



alberi di alfabet
carta ecologica rigenerata

Warum nennt man Wege
diese Früchte des Zufalls?

Jeder, der sich bewegt, wandelt
wie Jesus auf dem Meer.

L'attention est la prière naturelle, que nous faisons à
la vérité intérieure afin qu'elle se découvre en nous.

(Metaphysik, Lou Bourgeois d'écritures)

GA 136, I. V. 15. Meditation: Weiss, Blau, grün.

Walter Stevens - The snow man

For the listener, who listens in the snow,
And, nothing himself, beholds
Nothing that is not there and nothing that is.

Das obere Licht

Das obere Licht kehrt ein die Leistenschaff,
das Scherreni kehrt ins obere Licht, die Nacht,
und jeder Mangel kehrt ein ins obere Licht.

Das obere Licht kehrt ein all die Gefahre,
alles kehrt ein ins obere Licht, all die
Gefahre des Raums kehrt sich ins obere Licht.

Das obere Licht kehrt ein das untere Licht,
das Licht kehrt ein ins obere Licht, das Licht
jedwedes Licht kehrt ein ins obere Licht

GA 215, 15.7.22, S. 180.

"Dabei müssen diese Willenübungen so vorgenommen werden, daß nicht die physische Leibe herabgestimmt wird, wie es in alten Zeiten (Ägypten) geschah, sondern daß durch die Willenübungen die reine geistige-seelische Fähigkeiten des Menschen verhärtet werden, so daß nicht der Leib sich der Seele entzieht, sondern die Seele sich hineinlebt in die geistigen Welten."

Wie bewegt (wirkt) der Geist auf die stoffliche Leibelichkeit? Der Leib ist Zeichen, der Geist die Bedeutung, die sich ändern kann.

Dritte Kommunikation GA 231, 14.11.23.

(Nachtodlich). Und indem das innere weiter und weiter fortschreitet, wird der Mensch ein Teil des Weltkurses selber. Es kommt dazu, daß dieses, was erst nur als eine Zusammenfügung von Melodiotönen, von Harmonischen war, sich gliedert in artikulierte Teile des Weltkurses. Der Mensch wird so, daß er wie aus dem Weltkurse heraus spricht sein eigenes Wesen. So daß man sagen kann: Es gibt eine Zeit zwischen dem Tode und der nächsten Geburt, wo der Mensch so wird, daß er jaustiges Wort wird — nicht ein solches, das in ein paar Silben besteht, sondern das unjehener vielfach ist, das nicht nur die ganze Wesenheit der Menschen im allgemeinen enthält, sondern diesen ganzen individuellen Menschen um den es sich handelt. Der Mensch ist in diesem Zeitpunkte zwischen Tod und neuer Geburt unjehener jehennmisch unjehend, und er offenbart aus Weltkurse hinaus, für die geistlich-geistigen Wesenheiten nachschreibbar, was er ist."

"Und wollen wir mit unseren Sprachorganen ansprechen, was wir uns sagen wollen, löschen wir damit das aus, was hinter dem, was nur Sinnlichkeit ist, lebt. Und man denken Sie sich: Das was der Mensch ausspricht, was in das flüchtige Wort übergeht, das würde zugleich wie ein Sich-selber-Aussprechen des Menschen sein, sein Wesen und zugleich seine Offenbarung — dann haben Sie das, wie sich die Menschen in der Mitte zwischen Tod und neuer Geburt, ihr eigenes Wesen unterstehend und sich offenbarend, bejehnen. Was bejehnet dem Wort, als konkretes Wort bejehnet dem artikulierten Worte, eigentlich belebtes Wort bejehnet dem unjehlich belebten Worte. Aber die Menschen sind ja die Worte, der Zusammenhang

Phänomen ist Zusammenklängen des artikulierten Wortwesens. Da leben die Menschen so, dass Unvollständigkeit nicht da ist: Da leben die Menschen wirklich miteinander, und es geht das eine Wort, das der eine Mensch ist, in diese anderen Worte, das der andere Mensch ist, auf. Da werden jene schicksalsmäßigen Zusammenhänge gebildet, die dann in der Nachwirkung für das folgende Gedenkleben bleiben, und die sich so darstellen, dass die Menschen, wenn sie sich begegnen, zusammenzukommen und je verschiedener Sympathie und Antipathie fühlen. Daraus ist dieses Fühlen der Abfolge, dessen, als was sich die Menschen in der Mitte zwischen Tod und neuer Geburt angesprochen haben. So haben wir miteinander geredet, die wir selber die Rede wollen, wie wir uns jetzt auf der Erde nur im schwebhaften Akkord des Gefühls wiederfinden. ... Das ist die Zeit, in der die Menschen eigentlich miteinander sind. Und das ist die beste Füreinandersein ist eben, im möchte sagen, die aus dem Geistigen auf die Erde herabgestellte Projektion des menschlichen Zusammenlebens.

Die universellen Prozesse gehen fort in den freien Kräften, im Erkennen, ohne jeden Augenblick: Anfang

- o Hebe deinen Blick.
- o Wie wachse von oben
- o Dies alles ist Licht
- o Du bist
- o Aufm. \rightarrow Welt
- o Aufm. ist Gegenwart.

Schluss: Alles was wir durch die Sinne wahrnehmen, ist der Seele fremd.

- o Durch die Kontinuität des Denkens erfahren wir die zunehmende Geschwindigkeit der Gedanken bis zur Gleichzeitigkeit.

o In Selbstbegegnung sind wir anwesend. Wovon gleich kontinuierlich
Da jetzt ist Gemeinsam.

M Die Vergangenheit verändert sich ständig.



A fordító előszava

Székely György (Georg Kühlewind) 17. jegyzetfüzete valójában egyike a legutolsóknak a kb. 30 kézzel írott jegyzetfüzetből. A számozás azonban csak a hatvanas évek második felében kezdődik.

A 17-os jegyzetfüzet elsősorban angolul van, számos német és néhány magyar bejegyzéssel. Ezen kívül tartalmaz bibliai idézeteket görögül és előfordul néhány latin mondat is. Székely Gyuri saját gondolatai mellett számos idézet is található a legkülönbözőbb forrásokból, amelyek legtöbbjét lábjegyzettel láttam el. A fordítás az eredeti kézirat alapján készült, de nagyon nagy segítségemre volt benne Longin Pribe gondos és értő német fordítása, ill. leirata, valamint Pallér Katalin angol leirata, amiért mindkettőjüknek nagy hálával tartozom.

A füzet tartalmilag elsősorban (de nem kizárólag) az *üres tudat* témájáról szóló tervezett könyvhöz készült jegyzeteket tartalmazza. Ezért a füzetrel együtt közöljük azt a néhány oldalas töredéket, ami elkészült. A könyvet Gyuri sajnos már nem tudta megírni. De a jegyzetfüzet és a töredék elmélyült olvasása képet adhat az olvasónak a tervezett könyv milyenségéről.

A 16. (már korábban on-line megjelent) és 17. füzet és a Töredék együtt alkotja a németül nyomtatásban megjelent *Licht und Leere* c. könyv alapját. A könyvben szerkesztői okokból egyes részek kimaradtak. A magyar fordítások azonban a teljes szöveget tartalmazzák.

A fordításban elsősorban pontosságra törekedtem, másodsorban igyekeztem elkerülni a túlzott pontosságból eredő magyartalanság bukatóit. Ez bizonyára nem sikerült mindenhol. Néhány helyet nem tudtam elolvasni, ezeket a helyeket megjelöltem (sárga színnel).

A fordítást Fenyő Ervin fogja ellenőrizni, ez az első, nyers változat, amit ennek megfelelően kell használni. A kézirat megtalálható a *Georg Kühlewind Alapítvány* honlapján („jegyzetfüzet-az-ures-tudatrol”) néven. Minden kedves olvasót kérek, hogy jelezze, ha hibát vagy hiányosságot talál a fordításban (E-mail cím: laszlo@kuehlewind.org).

