

# **ÍSVARAKRISNA: A SZÁMVETÉS MEGOKOLÁSA (SZÁNKHJA-KÁRIKÁ)**

## **PATANDZSALI: AZ IGÁZÁS SZÖVÉTNEKE (JÓGA-SZÚTRA)**

A számvetés és az igázás legbenső természetünk feltárását és uralmát jelenti. Ennek elhatározása akkor születik meg bennünk, ha már magunk mögött hagytuk a filozófiákat és a hétköznapi vallásosságot, ha szembe merünk nézni ama egyedüli és magasztos feladatunkkal, amit az Ember megismerésének neveznek.

\*\*\*

Fordította és magyarázatokkal ellátta:  
Farkas Attila Márton és Tenigl-Takács László

Lektorálta:  
Körtvélyesi Tibor és Ruzsa Ferenc

A fordítás az eredeti szanszkrit szövegből készült.

Forrás:  
The Samkhya-karika, Oxford, 1837.  
Yogasutra of Patanjali, Delhi é. n.  
Motilal Banarsidass

© A Tan Kapuja Buddhista Főiskola, 1994.

\*\*\*

## TARTALOM:

|                                                             |    |
|-------------------------------------------------------------|----|
| <u>A MEGISMERÉS ÖRÖME</u>                                   | 4  |
| <u>A SZÁMVETÉS MEGOKOLÁSA ÍSVARAKRISNA: SZÁNKHJA-KÁRIKÁ</u> | 6  |
| <u>A SZENVEDÉSRŐL</u>                                       | 6  |
| <u>A TERMÉSZETRŐL</u>                                       | 6  |
| <u>A MEGISMERÉSRŐL</u>                                      | 7  |
| <u>A MEGNYILVÁNULÁSRŐL</u>                                  | 8  |
| <u>A HÁROM MINŐSÉGRŐL</u>                                   | 9  |
| <u>AZ OKRÓL ÉS OKOZATRÓL</u>                                | 10 |
| <u>AZ EMBERRŐL</u>                                          | 11 |
| <u>A TEREMTÉSRŐL</u>                                        | 12 |
| <u>A TUDATRÓL</u>                                           | 12 |
| <u>A SZERVEKRŐL</u>                                         | 13 |
| <u>A REZDÜLÉSEKRŐL</u>                                      | 14 |
| <u>A SZERVEZETRŐL</u>                                       | 15 |
| <u>A LÉTELEMEKRŐL</u>                                       | 17 |
| <u>A TESTRŐL</u>                                            | 17 |
| <u>A LÉTMÓDOKRÓL</u>                                        | 18 |
| <u>AZ IRÁNYULTSÁGOKRÓL</u>                                  | 20 |
| <u>A LÉNYEK SEREGLÉSÉRŐL</u>                                | 23 |
| <u>A MEGSZABADULÁSRÓL</u>                                   | 25 |
| <u>AZ EGYEDÜLVALÓSÁGRÓL</u>                                 | 26 |
| <u>EME TANÍTÁSRÓL</u>                                       | 27 |
| <u>PATANDZSALI: AZ IGÁZÁS SZÖVÉTNEKE</u>                    | 29 |
| <u>I. A RÉVÜLETRŐL SZÓLÓ NEGYEDRÉS</u>                      | 29 |
| <u>AZ ELME REZDÜLÉSEIRŐL</u>                                | 29 |
| <u>A REZDÜLÉSEK LEBÍRÁSÁRÓL</u>                             | 30 |
| <u>A RÉVÜLETRŐL</u>                                         | 31 |
| <u>AZ ÚRRÓL</u>                                             | 32 |
| <u>AZ AKADÁLYOKRÓL</u>                                      | 33 |
| <u>A LETISZTULÁSRÓL</u>                                     | 34 |
| <u>AZ EGGYÉVÁLÁSRÓL</u>                                     | 36 |

|                                                 |    |
|-------------------------------------------------|----|
| <u>II. A MÓDSZEREKRŐL SZÓLÓ NEGYEDRÉS</u>       | 38 |
| <u>A TETTEKBEN VALÓ IGÁZÁSRÓL</u>               | 38 |
| <u>A SZENVEKRŐL</u>                             | 38 |
| <u>A HAJLAMOS CSELEKVÉSRŐL</u>                  | 39 |
| <u>A LÁTVÁNYRÓL</u>                             | 40 |
| <u>AZ ELHAGYÁSRÓL</u>                           | 42 |
| <u>AZ IGÁZÁS TAGJAIRÓL</u>                      | 43 |
| <u>A MAGATARTÁSRÓL ÉS AZ ERÉNYRŐL</u>           | 43 |
| <u>AZ ÜLÉSMÓDRÓL</u>                            | 46 |
| <u>A LÉLEKZETVEZETÉSRŐL</u>                     | 47 |
| <u>A VISSZAVONULTSÁGRÓL</u>                     | 48 |
| <u>III. A HATALOMRÓL SZÓLÓ NEGYEDRÉS</u>        | 49 |
| <u>AZ ÖSSZPONTOSULÁSRÓL</u>                     | 49 |
| <u>A VÁLTOZÁSOKRÓL</u>                          | 50 |
| <u>AZ ÖSSZPONTOSULÁSSAL NYERT HATALOMRÓL</u>    | 50 |
| <u>IV. AZ EGYEDÜLVALÓSÁGRÓL SZÓLÓ NEGYEDRÉS</u> | 59 |
| <u>A BETELJESEDÉSRŐL</u>                        | 59 |
| <u>A TUDAT KIALAKULÁSÁRÓL</u>                   | 59 |
| <u>A TETTEKRŐL ÉS AZOK EREDMÉNYEIRŐL</u>        | 60 |
| <u>AZ IDŐRŐL</u>                                | 61 |
| <u>A DOLGOK TAPASZTALÁSÁRÓL</u>                 | 61 |
| <u>A TUDAT TERMÉSZETÉRŐL</u>                    | 62 |
| <u>A MEGKÜLÖNBÖZTETÉSRŐL</u>                    | 63 |
| <u>AZ EGYEDÜLVALÓSÁGRÓL</u>                     | 64 |

## A MEGISMERÉS ÖRÖME

### A szánkhja és a jóga filozófiája

A hindu filozófia két igen híres alkotását, Patandzsali *Jóga-szútráját* és *Ísvarakrisna Szánkhja-kárikáját* tartja kezében a tisztelt olvasó. Mindkettőt a klasszikus filozófiai iskolák – az úgynevezett „darsanák” – alapművének tekintik, és nagy becsben állnak Indiában mind a mai napig. Ezeket fordítottuk le szanszkrit nyelvből, és láttuk el saját magyarázatainkkal.

A darsanák egzakt filozófiája a Krisztus utáni első évszázadokban alakult ki, tanításmagvuk, világszemléleti módjuk azonban az ősi múltból származik. Innen indult az a szellemi fejlődés, amelynek során a filozófusok nemzedékei a mágikus rituálékból és az áldozati misztikából megalkották a logika (*nyája*), a természetfilozófia (*vaisésiku, szánkhja*), a meditatív aszkézis (*jóga*) és a metafizika (*mímámszá, védánta*) komplex bölcséleti rendszereit.

A darsanák – bár olykor a gondolati absztrakció szinte legvégső határáig is eljutottak – hűek maradtak mágikus-misztikus eredetükhöz, és így létszemléletük lényegesen eltér az európai gondolkodástól. A leglényegesebb különbség az, hogy amíg az európai („modern”) gondolkodásmód *valamit* szemlél, *valamit* keres, addig a darsanák nem annyira a szemlélet tárgyában, mint inkább magában a szemlélés folyamatában, a *megismerés misztériumában* keresik a lét végső igazságát. Erre utal a „darsana” szó jelentése is, amit szó szerint „látásmóddal”, „megtapasztalással” lehetne fordítani.

A felsorolt hat darsana-irányzat közül a *szánkhja* és a *jóga* iskola terjedt el leginkább a nyugati világban. Ennek érthető okai vannak. Lételméletük nem bonyolódik bele túlságosan a hindu filozófia elvont kategória-rendszerébe, hanem aránylag egyszerű fogalmakat használ. Tanításaik nem maradnak meg az absztrakció síkján, hanem megmutatják a feltárt igazsághoz vezető megvalósítási utat is.

Ebből a szempontból a két iskola jól összeillett. A „*Számvetés*”, a *szánkhja* képezte az elméletet, az „*Igázás*”, a *jóga* pedig azt az aszketikus törekvést, ami a tudat káros tartalmainak lebírásával, „leigázásával” megvalósította a filozófia végső célját, az abszolút lelki és szellemi szabadság állapotát. A két irányzat rokonsága már az indiai vallásfilozófusoknak is feltűnt, s már a korai időktől kezdve közös néven, *szánkhja jóga* iskolának nevezik őket.

A „szánkhja” kifejezés szó szerint „számot”, „számlálást” jelent. Erre az etimológiára egyes kutatók azt a magyarázatot adják, hogy a szánkhja filozófia eredetileg nem állt másból, mint az upanisadokból jól ismert lételemek, princípiumok „számbavételéből”. Ez a magyarázat bizonyos fókig jogosult, hiszen az indiai filozófia kedvelt módszere volt a legfontosabb fogalmak számbavétele, felsorolása, és különösen érvényes ez a szánkhja iskola művére.

A „szánkhja” szó értelmezésénél azonban nem szabad megfeledkeznünk a fogalom mélyebb, a filozófiai célt is magába foglaló jelentésköréről. Ísvarakrisna művét olvasva egyértelműen kiderül, hogy a szánkhja messzemenően többre törekszik a fogalmak pusztá „feltárazásánál”. Célja a valóság tényeinek (*tattva*) megállapítása, ama princípiumok számbavétele, amelyek a valóságot képezik, s amelyek a valóság megtapasztalásához elvezetnek.

Eme valóság középpontjában az első számú *tattva*, a minden tapasztalóban bennerejlő *Emberi Szubjektum (purusa)* áll. Az ő látó szeme előtt bontakozik ki a *Természet (prakriti)*, az objektivitás ellentett princípiuma. Kettejük érintkezése feszíti ki a személyes létezés „tudati” és „anyagi” elemekből szőtt hálóját, a világ képéről alkotott ama hálót, amibe önös ítéleteinkkel, minősítéseinkkel és irányultságainkkal reménytelenül belegabalyodunk, s ami legnagyobb szenvedéseinket okozza. Itt, a determinált létezés gúzsába kötött emberi tudatban kezdődik el a szánkhja-jóga útja. Az a rejtett, ősidők óta járt ösvény, amely létezésünk, legbelső természetünk feltárásához és uralmához vezet. Erre az útra akkor lépünk majd rá, ha már magunk mögött hagytuk a filozófiákat és a hétköznapi vallásosságot, ha szembe merünk nézni ama egyedüli és legfontosabb feladatunkkal, amit az Ember megismerésének neveznek.

A fordítók

## A SZÁMVETÉS MEGOKOLÁSA ÍSVARAKRISNA: SZÁNKHJA-KÁRIKÁ

### A SZENVEDÉSRŐL

- 1 A háromféle szenvedés sújtása miatt a megismerés vágya kél, hogy azt elhárítsa. Azt gondolod talán, hogy a szenvedések oka látott, és így kikerülhető? Hát nem! Mert ez nem teljes és végleges megoldás.

**Magyarázat:** A sajátmagunkból fakadó, a mások miatti és a sorscsapások által okozott szenvedések arra sarkallják az embert, hogy a szenvedés igazi okát – s ezáltal létének természetét – megismerje. Alapvető tévedésünk az, hogy a szenvedés okát a látott, tapasztalt világban véljük tudni, ezért megpróbáljuk a szenvedésteljes helyzeteket kikerülni. Ez az ügyeskedés azonban nem szüntetheti meg a szenvedés tényét.

- 2 Ama *hallomásbóli* sem több, mint a *látott*, mert hozzá tisztátalanság és fölösleges pusztítás tapad. Ezért jobb az *ellentétük*, mert ez ismerteti meg a megnyilvánultat, a megnyilvánulatlant és a megismerőt.

**Magyarázat:** A „hallomásbóli” szó a minden kultúrában meglevő vallási hagyományokra utal. Ezeknek a szenvedés okaira vonatkozó magyarázatai éppúgy tévútra vezethetnek, mint az előző szútrában említett, közvetlen tapasztaláson alapuló gondolkodásmód. A felsőbb hatalmakat véres áldozatokkal engesztelő szertartások a száankhja szemlélete alapján éppúgy a valóság megismerésének útjában állnak, mintha az okot a mulandó, pillanatnyi történések külső elemeiben keresnénk. E kettő ellentéte a száankhja, a Számvetés útja, ami a megoldást, a szenvedéstől való megváltást önmagunkban kutatja.

### A TERMÉSZETRŐL

- 3 A *Gyökertermészet* nem teremtett. Termő és teremtett a *Roppant* és a többi *Hat*. A *Tizenhat* csak teremtett. Nem termő és nem teremtett az *Ember*.

**Magyarázat:** A „Huszonöttagú létezés” képe a száankhja lételméletét foglalja röviden össze. A lét két öselve a Természet és az Ember, vagyis a tapasztalható és a tapasztaló végső princípiuma. Kettejük érintkezéséből

terem a tudat elsődleges megnyilvánulása, a Roppant (gyakoribb nevén: az Eszmélet), valamint a tudat további hat alkotóeleme, az énképzet és az az öt benyomás-terület, amelyeken a tapasztalás során a szag, az íz, a kép, a tapintásérzet és a hang érzéklete megfogon. Ez a hét alkotóelem nem csupán termése a Természet és az Ember kapcsolatának, hanem maguk is tovább teremnek. Az Eszmélet, az énképzet és az öt benyomás-terület kapcsolatából kialakul a gondolkodás szerve, az ész, valamint az ember érzékelő és cselekvő képessége. A benyomás-területeken keresztül kialakul a tapasztalati világ, az öt lételem. A Tizenhatos csoport, vagyis az ész, az öt érzékelőképesség, az öt cselekvőképesség, valamint az öt lételem már nem teremnek tovább. Feladatuk az, hogy megalkossák az Ember számára a jelenségvilágot. Az Ember a lét örök alanya, nem teremtett és nem termő. Pusztán szemléli a teremtett világot.

## A MEGISMERÉSRŐL

- 4 Három *mérvadó megismerési módra* van szükség: a tapasztalásra, a következtetésre, és a megbízható beszédre, mert minden mérvadó megismerési mód ezek útján teljeseedik be. A mérvadó megismerés pedig az, ami a megismerést biztosítja.
- 5 A *tapasztalás* az érzékletek felfogása. Azt tanítják, háromféle a *következtetés*. Jel és jelzett jár vele. A *megbízható beszéd* pedig megbízható tanítás.

**Magyarázat:** Helyes, vagyis kétségbevonhatatlan megismerésre három módon juthatunk. Az első a közvetlen, érzékszervi tapasztalás („látom, hogy tűz ég a hegyen”). A második a következtetés, ekkor valamilyen jelből következtetek egy nem tapasztalható, jelzett dologra („füstöt látok a hegy felett, bizonyára tűz ég ott”). A következtetés három módja: okból az okozatra („felhők gyűlnek – eső lesz”), okozatból az okra („árad a folyó – eső volt”), valamint az azonosság meglátása alapján („ahogy a rizs főzhető – úgy főzhető meg az árpa is”). A harmadik megismerési út a hiteles forrásra alapozás („elhiszem neked, hogy tegnap tűz égett a hegyen”). Ez a módszer elsősorban a tanító és a szentiratok tanúbizonyságára támaszkodott.

- 6 Az azonosság meglátása révén történő következtetés útján tűnik elő az, ami kívül esik az érzékeken. Ami ennek révén sem ismerhető meg bizonyosan, annak megismerésére a megbízható Hagyomány a bizonyosság.

**Magyarázat:** A szövegből kitűnik, hogy a következtetés módszerét a szánhja elsősorban a létező, de érzékszervileg nem tapasztalható tárgyak megismerésében tartja fontosnak. Példa: „Miként a magból sarjadt növény újabb magot terem, úgy teremnek újabb sors-következmények a korábbi tettekből.” Van azonban olyan megismerendő is, amire még az azonosság meglátása vagy a logikai következtetés sem adhat támpontokat. (Például: „Milyen lesz a végső szabadság állapota?”.) Erre egyedül az Igaz Tudás hagyománya szolgál bizonyyságul.

- 7 A tárgy akkor nem tapasztalható, ha túl messze van vagy túl közel, ha az érzékszervek hibásak, ha az ész figyelmetlen, ha a tárgy túl finom, ha eltakart, ha más elnyomja, vagy ha a hozzá hasonlóak elrejtik.

**Magyarázat:** Példák a fenti esetekre: egy messze álló ember arcvonásai, saját szempilláink, a piros szín a színvaknak, egy észre nem vett tárgy, a füst szemcséi a levegőben, a köntös alatti alsóruha, a csillagok fényes nappal, egy árpaszem ezernyi rizsszem között.

## A MEGNYILVÁNULÁSRÓL

- 8 A *Természet* túl finom, ezért nem észlelhető. Nem azért, mert nem létezik. Okozatain keresztül észlelhető. Okozata a *Roppant* és a többi *Hat*, ezek a Természethez hasonlítanak is, különböznek is tőle.
- 9 Az okozat létezőnek okozata: mert nem létező nem lehet oka semminek, mert sajátos anyagi oka van, mert okozat nem jöhet létre bármiből, mert az alkotni képes csak a képességéhez mértet hozhat létre, s mert az okozat hasonló természetű az okhoz.

