltetése a tudat lehetséges megzabolázottságának, s ahogy látni fogjuk, e tényező önmagában nem is elég az önmegvalósítás eléréséhez.

⁴⁵ Lásd a *Yoga-sūtra* I.42–46. aforizmákat.

⁴⁶ *Bhg.* 8.7.; 9.34.; 18.65.; *Ys.* I.23–29.

⁴⁷ *Ys.* I.28–29.

⁴⁸ *Ys.* I.3.

Az anyagi tudatban (<i>citta</i>) jelenlévő folyamatok		
Elsődlegesen az anyagi világ felé forduló ragaszkodással, elvárásokkal teli figyelem hatására kialakuló tudati jelenségek	Az önmegvalósítás folyamata során e tendenciától fokozatosan megszabaduló tudat tulajdonságai	Az önmegvalósítást elérte ember megtisztult <i>cittájában</i> zajló tudati folyamatok
- érzelmi zavarok - túlzottan tevékeny képzelet - kontrollálatlan gondolatok - aggodalmak - elégedetlenség - erős anyagi vágyak - ingerlékenység, düh - torzult memória - zavart vagy mértéktelen alvás - zűrzavaros vagy elszégyesedett negatív emberi kapcsolatok - mélyen gyökerező érzelmi gátak - a múlt emlékeinek csapdája - káros szenvedélyek - főbiák - szorongás, félelem - depresszió	- belső béke - önzetlen szeretet - hit - vidámság - odaadás - Istentudat - könyörület - egyszerűség - fogékonyság - tisztaság - igazmondás - intuíció - mély megértés - erőszaknélküliség - félelemnélküliség - önfegyelmesség - belső csend és harmónia - világos memória - nyugodt alvás - megfelelő emberi kapcsolatok - mentesség a mohóságtól - kedvesség, szerénység, elszántság - életerő, megbotlás, kitartás - mentesség az irigységtől és a becsvágytól	- megszabadul minden anyagi tevékenységtől - képes az önvaló érzékelésére - határtalan lelki boldogságot tapasztal - sohasem tér el az igazságtól - úgy gondolja, ennél nagyobb kincsre soha nem tehet szert - mentes az anyagi kapcsolatok okozta minden szenvedéstől - mentesség a ragaszkodástól - a múltban elkövetett tetteinek minden visszahatásától megszabadul - nem ingatja meg semmi, érje bár jó vagy rossz - szilárdan gyökerezik a tökéletes tudásban - a Legfelsőbb Úr odaadó híve - mentes a haragtól, dühtől

2. táblázat: Az anyaghoz ragaszkodó, az ettől megtisztuló, s az önmegvalósított anyagi tudat tevékenységei.

Olyan ez, mintha egy szemmel egyszerre több távcsőbe próbálnánk beletekinteni és valamilyen látványra fókuszálni. Az eredmény többnyire frusztráció, aggodalom (hogymint sem látunk-tapasztalunk jól), kétségek lesznek, s az a kérdés, hogy ugyan melyik távcsőben található látványra figyeljek oda? Ugyanilyen érzés lehet egy olyan lovas szekéren ülni, amelyet több ló húz, s amelyek mindegyike az utastól és a kocsistól függetlenül saját maga választotta irányba indul el. Teljesen világos, hogy a nem megfelelő irányba haladó lovakat megzabolázva a cél felé kell irányítani a szekeret.

A meditációval a különböző tudati fókuszpontokat tesszük mérlegre, miközben a lényegteleneket (az anyagi világhoz láncolókat) figyelmen kívül hagyjuk, s az önmegvalósítás szempontjából fontosakat (a transzcendentális jellegűeket) pedig fókuszba állítjuk. Ahhoz hasonlóan, mint ahogyan azt a kaméleon is teszi, aki egyszerre két szemmel kutat a táplálék után, s panorámalátásával egyszerre több mindent lát a környezetében. Amikor azonban felfedezi, hogy mely irányba érdemes támadnia, a két szemének fókuszpontja eggyé válik.⁴⁹

Az önmegvalósítás során elengedhetetlen, hogy tisztában legyünk célunk természetével, tulajdonságaival, hogy megfelelő módon tudjunk rá fókuszálni, odafigyelni. Meg kell tanulnunk transzcendentális fókuszpontra rögzíteni a tudatunkat. A transzcendensre való odafigyelés meditatív állapota többféle eszközzel is elérhető, s a legfontosabbakat már korábban fel-

soroltuk (*tapah, svādhyāya, īśvara-praṇidhāna*). A Legfelsőbb Úr öröme végzett önzetlen tettek és azok gyümölcseiről való lemondás (*karma*) során maga a tett, a kötelességszerűen végzett Istentudatos cselekedet az, amely a meditatív, transzcendensre irányuló tudatot eredményezi (a fizikai test szintjén zajló önmegvalósítás és meditáció). A transzcendentális tudás tanulmányozásának folyamatában (*jñāna*) maga az anyagi tudat (*citta*) foglalkozik közvetlenül a lelki igazságokkal, s ezáltal így automatikusan egyfajta meditatív állapotba kerül (az anyagi tudat szintjén zajló önmegvalósítás és meditáció). Az Isten iránti odaadás, illetve az Ő odaadó szolgálatának szintjén (*bhakti*) pedig a lélek maga bontogatja szárnyait, amelynek során az önvaló eredeti természet szerinti cselekvés illetve élet nyilvánul meg még akkor is, ha valaki ezt még nem is képes érzékelni. Ez utóbbi mind a testet, mind a pszichét lefoglalja a lelki dimenzióban történő cselekvésben. Ez a három folyamat együtt a testi, a mentális és a lelki szinten is a tökéletes önmegvalósítás felé vezet.

Utószó

A védikus szentíráások véleménye az, hogy az önmegvalósítás az emberi élet legmagasabb rendű célja és kötelessége. Gyakorlatilag e világ létezésének ez ad valódi értelmet.

„Az emberiség legmagasabb rendű hivatása [dharmája] az, amely által az ember eljuthat a transzcendentális Úrnak végzett szeretetteljes odaadó szolgálathoz. Ennek az odaadó szolgálatnak töretlen-

⁴⁹ Ott, M. – Schaeffel, F. – Kirmse, W 1998: 319–330.

nek kell lennie, valamint mentesnek minden indítéktól, hogy teljes elégedettséget nyújtson az önvalónak.”⁵⁰

Felhasznált irodalom

Adler, Mortimer J.: *The Idea of Freedom: A Dialectical Examination of the Conceptions of Freedom, Vol.I.* Garden City, N.Y., Doubleday, 1958.

The American Heritage Dictionary of the English Language, Fourth Edition. Houghton Mifflin Company, 2009.

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

Bhaktivedanta Swami Prabhupāda: *Śrīmad-Bhāgavatam* (1–10. ének), The Bhaktivedanta Book Trust, Stockholm, 1993–1995.

Collins English Dictionary – Complete and Unabridged. HarperCollins Publishers, 2003.

Descartes, René: *Értekezés a módszerről.* Műszaki Könyvkiadó, Budapest, 2000.

Fodor, Jerry A.: *A test-lélek probléma;* In: Kognitív tudomány (szöveggyűjtemény). Miskolci Egyetemi Kiadó, 1996.

Maslow, Abraham H.: *Motivation and Personality* (3rd Edition) Longman, New York, 1970.

Merriam Webster's dictionary <http://www.merriam-webster.com/dictionary/self-realization>

Ott, M. – Schaeffel, F. – Kirmse, W.: Binocular vision and accommodation in prey-catching chameleons. *Journal of Comparative Physiology*, 1998: 319–330.

Tóth-Soma László (ford.): *Patañjali: Yoga-sūtra I-II. fejezet.* (Oktatási segédanyag). Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola, Budapest, 2013.

Tóth-Soma László (ford.): *Patañjali: Yoga-sūtra III-IV. fejezet.* (Oktatási segédanyag). Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola, Budapest, 2014.

Rāma, Prasāda: *Patanjali's Yoga Sutras - with the commentaries of Vyasa and gloss of Vacaspati Misra.* Motilal Banarsidass, Delhi, 1998.

Sandor, Peter S. – Maarten, A. Frens – Henn, Volker: Chameleon eye position obeys Listing's law. *Vision Research*, 2001, 41.

Śivarāma Swami: *Bhaktivedanta magyarázatok : A Bhagavad-gītā tökéletes értelmezése.* Bhaktivedanta Kulturális és Tudományos Intézet, Budapest, 1999.

Tóth-Soma László: *Személyiségfejlesztés felsőfokon. Felülemelkedés önmagunk és környezetünk korlátain.* Lál Kiadó, Somogyvámos, 2005.

Tóth-Soma László: *Jóga tiszta forrásból – Út a test és a szellem felemelkedéséhez, az önvaló megtapasztalásához.* Lál Kiadó, Somogyvámos, 2008.

Tóth-Soma László: „Ahogy az ember leveti elnyűtt ruháit”. A védikus halálelfogás. *Tattva*, 12/2. 2009, 57–65.

⁵⁰ Bhāg. 1.2.6.

Tóth-Soma László: *Fordítások és magyarázatok Patañjali Yoga-sūtrájához.* Előadássorozat a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskolán. Budapest, 2012. október-december.

Tóth-Soma László: Kutatás a létezés értelme után – az önmegvalósítás Abszolút dimenziója. *Tattva* 16/1. 2013, 45–60.

Tóth-Soma László: A jóga értelmezései. *Tattva*, 13/2. 2010, 11–16.

WordNet 3.0, Farlex clipart collection. Princeton University, Farlex Inc., 2003–2012.



Test és meditáció – mozgás- és táplálkozáskultúra a védikus hagyományokban

Képes Andrea

A test és a meditáció többrétegű összefüggésrendszerében jelen cikk azt vizsgálja meg, hogyan támogatja a test és a meditáció kapcsolatát a védikus hagyományok mozgás- és táplálkozáskultúrája. A kérdés kifejtéséhez nézzük meg röviden az alapfogalmakat.

A test a védikus hagyomány alapján két fő részből áll: a durvafizikai testből, melynek alkotóelemei a föld, a víz, a tűz, a levegő és az éter. Ez azon rész, amely az érzékszervek által tapasztalható, amelyen keresztül elsődlegesen teremtik meg a kapcsolatot a külvilággal és más élőlényekkel. A másik rész a finomfizikai test, melynek alkotóelemei az elme: ennek feladata az érzékszervek felőli tapasztalások begyűjtése; az intelligencia, amely a választásainkért felelős; illetve a hamis ego, melynek jelzőjéből is kiderül, hogy téves önazonosítást jelöl.¹

A meditáció technikailag az elme egy pontra való rögzítését jelenti, és pozitív,

aktív folyamata megteremti az elme nyugalma, lehetővé teszi a belső béke elérését.² A hétköznapiak során ezt bizonyos szinten tudattalanul is alkalmazzuk, de az elme nyughatatlan természete miatt csupán rövid ideig hatásos. A tartós eredmény reményében fel kell készítenünk az elménket arra, hogy képes legyen hosszú ideig egy irányba fókuszálni. A meditáció folyamatában megtanuljuk lecsendesíteni elménk hullámain. A meditáció, az elme fókusz megvalósulhat egy külső érzéktárgyat szemlélve is, de következő lépésként, a meditáció azon formáján keresztül, amely nem anyagi eszközt alkalmaz, képesek leszünk a transzcendens felé fordulni, megértve önmagunk és Isten lelki természetét. Ennek a végső igazságnak a felismerése eredményez teljes, zavartalan boldogságot. Miből fakad a boldogságra való vágy? A vágy eredete a lélek, az igazi önazonosságunk, amely anyagon túli, tulajdonságai szerint *saccid-ānanda*.³ Ennek az állapotnak a tapasztalására törekszünk az anyagi világban. Hogyan viszonyulnak akkor egymáshoz a test különböző részei és a lélek?

„A cselekvő érzékszervek magasabb rendűek a tompa anyagnál, az elme az érzékeknél, az értelem (azaz az intelligencia) az elménél, de ő (a lélek) még az értelemnél is magasabb rendű.”⁴ Śrīla Prabhupāda magyarázata szerint: „A test cselekedete az érzékek működését jelenti, így az érzékek leállítását valamennyi tes-

² Gaura Krisna 2008: 82.

³ *Sat*: örökkévaló, *cit*: tudással teli, *ānanda*: örökre boldog.

⁴ *Bhagavad-gītā* (Bhg.) 3.42.

¹ Tóth-Soma 2005: 25–27.

ti tevékenység megszűnésével jár. Mivel azonban az elme aktív, még akkor is cselekszik, ha a test nyugalomban, tétlen állapotban van. [...] Am az értelem döntése felette áll az elmének, afölött pedig a lélek áll [...] így minden probléma megoldása a lélek eredeti helyzetének közvetlen megértésében rejlik.”⁵

Térjünk azonban vissza a transzcendenstől az anyaghoz egy rövid összeggel, amely megvilágítja a meditáció durva fizikai testre vonatkozó pozitív hatásait. Fiziológiai kísérletek során bizonyítást nyert, hogy már 10-30 perces aktív meditáció is:

- megkönnyíti a szív munkáját, mert az lassabban, kevesebbet ver
- javítja a szív- és érrendszeri funkciókat, és a jó keringés biztosítása miatt csökken a vérben a koleszterinszint
- segít a magas vérnyomás kezelésében⁶
- jót tesz az asztmásoknak, mert a légzésfigyelés, a tudatosság megfelelő légáramlást biztosít a tüdőben⁷
- csökkenti a testben a kortizol szintjét⁸

⁵ Bhg. 3.42 magyarázat.

⁶ A stressz összehúzza az érfal izomzatát, ami szűkíti az ereket, ez okozza a magas vérnyomást, ami a legjobb út a különböző szívbetegségek, infarktus és agyvérzés kialakulásához. A meditáció ellazítja az érfal izomzatát, és ezzel tágítja az ereket.

⁷ <http://www.ayurvedagyogykozpont.hu/allergia-asztma>

⁸ A kortizol egy szteroid hormon, amit az emberi szervezet a mellékvesékből bocsájt ki, amikor stressz alatt áll; fontos a szervezet működésében szinte minden szinten, például a vérnyomás megtartásánál. Ha a hormonból túl sok van vagy túl kevés, ez különböző tünetekhez vagy betegségekhez vezethet.

- növeli a mellékvesénk által kibocsátott DHEA hormonszintet, amit fiatalító hormonnak is neveznek⁹
- csökkenti a szabadgyökök számát.¹⁰

Gyakorlati tanácsok a meditációhoz:¹¹

- készüljünk fel a meditációra mentálisan, legyen határozott célunk az, hogy ezzel szeretnénk foglalkozni
- rendszeresen, lehetőleg minden nap meditáljunk, így a testünk és az elménk is megszokja az adott ritmust, ami támogatja mindkettő kiegyensúlyozott működését
- érdemes időpontként a kora reggeli órákat választani, mert akkor zavaratlan minden, és tisztább az éter, tisztább a tudat, hiszen nem érte annyi benyomás a külvilág felől¹²
- tusoljunk le felkelés után, így eltávolítjuk a durva- és a finomfizikai test szennyeződéseit is
- fokozatosan növeljük az időtartamot, próbálkozzunk először 10-30 perccel, majd innen eljuthatunk az 1-2 óráig
- nyugodt, csendes, békés, jól szellőző helyen, lehetőleg mindig ugyanott meditáljunk
- testhelyzetünk legyen a keresztezett lábú ülés.

⁹ Csökkenti az öregedés látható és érezhető jeleit, illetve késlelteti kialakulásukat.

¹⁰ http://www.anandamarga.hu/spiritualis1_3.htm

¹¹ Gaura Krisna 2008: 108.

¹² „Azt a kora reggeli időszakot, amely másfél órával napkelte előtt kezdődik, bráhma-muhürtának nevezik. A bráhma-muhürta idején ajánlatos lelki cselekedeteket végezni. A lelki cselekedeteknek nagyobb hatása van, ha kora reggel végezzük őket, mint ha a nap bármelyik más szakában végeznénk.” (Bhāg. 3.20.46 magyarázat)

„A (dhyāna) yoga gyakorlásához az embernek egy magányos helyre kell vonulnia. Terítsen kuśa-szénát a földre, azt pedig takarja le őzbőrrel és egy puha ruhadarabbal. Az ülés ne legyen se túl magas, se túl alacsony, és szent helyen álljon. Ezután a yogī vegyen fel rajta egy szilárd ülőhelyzetet, s gyakorolja a yogát, hogy elméje, érzékei és cselekedetei szabályozásával, valamint az elme egy pontra rögzítésével megtisztítsa a szívét.”¹³ Az idézet szerint a yogī vegyen fel szilárd ülőhelyzetet. Hogyan lehetséges ennek hosszabb ideig történő megvalósítása?

A mozgáskultúra

A védikus hagyományban a mozgáskultúra *āsanákat* is jelent. A *yoga* szó azonban nem csupán testgyakorlatokat, hanem az elme kontrollját is jelenti, és összekapcsolódást az Abszolúttal, Istennel.¹⁴ Az *āsanák* célja a testi egészség fenntartása, és a testi működések ismerete, azok kontrollja mellett, hogy aztán elindulhasson a gyakorló a szellemi egyensúly, béke megteremtése és az önvaló, a lélek megismerése felé. Az *āsanák* felvétele, kitartása és lebontása alatti figyelem, összpontosítás bár először testi szinten valósul meg, megteremti a meditáció fizikai alapjait, mert egy idő után lehetetlen az *āsanákat* végrehajtani az elme fegyelme nélkül. A *prāṇāyāma*¹⁵ szintén stabil ülőhelyzetet igényel. Segítségével az éltető, de még mindig anyagi energiát, a *prāṇát* áramoltatjuk és szabályozzuk a testben. A sza-

bályozott légzés pozitív egészségügyi és mentális változásokat hoz létre, a mozgás és a légzés összhangján keresztül pedig képesek leszünk tapasztalni és szemlélni az elme csendjét.

A táplálkozási kultúra

Az *āsanák* és a légzés mellett a táplálkozásunk minősége is befolyásolja testi és mentális helyzetünket.¹⁶ Az emberiség leguniverzálisabb rituáléja az evés. Az ebben a rituáléban kialakított védikus rend figyelembevételével, az étkezés forradalma, mely a vegetáriánus étkezést és az Istennek ajánlott étel fogyasztását jelenti, kigyógyítaná az emberiséget a materializmus betegségéből.¹⁷ Az Isten iránti tisztelet a táplálkozási gyakorlat felajánlási rítusában nyilvánul meg, sőt az Istennek, Kṛṣṇának felajánlott étel, a *prasādam* a külvilággal való kapcsolatfelvétel és kapcsolattartás fontos eszköze is. A védikus hagyományokban a táplálkozáskultúra következő elemei támogatják az elme békéjét, a meditációt, és azon keresztül a megfelelő fókusz kialakítását.

A durvafizikai testre, az emésztésre ható tényezők:

- ülünk a földre, így nem tudunk túl sokat enni, mert előre kell hajolni, és ez alázatra is tanít
- fogyasszunk friss, meleg ételt a megfelelő energia, azaz *prāṇa*-tartalom miatt
- igyunk megfelelő mennyiségű folyadékot, ami legyen túlnyomórészt tiszta

¹³ Bhg. 6.12.

¹⁴ Gaura Krisna 2008: 17.

¹⁵ Légzőgyakorlat.

¹⁶ Gaura Krisna 2008: 77.

¹⁷ <http://terebeess.hu/keletkultinfo/barabas.html#12>

víz, de étkezés előtt, mert az utána ivott víz már gyengíti az emésztésünket

- próbáljunk meg annyit enni, hogy gyomrunk csak háromnegyedig legyen tele, így marad hely a felszabaduló gázoknak
- étkezzünk rendszeresen; délben a legjobb az emésztés, ezután teljen el 3-5 óra a következő alkalomig
- egy alkalommal lehetőség szerint fogyasszunk 4-5 kisebb fogást
- a legjobb az, ha természetes tüzelőanyagot használunk (tehen trágya) – ebből származik a legtöbb *prāṇa*; ezt követi a fatüzelés, majd a gáz, és a legkevesebb éltető energiát az étel számára a villanytüzhely biztosítja
- az evés befejeztével szánjunk néhány percet pihenésre, ne álljunk fel egyből, mert ezzel segítjük a gyomrunkat a nyugodt emésztés elindításában
- bár ez idegennek tűnhet, de lehetőleg együnk jobb kézzel, mert ez stimulálja az emésztőnedveket, és tudatosabban leszünk az elfogyasztani kívánt étel állagáról és hőfokáról is.

A finomfizikai szintre, elmére ható, az elmekontrollt segítő tényezők

- ismerjük meg, hogyan étkezhünk a jószág kötőerejének megfelelően¹⁸
- a vegetáriánus életmód, az *ahiṃsā*¹⁹ elve fontos lépés egy jobb, békésebb társadalom felé; segít kifejleszteni az Isten, Kṛṣṇa felé irányuló természetes tiszteletet, és segíti annak megértését,

hogy minden élőlény ugyanolyan értékű lélek finom- és durvafizikai testbe burkolva

- együnk lassan, nyugodtan; evés vagy ételkészítés közben próbáljuk meg félretenni a gondokat, és csak az ételre koncentráljunk, csendes helyen és a legnagyobb nyugalomban étkezzünk, valamint szánjunk időt az étel megrágására is
- elengedhetetlen a megfelelő külső és belső tisztaság: legyen tisztaság a szakács tudatában, aki szeretettel főz és nem kóistol bele az ételbe; valamint a hely, ahol a felajánlás készül és ahol azt elfogyasztjuk, legyen megfelelő
- együnk közösen, könnyed témákról beszélgetve, így a kellemes hangulat segíti az emésztésünket; várjuk meg, míg mindenki készen áll az evésre, és azt, amíg mindenki befejezi - az egymás iránti tisztelet kifejezéseként
- osszuk meg egymással az ételt, mert ez a szeretetteljes, gondoskodó kapcsolatok fontos része
- a rendszertelen, kontroll nélküli kielégítése az érzékeinknek nem tesz jót a testünknek, mert lehetetlenné teszi a teljes értékű, megfelelő emésztést
- a nassolás elkerülésével fékezhetjük a felesleges beszédet is, és nyugodt marad az elménk
- takarékoskodjunk, illetve a maradék *prasādāt* ne dobjuk ki, adjuk oda az állatoknak
- tartsunk böjtöt, amelytől a testünk is tisztul, mert tehermentesíti a tápcsatornát, valamint karmikus terhektől szabadulhatunk meg általa.

¹⁸ A három kötőerő a *sattva* (jószág), a *rajas* (szenvédély) és a *tamas* (tudatlanság).

¹⁹ Erőszaknélküliség.

A szabályozatlanság mindig betegséget okoz, azonban a test, a légzés és a táplálkozás megfelelő egyensúlya kellemes fizikai helyzetet alakít ki, és megfelelő alapot teremt a minőségi élethez. A szabályozás idővel a tudatállapot változását és jellemfejlődést idéz elő, amely a megfelelő út a *sattva-guṇához*, a jóság minőségéhez. Ez elengedhetetlen a transzcendens felé forduláshoz. A rögzített elme és szilárd jellem pedig eredményessé teszi a lelki törekvéseinket is.

Felhasznált irodalom

Barabás Máté: *Közösségek találkozása. Krisna-völgy Somogyvámoson.* MTA Politikai Tudományok Intézete, Budapest, 1997. Elektronikus kiadás: Terebess Ázsia E-Tár

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

Bhaktivedanta Swami Prabhupāda: *Srīmad-Bhāgavatam* III. ének, Bhaktivedanta Book Trust, Budapest, 2005.

Gaura Krisna Dász: *Jóga tiszta forrásból.* Lál Kiadó, Somogyvámos, 2008.

Tóth-Soma László: *Személyiségfejlesztés felsőfokon – Felülemelkedés önmagunk és környezetünk korlátaiban.* Lál Kiadó, Somogyvámos, 2005.

http://www.anandamarga.hu/spiritualis1_3.htm.

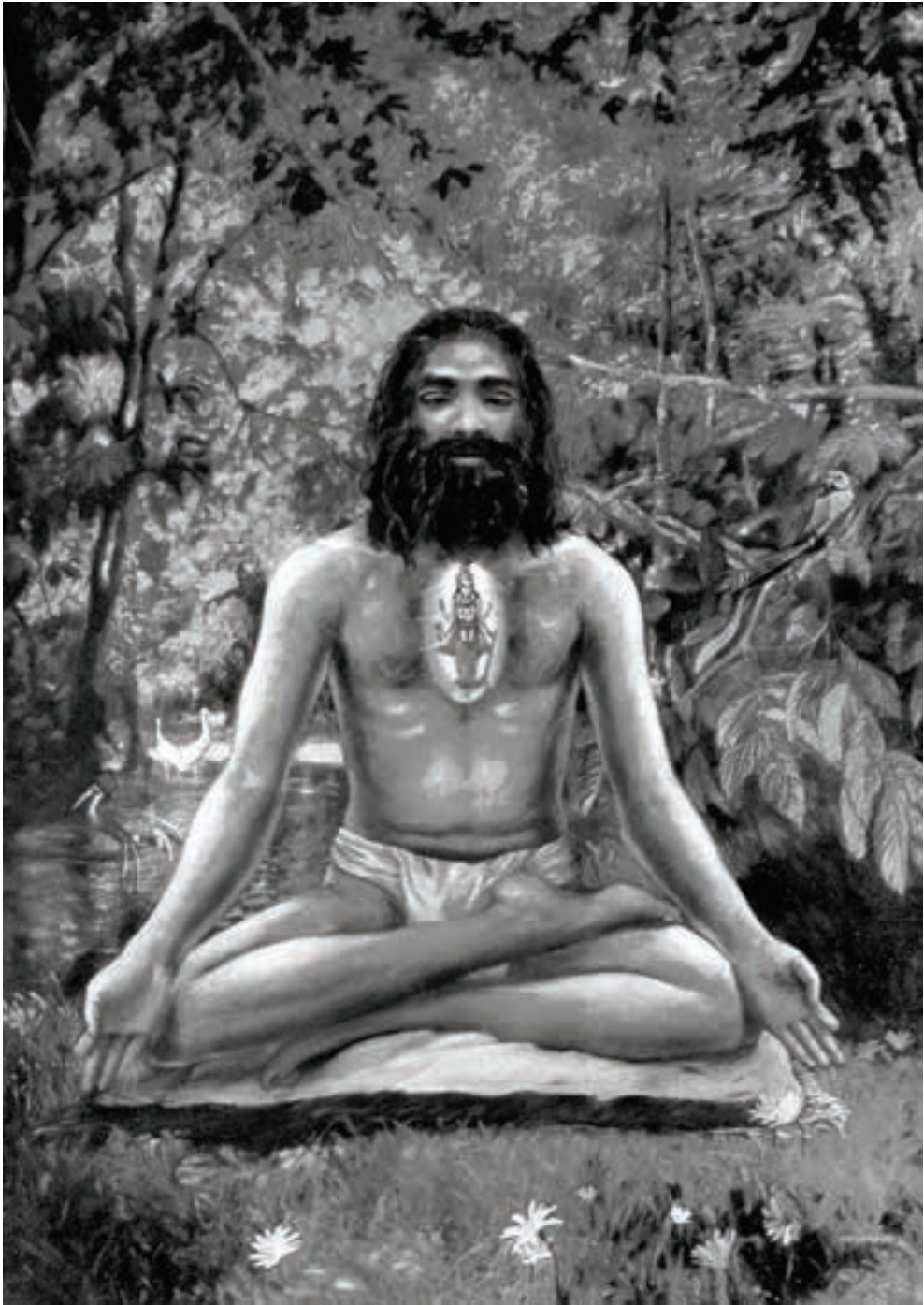
Letöltés ideje: 2014.08.20.

<http://www.ayurvedagyogy kozpont.hu/allergia-asztma>

Letöltés ideje: 2014.08.20.

<http://terebess.hu/keletkultinfo/barabas.html#12>

Letöltés ideje: 2014.08.20.



Meditáció és a lélek – a transzcendentális cél

Drutakarma Dāsa
(Michael A. Cremo)

Mielőtt a meditációról beszelnénk, szólnunk kell a lélek fogalmáról is a *bhakti-yogában*, az odaadás *yogájában*. A lélek megértéséről szóló alapvető szanszkrit szöveg a *Bhagavad-gītā*, ami egy párbeszéd Kṛṣṇa, az Istenség Legfelsőbb Személyisége és az Ő barátja és tanítványa, Arjuna között. A *Bhagavad-gītā* különbséget tesz a test és a lélek között. Kṛṣṇa azt mondja Arjunának: *dehino 'smin yathā dehe*: „Amint a megtestesült lélek állandóan vándorol ebben a testben...”¹ A test és a lélek közötti különbség természetét a *Bhagavad-gītā* tovább magyarázza: *antavanta ime dehā nityasyoktāḥ śarīraṇaḥ*: „az [...] örök élőlény anyagi teste mindenképpen megsemmisül.”² Továbbá a lélek Isten, az Abszolút Igazság része.

Egy másik fontos szanszkrit szöveg, a *Śrīmad-Bhāgavatam* szerint az Abszolút Igazság három aspektusán keresztül érthető meg:

**vadanti tat tattva-vidas
tattvaṁ yaj jñānam advayam
brahmeti paramātmeti
bhagavān iti śabdyate**

*A bölcs transzcendentalisták, akik ismerik az Abszolút Igazságot, e kettősségtől mentes szubsztanciát Brahman-nak, Paramātmának vagy Bhagavānnak hívják.*³

Ebben az összefüggésben Brahman az Abszolút Igazság személytelen aspektusa. Az *advaita* (kettősség nélküli vagy monista) iskola filozófusai csak ezt a Brahman-aspektust ismerik el, ami egy személytelen ragyogás. Ők abban hisznek, hogy a lélek megvilágosult állapotában azonos Istennel, és úgy képzelik el, mint személytelen Brahman-ragyogást. Ezt a felfogást foglalja össze a következő kijelentés: *aham brahmāsmi*: „A Brahman vagyok!”⁴

A Paramātmā vagy Felsőlélek az Abszolút Igazság helyhez kötött, személyes kiterjedése. A Felsőlélek minden egyes élőlény testében jelen van, az egyéni lélekkel együtt. Néhány *yogī* a *yoga*-gyakorlás révén képessé válik arra, hogy érzékelje a Felsőlelket. Néhányuk téved, amikor az egyéni lelket a Felsőlélekkel azonosítja. Más szóval, ők az egyéni lelket Istennel azonosítják.

Az Abszolút Igazság harmadik aspektusa Bhagavān, az eredeti Istenség Legfelsőbb Személyisége. A Paramātmā vagy Felsőlélek Bhagavān helyhez kötött kiterjedése az élőlények szívében, és Brahman

¹ *Bhagavad-gītā* (Bhg.) 2.13.

² Bhg. 2.18.

³ *Śrīmad-Bhāgavatam* (Bhāg.) 1.2.11.

⁴ *Bṛhad-āranyaka-upaniṣad* 1.4.10.

Bhagavān fizikai ragyogása, akinek van egy meghatározott személyes formája. A személyes formáról, Aki Bhagavān, a *Śrīmad-Bhāgavatamban* találunk kinyilatkoztatást, amely azt mondja: *kr̥ṣṇas tu bhagavān svayam*: „az Úr Śrī Kṛṣṇa az eredeti Istenség Személyisége.”⁵ Kṛṣṇa mindenkit vonzó és örökké fiatal. A *bhakti-yoga* gyakorlói úgy hiszik, hogy az egyéni lélek Kṛṣṇa része.

A *Bhagavad-gītāban* Kṛṣṇa azt mondja: *mamaivāṁśo jīva-loke jīva-bhūtaḥ sanātanaḥ*: „Az élőlények ebben a feltetelekhez kötött világban az Én örökkévaló, parányi részeim.”⁶ A lélek megvilágosodott és felszabadult állapotában sem olvad bele a Legfelsőbb Lélekbe: a lélek örökké elkülönül a Legfelsőbb Lélektől. A lélek kapcsolatban van a Legfelsőbb Lélekkel, Kṛṣṇával. A kapcsolat természetét Caitanya Mahāprabhu, Kṛṣṇa egyik *avatārāja* írja le: *jīvera ,svarūpa’ haya — kr̥ṣṇera ,nitya-dāsa*: „Az élőlény alapvető helyzetében Kṛṣṇa örök szolgálja.”⁷ Minden léleknek van *sva-rūpája*, örök lelki formája, amelyben Kṛṣṇát szolgálja. Az anyagi testtel ellentétben, ami ki van téve az öregkornak, a betegségnek és a halálnak, a *sva-rūpa* örökkévaló, boldog és transzcendentális tudással teli.

Bár a lélek Kṛṣṇával való kapcsolatának alapvető jellemzője a szolgálat (*dāsa*, szolgál), ennek a szolgálai kapcsolatnak a természete a *rasa*, a lelki gyönyör. A *Taittirīya-upaniṣad* kijelenti: *raso*

vai saḥ, rasam hy evāyaṁ labdhvānandī bhavati: „Isten a rasák (élvezetes lelki szerető kapcsolatok) forrása, és a lélek, aki Istent szolgálja, egy ilyen kapcsolatban, boldog.”⁸ Különféle rasák vagyis lelki szerető kapcsolatok léteznek a tiszta lélek és a Legfelsőbb Lélek, Kṛṣṇa között. Az egyik a *sākhya-rasa*, a baráti szerető kapcsolat. Néhány lélek szerető barátként áll örök kapcsolatban Kṛṣṇával. A valóság lelki szintjén Kṛṣṇa a tehénpásztorfiú szerepét játssza, és élvezi a sok kalandot tehénpásztorfiú barátaival, ahogy az erdőkön és a réteken át Kṛṣṇa lelki bolygóján, Goloka Vṛndāvanán barangolnak.