A füzeteket Székely Gyuri saját használatára készítette, és ennek megfelelően kell olvasni. Nincsenek bennük kívülállóknak szóló magyarázatok, gyakorlatilag meditációs mondatok vagy néhány mondatból álló bekezdések sorozata. Ezért kizárólag a meditatív (vagy legalábbis meditatív igényű) olvasás számára megközelíthetőek. Akinek ebben nincs gyakorlata, jobb, ha először a széles közönségnek íródott könyvekkel foglalkozik. Másrészt épp ez a töredékes és közvetlen írásmód az, ami különösen értékesé teszi a füzeteket. Azt lehetne mondani, hogy szinte provokálják a meditációt, és ezzel átsegíthetik az olvasót egyes gyakorlási nehézségeken.

Böszörményi László

Klagenfurt, 2018. november 11.

Miért nevezik a véletlen
barázdáit utaknak?
Mindenki, aki mozdul,
vízen jár, mint Jézus.¹

„L’attention est la prière naturelle, que nous faisons
à la vérité intérieure, afin qu’elle se découvre en nous.”

„A figyelem a természetes ima, amellyel a belső igazság felé
fordulunk, hogy nyilatkoztassa ki magát bennünk.”

*Melabranche,
Conversation chrétiennes (Keresztény beszélgetések)*

GA 136, I. előadás, fehér, kék, zöld.²

*Wallace Stevens*³

For the listener, who listens in the snow,
And, nothing himself, beholds,
Nothing that is not there and the nothing that is.

Aki a havazást hallgatja,
És maga semmit sem tesz, nem hall
semmit, ami ne lenne ott, és hallja a semmit, ami ott van.⁴

*Weöres Sándor*⁵: *A felső fény*

A felső fénybe ér a szenvedély,
az árny a felső fénybe ér, az éj
s minden hiány a felső fénybe ér.

A felső fénybe ér minden veszély,
minden a felső fénybe ér, a tér
minden veszélye felső fénybe ér.

A felső fénybe ér a lenti fény,
a fény a felső fénybe ér, a fény,
minden más fény a felső fénybe ér.

¹ Antonio Machado spanyol lírikus (1875 -1939). Böszörményi László nyersfordítása.

² Rudolf Steiner: *Die geistigen Wesenheiten in den Himmelskörpern und Naturreichen*, 1912. április 3, Helsingfors; GA 136. Az előadásban a természeti minőségek, mint pl. a színek mögötti morális minőségekről van szó, amelyek akkor jelennek meg, ha az elmélyült észlelésben eltűnik az észleleti minőség.

A Rudolf Steiner idézeteket Böszörményi László fordításában közöljük.

³ Amerikai lírikus és esszéista (1879 - 1955).

⁴ Böszörményi László nyersfordítása.

⁵ A XX. század egyik legjelentősebb magyar költője (1913 - 1989).

GA 215¹, 1922. szeptember 15. 180. old.

„Ezért ezeket az akarati gyakorlatokat úgy kell végezni, hogy nem a fizikai testet kapcsoljuk ki, mint a régi időkben (az aszkézisben²), hanem úgy, hogy az akarati gyakorlatok az ember tisztán lelki-szellemi képességeit erősítsék. Vagyis nem a test vonja ki magát a lélek hatása alól, hanem a lélek éli bele magát a szellemi világokba.”

[Hogyan mozgatja a szellem az anyagi testet, hogyan hat rá? A test a jel, a szellem a jelentés, amely változni képes.

Közvetlen kommunikáció (a halál után) GA 231³, 1923. február 14.

„És ahogy ez egyre tovább halad, az ember maga a Világszó részévé válik. Ami eddig csak melodikus, harmonikus összekapcsolódás volt, a Világszó artikulált részévé tagolódik ki. Ez odavezet, hogy az ember mintegy a világmindenségből mondja saját lényét. Ezért mondhatjuk: a halál és a következő születés között van egy időszak, amikor az ember szellemi szóvá lesz – nem valamilyen néhány szótagból álló szóvá, hanem olyanná, amely hihetetlenül sokatmondó, amely nemcsak az általában vett emberi lényt tartalmazza, hanem ezt az *egyéni* embert, akiről éppen szó van. A halál és az újjászületés közötti időnek ebben a szakaszában az ember hihetetlenül titokzatosan tudó, és az isteni-szellemi lények számára észlelhetően kimondja a világmindenségnek, hogy kicsoda.”

[„És azért, hogy beszédszerveinkkel kimondjuk, amit mondani akarunk magunknak, *kioltjuk* azt, ami a puszta érzékelhetőség mögött él. És most gondolják el, hogy ha abban, ami illékony szóvá válik, az ember egyszersmind kimondaná önmagát, ha lény és megnyilvánulás egybeesnék – akkor maguk előtt lenne az, ahogy az emberek a halál és az újjászületés között találkoznak egymással, saját lényüket megkülönböztetve és kinyilatkoztatva. Szó találkozik szóval, artikulált szó találkozik artikulált szóval, belülről átélt szó találkozik belülről átélt szóval. De maguk az emberek a szavak, összecsengésük az artikulált szólények összecsengése. Ott úgy élnek az emberek, hogy nincs átlátszatlanság: ott az emberek valóban egymással élnek, és az egyik szó, amelyik az egyik ember, feloldódik a másik szóban, amelyik a másik ember. Ott kötődnek azok a sorsszerű összefüggések, amelyek aztán kihatással vannak a következő földi életre, és abban nyilvánulnak meg, hogy az emberek találkozásaikban bizonyos szimpátiát vagy antipátiát éreznek egymás iránt. Ez az érzés annak a visszfénye, ahogy az emberek kimondták magukat a szellemi világban, a halál és az újjászületés közötti út közepén. Így beszéltünk egymással, akik magunk is beszéd voltunk, ahogy most itt a Földön csak az érzés árnyékszerű képében találunk egymásra...

Ez az az idő, amelyben az emberek tulajdonképpen egymásért vannak. És a földi egymásért levés, mondhatjuk úgy, a lényegi együttlét vetülete a szellemi világból a Földre.”

Az univerzális folyamatok a szabad erőben, a megismerésben folytatódnak.

¹ R. Steiner: *Die Philosophie, Kosmologie und Religion in der Anthroposophie*, GA 215.

A kiemelések G. Kühlewindtől származnak.

² G. Kühlewind betoldása.

³ R. Steiner: *Der übersinnliche Mensch, anthroposophisch erfaßt*, GA 231.

- Minden pillanatban: kezdés.
- Emeld fel a tekinteted.
- Fölről növekszünk.
- Ez mind világosság.
- Te vagy.
- Figyelem – világ.
- A figyelem *a* jelenlét.

Szókratész: Minden, amit az érzékeinkkel észlelünk, idegen a lélek számára.

- A gondolkodás folyamatosságában átéljük a gondolatok sebességének növekedését, egészen az egyidejűségig.
- [○ Az önfeledtségben jelen vagyunk. Esetleg egészen a folytonosságig.
A *most* közös.
- || A múlt folyamatosan változik.

Üres tudat

GA 231, 1923. február 15, 21. old⁴.