**Magyarázat:** A Természet, az anyagi lét végső elve. Bár közvetlenül nem ragadható meg, okozatain, a kibomló tudati és anyagi világon keresztül következtethetünk létére és tulajdonságaira. Elsődleges okozatai részben hasonlítanak hozzá, mivel maguk is teremnek, részben pedig különböznek tőle, mivel teremtetek. A 9. szútra az úgynevezett „szatkárja” fogalmát taglalja, vagyis azt a törvényt, mely szerint az okozat már eleve bennerejlik az okban, s az okot folytatja, „utánozza”, megtestesíti. Így az alany elméje és tapasztalati világa – mint okozat – az alanyt, az Embert körülölő Természet szerint alakul.

- 10 A *megnyilvánultnak* oka van, nem örök, nincsen jelen mindenütt, tevékeny, sokszerű, alárendelt, jele valaminek, tagolt és függ valamitől. A *megnyilvánulatlan* ennek fordítottja.
- 11 A *megnyilvánult* három minőséges, nem elkülönülő, tárgyi, egyetemes, öntudatlan és termékeny. Ilyen az *Ősanyag* is. Az *Ember* ennek ellentéte, de hasonlít is hozzá.

**Magyarázat:** A tapasztalt világ mulandó, véges, mozgásban van, tárgyakra bomlik, és okozata egy nem tapasztalható oknak. A világot újra meg újra megszüülő megnyilvánulatlan Ősanyag létére az a tény is utal, hogy az időbevetett, mulandó tárgyak sohasem fogynak el. Ez az Őstermészet mulandótlan, végtelen, mozdulatlan, egynemű és önmagán alapuló. Az Ember abban különbözik a megnyilvánult és megnyilvánulatlan Természettől, hogy fölötte áll minden minőségnek. Az Ember nem tapasztalható, mert ő maga a tapasztaló, a tudatos. Ám külső megnyilvánulásában sokszerű, és ebben az egyben követi a megnyilvánult Természetet.

## A HÁROM MINŐSÉGRŐL

- 12 A *három minőség* lényege szerint kedvelt, nem kedvelt és kedvetlen. Céljuk a láttatás, a működtetés és a megrekesztés. Egymás elnyomása, támogatása, megszülése és páralkotás a rezdüléseik.
- 13 A *Világos* könnyű, láttató és vágyott. A *Ragaszkodó* megtámasztó és mozgékony. A *Homályos* nehéz és elfedő. Mécseshez hasonlóan működnek együtt a célért.

**Magyarázat:** A Természet a három minőséges elmén keresztül jelenik meg a tapasztalásban. A minőségek jelzői mutatják, hogy azok inkább az alany és a tárgy kapcsolatát jellemzik, mintsem pusztán a tárgyat. E Világos, Ragaszkodó és Homályos tudattal helyezi el magát az ember a létben, ezáltal rendez maga köré minősített világot. Ennek az elmének a célja, hogy feltárja az Ember előtt a valóságot. Olyan, mint a kanócból, olajból és lángból álló mécses, ami megvilágítja maga körül a tárgyakat, de egyben saját magára is rávilágít.

| minőségek: | jelleük:                     | lényegük:   | céljuk:      | rezdülésük:                                                      |
|------------|------------------------------|-------------|--------------|------------------------------------------------------------------|
| Világos    | könnyű<br>láttató<br>vagyott | kedvelt     | láttatás     | egymás<br>elnyomása,<br>támogatása,<br>megszülése,<br>páralkotás |
| Ragaszkodó | támasztó<br>mozgató          | nem kedvelt | működtetés   |                                                                  |
| Homályos   | nehéz elfedő                 | kedvetlen   | megrekesztés |                                                                  |

## AZ OKRÓL ÉS OKOZATRÓL

- 14 A *megnyilvánult* nem elkülönülő, és így tovább. Ez bizonyos, mert három minőséges, és nem igazak rá a fentiek. Bizonyos, hogy a megnyilvánulatlan is ilyen, mert az okozat lényegében azonos minőségű az okkal.

**Magyarázat:** Ísvarakrisna újra a megnyilvánulatlan Őstermészet (az Ősanyag) létét próbálja bizonyítani. A vers első mondatában a megnyilvánult Természet azon ismérveire utal vissza, amelyek az Ősanyagnak is sajátjai. (Lásd 11. káriká!). Vagyis a világgént megnyilvánult Természet éppúgy különbséget nem tevő (azaz lényege szerint lebontó, egyneműsítő), éppúgy érzéktárgyi (vagyis nem alanyként létező), éppúgy egyetemes, öntudatlan és termékeny, mint a megnyilvánulatlan Ősanyag.

- 15 Mivel a világ egy darabja véges, és a teremtés mozgása mindig megfelel a teremtő ok képességének, továbbá, mivel az ok és az okozat szétválík egymástól, míg a világ nem válik szét,
- 16 az ok a megnyilvánulatlan kell, hogy legyen, amely a három minőség összefonódása révén működik olyan változékonyan, mint a víz, annak megfelelően alakulva, hogy melyik az alapja éppen.

**Magyarázat:** A fenti két káriká a következő okfejtést vezet fel: A tapasztaló tudat bármekkoraát hasít ki a megismeréssel a külső világból, ez mindig csak véges lehet. Így a megnyilvánult nem lehet a tapasztalt végső oka. A részekre tagolt, megnyilvánult világ oka az ember sem lehet, mivel

az okozat saját magával azonos természetű okra vezethető vissza. Ez pedig a Gyökértermészet, vagyis a megnyilvánulatlan. A Természet világként való megnyilvánulása az a mozdulat, amellyel az egyik minőség uralkodni kezd, hogy azután uralmát átadja a következőnek. Ez a váltakozás teremti meg a tudat számára az idő és a tér háromrétűségét, minden történés kezdetét, folyamatát és lezárulását.

## AZ EMBERRŐL

- 17 Az *Ember* létezik, mert ami összeállt, az másért való, mert a három minőséggel és a többivel jellemzettnek van ellentéte, mert kell, hogy legyen *Felügyelet*, mert van Tapasztaló, mert létezik működés az Egyedülvalóságért.

**Magyarázat:** A teremtett világ nem önmagáért való, hanem hogy a tapasztaló alany általa önmagára ébredhessen. A három minőséggel jellemzett Természet a lét alanyi aspektusának ha úgy tetszik a léleknek) a kiteljesedéséért működik. Ez a kiteljesedés az Egyedülvalóság, a „csak magam” tiszta állapota, amelyben a tárgyi lét az alanyi létnek rendelődik alá. A szöveg azt mondja, hogy amennyiben létezik tapasztalati világ, úgy léteznie kell a vele szembenálló tapasztalónak is. Ez a tapasztaló a lét „felügyelőjeként” viselkedik mindaddig, amíg kikerülve a minőségek színjátékából, rá nem eszmél önmaga valójára.

- 18 Az bizonyítja, hogy számos az Ember, hogy születéshez, halálhoz és szervekhez egyenként kötött, hogy a működések nem egyszerre történnek, s hogy a három minőségnek ő az ellentettje.
- 19 Az Ember tanú, egyedülvaló, középen álló, szemlélő és nem tevékeny, éppen ama *ellentétesség* bizonyítja ezt.

**Magyarázat:** A Természet örökkévaló, a megismerés szervéül szolgáló tudati struktúra azonban mulandó. Az Ember azért ölt magára újabb és újabb tudati struktúrákat („testeket”), hogy beteljesülhessen a végtelen megismerés. Így külső formájában halandóvá lesz ugyan, ám lényegét, a pusztán tapasztaló aktusból álló alanyiságát tekintve örökkévaló marad. A számtalan világgá, megismeréssé bomlott Természetet ekképpen számtalan Alany ismeri meg. Ennek a minden lény tapasztalásának középpontjában álló Alannak a létére világít rá a 19. – visszautalva a 11. és 17. kárikákra.

## A TEREMTÉSŐRŐL

- 20 Az öntudatlan, finom test öhozzá kötődve tudatosnak tűnik, a pártatlan pedig cselekvőnek, a minőségesnek tettei miatt.
- 21 Hogy lásson az Ember, és egyedülvaló legyen, az Ember és az Ősanyag, mint béna és vak, egymásra szorulnak. Kapcsolatuk a sereglés.

**Magyarázat:** A tudatos Ember szemlél, az öntudatlan Természet szemlélhető. Szükségük van egymásra, hogy lehessen tapasztalás. Összekapcsolódásuk a „sereglés”, a lét kezdete. Ennek első szakaszában az Ember rejtett tudati-testi szerkezete alakul ki. Ez közvetlenül nem tapasztalható, léteire csupán jelek utalnak. Az anyagi világ finomabb burka az Ember érintésére tudatosnak tűnik, így veszi kezdetét az Ember cselekvése, a megismerés aktusa. Ennek révén sereglenek a megismerő elé a világot alkotó dolgok, kilépve addig megnyilvánulatlan állapotukból.

- 22 A Természetből terem a *Roppant*, ebből az *énképzet*, majd a *Tizenhatos* csoport. A Tizenhatok *Ötéből* lesz az *öt elem*.

**Magyarázat:** Az egyénné oszlott Ember rejtett teste, pszichéje az Eszméletből; az énképzetből, az észből, a tudat érzékterületeiből és a tíz emberi képességből áll. A tudat öt érzékterületéből alakul majd ki az „anyagi” világ, a lételek, ahol a „külső” jelenségek megnyilvánulnak.

## A TUDATRÓL

- 23 Felfogás az *Eszmélet*. Törvény, megismerés, vágytalanság és uralom a Világos formái ennek. A Homályos pedig az ellentétük.

**Magyarázat:** Az elme legmagasabbrendű rezdülése felfogás, az észleletek, gondolatok meghatározása („alma”). A három minőség már a tudatosulás eme legelemibb pontján meghatározza a megismerés színvonalát, pontosabban a megismerő és a megismert kapcsolatát. Mint a fenti meghatározások is mutatják, ez a felfogás az érzékelési folyamatokban és a cselekvésekben egyaránt megnyilvánul. A 44-45. kárikából kiderül majd, hogy a Világos természetű felfogások megismerésre vezetnek, a

Homályos természetűek pedig ellentétesen hatnak, hozzákötnek az anyagi világhoz.

- 24 *Sajátítás* az énképzet. Innen kétfelé fordul a sereglés, a *Tizenegyes* csoport és az öt érzékterület felé.

**Magyarázat:** Az Eszmélet pillanatához újabb elemet kapcsol az individuum magját alkotó énképzet. Ez ugyanis a felismerés tényét tárggyá alakítja, önmagára vonatkoztatja („látok egy almát”). Ebből kiderül, hogy az énség nem önmagában létezik, hanem mindig egy „külsőként” megélt világgal szemben. Ebből érthető az, hogy miért az énképzet pontján szakad kétfelé a teremtés. A létezés első pontja létbeli és tudati princípiumként egyaránt felfogható, ezért is használják rá felváltva a „Roppant” és az „Eszmélet” fogalmakat. Az énképzet azonban egyben már a külső és a belső lét képzetét is jelenti.

- 25 A megteremtett, cselekvő énképzetből létrejön a Világos *Tizenegy*, a „lételemkezdetű” énképzetből a Homályos érzékterületek, a „tüzes” énképzetből pedig együtt a kettő.

**Magyarázat:** A „tizenegyek csoportjában”, azaz az észben, és az érzékelő, illetve cselekvő képességekben megjelenő énképzet Világos minőségű, mert ezeket az Alany „kedveltként”, vagyis sajátként (és ezáltal tudatosként) éli meg. A „megteremtett” elnevezés arra utal, hogy az ész és a tíz képesség léte csak okozat, és újabb tudatelemeket már nem hoznak létre. (Lásd a 3. kárikát!) Ezzel ellentétben az érzékterületeken megjelenő – tehát a külsőhöz, a tárgyhoz tapadt, „lételem kezdetű” – énképzet Homályos minőségű, mert a külső, mint olyan „nem kedvelt”, vagyis nem saját, más. E két, szubjektív és objektív, létező együttese adja a Ragaszkodó, más néven „tüzes” énképzetet, a tapasztaló-megismerő és ebben a tapasztalásban önmagát megélő énséget.

## A SZERVEKRŐL

- 26 Látás, hallás, szaglás, ízlelés és tapintás az *érzékelő képességek*, *cselekvő képességnek* mondják a beszédet, a megfogást, a járást, az ürítést és a szaporodást.
- 27 Kettős lényegű az ész. Összeilleszt és hasonló a képességekhez is. A képességek és a külső tárgyak azért eltérőek, mert változó bennük a minőségek aránya.

**Magyarázat:** A felsorolt tíz képességet az Eszméletből és az énképzetből a tapasztalás során kialakuló ész vezérli. Eme tulajdonsága alapján az Eszmélethez hasonlít. Ugyanakkor az észnek érzékelő jellege is van, mivel a gondolkodás folyamatában érzékszervi tapasztalás nélkül is megismerésre juthat. Így hát egyszerre akarati és befogadó természetű. Ezek alapján az ész egyfajta irányítóközpontként működik, ami az Eszmélet felé közvetíti az észleleteket, illetve a cselekvő képességhez irányítja az Eszmélet parancsait. Az ily módon kialakult emberi struktúra tapasztalni és cselekedni kezd, ennek során kibomlik az anyagi világ bonyolult szövete.

## A REZDÜLÉSEKRŐL

- 28 Az *első Öt* csak arra rezdül, hogy érzékelje a hangot és a többi érzékletet. Beszéd, magához vétel, mozgás, kibocsátás, kéj a rezdülése a *másik ötnek*.

**Magyarázat:** A test és a tudat működését a szánkhja „rezgésnek” fogja fel. Az öt érzékelő képesség feladata az érzéklet, azaz az érzékterületek megragadása. Ez lesz majd a kiindulópontja a magasabb tudati folyamatoknak. A cselekvőképességek végső soron a tapasztalási, megismerési tér tágítására és a testi működések fenntartására irányulnak.

- 29 A *Hármat* rezdülése határozza meg. Ezek nem ugyanazok. Együtt rezdülnek viszont a szervek az *öt szél*, vagyis a belélekezés és a többi esetén.
- 30 Bár egyidőben rezdül a *Négyes*, mégis sorrendben mutatjuk meg őket: a Hármas rezdülésének úgy tapasztaláskor, mint nem tapasztaláskor érzékelés a feltétele.

**Magyarázat:** A testi és tudati folyamatok részben egybeesnek, részben nem. A tapasztalás pillanatában a „Négyes” szerv alkotóelemei egymás felé mozdulnak: az érzékelő képesség az ész felé közvetíti az érzékletet, innen jut tovább az énképzethez és az Eszmélethez. Ha a folyamatból hiányzik az érzékszervi tapasztalás, akkor a „Hármas” működéséről van szó, ezek együttes rezdülése alkotja a fogalmi gondolkodást, ennek folyamata azonban mindig korábbi érzékszervi tapasztalások emlékének alapul. Az anyagcsere folyamatok, az „öt szél” esetében mindig együtt rezdül az „öt lélekezés”. A belélekezést szükségszerűen kilélekezés követi, eközben a belélekezett levegő vagy elfogyasztott táplálék törvényszerűen bekerül a „szétlélekezés” (keringés) áramába, majd az „összelélekezés”

(megkötés) és a „fellélekzés” (elsajátítás, átalakítás) folyamata következik. A 29. káriká ezen kívül arra is rámutat, hogy nem szabad összekevernünk a három legbelső tudatelem működését. Az Eszmélet csak felfogja az érzékletet („alma”), az énképzet már magára is vonatkoztatja („látok egy almát”), az ész pedig elhatároz („ezt az almát most megeszem”).

- 31 Mindegyikük azért rezdül, mert a többi készletti. Ennek egyetlen oka az, hogy az Emberért valók. Bár ő nem cselekszik, őerte sarkalltak működésre a szervek.
- 32 Megragadnak, fenntartanak és láttatnak a *Tizenhárom* szervek. Megragadandó, fenntartandó és láttatandó teendőjük tíz van.

**Magyarázat:** A tapasztalás aktív elemeit az előbb említett tizenhárom tudatelem képezi. A passzív elem az öt érzékterületből és az öt lételemből tevődik össze. Ez a tízféle teendő. Az érzékelő képességek az érzékterületeken keresztül nyúlnak ki a lételemekbe, a cselekvőképességek pedig közvetlenül a lételemekhez kapcsolódnak. Az ész, az énképzet és az Eszmélet feladata az értelmi megismerés. Mint majd a 35-36. kárikából kiderül, a szervek nem önmagukért, hanem egymást készítetve, az Emberért lépnek működésbe. Céljuk – és egyben a lét végső célja – az, hogy az Ember megismerésre jusson.

## A SZERVEZETRŐL

- 33 Háromságos a *belső szervezet*. Tízrésztes a *külső*, ami a belső három érzékvilágát megalkotja. Jelenidős a külső, három idős a belső szervezet.
- 34 A külsőből öt *érezkelő képesség*. Megkülönböztetett és meg nem különböztetett a tárgyuk. A *beszéd* tárgya csak a hang. A többi cselekvőképességé pedig mind az öt érzéktárgy.

**Magyarázat:** A tudatelemek és a képességek együttes működése létrehozza az emberi elme szervezetét. A külső szervezet az öt érzékelő és az öt cselekvő képességből épül fel. Az Eszmélet, az énképzet és az ész alkotja a tudat belső szervezetét. A tíz képesség a tapasztalás és a cselekvés során mindig jelenidejűen működik, ezzel szemben az elme már képes arra is, hogy emlékezzen és elképzeljen, kialakítva ezzel a múlt és jövő képzetét. Az érzékelő képességek tárgya részben az alanytól „megkülönböztetett”, ez az érzékszervektől független, külső lételemekből

tevődik össze. A „meg nem különböztetett” tárgybeliség az érzéktárgy tapasztalható minőségét (színét, szagát, és így tovább) jelenti, amiket nem lehet az azokat érzékelő szerv működésétől megkülönböztetve, elválasztva szemlélni.