Egy másik *rasa* a *vātsalya*, az a szeretet, amit a szülő érez a gyermeke iránt. Bár Kṛṣṇa örökkévaló, és nincs anyja vagy apja, beleegyezik, hogy a szeretett gyermek szerepét játssza azokkal a lelkekkel való kapcsolatában, akik a *vātsalya-rasában* kívánják szeretni Őt. Például Goloka Vṛndāvanában Kṛṣṇa elfogadja Nanda Mahārāját apjának, Yaśodāt pedig anyjának, és tökéletesen úgy viselkedik, mint az ő szeretett gyermekük.

A *mādhurya-rasa* a férj és a feleség vagy a szeretők közötti kapcsolat. Kṛṣṇa viszonozza a lelkek tiszta, szerető érzelmeit a *mādhurya-rasában*, azáltal, hogy a tökéletes férj vagy szerető szerepét játssza. Valójában az összes kapcsolat, amit mi az anyagi világban élvezni próbálunk, azoknak a kapcsolatoknak a visszatükröződései, amelyeket a tiszta felszabadult lelkek élveznek Kṛṣṇával a lelki világban. E visszatükröződött, anyagi kapcsolatok azonban soha nem kielégítőek, mert

⁵ Bhāg. 1.3.28.

⁶ Bhg. 15.7.

⁷ Caitanya-caritāmṛta (Cc.) Madhya 20.108.

⁸ Taittirīya-upaniṣad 2.7.1.

az átmeneti anyagi testen és önző motívációkon alapulnak, melyek szenvedést okoznak.

A lélek a *svarūpáját*, eredeti lelki formáját, és a *rasát*, eredeti szerető kapcsolatát Kṛṣṇával a lelki világban tapasztalhatja meg. De mi gátolja meg ebben az anyagi világban?

**kṛṣṇa bhulī’ sei jīva anādi-bahirmukha
ataeva māyā tāre deya saṁsāra-duḥkha**

*Az élőlény Kṛṣṇáról megfeledkezve időtlen idők óta a külső arculat vonzásában él, ezért az illuzórikus energia (māyā) számtalan különféle szenvedéssel sújtja anyagi léte során.*⁹

A lélek elfelejtette Istent, a lelki világot, saját lelki formáját és szerető kapcsolatát Istennel. A meditációs technikák – mint például a *mantra*-meditáció – célja a *yogában* segíteni az egyént abban, hogy tudatára ébredjen a lélek örök lelki formájának, Isten személyes identitásának és a lelki világ létezésének, valamint a lélek Istennel való kapcsolata természetének. Bár most elsősorban a *bhakti-yoga* meditációról van szó, de a meditáció hasonló célt szolgál más *yoga*-rendszerekben is, például Patañjali nyolcfokú *yoga*-rendszerében.

Patañjali *Yoga-sūtrájában* a következőt olvassuk: *tadā draṣṭuḥ svarūpe ’vasthānam*: „A meditáció tökéletességének elérése után a lélek a saját *svarūpájában* (eredeti formájában) helyezkedik el.”¹⁰ A meditáció Patañjali rendszerében szintén elvezet Isten megvalósításához, ahogy azt

a következő kijelentése is mutatja: *īśvara-praṇidhānād vā*: „A *yogīnak* át kell adnia tudatát az Irányítónak (Istennek).”¹¹ A lélek és Isten megvalósításának technikái közül Patañjali rendszerében megtaláljuk a *mantra*-meditációt, hiszen kijelenti: *tasya vācakah praṇavaḥ*: „*Īśvara (Isten)* képviselve van az om szent szóban.”¹² továbbá: *taj-japas tad-artha-bhāvanām*: „*Azt [az om-ot] mélyen átérezve annak jelentését kell énekelni.*”¹³

Bár sok *yoga*-rendszer van, a *Bhagavad-gītāban* Kṛṣṇa különösen az odaadás *yogáját*, a *bhakti-yogát* ajánlja:

**yoginām api sarveṣāṁ
mad-gatenāntar-ātmanā
śraddhāvān bhajate yo mām
sa me yuktatamo mataḥ**

*Aki nagy hittel mindig Bennem lakozik, magában Énrám gondol, s transzcendentális szerető szolgálatot végez Nekem, az a legmeghittebben egyesül Velem a yogában, s minden yogī közül ő a legkiválóbb. Ez az Én véleményem.*¹⁴

Nagyon sokféle meditáció van a *bhakti-yogában*, beleértve a Kṛṣṇa nevén, Kṛṣṇa formáján, Kṛṣṇa tanításain, Kṛṣṇa kedvtelésein és Kṛṣṇa szolgálatán való meditációt. A meditáció a *bhakti-yogában* általában aktív. Ez magában foglalja azt, hogy aktívan használjuk a testi érzékeket és szerveket. A *bhakták*, a *bhakti-yoga* gyakorlói úgy meditálnak Kṛṣṇa nevéin, hogy a Hare Kṛṣṇa *mantrát* éneklük:

¹¹ Uo.

¹² Ys. 1.27.

¹³ Ys. 1.28.

¹⁴ Bhg. 6.47.

⁹ Cc. Madhya 20.117.

¹⁰ *Yoga-sūtra* (Ys.) 1.23.

Hare Kṛṣṇa, Hare Kṛṣṇa, Kṛṣṇa Kṛṣṇa, Hare Hare/ Hare Rāma, Hare Rāma, Rāma Rāma, Hare Hare. Az éneklésnek kétféle módja van: a *japa* és a *kīrtana*. *Japázáskor* a Hare Kṛṣṇa *mantrát* lágy hangon éneklük egy 108 gyöngyszemből álló füzér segítségével. Ez egyéni meditáció. A *kīrtanában* sok ember éneklük együtt a Hare Kṛṣṇa *mantrát*, hangszeresek, például cintányér és dobok kíséretében. Ez csoportos meditáció. Bárki, aki hallja a Hare Kṛṣṇa *mantrát* ily módon énekelni, elér valamennyi lelki fejlődést. A Hare Kṛṣṇa *mantrán* való meditáció a fő gyakorlat a *bhakti-yogában*. Ha valaki gyakorolja ezt, fokozatosan tudatossá válik a *svarūpájáról*, Istenről és Istennel való örök szerető kapcsolatáról a lelki világban.

A *bhakták* aktívan meditálnak Kṛṣṇa formáján. Kṛṣṇa eredeti lelki formája a hétköznapi anyagi érzékek által közvetlenül nem észlelhető: csak a tiszta lelki érzékeken keresztül tapasztalható meg. Ugyanakkor Kṛṣṇa beleegyezik, hogy megjelenjen ebben a világban egy olyan formában, amelyet a testi érzékek által is észlelni lehet. Ezt *arcā-vigrahának*, Kṛṣṇa *mūrti*, azaz szobor formájának hívják, amely általában fém, kő vagy fából készül. A *mūrti* imádkozható templomban vagy a hívő otthonában. A *bhakták* az imádat során az *arcā-vigrahán* meditálnak, de ez a meditáció aktív. A *bhakti-yoga* elvei szerint Kṛṣṇa személyesen jelen van a *mūrtiban*, és a *bhakta* az imádat során személyes szolgálatokat végez a *mūrtinak* úgy, ahogy egy szolga személyes szolgálatát ajánlja különösen

szeretett és tisztelt urának. A szolgálat jelenthet főzést, étel- és italfelajánlást, ruha illetve dísz tárgyak felajánlását, szó-rakoztatást stb. És miközben felajánlja ezeket a szolgálatokat, a *bhakta* mélyen meditál Kṛṣṇán, és gyakorolja a szeretet és az odaadás érzéseit. Ily módon a *bhakta* már ebben a világban gyakorolja a Kṛṣṇának történő szolgálatok felajánlását, éppen úgy, ahogy a felszabadult lelkek szolgálják Kṛṣṇát a lelki világban.

A *bhakták* aktívan meditálnak Kṛṣṇa tanításain, ahogy azt a szentírások, mint a *Bhagavad-gītā* és a *Śrīmad-Bhāgavatam* is kinyilatkoztatják. Ezek a könyvek tartalmazzák Kṛṣṇa egyéni lélekről, Istenről, és a kettejük kapcsolatáról szóló tanításait. Az e tanításokon való meditáció formái közé tartozik például hallgatni és olvasni azokat, illetve állandóan emlékezni rájuk. De még ennél is többet jelent, amikor a *bhakták* átadják e tanításokat másoknak. Például előadnak a tanításokból, beszélnek róluk rádióban, tévében és interneten. Kiadhatják a *Bhagavad-gītā*t, a *Śrīmad-Bhāgavatamot* és más, a *bhakti-yogában* központi szerepet betöltő szövegeket. Mindezek jelenthetik a Kṛṣṇa tanításain való koncentrált meditációt.

A *bhakták* aktívan meditálnak Kṛṣṇának az Ő örök társaival való kedvteléseiben. Ezek a kedvtelések megtalálhatók például a *Śrīmad-Bhāgavatamban*. A *bhakti-yoga* végső célja az örök lelki forma elérése, és hogy ebben a lelki formában a *bhakta* csatlakozzon Kṛṣṇa kedvteléséhez. Az erre való felkészülés részét képezi a Kṛṣṇa kedvteléseiben való meditálás oly módon, hogy a *bhakta* tanulmányoz-

za annak irodalmát. Ez végezhető úgy is, hogy a Kṛṣṇa kedvteléseit ábrázoló szindarabokban és táncjátékokban vesz részt, amelyek még intenzívebb meditációt kívánnak.

A *bhakták* Kṛṣṇa szolgálatán is medítálnak. A *Bhagavad-gītā*ban Kṛṣṇa kifejti, hogy az embernek meg kell tanulni, hogyan szolgálja Őt az Ő bizalmas képviselője, a hiteles lelki tanítómester, a *guru* irányítása alatt. Miután megértette tanítványa természetét és jellemét, a *guru* személyre szabott szolgálatokban foglalja le a tanítványt. A fő szolgálat, amit a *bhakta* Kṛṣṇának felajánl, a lélekről és Kṛṣṇáról szóló tudás, illetve a *bhakti-yoga* folyamatának terjesztése. Például a *guru* tanácsolhatja a *bhaktának*, hogy tanítsa a *bhakti-yogát* egy bizonyos városban vagy országban. Ez szintén intenzív meditációt kíván Kṛṣṇán és Kṛṣṇa tanításain.

Azáltal, hogy gyakorolja a meditáció fent említett és egyéb fajtáit a *bhakti-yogában*, az ember felébresztheti a Kṛṣṇa iránti szunnyadó szeretetét, amely a szívében lakozik:

**nitya-siddha kṛṣṇa-prema ,sādhya’
kabhu naya
śravaṇādi-śuddha-citte karaye udaya**

A Kṛṣṇa iránti tiszta szeretet örökké létezik az élőlények szívében. Ez nem olyasvalami, amire más forrásból kell

*szert tenni. Amikor a szív a hallás és az éneklés következtében megtisztul, ez a szeretet természetes módon életre kel.*¹⁵

A *bhakti-yoga* meditációi által bárki megvalósíthatja a következőket: (1) a lélek *svarūpáját*, eredeti lelki formáját; (2) a lélek *rasáját*, eredeti szerető kapcsolatát Istennel; (3) a lélek lelki otthonát, Goloka Vṛndāvanát és (4) a lélek örök tevékenységét, a szerető, odaadó szolgálatot.

Felhasznált irodalom

[CD-ROM] **Bhaktivedanta Swami Prabhupāda:** *Bhagavad-gītā As It Is*. In: Vedabase, Bhaktivedanta Book Trust, 2003.

[CD-ROM] **Bhaktivedanta Swami Prabhupāda:** *Caitanya-caritāmṛta*. In: Vedabase, Bhaktivedanta Book Trust, 2003.

[CD-ROM] **Bhaktivedanta Swami Prabhupāda:** *Śrīmad-Bhāgavatam*. In: Vedabase, Bhaktivedanta Book Trust, 2003.

Swami Jnaneshvara Bharati: *Yoga-sūtra. Yoga Sūtras of Pantañjali Interpretative Translation*.

<http://www.swamiji.com/pdf/yogasutrasinterpretive.pdf>.

Letöltve: 2013. október 14.

¹⁵ Cc. Madhya 22.107.



Zene és meditáció

Rátkai Gergő

Bevezető

Bizonyára legtöbbünk már kipróbálta a hagyományos jogát: ültünk – legalábbis próbáltunk ülni – lótuszülésben, szemünket becsukva, különböző légzéstechnikákat alkalmazva. Meditáltunk ezen azon, türelmesen vártunk, hogy belépjünk a „szent térbe”, hogy elemelkedjünk tudatunk jelenlegi síkjáról és megérkezzünk „Jógaországba”.

Azonban legtöbbünknek sajnos ez nem sikerült. Az *āsanák* és a *prāṇāyāma* bizonyolult technikái bizonyára segíthetnek minket a lelki ébredés magasabb dimenzióinak megközelítésében, természetesen abban az esetben, ha képesek vagyunk rá, hogy oly módon gyakoroljuk, ahogy a nagy *yogīk* tanítottak minket. Persze ők jó sok dologra oktattak. Az egyik ilyen, hogy a különböző korokban más és más technikákat kell alkalmazni a lelki fejlődés érdekében.¹

¹ *Caitanya-caritāmṛta* (Cc.) Madhya-līlā 20.330-337.

Jelen korunkban – amit India ősi írásai *kali-yugaként* említenek és körülbelül 5000 éve kezdődött –, az előírt folyamat a *hari-nāma-saṅkīrtana*, Isten szent neveinek közös éneklése,² ez a nyugati jógatársadalomban *kīrtana-yogaként* vált ismertté. Erről szeretnék Önökkel egy pár gondolatot megosztani jelen tanulmányomban.

1. A meditáció

A meditáció szó szerint az elme egy pont-ra való rögzítését³ jelenti, sokan azonban úgy gondolnak rá, mint mindenfajta tudatműködés leállítására. A *gauḍīya-vaiṣṇava*⁴ hagyomány ez utóbbi megközelítést nem támogatja, mivel – szinte – lehetetlennek tartja. Arjuna mondja Kṛṣṇának a *Bhagavad-gītā*-ban: „*Óh, Kṛṣṇa, én úgy látom, hogy könnyebb megállítani a szelet, mint szabályozni az elmét, amely nyugtalan, fegyelmezetlen, csökönyös és hihetetlenül erős.*”⁵ Amíg az ember az elméjét nem győzi le, addig az az ellensége marad.⁶ Meg lehet persze ideiglenesen állítani, de valójában ez nem lesz

² Cc. Ādi-līlā 3.19, 3.40, 4.220, 17.316, etc.

³ Tradicionális értelemben a meditáció tárgya a legvégső cél, Isten.

⁴ Más néven bengáli *vaiṣṇava*. Ehhez a láncolathoz tartozott A. C. Bhaktivedanta Swami Prabhupāda, az ISKCON (a Kṛṣṇa-tudat Nemzetközi Szervezete) alapítója. Ezen cikk eredeti védikus szentírások kijelentései és Bhaktivedanta Swami Prabhupāda tanításain alapszik.

⁵ *Bhagavad-gītā* (Bhg.) 6.34.

⁶ „*Az élőlények ebben a feltételekhez kötött világban az Én örökkévaló, parányi részeim. Feltételekhez kötött létük miatt küzdelmes harcot vívnak a hat érzékszervvel, melyhez az elme is hozzátartozik.*” (Bhg. 15.7)

segítség. A legjobb az, hogyha lefoglaljuk valami hasznos dologgal. Egy kisgyermeket is le lehet kötni, hogy ne legyen láb alatt, de csak sírni fog – ami még jobban zavar majd minket –, ha azonban adunk neki valami természetéhez illő egyszerű játékot, amivel lefoglalja magát, ugyanazt érzük el, mint a kötéllel, sőt még többet, mivel még csöndben is marad.

Hasonlóképpen, az elmét is legegyszerűbben úgy zabolázhatjuk meg, hogy lefoglaljuk. Erre a legkézenfekvőbb módszer az érzékeink használata, mert ezeken keresztül automatikusan az elménket is lefoglaljuk.⁷

A *Bhagavad-gītā* bemutatja azt a folyamatot, mellyel érzékeinket, cselekedeteinket és elménket fokról fokra lefoglalhatjuk, mégpedig úgy, hogy az a mi spirituális fejlődésünket szolgálja. Bhaktivedanta Swami Prabhupāda ezt a folyamatot *yoga*-létrának nevezi.⁸

Ez a létra az élőlény anyagi világbeli létének legalacsonyabb rendű állapotánál kezdődik, s a tiszta lelki életben bekövetkező tökéletes önmegvalósításig visz, három része van, a *jñāna-yoga*, a *dhyāna-yoga* és a *bhakti-yoga*. Különbféle szinteket jelölő fokait különböző nevekkal illetik: legalsó fokát *yogārurukṣanak*, a legfelsőt pedig *yogārūḍhának* nevezzük.⁹

A Gītából egyértelműen kiderül, hogy a *yoga* valójában a *bhakti-yogát* jelenti, a

többi *yoga*-folyamatról pedig, hogy azok a *bhaktinak* csupán elemei. A *karma*- és a *jñāna-yoga* a *bhaktiban* éri el tetőpontját. A *bhakti* egyben az a közös tényező is, aminek hiányában valójában egyikük sem lehet eredményes. A *yoga* szót megelőző előtag tehát a *bhakti-yoga* egy adott elemének gyakorlatára utal. A *karma-yoga* például a szentírásokban meghatározott munkát jelenti. Az ilyen munka eleme a *bhakti-yogának*, de más fontos alkotóelemek – pl. az odaadás – hiányoznak belőle.¹⁰

Valójában *bhakti-yoga* nélkül az ember mindig egocentrikus vagy másokra kiterjesztett önző cselekedetekre kényszerül, jóllehet ez megnyilvánulhat látszólag jámbor, emberbaráti tettekben is, azonban az ilyen altruista tettek többnyire a szolgáló ösztön kielégítését jelentik csupán, és akadályt képeznek az odaadó szolgálat útján.¹¹ Ám a *bhakti-yogī* mindent képes a Legfelsőbb Úr örömére tenni, így teljesen eltávolodik az érzékkielégítéstől. Aki nem tett szert erre a megvalósításra, az mechanikus módszerrel törekszik arra, hogy megszabaduljon az anyagi vágyaktól, még mielőtt a *yoga*-létra legfelső fokára fellépne.¹²

A *bhakti-yogának* kilenc folyamatáról olvashatunk a legjelentősebb *vaiṣṇava* szentírásban, a *Bhāgavata-purāṇában*.¹³ Ez a

⁷ „Az érzékszervek valamennyi tevékenységének az elme a központja...” (*Bhg.* 3.40, magy.)

⁸ *Yogának* azt a folyamatot nevezzük, amely összekapcsolja az embert a Legfelsőbbel. Hasonló ez egy létrához, amely a lelki megvalósítás legfelsőbb szintjére vezet. (*Bhg.* 6.3, magy.)

⁹ *Bhg.* 6.3, magy.

¹⁰ Śivarāma 1999: 133–134.

¹¹ *Śrīmad-Bhāgavatam* (*Bhāg.*) 4.9.29, magy.

¹² *Bhg.* 6.4, magy.

¹³ *Bhāg.* 7.5.23–24: „Hallani és énekelni az Úr Viṣṇu transzcendentális szent nevééről, formájáról, jellemzőiről, személyes tulajdonáról és kedvteléseiről, emlékezni rájuk, szolgálni az Úr lótusz-lábát, tisztelettel imádni az Urat a tizenhatféle

folyamat a hallással (*śravaṇam*) kezdődik. Minél többet hall az ember Kṛṣṇáról, annál inkább megvilágosodik, s eltávolodik mindentől, ami eltérítheti Tőle.¹⁴

A második elem a *bhakti-yoga* folyamatában a *kīrtanam*, az éneklés. Mind ez utóbbihoz, mind az előzőhöz hangokra van szükség. Szükségszerű tehát a hangról, hangokról is néhány szót ejtenünk.

2. A hangok

Mindennapi életünkben, a minket körülvevő világban folyamatos hatások érik az érzékszerveinket. Sajnos a mai korban ezek nem a nyugalomunk, a harmónia, a lelki béke fenntartása irányába hatnak, épp ellenkezőleg, érzékeinket folyamatosan stimulálják, túlhajtott állapotban tartják azokat.

A legtöbbet és legintenzívebben használt érzékünk a hallás. Sokszor nem is tudatosan használjuk, ugyanis ez az egyetlen érzékszervünk, amelyet nem tudunk kikapcsolni, folyamatosan, megállás nélkül működik. A fül van a legtöbb durva

kellékkel, imákat mondani az Úrhoz, a szolgájává válni, a legjobb barátunknak tekinteni Őt és mindenünket átadni Neki (más szóval szolgálni Őt a testünkkel, az elménkkel és a szavainkkal) — ez a kilenc folyamat tiszta odaadó szolgáltatnak számít. Aki az életét annak szenteli, hogy e kilenc folyamaton keresztül Kṛṣṇát szolgálja, azt a legműveltebbnek kell tekinteni, mert tökéletes tudásra tett szert.”

¹⁴ A *vairāgyát* könnyen elsajátíthatjuk azáltal, hogy elménket elkülönítjük az olyan tettektől, amelyek nem állnak kapcsolatban az odaadó szolgálattal, a *bhakti-yogával*. *Vairāgya* annyit jelent, mint megválni az anyagtól és lelki elfoglaltságot adni az elmének, és ez végső soron a meditáció valódi célja. (*Bhg.* 6.34, magy.)

szintű ingernek kitéve. Légkalapácsok, riasztók, szirénák, rádiótelefonok csörgése, és a végtelenségig sorolhatnám mindazon zajokat, melyek gyengítik az elménket és ezáltal a testünket is.

Ezen felül azt is tapasztalhatjuk, hogy az emberi szó – mely szintén a hangnak egy formája – elvesztette szentségét, mi több, sokszor negatív hatás elérése érdekében használják. Az igazmondás, az adott szó sajnos már nem erénye a ma emberének.

Mindezen tényeket figyelembe véve, ahhoz, hogy megőrizzük lelki egészségünket, szükségünk van egy menedékre, egy nyugalmas pontra, helyzetre, ahol mindezen negatív behatások nem vagy csak nagyon kis mértékben érnek minket.

2.1. A hang teremtő és felszabadító ereje

A hangnak létezik egy másik, sokkal ősibb, egyben barátiabb, emberközelibb aspektusa is. A teremtés kezdetén a Védák – a tudás könyvei – hang formájában nyilvánultak meg. Az első teremtett lény, Brahmā így kapta meg azokat, és segítségükkel kezdte el a kozmikus teremtést.¹⁵ Ebbe a hang által kreált anyagi világba kerül – esik le – az egyéni lélek, és a *Vedānta-sūtra* szerint a hang által is szabadulhat ki belőle.¹⁶ Mi több, a *Bhagavad-gītā*ban Kṛṣṇa kijelenti, hogy a hang Ő maga.¹⁷

¹⁵ *Bhāg.* 3. 8–10. fejezet.

¹⁶ *anāvṛtīḥ śabdāt* – „Hangvibráció által az ember elérheti a felszabadulást” (*Vedānta-sūtra* 4.4.22)

¹⁷ „Óh, Kunti fia! Én vagyok a víz íze, a nap és a hold fénye, az om szótag a védikus mantrákban, a hang az éterben és az emberi képesség.” (*Bhg.* 7.8)

Máshol, a *Bhāgavata-purāṇā*ban Kṛṣṇa így szól barátjához, Uddhavához: „...a Legfelsőbb Úr lehel életet minden élőlénybe, s ott van a szívükben az életlevegővel (prāṇena) és az elsődleges hangvibrációval (ghoṣeṇa) együtt. Az elmével meg lehet pillantani a szívben lakozó Urat finom formájában, mivel az Úr irányítja mindenki elméjét, még az Úr Śivához hasonló nagy félistenekét is. A Legfelsőbb Úr egy durvább formát is magára ölt, amikor megjelenik a Védák rövid és hosszú (mātrā) magánhangzókból és különböző képzéshelyű (varṇaḥ) mássalhangzókból álló hangjaiban (svaraḥ).”¹⁸ Láthatjuk tehát, hogy a Legfelsőbb Úr hang formájában átjár minden élőlényt durva és finom szinten egyaránt.

A hangvibrációnak két fajtájáról ír a védikus irodalom: az *anāhata-nādáról* (az éterben lévő, meg nem nyilvánult hangról) és a *nādáról* (a levegőben terjedő közönséges hangról). Az *anāhata-nāda* az a hang, melyet akkor hallunk, mikor egy mantrát az elménkben ismétlünk. Ugyanez a *mantra* hangosan énekelve már *nāda*. Az egyetlen különbség az *anāhata-nāda* és a *nāda* között a médium, amelyben megnyilvánulnak. A *nāda* egy hangvibráció, mely levegőn keresztül terjed,¹⁹ az *anāhata-nāda* pedig az éteren keresztül.²⁰ A zene tehát közönséges hangnak tekinthető, azaz *nāda*, mivel a levegőn – mint médiumon – keresztül nyilvánul meg.

¹⁸ Bhāg. 11.12.17.

¹⁹ A *nāda* ezen kívül szilárd tárgyakon keresztül is terjed, például a hangszerek húrjain és fából készített testén keresztül.

²⁰ Hughes 1985: 8.

A *nāda-yoga* ezoterikus dimenziói említést tesznek arról, hogy az indiai zene huszontkét mikrohangja (*śruti*)²¹ párba állítható a testben található huszontkét *nāḍīval*, azaz finom szintű artériával, melyek *yoga*-meditáció útján válnak érzékelhetővé. „A *nāda* huszontkét osztályba különül, melyeket hallhatóságuk miatt *śrutik*nek neveznek. Úgy hiszik, hogy a szív két felfelé tartó *nāḍijában* további huszontkét *nāḍī* van beburkolva és huszontkét *śruti* – melyek rendre magasabb és magasabb hangmagassággal bírnak – képződik általuk, a rájuk ható levegő erejétől.”²² Ennél fogva a *anāhata-nāda* és a tőle megkülönböztethető *nāda* egyaránt a külsődleges okai a zenei hangoknak a kozmoszban, csakúgy, mint azok belső megnyilvánulásaként az emberi testben. Ezen hangok a *maṇipūra-cakrából* kiindulva²³ a fentebb említett *nāḍikon* keresztül nyilvánulnak meg.

2.2. A svarák vagy zenei hangok

2.2.1. A svarák

A huszontkét *śruti* egyfajta színskála a zenei kifejezőeszközök palettáján, amiből az előadó mintegy „megfestheti” – a vé-

²¹ Mind az ősi ind zenészek, mind a mai zene-tudósok tudatában vannak a ténynek, hogy az emberi fül egy oktávon belül huszontkét zeneileg különböző hangot tud elkülöníteni. Ezeket mikrohangoknak vagy szanszkritül *śrutinak* nevezik.

²² Shringy – Sharma 1978: 115–116. Ezzel a teóriával találkozhatunk Dattilánál is, aki azt mondja, hogy huszontkét hang található az emberi mellkasban, melyek minél feljebb haladunk, annál magasabbak. (*Dattilam* 9–11.)

²³ *Nārādīya-śikṣā* 1.5.9.

dikus irányelveket figyelembe véve – az általa előadni kívánt zeneművet. Mint ahogy egy színskálán a különböző színek egymás után következnek spektrumuk, tónusuk, telítettségük és egyéb tulajdonságaik szerint, ugyanígy a *śrutiknak* is létezik egy sorrendje és osztályozási rendszere zenei és kiváltott érzelmi hatásuknak megfelelően.

A *śrutik* közül hét az, melyet alaphangoknak avagy *svaráknak*²⁴ neveznek az indiai klasszikus zenében.²⁵

A *svarák* vagy zenei hangok²⁶ a teremtés kezdetétől jelen vannak az univerzumban.²⁷ Annyira alapvető a létük, hogy igazán sem Nārada, sem Bharata, sem Dattila²⁸ nem definiálja őket.

A *svara* azt jelenti, ami kellemes minden élőlény szívének. Mivel a *śrutik* és a *nāḍik* a szívben gyökereznek, amikor a *svarákat* halljuk, azok természetüknél fogva rezgetik a *nāḍikat*, így kellemes érzést okoznak a szívben. Úgynevezett *rasát*, ízt adnak a szívnek. Minden *svarában* öröktől fogva létezik ez a fajta „nektár”.

²⁴ Olyan hangok, melyek elég hosszú ideig szólnak ahhoz, hogy érzelmeket váltsanak ki a hallgatóból. (*Nāradīya-śikṣā* 1.8.5)

²⁵ Vele szemben Bharata azt állítja, hogy a *śrutik* a *svarákon* keresztül nyilvánulnak meg. (*Nāṭya-śāstra* 28.23) Ezt a nézőpontot osztják a *Nāṭya-śāstra* kommentátorai, Abhinava Gupta és Viśākṣhila is.

²⁶ Nevük: *śaḍja*, *ṛṣabha*, *gāndhāra*, *madhyama*, *pañcama*, *dhaivata*, *niṣāda*.

²⁷ „Brahmā lelke a zárhangokként, teste a magánhangzókként, érzékei a réshangokként, ereje a köztes hangokként, érzékevékenysége pedig a hét zenei hangként nyilvánult meg.” (*Bhāg.* 3.12.47)

²⁸ Mindhárman jelentős zenetudósok. Bővebben lásd: Rátkai 2013.

Más szóval két hang tökéletes összhangzatának különleges hatása van, amely egy speciális ízt, hangulatot (*rasát*) kelt a hallgatóban. A különböző *rāgák* úgy vannak kikalkulálva, hogy miképpen nyilvánítják meg ezeknek a *rasáknak* bizonyos kombinációit.

2.2.2. A *rāgák*

A *rāga* tehát egy dallamkonceptió vagy egy dallamötlet magva, amelyet a zenész virágoztat ki. Mataṅga így fogalmaz: „*Azt az entitást, melyen keresztül egy jól meghatározott, beazonosítható svara-mozgás megnyilvánul, úgy, hogy az mindenkinek örömet okoz, rāgának nevezik a tudósok.*”²⁹

Vagy: „*Azt a meghatározott hangösszetételt, melyet hangszínezeti mozgások díszítenek, és ennél fogva gyönyörködteti az emberek elméjét, rāgának nevezzük.*”³⁰

A *rāga* tehát három fő tulajdonsággal rendelkezik: (1) zenei hangokból tevődik össze, melyek közt a (2) hangszínezeti mozgások – díszítések – képezik a hidat, és így bizonyos fajta (3) érzelmeket váltanak ki a hallgatóból. Bharata nyolc ilyen érzelmet sorol fel: szerelem (*śṛṅgāram*), humor (*hāsyam*), düh (*raudram*), szánalom (*kāruṇyam*), undor (*bībhatsam*), rettegés (*bhayānakam*), hősiesség (*vīram*), csodálkozás (*adbhutam*).³¹

A *rāgákat* himneműnek tartják, és a legtöbbjük pentaton. Azért állnak csupán öt hangból, mert nincs bennük diszharmónia. Minden egyes *rāgához* hat „feleség” vagy

²⁹ *Brhaddeśī* 280. (Ramanathan 2012)

³⁰ Uo. 281.

³¹ *Nāṭya-śāstra* 6.15.

rāgiṇī társul. Ezek hangsorában hét hang található, melyek disszonáns *śrutikat* is tartalmaznak.³²

2.2.3. Svarák és csakrák

Mikor az egyéni lélek (*jīva-tattva*), az Úr határenergiája³³ (*taṭasthā-śakti*)³⁴ a vágyain³⁵ keresztül kapcsolatba kerül az anyagi energiával (*bahiraṅgā-śakti*),³⁶ a lelki energiával (*antaraṅgā-śakti*)³⁷ való kapcsolata befedődik³⁸ – az anyagi által, s így a már anyagivá vált vágyain keresztül, azok beteljesítésére, egy anyagi testet fogad el. Ezek a vágyak – melyeket hét alapkategóriába lehet besorolni³⁹ – hozzák létre a már feltételekhez kötött lélek anyagi testének finom alapját. Ezeket a finomenergia örvényeket a védikus irodalom *cakráknak* nevezi.⁴⁰ Az anyaméh⁴¹ megfelelő feltételei mellett jön létre ezen *cakrák* energiaátalakítása következtében

az a fajta anyagi test, mellyel a lélek beteljesítheti anyagi vágyait, mely vágyak ezután különböző tettekben nyilvánulhatnak meg⁴²

Más szóval, a lelki energia az anyagi energiával kapcsolatba lépve koncentrá-lódik ezen hét energiaörvény vagy *cakra* körül. Ezek a *cakrák* energiát sugároznak ki, csakúgy, mint ahogyan egy tóba dobott kő körül hullámok alakulnak ki. Ezek a vibrációk oly módon befolyásolják az anyagi energia hasonló rezgésszámú részeit, hogy az élőlény vágyainak beteljesítésére alkalmas anyagi testté formálódik. A test nem öltethet formát mindaddig, amíg a megteremtett alkotórészek, vagyis az elemek, az érzékek, az elme és a természet kötőerői nincsenek együtt jelen.⁴³ Ez a folyamat lényegileg megegyezik azzal, ahogyan Brahmā az anyagi univerzum bolygóinak megteremtésekor az anyagot energiahullámok intelligens modulációja segítségével az univerzum bolygóivá és az élőlények testévé alakította.⁴⁴ A hullámok legerőteljesebb tulajdonsága tehát, hogy képesek az anyagi energiát befolyá-

³² Hughes 1985: 28.