„Ha megvan a képesség (üres figyelem⁵), akkor tudja az ember, hogy mihez kezdjen vele. Mert akkor olyan állapotban van, hogy tudata üres, de nagyon is éber és belsőleg tevékeny. Ha a képesség illuzórikus részét elhagytuk, akkor először semmilyen tartalom sincs. De az állapot, amit éppen akkor élünk át, ha kifejlesztjük azt a képességet, hogy belső aktivitásban legyünk, anélkül, hogy egyelőre bármilyen tartalom is megjelenjék, ez az állapot igen erős önmegtartóztatást követel. És tulajdonképpen ez az önmegtartóztatás az, amire szükség van, ez a szellemi kutatás őszinteségének és valóságának próbaköve. Mert ebben a pillanatban, még ha csak éppen hozzákezdünk is, hogy üres tudatban éljünk, olyan egyszerű éber tudatban, amelyben nincs tartalom, ebben a pillanatban elmondhatatlan fájdalom, korlátlan nélkülözés borítja el a lelki életet. A világban átélhető összes fájdalom csekélység ehhez a lelki-szellemi fájdalomhoz képest, amelyet a megismerésnek ebben a pillanatában átélünk. És ezen a fájdalomon túl kell jutnunk. Mert ebben a fájdalomban egy olyan erő fejeződik ki, amelynek fizikai vetülete a nélkülözés legkülönbözőbb formáiban jelenik meg: az éhségben, amely evésre készíti, a szomjúságban, amely ivásra kényszerít és így tovább. Most érzünk valamit a lélekben, ami el kell, hogy jusson hozzánk, és ezt kimondhatatlan fájdalomként éljük át. De ha egy ideig benne élünk ebben a fájdalomban, ha bensőnket úgy istenigazában átjárja a fájdalom, ha egy ideig maga a fájdalom vagyunk, emberi lényünk egy ideig úgy jelenik meg a tudatunkban, mintha csak fájdalomból tevődne össze, akkor ez a tudat nem marad tovább üres, hanem kitöltődik, csak éppen nem az érzékszervek által közvetített érzeti tartalmakkal, hanem szellemi tartalommal. És az első, ami ilyen módon szellemi tartalomként megjelenik, saját szellemi lényünk, mint egységes szellemi szervezet, amint – csak időben, nem térben – kiterjed a születéstől vagy a fogantatástól eddig a jelenlegi pillanatig, ameddig földi életünket átéljük. Ahogy a térben a távoli tárgyakat újra megláthatjuk egy bizonyos látószögéből, úgy tanuljuk meg az adott pillanatból látni *saját* múltunkat.”

⁴ R. Steiner: Der übersinnliche Mensch, anthroposophisch erfaßt, 7 előadás Hágában, GA 231.

⁵ G. Kühlewind kiegészítése.

231, 1923. november 16, 38. old.⁶

Világ-lét

„Éppen azért ragadja meg az ember a saját emberi mibenlétét, hogy fokozatosan azonossá válik a világgal. És ahogy egy ilyen megismerés, egy ilyen egészséges megismerés átjárja az embert, úgy érzi meg az ember, hogy egész léte mennyire attól függ, hogy eggyé váljék a világgal.”

43. old.

*Köpeny*⁷

„Igaz, hogy ha itt maradunk a fizikai-érzéki földi életben, akkor azt látjuk, hogy milyen gyakran kudarcot vallanak a legjobb erkölcsi impulzusokból fakadó kezdeményezések, miközben sok olyasmi nagyon is sikeres, ami egyáltalán nem jó, nem erkölcsi indítatásból fakad. Miért van ez így? Azért, mert ez a fizikai-érzéki világ, amit mintegy magunkra öltöttünk, egy részét úgy hordjuk, mint a test öltözetét, egyáltalán nem tartalmaz erkölcsi impulzusokat. A fizikai világban való cselekedeteinkből és indítékainkból egyelőre kitörlődnek az erkölcsi impulzusok, legfeljebb konvenciók maradnak.”

97. old. (1923. november 17.)

Kép-értés

„Amint egyre jobban behatolunk az érzékeletti világba, a teljes lelki élet egyre inkább képalkotóvá válik, olyan látássá, hogy a dolgokban lévő gondolatok a látásban jönnek.”

104. old.

Utánzás

„Ez úgy van, hogy a halál után egyáltalán nem a meggondolás a fő tevékenységünk, hanem az akarás. Az akarás érzetté, az élet egész világává válik. Láthatják: az embernek akarnia kell, ha valamit egyáltalán észlelni akar. Ha az ember valami ilyet akar észlelni, akkor önmagát kell megfelelően alakítania. Ahhoz kell hasonlóvá válnia, amit észlelni akar.”

⁶ R. Steiner: Der übersinnliche Mensch, anthroposophisch erfaßt, 7 előadás Hágában, GA 231.

⁷ Az test körüli önértés burka vagy „köpenye”.

A „normálistól” eltérő gyerekek számára a mi tudatunkon keresztül tükröződik a „normális” világ, a mi világunk. Ezek a gyerekek egy másmilyen világban élnek, de igyekeznek alkalmazkodni a mi világunkhoz: kompenzáció – mozdulatok és stratégiák.

- János 1,1: A Logosz mindig kezdetben *vala*.
- János 12, 24⁸: A formának fel kell oldódnia a forma nélküli képességbe: szó → jelentés → nagyobb jelentés.
- Te vagy: lénynek látni magadat. A tekintetek örökös találkozása.
- Szent György: formától mentes erő (a semmibe néz), amely a feladatnak megfelelő alakot ölt. A feladat formája maga is intuíció. A képet az erő hozza létre.
- Máté 5,14: „Ti vagytok a világ világossága.” Mi van akkor, ha két világosság tekintete találkozik?

János 5,2-9⁹: A megszokott élet feladása. Az ego ragaszkodik a megszokott élethez – az ego maga a ragaszkodás – és védelmezi világát. Csak, ha értelmet találunk az új életben. A kérdés így szól: akarod-e megváltoztatni az életedet, belépni a szent bizonytalanságba, ahol minden új – új intuíció?

Minden betegség azonosulás a testtel, a test érzésével.

Az euritmianak csak saját „tartalmát” kellene kifejeznie, se szöveget, se zenét, hanem érzéseket, amelyekre nincs szó.

A lénytagok eltolódásai; GA 134¹⁰, III. 1929, december 11.

IV. Nem tapasztaljuk a látás tevékenységét (azt, ahogy a tevékeny akarat a látást formálja). Fejrendszer: fiz. > éteri. Éteri erők szabadulnak föl = a fizikaiság túlsúlya az élő fölött: leállítani, lefékezni a mozgást. Érzékszervek: a fizikai érzékszervek letompítják a világot, a világosságot (a jelentést). A (szabadság nélkül) differenciáltan szemerkélő akaratot nem éljük át. A horgony a fizikai test, a „fürdőköpeny”. Eltolódások nélkül a test megismerő és kifejező szerv lenne. Az észlelés aktív lenne (mint a szellemi világban). Mind ez hozza létre az „észleleti világot” (Szókratész = „idegen a léleknek”).

⁸ „Bizony, bizony mondom néktek: Ha a földre esett gabonamag el nem hal, csak egymaga marad; ha pedig elhal, sok gyümölcsöt terem.”

⁹ „Van pedig Jeruzsálemben a Juhkapunál egy tó, amelyet héberül Bethesdának neveznek. Öt tornáca van. Ezekben fekvének a betegek, vakok, sánták, aszkórosok nagy sokasága, várva a víznek megmozdulását. Mert időnként angyal szálla a tóra, és felzavará a vizet: aki tehát először lépett bele a víz felzavarása után, meggyógyult, akárminémű betegségben volt. Vala pedig ott egy ember, aki harmincyolc esztendőt töltött betegségében. Ezt amint látta Jézus, hogy ott fekszik, és megtudta, hogy már sok idő óta úgy van; monda néki: Akarsz-é meggyógyulni? Felele néki a beteg: Uram, nincs emberem, hogy amikor a víz felzavarodik, bevigyen engem a tóba; és mire én oda érek, más lép be előttem. Mondta néki Jézus: Kelj fel, vedd fel a te nyoszolyádat, és járj! És azonnal meggyógyula az ember, és felvevé nyoszolyáját, és jár vala. Aznap pedig szombat vala.”