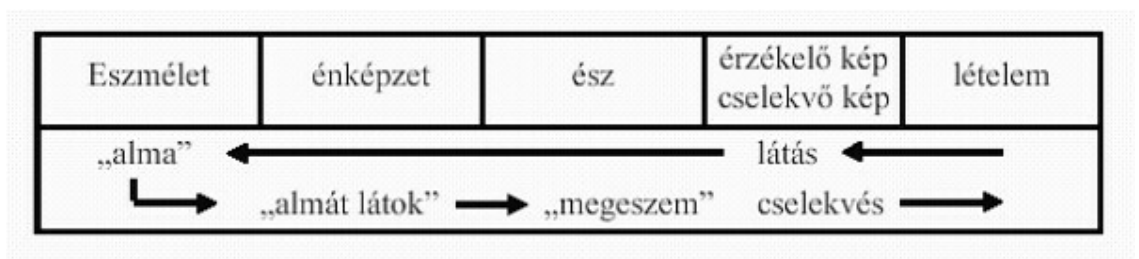
- 35 Mivel az Eszmélet a belső szervezet többi tagjával minden tárgyba alámerül, ezért a hármas szervezet a *Kapus*, a többiek pedig a kapuk.

**Magyarázat:** A tudat kapuja hol kifelé nyílik (érzékszervi tapasztalás), hol pedig befelé tárul (képzeletműködés). Az Eszmélet által vezérelt tudat hol ebbe, hol abba a világba merül bele, így szerez tapasztalatokat.

- 36 A különféle minőségű és eltérő jellegű szervek az *Eszméletben* láttatnak meg és ajánlanak fel az Embernek minden célt, miként a mécses.

- 37 Mivel az Eszmélet szolgáltatja az *Embernek* az összes élményt, ő az is, aki az Ember és az Ősanyag közötti finom különbséget feltárja.

**Magyarázat:** A megismerés, a tapasztalatok „megélése” végső soron azt a célt szolgálja, hogy a tudat önmagára lásson (itt Ísvarakrisna visszautal a 13. kárikában említett mécses hasonlatra), az összekeveredett személyes és tárgyi létezés szétváljon, az Ember ne a kibomlott anyagi világon, ne is egy elképzelt „személyiségen”, hanem tisztán önmagán alapuljon. A megkülönböztetés legmagasabb szintje az Ember és a psziché megkülönböztetése. Minden, ami tudható, a Természethez tartozik, így a Természet legfinomabb síkján kialakult elme is. Vizsgáljunk meg egy érzékelési és cselekvési mozzanatot a fenti rendszer alapján:



## A LÉTELEMEKRŐL

- 38 Az érzékterületek meg nem különböztetettek. Belőlük lesznek a lételemek, Öt az Ötből. Ezeket megkülönböztetetteknek is hívják. Békések, izgatóak vagy tompítók.

**Magyarázat:** A 25. kárikánál esett már szó arról, hogy az anyagi világ képzete az érzékterületekből, vagyis az érzékleteket tartalmazó tudatterületekből fakad. Mai létszemléletünk általában az objektív világ hitéből indul ki. A szánkhja-jóga iskola ezzel ellentétesen gondolkodik. Az érzékszervi tapasztalás kiindulópontját itt az érzékterületek képezik. A szanszkrit kifejezést, a tanmátrát gyakran „finom elem”-nek (szúksma-bhúta) is nevezik, ám a 24. kárikából úgy tűnik, hogy nem kizárólag lételméleti, hanem egyszersmind tudati princípiumokról van szó. Ezek sarkallják az érzékelő képességeket egy újabb születéskor arra, hogy kiépítsék a lételemek, a „külső” világ rendszerét. Ez pedig az egyre magasabb szintű megismerés következtében mind bonyolultabb szerkezetűvé válik, és ennek megfelelően egyre sokrétűbb benyomásokat hagy maga után a pszichében. A lételemek körében tapasztalt tárgyak újra meg újra átszínezik a tudatot. Ebben a folyamatban megint csak a három minőség játszik közre. A Világos békésnek mutatja a tárgyat, a Ragaszkodó izgatónak, a Homályos pedig tompítónak.

## A TESTRŐL

- 39 A *finom* testek az apa-anya nemzése révén kapcsolódnak a *durva* elemekhez, és válnak háromrétű megkülönböztetetté. Megmarad a *finom*, elmúlik az *apa-any* által nemzett.

**Magyarázat:** A szánkhja gondolkodásmódja nem tesz éles különbséget test és tudat között, a testet a tudat anyagi tükröződésének, a tudatot pedig a legfinomabb anyagi hordozónak tekinti. Ennek alapján a szánkhja kétféle testet ismer. Az egyik a jel, más néven finom test, amely az Eszméletből az énképzetből, az észből és a tudat érzékterületeiből áll. Ez foglalja magába a korábbi tapasztalatokat. Ez a struktúra a halál után sem pusztul el, hanem a következő megtestesüléskor újra az Alanyhoz kötődik. Ezzel szemben a három minőséges, „megkülönböztetett”, durva elemekből

álló hordozó, vagyis a szülőktől örökölt és táplálékból felépített anyagi burok mindig változik, és széthullik minden testetöltés után.

- 40 A *jel* bukkan föl először. Ez független, állandó, a Roppanttal kezdődik, és a finom elemekkel zárul. Nem ő az Élvező, a létformákat magára öltve vándorol.
- 41 Ahogyan nem létezhet kép a semmire festve, ahogyan oszlop és hasonlók nélkül árnyék sem lehet, úgy a *jel* sem állhat fenn a megkülönböztetettek híján, amelyekre támaszkodik.
- 42 A *jel* az Emberért van. Az okok és okozatok, valamint a Természet hatalma által megkötötten színészként viselkedik.

**Magyarázat:** A „*jel*”, a Roppantból (vagyis az Eszméletből) az énképzetből, az észből és az érzékterületekből álló finom test (azaz maga a tudat) jelenik meg először. Ísvarakrisna ismételten rámutat, hogy ez nem az „Élvező”, vagyis nem maga a szemlélő Alany, hanem csupán az Ember eszköze a megismerésre. Mindezek mellett a finom testbéliség, a „tudati lét”, a durvától, az anyagi világtól elválaszthatatlan. A tudat csak a megismerésben, a megismert dolgok által tükrözve létezhet.

## A LÉTMÓDOKRÓL

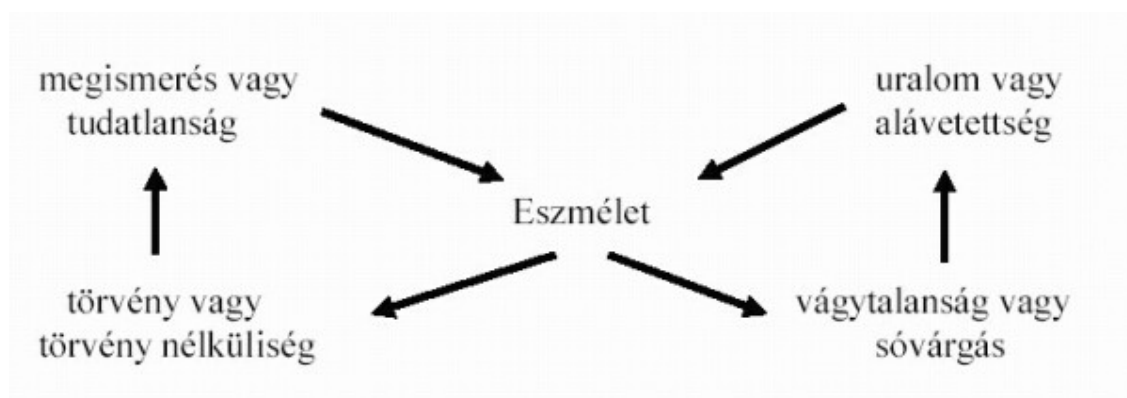
- 43 A tökéletesedésre törekvő törvényes és a többi létmódok a természetből és annak terméséből fakadnak. A tapasztalással kialakuló létmódok a szervek működésén, a *magzatiak* pedig az okozatokon alapulnak.

**Magyarázat:** A káriká visszaút a 23. versre: A törvény, a megismerés, a vágytalanság és az uralom az Eszmélet legmagasabb szintjén megjelenő négy létmód. E Világos minőségű létmódok mellett a mindenkori tapasztalás létmódjai Ragaszkodónak, a szöveg által „magzatinak” nevezettek pedig Homályosnak minősíthetők. A tapasztalás „tüzes”, megkötő jellegű, a „magzati” elnevezés pedig a kiszolgáltatott, passzív, szabadság nélküli állapotra vonatkozik. Ísvarakrisna az Eszmélet négy létmódja között is rangsorol. Egyedüli érvényűnek a megismerést tartja (63. káriká).

- 44 A *törvény* felfelé vezet, a *törvény nélküliség* lefelé. A *megismerés* megváltáshoz vezet, az *ellentéte* kötöttségre visz.

- 45 A vágytalanság a Természettől elold, a sóvárgó vágy tovább vándoroltat. Az uralom a csapásokat megszünteti, az ellentéte ennek ellentétéhez vezet.

**Magyarázat:** A Természet és a benne testet öltött Alany kapcsolatának első termése az Eszmélet. Ez fogja fel a megnyilvánult világ törvényeit, és ez dönti el azt, hogy a tapasztaló Alany a megismerés, a vágytalanság és az uralom létmódjait követi-e, vagy pedig a Természet rabságába kerül.



## AZ IRÁNYULTSÁGOKRÓL

- 46 Az *irányultságok* így sorakoznak: tévelygés, gátoltság, megelégedés és beteljesedés. Az egyensúlyból kibillent minőségek tusája ötvenfelé szakítja őket:
- 47 Ötféle *tévelygés* létezik, s huszonnyolcféle *gátoltság* alakul ki a szervek fogyatékossága miatt. *Megelégedettség* kilenc van, *beteljesedés* pedig nyolc.

**Magyarázat:** A létmódok szorosan összefüggenek a tudat irányultságaival, ezektől függ a megismerés színvonala. Így végső soron a tudati irányultságok rendszere is a megtapasztalás folyamatát, annak hibáit, és a hibáktól való megszabadulás útját írja le.

- 48 A *homály* nyolcféle, az *elvakultság* ugyancsak, tízféle a *roppant vakság*, tizennyolcféle a *sötétség*, a *vak sötétség* ugyancsak.

**Magyarázat:** A tévelygés eme öt állapota részben a Természet és az Ember összetévesztéséből, részben pedig a magasabb tudatállapotok hiányából adódik. Az egyes tévedés fajtákat a kommentárok a következőképpen határozzák meg:

homály (tévesztés):

1. a megnyilvánulatlan és az Ember összetévesztése
2. az Eszmélet és az Ember összetévesztése
3. az énképzet és az Ember összetévesztése
- 4-8. az érzékterületek és az Ember összetévesztése

elvakultság (gőg):

1. a megfontoltságból fakadó gőg
2. a tudásszomjból fakadó gőg
3. az elmélyülésből fakadó gőg
- 4-6. a „három szenvedés” megszűntéből fakadó gőg
7. a barátság elnyeréséből fakadó gőg

8. a kitárulkozásból fakadó gög

roppant vakság (függés):

1-5. függés az öt érzékterülettől

6-10. függés az öt lételemtől

sötétség (megirigylés):

1-5. megirigylés az öt érzékterület terén

6-10. megirigylés az öt lételem terén

11-18. megirigylés a nyolc beteljesedés terén

vak sötétség (föltés):

1-5. az öt érzékterület föltése

6-10. az öt lételem föltése

11-18. a nyolc beteljesedés föltése

- 49 Tizenegy *gátoltság* tapasztalható a képességek és az ész hibái miatt. Tizenhétféleképp sérül az Eszmélet, ezek a megelégedés és a beteljesedés ellentétei.

**Magyarázat:** Mint a következő táblázaton látjuk, a gátoltságok részben testi, részben pedig szellemi okokra vezethetők vissza. Különösen a szellemi gátoltságok akadályozzák a megismerést, mivel ezek nem egyszerűen öröklöttek vagy sorsszerűek, hanem az ember tudatlanságából fakadnak, és így elzárják annak útját a két magasabb tudatállapot, a megelégedés és a beteljesedés felé. A kommentárok a következő gátoltságokat sorolják fel:

**testi gátoltságok:**

- |                        |                     |
|------------------------|---------------------|
| 1. látászavar          | 7. kézbénulás       |
| 2. hallászavar         | 8. lábbénulás       |
| 3. szaglásképtelenség  | 9. emésztészavar    |
| 4. tapintásképtelenség | 10. magtalanság     |
| 5. ízlelésképtelenség  | 11. gyengeelméjűség |
| 6. beszédzavar         |                     |

**szellemi gátoltságok:**

- |                                    |                                     |
|------------------------------------|-------------------------------------|
| 12. a testet-öltés szomjazása      | 21. megfontolatlanság               |
| 13. az anyaghoz kötődés szomjazása | 22. unalom                          |
| 14. időbevetettség                 | 23. szétszórtság                    |
| 15. a szerencse hajszolása         | 24. önkínzás                        |
| 16. a színek szomjazása            | 25. mások miatti gyötrődés          |
| 17. a szagok szomjazása            | 26. a sorscsapások miatti gyötrődés |
| 18. az ízek szomjazása             | 27. embergyűlölet                   |
| 19. a hangok szomjazása            | 28. önösség                         |
| 20. a kép szomjazása               |                                     |

- 50 Befelé négygyel lehet megelégedni: a Természettel, a birtoklással, az idővel és a szerencsével. Kifelé pedig öttel: az ötféle érzéktárgy elvetésével. Ez a kilencféle túlbecsült megelégedettség.

**Magyarázat:** Ísvarakrisna szerint a megelégedettség állapota nem más, mint a Természet uralmába, bővületébe való belenyugvás. Ez a befelé való, négyrétű megelégedettség a hétköznapi ember sajátja. A másik, az öt lételemnek azaz voltaképpen a világnak – az elvetése, és az ebben való megelégedés pedig azoké, akik a valóság megismerésének útját összetévesztik a külvilágtól való elmeneküléssel.

- 51 A nyolc *beteljesedés*: Megfontoltság, tanítás, tanulás, a háromféle szenvedés szétzúzása, barátság nyérése és önzetlenség. Az előző három irányultság visszafogja a beteljesedést.

**Magyarázat:** A cél megvalósulását konkrét eredmények, tudati képességek jelzik. A „varázserők”, a beteljesedések között is megállapíthatunk rangsort. A megfontoltság, tanulás, a tanítás felfogása elindít a végső megismerés felé, a végső megismerés pedig kioltja a magunk, mások és a sorscsapások miatti szenvedést. A tudás bizonyossága által a megismerő a létezés „önzetlen barátjává” válik, és kitárulkozik a mindenség felé.

## A LÉNYEK SEREGLÉSÉRŐL

- 52 Létmódok híján nincsen jel, jel híján létmódok sem lehetnek. Ezáltal jön létre a *jelzett* és a *létmódok* kettős sereglése.

**Magyarázat:** A szöveg „jelnek” a rejtett testet, vagyis a tudati felépítményt nevezte. A tudat szintjeinek, megismerési fokainak megfelelően különféle lények rendjei alakulnak ki. Egy adott tudati struktúra egy bizonyos lényhez kötődik, az adott rendhez tartozó lény pedig a neki megfelelő szintű megismerésre képes.

- 53 Nyolcféle *isten*-sereg alakul ki, ötféle az *állati* ölből, *emberi* csak egy van. Röviden szólva így sereglenek a lények.

- 54 Felül, a Világosban sűrű a sereglés. Gyökerénél sűrű a Homályos. A Ragaszkodó közepén sűrű. A Hatalmassal kezdődik, és a fücsomó a vége.

**Magyarázat:** A megismerésben folytonosan újraszülető tudati struktúra ezeken a létszinteken vándorol felfelé vagy lefelé, tetteinek és tapasztalásainak megfelelően. Az elsődleges cél nem a magasabb létszintek elnyerése, hanem a megismerés beteljesedése, hogy az Ember önmagára eszméljen. Ha abból indulunk ki, hogy a tudatállapotok és a létszintek szoros kapcsolatban állnak, úgy nyilvánvaló, hogy az istenek nem felsőbb hatalmakat jelentenek, hanem tapasztalási szinteket. Az „isteni” a Világos minőségű emberfeletti szintekre, az „állati” elnevezés pedig a növényvilágot is magábanfoglaló, Homályos minőségű emberalatti szintekre vonatkozik. E kettő találkozási pontjánál jelenik meg az emberi létforma, ebben nyílik lehetőség arra, hogy a mindenben bennerejlő Ember, a lét alanya, magára eszméljen.

Tekintsük át az irányultságok, a lények, a létmódok és a minőségek összefüggését a következő táblázaton:

| Irányultságok | A „lények sereglése”                                            | Létmódok (létszintek)                                              | Minőségek              |
|---------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|------------------------|
| beteljesedés  | Hatalmas<br>Teremtő<br>Hódító<br>Nektáros                       | megismerés<br>törvény<br>uralom<br>vágytalanság                    | Világos                |
| megelégedés   | Tündérek<br>szellemek<br>kísértetek<br>démonok                  | megismerés hiánya<br>törvény hiánya<br>vágyakozás<br>uralom hiánya | Homályos és Ragaszkodó |
| gátoltság     | emberek                                                         | „tapasztalás során kialakuló” létmód                               | Ragaszkodó             |
| tévelygés     | háziállatok<br>vadállatok<br>madarak<br>hidegvérűek<br>növények | „magzati” létmód                                                   | Homályos               |

- 55 A *tudattal bíró* Ember így tapasztalja meg, hogy a vénség és a halál szenvedést jelent. Mert amíg a jelzett meg nem szűnik, lényegéből adódóan szenvedés terem belőle.