³³ Azért hívják határenergiának, mert a lelki és anyagi energia közt helyezkedik el, és vágyainak megfelelően vagy az egyik, vagy a másik hatása alá kerül. (*Bhāg.* 4.12.6, magy.)

³⁴ Cc. Ādi-līlā, 2.103.

³⁵ Független élvezet, anyagi birtoklásvágy, hamis tekintély, hírnév és tisztelet.

³⁶ Cc. Ādi-līlā, 2.102.

³⁷ Cc. Ādi-līlā, 2.101.

³⁸ *Bhḡ.* 7.14, magy.

³⁹ Nemiség, érzékelés, mozgás, érzelem, kommunikáció, értelem és megvilágosodás.

⁴⁰ Név szerint: *mūlādhāra* (gyökér-*cakra*), *svādhīṣṭhāna* (nemi-*cakra*), *maṇipūra* (köldök-*cakra*), *anāhata* (szív-*cakra*), *viśuddha* (torok-*cakra*), *ājñā* (homlok-*cakra*) és *sahasrāra* (korona-*cakra*).

⁴¹ Jelen esetben a lélek emberi születéséről beszélünk, de ez az elv egyaránt alkalmazható minden fajta anyagi testtel rendelkező élőlény születésére.

⁴² Hasonló folyamat mikor a prizma spektrumaira bontja a fényt.

⁴³ *Bhāg.* 2.5.32.

⁴⁴ *Bhāg.* 2.8.9, 3.20 fejezet, 7.3.26–28. Megj: Valójában nem az Úr Brahmā teremti az élőlényeket. Ő csupán megkapta azt a képességet, hogy a teremtés kezdetén különféle testi formákat adjon nekik előző korszakbeli tetteinek megfelelően. (*Bhāg.* 2.9.30, magy.) Az Istenség Legfelsőbb Személyisége mind az anyagi világot, mind az élőlényeket létrehozta már csíra formájában, és Brahmā feladata volt, hogy e csírákat szerte az univerzumban szétszórja. A valódi teremtést ezért *sargának* nevezik, a Brahmā általi későbbi teremtést pedig *visargának*.

solni a teremtő potenciájuknak megfelelően, az univerzum és az egyéni élőlény szintjén egyaránt.

A hét részből álló (*saptaka*) emberi testben tehát az energia hét csomóponton oszlik szét, ezek a *cakrák*, a test *svarái*. Valójában minden kozmikus tétel vagy egység az anyagi energia vibrációja. Vagyis: mivel a zene ugyanazon elvek alapján épül föl, mint a „makrokozmosz oktáv” és annak „mikrokozmosz megnyilvánulása” az emberi testben, mintaként szolgálhat a kozmikus megnyilvánulásban tapasztalt rezegtető hatásokra. Ez tehát az eredete a zene lelki vonatkozásainak, és az oka fizikai, pszichológiai és spirituális hatásainak. A védikus idők nagy bölcsei tudatában voltak ennek a ténynek. Nagy jelentőséget tulajdonítottak ezen vibrációk megfelelő hangolásának a védikus *mantrák* és *stotrák* (imák) éneklésekor, valamint a védikus zene gyakorlati alkalmazásakor.⁴⁵

3. A zene

A *Nāṭya-śāstra* írója, Bharata Muni a következőképpen határozza meg a zene fogalmát: „Zenének nevezzük a húros és egyéb hangszerek játékát, mely játék magába foglalja a zenei hangokat (*svara*), a ritmusciklust (*tāla*) és a szavakat (*pada*). [...] Szerfelett kedves az isteneknek.”⁴⁶ Fia, Dattila kiegészíti még egy ponttal az általa megfogalmazott definícióban, ez a pont pedig az elme koncentrációja,⁴⁷ tehát nem más, mint a meditáció. Vagyis a

zene az előadót és a hallgatót is – ideális esetben – meditációra készítheti.

Legtöbbször zenét azonban sajnos nem hallgatunk, csak halljuk. Ebben nagy szerepet játszik a modern világ személytelen mivolta is. Nem kérdezik, hogy akarjuk-e, automatikusan kapjuk, függetlenül attól, hogy szeretnénk vagy sem. Bárhová megyünk, zene vesz körül, utazás közben, bevásárláskor stb., emiatt annyira megszokottá vált, hogy az esetek többségében már észre sem vesszük. Azonban attól még, hogy nem figyelünk rá tudatosan, nyilvánvaló, hogy a zene – és a különböző hangok – mérhető és minősíthető erővel rendelkeznek, s így mind a testünkre, mind az elménkre hatással vannak. Nem egy kísérlet bizonyította már, hogy a zene nagyban befolyásolni tudja például a növények növekedését, vagy akár a tehén tejhozamát is.⁴⁸ Modern kísérletek bizonyítják például, hogy a magzat már az anyaméhben érzékel hangokat, sőt reagál is azokra.⁴⁹ Az első szerv, mely magzatkorban kifejlődik, a hallószerv, a fül. A magzat húszhetes korára a csiga, a hallás szerve eléri a felnőtt méretet a teljesen kifejlett belső fülben.⁵⁰ A gyermek egyfajta „akusztikus kapcsolatot” alakít ki az anyjával, jónéhány hónappal a születése előtt. Annak ellenére, hogy ez egy újkori felfedezés, a védikus irodalomban számtalan példát találunk arra, hogy a magzatok az anyaméhben belül már hallottak, sőt a tanulást is elkezdték – természetesen hang által.⁵¹

⁴⁵ Hughes 1985:15–16.

⁴⁶ *Nāṭya-śāstra* 28.8.

⁴⁷ *avadhāna*: figyelmesség, fegyelem.

⁴⁸ Bővebben lásd: Hughes 1985.

⁴⁹ Bernard 2004: 56–63.

⁵⁰ <http://www.tudatossszules.hu/honapsorolo/elsotrimester.htm> Letöltés: 2014.10.15.

⁵¹ Pl.: *Bhāg.* 7.7.15, 10.12.40 stb...

3.1. Harmónia, egybehangzás és diszszonancia

A *tambura*⁵² – a védikus zene zengőhangszere – egyfajta harmonikus háttérrel biztosítja a védikus zeneművekben. Nem véletlen, hogy a hangsúlyos hangra (*śadja*), annak oktávjára és az ötödik hangra (*pañcama*) van hangolva. Ugyanis ezek pontosan a legtökéletesebb harmonikus értékekkel⁵³ rendelkeznek. Így a *tambura* harmonikus alapjául szolgál minden más hangszernek és az énekeseknek. A vallásos dallamok (*rāgák*) leggyakrabban pentaton (öt hangból álló) hangsort használnak, úgy megalkotva, hogy a hangzatuk a legtöbb harmóniával és a legkevesebb disszonanciával rendelkezzen. Más *rāgák*, melyek vágyat, fájdalmat, szenvedést hivatottak érzékelteni, tipikusan heptaton (hét hangból álló) hangsorral rendelkeznek, és a disszonáns *śrutikat* hangsúlyozzák, melyeknek alacsonyabb a harmonikus értékük.⁵⁴

A legtisztább, természetüknél fogva kellemes, gyönyörködtető vibrációk azok, melyeknek a frekvenciakapcsolatai egyszerű egész számokban írhatók le. Minél egyszerűbb a szám, annál szebb a hang. Minden *svara* és *śruti* erre az elvre épül: a hangközöknek olyan egyszerű hullámképet kell mutatniuk, amennyire csak lehetséges.

Szabályszerűség és összhang a szépség két meghatározó eleme. Tehát mikor két

hullám interferencia-képe szabályos és mértani, automatikusan szépnek véljük azt.

A védikus zene a legnagyobb mértékben harmonikus és összhangzatos, ennél fogva gyönyörködtető. Mindez annak köszönhető, hogy teljes mértékben egész számú hanghullám-kapcsolatokon alapszik.⁵⁵

3.2. Minőségek a zenében

A zene alapvető természete az, hogy minden esetben egyfajta lenyomatot hagy, mely hatással van szokásainkra, tetteinkre, viselkedésünkre. A zene utánozza az életet, és az élet utánozza a zenét. Emiatt rendkívül fontos, hogy figyeljünk arra, milyen zenei behatások érnek minket.

Ugyanaz a kompozíció vagy harmónia és ritmikai elrendezés minden esetben ugyanazt az érzést, érzelmet váltja ki a hallgatóból. Ebben nagy veszély, ugyanakkor nagy lehetőség is rejlik. Bizonyos fajta érzelmek hatása alá kerülünk újra és újra, ugyanazon zeneszám hallgatása közben. Ezek az érzelmek szokásokat teremtenek, és ezek a szokások idővel beépülnek a személyiségünkbe. Ez a karakter lesz az, amely a későbbiekben a vágyainkat meghatározza.

Éppen ezért nem mindegy a zenének a minősége, formája, az, hogy kitől és milyen úton jut el hozzánk. A *Bhagavad-gītā* három ilyen minőséget, formát határoz meg. Ezek a tudatlanság, a szenvedély és a jóság kötőerői. Ezek a kötőerők, szanszkritul *gunák* áthatják az egész anyagi teremtetést, mindenütt, mindenben jelen vannak.⁵⁶ A legtöbb ember az anya-

⁵² Van hogy *tanpurának* hívják.

⁵³ A harmonikus érték egyfajta függvény, mely két vagy több vibráció találkozásával keletkező interferenciáminta összetettségét adja meg.

⁵⁴ Hughes 1985: 23.

⁵⁵ Hughes 1985: 24.

⁵⁶ „Az anyagi természet három kötőerőből áll: a jóság, a szenvedély és a tudatlanság kötőerejéből.

gi természet ezen kötőerőitől megtévesztve anyagi tettekbe merül.⁵⁷ Minél alacsonyabb szintű kötőerő van rá hatással, annál távolabb kerül a transzcendenstől.⁵⁸

Mint minden – az anyagi világban végzett – cselekedetet, a zenét is e három kötőerő hatja át,⁵⁹ és ami még fontosabb, hogy nemcsak áthatja, tovább is adja, mint egy mágnes; ha hozzáérünk egy vasdarabot, az is mágnessé válik. Ezek a kötőerők persze szinte sosincsnek tiszta formában jelen, mindig keverednek egymással, hol az egyik, hol a másik dominál.

A *Gītāban* lefektetett irányelvek⁶⁰ szerint tehát a zene jellemzői a három minőségben a következők:

- A tudatlanság kötőerejében lévő zenétől az ember tunya, fásult, közönyös lesz. Kimerültséget, ürességet érez. Lustává válik és letargikussá. Bódultság, kábaság és érdektelenség lesz rajta úrrá. Pessimista lesz és negatív, úgy érzi, semmi sem érdekli. Mindent sötétlen lát. Ezen zenei energiák tehát a tétlenséget és a komorságot erősítik.
- A szenvedély kötőerejében lévő zene a végtelen, égető vágyakat korbácsolja fel a hallgatóban. Az önzőséget, a mély kötődéseket, a mohóságot erősíti.
- A jóság kötőerejében lévő zene ezekkel szemben megnyugtatja a hallgatót,

Óh, erős karú Arjuna! Amint az élőlény kapcsolatba kerül az anyagi természettel, e kötőerők felülkerekednek rajta.” (Bhg. 14.5)

⁵⁷ Bhg. 3.29.

⁵⁸ A transzcendens egy, a durva fizikai és finom fizikai anyagi létezésen túl létező valóság.

⁵⁹ Bhg. 14.5.

⁶⁰ Bhg. 14. fejezet.

lecsendesíti az elmét, segíti a koncentrációt. Minden érzéknek örömet okoz. Tudatosabbá válik tőle, magabiztossá. Megvilágosítja, felemeli őt a magasabb lelki régiókba, a szeretet, főképp az istenszeretet felé.

A zene egy eszköz lehet tehát, mely segíti a meditációt oly módon, hogy a zene által keltett spirituális hangulatot felhasználjuk az elmélyüléshez. A meditáció és a zene ily módon való egyesülésének folyamatát nevezi a *gaudīya-vaiṣṇava* hagyomány *harināma-saṅkīrtanának*, az Úr szent neveinek⁶¹ együttes éneklésének.⁶²

Mindent összevetve, bármilyen tudatszintet modellezünk a zenénkel, az képes lesz befolyásolni azoknak az embereknek a tudatát, akik hallgatják azt közvetlenül vagy közvetve. Ennélfogva képesek lehetünk környezetünk befolyásolására a lehető legjobb cél elérése érdekében, ha ismerjük a hanghullámok tudományát. Megfelelően előadva egy zenei művet áldásos, örömteli atmoszférát alakíthatunk ki. Másfelől, ha a mű nem a védikus utasításoknak megfelelően kerül előadásra, diszharmonikus, disszonáns légkört teremtenek magunk körül.

Csakúgy, ahogy – testünk teremtetésekor – behálózott minket az anyagi energia anyagi vágyaink által keltett rezgéseken, hullámokon keresztül, ki is szabadulhatunk eme illúzió csapdájából a *śabda-brahman*⁶³ által lefektetett irányelvek követésével, mely

⁶¹ Ti. a Hare Kṛṣṇa mahā-mantrának.

⁶² Az Úr szent nevének éneklése és az Úr szolgálata nem különbözik egymástól. (Cc. Madhya-līlā 4.125, magy.)

⁶³ Lelki hangvibráció, ti. a védikus irodalom. (Cc. Madhya-līlā 20.353)

nem más, mint a már említett *harināma-saṅkīrtana* gyakorlása.

4. A mantra

A kimondott szavak ereje szinte minden ősi kultúrában jelen van, varázsigeként, bűbájként, áldásként, de akár átokként is. A szavak a legnagyobb erővel azonban akkor rendelkeznek, mikor egyfajta alakba, mintába rendeződnek, melyet a jelentésük hangzata, annak hangszíne és ritmusa határoz meg. A védikus *mantrák* is ebbe a körbe tartoznak.

4.1. Definíció

A *mantra* szó szerint az elme legyőzését jelenti.⁶⁴ Jan Gonda egy tudományos definíciója szerint a *mantra*: „olyan szó vagy szavak, amelyek »emberfeletti régiókból« származnak és melyet »ihletett látók«, költők és szavalók kaptak meg, formáztak és adtak tovább, hogy így isteni erőket hívjanak életre, melyek különös-képp azért öltöttek formát, hogy szándékos és hathatós gondolatokat teremtsenek, közvetítsenek, összpontosítsanak és értesse nek meg, és hogy az azt kimondó személy kapcsolatba lépjen vagy azonosítsa magát az isteni természet lényegével, mely a mantrában jelen van.”⁶⁵

A *mantra* szimbolikus hangja egyfajta hidat képez a felszíni tudat és az alapvető én közt, mely a testtelen szinten helyezkedik el. Tehát a *mantra* hangjai a finomfizikai test legdurvább és legfinomabb szintjeit kötik össze.

Mikor a két sík – a kimondott szó és a zenei hang – egyesül a megfelelő módon, időben és térben, a bevezetőben említett *kīrtana-yoga* formájában, akkor csodákat képes művelni az elmével.

Jelen írásomban három fő *mantrát* szeretnék röviden megismertetni az olvasóval. A legelső, melyről nagyon valószínűk tartom, hogy szinte mindannyian hallottak már, az *om mantra*.

4.2 Az om mantra

Sri Salien Banerjee így ír: „Mikor a hangod tökéletesen képzett, meg fogod látni, hogy a klasszikus zene minden hangja – a sa, re, ga, ma, pa, dha és a ni – történetesen ugyanannak az egy hangnak a variációi. Ez a hang a nāda-brahman, vagy más néven az om.”⁶⁶

A *praṇava*, vagyis a transzcendentális *omkāra* hang, amellyel minden védikus himnusz kezdődik, a Legfelsőbb Úr megszólítására szolgál. A transzcendentális hangvibrációk közül az *om* képviseli Kṛṣṇát. Az *omkāra* vagy *praṇava* a transzcendentális megvalósítás magva, melyet három transzcendentális hang alkot: *a-u-m*. Ha ezt elménkben zengjük és követjük a transzcendentális folyamatot, képesek leszünk az anyagban elmerült elmén uralkodni, úgy, hogy azt lelkivé tesszük. Az *omkāra* célja az, hogy megszabaduljunk minden ragaszkodástól, ami az anyagi dolgokhoz köt bennünket. Az *om* szó valójában az *om tat satra*, az Abszolút Igazságra utal.

⁶⁴ *manas* – elme, *trayate* – győzelem.

⁶⁵ Gonda 1975: 249.

⁶⁶ Mangalwadi 1977: 206.

4.3. Az *om̐ namo bhagavate vāsudevāya mantra*

A *Śrīmad-Bhāgavatam* az *om̐kāra* hanggal kezdődik: *om̐ namo bhagavate vāsudevāya*. A nagy magyarázó, Śrīdhara Svāmī ezért *tārāṅkurának*, az anyagi világból való felszabadulás magjának nevezi az *om̐kārát*. A *vāsudevāya* szó jelentése: „Kṛṣṇának, Vasudeva fiának”. Kṛṣṇa — Vāsudeva — nevét énekelve szert tehetünk mindarra a jóra, amelyet az adományozással, a lemondással és a vezekléssel elérhetünk, éppen ezért az *om̐ namo bhagavate vāsudevāya mantrát* zengve felajánljuk tiszteletteljes hódolatunkat a Legfelsőbb Úrnak, Kṛṣṇának. Ha valaki nem képes arra, hogy az előírt módon imádjá az Úr formáit, akkor csak gondolnia kell az Úr formájára, és elméjében felajánlhatja mindazt, amit a *śāstra* javasol. Meditálhat a felajánláson, és énekelheti a tizenkét szótagú *mantrát*: *om̐ namo bhagavate vāsudevāya*. A *mantra* és az Istenség Legfelsőbb Személyisége nem különbözik egymástól, ezért ezzel a *mantrával* imádkozhatjuk az Úr formáját, ha a fizikai kellékek nem állnak a rendelkezésünkre.⁶⁷

4.4. A Hare Kṛṣṇa mahā-mantra

„*Kali korszakában a bölcs emberek közös énekléssel imádják a Legfelsőbb Urat [...]*”, írja a *Kalisantarāṇa-upaniṣad*. Ugyanebben az *upaniṣadban* található meg a Hare Kṛṣṇa *mahā-mantra* is, melynek éneklése – mint már a bevezetőben is említettem – korunkban, a *kali-yugában*

az elismert önmegvalósítási folyamat.⁶⁸ Kṛṣṇa kijelenti a *Bhagavad-gītāban*, hogy, ha valaki napi huszonnégy órán át medítál rajta, a Hare Kṛṣṇa *mahā-mantra* éneklése segítségével, az a legkiválóbb *yogī*.⁶⁹ Valójában nincs különbség a Hare Kṛṣṇa *mahā-mantra*⁷⁰ és az *om̐kāra* között, hiszen mindkettő az Istenség Legfelsőbb Személyiségét képviseli hang formájában. *Praṇavaḥ sarva-vedeṣu*.⁷¹ Minden védikus írás az *om̐kāra* hangvibrációval kezdődik. A különbség az *om̐kāra* éneklése és a Hare Kṛṣṇa *mantra* éneklése között az, hogy amikor a Hare Kṛṣṇa *mantrát* énekeljük, nem kell figyelembe vennünk a *Bhagavad-gītā* által javasolt helyszínt vagy ülőhelyet: „*A yoga gyakorlásához az embernek egy magányos helyre kell vonulnia. Terítsen kuśa szénát a földre, azt pedig takarja le őzbőrrel és egy puha ruhadarabbal. Az ülés ne legyen se túl magas, se túl alacsony, és szent helyen álljon.*”, írja a *Gītā*.⁷²

A Hare Kṛṣṇa *mantrát* azonban bárki énekelheti, függetlenül a helytől és attól, hogyan ül. Śrī Caitanya Mahāprabhu nyíltan kijelentette: *niyamitaḥ smaraṇe na*

⁶⁸ „harer nāma harer nāma/ harer nāmaiva kevalam/ kalau nāsty eva nāsty eva/nāsty eva gatir anyathā – Ebben a kali-korban nincs más út, nincs más út, nincs más út a lelki tökéletesség elérésére, mint az Úr szent neve, az Úr szent neve, az Úr szent neve.” (*Brhan-nārādīya-purāṇa*. Idézi: *Bhāg.* 5.1.15, magy)

⁶⁹ *Bhg.* 8.8; *Bhg.* 12.6–7.

⁷⁰ Hare Kṛṣṇa, Hare Kṛṣṇa, Kṛṣṇa Kṛṣṇa, Hare Hare/ Hare Rāma, Hare Rāma, Rāma Rāma, Hare Hare

⁷¹ *Bhg.* 7.8.

⁷² *Bhg.* 6.11.

⁶⁷ *Bhg.* 14.8, magy.

kālah.⁷³ A Hare Kṛṣṇa *mahā-mantra* éneklése során nincsenek különleges utasítások az ülőhelyre vonatkozóan. A *niyamitaḥ smarāṇe na kālah* utasítás magába foglalja a *deśāt*, a *kālāt* és a *pātrāt* — a helyet, az időpontot és az egyént is. A Hare Kṛṣṇa *mantrát* tehát mindenki énekelheti, az időponttól és a helytől függetlenül. Ebben a korban, a *kali-yugában* rendkívül nehéz olyan helyet találni, melyet a *Bhagavad-gītā* megfelelőnek tekint. A Hare Kṛṣṇa *mahā-mantrát* azonban bárhol és bármikor énekelhetjük, és hamarosan meglesz az eredménye.⁷⁴

Konklúzió

A *kīrtana-yoga* tehát végtelenül praktikus. Ahhoz, hogy a *yoga* más, megszokott formáit gyakorolja, nem mindenkinek van meg a megfelelő kitartása, állóképessége és egyéb testi feltétele. Éneklésre azonban egy gyermek is képes. Csak kinyitjuk a szánkat, és hagyjuk, hogy a szívünk énekeljen. Ez nagyon áldásos, és megfelelő iránymutatással rendkívül egyszerűen végezhető folyamat. Minden érzékszervünket lefoglaljuk. A hang beborítja a fülünket és a nyelvünket, szemünkkel láthatjuk az éneklésben, zenélésben résztvevő társaink boldog arcát, vagy esetleg spirituális képeket. Szaglásunkat lefoglalja a füstölők vagy a friss virágok illata, amelyek szinte velejárói a *kīrtana*-meditációnak. Tapintásunkat pedig lefoglalhatják a hangszerek, vagy akár a zene ütemére való tapsolás. Ugyanakkor ülhethünk csendben, meditálva, szemünket

becsukva is, önvalónkat átadva a zene és a *mantrák* hangjai gyógyító erejének. Énekléssel természetes módon használjuk a lélegzésünket is, ami így a *prāṇāyāma* tökéletessége lesz. Elménket pedig teljesen lefoglaljuk egyszerűen azáltal, hogy a hangokra fókuszálunk.

Ez a meditáció legnagyobb tökéletessége. Mikor az ember elméjét nem érdekli semmi más, csak hogy Kṛṣṇához menjen, hogy vele lehessen. Ő az, aki nem különbözik szent nevétől,⁷⁵ tehát ha valaki azt ismétli, éneklő halkán vagy hangosan, akkor az azt fogja eredményezni, hogy együtt lesz a Legfelsőbb Úrral, összekapcsolódik vele, ami pedig azt eredményezi, hogy elméje megnyugszik, lecsendesül, egy pontra rögzül, és végső soron ez minden meditáció célja.

Kṛṣṇa mindezt megerősíti a *Bhagavad-gītā*-ban: „A Kṛṣṇa-tudatban teljesen elmélyedő ember biztosan eljut a lelki birodalomba, mert teljes mértékben átadja magát a lelki tetteknek, melyeknek eredménye abszolút, és amit feláldoznak, az ugyanolyan lelki természetű.”⁷⁶

⁷³ Cc. Antya-līlā, 20.16.

⁷⁴ Bhāg. 7.15.31, magy.

⁷⁵ „Kṛṣṇa szent neve transzcendentálisan gyönyörteli. Minden lelki áldást megad, mert ez a név Maga Kṛṣṇa, minden gyönyör kútfeje. Kṛṣṇa neve minden transzcendentális íz megtestesülése, és semmi sem hiányzik belőle. Semmilyen körülmények között sem anyagi, és nem kevésbé hatalmas, mint Maga Kṛṣṇa. Sohasem szennyeződik be az anyagi tulajdonságok, ezért nem lehetséges, hogy kapcsolatba kerüljön mājával. Mindig felszabadult és lelki — az anyagi természet törvényei sohasem kötik feltételekhez. Ez azért van így, mert Kṛṣṇa neve és Maga Kṛṣṇa azonosak.” (Cc. Madhya-līlā 17.133)

⁷⁶ Bhg. 4.24.

Felhasznált irodalom

Beck, Guy L.: *Sonic Theology*. Motilal Banarsidass Publ., New Delhi, 1995.

Bhaktivedanta Swami Prabhupāda: *Bhagavad-gītā úgy, ahogy van*. Bhaktivedanta Book Trust, 2008.

Bhaktivedanta Swami Prabhupāda: *Caitanya-caritāmṛta*. Bhaktivedanta Book Trust, 1996.

Bhaktivedanta Swami Prabhupāda: *Śrīmad-Bhāgavatam* (1-10. ének). Bhaktivedanta Book Trust, 1992–1995.

Bhise, Usha R.: *Nārādīya Śikṣā*. Bhandakar Oriental Research Institute, Poona, 1986.

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

Gonda, Jan: The Indian Mantra. In: *Selected Studies 4*. E. J. Brill, Leiden, 1975, 248–301.

Hughes, David B.: *Svara saptah: Intonation in Vaishnava Music*. Bhaktivedanta Gurukula, Mayapur, 1985.

Lath, Mukund (ed., trans.): *Dattilam*. Motilal Banarsidass Publishers Pvt. Ltd., Delhi, 1988.

Mangalwadi, Vishal: *The World of Gurus*. Vikas, New Delhi, 1977.

Patric Bernard: *Music as Yoga : Discover the Healing Power of Sound*. Mandala Publishing, San Rafael, 2004.

Ramanathan, Hema: *Rāgas in Bṛhad-deśī*. Kézirat, 2012.

Rátkai Gergő: A gauḍīya-vaiṣṇava zene története. *Tattva* XVI/1. 2013, 63–72.

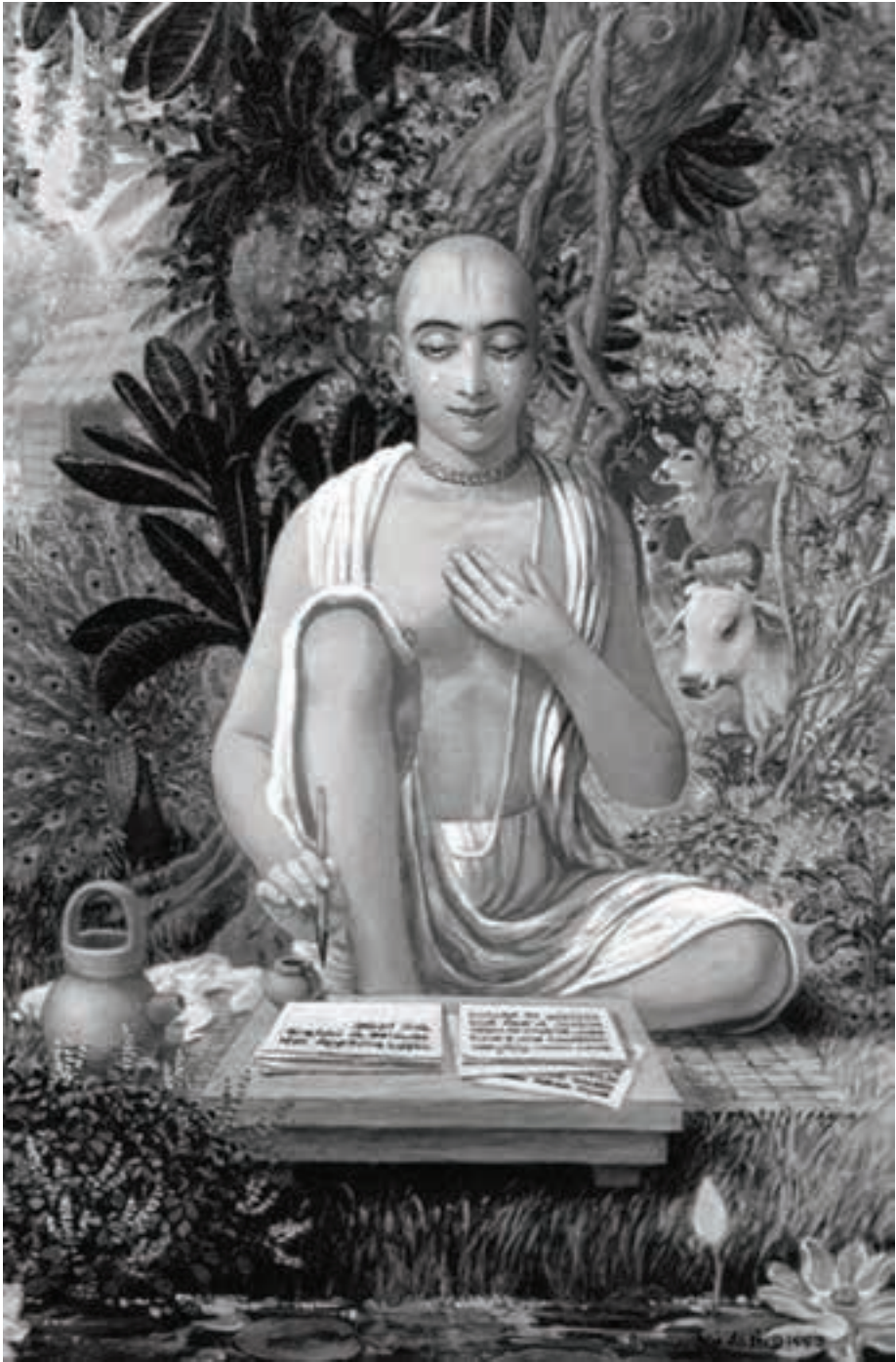
Shringy, R. K. – Sharma, Prema Lata: *Saṅgīta-Ratnākara of Śārṅgadeva, Vol.I.* Motilal Banarsidass, Delhi, 1978.

Śivarāma Swami: *Bhaktivedanta magyarázatok: A Bhagavad-gītā tökéletes értelmezése*. Bhaktivedanta Kulturális és Tudományos Intézet, Budapest, 1999.

The Nāṭya Śāstra of Bharatamuni. Sri Satguru Publications, Delhi, India, 2000.



MÚHELY



Hová tűnt a Bhāgavata-purāṇa 3.900 verse?

Śacīsuta Dāsa
(Tóth Zoltán)

Hét évnyi kutatás gyümölcsét szeretném megosztani az elkövetkező néhány oldalon a tisztelt olvasóval. Nem kívánom azt a látszatot kelteni, hogy valóban megtaláltam a választ a címben feltett kérdésre. Mindazonáltal számomra megnyugtató módon sikerült feloldanom néhány látszólagos ellentmondást e témában, ezért a kutatásom eredményét e rövid cikk keretében összefoglalom, hogy megóvjam az enyészettől. Előbb azonban felleltem a problémát, azaz: hogyan hiányozhatna egy közel tizedik éneknyi rész a *Bhāgavata-purāṇából*?

A purāṇák kijelentései a Bhāgavatam-ról

A tizennyolc *mahāpurāṇa* közül szinte mindegyikben találunk leírást a többi *purāṇáról*. Az alábbi idézetek a *Bhāgavata-purāṇáról* szólnak, és a *Tattva-sandarbha* alapján állítottam össze. Az idézetek rendre a (1) *Matsya*-, a (2) *Skanda*-

és az *Agni*-, a (3) a *Garuḍa*- és (4) más *purāṇákból* valók.

(1) tathāpi tat svarūpa mātṣye
„yatrādhikṛtya gāyatrīm varṇyate
dharma-vistarāḥ
vṛtrāsura-vadhopenaṁ tad-
bhāgavatam iṣyate
likhitvā tac ca yo dadyād dhema-
sīmha-samanvitam
prauṣṭhapadyāṁ paurṇamāsyāṁ sa
yāti paramāṁ gatim
aṣṭādaśa-sahasrāṇi purāṇaṁ tat
prakīrtitam” iti.

A *Śrīmad-Bhāgavatam* jellemzőit így írja le a *Matsya-purāṇa* [53.20-22]: „Azt a purāṇát nevezik Śrīmad-Bhāgavatamnak, amely elmagyarázza a legfőbb vallásos elveket, amely a Gāyatrī-mantrán alapul, s amely elmeséli Vṛtra démon megölését. Ez a purāṇa 18.000 versből áll. Ha valaki lemásolja a Bhāgavatamot, arany oroszlántrónusra helyezi, Bhadra hónap (augusztus-szeptember) teliholdján pedig elajándékozza, eléri a legfőbb célt.”¹

(2) evaṁ skānde prabhāsa-khaṇḍe ca
– „yatrādhikṛtya gāyatrīm”
ity-ādi „sārasvatasya kalpasya
madhye ye syur narāmarāḥ /
tad-vṛttāntodbhavaṁ loka tac ca
bhāgavatam smṛtam /
likhitvā tac ca” ity-ādi ca. –
„aṣṭādaśa-sahasrāṇi purāṇaṁ tat
prakīrtitam” iti. Tad evaṁ agni-
purāṇe ca vacanāni vartante.