¹⁰ R. Steiner: *Die Welt der Sinne und die Welt des Geistes*, GA 134. A „>” szimbólum jelentése a kéziratban: túlsúlyban van, túlsúlyba került (pl. fiz > éteri: a fizikaiság túlsúlyba került az éteri fölött).

III. Ritmikus rendszer; éteri > asztrális. Több szabad asztrális, mint éteri erő. Asztralitás: az étertest tudata. Ami az éteriből nem válik tudatossá az asztralitásban, az *hat* a fizikai testre. Az éteriség nem követi teljes mértékben a különben megismerő asztralitást, hatás lesz belőle → fizikai érzés (köpeny, nem megismerő), a testiségig ér, mert az asztrális erők nem megismerően kerülnek felhasználásra. Lelki hatás → testi jelenségek, különben az érzeti testen, de így az én-testen keresztül. Mindez együtt: „érzés jellegű önérzékelés” (a szellem saját élete¹¹).

Ez a túlsúly: a magam-érzés (= szabaddá vált, de másodlagosan megformált asztrális erők). A kötött éteri erők túlsúlya. Az éteri erők ott kerülnek túlsúlyba, ahol a szabad asztrális erőkből önérzés lesz. Úgy dolgoznak, mint az érzeti testben, lelki befolyás alatt, de nem szabadon, a biológiai egészség érdekében. Érzelmek is.

II. Asztrális > éteri. Anyagcsere. Paradicsom: jelentés. Észlelés, amely „táplál”, hasonlóan a növényi légzéshez is: szerves a szervetlenből, folyékony vagy szilárd anyag kiválasztása nélkül, csak O₂. Égetés: szabad energia, független az elégetett anyagok jelentésétől. A köpeny hatására: az anyagcsere, mint élvezet. A dualisztikus hétköznapi tudatban az asztralitás életellenessé válik, mert nincs azonosságban a jelentésekkel.

I. Lucifer lakást alakít ki magának az emberben a szabad asztrális erőkből. A tanú szabaddá válik (ma gyakorlatilag pillanatokra). Mindent a tanú tapasztal, de a „magam”-nak tulajdonítjuk. Eredetileg: az Én nézője lenne a gondolkodásnak, érzésnek, akaratnak, a lelki tartalmaknak (amelyekkel azonosnak érzi magát), úgy, hogy tapasztalja ezeket, de ő maga üres. Az ész nem tulajdon, hanem kinyilatkoztatás.

Az ember a fizikai táplálkozás szükségességével születik, II. és III. is megvan. IV. azonban csak a köpeny kialakulásával válik lehetségessé. Korábban egy a világgal, a testiség legnagyobb részét a világ része, amelyet az ember kívülről él át. A köpennyel → érzékszervi észlelés és II. és III. tudatossá válása, amelyek így ösztönökből észleletekké válnak.

¹¹ Eigenleben des Geistes.

Forrás.
amelyhez
tekinteted
fölemelkedjék

Összevonni a mondatot alulról a forrás felé –
a „forrást” úgy tapasztalni, mint csillagot.

A Szent
Szellem a csillag által individualizálódik.
nincs

Csoport lélek: a tudat
különválva.

A bűnbeesés következményei: Én > asztralitás; Asztralitás > éteriség; Éteriség > asztralitás. A negyedik (fizikai > éteri) nem adott az öröklés által, egyénileg történik a Földön.

- A tekintet a csillaghoz vezet (emeld föl tekinteted a forráshoz). Miért a szemeken keresztül? A szem az Újszövetségben.
- Forrás vagy.

A szellemi világban gyors = lassú; minden polaritás földi fogalom, Gyors → már megtörtént. „Sebesség” kínaiul: gyors-lassú. A szellemi világban nincs polaritás, ott mindez *egy*.

Főfoglalkozásban a testünkért élünk és dolgozunk: táplálkozás, öltözködés stb., jelentés nélkül tapasztaljuk.

- Omne ens verum¹²: Minden kinyilatkoztatja magát.

GA 296¹³, 1919. augusztus 16.

„Ez is valami, amit tudatosítania kell mindenkinek, aki nevelővé, tanárrá lesz az ember jövője érdekében. A gyerekek ma mások, mint évtizedekkel ezelőtt. Ez már a felületes szemlélő számára is nyilvánvaló. Másképp kell őket nevelni, és másképp tanítani, mint évtizedekkel ezelőtt. Azzal a tudattal kell tanítani, hogy tulajdonképpen minden gyereket meg kell menteni.”

Minden, ami logikus, érezhető.

Az önfeledtségben nem ismerünk félelmet.

Keressétek Isten országát. Máté 6,33.

- Az önfeledtségből kiemelkedik az Én.

¹² Minden létező igaz – Aquinói Szent Tamás *De veritate* c. írásából.

¹³ R. Steiner: *Die Erziehungsfrage als soziale Frage*, GA 296.

Pünkösöd az egyéni Szent Szellem ünnepe. Ezért nehéz elérni és megélni. Vigasztaló: mert a régi, kollektív intézkedések eltűntek. ὅτι τὰ πρῶτα ἀπῆλθεν. Szükséges, hogy mindenki maga vigye a tüzet.

A beszéd (a nyelv) dualitást hív létre, mert nem adott (se akkor, ha mást hallgatunk, se akkor, ha magunk beszélünk), az embernek kell létrehoznia. Ha úgy hallgatunk valakit, hogy elmarad a „létrehozás”, akkor nem értjük, valójában nem is halljuk. Vagy jelen vagyunk a hallgatásban, vagy semmit se hallunk. A dualizmus, az elválasztás, a direkt kommunikációból a jelek segítségével történő kommunikációba való átmenettel kezdődik, mert a szavak formák.

Ha azt mondom, „én”, akkor ez forma, mint minden szó. Ezért nem az Énről van szó, mert az Én forma nélküli.

° Az én nem az Én.

A költészetben az érző minőség segít az eggyé válásban. Kezdetben ének- beszéd, költészet alkotja az átmenetet a prózai szavakhoz.

Az igazi tanú a jelenben tanúskodik, nem utólag. A szavak nélküli (különben a tudat határán maradó), fogalmak nélküli, folyékony, tiszta gondolkodásban, ahogy később a megismerő érzésben. Ehhez a tapasztaláshoz előkészületként szolgálhat a művészi tevékenység, különösen az időbeli művészetekben.

Torzulások (érett jelentések) „informálhatnak” bennünket arról, hogy mit kell tennünk, inspirálhatják az adekvát intuíciót.

A gyerekeknek két lehetőségük van a velünk való találkozásban: a) védekezni (begubózni) vagy b) megtagadni a játékot (bizonyos mértékű autizmus).

A figyelem a tárgy és köztem mozog, az elterelések belőlem (az egóból) fakadnak. Ha leáll ez a mozgás, ha a figyelem nem tér vissza az egóhoz, mentes marad asszociációktól, akkor fölegyenesedik.

GA 170¹⁴, beavatás

Pszichológiai indukció: embereknél, akiknél a köpeny nem teljes;
René Girard¹⁵ „mimetikus rivalizálásában”; a Hellinger¹⁶-technikában.

- Omne ens verum – a természet igaz jel, nem hazudik, nem rejtekezik.

Nyelvek, amelyek prepozíciókat használnak, modernebbek a toldalékokat (pl. ragokat) használó nyelveknél, közelebb állnak a dualizmushoz. *Ev*¹⁷ talán a legarchaikusabb, legeredetibb prepozíció, amely azt jelenti, hogy a szellem tudhat a „benne” levésről, épp azért, mert nincs „benne”. Ugyanez rag formájában nem annyira tudatos, nem tűnik fel.