**Magyarázat:** A lét teljességére rátekintve megszületik az a felismerés, hogy a különféle lények és tudatállapotok mélyén ugyanaz a végső Tapasztaló, az Ember rejlik. Ez az alany örökkévaló, a tudati struktúrák (testetöltések) azonban mulandóak. Amíg az Emberhez rejtett test tapad, addig időbevetett, korlátozott létezésről van szó, amelynek végén elkerülhetetlenül ott vár a halál. A szenvedést így elsősorban nem az anyagvilágbeli fájdalmak jelentik, hanem a mulandóság tudata.

## A MEGSZABADULÁSRÓL

- 56 A Roppanttal kezdődő és a megkülönböztetett lételemekkel záruló, teremtet világ célja az, hogy minden Ember megszabaduljon. Úgy tűnik, a Természet magáért cselekszik, holott más érdekében fog bele.
- 57 Az *Ősanyag* azért kezd működni, hogy az Ember megszabaduljon. Olyan ez, mint ahogy a tej képződik öntudatlanul, hogy táplálja majd a borjat.
- 58 Ahogy a világi lény azért cselekszik, hogy csillapítsa vágyait, a megnyilvánulatlan azért működik, hogy az Ember megszabaduljon.

**Magyarázat:** Ísvarakrisna visszatér ahhoz a gondolathoz, hogy a Természet működése nem öncélú, hanem az Emberért való. Az *Ősanyag* feladata az, hogy törvényeket alkosson, és ezeket az Embernek megmutassa, hogy vágytárgyakat teremjen, és kielégítse az emberi vágyakozást. A vágytárgyak élvezése és a vágyakozás természetének megismerése után kialszik a sóvárgás újabb tettek után, és a Gyökertermészet olyan törvényei tárulnak fel, amelyek lehetővé teszik a magasabb rendű megismerést. Az út célját elérve bebizonyosodik, hogy a megtapasztalás minden lépése ennek érdekében történt, itt nyeri el végső értelmét.

- 59 Ahogyan a táncosnő tánca végén a színpadról lelép, ugyanúgy eltűnik a Természet is, ha az Embernek megmutatta önmagát.

- 60 Válogatott eszközökkel szolgálja a nemszolgáló Embert. A minőséges önzetlenül cselekszik a nem minőséges hasznára, aki pusztán csak létezik.
- 61 Úgy gondolom, nincs a Természetnél szemérmesebb. Amint észreveszi, hogy meglátták, nem kerül többé az Ember szeme elé.

**Magyarázat:** A Természet káprázata csak addig marad fenn, amíg valaki ezt a káprázatot megteremti, amíg van kit elkápráztatni. Ha a lét iránti vágyakozás eltűnik, a létezés színjátéka is véget ér, és az Ember megmarad a beteljesedés állapotában.

- 62 Ezért nincs, ki megkötődjön, szabaduljon és vándoroljon. A különféle dolgokban megnyilvánuló Természet vándorol, kötődik és lesz szabaddá.
- 63 A Természet önmagát hétféle formával köti meg, s egyetlen formával megszabadul az Emberért.

**Magyarázat:** Az általunk ismert legmagasabbrendű emberi tulajdonságok, a tudati képességek és a belső folyamatok is a Természet részét képezik. Az egyetemes Alany, az Ember nem kötődik és nem válik szabaddá, hanem a mindenkori létforma és tudatállapot pusztá szemlélője csupán. Ahogy a teremtet világ színjátéka a Természet illúziója, ugyanúgy a megszabadulás útjáról is bebizonyosodik, hogy része volt ennek a káprázatnak. A 43., 44. és 45. kárikák magyarázatában felsorolt nyolc létmódból az első hét még e káprázat rabságában épül ki. A nyolcadik, a megismerés pedig a valóság illúziójának szertefoszlásával jár. Ekkor születik meg az Ember egyedülvalósága.

## AZ EGYEDÜLVALÓSÁGRÓL

- 64 Csakis így, a valóság gyakorlása által születik meg a maradéktalan, tévedhetetlen, letisztult felismerés: „Nem én vagyok, nem az enyém, nem ez az Én!”

**Magyarázat:** A valóság (tattva) kifejezés, a szöveg elején, a 3. kárikában említett „huszonötösségre” vonatkozik. Ennek a huszonöt princípiumnak a számbavételével és lényegük megértésével ragyog fel a felismerés.

- 65 Ezek után a biztos alapra lelt Ember színjáték nézőjeként szemléli a Természetet. Az pedig nem burjánzik tovább, s célját elérvén hét alakját leveti.

- 66 „Elnézem” – így az Egy. „Meglátott” – nyugszik a Másik. Ekkor már nincs, mit kitűzzön a sereglés, még ha e kettő össze is fonódik.

**Magyarázat:** A biztos alapra lelt, vagyis önmagán alapuló Alanyt semmi sem ösztökéli már a tapasztalásra. A valóság megismerése után a Természet megválnak a hét alsó létmódtól, és megmarad a tökéletes megismerés csendjében.

- 67 Tökéletes megismerésre jutva nem indít már a törvényes és a többi hat létmód. Testben marad még az Ember, mert az ösztönök így akarják. Továbbpörgő kerékhez hasonlít.

- 68 Ha a test szétesett, és célját elérve megszűnt az Ősanyag működése, az Ember a teljes és végleges Egyedülvalóságot eléri.

**Magyarázat:** A létforgatag kerekét a létmódokban megjelenő téves nézetek pörgették. Ha ezek elmúlnak, a kerék már csak tehetetlenségi ereje miatt pörög tovább. Ha a lendület energiája elfogyott, úgy megszűnik az Ember és az anyagvilág kapcsolata, és a végső Alany visszahúzódik az örökkévalóság állapotába.

## EME TANÍTÁSRÓL

- 69 A Legfőbb Bölcs vette számba az Ember céljáról szóló titkos tudást, végiggondolván azt, hogy miként születnek, élnek és múlnak el a lények.
- 70 A Bölcs az Éltetőnek adta át mások üdvére e kiváló, letisztult tanítást. Az Éltető Öttincsesnek, aki sokasította a Tant.
- 71 Így kapta meg tanítványok során keresztül a nemes elméjű Ísvarakrisna, és teljesen megértve, nemes versekben ő foglalta össze.
- 72 A hetven vers tana a Hatvan-tannal megegyezik, magyarázatok és mások értelmezése nélkül is.

**Magyarázat:** A Legfőbb Bölcs nem más, mint Kapila, a szánkhja iskola mitikus alapítója. Őt követte a mesterek sorában Ászuri, az Éltető, őt pedig Pancsasikha, magyarul Öttincses, aki elterjesztette e tanítást. Ísvarakrisna, e szöveg szerzője, Kapila közvetett tanítványának, egyenes ági szellemi leszármazottjának nevezi magát. A „nemes vers” az árja

versmértéket jelenti. Az utolsó kárikában említett Hatvan-tan utalás egy elveszett szánehja-műre.

PATANDZSALI:  
AZ IGÁZÁS SZÖVÉTNEKE

I. A RÉVÜLETRŐL SZÓLÓ NEGYEDRÉS

AZ ELME REZDÜLÉSEIRŐL

- 1 Íme az Igázás tana:
- 2 Az *Igázás* a tudat rezdüléseinek lebírása.
- 3 Akkor a Látó igazi mivoltában megmarad.
- 4 Máskor a rezdülések alakját veszi fel.

**Magyarázat:** Az Igázás, a Jóga, az elmeműködés feletti uralmat, a tudat rezdüléseinek megzabolázását jelenti. Az uralom nem azonos a folyamatok megsemmisítésével. Elsődleges célja az, hogy a Látó, az Ember, a tapasztalás végső alanya ne vesszen el a tudat-tartalmakban, ne azok hordozzák, hanem önmagában megálljon. Ha ez nem történik meg, akkor a Látó nem lát, hanem újra meg újra belegabalyodik önnön tudatfolyamataiba, együtt örvénylik a pillanatnyi tudatállapottal. A Természet vak törvényeit követi, elveszíti szabadságát.

- 5 Az ötféle szenves vagy szenvtelen *rezdülés*:
- 6 a *megismerés*, a *tévedés*, a *képzelgés*, az *elalvás* és az *emlékezés*.

**Magyarázat:** A rezdülések kétfélék lehetnek: ösztönösek, vagyis szenvtelenek, valamint a szenvек által indítottak. Ha szenvеink mozgatnak, akkor magukkal sodornak a rezdülések. Ha uralkodunk elménken, akkor a tudat örvénylését úgy szemlélhetjük, mint a folyó partjáról tovaáramló vizet.

- 7 A *megismerés* formái: a tapasztalás, a következtetés és a Hagyomány.
- 8 A *tévedés* félreértés, ami nem ezeken a formákon alapul.

**Magyarázat:** A megismerés rezdülésével a tudat kifelé fordul, és megállapítja, hogy tapasztalásának tárgya valóságos-e vagy sem. Mérvadó megismerésre közvetlen érzékszervi tapasztalás, helyes következtetés és megbízható forrás útján juthatunk. Ez utóbbira utal a „Hagyomány” szó, amely alatt a kommentárok a szentiratokat és az avatott mestert értik. Tágabb értelemben azonban ide értendő minden megtanult, tényként elfogadott igazság. A megismerés ellentéte a tévedés, amely akár a tapasztalás, akár a következtetés, akár a Hagyomány síkján félrecsúszhat. Ennek eredménye is ellentétes, nem megbizonyosodás, hanem kétség.

- 9 Tárgyak híján szavakat, ismereteket kerget a *képzelt*gés.
- 10 A nemlét felé irányul az *elalvás* rezdülésének támasztéka.
- 11 Az *emlékezés* a már megtapasztalt megtartása.

**Magyarázat:** A megismerés rezdülése a külső világhoz köti a tudatot, a tévedés szintén a tárgyi világban kezdődik, de végül szubjektivitásba fordul. A képzeletműködés már teljesen a belső érzékvilág síkján megy végbe. A fogalmak, képek, érzések kavargása többnyire a külső ingerek pótlására szolgál. A tárgyi világhoz mindössze annyi köti, hogy ismereteit, „mintáit”, onnan veszi. Az elalvás rezdülésével pedig a tudat a dologi valóság végső határáig mozdul. Az „elalvás” fogalma nem csak a mindennapi élettani funkciót, hanem a tudatnak minden kialvó, a tapasztalást megszüntető folyamatát jelentheti. A legbelső, legmélyebb síkon az emlékezés található. A korábbi tapasztalások emléke az ébrenléti és az álombéli állapotot egyaránt meghatározza. Túlnyúlik a tudatosság határain, és az „újrászületéskor”, az elalvás (kialvás) utáni visszatérés pillanatában újból megszabja a külső és belső létezés feltételeit.

## A REZDÜLÉSEK LEBÍRÁSÁRÓL

- 12 *Gyakorlás* és *vágytalanság* bírja le őket.
- 13 A *gyakorlás*: arra törekedni, hogy állandósuljon a lebirtság állapota.
- 14 Ez azonban csak hosszú idő múlva, szakadatlan, áldozatos buzgalommal, fokozatosan szilárdul meg.

- 15 A *vágytalanság* uralt összhang, a látott és hallomásbóli érzékletek nem szomjazása.
- 16 Ennek legfelső foka – felfogván az Embert – a minőségek iránti szomj megszűnése.

**Magyarázat:** A tudat rezdüléseit csak hosszantartó gyakorlás után lehet uralom alá kényszeríteni. Ez olyan tudatos életmódot jelent, amelynek minden pillanatában a figyelem, az Igázás érvényesül. A vágyakozó elme csapongásának lecsendesedése után állandósul a tudat érintetlen állapota. A végső lebirtság azt célozza, hogy az Ember érintetlen maradjon a közvetlenül tapasztalt („látott”) és a közvetett úton szerzett („hallomásbóli”) érzékletekkel szemben. Más szavakkal: ne ragadják meg sem a látott, sem a „megígért” világok. Ez természetesen nem közönyt jelent, hanem azt az uralmi állapotot, amelyben az elme nem bódul az újra meg újra felmerülő ingerek, vágytárgyak felé, hanem megbékélt összhangban van mindennel, ami éppen megjelenik. Ennek végső fokán kialszik a vágy a létet megteremtő három minőség, a Világos, a Ragaszkodó és a Homályos iránt. A tudatminőségek kavargása megszűnik, az Ember már nem önnön tudatával azonosítja magát, hanem felismeri, hogy ő az egyedüli létező és minősítő, ezért mindenek felett áll.

## A RÉVÜLETRŐL

- 17 A *ráismerő révületben* gondolkodás, bizonyosság, üdvözültség és önmegélés követik egymást.
- 18 A megszűnés elfogadását gyakorolja a *másik*, aminek során csak az ösztönök maradnak.
- 19 A természetbe oldódott testetlenek lét felé irányulásával szemben.

**Magyarázat:** Az Igázás célja az Ember eredeti állapotának megvalósítása, ez pedig csak a tudatrezdülések lebirása után, a révület élményében történhet meg. Ennek az állapotnak két fajtáját ismeri az Igázás hagyománya. Az egyik a 17. szútrában leírt folyamat, amely voltaképpen az intuíció révén megy végbe. Az összpontosított gondolkodás elemi felismerésben csúcsosodik ki, ezt a felismerés üdvözültsége, majd a mindenek feletti alanyiség megélése követi. A révület másik módja rá nem ismerő. Ezt az állapotot egyes magyarázatok a ráismerő révület fölé

helyezik, s valóban értelmezhető az ihletettség ama csúcspontjaként, amelyen a felismerés elszakad önnön tárgyától, mintegy tartalom nélkülivé válik. A rá nem ismerő révület azonban önálló út is. Lényege a tudat kiüresítése, a személyiség megszüntetése. Hagyni, hogy a dolgok önnön törvényeiket követve tovább pörögjenek, hiszen az Ember lényege nem ezekkel azonos. Elhagyni minden elképzelést és gondolatot, „szegénynek” lenni a szó igazi értelmében. A fizikai halállal testetlenné váltak létesülésre törekvésével szemben a révület eme állapotából a tudat minden létesítő indíték kioltása, az egyedülvalóság felé irányul.

- 20 Az *előbbi* hit, bátorság, jelenlét, révület és felismerés előzi meg.
- 21 A megszállottakhoz áll közel,
- 22 de még náluk is különböző, enyhe, közepes vagy eluralkodott mértéke szerint,
- 23 illetve az Úrnak való odaadás alapján.

**Magyarázat:** A ráismerő révület megvalósulásához több előfeltétel is szükséges. Első a hit, a kutatás helyes irányának bizonyossága. Amikor szembenézünk önmagunkkal, feltárjuk legmélyebb félelmeinket és szorongásainkat, megszűnik a tudatos elme ellenőrzése az emlékezés felett, és valamennyi, már „feledésbe merült” emlék felbukkanhat. Ezeknek a rejtett tudati törvényeknek a feltárulása kioltja a felszíni elme működéseit, és megvalósul a révület, az Ember felismerésének állapota. A ráismerő révület kezdeti szakaszát valamennyien ismerjük. Ez az az állapot, amikor valamilyen tárgy lázasan, mintegy „megszállottan” foglalkoztatja tudatunkat. Ennék mértékét az határozza meg, hogy mennyiben képes az elme önmagán túllépni. Más szavakkal: mennyiben vagyunk képesek az önmagunkkal azonosított képtől egy magasabb felismerési állapotnak, végső soron az Ember felismerésének érdekében elszakadni.

## AZ ÚRRÓL

- 24 A szentes cselekvés termései és hajlamai által sebzetlen, megkülönböztetett Ember az *Úr*.

**Magyarázat:** Az Alany egyedül az emberi lényben képes önmagára ismerni. Innen az Ember elnevezés. A személyiség, az egyén vágyaktól

űzve, korlátok közé szorítva cselekszik és tapasztal. Ennek oka az, hogy tetteit szenvedek vezérlik, tetteinek eredményei, tapasztalásai pedig újabb szenvedek, hajlamok kialakulásához vezetnek. Ezen a módon ágyazódik bele az érzékvilágba. A megszabadulás útja a hajlamok kioltása, a szenvedtlen cselekvés és a tett-eredmények általi érintetlenség fenntartása. Az Úr, az Istenség nem más, mint az a végső Alany, aki mentes mindezekről.

25 Benne a mindentudás magja felülmúlhatatlan.

26 Ő az elődök mestere is, mert nem korlátozza az idő.

**Magyarázat:** A változások, átalakulások sorozatán túl egyetlen érintetlen pont található. Ez a minden tapasztalás mögötti végső Szemlélő, aki jelen volt a születésben, az egyéni születés előtt, minden idők minden tapasztalásában, és jelen lesz a jövőben is, amikor mostani testünk már régen elenyészett. Az időből szemlélve úgy látjuk, hogy a Tapasztaló újra meg újra testet ölt a világban, és ezt teszi mindaddig, amíg tapasztaló lény lesz a Földön.

27 Ő hallatszik a Morajlásban.