A *Skanda-purāṇában* [*Prabhāsa-khaṇḍa* 7.1.2.39-42] a *Matsya-purāṇáéhoz* hasonló

¹ Jīva 1995: 80.

leírást találunk a *Śrīmad-Bhāgavatam*ról: „A *Śrīmad-Bhāgavatam*ként ismert *purāṇa* beszámol az emberek és a félistenek cselekedeteiről a *Sārasvata*-kalpában, elmagyarázza a legfőbb vallásos elveket a *Gāyatrī* alapján, s elmeséli *Vṛtrāsura* megölését. Ez a *purāṇa* 18.000 versből áll [...]. Ha valaki lemásolja a *Bhāgavatam*ot, arany oroszlántrónusra helyezi, *Bhadra* hónap (augusztus-szeptember) teliholdján pedig elajándékozza, eléri a legfőbb célt.” Ezek a versek az *Agni-purāṇa*ban [272.6, 7.] is megtalálhatók.²

(3) **gāruḍe ca: „pūrṇaḥ so ‘yam
atiśayaḥ
artho ‘yam brahma-sūtrāṇām
bhāratārtha-vinirṇayaḥ
gāyatrī-bhāṣya-rūpo ‘sau vedārtha-
paribrāhitaḥ
purāṇānām sāma-rūpaḥ sākṣād
bhāgavatoditaḥ
dvādaśa-skandha-yukto ‘yam śata-
viccheda-saṃyutaḥ
grantho ‘ṣṭādaśa-sāhasraṃ śrī-
bhāgavatābhidhaḥ”** iti.³

A *Garuḍa-purāṇa* pedig kijelenti: „A *Śrīmad-Bhāgavatam* a legtokételesebb *purāṇa*.⁴ A *Vedānta-sūtra* jelentése jelen van a *Śrīmad-Bhāgavatam*ban a *Mahābhārata* teljes magyarázatával együtt. A *brahma-gāyatrī* értelmezése teljes védikus tudással részletesen kifejtve szintén megtalálható benne. A *Śrīmad-Bhāgavatam* a legfelsőbb *purāṇa*, melyet az Istenség Legfelsőbb Személyisége *Vyāsadeva* inkarnációjában

állított össze. Tizenkét énekből, háromszázharmincöt fejezetből és 18.000 versből áll.”⁵

(4) **ṭikā-kṛdbhiḥ pramāṇī-kṛte
purāṇāntare ca
„grantho ‘ṣṭādaśa-sāhasro dvādaśa-
skandha-sammitaḥ
hayagrīva-brahma-vidyā yatra vṛtra-
vadhas tathā
gāyatrī ca samārambhas tad vai
bhāgavatam viduḥ”** iti.

Egy másik *purāṇa*, amit a *Bhāgavatam* magyarázója, *Śrīdhara Svāmī* idézett [*Bhāvārtha-dīpikā* 1.1.1], így írja le a *Śrīmad-Bhāgavatam* jellemzőit: „A *Śrīmad-Bhāgavatam*ként ismert *purāṇa* 18.000 versből áll, 12 énekre tagolódik, a *Gāyatrī*val kezdődik, leírja a *hayagrīva-brahma-vidyā*t és elmeséli *Vṛtrāsura* megölését.”⁶

A fordításokból kiemelkedik a 18.000-es szám, ami egy bizonyos szempontból lehet idealizált, kerekített érték, és emiatt szimbolikus jelentőséget tulajdoníthatunk neki, de az is lehet, hogy pontos értéket takar.

A fenti idézetekben a *Matsya*- és a *Skanda-purāṇa*kban az *aṣṭādaśa-sahasrāṇi*, a *Garuḍa-purāṇa*ban pedig az *aṣṭādaśa-sāhasram* szerepel. Mind a két kifejezés egyértelműen 18.000-et jelent.

Ludo Rocher a *purāṇa*król szóló könyvének egyik lábjegyzetében megjegyzi, hogy utánanézett a különböző *purāṇa*k listáiban, és csak a *Bhāgavata-purāṇa* volt az, amelyik szerepelt az összes *mahāpurāṇa* listában, és ahol megjelöl-

² Jīva 1995: 84.

³ Jīva 1995: 93.

⁴ Jīva 1995: 93.

⁵ Bhaktivedanta Swami 1996: 1187.

⁶ Jīva 1995: 85.

ték a versek számát is: mindenhol következetesen 18.000 vers szerepelt. A többi *purāṇa* esetében voltak kisebb-nagyobb eltérések a versek számát illetően, vagy pedig nem szerepelt a nevük az összes listában.⁷ Ez a megfigyelés biztató, hiszen ez arra utal, hogy a *Bhāgavata-purāṇa* valószínűleg teljes, és nem változott a tartalma az évszázadok során. Így nincs más hátra, meg kell számolni a verseket!

Számtani próbálkozások

Első ránézésre egyszerűnek tűnik az ellenőrzés: összeadjuk a fejezetek utolsó versszámait, és megkapjuk, hogy mennyi versből áll a *Bhāgavatam*. Legnagyobb meglepetésünkre mindössze 14.100-at találunk. (Ebbe beleszámoltam a Śrīla Prabhupāda által „közbeékel” verseket is, amelyeket más *ācāryák* által jóváhagyott kéziratokból vett át.⁸ Az a kiadás, amiből Śrīla Prabhupāda dolgozott, nem tartalmazta ezeket a verseket. Ez azt jelentené, hogy hiányoznak versek, vagy inkább fejezetek a *Bhāgavatam* jelenlegi kiadásából? Nem valószínű, hiszen majdnem 4.000 versről van szó, s csak a tizedik ének, ami a legterjedelmesebb, 3.944 számozott verset tartalmaz kilencven fejezetében. Ez túl sok. Valami más lehet a megoldás.

A *Tattva-sandarbhāban* Satyanārāyaṇa Dāsa a következő megoldást javasolja a

Matsya-purāṇából idézett vers fordításának lábjegyzetében:

„Itt azt találjuk, hogy a Śrīmad-Bhāgavatam 18.000 verset tartalmaz. Viszont ha valaki megszámlolja a verseket a jelenlegi kiadásban, akkor néhány ezerrel kevesebbet talál. A megoldás az, hogy meg kell számolnunk az összes szótagot a Śrīmad-Bhāgavatamban, beleértve az uvācákat és az iti kezdetű mondatokat minden egyes fejezet végén, s az összeget osszuk el 32-vel. Ez a módszer az összes verset és prózát anuṣṭubh versekké alakítja, s a végösszeg közel 18.000-et ad ki. Ez az általános módszer. A Śrīmad-Bhāgavatam hosszú prózai szövegeket tartalmaz az ötödik énekben. Nem lehet azokat egyetlen anuṣṭubh versnek számítani, mert az csak 32 szótagból áll.”⁹

Śrīla Prabhupāda is utal erre a módszerre a *Caitanya-caritāmṛta* egyik verséhez fűzött magyarázatában, ahol Kṛṣṇadāsa Kavirāja Gosvāmī (XVI-XVII. sz.) Rūpa Gosvāmī irodalmi munkásságát méltatja:

„Śrīla Bhaktisiddhānta Sarasvatī Ṭhākura a lakṣa-grantha („százezer vers”) szavakkal kapcsolatban azt mondja, hogy Śrīla Rūpa Gosvāmī összesen százezer (eka-lakṣa vagy lakṣa-grantha) verset írt. A másolók a szanszkrit művek verseit és prózai részeit is számítják. Nem szabad tévesen azt gondolnunk, hogy Śrīla Rūpa Gosvāmī száz-ezer könyvet írt. Valójában tizenhat könyvet írt, ahogy azt a Bhakti-ratnā-

⁷ Rocher 1986: 168.

⁸ Tagare a *Bhāgavata-purāṇához* írt előszavában azt mondja, hogy ő is hozzáadott minden olyan verset a fordításához, amelyeket „Rāmānuja és Madhva iskoláiból származó autoritív magyarázatok hitelesnek fogadtak el, de nem voltak benne Śrīdhara Svāmin szövegében.” Tagare 1992: vii.

⁹ Jīva 1995: 80.

kara *Első Hulláma megemlíti* (śrī-rūpa-gosvāmī grantha ṣoḍaśa karila).¹⁰

Maga a módszer logikusnak tűnik, hisz míg az *anuṣṭubh* versek harminckét szótagból állnak, addig egyes prózai szövegek – mint pl. a *Śrīmad-Bhāgavatam* 4.29.54 vagy az 5.17.13 versei –, amelyeket egyetlen „versnek” számoztak be, 191 szótagot is tartalmaznak.

Satyanārāyaṇa Dāsa a könyvben később konkrétan meg is nevez egy XIX. században élt *ācāryát*, aki e módszer alapján megszámlolta a *Śrīmad-Bhāgavatam* összes szótagját:

„*Gaṅgāsaḥāya, az Anvitārtha-Prakāśa írója megszámlolta a Śrīmad-Bhāgavatamban lévő összes szót, beleértve az uvācákat és a fejezetek lezárását is, összeadta a szótagokat, és 32-vel elosztva megkapta, hogy az egész Śrīmad-Bhāgavatamban hány anuṣṭubh vers van. Ez a hagyományos módszerre annak, hogy megszámloljuk a versek számát. Ő ezt háromszor elvégezte és számítása szerint másfél verssel kevesebb lett.*”¹¹

Nincs más hátra, meg kell hát számolnunk a *Bhāgavatam* verseiben található összes szótagot. Íme:

Ének	Fejezet	Vers	Szótag	Anuṣṭubh
1	19	808	29.250	914,0625
2	10	393	15.109	472,1525
3	33	1.416	51.487	1.608,96875
4	31	1.449	52.188	1.630,875

Ének	Fejezet	Vers	Szótag	Anuṣṭubh
5	26	668	41.327	1.291,46875
6	19	851	30.639	9.57,46875
7	15	750	27.120	847,5
8	24	931	33.942	1.060,6875
9	24	958	32.664	1020,75
10	90	3.944	142.338	4.448,0625
11	31	1.367	47.426	1.482,0625
12	13	565	19.745	617,03125
	335	14.100	523.235	16.351,09375

Én csak kétszer számoltam át ellenőrzés gyanánt.

Ezenkívül megszámloltam az *uvācákban* található szótagokat is. Az 1.332 db *uvācában* (és egy-két hasonlóan rövid bevezető mondatban) összesen 8.145 db szótag van, ami 254,53125 db *anuṣṭubh* jellegű versnek feleltethető meg. A kettő együtt 16.605 db 32 szótagú verset tesz ki, ami még mindig jelentős különbség a 18.000-hez képest. Emellett a fejezetvégi lezárásokkal sem jutunk közelebb a végösszeghez, mert a 335 fejezet végén található mondatok (hosszukat tekintve minimum 335, maximum 770 darab *anuṣṭubh* versnek feleltethetőek meg) nem fedik le a hiányzó 1.395 verset.

Gaṅgāsaḥāya az *Anvitārtha-Prakāśa* nevű *Bhāgavatam*-kommentárjában¹² valóban oly módon jutott el a 18.000 vershez, hogy az *uvācákat* teljes *anuṣṭubh* versnek, a fejezetvégi lezárásokat pedig átlagosan 44 szótagú verseknek vette. Így kapta meg végül, kis eltéréssel, a 18.000-es veresszámot.¹³ Mivel nincsenek meg az *ācārya* részletes számításai,

¹⁰ Bhaktivedanta Swami 1996: 1318.

¹¹ Jīva 1995: 390.

¹² 1894-1897

¹³ Jīva 1995: 390.

ezért én is elvégeztem a fent leírt módon a kalkulációt. Az eddigi eredményeket felhasználva a következőt kaptam:

16.351	vers (32 szótag szerint)
1.332	db <i>uvāca</i>
460	(335×44/32)
18.143	

Ez a gondolatmenet volt az első mérföldkő a *Bhāgavatam* „hiányzó” versei után folytatott kutatásomban. Előfordulhat viszont, hogy néhányan nem fogadják el ezt az eredményt egzakt bizonyításnak. Hiszen mi alapozza meg azt a felvetést, hogy például a *brahmavācāt* 32 szótagú versnek kell számolni? Ugyanígy semmi sem támasztja alá azt a módszert, mely szerint a fejezetvégi lezáró mondatokat épp 44 szótagú verseknek kellene tekinteni, amikor valójában eltérő hosszúságúak.

A lehetséges és talán jogosnak vélt ellenvetések megválaszolása érdekében további kutatásokat végeztem.

Filozófiai kutatások

Jīva Gosvāmī *Krama-sandarbhājából*, mely a *Śrīmad-Bhāgavatam* egy másik magyarázata, további értékes információhoz jutottam, ami új lendületet adott az eddigi kutatásaimnak.

A *Śrīmad-Bhāgavatam* 1.2.4 verséhez fűzött magyarázatában Jīva Gosvāmī azt állítja, hogy a *Bhāgavatam* versmértéke a *gāyatrī*. Ezt a tényt a cikkem elején megtalálható négy másik *purāṇa*-idézet is alátámasztja, amelyekben nemcsak a 18.000 versre találunk konkrét utalást, hanem a *Bhāgavatam* és a *Gāyatrī-mantra* szoros kapcsolatát is mind megemlítik.

Íme a magyarázat eredeti szanszkrit szövege:

nārāyaṇam ity atra śāstrasyāśya nara-nārāyaṇāv adhiṣṭhātr-devate nirdiṣṭe | ca-kārāc chrī-krṣṇo'sya devatā | sarasvatī śaktiḥ | ca-kārād vyāsa ṛṣiḥ | vyāsam iti pāṭhe spaṣṭa eva | bījaṁ tu praṇava eva jñeyaḥ—om naimiṣe [bhā.pu. 1.1.4] ity uktatvāt | chando'tra gāyatrī jñeyaḥ—dhīmahi [bhā.pu. 1.1.1] ity uktatvena tayaivāvrabdhatvāt | tasmāt te namasyā iti bhāvaḥ ||4||¹⁴

Számunkra ez az érdekes mondat: *chando'tra gāyatrī jñeyaḥ—dhīmahi [bhā.pu. 1.1.1] ity uktatvena tayaivāvrabdhatvāt*, azaz: „*Gāyatrī* a versmérték, mivel ezzel kezdődik.” A *dhīmahi* szó ugyanis a *brahma-gāyatrī-mantrára* utal.

Ez a filozófiai alapvetés tehát azt sugallja, hogy a *Bhāgavatammal* kapcsolatban nem az *anuṣṭubh* versmértéket kellene mértékegységnek tekinteni a 32 szótag-jával, hanem a *brahma-gāyatrī-mantrát*. Viszont azt, hogy valójában hány szótagból áll a *brahma-gāyatrī*, nem is olyan egyszerű meghatározni.

A brahma-gāyatrī mint mértékegység

Amikor felmerül az a lehetőség, hogy a *brahma-gāyatrī* lehet a *Bhāgavatam* versmértéke és egyben mértékegysége, rögtön felvetődik a kérdés, hogy az *om* szótag az elején, illetve az azt követő *vyāhṛtik* (*bhūr bhuvaḥ svaḥ*) vajon a *brahma-gāyatrī* szerves részét képezik vagy nem.

¹⁴ Forrás: PAMHO: 10659520; levél Madana-mohana dasa-tól, 2011. november 5.

A védikus *gāyatrī* versmérték ugyanis eredetileg $3 \times 8 = 24$ szótagból áll, a 18.000 vershez viszont akkor kerülnénk közel, ha 29-cel osztanánk el a szótagszámokat. Ráadásul ha megszámloljuk a *brahma-gāyatrī* szótagszámait, akkor nem 24-et, hanem csak 23-at kapunk.

Tehát három problémával állunk szemben:

1. Az *om* szótag része-e a *brahma-gāyatrī-mantrának* (+1 szótag)?
2. A *vyāhṛtiket* hozzávehetjük-e a szótagszámokhoz (+4 szótag)?
3. Hogyan lehet a *brahma-gāyatrī* 23 helyett 24 szótagú?

1. Az *om* szótag

Pingalācārya híres művében, a *Chandaḥ-sāstrāban* találjuk a következő *sūtrát*: *daivye kam* (2.3). E mű második fejezete a *gāyatrī-mantrák* különféle fajtáiról szól, s az egyik közülük a *daivī-gāyatrī*. A *sūtra* magyarázata szerint: „A *daivī-gāyatrī* csupán egy szótagból áll, pl. az *om* szótagból. Ez (a *gāyatrī*) csak egy szótagot tartalmaz tehát.”¹⁵ Tehát az *om* szótag szerves részét képezheti egy *gāyatrī-mantrának*.

Az *om* szótagot valóban be szokták számítani a *mantra* hosszába. Példaként olvassuk el az alábbi idézetet: „Om namo bhagavate vāsudevāya – ezzel a tizenkét szótagú *mantrával* kell imádnunk az Úr *Kṛṣṇát*.” (*Bhāg.* 4.8.54) Śrīla Prabhupāda e vershez írt magyarázatában ezt írja: „Az *om* namo bhagavate vāsudevāya *mantra* dvādaśākṣara-mantraként ismeretes. A *praṇavával*, vagyis az *omkārával* kezdő-

dik, s a vaiṣṇava bhakták éneklék.”¹⁶ Nem igényel bonyolult számítást, hogy belásuk: az *om* szótag szerves része ennek a *mantrának* is.

2. A *vyāhṛtik*

A *Harivaṁśa-purāṇában* bukkantam rá a következő versre:

**tayostad vacanaṁ śrutvā tisro
vyāhṛtayo janān
trīnimān kṛtavān lokān yathāha
brāhmaṇī śrutiḥ**

„Miután ily módon tanította az Úr Nārāyaṇa két formája (*Yogācārya Nārāyaṇa* és *Sāṅkhyācārya Kapila*), *Brahmā* megteremtette a három bolygórendszert – *Bhūh*, *Bhuvah* és *Svah* –, miközben a *gāyatrī-mantrát* énekelte, amely a *bhūr bhuvah svah* szavakkal kezdődik. Ez a *mantra* a Védákban található, melyek leírják, hogy aki éneklé ezt a *mantrát*, megérti az Abszolút Igazság természetét.”¹⁷

Ez a fejezet *Brahmā* teremtését írja le, s ez a vers egyértelműen, elválaszthatatlanul összeköti a *vyāhṛtiket* a *gāyatrī-mantrával*. A mi esetünkben a „Védákban található *mantra*” a *brahma-gāyatrī*, amit a *Yajur-veda* (30.2) ír le.

3. Huszonhárom vagy huszonnégy szótag?

A *brahma-gāyatrī* első sora nem nyolc, hanem csak hét szótagból áll: *tat savitur vareṇyam*. Így összesen csak 23 szótagból áll a három sor, de ez szabálytalan. Mi lehet a megoldás?

¹⁵ Kapil 2008: 21.

¹⁶ Bhaktivedanta Swami Prabhupāda 1994: 293.

¹⁷ Bhūmipati 2005: 401.

Ugyancsak a *Chandaḥ-śāstrāban* található a következő *sūtra*: *iyā dipūraṇaḥ* (3.2). A magyarázat szerint ha egy *mant-ra* egyik *pādāja*, azaz sora egy szótaggal rövidebb a kelleténél, akkor az *i* vagy *u* magánhangzókkal kell megtoldani a megfelelő helyen, hogy megkapjuk a szükséges szótagszámot.¹⁸

Jelen esetben a következőképpen kell kiegészíteni a szabály szerint a *brahma-gāyatrī* első sorát: *tat savitur vareṇyam*. Így mindhárom sora nyolcszótagú lesz, ami összesen huszonnégy szótag.

A végeredmény

Tehát ha a fentiek alapján az eddig össze-számolt 523.235 szótagot elosztjuk 29-cel, akkor 18.042 verset kapunk. Ez az eddigi legközelebbi eredmény, amit filozófiai szemszögből is alá lehet támasztani.

Felhasznált irodalom

Bhaktivedanta Swami Prabhupāda: *Śrī Caitanya-caritāmṛta*. The Bhaktivedanta Book Trust, 1996.

Bhaktivedanta Swami Prabhupāda: *Śrīmad-Bhāgavatam*. The Bhaktivedanta Book Trust, 1994.

Jīva Gosvāmī: *Tattva-sandarbha (with commentaries of Satyanārāyaṇa dāsa)*. Jivas, Vṛndāvana, 1995.

Dvivedi, Kapil Deva – Shyam Lal, Singh: *The Prosody of Piṅgala*. Vishwavidyalaya Prakashan, Vārāṇasī 2008

Rocher, Ludo: *The Purāṇas*. Otto Harrassowitz, Wiesbaden, 1986.

Tagare, Ganesh Vasudeo: *The Bhāgavata Purāṇa*. Motilal Banarsidass Publishers, Delhi, 1992.

Bhūmipati Dāsa: *Harivaṁśa-purāṇa*. Rasbihari Lal & Sons, Vrindaban, 2005.

¹⁸ Kapil 2008: 21.



A nők helyzete a gaudīya-vaiṣṇava hagyományban és az ISKCON társadalmában

Mahārāṇī Devī Dāsī
(Banyár Magdolna)

A szerzőnek az ISKCON¹ történetét tárgyaló PhD-disszertációja² Max Weber hinduizmus-koncepcióján alapul. Ebben Weber megállapítja, hogy a brāhmaṇák nagyon határozottan elutasították a nőket, mint a méltatlan és irracionális szexuális orgiasztika hordozóit, akiknek a létezése súlyos zavarkeltést jelent az üdvösséghez vezető meditációban. Ugyanakkor a férj nem bánhatott tiszteletlenül és türelmetlenül a feleségével, fontos ügyet azonban nem volt tanácsos rábízni, és teljesen megbízni sem benne.³ Bár Weber nem foglalkozik részletesen a nemek témájával, de fel-

villantja a hindu tradíció egyik kiváltképp jellegzetes és ellentmondásos elemét: a női nem megítélését és a két nem kapcsolatát. Ez az ellentmondás a modern nyugati kontextusban még élesebben vetődik fel, és az ISKCON történetét alakító tényezők közül az egyik legjelentősebb, amely bár soha nem fejeződött ki nyílt és éles konfliktusban, de bűvópatak módjára folyamatosan jelen van a tagközösségek életében.⁴

Kim Knott 1995-ben azt állította, hogy a nemzetközi ISKCON-közösség sok nőtagja szerint a nők helyzete „mélyen fájdalmas téma”, amely a guru helyzetének és szerepének ügye mellett a leginkább fenyegeti a mozgalom jövőjét.⁵ Kicsit később (1996) Tamāla Kṛṣṇa Gosvāmī,⁶ a mozgalom egyik legjelentősebb vezetője hasonló megállapítást tesz: a nemek problémája egy folyamatosan, „lassú tűzön fővő” ügy, amit az ISKCON legfőbb vezetői egyáltalán nem akarnak tudomásul venni. Pedig sok nő, annak fundamentálistán patriarchális szemléletmódja miatt, nem csatlakozik az ISKCON-hoz, és bár Észak-Amerikában – a hetvenes évekkel szemben⁷ – már sok női templomvezető

¹ Az A. C. Bhaktivedanta Swami Prabhupāda által 1966-ban alapított International Society for Krishna-consciousness, a Kṛṣṇa-tudat Nemzetközi Közössége, amelynek tagja a Magyarországi Krisna-tudatú Hívők Közössége (továbbiakban: MKTHK) is.

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

³ Weber 2007: 328-329.

⁴ E tanulmány nem vállalkozik többre, mint hogy rövid áttekintést adjon a téma teológiai és társadalomtörténeti aspektusairól.

⁵ Kim Knott a *vaiṣṇavizmust* és az ISKCON-t jól ismerő angol vallástudós. E kijelentés forrása Knott (1995) tanulmánya, és az 1.1, 1.2, 1.3. és 2.1. alfejezetek is e tanulmány felhasználásával íródtak.

⁶ Az egyik első és legtekintélyesebb nyugati Kṛṣṇa-hívő, aki hosszú ideig volt Bhaktivedanta Swami Prabhupāda személyes titkára.

⁷ „Nők nem lehetnek templomelnökök és nem foglalkozhatnak el vezető pozícióval” – írta a Kṛṣṇa-tudat egyik legnevesebb kutatója, Judah Stillson 1974-ben megjelent könyvében (86.o.). Mangalvadi

van, a GBC⁸ még nem ismerte fel a téma fontosságát és az egész mozgalom jövőjét veszélyeztető voltát.⁹ Ez a felismerés végül hamarosan (2000) megszületett. A GBC éves rendes ülésén egy egész napot e témának szentelt, és az azt lezáró határozatában bocsánatot kért minden olyan női hívőtől, aki a mozgalom története során hiányt szenvedett védelemben, támogatásban és lehetőségekben, továbbá elismerte őket odaadásukért, és azért a sokféle szolgálatért, amivel hozzájárultak a mozgalom sikereihez. Elsődleges fontosságú feladatként pedig elrendelte az ISKCON minden helyi szervezete számára, hogy egyenlő lehetőséget, valamint megkülönböztetett védelmet és törődést biztosítson minden nőtagja számára, és ennek fontosságára és módjára rendszeresen oktassa és képezze a hívőket.¹⁰

A magyar női hívők helyzetét az MKTHK-ban nem tanulmányozta részletesen a Kṛṣṇa-hívők két legjelentősebb hazai kutatója – Kamarás István¹¹ és Farkas Judit¹² – közül egyik sem. Kamarás, a női

hívők mozgalombeli státusza és a vezetésben való részvétele szempontját kiemelve, 1998-ban így vélte: „a magyar krisnások gyakorlata akár az egész mozgalom számára példamutató marad. Kérdés persze, hogy az emancipáltságukat Krisna-hívőként is őrizni kívánó nők elégnék találják-e.”¹³ Farkas a nemek kérdését nem tárgyalja az antropológiai kereteken túlmenő módon, és a mozgalom egyik lehetséges problémájaként sem.

1. A nők helyzete és szerepe a gaudīya-vaiṣṇava hagyományban

A nők és ISKCON-beli helyzetük és szerepük problémakörének jelentősége nyilvánvaló,¹⁴ de a mai interpretátor számára egyben a gaudīya-vaiṣṇava hagyomány egyik legbonyolultabb és ellentmondásosabb területe is.

A nők helyzetének megítélése szempontjából a vaiṣṇava teológia és hagyomány következő három területe a leginkább releváns: (1) a lelki egyenlőség az élőlények között, (2) a nemek teológiai jelentősége és (3) a nemek társadalmi szerepe.

1.1. A lelki egyenlőség az élőlények között

Az élőlények örök lelki lények, Kṛṣṇa örökre különálló szerves részeként mindannyian az Ő „gyermekai”,¹⁵ akik azért

szerint: „A legerősebb ellenállás [a Hare Kṛṣṇa-mozgalommal szemben] a feminista mozgalomtól származik a nők alacsony helyzetben tartása miatt.” (1977: 98)

⁸ A GBC (Governing Body Commission) az ISKCON legfelsőbb lelki és szervezeti autoritása, amely mintegy 40 tagból áll. E testület vette át Bhaktivedanta Swami Prabhupāda szerepét annak eltávozása után.

⁹ Tamal Krishna Goswami 1997.

¹⁰ Women in ISKCON 2000.

¹¹ Kamarás István: *Krisnások Magyarországon* című (1998), a közösséget alapos szociológiai vizsgálat alá vevő könyvében.

¹² Farkas Judit: *Ardsuna dilemmája* című (2009), a közösséget alapos antropológiai vizsgálat alá vevő könyvében.

¹³ Kamarás 1998: 377.

¹⁴ A „gender” téma ISKCON-beli megjelenésének széles szakirodalma van mind világi, mind ISKCON-tudósok által jegyezve, amelyről az *ISKCON Communications Journal* folyóiratból lehet tájékozódni.

¹⁵ Kṛṣṇa nem tesz különbséget az élőlények között a létezés lényegi, örök lelki szintjén fontosságuk

léteznek, hogy a velük való kapcsolatból (*rasa*) Kṛṣṇa örömet merítsen.¹⁶ Minden „gyermeknek” egyenlő joga van szeretni és szolgálni Kṛṣṇát, ami maga a *sanātana-dharma*, minden élőlény örök és legfontosabb kötelessége.¹⁷ A nemek egyenlőtlensége a *vaiṣṇava* teológia szintjén tehát nem jelenik meg, Bhaktivedanta Swami Prabhupāda pedig, Caitanya Mahāprabhu¹⁸ szellemében, a *sanātana-dharma* beteljesítését legjobban elősegítő vallásgyakorlatot jelentő *bhāgavata-dharmát*¹⁹ megalapozva, mozgalma ele-

jén a nemi különbözőséget nem kezelte problémaként. A Kṛṣṇa-hívők *bhāgavata-dharma* szerinti lelki gyakorlata, a tiszta, minden anyagi motivációtól mentes odaadó szolgálat ugyanis a lelki síkon történik, vagyis kizárólag Kṛṣṇának közvetlenül örömet adó tettek végzését jelenti (Kṛṣṇáról való beszéd, az Ő dicsojtése, a Rá való emlékezés és *mūrti*²⁰ formájának imádata), a lelki síkon pedig egyenlőség van az élőlények között. Így Prabhupāda a lelki gyakorlatokat szigorúan követő női tanítványait nem különböztette meg: ugyanúgy lakhattak templomban, kaphattak avatásokat, imádhatták az istenszobrokat és lehettek vezetők²¹ – egyetlen megszorításként nem léphettek be a *sannyāsa* rendbe.²² Mindezzel szembe ment saját indiai és *gaudīya-vaiṣṇava* hagyományával, de még lelki tanítómesztere gyakorlatával is, bemutatva egyben azt az elvet, hogy egy alapító *ācārya*, mint amilyen Śrīla Prabhupāda is volt, újraértelmezheti a szentírások elveit a helynek, időnek és körülményeknek megfelelően, azaz megváltoztathatja a vallásgyakorlat részleteit, miközben azok lényege változatlan marad.²³

vagy életfeladatuk szerint, hiszen mindannyian az Ő különálló, szerves részei, akik az anyagi világban különféle anyagi testeket felvéve élnek: „Az élőlények ebben a feltételekhez kötött világban az Én örökkévaló, parányi részeim. Feltételekhez kötött létük miatt küzdelmes harcot vívnak a hat érzékszervvel, melyhez az elme is hozzátartozik.” (*Bhagavad-gītā* [Bhg.] 15.7) (A tárgyban lásd még: *Śrīmad-Bhāgavatam* [Bhāg.] 1.10. 22; 4. 22. 16; 6.16. 9 és 11; 8. 3. 22-24 és 29)

¹⁶ Lásd: *Bhāg.* 10. 33. fejezet bevezetője.

¹⁷ Lásd: *Caitanya-caritāmṛta* [Cc.] Madhya-līlā 25.121 és magyarázat.

¹⁸ Caitanya Mahāprabhu (1486-1534) híres bengáli tanító és szent, akit a *gaudīya-vaiṣṇava* hagyományban az isteni pár, Kṛṣṇa és női társa, Rādhārāṇī együttes inkarnációjának tekintenek.

¹⁹ „... Bhāgavata-dharma, azok az elvek, amelyekről maga a Śrīmad-Bhāgavatam vagy a Bhagavad-gītā, a Bhāgavatam előzetes tanulmánya ír: ... A Bhāgavatamban minden közvetlenül kapcsolatban áll az Istenség Legfelsőbb Személyiségével. Ezenkívül a Bhāgavatam azt is elmondja, hogy ... a legfelsőbb rendű vallás az, ami megtanítja követőit arra, hogyan kell szeretni az Istenség Legfelsőbb Személyiségét, akit a tapasztalati tudással lehetetlen elérni. Ez a vallási rendszer az ... Őr szent neve éneklésével kezdődik. Az Őr szent nevének éneklése és az örömteli táncolás után az ember lassanként meglátja az Őr formáját, kedvteléseit és transzcendentális

tulajdonságait, s így teljesen megérti az Istenség Személyisége helyzetét.” (*Bhāg.* 6. 3. 22, magyarázat)

²⁰ Istenszobor, amelynek rituális imádata a *vaiṣṇava* vallásgyakorlat egyik legfontosabb eleme. Bővebben lásd: Banyár 2007.

²¹ Lásd: Jyotirmayi Devi Dasi 2002.

²² A *Manu-saṁhitā* (5.147–149) úgy rendelkezik, hogy a nők nem lehetnek független helyzetben, védelem nélkül, a *sannyāsa-āśramának* pedig a legfőbb jellemzője a teljes függetlenség. (<http://oaks.nvg.org/pv6bk4.html#5>)

²³ Lásd: Mahārāṇī Devī Dāstī 2014.

1.2. Egyetlen férfi van: Kṛṣṇa, és minden élőlény női természettel rendelkezik

Kṛṣṇa az egyetlen *puruṣa* (élvező), az élőlények pedig mindannyian *prakṛti* (az élvezet tárgya) természettel rendelkeznek. „Az élőlények férfi és női jelmezekben próbálják élvezni az anyagi energiát [...] Ebben az anyagi világban a férfinak és nőnek nevezett élőlények egyaránt az igazi puruṣát utánozzák. Transzcendentális értelemben valójában az Istenség Legfelsőbb Személyisége az élvező, míg mindenki más prakṛti.”²⁴ „Az élőlények eredeti helyzetükben női természettel rendelkeznek. Az Úr a férfi, vagyis az élvező, különféle energiáinak megnyilvánulásai pedig mind női természetűek.”²⁵ Minden energia függ a saját forrásától, így minden élőlény is Kṛṣṇától, aki az egyetlen független létező. Menedéket pedig csak független személyek tudnak adni, így az élőlények valódi menedéke Kṛṣṇa.²⁶ Vagyis újabb teológiai érv szól a nemek szerinti megkülönböztetés irrelevanciája mellett.