GA 141¹⁸, 1913. január 7. *Két „Én”*

„Miközben az emberi a fizikai, földi ébrenlétben «képzet-én»-ként éli át önmagát, a halál és az új születés között éppen azt az Ént éli át, aki a járás, a beszéd és a gondolkodás megtanulása mögött sejlik föl, de nem válik tudatossá a földi ember számára... Most visszakövethetjük a születésig, és még a születés előtti, sőt még korábbi állapotáig azt, ami itt nem válik tudatossá... Ami a legjobban rejtekezik, mert *ő építette föl az embert*, és eltűnik, amikor az ember földi emberré válik, az van a leginkább jelen akkor, amikor az ember már nem földi lény... A halál és az új születés között azok az erők a legfontosabbak, amelyek az embert belülről arra indítják, hogy járjon, amelyek kicsalogatják belőle a nyelv hangjait, amelyek gondolkodóvá teszik, amelyek agyát a gondolkodás szervévé teszik. A halál és az új születés között feléled az igazi Én.”

Szabaddá váló életerők az első két és fél évben és a kisgyerek érző elválasztatlan észlelése 303¹⁹, VII, ill. 15. füzet 70.

¹⁴ R. Steiner, *Das Rätsel des Menschen. Die geistigen Hintergründe der menschlichen Geschichte* (GA 170)

¹⁵ Francia irodalomtudós és filozófus (1923-2015). A mimetikus elmélet szerint egymáshoz közelálló emberek utánozzák egymást, ami rivalizáláshoz és ellenségeskedéshez vezet.

¹⁶ Bert Hellinger (sz. 1925), német író, pszichoanalitikus, misszionárius, a családfelállítás módszerének kidolgozója.

¹⁷ *év* ἀρχῆ: kezdet**ben** – János 1,1.

¹⁸ R. Steiner: *Das Leben zwischen dem Tode und der neuen Geburt im Verhältnis zu den kosmischen Tatsachen* (GA 141).

¹⁹ R. Steiner: *Die gesunde Entwicklung des Menschenwesens*, 1921. december 29 (GA 303).

A lélek gondolati erővel áthatott viselkedése

138²⁰, 1912. augusztus 28.

„Semmit sem vihetünk magunkkal a szellemi világba abból, amiről az érzékszervi létben beszélhetünk, mindent ott kell hagyni azon a határon, amelyen a küszöb őre áll.”

„Át kell éreznünk, hogy milyen kevésbé felelünk meg az emberiség nagy ideáljainak; meditativan, gondolati erővel áthatva kell lelkünk elé idézni morális és egyéb gyengeségünket. Mert ha ezt tesszük, ettől erőre kapunk. És ismét kivilágosodik, ami már kezdett elpárologni, ami mintha el akarna tűnni a lélek ájultságában.”

Az élettest különbsége az érzékfeletti megfigyelés előtt és után csakis annyi, hogy az élettest a beavatásban mintegy felébred. Amíg előtte mintegy aludt, utána felébred.”

„Át kell kutatnunk az egész világot, minden egyes lény felé mindig újra föl kell élesztenünk az élettestet. Mert csak azzal tudunk kapcsolatba lépni, rokonságba kerülni, amit egyszer láttunk, ami felé egyszer fölébresztettük az élettestet, és mindig új kapcsolatokat kell fölélesztünk.”

Az agyat a szabad életerők tevékenysége formálja. A kezeket, lábakat stb. a nem szabad életerők formálják.

Szem: Máté 6,22-23; Lukács 11,34-36.

A világosság fiai: Lukács 16,8; Efézusi levél 5,8; 1. Thesszalónika levél 5,5; János 12,36.

Pillanat gyakorlat: az oksági lánc megszakítása; a kezdés lehetősége; inspiráció lehetősége; kilépés a köpenyből; nincsenek fogalmak; az érzéshez vezető út; az intuitív pillanat az észlelésben. A szokások, meggondolatlanságok feloldása. A tudat összekapcsolódik a figyelem áramával, az igazi Énnel.

A vékony köpeny hatása: „utánzás”, az emberek közelebb kerülnek egymáshoz (esetleg túl közel).

Az odaadottságban megfeledek a „magamról”, de mégis tudom, hogy a tapasztalások az enyéme.

Az azonosság azt jelenti, hogy szabad világosságom van, vagy szabad világosság vagyok (Zen).

²⁰ R. Steiner: *Von der Initiation. Von Ewigkeit und Augenblick. Von Geisteslicht und Lebensdunkel* (GA 138).

130²¹, 1911. szeptember 19, 37. old.

És ha a szellem egész útját és fejlődését vesszük tekintetbe, akkor azt látjuk, hogy szellemtudományunk inspirátora a magát a szeretet tüzében fölládozó Buddha.”

Vezérelv pszichológusok, pszichiáterek, pedagógusok, gyógypedagógusok stb. számára: minden ember misztérium.

- Az olvasásban megérintjük a szellemi világot.
- Az üresség közös, nincs semmi, ami elválaszt.

MŰVÉSZET

A nagyszabású jelentések a tudatba vetik fénysugarukat, amely ezáltal megváltozik.

Forma ~ akarat ~ érezhető.

A forma, vagy ami kimaradt?

A formamentes figyelem formákat lát meg, amelyek belőle vannak.

A tapasztalásnak tartama kell, hogy legyen, különben nem beszélünk művészi tapasztalásról.

A fogalom, az értés felvillan. Nem így az érzés.

A gondolkodás formái = fogalmak + nyelvtani formák, *nem* a jelek.

Jel = forma, konstelláció, nem anyagiság. A jelek sohase egyértelműek.

Az olvasás a jelek között történik. Ami nem folyamatos, az a nyelv.

Művészet = megközelítően folytonos. Átmenetek.

Írás: nem kielégítő analízis (semmilyen analízis sem kielégítő).

Látás – hallás.

° Hallható világosság: csend; látható csend: világosság.

A művészetben az Én rejtve marad, a gyakorlásban tapasztalássá válik.

A tudomány lefordítható, a művészet nem. A jelek és a jelentés szorosabban kapcsolódnak, esetleg – mivel érzés – azonosak.

²¹ R. Steiner: *Das esoterische Christentum und die geistige Führung der Menschheit*, GA 130.

- A világosság csak most van.
Nincs múltja – múlt nincs. (Nyelvek, amelyekben csak jelen idő van.) Minden más: képzet, most. Ezt a most-ot rabolják el tőlünk, a (most elképzelt) múltba esik.

Meditáció: A jelenben nem tudok gondolni *semmit*, semmit, ami valami, csak megmaradhatok a gondolkodásban. Amíg (erőlködés nélkül) tartani tudom magam, nem jelenik meg a tudatban semmi, ami valami, semmilyen tartalom. Nincs szükségem semmi másra ahhoz, hogy tapasztaljam magamat – én magam vagyok a tapasztalás. Világosságból vagyok, teljesen üres tárgy nélküli világosság vagyok.

- Az Énben nem érintek meg semmit (semmilyen tartalmat).
- A világosság közös. Világosság-lézés. Feloldani a formákat – formák, világosságból.
- Így világosodik meg az utam. Elválás egymástól – a világosságtól.
- Fölről nővekszünk. Eléhallgani a csöndben = mentesség a formáktól.
A formáktól mentes csak a formáktól mentesbe mehet.
- Minden pillanatban kezdés van. (Nincs adottság.) Az ember ura lehet a pillanatnak. Ha a pillanat üressé válik, észlelhetővé válik a suttogás. Ez a magasabb szint.

A költészetben folyékonyá válnak a szavak. Zene: nagyobb csend, mint a beszédben. A gondolkodás csendje: tiszta gondolkodás, már folyékony, megálló nélküli gondolatáram. A zenei csöndben alszanak a hangok és minden más. A festés már bevonja a látást → Buddha tekintete. Türelem: a tárgyak utáni éhséggel szemben.