28 Ezt zengetve élhető át Annak értelme.

**Magyarázat:** Ez az időtlen Szemlélő nem beszél nyelvet, nem gondolkodik és nem vélekedik a kimondott valóságról. Egyetlen szava a Morajlás, az A-U-M. Ha ezt a hangot lassan és figyelmesen kiejtjük, úgy megélhetjük a lét folytonos teremtését. Először a külvilág felé táruló „A” nyílik ki, majd a befelé mélyülő „U”, Legvégül pedig a becsukott szájjal a test bensejében, a szívben zengetett „M”. Ez a hang azzal az örök morajlással azonos, amely ott zeng a csillagok harmóniájában, az utcai járművek zajában, vagy a vér keringésében. Ez az Úr szava, a „vagyok”, a „létezem” hangja.

## AZ AKADÁLYOKRÓL

29 Innen az ember önmagára lel, és az *akadályok* is megszűnnek.

30 Betegség, konokság, kételkedés, hanyagság, restség, féktelenség, szétszórtság, felszíniesség és állhatatlanság a tudatot eltérítő akadályok.

31 Szenvedés, rosszkedv, tagok rángása, sóhajtozás jár azzal, ha eltérített.

### 32 Ezek elhárítása végett az egyvalóságot kell gyakorolni.

**Magyarázat:** A 30. szútrában felsorolt akadályok voltaképpen az elme ösztönös védekezése során alakulnak ki. Nemcsak a magasabb megismerés elleni tiltakozásból születhetnek meg, hanem minden olyan tudatos mozdulattal szemben is, amely a tudat eredendő természetének, a csapongásnak, állandó kavargásnak és tárgyhoz-kötődésnek a lebírására irányul. A tudat folytonos eltérítettsége során szorongás alakul ki. E kifordult állapotot úgy lehet rendbehozni, ha érdeklődő, törődő, de nem ragaszkodó figyelemmel fordulunk megismerésünk tárgya felé. Az éppen jelenlevőre összpontosítás az akadályok eltűnését és a tudat összpontosulását eredményezi.

## A LETISZTULÁSRÓL

### 33 A tudat akkor tisztul le, ha szeretetet, türelmet, derűt és elnézést gyakorol az örömteli és szenvedésteli, helyesnek és helytelennek minősített tapasztalások iránt.

**Magyarázat:** Az akadályok eltűnése után következik a tudat figyelmi állapotát megzavaró vélekedések, belső képzetek széteszlása, a tudat letisztulása. Patandzsali több módszert ismertet ennek megvalósítására. Az első a világ folyamataiban (a tudat eseményeiben) való aktív, szeretetteljes, de ugyanakkor kívülálló, érintetlen részvétel. A szútrában felsorolt négy szellemi alapállás révén az alany elfogulatlanul képes szemlélni a vele szembenállót, és a tudat nem veszik el többé a világ ellentétpárjainak kavargásában.

### 34 Vagy kilövellve megtartott lélekzéssel.

**Magyarázat:** Az Igázás hagyománya úgy tartja, hogy minden kifelé irányuló testi vagy lelki mozdulattal kiárad az életerő, a belső világ kiürül, és készen áll a tapasztalás újbóli befogadására. A táplálkozás, a lélekzés és a szexuális energiák irányítására súlyt fektető jóga-irányzatok gyakorlatának az volt a lényegi-mozdulata, hogy a gyakorló „lövelljen”, adjon ki magából minden belülről feszítő, felkavaró energiát, és maradjon meg az ezután bekövetkező kiüresedett állapotban. Így megszűnik az elme „lélekzése”, külső és belső közötti ingázása, a tudat kiürül és önmagára tisztul.

- 35 Az elme megállapodásához vezet az is, ha létrejön tárgyra irányuló működése,  
36 illetve gondtalan, tündökletes működése,  
37 illetve a vágytalanul tapasztaló tudat,

**Magyarázat:** A fenti három szútra a ráismerő révület előkészítő gyakorlatait ismerteti, és szoros kapcsolatban áll a 33. szútrában megfogalmazott szellemi alapállásokkal. Az első a lét állandó, megismerő figyelmét, a második a megismerés gyönyörűségének, a szép élményének fenntartott állapotát, a harmadik pedig a vágyakozás nélküli, tiszta szemlélődést írja le. A három állapotot felfoghatjuk egy megismerési folyamat egymást követő szakaszainak is. Ennek során a korábban ingerlő természetű tapasztalások kiüresednek, és lényegi mivoltukban mutatkoznak meg. A végső valóságban megismert tárgy pedig a tudat uralma alatt áll, így az elme nem esik többé semminek sem áldozatául.

- 38 illetve az álom és elalvás ismeretére támaszkodó tudat.

**Magyarázat:** Ez a gyakorlat részben az álomvilág tudatosítása és elemzése révén próbálja feltárni és kioltani az ébrenléti tudat gátlásait és vélekedéseit, részben pedig azt a folyamatot gyakorolja, ami elalváskor történik meg mindannyiunkkal. Eleresztí a dolgokat, és a Természet tudatot kioltó erejét használja fel arra, hogy feloldja a tapasztalásokat „fontossá” színező lelki kötelékeket.

- 39 A bármiben való elmélyedés által is.  
40 A legparányibbtól a leghatalmasabbig terjed ennek uralma.

**Magyarázat:** Az elmélyedés mintegy összefoglalja és beteljesíti az összes eddigieket. Ez a gyakorlat már nem annyira a megismerendő, mint inkább a megismerés természetét tárja fel. Ennek során a szemlélő ráébred arra, hogy a látvány intenzitása és milyensége magából a látás folyamatából fakad. A világ képét a tudat eredendő ösztönzései festik elénk. Ebben az állapotban nyugszik el végleg a tudat, itt ismerszik meg a teremtő alany, az Ember, akinek jelenléte mindent áthat a legkisebb atomoktól a végtelen világmindenségig.

## AZ EGGYÉVÁLÁSRÓL

- 42 Az *eggyéválás* az az állapot, amikor a megtapasztaláskor rezdületlen tudat annak színét veszi fel, amin nyugszik, miként a tiszta kristály.

**Magyarázat:** Patandzsali az egygyéválás állapotára a hegyikristály hasonlatát hozza, amely más tárgyakkal érintkezve felveszi azok színét. Hasonlóképpen veszi fel a letisztult, rezdülésektől mentes tudat is a tapasztalás tárgyának „színét”, állapotát. Ekkor a megismerési pillanat három összetevője, a tapasztaló, a tapasztalandó és a tapasztalás aktusa elválaszthatatlan egységet alkot. Ez az egygyéválás, a tiszta, elvektől mentes megismerés állapota, ami az előző szútrákban taglalt akadályok eltűnése után valósul meg.

- 42 A *töprengő egygyéváláshoz* szó, jelentés, ismeret és képzelgés keveredik.
- 43 Amikor az emléktisztulásban az önforma mintegy kiüresedik, és csupán a miértvalóság ragyog: ez a *nem töprengő egygyéválás*.
- 44 Ez egyben a rejtett tárgyú, *bizonyossággal bíró* és *bizonyossággal* már *nem bíró* egygyéválás magyarázata is.
- 45 A rejtett érzékvilágnak a jeltelen a vége.

**Magyarázat:** Az egygyéválásnak két szintje van. Az első szinten a megismerő tudatban még lezajlanak gondolkodási folyamatok, jelentést hordozó szavak bukkannak fel, működik a képzelet és az ösztönvilág. Ezeknek a kialvása után valósul meg az egygyéválás második, nem töprengő szakasza. A gondolatok eltűnése a vélekedő én eltűnését eredményezi, s ennek révén az emlékezés kitisztul, vagyis tudatosulnak a jelen ösztönzések mögött rejtőző, múltbeli tapasztalások. Ezáltal megvilágosodik az éppen adott tapasztalás értelme, miértje, amely végső soron a tudat tárgyának lényegével, létének értelmével azonos. Vagyis a révületben láthatóvá lesz, hogy a szemlélt dolog tartalmát és minőségét egyaránt a szemlélő ösztönzéseiből nyeri. Az énség kiüresedése a tapasztalati tárgy „önlétének”, azaz objektivitásának a kiüresedését hozza magával. Ebben az állapotban a megismerés mértékadója a szemlélő alany válik. A szemlélő jeltelen, ismerv nélküli és nem azonos a tudattal, a belső érzékvilággal, ami még a Természet részét képezi.

- 46 Ez még csak a *maggal bíró révület*.

- 47 A bizonyosság nélküli elmélyedés gyakorlatában letisztul az önlélek.
- 48 Itt van a rendet hozó Felismerés.
- 49 Ennek tárgya más, mint a hallott vagy kikövetkeztetett felismerések, mivelhogy más célt tűzött ki maga elé.
- 50 A belőle születő ösztönzés minden más ösztönt lenyűgöz.
- 51 Lebírva ezt is, mindent lebírni. Ez a *magnélküli révület*.

**Magyarázat:** Az emlékek kitisztulásának révülete még az önösség magjával bír, hiszen az ösztönzések a személyes lét felé hajtanak. Ez a „megbizonyosodás” állapota. Az ezt követő szint a bizonyságok, igazságok nélküli, személytelen látás. Ekkor a tudatban egyetlen igazság, egyetlen belülről fakadó felismerés marad, az, hogy minden a letisztult „legfőbb lényegtől,” a Szemléltől függ. Ő az, aki a világ és a tudat rendjét megalkotja. Ez a valóság végső megtapasztalása, amely lényegileg különbözik minden egyéb, vallási vagy tudományos, hallott vagy kikövetkeztetett igazságtól, hiszen ezek mindenkor viszonylagosak és célzatosak. Ez a felismerés éppen ezért minden ösztönzés kioltását is jelenti. Ha pedig még ez is feloldódik, úgy a tudat utolsó tárgya is megszűnik. Ez a magnélküli révület szabadsága.

A jóga tudatállapotainak és a szánkhja lételméleti fogalmainak összefüggései:

| tapasztalhatóság | létsíkok       | tudatállapotok                  |
|------------------|----------------|---------------------------------|
| jeltelen         | Ember          | magnélküli révület              |
|                  | Eszmélet       | bizonyossággal nem bíró révület |
|                  | énképzet       | bizonyossággal bíró révület     |
| jelzett          | ész            | nem töprengő révület            |
|                  | érzékterületek | töprengő révület                |
|                  | a tíz képesség | letisztultság                   |
| tapasztalt       | lételelemek    | akadályozottság                 |

## II. A MÓDSZEREKRŐL SZÓLÓ NEGYEDRÉS

### A TETTEKBEN VALÓ IGÁZÁSRÓL

- 1 *A tettekben való Igázás:* kiégetés, önátlépés és odaadás az Úrnak.
- 2 Célja a révület átélése és a szenvedek gyengítése.

**Magyarázat:** A második negyedrészt a révület megvalósításához szükséges feltételeket ismerteti. A cselekvés síkján az Igázásnak három összetevője van: Az első az aszkézis, a kiégetés, vagyis a megszabadulás a korábbi tettek káros következményeitől. Ez teszi lehetővé a következő lépést, a Tanban való elmélyülést, s ezáltal a túllépést önmagunkon. A harmadik elem a továbblépés irányát szabja meg. Az Ember, az Úr iránti odaadás fényében elhalványul az érdekekből történő cselekvés, kialszik a szenvedély, és véget ér a szenvedés.

### A SZENVEKRŐL

- 3 *A szenvedek:* tudatlanság, önösség; vágy, viszolygás és kapaszkodás.
- 4 *A tudatlanság* a többi mezeje, amelyek szunnyadók, gyengék, gátoltak vagy felgerjedettek.
- 5 *A tudatlanság:* öröknek, tisztának, örömtelinek, léleknek fogni fel a mulandót, tisztátalant, szenvedéstelit és lélektelent.
- 6 *Az önösség:* egylényegűnek vélni a Látó és a látás képességét.
- 7 Öröme hajlás a *vágy*.
- 8 Szemvedésre hajlás a *viszolygás*.
- 9 Önlényeg hordozza a *kapaszkodást*, s így még az őt tudatosítóhoz is hozzátapad.

**Magyarázat:** A szenvedek a cselekvések mögötti ösztönzések, alapvető fajtái, belőlük sarjad a hibás szemlélet módja a dolgok önszempontú minősítése. A szenvedek annak megfelelően szunnyadók vagy megnyilvánultak, hogy milyen mértékben váltak konkrét cselekvésformákká: gondolatokká, érzelmi motivációkká, kimondott

szavakká vagy tettekké. Gyökerük a tudatlanság, a változó, mulandó világnak szilárd, maradandó létezőként való átélése. Ez az átélés eredményezi a tudattól független valóság, az objektivitás képzetét. Így a szemlélő alany az időbevetett, és ezen belül is pillanatnyi személyiséggel azonosítja magát, vagyis összekeveri a Látó és a látás képességét. Ennek során megkülönbözteti a számára „kedves” és „nem kedves” tapasztalásokat, és ragaszkodni kezd mindahhoz, amit a magáénak vél. Az átlagos cselekvéseknek és vélekedéseknek így többnyire az elvakultság, az önzés, a sóvárgás, a gyűlölet és félelem keveredése a mozgatórugója.

10 A rejtett szenvedések ellentéveskedéssel kerülhetők el.

11 Ha már rezdülésekké váltak, akkor elmélyedéssel.

**Magyarázat:** A rejtett szenvedések nem tudatosak, közvetettek, csak jelekből lehet következtetni rájuk, vélekedéseink, „ideológiáink” és tetteink elemzése, mozgatórugóinak megismerése révén. Eme rejtett énség feltárásában az éberség gyakorlása és a szenvedésekkel ellentétes, önzetlen cselekvés segít. Ez hozza napvilágra a cselekvésekben esetleg meg sem fogalmazódó szenvedés indítatásokat. A gondolatok és szándékok formájában testetöltött, rezdüléssé vált szenvedéseket sem lehet közvetlen módon kiirtani vagy elfojtani. Ez csak ahhoz vezetne, hogy a szenvedés elfojtottá, gátolttá válik, vagyis rejtett állapotba húzódik vissza. A helyes módszer ekkor a rezdülések elemzése, az igazi mozgatórugók feltárására irányuló elmélyedés. A szenvedések feltárására és kioltására a II. 33-39. és 40-45. szútrákban található szellemi alapelvek szolgálnak.

## A HAJLAMOS CSELEKVÉSRŐL

12 A cselekvés hajlama szenvedésekből gyökérezik. Fel kell azt tártani látott és nem látott születésben.

13 Ameddig megvan ez a gyökér, addig a gyümölcse: születés, élet és élmény.

**Magyarázat:** A szenvedések következménye hajlamos, vagyis egyéni érdekből történő cselekvés. Ennek következménye önös tapasztalás és élményszerzés lesz, aminek emléke még jobban megerősíti, „bevési” a szenvedés ösztönzéseket. „Meggzűletni” annyi, mint valamilyen tapasztalóként megjelenni a tapasztalásban. Ennek megjelenítő ereje pedig nem más, mint az előző „születések”, tapasztalások emlékeit őrző

ösztönzések. Ezeket a hajlamokat úgy a jelenlegi, mint a majdani testetöltésekkel kapcsolatban fel kell tárni, mert csak ez vezethet végső megszabaduláshoz. Ha létezik a szenv, úgy törvényszerű a cselekvésben való testetöltés, a tapasztalásról tapasztalásra vándorlás. Ez a folyamat az elmében „jó”, „rossz” és „semleges” élményeket vált ki, ezek az emlékek, belső minták hajtanak az újabb „születések” felé.

- 14 E gyümölcsök hűsítők vagy hevítők, helyes vagy helytelen okságuk szerint.
- 15 A különbségtevőnek azonban mindez csak szenvedés, mert a változások, az égető vágy és az ösztönzések mindig szenvedéssel járnak, valamint a minőségek ellentétes rezdülései miatt.

**Magyarázat:** A hajlamos cselekvés eredménye vagy kielégülés, vagy pedig csalódás. Az előbbi egy időre csillapítja az elme éhségét, az utóbbi rögtön új szenves cselekvésre hevít. A „jó” és „rossz” szándékokból fakadó cselekvés magától értetődően kellemesnek és kellemetlennek minősített élményekhez vezet majd. Ám a Természet lényegéből adódóan minden állapotot újabb állapot követ, minden ösztönzés után újabb ösztönzés következik. A tudati minőségek is törvényszerűen váltakoznak. A Világos minőséget mindig Homályos vagy Ragaszkodó váltja fel. A szenvedés így végső soron nem a fájdalmasnak ítélt tapasztalásokból, hanem a „jó” és „rossz” közötti különbségtevésből születik.

- 16 A jövőendő szenvedés kerülhető el.
- 17 A szenvedés okát kell elkerülni, a Látó és a látvány összekötözöttségét.

**Magyarázat:** A szenvedést a tárgyi világban nem lehet kikerülni. A menekvés egyetlen útja az, ha a szemlélő megszabadul a tárgy uralmától. Amennyiben az Ember nem függ önnön világától, vagyis azoktól az eseményektől, amelyek körülveszik, úgy fel sem merül az élmények minősítése. A tárgyi világhoz a szenvek kötöznek. A szenvek megszüntetése így a szenvedés megszűnését is jelenti.

## A LÁTVÁNYRÓL

- 18 A látványnak láttatás, tevékenység és állandóság a jellemzői, lételem és képesség a lényege, célja pedig az élmény vagy a megváltás.

- 19 Megkülönböztetett, meg nem különböztetett, csak jelekből következtetett és jeltelen a minőségek tartományai.