Kṛṣṇának azonban van női megfelelője – Rādhārāṇī –, aki nem más, mint Kṛṣṇa legbensőségesebb lelki energiájának a megszemélyesülése. Mert bár lelki szempontból az élőlényeknek nem különbözik a neme – mindannyian „nők” –, azonban

amikor testet öltenek, azt – mind a lelki, mind az anyagi világban – kizárólag csak férfiként vagy nőként tehetik meg. A férfi testben lévő élőlényekre pedig inkább férfias jellegű tulajdonságok jellemzőek, amelyek lényege, hogy a férfiak képesek függetleníteni magukat az érzékeiktől és az érzéktárgyaktól, vagyis saját vágyaiktól, így képesek védelmet és menedéket nyújtani másoknak. A nőkre jellemző nőies tulajdonságoknak az érzéktárgyként való létezés az alapja, ami a nők érzésekkel való szoros kapcsolatát eredményezi, melyektől így nehezen képesek függetlenné válni. Ezért független, azaz férfi védelemre szorulnak saját vágyaikkal szemben, továbbá azért is, mert testileg gyengébbek, mint a férfiak. Vagyis alapvetően függő természetük miatt nem lehetnek a nők sohasem függetlenek. A férfi hangulat és tulajdonságok eredeti mintája Kṛṣṇa,²⁷ a nőieké pedig Rādhārāṇī.²⁸

A Kṛṣṇával lehetséges kapcsolatok (*rasák*) közül a szeretői viszony az, ami Kṛṣṇa számára a legélvezetesebb²⁹ – amit

²⁴ Bhāḡ. 3.25.11, magyarázat.

²⁵ Bhāḡ. 1.11.33, magyarázat.

²⁶ „Az Istenség Legfelsőbb Személyisége az egyetlen élvező, aki mindenhol mindent lát. Teljességében rendelkezik a hat fenséggel, és mindenki mástól tökéletesen független. Soha sincs kitéve az anyagi természet három kötőereje befolyásának, mert mindig transzcendentális, az anyagi teremtetés fölött áll.” (Bhāḡ. 6.5.12)

²⁷ Kṛṣṇa tulajdonságairól lásd: Bhaktivedanta Swami Prabhupāda 1997: 161–200.

²⁸ Rādhārāṇī tulajdonságairól lásd: Bhaktivedanta Swami Prabhupāda 1996: 136.

²⁹ A szeretet ötféle formában, kapcsolattípusban nyilvánulhat meg: a másik tiszteletteljes értékelésében (*śānta-rasa*); az alárendelt és felettes szolgálaton alapuló kapcsolatában (*dāśya-rasa*); az egyenlők közötti barátságban (*sakhya-rasa*); a szülő és gyermek kapcsolatában (*vātsalya-rasa*), valamint a szeretők és a házasok intim viszonyában (*mādhurya-rasa*). Azonban míg a tiszteletteljes értékelés passzív viszony, azaz nem inspirál semmiféle, a másik félnek kedvező tettet, addig a másik négy kapcsolatban meglévő érzélem – a felsorolásnak megfelelő sorrendben – egyre változatosabb cselekedeteket ösztönöz,

a *gaudīya-vaiṣṇavák* szerint Kṛṣṇa és Rādhārāṇī kapcsolata teljesít be. E kapcsolat azonban teljességgel lelki, mert Kṛṣṇa feltétlen, mindennek fölött való szeretén és szolgálatán alapul, amely semmifajta – az anyagi világban lévő szeretői viszonyokra jellemző – önző, kéjes vágygal nem keveredik. Rādhārāṇī hangulata, az ő feltétlen, önátadó női szolgáló attitűdje a *sanātana-dharma* beteljesítésének és a lelki tökéletességnek a legmagasabb rendű formája,³⁰ a *gaudīya-vaiṣṇava* vallásgyakorlat *non plus ultrája*. Vagyis a Kṛṣṇa-hívők preferált attitűdje alapvetően feminin jellegű.

A *bhāgavata-dharma* ideális szintjén tehát nincs különbség férfiak és nők vallásgyakorlata között, sőt a női önátadó hangulatban végzett szolgálat a kedvezőbb. Azonban a mozgalom még Bhaktivedanta Swami Prabhupāda életében, az 1970-es évek elején kilépett a *bhāgavata-dharma* tevékenységeinek keretei közül. Prabhupāda számára addigra vált világossá, hogy tanítványainak nem sikerült olyan mértékben feladniuk anyagi vágyaikat, hogy képesek legyenek a további gyors tisztulást biztosító tiszta odaadó szolgálatot végezni, ezért a *bhāgavata-dharma*

amelyeket a felek egymás öröme érdekében tesznek. Ugyanakkor minden „magasabb” szintű kapcsolat tartalmazza mindazokat az érzelmeket és tetteket, amelyek az összes többi „alacsonyabb” szintű viszonyban megnyilvánulnak: így a szeretői és házastársi kapcsolatban egyszerre jelen van a másik tiszteletteljes értékelése és szolgálata, valamint a barátság és a gondoskodás érzelmei és a legbensőségesebb intimitás hangulata. Azért ez a legmagasabb rendű *rasa*. (Lásd: Bhaktivedanta Swami Prabhupāda 1997: 44. fejezet, és Rūpa Gosvāmī 2006.)

³⁰ Lásd: Cc. Ādi-līlā 4. fejezet.

lelki gyakorlatai önmagukban nem tudták tartósan elégedetté tenni őket, így nagy számban „leestek”.³¹ Ezért szükséges volt adni számukra egy olyan életmódbeli modellt is (*varṇāśrama*),³² amelyet a mindennapi életükben követve lassan, fokozatosan adhatják fel anyagi ragaszkodásaikat, és emelkedhetnek fel az anyagi motivációktól mentes, tiszta odaadó szolgálat szintjére. Ezzel pedig elkerülhetetlenné vált a *varṇāśramában* masszívan jelen lévő, a nemi szerepeket élesen megkülönböztető szabályok valamilyen szintű alkalmazása. Azonban Prabhupādának már nem volt ideje arra, hogy a követői számára is működőképes *varṇāśrama* modelljét részletesen kidolgozza, hiszen a *varṇāśrama* bevezetésének szükségességéről vallott saját nézetei is jelentős átalakuláson mentek át.³³

³¹ A „leesés” a Kṛṣṇa-hívők csoportnyelvének egyik fontos kifejezése: azt jelenti, hogy a hívő feladja vagy kevésbé szigorúan tartja be a négy fő életmódszabályt (1. a hús, hal, tojás, gomba és hagyma fogyasztásának teljes kiiktatása; 2. a kábító- és mámorítószerek, köztük az alkohol és a koffein fogyasztásának elkerülése; 3. tartózkodás a szerencsejátékokban való részvételtől; 4. a nemi életnek a házasságon belülré és a gyermeknemzés céljára való korlátozása) és végzi a vallásgyakorlatokat, vagyis leesik korábbi magasabb lelki szintjéről.

³² A védikus társadalmi modell, a *varṇāśrama* négy foglalkozási rendet (*varṇa*) – *brāhmaṇák* (papok), *kṣatriyák* (uralkodók), *vaiśyák* (földművesek és kereskedők) és a *śūdrák* (kétkezi munkások) –, valamint négy lelki, életkori rendet (*āśrama*) – tanulók (*brahmacarya*), házasok (*gṛhastha*), visszavonultak (*vānaprastha*) és lemondottak (*sannyāsa*) – foglal magába. A *varṇāśrama* tagjainak viselkedési szabályait, törvényeit a *dharmaśāstrák* tartalmazzák.

³³ Lásd: Hare Kṛṣṇa devī dāśī 1999.

Prabhupāda eltávozása előtt kijelentette, hogy csak missziója ötven százalékát sikerült véghezvinnie, és a másik ötven százalékot, a *varṇāśrama* bevezetését, követőire hagyja.³⁴

1.3. A nemek különböző társadalmi szerepe és megítélése

Míg a *bhāgavata-dharma* az odaadó szolgálatra, a *sanātana-dharmára* helyezi a hangsúlyt, és ugyanolyan vallásgyakorlatot jelent minden hívőre nézve testi különbözőségekre való tekintet nélkül – amelyek közül a legalapvetőbb a nemi havatartozás –, mert abból indul ki, hogy a tiszta odaadó szolgálat tetteit követve a hívők nagyon gyorsan felülemelkednek azon az „alacsony” szinten, ahol a testi azonosságuk, főként a nemük problémát jelentene a számukra, addig a védikus *varṇāśrama-dharmában* mind a négy *varṇának*, mind a négy *āśramának* külön *dharmája* van, de azok elsősorban a férfiakra vonatkoznak, és a nők saját *dharmával* is rendelkeznek.³⁵

A *varṇāśrama* szabályait tartalmazó *Manu-saṁhitā* alapján a következő kép rajzolódik ki a nőkről.³⁶ Mivel a nők teste elsősorban az emberi nem reprodukciójára szolgál, ami nagyobb mértékben köti őket az anyagi természethez, mint a férfiakat, ezért jobban ki vannak szolgáltatva az anyagi energia, *mahāmāyā* illuzórikus hatásának, melynek következtében hajlamosabbak elfeledkezni arról, hogy mindennek Isten a forrása és a célja, és in-

kább saját önző, Istentől független vágyaik kielégítésén munkálkodni. Ráadásul mivel a testük szép és vonzó, folyamatosan veszélyt jelentenek a férfiak, így a családok számára is az erkölcsös és válásos életben, ezért a lehető legnagyobb mértékben korlátozni kell a nemek szabad keveredését. Mindezek és saját, korábban jellemzett függő természetük miatt a nők sohasem élhetnek függetlenül, csak egy férfi (apa, férj, fiúgyermek) védelme és irányítása alatt. De a férjüket mint lelki tanítómestert követve mindazt a lelki eredményt eléri, amit a férjük. Vagyis a férfiak a *gurun*, a nők pedig a férfiakon keresztül szolgálják Istent.

A *gauḍīya-vaiṣṇavizmus* alapítója, Caitanya Mahāprabhu szigorúan betartotta a *varṇāśrama-dharmát*, és ezt követőitől is elvárta,³⁷ annak ellenére, hogy tanai és tevékenysége alapjaiban támadta a kaszt-rendszert, főként annak a *brāhmaṇák* által vindikált születési előjogait a válásos rituálék végzésére.³⁸ Caitanya Mahāprabhu a *bhāgavata-dharmát* propagálta, és bár a források nem tudósítanak sok kiemelkedő kortárs női követőről,³⁹ a *gauḍīya-vaiṣṇavizmus* későbbi nemzedékeiben több nagy hatású női *guru* is található.⁴⁰ Jan Brzezinski, a témát kutató kanadai indológus konklúzió-

³⁴ Tamāl Kṛṣṇa Gosvāmī 2002: 174.

³⁵ Lásd: *Mānava-dharmaśāstra* V. fejezet (Büchler 1915: 86).

³⁶ Knott 1995 alapján.

³⁷ Lásd erről például a *Caitanya-caritāmṛta*, Antya-līlā, 2. fejezetében ifjabb Haridāsa történetét.

³⁸ Bővebben lásd: Mahārāṇī Devī Dāst 2013.

³⁹ Például a *Caitanya-caritāmṛta* Antya-līlájának második fejezete a 104. verstől a 106.-ig Mādhavīdevīről szól, akit Caitanya Mahāprabhu Śrīmatī Rādhārāṇī szolgálóleányának tekintett. Mādhavīdevī egyike volt Caitanya Mahāprabhu négy legbensőségesebb *bhaktájának*.

⁴⁰ Lásd: Rosen 1996 és Satyarāja Dāsa (Rosen) é.n.

ja szerint: „Annak ellenére, hogy kiemelkedő helyet adtak [a gaudīya-vaiṣṇavák] Rādhānak, egy női istenségnek és a női erényeknek, a caitanyiták, legalábbis ahogy tanaikat az aszketizmusra nagy hangsúlyt helyező vr̥ndāvanai Gosvāmīk és követőik bemutatták, úgy tűnik, hogy a nők tekintetében a Bhāgavatamban található puránikus hagyományt követték. A Caitanya-caritāmṛta alaposabb elemzése azonban azt is megmutatja, hogy bár a nők egyértelműen nem kaptak ugyanolyan státuszt, mint a férfiak, egyáltalán nem volt nyílt nőgyűlölet. A szexuális élet-ről való lemondás erős hangsúlyozása, és a nőkkel való kapcsolat lelki gyakorlatokat veszélyeztető volta sem eredményezte a nők rossz hírbe hozását vagy utálatát. [...] A középkori bhakti mozgalmak általában demokratikusabb attitűddel viszonyultak a vallásgyakorlathoz, egyenlő jogokat adva ahhoz az alacsonyabb kasztoknak, az érinthetetleneknek és a nőknek is. [...] a bengáli nők mindig magasabb státuszt élveztek, mint [a nők] bárhol máshol Indiában, és ezt a tényt támogatta egy női istenség [Rādhārāṇī] kultusza, és tükröződött is abban.”⁴¹

A Kṛṣṇa-hívők között elterjedt magyarázatok szerint a varṇāśrama jól működött addig, amíg a férfiak istentudatosak voltak, és nem kihasználni, hanem megvédeni akarták a nőket. A kali-yuga⁴²

előrehaladtával azonban a varṇāśrama eredeti célja – Isten elégedetté tétele az Ő emberek számára hozott törvényeinek a követése által⁴³ – elveszett, és a varṇāśrama átalakult kasztrendszeré, ahol a férfiak elnyomják és kihasználják a nőket saját önző vágyaik érdekében.⁴⁴ A férfiak és nők többsége ma már a Kṛṣṇa-hívők közösségeiben sem képes a varṇāśrama-dharma eredeti szabályai szerint viselkedni, ezért a védikus varṇāśrama lemásolásának nincs realitása.

2.1. A nők helyzetének alakulása az ISKCON történetében

Ehhez a belátáshoz azonban meg lehetne nézni sok hányattatás után jutott el az ISKCON. A mozgalom kezdeti időszakában, az 1960-as évek végén, szinte teljes volt a nemek közötti egyenlőség a vallásgyakorlatok tekintetében. Bhaktivedanta Swami Prabhupāda olyannyira képes volt

(sorrendben: *satya-* vagy *kṛta-yuga*, *tretā-yuga*, *dvāpara-yuga* és *kali-yuga*) amely összesen 4 millió 320 ezer földi évet jelen. A korszakokat a vallásos elvek és az emberiség fokozatos degradálódása jellemzi, amely folyamat a *kali-yugában* teljesedik ki.

⁴³ Lásd: *Bhāg.* 1.2.13.

⁴⁴ Láthatjuk azonban, hogy bár Nyugaton nem volt kasztrendszer, de a nőket hasonlóan elnyomták és kihasználták a férfiak, amire a 20. század második felétől kezdődően a nők azt a természetes választ adják, hogy kivonják magukat a férfiak felügyelete alól, visszaveszik az ellenőrzést a saját életük felett, és megvédik magukat és az érdekeiket. Amikor pedig Kṛṣṇa-hívővé válnak, vonakodnak elfogadni a férfiak védelmét, és inkább saját maguk akarnak felelősséget vállalni mind az anyagi körülményeikért, mind a lelki fejlődésükért.

⁴¹ Rosen 1996: 59–61.

⁴² A védikus időszemlélet ciklikus: a teremtés-megsemmisülés-újratelemzés állandóan ismétlődik, különböző szinteken. A létezők megnyilvánulásának időtartama (teremtés) ugyanakkora, mint a megnyilvánulatlan (megsemmisülés, pusztulás). A megnyilvánulás idejének alapegysége a négy korszakból álló *catur-yuga* vagy *mahā-yuga*

felülemelkedni saját hindu kultúráján és *gauḍīya-vaiṣṇava* hagyományán, hogy egyik első indiai látogatása során már ezt mondta egy újságírónak: „*A nyugati országokban nincs megkülönböztetés. Ők (a fiúk és a lányok) egyenlő szabadságot kapnak. A mi hazánkban (Indiában) azonban még mindig diszkrimináció van.*”⁴⁵ Az 1970-es évek közepén azonban kezdett a helyzet megváltozni. Ekkorra több idősebb tanítványa *sannyāsa*-avatást kapott és szorosán együtt dolgozott Prabhupādával a mozgalom irányításában, különösen az indiai projektekben (hatalmas templomok építése Māyāpurában, Vṛndāvanában és Bombay-ben). Indiában egy, a nyugatitól teljesen különböző, a nőket alacsonyabb rendűként kezelő kulturális miliőbe kerülve kezdték maguk is leértékelné a nőket, ugyanakkor saját lemondott helyzetük megvédésében a legnagyobb problémának a nőknek a mozgalomba való bevonódását látták. Komoly kritika tárgyává tették a *gr̥hasṭha-āśramában* élőket is mint a lelki élet szintjéről leesetteket.

Prabhupāda „bonyolult” reagált erre a jelenségre.⁴⁶ Egyrészt a *varṇāśrama* bevezetésének szükségességét felismerve elkezdett beszélni a hagyományos női viselkedésről, de azt elsősorban nem a tisztán *bhāgavata-dharmát* gyakorló fejlett női tanítványaival kapcsolatban fogalmazta meg elvárásként, hanem a „közönséges” nőkkel szemben, akik csak a *varṇāśrama* követésével képesek

fejlődni a lelki életben. Bár méltányolta a *sannyāsik* törekvéseit saját *āśramájuk* megvédésére, de sohasem támogatta női tanítványai jogainak és lehetőségeinek⁴⁷ a gyakorlatban is megkezdett visszavételét, és hangsúlyozta odaadásuk példamutató voltát. Ugyanakkor élesen visszautasította a *gr̥hasṭha-āśrama* és a házasság hívők elesettként való tételezését és kritizálását, sőt a *varṇāśrama* szellemével összhangban őket tette meg a *varṇāśrama* egészségének alapjává és legfontosabb szereplőivé.⁴⁸

Ezek után nem sokkal azonban Prabhupāda eltávozott, és 1977-től az ISKCON irányítását az akkor kizárólag *sannyāsikból* álló GBC vette át, akik nem látták szükségét annak, hogy visszaadják a női hívők kezdetekben meglévő lehetőségeit – például hogy egyenlő helyet biztosítsanak számukra a templomszoba terében, tarthassanak leckét és vezethessenek közös éneklést, birtokolhassanak vezető pozíciókat stb.

Az 1980-as években a feminista mozgalmak felerősödése mellett az idősebb ISKCON-tag nők kezdték felemelni a hangjukat, és egyre nagyobb számban csatlakoztak hozzájuk férfi hívők is, be-

⁴⁵ Satsvarūpa 1983: 21–22.

⁴⁶ Ez összefügg azzal is, hogy Prabhupāda nézetei a *varṇāśrama* bevezetéséről a nyugati világban és az ISKCON-ban jelentős átalakuláson mentek át, ahogy azt Hare Kṛṣṇa devī dāśī (1999) bemutatja.

⁴⁷ Például lecketartás, előéneklés a szertartásokon, egyenlő mennyiségű és szintű hely biztosítása a templomszobában a szertartásokon és egyéb programokon, vezető pozíciók betöltése, *mūrti*-imádatban való részvétel stb. Bővebben lásd: Jyotirmayi Devi Dasi 2002.

⁴⁸ Ahogy a *Mānava-dharmaśāstra* is megfogalmazza az *āśrama-dharma* végkövetkeztetéseként: „*És összhangban a veda és a smṛti tanításaival, a háztartók rendje felülmúlja mindet [a másik három āśramát], mert támogatja a másik három rendet.*” (*The Laws of Manu*, 6.89+) <http://oaks.nvg.org/pv6bk4.html#5>

mutatva a nők ISKCON-beli diszkriminált helyzetét, annak súlyos következményeit, és reformokat sürgettek. Az 1990-es évek közepére lassan jobbra fordult a helyzet – amelyben az ír, az angol és a német közösség járt az élen és mutatott példát –, a nők egyenlő részt kaptak az istenszobrok imádatában, tarthattak leckét, és számosan közülük templomelnökké váltak. Majd a GBC a már ismertetett, 2000-ben hozott határozatával teljesen rehabilitálta a női hívőket, bocsánatot kérve tőlük az elszenvedett hátrányos megkülönböztetésért.

A közelmúlt és napjaink egyik legjelentősebb témája a nemzetközi közösségben a *dīkṣā-guru*⁴⁹ szerepének női hívők általi felvétele.⁵⁰ Mert bár nincs olyan szabály, amely kategorikusan megtiltana, hogy nők *guruk* legyenek – sőt a *gaudīya-vaiṣṇavizmus* történetében több kiemelkedő női *guru* is található –, az ISKCON-ban eddig még egy nő sem vette fel ezt a szerepet. A témáról élénk vita folyt és folyik a mai napig mind a nemzetközi közösségben,⁵¹ mind a GBC-ben, melynek eldöntését segítő elkészült egy rendkívül alapos tanulmány mindarról, amit Prabhupāda valaha is mondott vagy írt a nőkkel mint *dīkṣā-gurukkal* összefüggésben,⁵² többek között arra a vég-

következtetésre jutva, hogy Prabhupāda szerint nők is lehetnek *dīkṣā-guruk*. Ezért legújabbán a kérdés már úgy fogalmazódik meg, hogy vajon Śrīla Prabhupāda akarná-e most, a mozgalom jelenlegi helyzetében, hogy nők is *dīkṣā-guruk* legyenek, és az ISKCON bevezessen egy olyan új gyakorlatot, amelyre Prabhupāda idejében nem volt példa, továbbá hogy mi legyen az a folyamat, amellyel eldönthető, képesített-e valaki a *dīkṣā-guru* szerepre.

2.2. A nők helyzetének alakulása a magyar ISKCON-közösségben

A magyar női hívők helyzetének alakulásában három tényező játszott döntő szerepet. A legfontosabb, hogy Magyarországon az ISKCON legális története mintegy húsz évvel később kezdődött, mint más nyugati országokban, és kezdte éppen arra a periódusra tehető, amikor a nemzetközi ISKCON-ban már kezdték felismerni és orvosolni a női hívők hátrányos megkülönböztetésének problémáját. Így a magyar közösség már csak olyan helyzetet tapasztalt meg mintaként, amely a női hívőkkel szembeni liberálisabb közösségekben alakult ki az 1990-es évekre.

Ez összefügg azzal, hogy a magyar hívők vezetője az a Śivarāma Svāmī Mahārāja volt (és maradt a mai napig), aki – lévén akkor még az ír és az angol közösség vezetője is egyben – az egész ISKCON-ban élen járt a női hívők jogainak visszaadásában, és magyarországi működése első percétől kezdve ügyelt arra, hogy ne kapjanak teret a nőket leértékelő és negatívan megkülönböztető „elméletek és gyakorlatok”, valamint az

⁴⁹ Avatást adó lelki tanítómester.

⁵⁰ Aspiráns tanítványok időről időre megközelíté-
nek fejelett női hívőket, mert avatást szeretnének
kapni tőlük, miközben az ISKCON napjainkban
az avató lelki tanítómesterek hiányával küzd,
mert nem vállalkoznak elegendő számban fejelett
bhakták erre a felelősségteljes pozícióra.

⁵¹ Ennek fóruma főként az ISKCON hivatalos hon-
lapja, a www.dandavats.com.

⁵² Lásd: Kaunteya 2013.

arra alkalmas nők vezető pozíciót is kaphassanak.

Meg kell azonban említeni, hogy volt egy periódus az 1990-es évek közepétől annak végéig, amikor a magyar közösség vezetésében részt vállalt egy másik lelki tanítómester is, mivel Śivarāma Mahārāja döntően Krisna-völgy⁵³ felépítésével volt elfoglalva. Ez a *guru* a nőkkel kapcsolatban az 1970-1980-as években megszokott diszkriminatív nézeteket képviselte, és bár éppen a nőkkel szembeni normaszegő viselkedése miatt a 2000-es évek közepén a GBC megfosztotta *guru* pozíciójától, és el is hagyta az ISKCON-t, viszonylag rövid magyarországi működésének a nőkkel kapcsolatos attitűdben megnyilvánuló negatív hatása sokáig érezhető volt a közösségben.

3. A nemi szerepek napjainkban hangsúlyozott elvei a magyar közösségben

A fenti kedvezőtlen jelenségek megelőzését segítő, az 1990-es évek végétől a magyar közösség tagjai rendszeresen kapnak képzést a *gr̥hasṭha-āśrama*, vagyis a házaselet, valamint a férfi és női szerepek mibenlétéről és az azokban való megfelelő viselkedésről. És bár a legkülönbözőbb tanítók – idős és fiatal, nyugati és indiai *gr̥hasṭhák* és *sannyāsī* lelki tanítómesterek – mindannyian a védikus ideálból indulnak ki, gondosan ügyelnek arra, hogy egyensúlyt tartsanak a férfiakkal és nőkkel szembeni elvárások, valamint

a *bhāgavata*- és a *varṇāśrama-dharma* között, hangsúlyozva, hogy az emberi kapcsolatok mindegyike a kölcsönös tiszteleten és szolgálaton alapul.

A *vaiṣṇavák* által létrehozott, ún. *daiva-varṇāśramában* nem lehet éles különbséget tenni a férfiak és a nők között, mert egyenlő lehetőségük van arra, hogy Kṛṣṇa-tudatossá váljanak és odaadó szolgálatot végezhesenek saját *gurujuk* irányítása alatt. Azonban a férfiaknak és a nőknek fontos megérteniük, hogy a két nem, azaz a kétféle anyagi test és elme eltérően funkcionál, így a kötelességek, tevékenységek és módszerek, amelyek szerint működnek, szintén különbözőek lesznek.

Mindemellett a *daiva-varṇāśramában* a férj egy kicsit tekintélyesebb a feleség-nél, akinek követnie kell a férjét, ami nem okoz nehézséget számára, hiszen a férj kontrollálja az érzékeit, így képes lelki szempontból releváns irányutatót adni számára. A házasság azonban partneri viszony, amelyben a házastársak közösen oldják meg a nehézségeket. Bár ragaszkodásuk módja különbözik, a házasságok segítenek egymásnak megszabadulni az anyagi világhoz való ragaszkodástól. A partner gyengeségét inkább segítségnyújtási lehetőségként fogják fel, melynek hangulata a szolgálat, nem pedig az irányítás. Kapcsolatuk alapja a hasonló mentalitás, az együttműködés, a kötelességteljesítés, valamint a közös értékek és célok.⁵⁴ És bár változatlanul fontos, hogy

⁵³ A Somogyvámoson működő önellátásra törekvő farmközösség, melynek neve: Nava Vraja-dhāma, 1993-ban alakult meg, temploma pedig 1996-ban nyitotta meg kapuit.

⁵⁴ Anna King szerint az elnyomott indiai nő sztereotípiája egyenesen átfordult az ISKCON-ban. „A törekvő hívők számára a nyugati kultúra az,

a nők mindig védelem alatt álljanak, ennek már nem a férfiak és a házasság a kizárólagos letéteményesei, mert hangsúlyos szerepet kap benne maga a közösség, és annak különböző, a Kṛṣṇa-hívókkal való törődés céljából létrehozott intézményei is.⁵⁵

Felhasznált irodalom

Banyár Magdolna: Istenszobrok a vaisnava liturgiában. In: *Vallástudományi Szemle*, 2007/2. szám, Budapest, 2007, 137–156.

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

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

Bhaktivedanta Swami Prabhupāda: *Az odaadás nektárja.* The Bhaktivedanta Book Trust, Stockholm, 1997.

ami materializmusával fogyasztási cikké változtatja és bántalmazza a nőket. Úgy látják, hogy a modern, világi Nyugattal szemben az indiai vagy vaiṣṇava lelki kultúra olyan teret ad a nőknek, amelyben a saját természetüknek megfelelően tudnak »virágozni«, mentesen attól a társadalmi nyomástól, amely a szexet mindennapi használativá teszi, a családokat szétzúzza és kihasználja a nőket.” (Dwyer G. – Cole R. J. 2007: 194)

⁵⁵ Például a tanácsadói rendszer, amely a gyűlekezetszervezésnek és –gondozásnak a magyar közösségben 2010-ben bevezetett módszere. Bővebben lásd: www.kozosseg.krisna.hu

Bhaktivedanta Swami Prabhupāda: *Caitanya-caritāmṛta.* The Bhaktivedanta Book Trust, Stockholm 1996.

Bhaktivedanta Swami Prabhupāda: *Śrī Caitanya tanítása.* The Bhaktivedanta Book Trust, Stockholm 1989.

Bhaktivedanta Swami Prabhupāda: *Śrīmad-Bhāgavatam* (1–10. ének I-II. kötet), The Bhaktivedanta Book Trust, Stockholm 1993–2010.

Büchler Pál: *Manu törvényei : Mānava-dharmaśāstra.* Erdélyi Múzeum-Egyesület Jog- és Társadalomtudományi Szakosztálya, Kolozsvár, 1915.

Dwyer, Graham – Cole, Richard J. (szerk.): *The Hare Krishna Movement : Forty Years Chant and Change.* I.B. Tauris, London-New York, 2007.

Farkas Judit: *Ardzsuna dilemmája: Reszocializáció és legitimáció egy magyar Krisna-hitű közösségben.* MTA Néprajzi Kutatóintézete – PTE Néprajz – Kulturális Antropológia Tanszék – L'Harmattan Kiadó, Budapest, 2009.

Hare Kṛṣṇa devī dāsī: *Speaking About Varṇāśrama : Śrīla Prabhupāda on Varṇāśrama and Farm Community Development. Vol. 1.* The Bhaktivedanta Book Trust, Bhaktivedanta Archives, 1999.

Judah, J. Stillson: *Hare Krishna and the Counterculture.* New York, Wiley, 1974.

Jyotirmayi Devi Dasi: *Women in ISKCON in Prabhupada's Times.* http://www.chakra.org/discussions/WomenNov29_02_02.html

Kamarás István: *Krisnások Magyarországon.* Iskolakultúra, Budapest, 1998.

Kaunteya das: *Did Śrīla Prabhupāda Want Women Dīkṣā-gurus?* Eye of the Storm, The Bhaktivedanta Book Trust International, 2013.

Knott, Kim: The Debate About Women In The Hare Krishna Movement. *ISKCON Communications Journal*, Vol. 3, No. 2, Oxford, 1995.

Mahārāṇī Devī Dāsī (Banyár Magdolna): A Kṛṣṇa-tudat kapcsolata a hinduizmussal. *TATTVA*. XVI/1, Budapest, 2013, 75–87.

Mahārāṇī Devī Dāsī (Banyár Magdolna): *Varṇāśrama-dharma : A hinduizmus társadalomfilozófiája*. (Jegyzet). Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola, Budapest, 2013.

Mahārāṇī Devī Dāsī (Banyár Magdolna): A Kṛṣṇa-hívők enkulturációja Magyarországon. A gauḍīya-vaiṣṇava kultúra átvételének modellje. *TATTVA*. XVII/1, Budapest, 2014, 73–90.

Rosen, J. Steven (szerk.): *Vaiṣṇavī. Women and the Worship of Krishna*. Motilal Banarsidas, Delhi, 1996.

Rūpa Gosvāmī: *Bhakti-rasāmṛta-sindhu*. Sri Vaikuntha Enterprise, Chennai, 2006.

Satsvarūpa dāsa Goswami: *Śrīla Prabhupāda-līlāmṛta*. The Bhaktivedanta Book Trust, Los Angeles, 1983.

Satyaṛāja Dāsa: *Great Waiṣṇava Women*. <http://www.krishna.com/great-vaishnava-women>

Tamal Krishna Goswami: The Perils of Succession : Heresies of Authority and Continuity In the Hare Krishna Movement. *ISKCON Communications Journal* Vol. 5, No. 1, Oxford, 1997, 13–41.

Tamāl Kṛṣṇa Gosvāmī: *TKG naplója : Prabhupāda utolsó napjai*. Lál, Somogyvámos, 2002.

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

Women in ISKCON: Presentations to the GBC. *ISKCON Communications Journal* Vol. 8, No. 1, 2000.

<http://oaks.nvg.org/pv6bk4.html#5>
Letöltés ideje: 2014. augusztus 23.

www.dandavats.com
Letöltés ideje: 2014. augusztus 23.

<http://content.iskcon.org/icj/>
Letöltés ideje: 2014. augusztus 23.

www.kozosseg.krishna.hu
Letöltés ideje: 2014. augusztus 23.

http://www.chakra.org/discussions/WomenNov29_02_02.htm
Letöltés ideje: 2014. október 23.

<http://www.krishna.com/greatvaishnava-women>
Letöltés ideje: 2014. október 23.

PÁRBESZÉD



Hogyan lehet fenntartható a „jövő társadalma”?

A Nemzeti Fenntartható Fejlődési Tanács Jövőkereső című jelentésének kritikai elemzése Śrīla Prabhupāda tanításai alapján

Domboróczki Veronika

Bevezetés

*„Egy probléma nem oldható meg azzal a gondolkodásmóddal, amely létrehozta.”
(Einstein)*

A fenntartható fejlődés ma kulcsfogalomnak számít, ha a Föld, az emberiség vagy éppen a magyar társadalom jövőjéről van szó. A fenntartható fejlődés a válasz az egyre inkább szorongató környezeti válságra, az egyre mélyülő társadalmi és gazdasági problémákra.