- A gondolkodás önmagát érti.
- Gondolat, fogalom felvillan; az érzés nem.

A formáktól mentes csend (vagy világosság) megérti és feloldja a formákat. Mennél magasabb rendű a forma, annál mélyebbnek kell lennie a csendnek (zene → beszéd).

Az autisztikus gyerekek meztelenek, nincs elválasztó ruhájuk. A korai autizmusban (Kanner²²) hiányzik a test első érzése, a kommunikatív érzés is – ez a különbség köztük és a „normális” gyerekek között. Földi életük kezdetén utóbbiak sincsenek elválasztva, de rendelkeznek a kommunikatív testi kapcsolattal.

GA 175 (Bausteine)²³ II. 1917. április 3.

„Mert az ember eredetileg nem halálra született, külső szervezatként sem. Az emberi szervezetről magából nem lehet megmagyarázni, hogy az ember belsejéből előléphet a halál. Önmagában az ember lényé alapján ezt nem lehet megmagyarázni... A lélek tette halandóvá a testet.”

A lélek korrumpálja a testet.

„Krisztus megölése a legnagyobb jótétemény, ami az emberiséggel valaha történt.”

III. 1917. április 17.

„Itt²⁴ nem kevesebről van szó, mint, hogy Krisztus egész lényegi lényében nem önmagában, hanem egész környezetében él, és az egyik ember erejét át tudja vinni a másikkra.”

| A differenciálatlan beszéderő. III. 99.old. |

- o Nem keresek semmit. Omne ens verum. Kezdetben. Ben.

A másodlagos önzőség a védekező, körömszakadtáig tartó ragaszkodás a szokásokhoz, rendhez stb. Megjelenhet mind a szokás-éneken, mind az elsődleges önzőségen keresztül is.

A közönséges tudat nem tudja megérteni a sorsot. 66²⁵, 1917.március 1.

- o Az Énben nincs érintés. Hasonlóan az értéshez, amelyben az értés pillanatában feloldódik a megértett forma.

Az értésben feloldódik a megértett forma; ez a mozgás *maga* az értés, a világosság vagy figyelem forma nélküliségének (ürességének) helyreállítása. Ez, az üresség helyreállítása az értés impulzusa. Akkor mi a formákhoz való ragaszkodás? → a dualizmushoz? Ez azért van, mert nem tudunk megállni az ürességben, vagyis nem tudunk megmaradni az értésben. Megállókra van szükségünk, amelyben a magam-ézés uralkodik. Ha egy forma föloldódott, a tudat kész a következő forma feloldására.

²² Leo Kanner (1896-1981), osztrák-amerikai gyerekpszichiáter. Ő írta le elsőként a korai autizmust.

²³ R. Steiner: *Bausteine zu einer Erkenntnis des Mysteriums von Golgatha*, GA 175.

²⁴ Jairus lányának – a vérfolyásos asszony meggyógyítását követő – meggyógyítása (feltámasztása) esetében.

²⁵ R. Steiner: *Geist und Stoff, Leben und Tod*, GA 66.

A szellem saját életét (Eigenleben²⁶) lehet pozitívan értelmezni.

Új meditáció:

Képzeld el, hogy a saját arcodat nézed egy tükörben (semmi mást nem láthatsz, mert megakadályozza egy cső az arcod és a tükör között);

Önfeledtség ugyanebben a képben, aztán becsukjuk a szemünket.

Adalékok a Licht-Freiheit²⁷ könyvhöz. 1.) 2.) Nyílt meditáció (nem keresek semmit).

Érzés a szellemi tapasztalásban 107, 1908.október 26.²⁸

A devachánban az ember jövőbeli testiségén dolgozik. 107, 1908.október 27²⁹.

CHET³⁰ = bűn. A cél eltévesztése.

107, 1908.december 8³¹, 137. old.

„A külső észlelés számára észrevehetetlen, de a belső életben nagyon is határozottan, sőt feltűnően észrevehető, hogy ha hallgatunk valakit, akkor mindent vele csinálunk, még a fizikai hangszalagok mozgását is utánozzuk, és a hallgató mondja magában, amit a másik mond. Ha a környezettel való együttélésnek ezt az utolsó maradványát képzeletünkben korlátlan mértékben fölerősítjük, akkor képet alkothatunk arról, hogyan élt és érzett együtt környezetével a régi korok embere. Az ember utánzó képessége rendkívüli módon fejlett volt. Ha valaki csinált egy mozdulatot, akkor a többiek is követték és vele mozogtak.”

²⁶ Ld. pl. a *Theosophie. Einführung in übersinnliche Welterkenntnis und Menschenbestimmung* c. könyv „A lélek a lélekbírodalomban a halál után“ c. fejezetét (1904). GA 9.

²⁷ G. Kühlewind: *Licht und Freiheit – ein Leitfaden für die Meditation*. (Magyarul: Útmutató a belső munkához).

²⁸ R. Steiner: *Geisteswissenschaftliche Menschenkunde*, GA 107.

²⁹ Mint fent: A fájdalom, a szenvedés, az élvezet és a boldogság lényegéről.

³⁰ Héber.

³¹ Mint fent; Az eredendő bűn lényegéről.

Krisztus az asztrálisban, 107, 1909. február 15³², 222. old.

„Ez a lény [Krisztus, mint avatár]³³, aki csak időszámításunk kezdetén lépett kapcsolatba Földünkkel, három évre megtestesült egy fizikai testben, és azóta is kapcsolatban van érzékfölötti világunk asztrális, vagyis szellemi szférájával, ez a lény avatári mivoltában teljesen egyedülállóan jelentős.”

230. old.

„Ez az egyszerű százsz lelkipásztor, ennek a költemények a szerzője [Heiland³⁴], közvetlen szellemi látással jutott a bizonyosságra: Krisztus jelen van az asztrális síkon...”

Steiner a kisgyerekről 107, 1909. április 27³⁵.

„A születés utáni legelső időben a gyerek a szó valódi értelmében még nem tud se sírni, se nevetni. Általában a születés utáni *negyvenedik nap*³⁶ az, amikor a gyerek könnyre fakad, és aztán mosolygásra...”

„Nézzék meg az állat lényegében mozdulatlan fiziognómiáját, ahogy merevségében megjelenik. És nézzék meg másrészt az emberi forma mozgékonyosságát, változásait a gesztusokban, a fiziognómiában stb.”

A test kommunikatív használata önérzékelés (autoperception) nélkül történik.

MAMA = NAGYBÁCSI (tamil nyelven)

³² Mint fent; A kereszténység a kortárs emberiség fejlődési folyamatában. Vezető egyéniségek és avatári lények. A keleti bölcsesség avatároknak nevezi az önzetlenül, az emberiség érdekében megtestesülő lényeket.

³³ G. Kühlewind betoldása.

³⁴ G. Kühlewind betoldása. A *Heiland* (Meváltó) c. költemény a 9. században keletkezett, I. (Jámbor) Lajos frank király korában.

³⁵ Mint fent; Nevetés és sírás. Az isteni fiziognómia az emberben.

³⁶ G. Kühlewind kiemelése. A sírás és nevetés megjelenése összefügg azzal, ahogy az (előző inkarnációból származó) Én dolgozik a testen.

Steiner az indiánokról. 107, 1909. május 3³⁷.

Ezzel szemben [a normálisan fejlett én-érzéssel szemben³⁸] voltak olyan emberek, akikben egy félelmetesen erős én-érzés alakult ki, természetesen túl korán, mert az emberek még nem tartottak ott, hogy testük egy erősen kifejtett én-érzés eszközéül szolgálhasson. A test így mondhatnánk belemerevedett az egoításba, lehetetlenné vált számára, hogy túljusson a fejlődés egy bizonyos szintjén... Azok a népek, amelyeknél az én-érzés túlságosan erősen kifejlődött, és ezzel az énség, az egoítás átjárta belülről az egész embert, fokozatosan nyugat felé vándoroltak és belőlük lettek azok, akiknek utolsó maradéka ma az amerikai indián népeiséget alkotja... Az egoítás színe a vörös, rézvörös vagy a sárgásbarna...