**Magyarázat:** A látvány a tapasztalás világa, a láthatóvá vált Természet. Ennek három alaptulajdonsága az, hogy önmaga értelmét feltárja a tudat előtt (Világos), hogy állandó mozgásban van (Ragaszkodó), s hogy ugyanakkor állandónak, objektívnak mutatkozik (Homályos). A látvány lényege szerint mindig kettős természetű, tapasztalt tárgyból (lételem) és tapasztaló képességből tevődik össze. A látás ugyancsak kettős célt szolgál. Alacsonyabb megismerési szinten azt segíti elő, hogy a megismerő tudat élményekhez, tapasztalásokhoz jusson, magasabb szinten pedig azt, hogy a tapasztaló a látványon keresztül önmagára ismerjen. A látvány megkülönböztetett síkja a külső világot, vagyis a lételemeket jelenti, a meg nem különböztetett képességeket, a belső tudattényezőket, az ész és az énképzetet. Ha mindezek a még tudatosítható tényezők jelen vannak, ez a jel az Eszmélet meglétére utal. A jeltelen a Természet megnyilvánulatlan állapotát jelenti, amiből mindezek kibomlanak.

- 20 Bár a Látó tiszta látás csupán, helyes irányultsággal meglátható.
- 21 Az ő célja a látvány lényege.
- 22 Ha a látvány a célját bevégzett számára el is tűnik, teljesen mégsem tűnik el, mert fenntartják a többiek.

**Magyarázat:** A megtapasztalt jelenségeknek egyetlen értelmük van, maga a megtapasztalás. Ha ez megtörtént, szertefoszlik az eddig valóságosnak hitt jelenségvilág. Bár a végső megismerésre jutott Alany kilép a tapasztalásból, a világ kibomlása mindaddig tovább folyik, amíg létezik végső megismerésre nem jutott tudat a mindenségben. Ezért a megismerés csodája örök időktől tart, és tartani fog örök időkön át.

- 23 Az összekötözöttség oka az, hogy a Gazda a birtok erejét önmaga erejével azonosnak fogja fel.
- 24 Ennek oka a tudatlanság.
- 25 Ha ez nincs, nincs az összekötözöttség sem. Ennek elhagyása a Látó egyedülvalósága.

**Magyarázat:** A látványt a tapasztaló ember vágya tartja életben. Amíg ez a vágy fennáll, addig a tapasztaló és a tapasztalt kölcsönösen feltételezik

egymást. Az én a világgal szemben határozza meg önmagát, és képtelen azt eleresztetni, hiszen ezzel önmagát is el kellene vetnie. Mint a szenvedéssel kapcsolatban már kiderült, a látványba kapaszkodás oka az, hogy a Gazda, az Ember megfedezkedik önmagáról, s ezért a birtokkal, a Természet legszubtilisabb elemeiből felépülő személyiséggel azonosul. Amint a Látó magára ismer, a jelenségvilág elveszíti megkötő erejét, és az énség szertefoszlik.

## AZ ELHAGYÁSRÓL

26 Az *elhagyás* eszköze: folytonosan meggyőződni a különbségről.

27 Ez hét szinten át a legmagasabb Felismeréshez vezet.

**Magyarázat:** A fentiekből kiderül, hogy a tudatlanságot megszüntető tudás nem ismeretszerű. Arra irányul, hogy a szemlélő alany lépésről-lépésre elkülönüljön a Természet egyre finomabb, „szellemibb” síkjaitól. A testek, az anyagi burkok levetése a következő hét lépésben történik meg:

1. Elkülönülés a lételemektől, vagyis az objektív világ hitének eltűnése.
2. Függetlenedés a képességektől, vagyis a külső világ szomjazásának kihunyása.
3. Az érzékterületek leválása, vagyis a képzeletműködéssel való azonosulás megszűnése.
4. Az ész megkülönböztetése, vagyis nem azonosulás a gondolatokkal.
5. Elkülönülés az énképzettől, vagyis az énség, a személyiség kioltása.
6. Az Eszmélet és az Ember megkülönböztetése. Ezen a szinten a Szemlélő már nem „tud” önmagáról.
7. A Természet és az Ember végső megkülönböztetése, a Látó egyedülvalósága.

## AZ IGÁZÁS TAGJAIRÓL

- 28 Ha állandósulnak az *Igázás tagjai*, akkor a tisztátalanság eltűnik, és a megkülönböztetésig sugárzik a felismerés.
- 29 A nyolc tag: magatartás, erény, ülés mód, lélekzetvezetés, visszavonultság, figyelem, elmélyedés, és révület.

**Magyarázat:** A fenti gyakorlatok az elme megzabolázásának egymásra épülő mozdulatai. Ha elveik állandósulnak a tudatban, vagyis minden élethelyzetben, állapotban és cselekvésben kifejeződésre jutnak, akkor eltűnnek a tudatlanság folytán kiépült téves képzetek, és lehetőség nyílik a magasabb felismerésre.

## A MAGATARTÁSRÓL ÉS AZ ERÉNYRŐL

- 30 A *magatartás*: ártatlanság, igazság, igénytelenség, tanítványság, nincstelenség.
- 31 Ennek érvénye nagy fogadalomként mindenre kiterjed, származástól, helytől, időtől és alkalomtól függetlenül.

**Magyarázat:** A helyes magatartás elveit elsősorban a lappangó szenvedélyek iránti elővigyázatosságból kell gyakorolni. Mint a későbbi szútrákból kiderül, a felsorolt magatartási formák felvétele alapvető tudati és létszemléleti változáshoz vezet, ha elveik állandósulnak, és minden élethelyzetben áthatják a cselekvés és a tapasztalás indítékait.

- 32 Az *erények*: tisztaság, elégedettség, kiégetés, önátlépés és odaadás az Úrnak.

**Magyarázat:** A magatartás fenti elveivel párhuzamosan az erények a viselkedésmód aktív elveit jelentik, ennek megfelelően elsősorban a szenvedélyek megnyilvánult formáit oldják fel. E gyakorlat lényege abban áll, hogy az ösztönösen felbukkanó szenvedélyes indítatások helyébe tudatos, és a megismerést előrevivő ösztönzéseket állítsunk. A magatartás és az erény elvei bizonyos szempontból meg is feleltethetők egymásnak: az ártatlanság egyben a szándékok tisztaságát jelenti, az igazság az adottal való megelégedést, az igénytelenség a vágyak és kívánságok kiégetését, a tanítványság a vélt énség kioltását és felülmúlását, a nincstelenség pedig azt a hitet, ami kizárólag az Úrba veti bizodalját.

- 33 Ártalmas gondolat esetén az ellentétét kell átélni annak.

- 34 Az olyasféle gondolatoknak mint az ártás, mindig sóvárgás, düh vagy elvakultság az előzménye. Legyenek bár gyengék, közepes mértékűek vagy eluralkodottak, mindig végnélküli szenvedés és nem értés lesz a gyümölcsük, függetlenül attól, hogy tetté válnak-e, másokat buzdítunk-e rájuk, vagy csak helyeseljük őket. Ezért kell átélni ellentétüket.

**Magyarázat:** A fenti szútrák a megnyilvánult szenvedések elhárításának módját ismertetik. A szenvedések többnyire cselekvésekbe és gondolatokba burkolva jelennek meg. Az önösség mesterkedése folytán rendszerint a külvilág minősítésében öltenek konkrét formát: „ártani akar nekem”. Mivel a szándékká vált szenvedéseken már nehéz uralkodni, helyesebb, ha csírájukban ragadjuk meg őket. Egy dolog iránti ellenszenv ellentétét átélni – elképzelni ugyanezen dolog kedvességét, tudatosítani önmagunk hasonló visszasságait, és felismerni az ellenszenvnek saját létünkre visszahulló káros hatásait.

- 35 Az ártatlanságon alapuló környezetben megszűnik az ellenségeskedés.
- 36 Az igazságon alapuló tettek gyümölcse felkínálkozik.
- 37 Az igénytelenségen alapuló minden értéket elérnek.
- 38 A tanítványságon alapuló bátorságot nyernek.
- 39 A nincstelenségben szilárdak ráeszmélnek arra, hogy mit is ér a születés.

**Magyarázat:** A fenti elvek gyakorlása konkrét, tapasztalható eredményekkel jár, ezekből pontosan lemérhető a gyakorló erkölcsi elmélyültsége. Bár alapjában véve minden egyes elv az összes szenvedéskialakítására irányul, mégis megfigyelhetünk bizonyos párhuzamokat. A viszolygás szenvedéskialakító ártatlanság legmagasabb fokán álló emberben fel sem merül többé az a gondolat, hogy a külvilág ártó szándékkal fordulna felé, vagy ártalmára lehetne. Az önösségen felülemelkedő, igaz ember nem fél szembenézni önmagával, az adott valóságot elfogadja, és rálát arra, hogy a mindenkori léthelyzet korábbi cselekedeteinek eredménye. A vágyait megszüntető, igénytelenségben élő ember függetlenné válik világának dolgaitól, ezért szabadon válogathat azok között. A tanítványságon alapuló ember nem félti a sokak által valósnak vélt önös érdekeket, ezért bármilyen léthelyzettel bátran szembe tud nézni, mert az önmagán való túllépés lehetőségét látja benne. A tudatlanságból fakadó ragaszkodás kioltása során kiderül, hogy a személyiség, a világban elért

méltóság időbevetett szerep csupán, s mint ilyen, a Természet illuzórikus játéka.

- 40 A *tisztaságból* következik az öntag szemérme, és a másokkal való nem közösködés.
- 41 Valamint a szellemi tisztaság, a jóindulat, az egyhegyűség, az érzékek feletti uralom és az önmagára látás képessége.
- 42 Az *elégedettség*ből a legfőbb boldogság elnyerése.
- 43 A *kiégetésből* – a tisztátalanság eltűnése miatt – a testi és képességbeli beteljesedés.
- 44 Az *önátlépésből* a kívánt istenséggel való kapcsolat.
- 45 Az *Úr iránti odaadásból* a révület beteljesedése.

**Magyarázat:** A tisztaság erénye a viszolygás erejét mintegy önmaga felé fordítja. Az öntest imádatának kialvása után megszűnik az a vágy, hogy az elme a biztonságot a kéjben, a kényelemben és más testek birtoklásában keresse. Az idegenkedés az anyagi hordozóktól kioltja a vágyat, és a tudatot tisztává teszi, ez pedig a megismerhető világ feltárulását vonja maga után. Az önösség éhségét kioltó elégedettség nem beletörődést jelent, hanem az adott elfogadását, így elsősorban az igazság elvével áll kapcsolatban. A kiégetés során elhamvadnak a testet és az elmét szennyező kötelékek, s a tapasztaló a vágytól, sóvárgástól mentes önmagára tisztul. A kapaszkodás szenvét kioltó tanítványság a szentiratok tanulmányozását és a folytonos tanulás erényét jelenti, aminek során az ember mindig egy önmagán túli, a jelenlegit meghaladó tudatállapot felé fordul. A „kívánt istenség” kifejezés ezt is jelentheti. Hagyományosan a tanítványsághoz a szüzességi fogadalom is hozzátartozott. A minden külső és belső kapaszkodótól megszabadult odaadás állapotában pedig egyetlen tudás létezik, az Úr tudása. Ez a legfőbb felismerés a személyes létezés feloldja, majd a révület beteljesedésében az újralétesülést okozó tudatlanságot megszünteti. Tekintsük át a szenvet, a magatartási formák és az erények összefüggését a következő táblázaton:

|                                     |                    |                  |                     |                                      |
|-------------------------------------|--------------------|------------------|---------------------|--------------------------------------|
| „kifelé” ható<br>eredmény           | magatartás         | szenv            | erény               | „befelé” ható<br>eredmény            |
| bizalom                             | ártatlanság        | viszolygás       | tisztaság           | szellemivé<br>tisztulás              |
| elfogadás                           | igazság            | önösség          | elégedettség        | kiegyensú-<br>lyozottság             |
| felértékelődé-<br>s                 | igénytelensé-<br>g | vágy             | kiégetés            | testi<br>képességek<br>tökéletessége |
| félelem-<br>nélküliség              | tanítványság       | kapaszkodá-<br>s | önátlépés           | az<br>eszménykép<br>elérése          |
| a világi<br>születés<br>megismerése | nincstelenség      | tudatlanság      | odaadás az<br>Úrnak | lelki<br>beteljesedés                |

## AZ ÜLÉSMÓDRÓL

- 46 Az *ülésmód* szilárd és örömteli.
- 47 Az erőlködés fellazításából és a végtelen eggyéválásból fakad.
- 48 Ettől fogva nem zavarnak többé a kettősségek.

**Magyarázat:** Az ülés mód elsősorban azokat a testi gyakorlatokat, helyzetvételeket jelenti, amelyek segítik az eggyéválás megvalósítását. Átvitt értelemben azonban a tapasztaló mindenkori állapotára, a pillanatnyi szituációkban s egész világában elfoglalt helyzetére is érthető. És mikor a természetes, az adottat elfogadó magatartás révén a külső és belső helyzet örömtelivé és megingathatatlaná lesz, akkor megszűnik az elme hangulatainak csapongása, s az értelem megszabadul az ellentmondásoktól.

## A LÉLEKZETVEZETÉSRŐL

- 49 Ha ez megvalósul, akkor következik a *lélekzetvezetés*, a sóhajtozás menetének visszafogása.
- 50 A lélekzetvezetés hosszantartó és finom. Rezdülése kifelé és befelé fordul, illetve megállított. Helye, tartama és gyakorisága alapján határozható be.

**Magyarázat:** A rezdületlen testi és lelki állapot felvétele után következik az elme rezdüléseinek lecsillapítása. Az Igázás ezt sajátos, közvetett módon valósítja meg. Ez a lélekzetvezetés, a belső életenergiák szabályozása. Ezek a folyamatok többnyire öntudatlanul, az elmebeli rezdüléseknél hosszabb idő alatt mennek végbe. Három szakaszuk a „kilélekzés”, az énség érvényesülése a külső világban, a „belélekzés”, a külső világ újbóli birtokbavétele, valamint a kettő közötti szünet, a „belélekzett” feldolgozása és megkötése. A tudatosult gondolkodási folyamatokban ezek a szakaszok többnyire rejtettek, és csak jeleik alapján következtethetünk rájuk. Ilyen a konkrét, testi lélekzés, a táplálkozás és egyéb testi folyamatok irányultsága, időtartama és számossága. Az Igázás ezeknek – a meditációs gyakorlatokban elsősorban a lélekzésnek – a szabályozásával hat vissza a tudat működéseire.

- 51 A *negyedik* rámutat a külső és belső érzékvilág kapcsolatára.
- 52 Ettől fogva eltűnik a fény takarója,
- 53 és az ész képessé válik a figyelemre.

**Magyarázat:** A Igázás negyedik gyakorlatának lényegét a lélekzés folyamatának tudatosítása és uralma képezi. Ez a folyamat a „külső” és „belső” határán megy végbe. E gyakorlat legfontosabb célja az, hogy a külső és belső táplálékától megfosztott énség elhalványuljon. Ekkor az ember megszabadul a belső képek, gondolatok és szorongások kényszerétől, és rövid időre elcsitul az ész „lélekzése”, a külső és belső közötti cikázása. Az életvezetés gyakorlata ezt az elcsendesült állapotot próbálja megragadni és állandósítani. A tudat minősége ekkor a Világos felé fordul, a tiszta értés állapotában marad. A szemlélő ekkor válik képessé az irányultságoktól mentes, tiszta szemlélődésre.

## A VISSZAVONULTSÁGRÓL

- 54 A *visszavonultság* az az állapot, amelyben a képességek nem kötődnek önnön tárgyaikhoz, hanem a tudat önformájához hasonulnak.
- 55 Ebből valósul meg a képességek fölötti tökéletes uralom.

**Magyarázat:** A tárgyhoz kötött tapasztalásban az elme mindig annak a tárgynak a színét ölti magára, annak hangulatába vált, amelyik éppen tükröződik benne. A lélekzet megfigyelése során elhalványul a tudattárgyak fontossága. Az Igázás következő tagja ugyanezt a mozdulatot hajtja végre az érzékszervek területén. A látás, a hallás és a többi érzékelő képesség ekkor felszabadul az érzékelés kényszere alól, ez a tudatban a képi, szóbeli elmeműködés elcsendesedését vonja maga után. A Szemlélő ekkor akár meg is szüntetheti az érzékszervi tapasztalást. Ez készíti elő az Igázás legmagasabb szellemi gyakorlatát, az összpontosulást.

### III. A HATALOMRÓL SZÓLÓ NEGYEDRÉS

#### AZ ÖSSZPONTOSULÁSRÓL

- 1 *A figyelem a tudat helyhez kötése.*
- 2 *Az elmélyedés az, ahol a tudat azonosul önmaga tárgyával.*
- 3 *A révület az, amikor a tudat önformája kiüresedik, és csupán a miértvalóság ragyog.*
- 4 *Az összpontosulás az előbbi három együttese.*
- 5 *Felviláglik a felismerés, ha ez győzelemre jut.*
- 6 *Ám csak fokozatosan valósítható meg.*

**Magyarázat:** A legmélyebb megismerés, az összpontosulás az Igázás három utolsó tagját fogja össze. Ez a megismerési folyamat az elme, a gondolkodás rögzítésével kezdődik. Ezáltal megszűnik az elme csapongása, és a figyelmet egyetlen tárgy köti le. A szemlélődés második fokozatán a megismerés már nem annyira a tárgyra, mint inkább a szemlélő és a szemlélt kapcsolatára összpontosul, mintegy kioltja a tudatnak a tárggyal kapcsolatos vélekedéseit. Ugyanakkor tudatosul a tárgyat az alany számára fenntartó elv, amely voltaképpen a megismerés valódi szándékával azonos. A harmadik szakasz a révület állapota. Ebben a tárgy, és az arról vélekedő énség kettős valóságának képzete kiüresedik, és a tudatosság középpontjában csupán egyetlen cél, a megismerés miértje ragyog. Ekkor a megismert – tárgyi valóságától megfosztva, immár tudati jelenséggént – a megismerőhöz tér vissza. Az összpontosulás voltaképpen megkülönböztetési folyamat, ami a II. 27. szútrában közölt megismerési szinteken keresztül, fokozatosan valósul meg.