A fenntartható fejlődést az ENSZ immár 27 éve, 1987-ben tűzte zászlajára. A *Közös jövőnk* jelentésében megfogalmazottak szerint „egy olyan fejlődés [ez], amely kielégíti a jelen szükségleteit anélkül, hogy veszélyeztetné a jövő nemzedékek esélyét arra, hogy ők is kielégíthessék saját szükségleteiket”.¹ A fogalmat már sokan, sok szempontból kritizál-

ták, vagy igyekeztek újradefiniálni,² és ez nem véletlen. A célt több mint negyed évszázada kitűzték, mégis úgy tűnik, hogy az úton összességében inkább visszafelé, mintsem előre haladunk. A társadalmi egyenlőtlenségek, a környezet rombolásának és az erőforrások pazarlásának mértéke nemhogy csökkent volna, mérhetően nőtt is.³ A Rees–Wackernagel-féle ökológiai lábnyom-konceptió szerint az emberiség jelenleg másfél Földnyi kapacitást vesz igénybe. Ha a mostani fogyasztási trendek megmaradnak, és a népességnövekedés ugyanilyen mértékben folytatódik, akkor a számítások szerint 2030-ra már két Földre lenne szükségünk, hogy hosszú távon fenntartsuk magunkat. Pedig csak egy Földünk van.⁴

1. A Jövőkeresőről

A fenntarthatatlanságra jellemző, kedvezőtlen tendenciák Magyarországon is érez-

the ability of future generations to meet their own needs.” (Brundtland et al. 1987: 15)

² Az egyik leggyakrabban idézett újradefiniálás Herman Daly tollából származik, aki a növekedés és a (gazdasági) fejlődés közötti jelentékeny különbségre szeretne volna irányítani a figyelmet. Daly definíciója így hangzik: „*A fenntartható fejlődés a folyamatos szociális jobblét elérése anélkül, hogy az ökológiai eltartóképességet meghaladó módon növekednénk. A növekedés azt jelenti, hogy nagyobbak leszünk, a fejlődés pedig azt, hogy jobbak.*”

(Forrás: <http://www.enc.hu/1enciklopedia/fogalmi/korny/fenntartfej.htm>)

A tanulmány forrásaként szolgáló *Jövőkereső* című jelentés is a Herman Daly-féle definíciót használja.

³ Lásd még: Gyulai 2013: 803–806.

⁴ Bővebben lásd: http://www.footprintnetwork.org/en/index.php/GFN/page/world_footprint/

¹ Az eredeti angol verzió: „*Sustainable Development: Humanity has the ability to make development sustainable to ensure that it meets the needs of the present without compromising*

hetők. Ezt ismerte fel a 2008-ban életre hívott Nemzeti Fenntartható Fejlődési Tanács is. 2010-ben közreadott *Jövőkereső* című jelentésében megkísérelte feltárni ennek a folyamatnak az elsődleges okait, valamint egy olyan változtatási irányt mutatni, intézkedéscsomagot alkotni, amely elvezetne egy fenntartható, ún. értékmegőrző, értékteremtő társadalomhoz.⁵

A *Jövőkereső* provokatívnak szánt bevezetőjében a következőket olvashatjuk: „*A Jelentés [...] nem elégszik meg a felszín bemutatásával, a legmélyebb okok feltárására törekszik. A Jelentés ébresztő kíván lenni, a döntéshozók és a társadalom figyelmét a jövő kihívásai felé szándékozik fordítani, szemléleti változást, bölcs megfontolásokat és cselekedeteket kér a nemzettől.*”⁶

A *Jövőkereső* készítői a jelenlegi helyzet kialakulásához vezető ok-okozati összefüggések feltárása érdekében az Európai Környezeti Ügynökség által javasolt logikát követik. Ennek alapján:

1. A környezet állapotát az őt ért terhelések határozzák meg;
2. A terheléseket (azok mennyiségét és minőségét) a társadalom hajtóerői alakítják;
3. Ha a környezet állapota megváltozik, az hatással van magára a környezetre és a társadalomra is;

⁵ A *Jövőkereső* a Magyarországon 2013-ban elfogadott *Nemzeti Fenntartható Fejlődési Keretstratégia* alapjául is szolgált. A keretstratégia, amely egyébként *A fenntarthatóság felé való átmenet nemzeti koncepciója* címet kapta, a 2012–2024-ig tartó időszakra szól.

⁶ *Jövőkereső*: 7.

4. Ezekre a hatásokra (semlegesítésükre, megelőzésükre stb.) a társadalom válaszintézkedésekkel reagál;
5. A válaszok (ideális esetben) a 2. pontban említett hajtóerőket hivatottak módosítani, amelyek az 1. pontban említett terheléseket – a környezet számára – kedvező irányba befolyásolják.⁷

A modell szerint a problémák okai tehát a hajtóerők között keresendők, és a hajtóerőket befolyásoló válaszok azok, amelyekkel elérhető a jelenleg fennálló állapot kedvező irányú változása. Maga a *Jövőkereső* három szinten (strukturális, intézményi, kulturális) összesen 35 hajtóerőt tárgyal az értékrendszertől egészen a területfelhasználásig. Ezek közül az egyéni szintű, kulturális hajtóerők (a *Jövőkereső* szerint az értékválasztásunk, a világról alkotott nézeteink, ismereteink és viselkedésünk) azok, amelyek valamennyi további szintet megalapozzák.⁸ Így a cikkben ezekkel és az ezekkel kapcsolatosan megfogalmazott válaszokkal foglalkozom. Śrīla Prabhupāda tanítása-
it alapul véve vizsgálom meg azt, hogy a jelentés szerzőinek sikerült-e valóban eljutniuk a problémák gyökeréhez, illetve azt, hogy Prabhupāda tanításai alapján milyen lehetőségek mutatkoznak a tár-

⁷ Az Európai Környezeti Ügynökség a környezeti indikátorok megtalálása érdekében fejlesztette ki az ún. DPSIR-modellt. A DPSIR-modell hajtóerő (*Driving force*), terhelés (*Pressure*), állapot (*State*), hatás (*Impact*) és válasz (*Response*) indikátorokra csoportosítja a problémát jelentő helyzetről rendelkezésre álló információkat. (Bővebben: Gyulai 2008: 62, *Jövőkereső*: 17)

⁸ *Jövőkereső*: 18.

sadalomban jelenleg uralkodó (fenntarthatatlan) tendenciák megtörésére. Hogy a témához közelebb kerüljünk, tekintsük át először Śrīla Prabhupāda tanításainak alapelveit. Szeretném kiemelni, hogy a cikknek nem a Prabhupāda által hirdett filozófia helytállóságának bizonyítása a célja, hanem a Jövőkeresőben megjelent problémákkal kapcsolatos tanításainak ismertetése.

2. A fenntarthatófejlődés-elmélet alternatívája Śrīla Prabhupāda tanításaiban

A. C. Bhaktivedanta Swami (1896-1977), akit Śrīla Prabhupādaként ismert meg a világ, a *vaiṣṇava* filozófia nyugati világban való elterjesztésének legkiemelkedőbb alakja 1977-ben hagyta el anyagi testét, így nem találkozhatott a fenntartható fejlődés fogalmával, tehát nem is reagálhatott rá közvetlenül. Az azt létrehívó problémákkal viszont már ő is szembesülhetett, hiszen a gazdasági fejlődés, a népességnövekedés, az ezzel járó fokozódó fogyasztás és nyersanyag- valamint erőforrás-kihasználásnak a környezetre tett romboló hatása már az 1960-as évek végén, az 1970-es évek elején szembeütő volt.

Prabhupāda felismerte a modern civilizáció káoszát, és tanításaiban gyakran foglalkozott a gazdasági fejlődés, a mértéktelen élet, a természeti környezet kizsákmányolásának problematikájával. Hallgatóinak és olvasóinak pedig egy, a mindennapok során megvalósítható, lelki értékeken alapuló életformát kínált fel alternatívaként, bár tisztában volt azzal

is, hogy ennek megvalósítása sem történhet meg egyik napról a másikra, „hiszen az ember nem változtathatja meg hirtelen egy közösség társadalmi szokásait”.⁹

2.1. Egyszerű élet, magas szintű gondolkodás

Śrīla Prabhupāda többször beszélt az „egyszerű élet, magas szintű gondolkodás” fontosságáról, hangsúlyozva azt, hogy ez a fajta életfelfogás vagy világszemlélet a földkerekség összes problémájára megoldást jelenthetne. A tanítások nektárja című könyvben például így ír: „Az anyagi világ az Úr tökéletes elrendezése szerint készült azért, hogy az összes élőlény élet-szükségleteit fedezze, anélkül, hogy azoknak egymás életébe vagy jogaiba kellene avatkozniuk. Ez a teljes elrendezés biztosítja mindenkinek a megfelelő mennyiségű tulajdont, valódi igényei szerint, s így mindenki békésen élhet az egyszerű életmód és magas szintű gondolkodás szellemében.”¹⁰

Ha megvizsgáljuk a fenti idézetet, felfedezhetjük, hogy Prabhupāda ebben a két mondatban tökéletes definícióját adta a valóban fenntartható fejlődésnek: a környezet fenntarthatósága (az összes élőlényről beszél, tehát növényekről és állatokról is, nem csak az emberről), alapvető szükségletek kielégítése (valódi igények), társadalmi egyenlőség (mindenkinek szükségletei szerint) és béke, valamint a szellemi fejlődés (magas szintű gondolkodás) lehetősége. Mindezek fel-

⁹ *Caitanya-caritāmṛta* [Cc.] Ādi. 7.31–32 magyarázat.

¹⁰ Bhaktivedanta Swami Prabhupāda 1999: 30.

tétele pedig az, hogy ne akarjunk beavatkozni az Isten által teremtettségre.

Nézzük meg, hogy melyek az egyszerű élet, magas szintű gondolkodás legfontosabb alapelvei.

2.1.1. Egyszerű élet

Az egyszerű élet nem civilizálatlan életet jelent. Bár tény, hogy az egyszerűsége való törekvés visszalépés a test kényelmében és az érzékkielégítés szintjén, de előrelépés az önmegvalósításban.¹¹ Az egyszerű élet azt jelenti, hogy az ember éppen csak annyit vesz el a természettől, hogy „*testét és lelkét együtt tartsa*”.¹² Lemond az anyagi javak felesleges gyűjtögetéséről és a szükségtelen érzékkielégítésről. A természet törvényei megbüntetik azt, aki a szükségesnél több anyagi dolgot halmoz fel,¹³ az egyszerű életvitel viszont, amellyel az ember megtermelheti saját táplálékát, megoldana minden gazdasági problémát.¹⁴

2.1.2. Magas szintű gondolkodás

Prabhupāda is elismeri, hogy „*általában az emberek nem szívesen fogadják el az egyszerű életet*”.¹⁵ Ahhoz, hogy az ember belássa, az egyszerű élet segíti, nem pedig akadályozza céljai elérését, emelkedett szintű gondolkodásra van szükség. Ez helyes nevelés és gyakorlás által érhető el. A magas szintű gondolkodás alatt azt értjük, hogy az ember ismeri, hogyan működik

igazából a világ, milyen az élőlények természete és mi az emberi élet valódi célja. Nézzük meg a legfőbb alapvetéseket.

2.1.2.1. A lélek ismerete, az élet célja

Az élőlények mindegyike rendelkezik lélekkel. A lélek Isten szerves, parányi része, minőségében azonos, mennyiségében azonban különbözik Tőle. A lélekről tudni kell, hogy örök, míg a test, amelyben itt, az anyagi univerzumban létezik, múlandó. A lélek a jelenlegi teste elhagyása után új testbe költözik, és ismét boldogulnia kell az anyagi világban. Éppen ezért Prabhupāda hangsúlyozza a lelki fejlődés előtérbe helyezését az anyagi gyarapodással szemben. A civilizált emberi életforma célja az önmegvalósítás a lelki tudás által, és az ember és Isten közötti örök kapcsolat felfedezése és megélése.¹⁶ Ha belátjuk, hogy a lelki fejlődésünk az igazi cél, akkor az anyagi jólét önmagától következik,¹⁷ ráadásul ez a fajta fejlődés „*nemcsak boldoggá és gazdaggá teszi az egyént ebben az életben, de teste elhagyása után Isten örök birodalmába juttatja*”.¹⁸

Prabhupāda tanításaiban tehát a fejlődés mindig lelki fejlődést jelent, ellentétben a nyugati társadalmakkal, ahol fejlődés alatt sokszor – a hétköznapi gondolkodásban legtöbbször – gazdasági fejlődést, anyagi gyarapodást értenek.¹⁹ A fel-

¹¹ Śrīmad-Bhāgavatam [Bhāg.] 2.2.4 magyarázat.

¹² Bhāg. 7.14.8.

¹³ Uo.

¹⁴ Bhaktivedanta Swami Prabhupāda 1999: 24.

¹⁵ Bhaktivedanta Swami Prabhupāda 1999: 24.

¹⁶ Bhāg. 1.1.2 magyarázat, Bhg. 7.15 magyarázat.

¹⁷ Bhāg. 1.1.9 magyarázat.

¹⁸ Bhagavad-gītā [Bhg.] 4.30 magyarázat.

¹⁹ A fenntartható fejlődés különböző értelmezői, bírálói között is viták folynak arról, hogy megvalósítható-e a fenntarthatóság a gazdasági fejlődésre való törekvés mellett, vagy egy egészen másféle (szellemi, erkölcsi) fejlődésre kell

halmozott anyagi javak legkésőbb a test halálával mindenképpen elvesznek, de a megszerzett lelki tudás örökre megmarad. Másik oldalról nézve, mivel a léleknek a felszabadulásig újra és újra meg kell születnie az anyagi világban, így a rövid távú, egy életről szóló gondolkodást felül kell vizsgálni. Az embereknek rá kell döbbenniük, hogy maguk alatt vágják a fát, ha a rendelkezésükre bocsátott természeti környezetet tönkreteszik.

Prabhupāda a *Śrīmad-Bhāgavatam* magyarázataiban figyelmeztet arra, hogy annak a civilizációnak, amelynek célja az anyagi fejlődés, a vége csakis háború és ínség lehet.²⁰ Nyilvánvaló, hogy a háború és az ínség nem kedvez a fenntarthatóságnak. A fenntartható fejlődés úgy lehet valóban fenntartható, ha a fejlődés alatt önfejlesztést, önmegvalósítási törekvést – magas szintű gondolkodást – értünk.

2.1.2.2. Isten-tudat

A *Śrī Īsopaniṣad* első mantrája így hangzik: „A világegyetemen belül az Ūr irányít minden élő és élettelen, s minden az Ővé. Az embernek ezért csupán azt szabad elfogadnia, amire szüksége van, és ami őt illeti meg. Minden mástól tartózkodnia kell, jól tudván, hogy az kihez tartozik.”²¹

Az Isten-tudat azt jelenti, hogy elismerjük: egy felsőbb hatalom teremtette meg és irányítja az univerzumot. Ez alapvető fontosságú a magas szintű gondolkodásban, és ez lehet a legnagyobb vissza-

tartó erő, amely az egyszerű, erkölcsös, szabályozott élet felé terelheti az emberiséget. Prabhupāda azt mondja, hogy az Isten-tudat az anyagi jólétre is jó hatással van.²² Segítségével tehát a fenntarthatóság is könnyebben megvalósulhat.

2.1.2.3. Az anyagi természet ismerete

„Az anyagi természet három kötőerőből áll: a jóság, a szenvedély és a tudatlanság kötőerejéből.”²³ Az alacsonyabb rendű kötőerők (tudatlanság és szenvedély) hatása alatt az ember tévesen azt gondolja, hogy ő a birtokosa és élvezője az anyagi világnak, ezért kihasználja a természetet, pazarol, mohóvá és büszkévé válik. Az ilyen ember „jövője rendkívül sötét”,²⁴ meg kell tehát szabadulni ettől az életfelfogástól, és a jóság minőségének elérésére kell törekedni. Ha ez megtörténik, az ember ráébred, hogy mindez csupán illúzió, és az anyagi dolgok felhalmozása (mohóság), az érzékielégítés (kéj) nem célja, hanem éppen akadály a valódi cél elérésének.²⁵ Ha sikerül a jóság minőségében megállapodnia, mindenben és mindenben a lelki természetet látja majd,²⁶ ragaszkodások nélkül él,²⁷ tartózkodik az erőszaktól,²⁸ így tettei automatikusan kedvezően hatnak majd az emberi társadalom fenntarthatóságára is.

²² *Bhāg.* 2.3.21 magyarázat.

²³ *Bhḡ.* 14.5.

²⁴ *Bhāg.* 6.1.49 magyarázat, *Bhāg.* 6.5.15 magyarázat.

²⁵ *Bhāg.* 5.1.37 magyarázat.

²⁶ *Bhḡ.* 18.19.

²⁷ *Bhḡ.* 18.23.

²⁸ *Bhḡ.* 3.35 magyarázat.

inkább törekednünk. (Lásd pl.: Gyulai 2013, Kulcsár 2008, Parti 2011: 24–37.)

²⁰ *Bhāg.* 2.2.3 magyarázat.

²¹ *Śrī Īsopaniṣad* 1. mantra.

2.1.2.4. A karmáról szóló tudás

Az anyagi természet három kötőerejébe bonyolódva az emberek különböző tetteket hajtanak végre. Tetteiknek azonban nemcsak rövid távú, hanem életeken átívelő következményei, visszahatásai is vannak. Ezek az eredmények egyaránt lehetnek kedvezőek vagy kedvezőtlenek. Ez a *karma* tudománya. Fontos azonban tudatosítani, hogy az ember maga alakítja *karmáját*. Annak érdekében, hogy következő születésünk kedvező legyen, a mostani életünkben kell jó döntéseket hoznunk. A *Bhagavad-gītā* szerint ha az embernek sikerül a jóság kötőereje alá kerülnie, akkor megérti, hogyan kell cselekednie. A szentírásokkal összhangban élni, a lelki tudást fejleszteni, tisztelni a természetet és a többi élőlényt és nem törekedni felesleges anyagi élvezetekre az embernek saját érdeke, és emellett a fenntartható fejlődés eszméjének is kedvez.

2.1.2.5. A közösség fontossága

A magas szintű gondolkodás elsajátításához, alapos megértéséhez és megéléséhez, a jóság minőségébe kerüléshez szükséges a jó társulás,²⁹ és hogy az ember kapcsolatot tartson fenn egy lelki tanítómesterrel rendelkező közösséggel. Így biztosított a tudás hitelessége és megvalósíthatósága. Tanításában Prabhupāda is farmközségekről beszélt. Az emberek együttműködése elengedhetetlen a fenntarthatósághoz és az önellátáshoz vezető úton. Ráadásul a kedvező társulás nagymértékben támogatni tudja, hogy a közösség tag-

jai ne térjenek le a kijelölt útról, hanem sikeresen, következetesen haladjanak rajta.

3. A Jövőkereső kritikai elemzése

3.1. Az alapok és előfeltételek lefektetése

A *Jövőkereső* szerzői is már a bevezetőben megfogalmazták, hogy milyen alapgondolkodás szükséges ahhoz, hogy a fenntarthatóság érdekében elengedhetetlen, alapvető változások bekövetkezhesenek:

- „*Felülemelkedés az egyéni, rövid távú érdekeken, és a közösségi, hosszú távú érdekek előtérbe helyezése;*
- *A társadalom által vallott értékek egyensúlyának megteremtése, amely feltételezi annak elfogadását, hogy a környezetminőséget és biztonságot, az egészséget, a társadalmi igazságosságot és más általános értékeket az anyagi jóléttel egyenrangúan kell kezelni;*
- *Az összefüggésekben gondolkodás, amely szerint az életünket kísérő problémák összefonódnak, éppen ezért nem lehet őket a ma jellemző módon, különállóan működő intézményrendszerekben megoldani;*
- *A társadalom egyetértésének kialakítása a jövő azon céljainak elérése érdekében, amely szerint a környezet adta lehetőségekhez kell igazítanunk a fogyasztási igényeinket – a társadalom csak annyit vehet el a környezetétől, amennyit a természetes folyamatok képesek újratermelni;*
- *A társadalomban uralkodó viszonyok újragondolása az igazságosság, a köl-*

²⁹ Bhāg. 2.10.41 magyarázat.

csönös szolidaritás, az egymásért való felelősség, a megértés, a békesség, az együttműködés és a befogadás jegyében.”³⁰

A felsorolt jellemzők tehát az előfeltételei annak, hogy bármilyen alapvető változás bekövetkezzen a kialakult társadalmi és gazdasági rendszerben.³¹

3.1.1. A Jövőkereső világszemléletének bizonytalansága

Bár a fentiekben ismertetett elvárások első olvasatra igazán jól hangzanak, ha alaposabban belegondolunk, felfedezhetjük, hogy elég bizonytalanok, ködösök és talán kissé üresek is. Ilyen kérdések merülhetnek fel bennünk: Mi számít rövid távúnak, honnan számítjuk a hosszú távot? Melyek lehetnek pontosan az egyéni és melyek a közösségi érdekek? Mik azok az általános társadalmi értékek? Hogyan lehetne összehangolni az anyagi jólétre törekvést a környezet minőségének megőrzésével vagy a társadalmi igazságossággal? Hisz az anyagi jólét, amennyiben nem korlátozzuk a szükségletekre, csak a környezet rovására jöhet létre, a hozzá szervesen kapcsolódó verseny pedig mindenképpen aláássa a társadalmi igazságosságot. Pontosan milyen problémák között és hogyan kellene az összefüggéseket megtalálni? Eddig nem a környezeti lehetőségekhez igazítottuk a fogyasztási igényt? Hiszen bármit fogyasztunk, azt végső soron a környezettől veszünk el, maximálisan kihasználva, vagy inkább kizsákmányolva a természet adta

kincseket. Pontosan milyen társadalmi viszonyokat kell újragondolni?

Ezeknek a kérdéseknek a felmerüléséből arra következtethetünk, hogy a *Jövőkereső* íróinak világképe nem egyértelmű. Erről a jelentés további részében sem kapunk konkrét információkat. Márpedig nem nehéz belátni, hogy ahhoz, hogy a változtatások közös alapját megteremthessük, meg kell határoznunk az alapok alapját, a társadalom gondolkodását és feltételezéseit a világról. Az öröklött vagy tanult világszemlélet és hitrendszer nagyban befolyásolja értékrendszerünket, ezen keresztül viselkedésünket.³² Ha az elfogadott világkép nem tisztázott, az egyébként kecsegtető célok és biztatónak ható intézkedések bizonytalanok maradnak, egy nem létező alapra pedig nem lehet várat építeni.

3.1.2. A bizonytalanság tisztázásának lehetősége Prabhupāda tanításaiban

Nézzük meg sorban, hogyan lehet a fentiekben megfogalmazott kérdéseket megválaszolni a Prabhupāda által is hirdetett világfelfogás tükrében.

1. Mi számít rövid távúnak, honnan számítjuk a hosszú távot?

Tekintve, hogy a lélek örök, és számtalan életen keresztül szenved az anyagi világ kötelei között, elfogadhatjuk, hogy rövid távúnak számít, ha egyetlen életben gondolkodunk, és hosszú távúnak, amennyiben azon túl.

2. Melyek lehetnek pontosan az egyéni és melyek a közösségi érdekek?

³⁰ *Jövőkereső*: 7.

³¹ *Jövőkereső*: 7.

³² Kamarás: 1–16.

Egyéni érdekek azok az önző érdekek, amelyek alapja az érzékkielégítés, az anyagi javak halmozása vagy az ember életének meghosszabbítása.³³ Ebből következik, hogy nem az egyéni érdekeken kell felülemelkedni, hanem az önző érdekeken. Az egyéni érdekek igenis fontosak, amíg szerepük a közösségi érdekek támogatása.

3. Mik azok az általános társadalmi értekek?

Prabhupāda tanításai alapján általános társadalmi értéknek tekinthetjük a hiteles szentírásokban lefektetett értékeket, mint például az erőszakmentesség, tisztaság, lemondás, igazmondás.³⁴

4. Hogyan lehetne összehangolni az anyagi jólétre törekvést a környezet minőségének megőrzésével vagy a társadalmi igazságossággal?

Az anyagi jólétnek csupán azt a célt kell szolgálnia, hogy az ember alapvető szükségletei ki legyenek elégítve, ezáltal a test követelésesei ne álljanak útjába a lelki fejlődésnek. Az embernek meg kell elégednie ennyivel. Ha a fogyasztási igényeinket az alapvető szükségletek szintjére csökkentjük, és csupán annyit veszünk el a természettől, amennyi ezeket kielégíti, akkor a környezet minősége nem fog romlani.³⁵

Ami a társadalmi igazságosságot illeti, az, hogy milyen körülmények között, jólétben vagy szűkölködve kell életünk bizonyos szakaszait megélnünk, elsősorban a *karmánkon* múlik. A *karma* igazságos,

hiszen mindenki azt kapja, amit korábban elkövetett tettei alapján megérdemel. Jelenlegi helyzetünkért tehát mi vagyunk a felelősek, ennél igazságosabb rendszert az ember nem teremthet.³⁶

5. Pontosan milyen problémák között és hogyan kellene az összefüggéseket megtalálni?

Prabhupāda szerint minden probléma alapja az, hogy az ember az anyagi testével azonosítja önmagát, és az anyagi természet kötőerőinek fogságába kerülve elveszíti kapcsolatát Istennel. Magát hiszi élvezőnek, és nincsen tudása arról, hogy nem létezhet Istentől függetlenül. Az embereknek fel kell ismerniük, hogy Isten a legfelsőbb irányító, meg kell ismerniük Őt, és törekedniük kell a Vele való kapcsolatuk visszaállítására, a lelki fejlődésre. Ha az ember felismeri az összefüggéseket Isten, az egyéni lélek és az anyagi természet között, meghódol a Legfelsőbb Irányító előtt, és ennek megfelelően él, akkor a problémák meg fognak szűnni.³⁷

6. Pontosan milyen társadalmi viszonyokat kell újragondolni?

A teremtett világban minden élőlény Isten parányi, szerves része. A társadalom különböző csoportjait a *Śrīmad-Bhāgavatam* a Legfelsőbb Úr testrészeihez hasonlítja. Minden társadalmi rétegnek, ahogyan a testrészeknek is megvan a maga szerepe. A társadalom tagjainak együtt kell működniük a test fenntartása érdekében. Ha a *Śrīmad-Bhāgavatam* előírt társadalmi rend megvalósul, akkor

³³ *Bhāg.* 2.3.18 magyarázat.

³⁴ *Bhāg.* 1.17.24 magyarázat.

³⁵ *Śrī Īsopaniṣad* 1. mantra és magyarázata, *A tanítások nektárja* 2. vers magyarázata.

³⁶ *Bhāg.* 3.27.8 magyarázat.

³⁷ *Bhāg.* 3.42 magyarázat.

az igazságosság, a kölcsönös szolidaritás, az egymásért való felelősség, a megértés, a békesség, az együttműködés és a befogadás minden erőfeszítés nélkül létrejön.³⁸

3.2. A kulturális szintű hajtóerők jelenlegi helyzete a Jövőkereső szerint

A *Jövőkereső* világképét nem sikerült ugyan teljesen kikristályosítani, de nézzük meg, mit állítanak a szerzők a jelenlegi társadalmi kultúráról.

A jelentés a számunkra most legérdekesebb, egyéni kulturális szinten a következő hajtóerőket különbözteti meg: a társadalom értékválasztása, az egyén értékválasztása, a világról alkotott nézeteink, ismeretek, viselkedés. Ezek ismertetéséből kiderül, hogy az emberek ugyan gondolati szinten az illő értékeket³⁹ választják, de tetteikben mégsem ez a szemlélet tükröződik vissza. A társadalom az anyagi értékek fontosságára szocializálja az egyéneket, akik ezért a fejlődést is elsősorban az anyagi gyarapodásban látják. Az emberek többsége nem hajlandó felülvizsgálni azt az általános nézetet, hogy az embernek joga és hatalma van a természet felett uralkodni. Ennek következtében könnyedén, büntudat nélkül használják ki a természeti környezetet céljaik eléréséért. Ennek a folyamatnak kedvez az is, hogy az oktatási rendszer a technikai, műszaki tudást részesíti előnyben a rendszerszemléletű, komplex ismeretek és az

értékek közvetítésével szemben. Így a viselkedést az anyagi javak megszerzése érdekében a versenyszellem, a rövid távú gondolkodás, az önzőség, az egyéni elszigetelődésre való hajlam uralja. A társadalomnak nincsen közös jövőképe, de úgy tűnik, hogy erre igazából igénye sincs.

3.2.1. „A legmélyebb okok”, az értékek tartománya

A *Jövőkereső* megfogalmazása szerint a kulturális hajtóerőkön belül is „*az értékek tartománya a kiindulási pont, amely a legmélyebb oka minden jelenségnek, problémának*”.⁴⁰ Kezdjük ezért a hajtóerők elemzését az értékek vizsgálatával.

Szociológiai értelemben az értékek „*olyan kulturális alapelvek, melyek kifejezik azt, hogy az adott társadalomban mit tartanak kívánatosnak és fontosnak, jónak vagy rossznak*”.⁴¹ A definícióból és a fent idézett mondatból is következik, hogy a társadalom viselkedését, igényeit az általa vallott értékrendszer határozza meg. „*Az értékek szerkezete az egész társadalmi felépítmény szerkezetét megszabja*”.⁴²

A *Jövőkereső* megbízásából a KSH több mint ezer ember megkérdezésével felmérte a magyar emberek értékrendszerét.⁴³ A felsorolt 25 érték között három kapcsolódott közvetlenül a környezettudatossághoz. Ebből „a környezetről, természetről való gondoskodás”, és „a környezet, a természet harmóniája, egészsége” a 7-es ská-

³⁸ *Bhāg.* 2.5.37 vers és magyarázat.

³⁹ A *Jövőkereső* ide sorolja többek között az egészséget, családot, biztonságot, az élet tisztetét, baráti kapcsolatokat, az erényességet, a környezet jó minőségének értékelését. (*Jövőkereső*: 19.)

⁴⁰ *Jövőkereső*: 18.

⁴¹ Andorka 2003: 490.

⁴² *Jövőkereső*: 18.

⁴³ *Jövőkereső*: 19.

lán valamivel több, mint 5 pontot kapott, és a középmezőnyben végzett, jócskán megelőzve például az „anyagi jólét, magas életszínvonal” értékét. „A környezet jó minősége” 5,5 pontot érdemelt, ezzel a 9. helyen zárt, többek között a „pénz, jövedelem” előtt. A témához közvetetten kapcsolódó, az „élet tisztelete” érték a rangsorban az előkelő 4. helyre került. Mindezek fényében érdekes, hogy miért lehetséges az, hogy „*még a bizonyossá vált éghajlatváltozás, természeti és emberi értékeink szemünk előtt történő pusztulása sem elég intő jel az érdemi cselekedethez*”.⁴⁴ Vagy miért tükröződik mégis egészen más a társadalom értékválasztásában, amelyet elsősorban az anyagi jólét ural? Vajon hogyan jutott ide a világ?

3.2.1.1. A jelenlegi értékrend kialakulásának okai

A cikk meglehetősen szűkös keretei miatt sajnos nincs lehetőségem arra, hogy az értékek, az értékrend, az értékválasztás felettebb érdekes és kiterjedt szociológiáját és pszichológiáját áttekintsem, vagy éppen az igen vitatott értékválság fogalmáról értekezsem.⁴⁵ Arra sem térek ki, hogy a *Jövőkereső* által az értékek közé sorolt fogalmak valóban értékek-e vagy inkább normák,⁴⁶ bár ezekkel is, ugyanúgy, ahogyan az attitűdökkel és motivációkkal, érdemes lenne foglalkozni. Nézzük meg csak azt, hogy mit tudunk meg az értékekről a *Jövőkereső*ből.

A jelentés elsősorban a globalizációt és a technikai és gazdasági növekedést okolja azért, hogy az emberiség elvesztette a mértéket, és a szükségleteket bőven meghaladóan használja ki a természetet. A globális reklámpiar talaján kialakuló verseny átrendezte a társadalom értékrendjét, felszámolta az „*együttműködés erkölcsét*”,⁴⁷ ez pedig az emberiséget egy olyan ördögi körbe sodorta, amely az emberi és a környezeti értékek folyamatos, jelenleg megállíthatatlannak tűnő romlásához vezetett. Ezt a tendenciát erősíti az is, hogy a globalizált világban kitárult, szinte végtelenné tágult előttünk a tér, így minden viszonylag könnyen elérhetővé vált. A fejlett országok jólétben élő polgára, mivel tetteinek következményét saját bőrén nem tapasztalja, könnyedén gondolhatja azt, hogy a környezeti és társadalmi válság csupán valaki más problémája.⁴⁸

A fentiek alapján akár úgy is tűnhet, hogy a probléma gyökere viszonylag új keletű, hiszen a globalizáció, a reklámpiar nem több évszázados fogalmak. Tény, hogy az utóbbi évtizedekben a fenntarthatóság szempontjából kedvezőtlen folyamatok felgyorsultak, illetve szembe-tűnőbbé váltak. Ez azonban inkább a tudomány fejlődése által kiszélesedő lehetőségeknek, illetve a népességnövekedésnek tudható be, mintsem az emberi természet alapvető megváltozásának. Ha valóban a dolgok mozgatóit szeretnénk vizsgálni, fel kell ismernünk, hogy az emberi természet, a vágyak irányultsága eleve lehetővé tette a folyamat elindítását és el-

⁴⁴ *Jövőkereső*: 10.

⁴⁵ A témát idevágóan tárgyalja például Kamarás.

⁴⁶ Az értékek és normák fogalmáról lásd: Andorka 2003: 490.

⁴⁷ *Jövőkereső*: 14.

⁴⁸ *Jövőkereső*: 13–14.

burjánzását. Így ezek a törekvések befogadó közegre találtak, és ennek a folyamatnak „*akarva-akaratlanul mindenki a szereplője lett*”.⁴⁹

A mértéktelenség nem új keletű dolog. „*Az érzéki élvezet szelleme már hosszú-hosszú idő óta jelen van bennünk az anyaggal való kapcsolat eredményeként.*”⁵⁰ Az anyaggal való kapcsolat pedig egyidős az univerzummal. Nem okolhatjuk tehát csupán az elmúlt néhány évtizedet ennek kialakulásáért. Felül kell vizsgálnunk az ember természetét.