Mit mondtak volna [az indiánok], ha ki tudták volna mondani fejlődésük tényleges helyzetét? Azt mondták volna: mindenekeelőtt a belső életemet akarom kifejleszteni, belső életemet, ami a legmagasabb számomra, ha magamba nézek!... Fejlődésük dekadenciába hajlott... Ez a fajta beállítottság nagyon gyakran kialakul, még a teozófia talaján is. Nem akar tanulni semmit, nem akar tényleg fejlődni, és kivárni, amíg az Én átment minden egyes fokozaton, hanem éli életét és arra vár, hogy megszólaljon belőle az isteni ember, és állandóan a magasabb Énre hivatkozik... Ma, amikor minden szellemibb (?!³⁹), az ember nem lesz tőle rézvörös. De hasonló sorsot szenved el, mint az a népeiség, amely mindig az énrre hivatkozott.”

DAVAR⁴⁰ = beszéd, szó, üzenet, híradás, tanács, kérés, ígéret, döntés, mondat, téma, történet, mondás, beszédmód, üzlet, birtokbavétel, tettek, jó cselekedetek, események, út, mód, indok, ok – a bibliában sohase „dolog”.

Watzlawik⁴¹: Mindig kommunikálunk.

Csak az Én tud tapasztalni bármit is. Általában a közönséges énrnek tulajdonítjuk tapasztalatainkat.

- A figyelem mindent elérhet.
Mert minden figyelhető = igaz, bizalmat érdemlő. Amint a figyelem túllép a jeleken, semmit sem lehet elrejteni. Ez világos világ, része vagyunk a világosságnak, összeolvadunk vele minden tapasztalásban.
Tiszta figyelem = minden formától mentes. A megtisztítás azt jelenti, hogy megtisztítjuk a formáktól. Kamaloka⁴².

³⁷ Mint fent; Az Én jellegzetességei a különböző emberi fajoknál.

³⁸ G. Kühlewind betoldása. Az atlantiszi kor embereiről van szó.

³⁹ G. Kühlewind betoldása.

⁴⁰ Héber.

⁴¹ Paul Watzlawick (1921 – 2007), osztrák-amerikai író és tudós (kommunikációs tudományok, pszichológia és szociológia)

⁴² Szanszkrit: a vágy helye – a keresztény terminológiában tisztítótűz, ahol a halál után az ember megszabadul a fizikai testhez kötődő vágyaitól.

Ahogy a gondolkodás érti önmagát a megformált gondolatban, úgy tapasztalja a figyelem önmagát akármilyen formában, amellyé változott. (Se mód, se szükség sincs egy második figyelemre, amely megfigyeli az első által magára öltött formákat.)

- Csak a fölülről való lehet kitéve kísértésnek.

Nem a köztesben lebegni, hanem képesnek lenni tartózkodni a mennyekben és a Földön.

Az önfeledtséget lehet önmagában gyakorolni, első lépésként.

|| Meg lehet tanulni gondolkodni? A tanulás általában a környezet kisugárzásának „tudatfölötti” hatása.

|| Teljes figyelem = világosság, hit,
Megtört figyelem = látás, hallás stb.
A teljes figyelem vertikális.

A reményben nem ismerjük a valóságot.

A bizonyosság (a hit) lassan növekszik bennem.

Mindig kevertségben vagyunk, az alulról való a felülről valóval.

A gyógyítások a jelentés szférájában történnek, ezért a tér nem játszik szerepet.

- Minden pillanatban.
- Mindig kevertségben vagyunk.
- Azon a „helyen”: ny peur ny espoir⁴³.
- A hit lassan növekszik bennem.
- Csak az Úrral való találkozásban nem vagyunk kevertségben.
- Csak a felülről valót lehet megkísérteni.
- A figyelem azt tapasztalja, amivé válik.

⁴³ Se félelem, se remény. Orániai Vilmos jelmondata. Ld. részletesebben G. Kühlewind *Melodie und Stille* c. könyvében.

Megismerő érzés 271, 1918. május 5 ()⁴⁴

Éppenséggel az érzés és az akarás úgy működnek⁴⁵, hogy mintegy objektív, gondolati erővel áthatott szellemi lényekként lépnek az emberi lélek színterére, azáltal, hogy az észlelés és képzetalkotás maradéka, amely különben észrevétlen marad az érzésben és az akarásban, megnyilatkozik, képessé válik a szellemi világba való belépésre. Ha átláttuk ezt, azt, hogy a látó úgy él az érzésben és az akarásban, mint különben a gondolkodásban és az észlelésben élünk – nem zavaros gondolkodásban és érzésben, nem ködös misztikában, hanem olyan világosan, mint különben csak a képzetalkotásban és az észlelésben –, akkor hasznosan foglalkozhatunk a művészettel, de úgy, hogy ekkor válik csak igazán világossá, hogy mennyire értéktelenek az olyan összefoglalások, amelyek pl. szavakba foglalják egy műalkotás tartalmát.”

- Áldott dualitás.
- Az ott.
Amíg *az* ott van, még nem igazi az önfeledtség.

A csillag „azzá” válik kisugárzásában, ami ezért szent.

- Minden pillanatban.
- A jelek mögött semmi sem rejtett a figyelem számára. Minden elérhető – nemcsak a dolgok sokszínűsége.

- Figyelmem – figyelmünk.

Egy jelet nem lehet kívülről megérteni, a jelentésnek valahogy át kell adódnia, a jellel együtt, vagy nélküle. Mint a kisgyerek képessége, amellyel megragad egy egész nyelvet vagy csoportot vagy intuíciót.

⁴⁴ R. Steiner: *Kunst und Kunsterkenntnis*, GA 271.

⁴⁵ A „látó”, magasabb megismerésről van szó.

A moralitást vagy jóságot a nyelvhez hasonlóan a megfelelő emberi környezet adja át a gyerekeknek.

Egy szeretett személy megszólítása, a rá való figyelés csalogatja elő a magam-érzést. A neked szóló szeretet kedvéért inkarnálódok.

Diszlexia: az írás nem beszéd, nem igazi kommunikáció. Nincs jelen 2 személy.

- Kezdetben van az értés.

A specifikusan emberi képességek, (szem-kontaktus, mosolygás stb.) csak normális emberi környezetben alakulnak ki, mert hozzájuk kommunikációra van szükség.

A szellemi világban csak egy fény, egy világosság van, nincs belső és külső fény. A külső fény nyilvánvalóan hierarchikus lények tetteinek eredménye. Minden, ami tárgyakat „közvetít”, világosság – az érzékszervi észlelésben külső, a fogalmiságban, az értésben (bármilyen szintű legyen is) belső –, fény.

- A teremtett világ önmagát közli.
- A szellemi világban semmi sincs a lények között.

|| Egy könyv fűtőértéke tökéletesen független a tartalmától.

- *-ben*. Először kulcs a helyhez, aztán támasz az összerosódás ellen. A szavak megvédene az összerosódástól.

- Útban a Siloám tava felé.
- Nem keresek semmit.

Keresés: dualitás. A gyógyulás helyére vezet, ahonnan látjuk a saját életünket, látjuk, hol tértünk el a küldetésünktől – anélkül, hogy elveszítenénk a Semmit.

Szellemi kutatás szeretetből: a Te-érzés felé irányítani az üres figyelmet (a föl nem tett kérdést).

A meditáció kezdetén átéljük a tárgyak utáni sóvárgásunkat, szenvedélyünket.

Kétszeres tagadás János 14, 30: καὶ ἐν ἐμοὶ οὐκ ἔχει οὐδέν⁴⁶.