- 7 *Ez a három tag belsőbb az előbbieknél,*
- 8 *a magnélküli révülethez képest azonban külső tagok csupán.*

**Magyarázat:** Az Igázás nyolc tagja szerves egységet képez. Ez a nyolc tag valójában egyetlen mozdulat nyolc szakasza. Vagyis bármely, a tudat leigázására irányuló tett ebből az öt külső és három belső mozdulatból áll, és a magnélküli révület teljes szabadságában teljesedik be.

## A VÁLTOZÁSOKRÓL

- 9 A *lebírtágba váltás* az az állapot, amelyben a mozdulás ösztönzései háttérbe szorulnak, a lebírtás ösztönzései pedig előtérbe lépnek. A tudat ekkor a lebírtás pillanatát próbálja megragadni.
- 10 Ha ez ösztönössé válik – elcsendesült áramlás.
- 11 A *révületbe váltás* az az állapot, amelyben a tudat bármiért valósága eltűnik, és felbukkan az egyhegyűség.
- 12 Az *egyhegyűségbe váltás* az, ha a lebírtás küzdelme elcsitult, a révület folyamata állandósult, s e kétféle irányulás kiegyenlített.

**Magyarázat:** A fenti szútrák a tudat figyelemmé, elmélyedéssé és révületté alakulásának folyamatát ismertetik. Az első szakaszban eltűnnek az ébrenlét állapotára jellemző csapongó ösztönzések, és az elmét a megismerési vágy uralt ösztönzései töltik be (9.). Ennek az összpontosuló figyelemnek a legmagasabb fokán megszűnik a fogalmi gondolkodás is, ez teret enged az elfojtott, nem tudatos emlékképek felbukkanásának (10.). Ekkor lehetővé válik az elmélyedés, a rejtett elmeműködések megfigyelése. A harmadik szakaszban a figyelem már nem követi a mélyből felbukkanó ösztönzések áramlását, hanem egyetlen ösztönzésre, a cél megvalósítására összpontosul (11.). Ekkor a bármihez szívesen csapódó elme helyébe az alanyt, a tárgyat és a megismerést egyesítő tudatosság lép. Ez a révület élménye.

## AZ ÖSSZPONTOSULÁSSAL NYERT HATALOMRÓL

- 13 Ez érteti meg a lételemek és a képességek síkján végbemenő, *törvényt követő, ismérves és alaponálló változásokat* is.
- 14 A *törvényt követő* változások az elnyugvás, a felbukkanás és a lappangás rendjét követik.
- 15 Ha más lenne a sorrend, más lenne a változás.
- 17 A háromféle változásra összpontosulva *megismerhető a múlt és a jövő.*

**Magyarázat:** Az összpontosulás állapotában tárul fel a látvány, a „külső világ”, önmagunkra vonatkoztatva pedig fizikai testünk átalakulásának törvénye is. Minden átalakulási folyamat három szakaszra osztható. Az első a múltbéli, elszenvedett fázis, annak meglétére csak ismérvek utalnak. (Példa: egy fa az előtte létezett fa magvából keletkezett.) A második fázis a felbukkant, jelenlegi, aminek érzékszervileg megalapozott valósága van. (Példa: A jelen pillanatban tapasztalt fa.) A harmadik szakasz a még kimutathatatlan, lappangó, jövőbeli fázis, amelynek ténye a mostani ismérvei alapján bizonyítható. (Példa: Ennek a fának a magvából is új fa sarjad majd.) Tudjuk azonban, hogy a szánkhja jóga felfogása szerint a „külső” világ mindig jelenidejű, hiszen nem lehet a múltban vagy a jövőben tapasztalni. Ez a két idősík csak a „belső” világ jellemzője, vagyis az elme teremti őket. Amennyiben szemlélődésünket a 13. szútrában ismertetett három változásra irányítjuk, úgy megbizonyosodunk arról, hogy a jelen pillanat múltbeli tapasztalások eredménye is, a jövő képzetét pedig a bennünk lévő múltbeli és jelenlegi hajlamok, megszokások teremtik. A jelenlegi tudatállapot értelmi és érzelmi összetevőinek elemzéséből pontosan visszaidézhetők a múltbeli tudatállapotok, és meghatározható a jövőbeli „események” valószínűsége.

- 17 Zavar van abból, hogy a szavak, jelentések és irányultságok egybemosódnak. Szétválasztásukra összpontosulva *minden lény kiáltása megismerhető*.

**Magyarázat:** A nyelv, ami a szavakból, azok közvetlen és átvitt jelentéséből, valamint a beszélő szándékából, irányultságából tevődik össze, valójában az alanynak a léthez való viszonyát tükrözi. Természetesen nyelvnek számít minden önkifejezési mód, aminek meghatározott jelrendszere van. Ha az összpontosulás a zavar megszüntetésére irányul, vagyis e három síkot egymástól megkülönbözteti, úgy feltárul a beszélő szavakon túli, valódi mondanivalója.

- 18 Az ösztönzéseket nyilvánvalóvá téve *megismerhető az előző születés*.

**Magyarázat:** Az ösztönzések elnyomott, tudattalan emlékekből fakadnak. Így a korábbi létformákban gondolatként, vágyként vagy élményként való testetöltésük jelenlegi hajlamaink elemzése útján tárható fel. Hasonlóképpen ismerhető meg más lények „előző születése” is.

- 19 Irányultságait megjelenítve *megismerhető a másik tudat*.

- 20 Ám támasztéka nem, mert nem az volt az összpontosítás tárgya.

**Magyarázat:** Egy lény látásmódjának, a világhoz való viszonyának megismerése feltárja annak tudatát, belső világát. Ennek alapján következtetni lehet arra is, hogy a másik tudat miként látja a dolgokat, miként vélekedik felőlük. Az viszont, hogy mit lát, nem tapasztalható közvetlenül, mert a másik lény érzékvilága nem tartozik saját érzékvilágunk körébe.

- 21 A testi formára összpontosulva, ha annak megragadtató ereje megállított, elérhető az elrejtettség, mivel ekkor a látáshoz nem kötődik a láttatás.

- 22 Ezzel elmondtuk a hallás és a többi érzékelés síkján való elrejtettséget is.

**Magyarázat:** Belső indíttatásaink, önmagunk „láttatása” szabja meg azt, hogy mennyiben tesszük érzékelhetővé önmagunkat a világ számára. Ha az összpontosulás a látás és „láttatás”, hallás és „hallatás” összeszővődött kapcsolatára irányul, és azokat szétválasztja, úgy észrevétlenné válhatunk a világban, és ennek ellenére is a lét figyelmes szemlélői maradunk.

- 23 Meglépett vagy meg nem lépett a tett. Erre összpontosulva – illetve az előjelekből – megismerhető a végzet.

**Magyarázat:** A tapasztalt világ nem más, mint korábbi tetteink eredménye. A jövő részben a jelen pillanatból, részben pedig a belőlünk fakadó, újabb tettekre ösztökélő hajlamokból alakul ki. Mivel minden egy örök változási folyamati rész-elemét képezi, tetteink következményeit már most magunkban hordozzuk. Ha múltbeli cselekvéseinkre és jelenlegi szándékainkra összpontosulunk, úgy feltárul az, hogy mire számíthatunk.

- 24 A szeretetre és a többire összpontosulva *erők* nyerhetők.

- 25 Az erőkre összpontosulva az elefánt és hasonló ereje.

**Magyarázat:** A szöveg a szeretet, a részvét, derű és elnézés erényeire utal (I. 33. szútra). Ha ezek megerősödnek az elmében, úgy semmivé foszlik az ösztönzések és a sors hatalma. A megismerés rendkívüli erőkre tesz szert, mert az elmét már nem érik a jó és rossz kettősségének csapásai.

- 26 A megjelenés megvilágítására helyeződve megismerhető a rejtett, a közvetett és a távoli.

**Magyarázat:** A megnyilvánult, tapasztalható Természetben a lét rejtett síkjai tükröződnek. A dolgok működése, rendje, pályája, sorsa sohasem hazudik. Erre összpontosulva feltárul rejtett valóságuk, közvetlenül nem látható kapcsolatrendszerük más dolgokkal, és távoli, még be nem teljesedett céljuk, létük végső értelme.

- 27 A Napra összpontosulva *megismerhető az eleven világ.*
- 28 A Holdra összpontosulva *megismerhető a csillagzatok rendje.*
- 29 A Sarkcsillagra összpontosulva *megismerhető a csillagok járása.*

**Magyarázat:** Felfoghatjuk ezt úgy is, hogy a Nap az ébrenléti állapotban tapasztalt külső, „eleven világ” szimbóluma. A Hold a belső, álombéli állapot, a tudattalan működési rendjének jelképe. A Sarkcsillag az Ég mozdulatlan középpontja, benne az elme lényege, az egyedüli, mozdulatlan öntudat tükröződik. Ha a végső megismerés erre a három princípiumra irányul, úgy a Nap révén feltárulnak az ébrenlét és a tapasztalati világ törvényei, a Hold révén tudatosulnak a „csillagzatok”, a tudattalan indíttatások, és az ezekből születő karakterek, a Sarkcsillag pontjából pedig betekintést nyerhetünk e sorserők működésébe.

- 30 A köldök körzetében összpontosulva *megismerhető a testiség rendje.*
- 31 A torok-kútban: az *éhség és szomjúság megszűnése.*
- 32 A teknőc-érben: *megszilárdulás.*
- 33 A fejcsúcs tündöklésében: a *beteljesedett látás.*
- 34 Mindez elérhető közvetlen szembesülés által is.
- 35 A szívben maga a *tudat válik megérthetővé.*

**Magyarázat:** A jóga hagyománya a tudat működéseit nem csak az agyban képzelel el, hanem a gerinccsatorna mentén az egész testben meghatároz úgynevezett tudat-körzeteket. Patandzsali rendszere alapján az első körzet a köldök (30.), testetöltésünknek és testi felépítésünknek látható emléke. Ide tartoznak az emésztés és a táplálék felvétel vegetatív tudatműködései is, melyek a testet folyamatosan fenntartják és megújítják. A következő szint a szív körzete (35.), ez a belső világ, a lélek középpontja, ahonnan a tudatállapotok megszületnek. Ezért itt ragadható meg a túlnyomórészt ösztönösen működő elme. Ezután a torokba helyezett tudatkörzet (31.)

következik. Ez az énség, a személyiség lakóhelye, innen öltenek testet az elme legsóvárbab vágyai. Efölött, a két szem között helyezkedik el az éber, figyelő tudat pontja (32.), amely a pillanatnyi elmét a tudatosság legfelső helyével, a fejtetővel összeköti (33.). Ez az emberi test csúcsa, az egyéni lét felső határa. Ennek magasságába emelkedve és innen körültekintve minden megismerendő belátható. A tudat-körzetek egymás utáni tudatosítása mellett létezik egy másik, közvetlen út is. Ez a „szembesülés”, vagyis a felsorolt elvek alapján történő összpontosulás anélkül, hogy azokat a test valamely pontjához kötnénk.

- 36 Másértvalóságból lesz az élmény. Ez olyan irányultság, amely a Világost és az Embert összekeveri, holott azok végképp különbözök. Az önmagáért-valóságra összpontosulva *megismerhető* az *Ember*.
- 37 Onnantól a közvetlen szembesülésből fakadó hallás, érzés, látás, ízlelés és szaglás jut győzelemre.
- 38 Ezek rossz tünetek a révületben, a mozduláshoz képest azonban beteljesedést jelentenek.

**Magyarázat:** Mint a II. 18. szútrából kiderült, a látványnak kettős célja van: vagy az élmények szerzését, vagy pedig a megváltást szolgálja. Amennyiben a Természet legmagasabb megnyilvánulási formáját, a tudatot, a Világost összekeverjük a végső tapasztalóval, úgy a látványt a tudat irányultságai szerint ítéljük meg. Jobbnak vagy rosszabbnak, magasabbnak vagy alacsonyabbnak véljük más látnivalóknál. Ekkor a tudat nem képes önmagán alapulni, hanem újabb és újabb látnivalók felé fordul, vagyis másért-való. Az Ember azonban nem keverendő össze a tudat legmagasabb síkjait alkotó Eszmélettel és énképzettel. Az alany lényegénél fogva önmagáért-való létező, s ennélfogva természetes állapotában a jelenségek által nem befolyásolt. Más szavakkal: a Természet képződményeinek önmagukon kívül eső célja van, az Ember, míg ez utóbbi pusztán önmagáért való. Ennek felismerése a látványra is visszahat, hiszen ha a tapasztalás nem az élményszerzést, hanem az élménytől való eloldódást szolgálja, akkor a megismerés „közvetlen szembesüléssé”, a dolgok minősítések és társítások nélküli tiszta szemlélésévé lesz. Ezáltal minden jelenség egyedivé és lényegessé válik, hiszen a látványban nemcsak a tárgy, hanem a látás tudatosítása is benne foglaltatik. Bár a magnélküli révületben minden tárgyi tapasztalás

feloldódik, az ébrenléti tudat hánytvetett állapotához képest ez a közvetlen tapasztalás rendkívüli beteljesülést jelent.

- 39 Kóborlásának megtapasztalása és az őt megkötő okok fellazítása teszi lehetővé a tudat *más testbe lépését*.

**Magyarázat:** Az énséghez kötődés a szenvedek által befolyásolt emlékezésben gyökerezik. Az egyénné szűkült létezésből a belső világ által őrzött és ösztönné alakult emlékek nem engednek kiröppenni. Ha tudatosítjuk eme ösztönök megkötő erejét, úgy a testhez (személyiséghez) láncoltságunk fellazul, és az öntudat szabadon választhat tudatstruktúrákat a tapasztalásra. Ennek révén bárkivé és bármivé válhatunk.

- 40 A *fellélekzés* feletti uralom után nem rekeszt meg víz, mocsár, tövisbozót és hasonlók, továbbá megvalósul a felemelkedés.

- 41 Az *összelélekzés* feletti uralom után: fellobogás.

**Magyarázat:** Az emberben ötféle „lélekzés” kering: az anyagfelvételt és érzékszervi tapasztalást jelképező „belélekzés”, az ürítést és szaporodást magába foglaló „kilélekzés”, a felvett elemeknek a testben és tudatban való szétáramlását jelentő „szétlélekzés”, a bekerült elemek megemésztésére, feldolgozására irányuló „összelélekzés”, valamint az anyagot szellemivé átalakító „fellélekzés”. Ez utóbbi az anyagtól való szabadulás útját is jelképezi. Amennyiben az összpontosulás erre irányul, és ennek természetét végleg megismeri, úgy az Ember „fellélekzik”, megszűnnek a gondok, az anyagi világ akadályai. Az összelélekzés az életerő középpontja, az élet tüze. Ennek megismerője fellobog, és kiáradó középponttá válik önnön világában.

- 42 A hallás és az űr kapcsolatára összpontosulva isteni *hallás* érhető el.

- 43 A testbéliség és az űr kapcsolatára összpontosulva, és tollpihekönnyű eggyéválásból: az *úr átjárása*.

**Magyarázat:** Az űr a lét mindent betöltő állaga, ebben helyezkednek el az „anyagi” valóság tárgyai. Emellett az űr a hallás érzékszervéhez is kapcsolódik, mivel az űr a rezgés tere, a hang alapja. Ha az elmélyedés a hallószerv űrtermészetére irányul, akkor tágíthatja annak érzékelési tartományát, és ez rendkívüli hallásbeli képességeket tesz lehetővé. Ha pedig az összpontosultság a testhez kötődés mikéntjét tárja fel, akkor a

kinyílt, határain túllépő tudat a végtelenséget ölti testként magára, és megvalósul a „nagy testetlenség” állapota.

- 44 A *nagy testetlenség* az az állapot, amelyben külső hatásra nem képződik többé rezdülés. Itt tűnik el a fény takarója.

**Magyarázat:** Az elmélyedés eme állapotában megszűnik a külső világhoz kötődés illúziója és kiderült, hogy a tárgynak vélt külső létezők végső soron a tudat emlékképeinek, ösztönzéseinek tükörképei. Ezért ebben az állapotban már nem megy végbe hagyományos értelemben vett érzékelési folyamat, az elmét semmi sem készíti „kívülről”. A külvilághoz kötődés káprázata szétfoszlik, és a tudat önmaga időtlen, határtalan fényében ragyog.

- 45 Arra összpontosulva, hogy az önformájában durva valójában a rejtettből fakad, elérhető a *lételemek feletti győzelem*.

**Magyarázat:** Az anyagiság durva síkjának a lételemek, a föld, víz, levegő, fény (tűz) és űr állagai felelnek meg. A rejtett elemiség az érzékterületekre utal. Ha az összpontosulásban tudatosítjuk azt, hogy az anyagi világ valójában a rejtettből, vagyis a finom elemekből fakad, úgy tetszés szerint alakíthatók a természeti törvények.

- 46 Ebből következik a *parányivá válás* és a többi képességek, a *test jelességei*, valamint az, hogy *nem sújtanak* többé a létesülés törvényei.

- 47 Formai kecsesség, erő és gyémántkeménység a test jelességei.