3.2.1.2. Az ember természete Prabhu-pāda tanításai alapján

Prabhupāda tanításai szerint amikor a lélek kapcsolatba kerül az anyagi természettel, megfelelkezik eredeti helyzetéről, és a szenvedély vagy a tudatlanság kötőereje keríti hatalmába.⁵¹ Lelki tulajdonságai, amelyek isteni minőségéből fakadnak, eltorzulnak.⁵² Isten iránti eredendő szeretete ekkor kéjvágygá alakul át, a Legfelsőbb Irányítót jellemző hatalom szikrája pedig uralkodási vágyként jelenik meg benne, és emiatt mohó lesz. Mindez abból fakad, hogy „*a testet »én«-nek, a test tulajdonát »enyém«-nek tekint*”.⁵³

A *Bhagavad-gītā*-ban Kṛṣṇa azt mondja, hogy a kéj „*a világ mindent felemészítő, bűnös ellensége*”.⁵⁴ A kéjvágy készteti tehát az embert arra, hogy az alapvető

értékeket megtagadva éljen és cselekedjen. A lelki tudását elvesztett ember azt hiszi, hogy ha belemerül az anyagi élvezetekbe, képes érzékeit kielégítheti. A *Bhagavad-gītā*-ból azonban tudjuk, hogy ez nem lehetséges. Az anyagi élvezetekből csak pillanatnyi boldogság meríthető.⁵⁵ Az ember viszont folyamatosan vágyik a boldogságra, ezért egyre jobban belemerül az anyagi érzékielégítésbe, és mohóvá válik. Abban a hitben, hogy uralkodhat az anyagi természet javai fölött, birtokolhatja azokat, elveszíti a mértéket. A szenvedély minőségében lévő ember sohasem elégedett azzal a helyzettel, amit elért, hanem mindig többre vágyik.⁵⁶ Úgy gondolja, ha vagyont gyarapítja, akkor nagyobb és több élvezetben lehet része. Egyre több és több pénzre van szüksége vágyai kielégítésére, és sokszor ezért a bűnös tettektől sem riad vissza.⁵⁷ Vagyona és kényelme fokozása érdekében pedig rendkívüli módon kizsákmányolja a természetet.⁵⁸ Az ebből adódó folyamatos versengési kényszere pedig szétzilálja a társadalmi együttműködést, és az egyenlőtlenségeknek kedvez.

Mindezek alapján beláthatjuk, hogy a világ jelenleg is fennálló problémáinak az elsődleges oka az, hogy a lélek befődött az anyagi természet kötőerői által, nem látja tisztán saját helyzetét a világban, és elvesztette kapcsolatát Istennel. Kijelenthetjük tehát, hogy a probléma gyökere egyidős az emberiséggel. Bár tény, hogy a *kali*-korban, melyben ma

⁴⁹ *Jövőkereső*: 14.

⁵⁰ *Bhg.* 3.34 magyarázat.

⁵¹ *Bhg.* 14.5.

⁵² *Bhāg.* 3.7.2 magyarázat.

⁵³ *Bhāg.* 3.25.16.

⁵⁴ *Bhg.* 3.37.

⁵⁵ *Bhg.* 3.36–37.

⁵⁶ *Bhg.* 14.12 magyarázat.

⁵⁷ *Bhg.* 16.16 magyarázat.

⁵⁸ *Bhāg.* 4.29.47 magyarázat.

élünk, és melyet a sötétség korának is neveznek, ez a téves tudat egyre csak fokozódik, és az emberek értékrendje egyre alacsonyabb szintre süllyed.⁵⁹

3.2.1.3. Az értékválasztás befolyásolására megfogalmazott válaszok

A mohóság és a kéjvágy tehát, amely az anyagi javak mértéktelen fogyasztására ösztönzi az embert, a lélek eredeti tulajdonságainak eltorzult formája. Az eltorzulás pedig azért következett be, mert a lélek az anyagi természet hatása alá került, és elvesztette tudását eredeti helyzetéről. Ebből következik, hogy ezeket a tulajdonságokat nem lehet eltüntetni az emberből, de vissza lehet őket alakítani eredeti formájukra. Erre irányulón azonban minden anyagi törekvés hiábavaló, hiszen az anyag csak még jobban magához köti az embert. Lelki tudásra kell szert tenni, és így eltávolodni az anyagtól. Ez lenne az első lépés a megoldás felé vezető úton.

A *Jövőkereső* szerzői is felismerik azt, hogy alapvető erkölcsi változásokra van szükség, és a viselkedési normák felülírására. Belátják, hogy meg kell szüntetni azt a társadalmi vélekedést, hogy a gazdasági növekedés és a verseny a fő értékteremtő. Ennek lehetőségét például a közszolgálati média értékközvetítő szerepének átalakításában látják, miszerint annak „az értékteremtő, értékmegőrző társadalom normáit kell közvetítenie”.⁶⁰ Elengedhetetlennek tartják azt is, hogy a következő nemzedékek számára biztosítva legyen egy olyan társadalmi,

gazdasági közeg, amely lehetővé teszi a helyes értékrend megválasztását.⁶¹ Mivel ehhez kapcsolódóan konkrét intézkedéseket nem fogalmaznak meg, nem egyértelmű, hogyan, milyen filozófiára, világképre alapozva lehetne mindezeket a körülményeket megteremteni. Az is belátható viszont, hogy a javasolt irány, bár nem elég kidolgozott, akár a Prabhupāda által hirdetett, Kṛṣṇa-tudatos világképbe is beilleszthető, vagy azáltal megalapozható.

3.2.2. A világról alkotott nézeteink és az ismeretek mint hajtóerők

A világról alkotott nézeteink és ismereteink befolyásolják viselkedésünket. Tekintve, hogy ez a két hajtóerő szorosan kapcsolódik egymáshoz, együtt foglalkozom velük.

Mindenekelőtt szeretném egyértelművé tenni, hogy a *Jövőkereső* a világról alkotott nézeteink között nem az emberek világnézetét tárgyalja, hanem annak csak egy kis szeletét, azt, hogy az ember hogyan tekint a világra, milyennek látja benne önmaga és a természet viszonyát. Az ismeretek bemutatása során sem pontosítják, hogy mit is tudunk, vagy mit kellene tudnunk a világról, csupán az ismereteink hasztalanságát és rendszertelenségét hangsúlyozzák.

3.2.2.1. Problémák és szükséges intézkedések a *Jövőkereső* szerint

A *Jövőkereső* alapján a jelenleg fennálló környezeti és társadalmi problémák egyik oka, hogy a magyar társadalomban az a

⁵⁹ Bhāg. 1.13.28 magyarázat.

⁶⁰ *Jövőkereső*: 122.

⁶¹ Uo.

nézet öröklődik, mely szerint az embernek joga és hatalma van arra, hogy a környezetét átalakítsa és kizsákmányolja a gazdasági növekedés érdekében. A szerzők szerint ezt a fajta közgondolkodást az oktatáson és ismeretközvetítésen keresztül lehetne felszámolni. Ennek módszere pedig, hogy az oktatásba beépítik „a környezetünkkel való bánásmód tapasztalataiból származó ismereteinket, amelyek bemutatják a rövid távú sikerek hosszú távú negatív következményeit”,⁶² valamint az ismeretközvetítés minden szintjén egyértelműsítik, hogy a földi ökoszisztéma véges rendszerében nincsen lehetőség folyamatos növekedésre.⁶³

Az oktatási rendszer és az ismeretek szerkezete is megreformálásra szorul azonban, hiszen a tudományos-technikai haladásnak kedvező részismeretek szét-töredezettsége jellemzi. A szerzők azt is kiemelik, hogy Magyarországon „az ismeretszerzésnek nincs igazi orientációja”.⁶⁴ Erre a megoldást a tantárgyi struktúra átalakításában, az összefüggések megllátatásában, az „életre tanításban” látják, melynek egyik fontos eleme, hogy csökkentjük a technikai ismeretek elsőbrendűségét.⁶⁵

Ha megvizsgáljuk a Jövőkeresőben megfogalmazott kiutat, akkor észrevehetjük, hogy nem azt hangsúlyozzák, mit és miért kellene oktatni, hanem azt, hogy mit nem. Bár tagadhatatlan, hogy ennek a felismertetése is fontos, ám ha nem adunk he-

lyette alkalmazható alternatívát, az ismeretek gyakorlatba ültetése ellehetetlenül. A szerzők tehát ugyan azt állítják, hogy hazánkban az ismeretszerzésnek „nincs orientációja”, a jelentésben mégsem találunk javaslatot ennek kialakítására.

Az oktatás kiemelt fontosságával egyébként a *Jövőkereső* a Föld népességének és eltartóképességének függvényében is foglalkozik, amikor így fogalmaz: „Mivel [...] az eltartóképesség a népesség környezeti viszonyának, kultúrájának függvénye, így e viszonyrendszer fejlesztése az elsőrendű feladat. Vagyis a megfelelő válasz a kiművelt népesség.”⁶⁶

3.2.2.2. Az ismeretszerzés fontossága és mikéntje Prabhupáda tanításai alapján

Egyértelmű, hogy az ismeretközvetítés minden fajtája (családi környezet, iskola, barátok, tömegkommunikációs eszközök) alapvető fontosságú az egyén kultúrájának, normáinak, értékeinek kialakításában.⁶⁷ Śrīla Prabhupáda is felhívja erre a figyelmet, amikor így fogalmaz: „*Helyes oktatás hiányában az emberek azokat követik, akik kizsákmányolják a természet forrásait, s ezért folyik oly heves versengés egyének és nemzetek között.*”⁶⁸ Ez a mondat a fenntarthatóság szempontjából is igazán aktuális.

Az oktatáson, ismeretátadáson belül észszerűnek tűnik három tényezőt megkülönböztetni, nevezetesen, hogy mit oktatnak, kik és kiknek. Nézzük először a választ a

⁶² *Jövőkereső*: 123.

⁶³ *Jövőkereső*: 21., 123.

⁶⁴ *Jövőkereső*: 20.

⁶⁵ *Jövőkereső*: 20., 123.

⁶⁶ *Jövőkereső*: 78.

⁶⁷ Andorka 2003: 491–492.

⁶⁸ *Bhāg.* 1.10.5 magyarázat.

„mit” kérdésre, hiszen a *Jövőkereső* is csupán ezzel a témával foglalkozik.

Bár a tudomány és a technológia nagy fejlődésen ment keresztül az utóbbi időben, mégsem sikerült valódi megoldást felmutatnia a fenntarthatóság érdekében. Sőt, a környezeti és társadalmi problémák a tudomány fejlődésével párhuzamosan egyre inkább növekednek. Ebből arra következtethetünk, hogy a modern tudománnyal tagadhatatlan eredményei és érdemei ellenére sincs valami rendben. Prabhupāda azt állítja, hogy *„a tudomány egy helytelen elméleten alapszik, épp ezért minden számítása és következtetése rossz, s az emberek szenvednek emiatt”*.⁶⁹ Ez a helytelen elmélet pedig az, hogy az élet az anyagból született. A mai iskolákban mégis kizárólag az anyagi tudományokat tanítják. A lélekkel nem foglalkoznak, mert nincs kézzel fogható bizonyíték a létezésére. Az evolúció általánosan elterjedt elméletére hivatkozva Istent tulajdonképpen tagadják. Bár lassan nyilvánvalóvá válik, hogy a kor problémáira képtelen megoldással szolgálni, a materialista világkép, mely a magyar oktatási struktúrát is meghatározza, mégsem került még felülvizsgálásra.

Prabhupāda szerint az oktatás azzal kellene, hogy kezdődjön, hogy az embereknek megtanítták, egyáltalán kik ők. Az ismeretszerzés első lépcsőfoka tehát, hogy felismerjük, nem vagyunk azonosak az anyagi testünkkel, lelkek vagyunk.⁷⁰ A második dolog, amelyet tanítani kell, hogy Isten létezik. A következő lépés

Isten és a lélek közötti kapcsolat megértése, vagyis hogy a lélek Isten parányi része, és így nem lehet független Istentől. Prabhupāda egyenesen azt állítja, hogy ha ez mindenki számára világossá válna, megoldódna a világ összes problémája.⁷¹ Mindezek után meg kell ismertetni az emberekkel az emberi élet valódi célját, az önmegvalósítást, amely az Isten és ember közötti szeretetteljes kapcsolat felélesztése és megélése.⁷² Ha ez megtörténik, a gazdasági növekedés elsődlegességének a Jövőkeresőben is említett problémája megoldható azáltal, hogy annak helyébe a lelki fejlődés lép. Másrészt, ha megtanuljuk, hogyan szeressük Istent, minden más élőlényt is szeretni és tisztelni fogunk mint az Ő részeit.⁷³ Ettől fogva a környezet védelme és megbecsülése természetessé válik. A következő fontos dolog, amit tanítani kell, hogy a Föld és rajta minden Isten tulajdona.⁷⁴ Ez még inkább megtámogatja a környezettel való bánásmód kérdését. Ráadásul ez a tudás, mivel valóban a világ működéséről szól, valóban az életre tanít.

Az oktatott ismereteknél is fontosabb talán az, hogy kik adják át ezt a tudást. Bármilyen nagyszerű tudományt oktat ugyanis valaki, ha ő maga nem hiteles, tanításának nem lesz fogamatja. Prabhupāda azt tanítja, hogy az ismeretszerzésnek három folyamata lehetséges: tudáshoz juthatunk az érzékszervek által, a logikai következtetések segítségével és hiteles for-

⁶⁹ Bhaktivedanta Swami Prabhupāda 2003: 244.

⁷⁰ Bhaktivedanta Swami Prabhupāda 2003: 88.

⁷¹ Bhaktivedanta Swami Prabhupāda 2003: 86.

⁷² *Śrī Īsopaniṣad* 1.9 magyarázat, *Bhāg.* 7.6.2 magyarázat.

⁷³ *Bhāg.* 1. Bevezetés: 21.

⁷⁴ Bhaktivedanta Swami Prabhupāda 2003: 216.

rásból hallás által.⁷⁵ Ezek közül az első kettő nem tökéletes, mert az embernek tökéletlenek az érzékszervei, hajlamos a csalásra, a hibázásra és illúzióban van.⁷⁶ A modern tudományok képviselői kizárólag ezt a két módszert alkalmazzák, ezért következtetések tökéletlenek. Ez az oka annak, hogy nem lehet a tudomány módszereivel megoldást adni a problémákra. A harmadik módszer által hiteles, valódi tudáshoz juthatunk. Ennek érdekében egy lelki tanítómestertől kell tanulnunk, egy önmegvalósított embertől, aki teljes tudással rendelkezik az Abszolút Igazságról.⁷⁷ Mindezek mellett természetesen elengedhetetlen, hogy a média, a családi környezet és a megfelelő társulás megerősítse a tanultakat. Ennek érdekében fontos a közösségek szerepe.

A harmadik tényezőről álljon itt egy rövid idézet Prabhupādától: „Ahhoz, hogy változtassunk a világ helyzetén, mindenkit Kṛṣṇa-tudatban kellene nevelni.”⁷⁸ Azt hiszem, ez elég egyértelmű.

Összefoglalóan elmondhatjuk, hogy bár a *Jövőkereső* felismeri, hogy az embereknek át kell értékelnüök a környezetre vonatkozóan kialakított felsőbbrendűségi érzéseiket, de mégsem foglalkozik azazal, hogy ez a nézet miért vált uralkodóvá. Belátja, hogy az ország oktatási rendszere és az átadott ismeretek nem megfelelőek, de mégsem vizsgálja meg, hogy miért nem azok. Egyik hajtóerő esetében sem

jutnak el tehát a szerzők a problémák valódi gyökeréig.

3.2.3. A viselkedés mint hajtóerő

3.2.3.1. A viselkedés alakulása a *Jövőkereső* szerint

A *Jövőkereső* szerint az ember viselkedését értékei és hite alakítja.⁷⁹ Ez a kijelentés két kérdést is felvet. Egyrészt, ha ez így van, akkor vajon miért nem tárgyalták az ember hitrendszerét az értékekkel együtt? Ezzel a témával a jelentés egyáltalán nem foglalkozik. Másrészt, vajon mit értenek hit alatt a szerzők? Az első kérdést nyilván nem tudjuk csupán a *Jövőkereső* alapján megválaszolni. A második kérdéssel kapcsolatosan, a jelentésben olvasható további utalások alapján, mint „*hitből származó erkölcsi normák eltűnése*”,⁸⁰ „*a hitben megfogalmazott közös erkölcsi értékek és mértékek elvesztése*”,⁸¹ valamint abból, hogy az intézkedések között felsorolásra került az egyház szerepének megerősítése is, valószínűsíthetjük, hogy vallásos hitről van szó.

Az egyéni és közösségi viselkedés átalakulásában a szerzők tehát fontos szerepet tulajdonítanak a „*hitvesztésnek*”.⁸² Ez a tendencia ugyanis nagyban hozzájárult ahhoz, hogy lazult az emberekben és felett az erkölcsi kontroll, amelyet még inkább megerősített a hagyományos közösségek nagy részének széthullása is. Ezt a

⁷⁵ Śrī Īsopaniṣad: 12.

⁷⁶ Bhg. 16.24 magyarázat.

⁷⁷ Bhg. 4.34.

⁷⁸ Bhāg. 4.14.20 magyarázat.

⁷⁹ *Jövőkereső*: 21.

⁸⁰ Uo.

⁸¹ Uo.

⁸² Valószínűsítem, hogy hitvesztés alatt a szerzők egyfajta szekularizációs folyamatot értenek.

folyamatot az a versenyszerű gondolkodás támogatta, amelyet a gazdasági növekedési és anyagi gyarapodási vágy szült, és amely termékeny talajt biztosított az emberek között az önzőség, irigység, elenségeskedés stb. felerősödéséhez.⁸³

A *Jövőkereső* igen elkésztő képet fest a lehetőségeinkről, amikor azt állítja, nem sok esélye van annak, hogy a fenntarthatóságnak kedvező viselkedési mintázatok kialakulhatnak csupán a nevelés és oktatás által. Ennek okát abban látják, hogy a tanultakat nem erősítik meg a mindennapi élet tapasztalatai, „a fiatalság számára hiányoznak a követhető jó példák”.⁸⁴ A szerzők szerint ezért „biztosítani kell azokat a feltételeket, amelyek lehetővé teszik a társadalom legkülönbözőbb szintjein a kölcsönös nagylelkűség, a bizalom, a tisztet, a szeretet újraéledését”.⁸⁵ A javasolt intézkedések között a korábbiakban említetteken túl (média, nevelés színterei) a közösségi szerveződések elősegítése és munkájuk támogatása, illetve az egyházak szerepének megerősítése kerül elő.⁸⁶

3.2.3.2. A vallástalanság szerepe a folyamatban

A modern civilizációban az érzékkielégítés és az anyagi gyarapodás elfordította az embereket a vallástól,⁸⁷ hiszen úgy tűnt, hogy az emberiség Isten nélkül is nagyszerűen boldogul. A tudományos világkép, amely mindenekfelett az anyagot dicsőí-

ti, és nem vesz tudomást az anyagon túli, nem mérhető, kézzel nem fogható létezőkről, nagyban hozzájárult ahhoz, hogy az emberiség elvesztette a mértéket. Az a felsőbb hatalom, amely a túlnyomóan keresztény nyugati világban ahhoz az „istenfélő” magatartáshoz vezetett, amely egy ideig féken tudta tartani az emberek mohó vágyát az anyagi élvezetekre, szinte kitörlődött az emberek életéből. A tudomány vette át a helyét. A tudomány szerint pedig az uralkodó a Földön az ember. Az embernek így nem kell semmitől tartania, nem kell semmihez sem alkalmazkodnia, hiszen ő áll az evolúciós ranglétra tetején.

Az ember tehát Isten helyett saját magát tette a középpontba. Ez egyéni szinten ugyan csak egyetlen középpontot jelent, az emberiség egészében azonban már rengeteget. Az érdekek így folyamatosan ütköznek, aminek ember és ember viszonyában a verseny, az elidegenedés, a szociális kapcsolatok megromlása, a fokozódó társadalmi különbségek a következményei, ember és természet viszonyában pedig a kizsákmányolás és ebből adódóan a környezeti válság. Ha sikerülne egy közös, elsődleges célt, egy középpontot választani, az érdekellentétek és konfliktusok megszűnnének. Ezt a helyzetet Prabhupāda a koncentrikus körök példáján keresztül érzékelteti: „Meg kell találnunk szeretetünk megfelelő középpontját, s akkor érzelmeink koncentrikus körei egyre terjedhetnek anélkül, hogy átfednék vagy zavarnák mások köreit.”⁸⁸

⁸³ *Jövőkereső*: 21.

⁸⁴ *Jövőkereső*: 22.

⁸⁵ *Jövőkereső*: 123.

⁸⁶ *Jövőkereső*: 124.

⁸⁷ *Bhāg*. 1.1.2.

⁸⁸ Bhaktivedanta Swami Prabhupāda 2008(b): 188.

Prabhupāda szerint a vallástól és a kapcsolódó lelki értékektől való elfordulás oka többek között a rossz oktatási rendszer, amely kizárólag az anyagi tudományokra irányul,⁸⁹ és a világi állam, amely hozzájárul ahhoz, hogy a társadalom lassan egészen közönyössé váljon a vallási elvekkel szemben.⁹⁰

Nem az a gond tehát, hogy nincsenek követendő példák a fiatalság előtt, mert vannak, pontosabban fogalmazva léteznek. A gond az, hogy a fiatalok (és nem csak ők) nem ezeket a példákat tekintik követendőnek.

Összefoglalás, következtetések

A *Jövőkereső* szerzői kiemelik, hogy a korváltásainak megoldásához elengedhetetlen, hogy újratereptsük a hitet, a szeretetet, a bizalmat és a megbecsülést.⁹¹ Ezzel nehéz is lenne vitatkozni. A probléma inkább abban áll, hogy az újáteremtés alapjaival a jelentés nem foglalkozik. Nem mondja meg, miben higgyünk, kit vagy mit szeressünk, miben vagy kiben bízunk.

Azt írják, „az elindulás a legfontosabb, hogy már az első lépésnél megállapodjunk néhány közös célban”.⁹² De hogyan jelölhetnénk ki olyan célokat, „amelyeket majd nem tévesztünk szem elől a jövőkeresés útvesztőiben tapasztalt nehézségek között sem”,⁹³ ha nem teremtsük nekik igen erős filozófiai, hitbeli, meg-

győződéses alapot? A *Jövőkereső* azonban ezekkel a témákkal nem foglalkozik. Pedig a viselkedést nemcsak az értékek, az ismeretek és nézetek határozzák meg, hanem a vallás, a filozófia, a hiedelmek és a bölcsesség is.⁹⁴ A jelentésben tárgyalt hajtóerők között mégsem találjuk meg az utóbbiakat.

Hangsúlyozzák, hogy „új etikát, szemléletet, megközelítéseket, értékeket kell létrehoznunk, amely során támaszkodni kell a már igazoltan bevált megközelítésekre”.⁹⁵ Az olvasó valószínűleg ennél a pontnál kezd el reménykedni abban, hogy van kiút, ráadásul járható, kipróbált út. Csalódnia kell azonban, mert ezeknek a bevált megközelítéseknek az ismertetésére nem kerül sor, és egyáltalán semmiféle utalás sem található arra vonatkozóan, hogy ez alatt pontosan mit értenek a szerzők. Pedig léteznek erre vonatkozó, működőképes, valóban kipróbált alternatívák. Ilyet találhatunk Magyarország területén is, például Krisna-völgyet. Krisna-völgy egy olyan önellátásra törekvő farmközösség, amelynek tagjai Śrīla Prabhupāda tanításai alapján élnek.⁹⁶ Egy fenntartható közösség, ami bár nem új, hanem kifejezetten régi, de a ma uralkodóhoz képest egészen más „etika, szemlélet, megközelítések és értékek” alapján működik, és

⁸⁹ *Bhāg.* 1.1.10 magyarázat.

⁹⁰ *Bhāg.* 1.17.2 magyarázat.

⁹¹ *Jövőkereső:* 135–136.

⁹² *Jövőkereső:* 135.

⁹³ *Jövőkereső:* 135.

⁹⁴ Andorka 2003: 488, Gyulai 2012: 51.

⁹⁵ *Jövőkereső:* 16.

⁹⁶ A *Jövőkereső* említést tesz az ökofalvacról, bár nem tartja ezeket a megoldásokat hosszú távon megvalósíthatónak. Úgy gondolja, hogy „ezek a programok kénytelenek megalkudni a nem fenntartható megoldásokkal, hiszen a külvilágtól, annak anyagaitól, életstílusától, szabályozásától nem lehet elszigetelődni”. (*Jövőkereső:* 110)

működik jól az „egyszerű életmód, magas szintű gondolkodás” elve szerint immár húsz éve. A Krisna-völgyi közösség a „jövő társadalmának”, az „értékmegőrző, értékkövető társadalomnak” valamenyny jellemzőjét magán hordozza.⁹⁷ Létezik tehát követendő példa, járható út.

Ma a legtöbb embernek azonban a saját boldogsága a legfontosabb, és ezt az anyagi javak halmozásán és élvezetén keresztül tartja elérhetőnek. Bár kutatások bizonyítják, hogy az életszínvonal emelkedésével nem emelkedik párhuzamosan a megelégedettség vagy a boldogság szintje,⁹⁸ valamiért mégsem vagyunk hajlandóak más utat választani. Az emberiség nem hajlandó belátni, hogy anyagi fejlődéssel és a modern tudománnyal nem lehet az anyagi fejlődés és modern tudomány okozta problémákat megoldani. Kérdés, hogy tudunk-e, egyáltalán van-e még időnk változtatni ezen. Lesz-e még esélyünk elkerülni a *kali*-kor borzalmas kelepcéjét, „melyet a növekvő kapzsiság, becstelenség, a család és az erőszak jellemez”?⁹⁹

Felhasznált irodalom

Nemzeti Fenntartható Fejlődési Tanács:

Jövőkereső. 2010.

http://www.nfft.hu/dynamic/Jovokereso_Hosszu_Screen.pdf

Letöltés ideje: 2013. december 5.

Andorka Rudolf: *Bevezetés a szociológiába*. Osiris Kiadó, Budapest, 2003.

Bhaktivedanta Swami Prabhupāda :

A Bhagavad-gītā úgy, ahogy van. The Bhaktivedanta Book Trust, 2008 (a).

Bhaktivedanta Swami Prabhupāda:

Úton önmagunk felé. The Bhaktivedanta Book Trust, 2008(b).

Bhaktivedanta Swami Prabhupāda:

Az önmegvalósítás tudománya. The Bhaktivedanta Book Trust, 2003.

Bhaktivedanta Swami Prabhupāda: Śrī

Caitanya-caritāmṛta. The Bhaktivedanta Book Trust, 1996.

Bhaktivedanta Swami Prabhupāda:

Śrīmad Bhāgavatam (1-10. ének) The Bhaktivedanta Book Trust, 1992-1995.

Bhaktivedanta Swami Prabhupāda: A

tanítások nektárja. The Bhaktivedanta Book Trust, 1990.

Bhaktivedanta Swami Prabhupāda: Śrī

Īsopaniṣad. The Bhaktivedanta Book Trust, 2002.

Brundtland et al.: Report for the World

Commission on Environment and Development: Our Common Future. United Nations, 1987.

http://conspect.nl/pdf/Our_Common_Future-Brundtland_Report_1987.pdf

Letöltés ideje: 2014. április 3.

Gyulai Iván: Fenntartható fejlődés és

fenntartható növekedés. *Statisztikai szemle*. 91, 2013, 8–9, 797–822.

http://www.ksh.hu/statszemle_archive/2013/2013_08-09/2013_08-09_797.pdf

Letöltés ideje: 2014. április 2.

Gyulai Iván: A fenntartható fejlődés.

Ökológiai Intézet a Fenntartható Fejlődésért Alapítvány. Miskolc, 2012.

⁹⁷ *Jövőkereső*: 117–122.

⁹⁸ Andorka 2003: 498.

⁹⁹ *Bhāg*. 1.15.37.

http://www.mtvsh.hu/dynamic/fenntart/a_fenntarthato_fejlodes.pdf

Letöltés ideje: 2014. április 24.

Gyulai Iván: *Kérdések és válaszok a fenntartható fejlődésről.* Magyar Természetvédők Szövetsége. Budapest, 2008.

http://www.mtvsh.hu/dynamic/FF_kerdesek_valaszok.pdf

Letöltés ideje: 2013. december 5.

Kulcsár Dezső: *Egy hasznos utópia: A fenntartható fejlődés.* CD lemez kiadvány tudományos cikk. EMLA egyesület. Budapest, 2008.

http://emla.hu/aa2.10.0/img_upload/777ad89538966d33b9d5fb7d0e49b91c/Kulcsar_Dezso.pdf

Letöltés ideje: 2014. április 2.

Parti Mihály: *Környezetvédelmi irányítási rendszerek I.* – Egyetemi jegyzet. Budapesti Műszaki és Gazdaságtudományi Egyetem, Budapest, 2011.

<http://kornygazd.bme.hu/wp-content/uploads/2013/02/Dr-Parti-Mih%C3%A1ly-K%C3%B6rnyezetv%C3%A9delmi-ir%C3%A1ny%C3%ADt%C3%A1si-rendszerek-2011.pdf>

Letöltés ideje: 2014. április 4.

Global Footprint Network: *World Footprint*

http://www.footprintnetwork.org/en/index.php/GFN/page/world_footprint/

Letöltés ideje: 2014. április 4.

Kamarás István: *Érték, értékelés, értékrend (szociológiai és szociálpszichológiai nézőpontból).*

http://www.metaelmelet.hu/pdfek/tanulmanyok/ertek_ertekeles.pdf

Letöltés ideje: 2014. április 22.

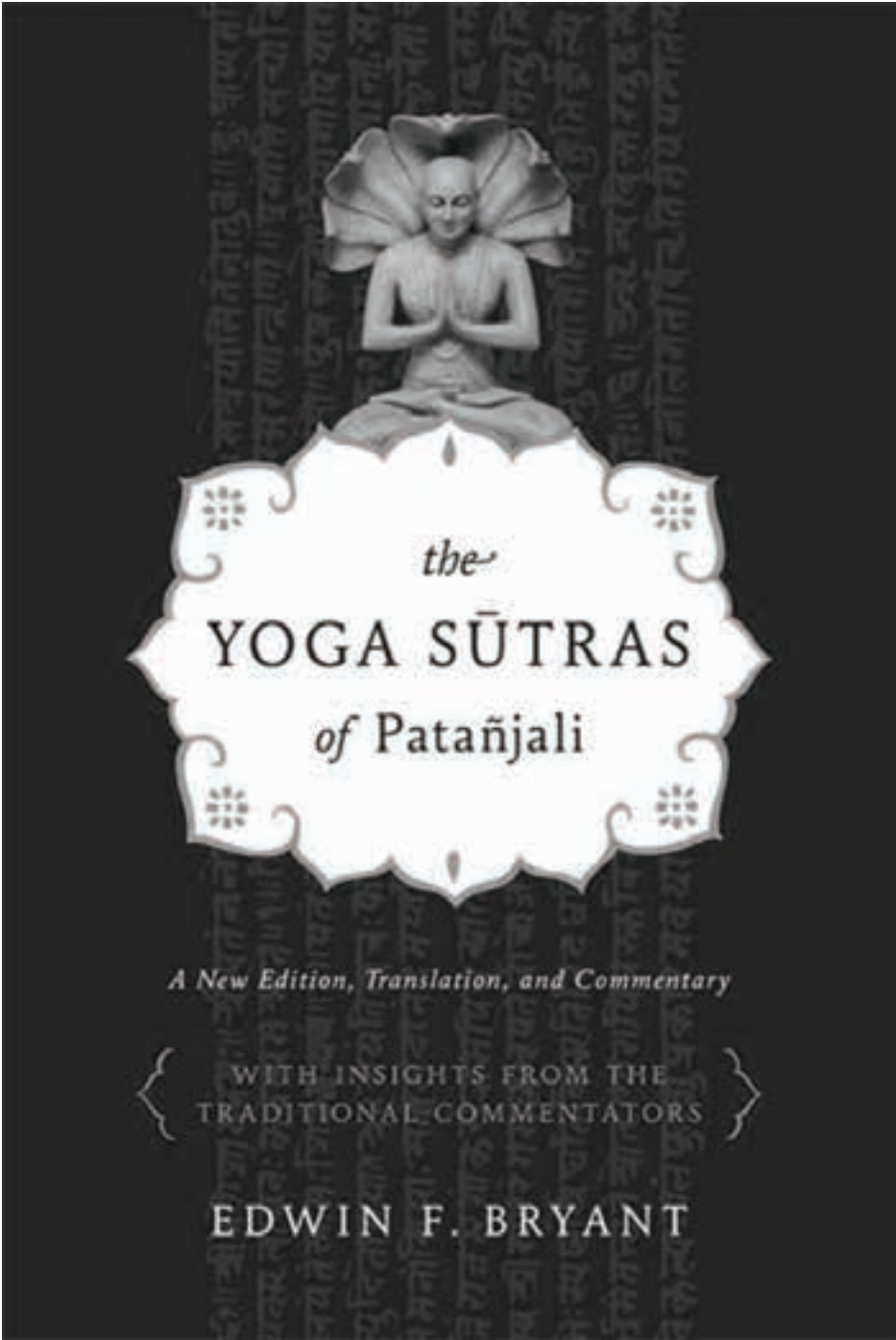
Magyar Virtuális Enciklopédia: *Fenntartható fejlődés.*

<http://www.enc.hu/1enciklopedia/fogalmi/korny/fenntartfej.htm>

Letöltés ideje: 2013. december 2.



RECENZIO



Edwin F. Bryant: The Yoga-sūtras of Patañjali with Notes from the Traditional Commentators

**Mañjarī Devī Dāsī
(Magyar Márta)**

Edwin F. Bryant, a vizsgált mű¹ szerzője, filozófiai doktorátusát 1997-ben kapta a Columbia Egyetemen ind nyelvek és ind kultúra témában. 1997-2000 között a Harvard Egyetemen tartott előadásokat a Study of World Religion központban. 2001 óta New Jersey-ben a Rutgers Egyetemen a hindu vallás és filozófia professzora. Számos cikket publikált, hat könyvet adott ki,² kutatási témái India ősi történelme, a *yoga* és a *bhakti* hagyománya, ind nyelvek és dialektusok, illetve az

összehasonlító vallástudomány. Jelenleg két új kötete készül.³ Egyetemi tevékenységei mellett világszerte szemináriumokat tart *yoga*-gyakorlóknak a *Yoga-sūtrából* és más hindu szövegekből.

Patañjali,⁴ a hat ind filozófiai rendszer egyikének alapjául szolgáló *Yoga-sūtra* eredeti szerzője a korábban már létezett heterogén *yoga*-gyakorlatok rendszerezője, nem pedig a *yoga* feltalálója. Az ősidők óta létező *yoga* kifejezéssel illetett meditatív gyakorlatok öelötte azonban nem képeztek egységes filozófiai iskolát. Patañjali *yoga*-technikákról készült szisztematikus áttekintése nem az egyetlen, kizárólagos mű a témában, de mivel ő alkotta meg az első átfogó áttekintést, más iskolák a *yoga*-hagyomány legfőbb szaktekintélyének tekintik.

Az eredeti mű az ősi indiai filozófiai művek szerzői által gyakran használt *sūtra* stílusban íródott, melynek célja a szájhagyomány útján való átörökítés és a memorizálás megkönnyítése. A *sūtrák* tömör

of a Religious Transplant. Chichester: Columbia University Press, 2004. 448 oldal.

Edwin F. Bryant — Laurie L. Patton: *Indo-Aryan Controversy: Evidence and Inference in Indian History*. London: Routledge, 2005. 522 oldal.

Edwin F. Bryant: *Krishna: a Sourcebook*. New York: Oxford University Press, 2007. 575 oldal.

³ *Yoga Tales of Ancient India; Free Will, Agency and Selfhood in Indian Philosophy*. Forrás: <http://www.edwinbryant.org/>

⁴ Patañjaliról magáról keveset tudunk. Bhojarāja kommentárja szerint ugyanarról a személyről van szó, aki a híres Pāṇini-féle grammatikát kommentálta. Arra, hogy mikor élt, pusztán magából a szövegből következtetnek, de annak pontos megállapítása gyakorlatilag lehetetlen. Tudósok a *Yoga-sūtra* keletkezését az i.e. 6. század és i.u. 5. század közé helyezik.

¹ Edwin F. Bryant: *The Yoga-sūtras of Patañjali with Notes from the Traditional Commentators*. New York: Farrar Straus & Giroux, 2009. 595 oldal.

² Edwin F. Bryant: *The Quest for the Origins of Vedic Culture: The Indo-Aryan Migration Debate*. New York: Oxford University Press, 2001. 387 oldal.

Edwin F. Bryant: *Krishna* (ford.): *The Beautiful Legend of God; Śrīmad Bhāgavata Purāṇa, Book X; with chapters 1, 6 and 29–31 from Book XI*. London: Penguin Books, 2003. 515 oldal.

Edwin F. Bryant — Maria L. Ekstrand: *The Hare Krishna Movement: The Postcharismatic Fate*

aforizmák, leegyszerűsített, lényegretörő meghatározások egymás után fűzve, s alapos háttérismeretet feltételeznek. A 195 *sūtra* rövide, kriptikus, ezoterikus és sokszor érthetetlen megfogalmazása egyértelműen jelzi, hogy megfejtésükhöz egy tanítóra van szükség, s így a hagyományban gyökerező kommentáriródlom figyelmes tanulmányozása elengedhetetlen a megértésükhöz.

A hinduizmus klasszikus szövegei közül a *Bhagavad-gītā* mellett Indián kívül ez a szöveg kapta a legnagyobb figyelmet. A *Yoga-sūtra* a *Gītāval* és a *purāṇákkal* ellentétben nem hangsúlyozza egy konkrét istenség felsőbbrendűségét, és nem javasol egy bizonyos fajta imádatot sem. Éppen ezért India vallástörténetében az idők folyamán különböző iskolák és hagyományok saját nézőpontjaik szerint interpretálták. Míg a nyugati országokban a *yoga* elsősorban a *yoga*-rendszer fizikai aspektusaira, az *āsānākra* fókuszál, s célja, hogy a gyakorlók egészségesek, hajlékonyak legyenek, Patañjali alig foglalkozik az *āsānākkal*. A meditációra, illetve az elme összpontosításának különböző szintjeire irányítja figyelmét.

Felmerülhet a kérdés, hogy mi szükség van Patañjali *yogáról* írt klasszikus művének egy újabb angol fordítására, amikor a szövegnek már több mint száz fordítása létezik, különféle perspektívákból, különféle tekintélyek tollából, a *yoga* és a tudomány különféle iskoláinak tagjaitól. E fordítások közül sok elérhető ingyenesen az interneten is.⁵ Bryant mégis képes

egy olyan kötetet publikálni, amely újszerű és figyelmet érdemel. Míg Patañjali célközönsége egy, a *yoga* tantételeit már eleve jól ismerő csoport (mindez jól látható a *sūtrák* megfogalmazásában), addig Bryant fordítása és kommentárjai a laikus nyugati olvasó számára is érthetővé teszik a szöveget. A korábbi, tudományos közönségnek készült fordítások a szöveghez fűzött eredeti szanszkrit kommentárok bonyolult és nagyon szakszerű tolmácsolásai, s az ősi indiai filozófiai gondolkodásban járatlanok számára érthetetlenek. A modern, nyugati, nem annyira a szakértő hallgatóságnak készült fordítások pedig gyakran mellőzik a hagyományos intellektuális háttérrel. Bryant szándéka, hogy a tradicionális intellektuális kontextust megtartva úgy fogalmazza meg a témát, hogy az mind a művelt nem szakértők, mind az indiai filozófiát tanulmányozó tudósok számára érthető legyen. Éppen ezért kerüli a túlságosan technikai megközelítést, s a *yoga*-filozófia és -gyakorlat lényegét adja át. Tudja, hogy merész kísérlete természetéből adódóan mindkét csoportból kritikát válthat ki, de sikerét a hosszú évek tapasztalatai miatt reméli, melyek során egyaránt oktatta a szöveget egyetemi körökben és a *yoga* gyakorlóinak is különféle műhelyek kezei között világszerte.

A könyv előszavát B.K.S. Iyengar írta, s magasztalja a szerzőt a világos megfogalmazásaiért, a hagyományban gyöke-

swamij.com/pdf/yogasutrasinterpretive.pdf; <http://www.arlingtoncenter.org/Sanskrit-English.pdf>; <http://www.abardoncompanion.de/Alex/Patanjali.pdf>; <http://www.sanskrit-sanscrito.com.ar/en/patanjali-yoga-sutras/629>.

⁵ Néhány példa: <http://www.ashtangayoga.info/source-texts/yoga-sutra-patanjali/>; <http://www.>

rező kommentátorok idézéséért. Bryant a könyv bevezetésében áttekinti a *yoga* történetét a Patañjalit megelőző időszakban, a védikus időkben, majd az *upanišadok* és a *Mahābhārata* alapján, s aztán bemutatja a *yoga* és a *sāṅkhya* viszonyát. Ezek után ismerteti a Patañjali-*yoga* kapcsolatát a hat indiai filozófiai iskolával, és számba veszi a *Yoga-sūtrához* írt kommentárokat. Olyan elismert szerzőket mutat be, mint Vyāsa, Vācaspati Miśra, Śāṅkara, Bhoja Rāja, Vijñānabhikṣu és Hariharānanda, s áttekinti a *Yoga-sūtra* fogadtatását az elmúlt 1500 évben. A bevezetés felvázolja a *Yoga-sūtra* témáját, a *yoga* dualizmusát, a szövegben rejlő *sāṅkhya* metafizikát, a *yoga* céljait és nyolc lépcsőfokát.

A könyv nagy részét természetesen az eredeti szöveg fejezeteinek fordítása teszi ki. A *sūtrákat* először megtaláljuk *devanāgarī* írással, majd diakritikus jeles latin betűs átírással. Ezután következik a szavankénti fordítás, a teljes *sūtra* fordítása és a kommentár. A szanszkrit fordítások precízek és megalapozottak, magyarázatai pedig provokatívak és meggyőzőek. Bryant célkitűzése nem a részletes szövegkritikai elemzés, hanem a modern nyugati *yoga* iránti érdeklődés robbanását megelőző *yoga*-hagyomány képviselője. Feltárja a *yoga*-hagyomány háttérét képező iskolák és nézőpontok gazdag szövevényét, s tisztázza a különböző *yoga*-filozófiák között fennálló kapcsolatokat illető zavarokat.

Magyarázatai az összes korábbi hagyományos szanszkrit kommentárból merítenek, de főleg olyan részeket emel át belőlük, melyek a *sūtrák* közvetlen megértését segítik. Így az indiai filozófiai viták-

ban járatlan olvasók találkozhatnak számukra újszerű koncepciókkal, de a szerző az *āsanák* fegyelmezett gyakorlására képes olvasók intellektuális elmélyülésre való hajlandóságát reméli. Sok nehezen érthető kommentárból készített egy viszonylag könnyen követhető olvasmányt.

E fordítás és kommentár további érdekessége, hogy míg sok korábbi újkori szerző kivette a szövegből a hindu kozmológiai nézeteket, melyek nagymértékben ellentmondanak a modern, felvilágosodás utáni racionális gondolkodásmódnak, Bryant nem tisztította meg azt ezektől az elemektől, hanem megőrizve őket arra készíti az olvasót, hogy a saját világfelfogásának ellentmondó nézetekkel szembesülve vizsgálja felül az intellektuális és kulturális prekonceptióit.

A vallásfenomenológiai megközelítés egyik sajátossága, hogy az ember olyan módon prezentál valamit, ami a modern tudásrendszerek paramétereinek ellentmond, vagy azokra alapozva értelmezhetetlen. A lehető legobjektívabban és legsemlegesebben, értékítélet nélkül próbál ismertetni valamit a saját kontextusán belül. Bryant megközelítése ezt a módszert alkalmazza.

A mű zárszavában a szerző számos dilemmáját felvázolja, melyek alapos munkájának gyümölcsei. Ide tartoznak a *sūtrák* természetéből adódó értelmezési nehézségek, melyek megnehezítik Patañjali nézeteinek egyértelmű megítélését. Nem tisztázott például az élőlény szabad akaratának kérdése, mivel a *sāṅkhya* tanításai szerint a szabad akarat nem az élőlény, hanem a *buddhi*, az értelem sajátja.

A legérdekfeszítőbbnek az *īśvara* (a legfelsőbb személy) és a *puruṣa* (az élőlény) közötti kapcsolat rejtélyét találja Patañjali *sūtráiban*. Bryant részletesen kifejti, milyen problémákat vet fel, hogy több filozófiai alapvetés kérdéses marad az aforizmákban.

A kiegészítő megjegyzések a főszöveg végén végjegyzetek formájában jelennek meg. A felhasznált irodalom mind a hagyományos indiai kommentárokat, mind a nyugati tudományos munkákat, mind a populárisabb fordításokat felsorolja. A szanszkrit terminusok szójegyzéke értel-

mezi a legfontosabb kifejezéseket, s a kötet végén lévő tárgymutató a szanszkrit kulcsszavak és *sūtra*-számok listázásával jó segítség a könyvben való eligazodáshoz.

Bryant kötete tehát újszerű megfogalmazása a már sokak által ismert *Yoga-sūtra* szövegének, mely kétségtelenül segíteni fog abban, hogy ez a textus ne csak Indiában, hanem világszerte a meditatív gyakorlatok elsődleges kézikönyve legyen, s segítse olvasóit lelki létük közvetlen megtapasztalásában. Magyar nyelven egyelőre nem érhető el.

**Tóth Zoltán (Śacīsuta Dāsa):
Chandaḥ – Bevezetés a klasz-
szikus szanszkrit verstanba**

Diós Éva

Tóth Zoltán (Śacīsuta Dāsa)¹ *Chandaḥ – Bevezetés a klasszikus szanszkrit verstanba*² című, kizárólag szanszkrit nyelven elérhető forrásműveken alapuló könyve hiánypótló a hazai védikus irodalom kutatásának területén. A szanszkrit nyelv komplex ismeretéhez a védikus irodalom formai szabályrendszerét tartalmazó *vedāṅgának* a fonetikát (*śikṣā*), grammatikát (*vyākaraṇa*) és lexikát (*nirukta*) leíró részeinek alapos tanulmányozása mellett a versmértéktan (*chandas*) elsajátítása szükséges, azonban a szövegek holisztikus megközelítését támogató versmértékek honi bemutatására eddig nem vállalkozott senki.

¹ Śacīsuta Dāsa a gyakorló *vaiṣṇava* szerző avatott neve. A programozó matematikus képzettségű Tóth Zoltán teológiai diplomáját a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskolán szerezte. További szakterületei a *Śrīmad-Bhāgavatam* című védikus írás filozófiája, a védikus kozmológia, valamint a *vaiṣṇava* szentek élete és irodalmi munkássága.

² Tóth Zoltán (Śacīsuta Dāsa): *Chandaḥ. Bevezetés a klasszikus szanszkrit verstanba*. Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola, Budapest, 2011, 314 oldal.

A *vaiṣṇava* teológus szerző a *Srīmad-Bhāgavatam* datálásával kapcsolatos kutatásai³ során kezdett a versmértékek gyűjtésével és rendszerezésével foglalkozni. Mivel szakterülete a bonyolult nyelvezetű Védáknál egyszerűbb verselésű *purāṇák*, így művében a védikus versmértékek rendszerét, a *vaidikát* figyelmen kívül hagyva, kizárólag a klasszikus *laukika* versmértékek összegyűjtésére és alapismereteinek bemutatására fókuszál. Ebben a témában korábban megjelent tanulmánya a *Bevezető a klasszikus szanszkrit verstanba*⁴, illetve a *Rejtjeles metakommunikáció a Bhagavad-gītāban*⁵ című cikke már előrevetítette ennek az egyedülálló kézikönyvnek a megírását.

A szerző közel tíz év rendszerező- és gyűjtőmunkájának eredményét tematikusan hét fejezetbe rendezte, s mindezt egy terjedelmes függelékkel, illetve a versmértékek név- és forrásjegyzékének táblázatával egészítette ki. A szerkezeti felépítés alapján három önálló, de egymásra épülő egységre is bontható a kötet: első fejezete a klasszikus szanszkrit verselés alapismereteit bemutató „tankönyv”; a másodiktól a negyedik fejezetig a könyv magját alkotó, kifejezetten a szanszkrit verstan szakértőinek szánt versmértékeket leíró „szakkönyv”; s az ötödiktől a hetedik fejezetig pedig populárisabb, önmagukban is élvezhető témákat felvonultató interdiszciplináris „ismeretterjesztő” munka.

³ Tóth Zoltán (Śacīsuta Dāsa): *Ki és mikor írta a Bhāgavatamot? A Bhāgavata-purāṇa-kutatások összefoglaló kritikája*. Szakdolgozat, Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola, Budapest, 2005.

⁴ *Tattva* 2007. X. évfolyam 1. szám 115–133.

⁵ *Tattva* 2010. XIII. évfolyam 2. szám 67–74.

Az *Áttekintés* című első fejezetben a versmértékekről szóló szanszkrit irodalom és az azt támogató angol nyelvű szakkönyvek rövid ismertetését a klasszikus verselés alapjainak részletezése követi. E bemutatást a hosszabb lélegzetű *Alapismeretek* alfejezet a szanszkrit nyelv legkisebb, tovább már nem osztható egységének, a szótag lejegyzésére szolgáló ligatúrának időegységnyi változataival, illetve meghatározásuk szabályaival kezdi. A szanszkrit verstani rendszer nagyszerűségét igazolja, hogy a szerző által bemutatott, mindössze nyolc háromszótagos és két egyszótagos verslábak (*gaṇák*) alkalmasak bármilyen versmérték – sőt a nyugati verslábak – leírására is. A jellegzetes negyedes (*pāda*) és félvers felépítésű, időmértékes vagy szótagszámláló versek (*padya*) és a prózai művek (*gadya*) típusainak és főbb osztályainak rendszerezett leírása kiegészül a versmértékek tradicionális definícióiban általában szimbolikus számokkal jelzett *yati* (kötelező szünet felolvasáskor) ismertetésével. A szanszkrit szakkönyvek íróinak a versmértékek ritmust követő elnevezéseire kialakított védikus gyakorlata, a verseképleteket kódoló és rejtő *sūtrák* szabályai, illetve a szellemes rendhagyó kódolások: szimbólumok, matematika felhasználása vagy akár a más versmértékre való utalásba rejtése ugyan nem tartozik szorosan az alapismeretek témájához, de ismeretetésük különösen hasznos a versmértékek használatának jelentőségét kifejtő hatodik fejezet mélyebb megértéséhez. A versmértékekről szóló *sūtrák sūtrája*: a *ya-mā-tā-rā-ja-bhā-na-sa-la-gā* önmagában is kiváló példa a védikus

irodalomnak a hagyomány megőrzésére és átadására kialakított technikájának nagyszerűségére: hogy a forma maga is lehet tartalom, sőt ez a tudás megőrzésének elengedhetetlen feltétele. E fejezet utolsó alfejezetében Tóth a legismertebb, azaz leggyakrabban használt időmértékes versmértékek közül tizenegyet szemléltet; eszköze a versmértékcsoporthoz, szerkezet, kódolás meghatározása, az egyes képletekre vonatkozó szabályok és megnevezésük jelentésének ismertetése. E tizenegy *chandas* között megtalálható a magyar költők által is alkalmazott, a 19. század folyamán a hazai szépirodalomban ismertté vált időmértékes *śloka* (*anuṣṭubh*) és *indravajrā* is. A szerző az első fejezetet a kevésbé jártas olvasók számára készített értelmező szógyűjteménnyel zárja, mely az addig meghatározásra került szanszkrit alapkifejezéseket sorolja fel.

A *Bevezetés a versmértékek bemutatásához* című második, s a könyv egyben leghosszabb fejezete kifejezetten gyakorlati alkalmazású, melyben a szerző az időmértékes *ṛitti* (*akṣara-chandaḥ*) verselési forma versmértékeit mutatja be. A *ṛitti* három alosztályának rövid leírását követően az alosztályok versmértékcsoporthoz azok variációs lehetőségei számának sorrendjében tünteti fel, megadva valamennyi versmértékcsoporthoz nevét, az egy *pādāban* található szótagszámot, a csoporton belüli összes lehetséges variációs lehetőség, illetve ezek közül a szerző által beazonosítottak számát. Ez utóbbiak neve mellett ugyanúgy megjeleníti a kódoló betűjeleket és a *pādāik* általános képletét, sőt szükség esetén magyarázatokkal, illetve példaversekkel is könnyebbé teszi

a megértést. A harmadik fejezet kizárólag a *jātivāl*, azaz a szótagszámláló verselési forma öt alosztályának és azok versmértékeinek leírásával, valamint szabályainak bemutatásával foglalkozik. A könyv versmértékeket leíró része a *gadya*, azaz a prózai mű alapfogalmainak tömör meghatározásait tartalmazó negyedik fejezettel zárul, hogy aztán teret adjon azoknak az érdekességeknek, melyekre a versmértékek utáni kutatás során bukkant a szerző.

Az ötödik fejezet a *chandaḥ-śāstrāk* fejelet matematikai ismereteire hívja fel a figyelmet. A *Piṅgala-chandaḥ-śāstrānak*, illetve az ahhoz fűzött magyarázatnak az időmértékes *samacatuspadī* versmértékek összes lehetséges variációinak kiszámításához használt *varṇa-meru-prastārāja* nem más, mint a legalább 1800 évvel később a francia matematikus által leírt Pascal-háromszög; a *Vṛttaratnākaraḥ* a szótagszámláló *jātī*-variációk megállapításához használt *mātrā-meru-prastārāja* azonos Leonardo Fibonacci nevezetes számsorozatával. Tóth a bináris számrendszer és a *chandas* kapcsolatainak, valamint egyéb matematikai érdekességeknek a felvonultatásával újabb és újabb lehetséges interdiszciplináris kutatási területeket jelöl ki. A hatodik fejezet *A különböző versmértékek használatának jelentősége* címet viseli. A szerző saját kutatásaira alapozva megkísérli a 6–7. századi nagy szanszkrit költő, Dāṇḍī állítását igazolni, amely szerint minden egyes *chandas* saját ízzel, hangulattal és lendülettel rendelkezik, így a verselés alkításakor azokat is figyelembe kell venni. A *Bhagavad-gītā* és a *Bhāgavata-purāṇa* elemzésén keresztül érzékelteti, hogy a

chandas gesztikuláció, illetve lelkiállapotok és érzések nonverbális kifejezőeszközeként is értelmezhető. A *Bhāgavata-purāṇa* versmértékeinek további vizsgálatával arra a következtetésre jut, hogy a versmértékek egy szövegen belüli változtatása, illetve a megfelelő *chandas* használata figyelemfelkeltésre alkalmas, és a szöveghez többletjelentést is adhat. Tehát a versmértékeknek nemcsak formai szerepük van, hanem tartalmi jelentőségük is; alkalmasak a szöveg mondanivalójának alátámasztására, hangsúlyozására, sőt önálló szöveggént is értelmezhetőek. A forma és a tartalom szorosan összefügg, ahogyan a versmértékének neve és kódolt ritmusa által keltett hangulat. Ez az, amivel túllép a *padya* az európai verselésen, segíti vagy alátámasztja a *mantrák* és szent szövegek üzeneteinek dekódolását, illetve újraértelmezését. A fejezet további jelentős megállapítást is rejt: a versmértéktan szabályainak és rendszerének alkalmazhatóságát a szanszkrit szövegek egységességének és eredetiségének vizsgálatához, az egyes művek datálásának helytállóságához. A *chandas* eszközeinek statisztikai elemzésével és rendszerének vizsgálatával igazolhatónak látja, hogy a *Bhāgavata-purāṇa* egységes mű, más *purāṇákhoz* képest változatosabb formaisága annak filozófiai összetettségéből adódik. A kötet utolsó fejezete versmértékek dallamainak leírásából ad ízelítőt.

Tartalma és jelentékeny terjedelme miatt külön említést érdemel a kézikönyv Függeléke. A könyv közel egyharmadát kitevő Függelék 108 oldalán bőven találhatunk érdeklődésre számot tartó külön-

legességeket: a számok szimbolikája, a szanszkrit versek verselését híven követő magyar fordítások a laikus számára is élvezetet nyújthatnak. A *szimbolikus számok listája* alapját Coulson gyűjteménye adja, amit a szerző a forrásművekben és a *Sūrya-siddhāntában* talált szavakkal 102-re bővített. A szerző itt helyezte el a felhasznált irodalom szanszkrit nyelvű diakritikus átíratait is, szerzőik rövid életrajzával együtt. Az átíratok közzétételével a szerző a témában kutatók munkáját kívánja megkönnyíteni.

A *Chandaḥ* elsődlegesen a Rádhā-Dāmodara Prabhupāda által írt 17. századi *Chandaḥ-kauṣṭubhāra* és annak Baladeva Vidyābhūṣaṇa jegyezte magyarázatára épül. A szerző a kategorizált versmértékeket a *chandas* irodalmának további hat gyöngyszeméből, a legjelentősebb szanszkrit írók és költők tradicionális *chandaḥ-śāstrájából* gyűjtötte, köztük a versmértékekről szóló irodalom legkorábbi és legfontosabb művéből, a nyugati tudomány által az i.e. 8. vagy i.e. 3. századra helyezett *Piṅgala-chandaḥ-śāstrából*. Kutatásait Kedārabhaṭṭa *Vṛttaratnākarájához*, valamint a 11. században Halāyudha Bhaṭṭa által a már említett Piṅgala-műhöz írt magyarázattal egészítette ki az első fejezetben ismertetett angol nyelvű szakkönyvek figyelembevételével.

Tóth munkájában a versmértékek különböző elnevezései közül a forrásművekben leggyakrabban előforduló neveket vette elsődleges névnek, a többi variációt mint névváltozatot a versmértékek statisztikájának listájába helyezte el, megkönnyítve ezzel a gyűjtemény szak-

könyvként való kezelését. A *vṛitti* és *jāti* versformák alosztályainak versmértékcsoportjain belül a versmértékek felsorolásának rendjében a hagyományt követi: a legnagyobb terjedelmű forrásműnek, a *Vāgvallabhának* logikai rendszerét alkalmazta azzal a jelentéktelen eltéréssel, hogy az ismertetések fordított sorrendben, a csupa hosszú szótagokból álló *chandasok* helyett a csupa rövid szótagú versmértékekkel kezdődnek.

Mivel a felhasznált *chandaḥ-śāstrák* és magyarázataik kizárólag szanszkrit nyelvű kéziratokban érhetőek el, a szerző elkészítette a *śāstrák* latin betűs átíratát, majd közülük hatot a Függelékben a magyar közönség számára közzétett. A hetedik szakkönyv, a *Vāgvallabha* átírata csak terjedelmi okból maradt ki. Tóth szakértelmét dicséri, hogy a versmértékek elnevezéseire és képzésére vonatkozó szabályok ismeretében az eredeti *devanāgarī* szövegekben fellelhető nyomdai hibákat, elírásokat javította, javításának módszereit az egyes átíratoknál külön megadta, illetve a szövegek lábjegyzeteiben feltűntette a hiba jellegét, a javítás okát. Ahol több kiadást is felhasznált az eredeti szöveg rekonstruálása érdekében, ott az eltéréseket, szövegvariációkat is megjelölte.

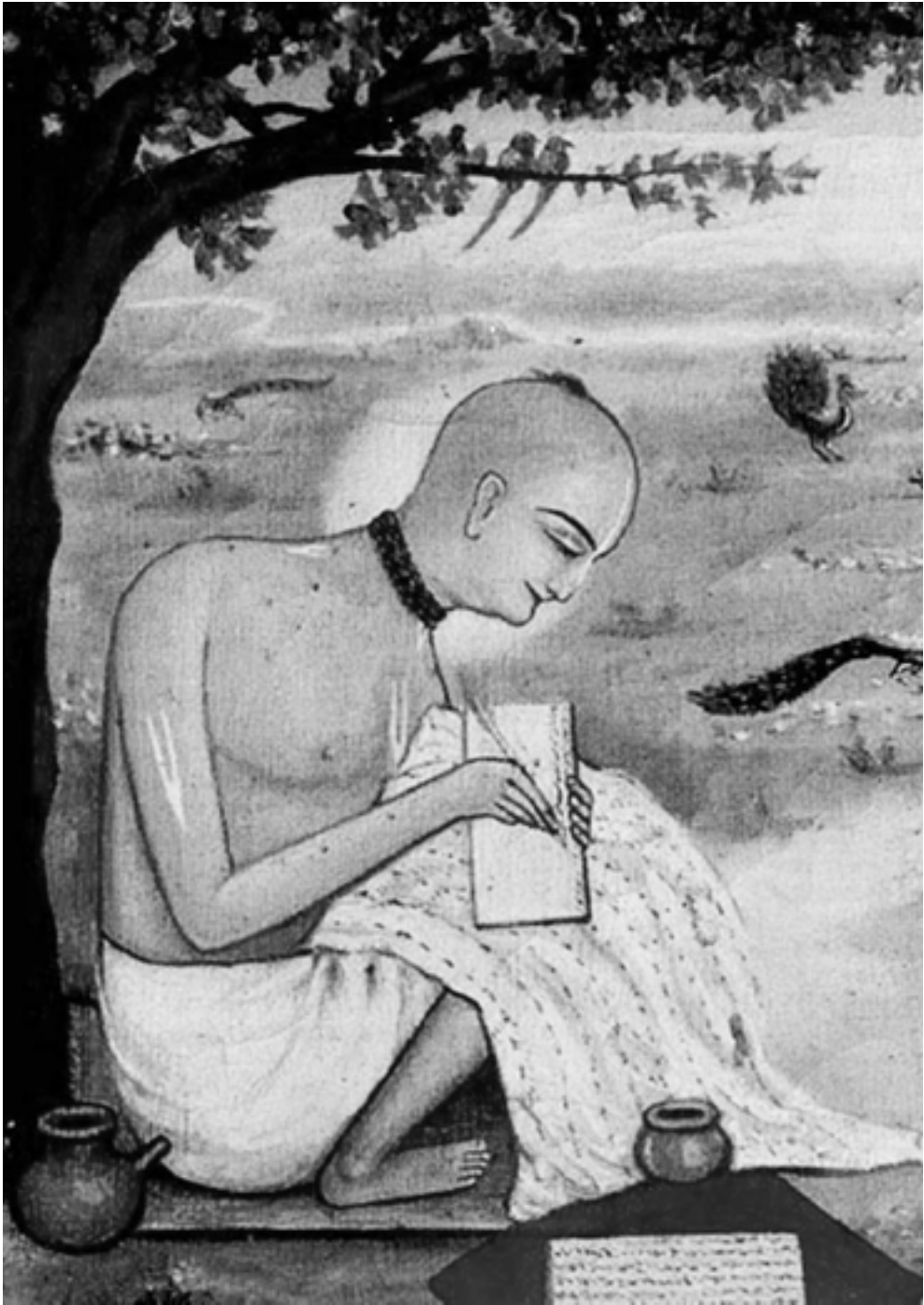
A *Chandaḥ* a 1787 klasszikus kategorizált versmértékével és a további beazonosított 520 névvariánsával a leggazdagabb modern versmértékgyűjtemények közé sorolható. Jelentősége egyrészt abban áll, hogy valóban megkönnyíti a magyar kutatók és verselemzők munkáját, másrészt több tudományág, így például a verstan-matematika, verstan-teológia-filozófia, irodalomtudomány-zenetudo-

mány határmezsgyéjére eső, számos továbbgondolásra alkalmas könyv kutatási területeket jelöl ki.

A kézikönyv jól érthető, szükségtelen szakkifejezésektől mentes, gondolatmenete és ismertetői követhetőek. A mű tipográfija ízléses, esztétikus kinézetű és könnyen olvasható, írása nyelvtanilag helyes. A kötet borítója visszafogott színeivel elsárgult pálmaleveleket, a védikus kultúra műveinek hordozóit idézi. Śrīla Bhaktivedanta Swami Prabhupādának,⁶ a Holdnak, a vízben felajánlást végző zárándokoknak és *devanāgarī* iratoknak a fotóiból készült montázs utalás arra, hogy a szanszkrit írások, s azon keresztül a tartalmat hordozó versmértékek rendszere elsősorban az önmegvalósítást, illetve a transzcendens világ megismerését szolgálja. A kötet néhány ábrája az olvasottak felidézését és alkalmazását, táblázatai egyértelműsége pedig a megértést és visszakereshetőséget segíti. A könyv a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola gondozásában jelent meg.

A szerzőnek sikerült egy nagy formátumú kézikönyvet összeállítania a klasszikus szanszkrit szövegek kutatói és szakemberei számára. Sőt azok az olvasók is haszonnal forgathatják, akik csupán e tudományág iránti kíváncsiságból vagy a védikus irodalom és kultúra iránti érdeklődésből veszik kézbe a kötetet. A szerző példaverseit a forrásművek mellett a *gauḍīya-vaiṣṇava ācāryák* írásaiból, illetve más védikus szentírásokból, elsősorban *puránákból* vette, így olvasóközönségét a tudományos ismeretek átadásával egyidejűleg a védikus filozófia bölcsességével és szépségével is megismerteti. A kötetben felsejlik az elmélet és gyakorlat, a tudomány és művészet, valamint a különböző tudományágak egymástól való elválaszthatatlansága. Összefoglalóan elmondhatjuk, hogy a *Chandaḥ* a klasszikus szanszkrit verstan autentikus tolmácsolása mellett hiteles eszköz a holisztikus szemléletű védikus irodalom összetett összefüggésrendszere bemutatásának.

⁶ A. C. Bhaktivedanta Swami Prabhupāda a Kṛṣṇa-tudat Nemzetközi Szervezetének (ISKCON) alapító lelki tanítómestere.



Szerzők

Diós Éva

Vaisnava jógamester, a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola oktatója.

Domboróczki Veronika

Vaisnava jógamester, a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola hallgatója.

Drutakarma Dāsa (Michael A. Cremo)

Vaisnava teológus. Az ISCKON *Back to Godhead* című magazinjának szerkesztője, és számos nagysikerű könyv szerzője.

Gaura Kṛṣṇa Dāsa (Tótha-Soma László)

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

Hári Beáta

A Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola Rendezvény Osztályának vezetője.

Képes Andrea

Vaisnava jógamester, a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola jógaoktatója.

Mahārāṇī Devī Dāsī (Banyár Magdolna)

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

Mañjarī Devī Dāsī (Magyar Márta)

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

Rátkai Gergő

Vaisnava teológus, a Bhaktivedanta Könyvtár vezetője.

Śacīsuta Dāsa (Tóth Zoltán)

Vaisnava teológus. A puránikus irodalom kutatója.