**Magyarázat:** Az anyagi világ törvényeinek feloldása az Igázás hagyománya szerint „természetfeletti” képességeket tesz lehetővé. A kommentárok a következő nyolc csodaerőt említik: parányivá válás, hatalmassá válás, könnyűvé vagy nehézvé válás, minden vágy beteljesítése, tetszés szerinti helyen való megjelenés, mindenek fölötti uralom és teremtő erő. A lételemek és az anyagi törvények feletti uralom egyben az ezekből kialakult anyagi test tökéletességét is eredményezi.

- 48 Arra összpontosulva, hogy az érzékelés önformájában valójában az önösségből fakad, elérhető a *képességek feletti győzelem*.

- 49 Ebből következik az *ész gyorsasága*, a *szervektől független létezés* és az *Ősanyag feletti győzelem*.

**Magyarázat:** A megragadás, a személyes tapasztalás, az önösség ősi ösztönéből fakad, amely azt célozza, hogy a látvány „saját” látvány legyen. Ha az összpontosulás erre a folyamatra irányul, és az önösségből fakadó tapasztalást kioltja, felbomlik a lét irányultságok általi megkötöttsége, és a felszabadult tudat tetszés szerinti eszmét, irányultságot teremthet. Az érzékszervi tapasztalás kényszerétől megszabadult tudat bármilyen érzékelést létrehozhat, és ezen keresztül tetszőlegesen alakíthatja önnön „anyagi” világát.

50 Csak az áll az egész lét felett, és az éri el a *mindentudást*, aki arra is rálát, hogy más a Világos, és más az Ember.

51 Aki még ebben is vágytalan, az Egyedülvaló, mert a rossznak írmagját is eltünteti.

**Magyarázat:** A végső tapasztaló, az Ember meghaladja a Természet legfinomabb, Világos síkját, az Eszméletből, énképzetből és észből álló belső szervezetet is. Ha a törekvőben kialszik az a vágy is, amely a legmagasabb állapot elérésére irányul, vagyis ha felismeri, hogy a Homályos és a Világos egyaránt a Természet alakzatai, akkor már nem „akar” szemlélővé válni, hanem minden emléket eleresztve ő lesz a Szemlélő maga.

52 Ha tisztségbe hívják, nem ragaszkodik, és nem bízza el magát, hiszen nem-vágyottal foglalatoskodik.

**Magyarázat:** Még a legmagasabb állapotokban is ott lappang az önösség csírája, a mástól való önmegkülönböztetés ösztöne. A „gőg” fogalma itt természetesen tágabban is értelmezhető, jelentheti a „magáról, mint az állapot élvezőjéről” való tudást is.

53 A pillanatokra és azok sorrendjére összpontosulva megvalósul a *különbségtevésből születő Felismerés*.

54 Azután szembetűnik a keletkezés, jelleg és hely szerint meg nem különböztetett, hasonló jelenségek mássága is.

55 A különbségtevésből születő Felismerés megváltó, közvetlen az egész érzékvilágot felöleli, minden körülményeivel együtt.

**Magyarázat:** Hétköznapi tapasztalásunkban a megismerés időbevetett, pillanatnyi, mivel mindig újabb megismerési pillanat következik utána. Ha az összpontosulás ezekre a megismerési pillanatokra, illetve azok

sorrendjére irányul, megszületik annak felismerése, hogy bár minden pillanat más és más, mégis magába foglalja az összes többi megismerést, hiszen az előzőkre támaszkodik, és a következőket célozza. A különbségtevésből születő, vagyis a létet az idő és a történések folyamatából kiemelő Megismerés állapotában a jelen pillanat mindentől független, önmagába záruló, egyedüli valósággá tisztul, amiben minden „eddigi” és „ezután lehetséges” pillanat tükröződik, és elnyeri végső értelmét. A lét eme oszthatatlan egységében élhető meg a minden októl és következménytől mentes „Létezem” állapota.

- 56 Az *Egyedülvalóság* az az állapot, amelyben egyaránt megtisztul a Világos és az Ember.

**Magyarázat:** A Szellemi és az Ember egymástól tisztul meg, miután a Tapasztaló nem azonosul a megismerés szervével, az Eszméletből, énképzetből és észből álló személyes tudattal. A Természet és az Ember ekkor végleg elkülönül egymástól és önmagában megmarad.

## IV. AZ EGYEDÜLVALÓSÁGRÓL SZÓLÓ NEGYEDRÉS

### A BETELJESEDÉSRŐL

- 1 A *beteljesedést* születés, növényi szer, ige, kiégetés és révület szüli.
- 2 Másik létállapotba születés a Természet betöltöttségéből következik.
- 3 A kiváltó nem az igazi ok, bár a Természet gátjait átszakítja, miként a földműves.

**Magyarázat:** A beteljesedés rendkívüli tudatállapotot jelent, átlépést magasabb megismerési síkra. Ez az átalakulás művi és természetes módszerekkel idézhető elő. Az 1. szútra fogalmainak vizsgálatából kiderül, hogy valójában egyre finomodó, egyre tudatosabb eszközök soráról van szó. A születés a beteljesedés állapotának természetes kialakulását jelenti. Ekkor a tudat előző tapasztalásai révén mintegy „éretté” válik a magasabb állapotok megélésére, vagyis a beteljesedés a tudat természetes, készen kapott állapotát jelenti. Hasonló állapotokat lehet elérni növényi szerekkel, a hitből táplálkozó igékkel, a vágyak kiégetésével, és a révület által. Ezek a módszerek az elme szándékos befolyásolására irányulnak. A legdurvább módszer külső, anyagi eszközökkel hat a tudat működésére, az eszme és kiégetés szellemibb eszközökkel próbálja megvalósítani ugyanezt, míg a révület már kizárólag belülről kísérli meg feloldani a magasabb megismeréstől elválasztó tudati akadályokat. Minél kisebb mértékű a tudatosság, annál kevésbé valószínű a beteljesedés állapotának állandósulása, illetve annál nagyobb a veszélye annak, hogy a tudat rabjává válik a természetellenes úton kiváltott állapotnak. A tapasztaló ugyanis ekkor nem teremt, hanem csak elősegít bizonyos folyamatokat, ahogy a földműves a növény sarjadását. Igazi megoldást csak a tökéletesen megismert és uralt út, a révület jelenthet.

### A TUDAT KIALAKULÁSÁRÓL

- 4 Egyedül az *önösség* alakítja ki a formáló tudatállapotokat.
- 5 A sokféle működésben egy tudat az oka a többinek.
- 6 Ezek közül az elmélyedésből születő tudat nem hajlamosít.

**Magyarázat:** A tudatot – a tapasztalás állandóan változó színterét, foglalatát – a tapasztalás kisajátításának ösztöne, az önösség alakítja ki. A tudat akkor születik, amikor az énség nélküli Alany, az Ember, egyesülvén a Természettel, önmagaként éli meg a Világost, azaz az Eszméletből, énképzetből és észből álló belső szervezetet. A szemlélő számtalan tudattal bír, amelyek egymást szülik és ösztönzik, mint a térbeliség tudata, az időbeliség tudata, a pillanatnyi tapasztalás tudata, az énség tudata, amelyek kölcsönösen gerjesztik és meghatározzák egymást. Ezt az összefonódást átlátva, ebben elmélyedve a tapasztaló mentesül a tudatot újra meg újra korlátok közé kényszerítő hajlamoktól.

## A TETTEKRŐL ÉS AZOK EREDMÉNYEIRŐL

- 7 Az Igázó tettei nem feketék és nem fehérek, míg másoknál háromfélék.

**Magyarázat:** A pillanatnyi tapasztalás tudata a cselekvésben vizsgálható. Ezek vagy konkrét tettek, vagy pedig megmaradnak az élmények minősítésének szintjén. A minősítés háromféle lehet: Világos, Ragaszkodó vagy Homályos. Míg a közönséges tudatot a korábbi tettek hajlamai alakítják, és így mind a három minősítés jellemző rá, az önösségen túlemelkedett ember cselekvései és tapasztalásai nem jellemezhetők a minőségek kategóriáival.

- 8 A háromféle tettekből csak a termékek minőségének megfelelő benyomások nyilvánulnak meg.

**Magyarázat:** Ha a megítélés a létet Világosra, Ragaszkodóra és Homályosra osztja, és az ember ennek megfelelően tevékenykedik, akkor ennek a megkülönböztetésnek szükségszerűen a tapasztalásban is meg kell jelennie, vagyis az ember törvényszerűen jót és rosszat, örömteljeset és szenvedésteljeset fog átélni.

- 9 Bár a tettek és benyomások között keletkezési helyüket és időpontjukat tekintve látszólag nincsen összefüggés, mégis összetartoznak, mert egylényegű az ösztönzés és az emlékezés.

- 10 És ezek kezdet nélküliek, mert a sóvárgás örök.

**Magyarázat:** Bár a mindenkori sorshelyzet és a korábbi cselekvések közötti összefüggés általában rejtett, mégis kimutatható a „jó és rossz

tettek” és a „sorsszerű események” közötti kapcsolat. A lét ugyanis nem tudattól független valóság, hanem hozzá a korábbi megismerések emlékképei tapadnak. Ebből a nézőpontból tekintve a külvilág jelenségeihez a tudat mélyéről felmerülő ösztönzések, bevésődött emlékképek kapcsolódnak. Ezek ismételt felbukkanása a létet egyre inkább megszokott világgá merevíti. Ha kutatni kezdjük az ösztönzések mögötti emlékképeket, akkor nem leljük azok kezdetét, hiszen végső soron az ősi szenvedekben gyökereznek. Ezek pedig időtlen idők óta fennállnak a tapasztalás hátterében, és mindaddig fennmaradnak, míg meg nem valósul az Egyedülvalóság állapota.

- 11 Az ok és a gyümölcs, a hajlam és annak támasztéka összetartoznak. Ezért ha ezek megszűnnek, megszűnnek az ösztönzések is.

**Magyarázat:** Az ösztönzések nem önmagukban léteznek, hanem termések csupán, okra vezethetők vissza. Okuk a vágyakozó, szenved által befolyásolt tudat. Ezért ha megszűnik az ok, az ösztönzések iránti hajlam, akkor eltűnnek a gyümölcsök, a hajlamot alátámasztó ösztönzések is.

## AZ IDŐRŐL

- 12 A múlt és a jövő magából adódik, mivel a dolgok útja megtörik.
- 13 A dolgok lényegük szerint megnyilvánult vagy rejlő minőségűek.
- 14 A dolgok önazonossága a változások egyazonosságából következik.

**Magyarázat:** A III. 13-16. szútrák már tárgyalták az idő tényét, és azt a dolgok változásának folyamatából vezették le. Ez a változás akként is megragadható, ha a dolgok lényegét jelenlevő (korábban rejlőből megnyilvánult) és rejtett (majdan megnyilvánuló) minőségek összességéként fogjuk fel. A folytonos változásban lévő dolog önazonosságát (például, hogy ugyanarról a folyóról van szó) a változási folyamatok egyazonossága adja.

## A DOLGOK TAPASZTALÁSÁRÓL

- 15 Ha egy dolog változatlan, a tudatállapotok különbözősége szerint különböztetődik meg tapasztalása.

- 16 Ha egy dolog nem egy tudat függvénye, hogyan lehetne megismert?
- 17 Tekintve, hogy a dolog beárnyékolja a tudatot, az egyszerre lesz megismert és meg nem ismert.

**Magyarázat:** Mi van akkor, ha a vizsgált tárgy nem egyértelműen változó (folyó, ember), hanem változatlan, maradandónak tűnik (hegy, Patandzsali Jóga-szútrája)? Ebben az esetben is különbözőnek tapasztaltatik, mégpedig a rátekintő elme különböző színezettsége miatt. Jókedélyű tudat – „kéklő hegyóriás”, rosszkedélyű tudat – „döglesztő kapaszkodó”, értő tudat – „csodálatos irat”, értetlen tudat – „zagyva badarság”. Az a tény viszont, hogy a megismert dolog mindig a rátekintő tudat függvénye, azt a problémát veti fel, hogy megismerésének szintjét mindig a megismerő tudat szintje határozza meg. Így a szilárd, dologi valóság lebontása nem annak tudomásul nem vételét jelenti, hanem azoknak a tudati- és lét-síkoknak a bejárását, amelyeken keresztül a tárgyi világ kialakult. Ez pedig a figyelem, az elmélyedés és a révület megvalósításával lehetséges.

## A TUDAT TERMÉSZETÉRŐL

- 18 A tudat rezdülései mindig ismertek gazdája előtt, mert az Ember nem változik.
- 19 Saját ragyogása nincsen, mert maga is látvány.
- 20 És egy pillanatban nem határozható meg kétféleként.

**Magyarázat:** A 19. szútra egyértelműen rámutat, hogy az úgynevezett „objektív valóság” körébe a valóság objektív voltát feltételező tudat is beletartozik. Nem igazi tapasztaló, hanem a tapasztalás szerve, aminek lencséje lényegesen torzítja a tapasztalt képet. Mivel „ugyanarról” a valóságról gyakran többféle képet is kapunk, a képek különbözőségéből és sajátosságából kiindulva közvetetten megtapasztalható maga a képalkotó tudat is. Ha pedig tapasztalható, akkor nem alanyi, hanem tárgyi léttel bír. A megismerés fénye egyedül a mindenkori tudatra rátekintő Emberből ragyog.

- 21 Másik tudatba látva egymásba ragadnának az eszmélések, és összezavarodna az emlékezés.

- 22 Az öneszmélet akkor tudatosul, ha az öntudat nem lép ki, és magára ölti annak alakját.

**Magyarázat:** Ha az Ember egyszerre több tudatba látna, úgy mindegyik tudatban tükröződne az összes többi is. Könnyen belátható, hogy ez gyakorlatilag lehetetlenné tenné minden megismerést, következtetést, valamint a tudatállapotoktól való függetlenedést is. Az a pont, amelyről rátekintünk a tudatra, valójában kívül esik a tudat területén. Ez az öneszmélet az öntudat mozdulatlan középpontja, amelyből a mindenkori tudat kialakul.

- 23 A Látó és a látvány által színezett tudat mindenért-való.

- 24 Mivel számtalan benyomás tarkítja, a tudat is másért-való, mert szervezeten működik.

**Magyarázat:** A tudatok változatossága is célt szolgál. A sokféleképpen tarkított tudatállapotok középpontjából ugyanis különbséget tehetünk tudat és tudat között, kitzúzhatjuk a tudat átalakításának célját és irányát. Ebből a pontból az is nyilvánvalóvá válik, hogy a bármilyen állapotot, tapasztalatot, szint magára öltő tudat működése végső soron nem önmagáért való, hanem az Emberért. Igazi célja pedig az, hogy önmagát megmutassa, és ezzel magasabb megismerések felé segítsen.

## A MEGKÜLÖNBÖZTETÉSRŐL

- 25 A megkülönböztetőn látóból eltűnik az önlét átélése.

- 26 Akkor valósul meg a megkülönböztetés síkjáról hegyként kimagasló Egyedülvaló tudat.

**Magyarázat:** A megkülönböztetés lényege, az Alany és a Tárgy különválasztása. Ennek tökéletes szintje az addig alanyiként átélt tudatnak tárgyiként, látványként történő szemlélése. Ekkor az énen felülemelkedett Alannyal, az időtlen Emberrel való azonosulás révén eltűnik a személyiség, és a szemlélő egyetemessé, Egyedülvalóvá válik.

- 27 Az ennek résein belépő másféle irányultságok az ösztönökből fakadnak.

- 28 Elhagyásuk módját már elmondtuk a szenvekkel kapcsolatban.

**Magyarázat:** Még ebben az állapotban is felmerül annak igénye, hogy a létet valamiképpen, valamilyen szempontból, vagy cél érdekében szemléljük. A tudat résein befurakodó ösztönzéseket visszahúzóddással illetve elmélyedés révén lehet kiküszöbölni, amint azt a II. 10-11. szútrák ismertetik.

## AZ EGYEDÜLVALÓSÁGRÓL

29 Ki még az Elszámoláskor sem haszonleső, az a mindent felölelő, megkülönböztető látásmóddal eléri a „*Törvény felhő*” révéletet.

30 Innentől szűnnek meg a szenvedések és a cselekvések.

**Magyarázat:** A szenvedések végső kioltása a Teljesség iránti vágyakozás megszüntetését jelenti. Ha az ember még ezzel szemben is vágytalan, akkor tárulnak fel az ember előtt a lét végső törvényei.

31 Akkor a végtelen megismerés minden elfedő szenny fölé emelkedik, és csekély az, ami még megismerésre vár.

**Magyarázat:** A szenny a szenvedésekre utal. Ha ezek eltűnnek, eltűnik a világ, a látvány vonzereje is. Bármilyen megismerhető, de semmi sem köti magához a megismerő figyelmét.

32 Ekkor a minőségek változásának sorozata célját beteljesíti, és véget ér.

33 És a pillanatokkal szemben a változások végpontjáról a sorrend értelme megragadható.

**Magyarázat:** Ekkor tárul fel a látvány igazi célja, amely mindig is az Ember és a Természet végső szabadsága volt. Ekkor a Természet minden eddigi törvénye szertefoszlik, a térbe, időbe és formákba rendezett világ elemeire hullik szét, és feloldódik a végtelenné tágult szemléletben. Kiderül, hogy minden eddigi esemény és megismerési pillanat ezért a végső állapotért született, ebből érthető, és ebben ér véget.

34 Amikor a minőségek céljuktól, az Embertől fosztatván visszahúzódnak, az az *Egyedülvalóság*, vagyis az öntudat erejének önmagán alapulása.