Márk 1,44: ὄρα μηδενὶ μηδὲν εἶπης⁴⁷.

⁴⁶ „és én bennem nincsen semmije [a világ fejedelmének].

⁴⁷ „Meglásd, hogy senkinek semmit ne szólj.”

Megismerő érzés

1. Nem magamat érzem, hanem *azt*. Nehéz, mert az érzésben nincs elválasztás. Az érzést, amennyire csak lehetséges, *annak* kell meghatározni.
2. A gondolkodáson-képzetalkotáson keresztül vezet az út, mert gyökerük, alapjuk az érzésben van.
3. Fokozzuk a gondolkodási-képzetalkotási képességet, lehetőleg fogalmak nélküli képzeléssel⁴⁸.
4. Belefeledkezünk az elképzelt belső képbe → azonosságba kerülünk vele, minőségeivel, formájával, ill. az ember alkotta tárgy ideájával = kreatív akarat. Én vagyok.
5. Az ott – a pillanatnyi azonosság tapasztalása, oszcilláció *ott* és *itt*, vagy *az* és *ez* között. Fogalmak nélkül, érezve a tárgyak utáni sóvárgásunkat.
6. Emóciók és/vagy művészi érzések összehasonlítása, összehasonlító megismerő érzések segítségével. Érzések és a bennük lévő emóciók „tapasztalása”. Nem válnak „tárggyá”. Az Én vagyok tapasztalásához vezetnek az érzés szintjén. Mindig önfeledtségben.
7. Szándékos emlékezés szükség és cél nélkül.
8. Művészetek.
9. Érzések észlelése.
10. Szavak nélküli birodalom.

⁴⁸ A „fogalmak nélküli képzelést” tapasztalhatjuk mind a tárgyi, mind az észlelési koncentrációban (koncentrálunk egy egyszerű, ember alkotta tárgyra, ill. egy természeti jelenségre). Ha sikerül magát a jelenséget képzelni – anélkül, hogy az eleve ismert és absztrakt fogalmiságra támaszkodnánk –, akkor fogalmak nélkül képzelünk. Ez mindig érzés jellegű.

|| Minden mindig más. Mégpedig sürgősen.

|| Derűs kétségbeesésben élek.

A gyerekek megöletése Betlehemben. A mágusokat a csillag vezeti. Ez a hír Heródeshez is eljut. Miért rendeli el akkor a megöletést? Ha hinne a csillagban, nem tenné.

Kiegészítések a „Gyógyításokhoz”: Az Isten Országáa függeléke.⁴⁹

Az *adott* küldetése az, hogy ráirányítsa a figyelmet a nem-adottra, amely az adottat látja.

A hiperaktivitás 2 oka:

- a) Törekvés a test, önmaga érzésére, és a kommunikációra;
- b) Törekvés arra, hogy a test ott legyen, ahol az Én, ahol a figyelem; A test a figyelemhez kötődik, nem a magam-érzéshez. Normális esetben a test vonzza magához a figyelmet, itt a figyelem vonzza magához a testet.

Az érzés nem analizál és nincs múltja.

Az azonosság metamorfózisai: utánzás, értés, észlelés, szeretet, mint képesség: figyelem; önfeledtség.

GA 300 I. kötet, 1920. július 24.⁵⁰

„Egy adott időpontban szálltunk alá a szellemi világból a fizikaiba. A gyerekek, akikkel találkozunk, később szálltak alá, átéltek egy olyan időszakot a szellemi világban, amikor mi már a fizikai világban tartózkodtunk. Egész lelkünket rendkívüli melegséggel tölti el, ha olyan lényt látunk a gyerekben, aki lehoz nekünk valamit a szellemi világból, amit mi magunk nem éltünk át, mert idősebbek vagyunk. Ez, hogy idősebbek vagyunk, még valami egész mást is jelent. Minden gyerekkel üzenetet kapunk a szellemi világból, olyan dolgokról, amelyeket magunk már nem éltünk át... Az ilyen dolgok akkor kapnak gyakorlati jelentőséget, ha ezt mondjuk: ez a gyerek később szállt alá a szellemi világból, mint én. Abból, ahogy él, kitalálhatom, hogy mi történt a szellemi világban azóta, hogy én elhagytam. Ha ez élő érzéssé válik bennünk, akkor ez igazi tanári meditáció, rendkívül nagy és erős jelentőséggel bíró meditáció.”

⁴⁹ Hivatkozás a szerző könyveire: *Gyógyulás a világosságban – Gyógyítások az evangéliumban*, valamint *Isten Országáa – Az Újszövetség látomása a jövőről*.

⁵⁰ R. Steiner: *Konferenzen mit den Lehrern der Freien Waldorfschule 1919 bis 1924*. GA 300a.

- Két szag vagy két hang áthatja egymást, anélkül, hogy egybeolvadnának. Ez az egyéni szellemi létezés képe.
- „Közben”, minden pillanatban megérintjük a csillagot: a saját csillagunkat, *az* igazi tanút.
- Tapasztalat: világosságom metamorfózisát maga a világosságom tapasztalja. Amivé a figyelem válik, azt tapasztaljuk – ha a forma értelmes.

Marxista gondolkodás: megváltozik a környezet, és ez az emberben is változást hív létre.

- Aki tud az egőről, annak az Énről is tudnia kell.

GA 203⁵¹, 1921. január 16 (69. és 74. old.)

„Akik valamilyen dogmát követnek, nem a lélek belső igazságából teszik, mert általában maguk sem értik a dogmákat. De ha elfogadunk valamit, amit nem értünk, akkor abban nincs belső igazság. És alapjában véve ebből a belső valótlanból, a világban elterjedt valótlanból ered a korunkat átjáró oly sok baj.”

„Az ember ma nem helyezkedhet arra a kényelmes álláspontra, hogy azt mondja magának: Örökké létező lény vagyok, és lényem örök magja mindenképpen megmarad. – Ez nem felel meg a valóságnak. Lényének örök magja ugyan valóban ott él az emberben, de éppen most, a döntések korában, meg kell termékenyülnie, ha azt akarjuk, hogy ne haljon el. És a lélek életben tartására nincs más mód, mint új, igazi szellem-tudomány megalapítása, amely túlmegy a pusztán fizikai-érzékszervi természet-megfigyelésen, amely a természeti tényekre vonatkozóan is megmutatja, hogy mindenben, amit érzékszerveinkkel megfigyelünk, szellem él.”

⁵¹ R. Steiner: *Die Verantwortung des Menschen für die Weltentwicklung durch seinen geistigen Zusammenhang mit dem Erdplaneten und der Sternenwelt*, GA 203.

Az agyban lejátszódó folyamatok nem az értés jelei, nem annak a jelei, amivel az ember szelleme foglalkozik, az értés és az agyfolyamat között nincs izomorf leképezés. Az agyfolyamat sohase válik tudatossá, az agyfolyamat annak a metamorfózisa, ami a tudati folyamatból kimarad.

Felhő gyakorlatok: Képzeld el egy tiszta kék égboltot, aztán engedj egy felhőt lassan beúszni, amely aztán lassan eloszlik és visszatér a tiszta kék: utána próbáld meg feloldani a kéket, ürességgé és világossággá.

- Azonosság azt jelenti, hogy különbség van, legalább két lény, és a tudatban van. A nem-azonosság is a tudatban van.
- A szavak eredetileg (valószínűleg) meditációra szolgáltak, nem információra. Vagyis arra, hogy utat, létrát, kapaszkodót jelentsenek olyan tapasztalásokhoz, amelyeket nem lehet információként közölni.
- Bodhichitta: a megvilágosodás, a tökéletes megvilágosodás utáni vágy (disio). = Pranja és Karma.
- A figyelem érteni akar.

R Theosophie, A lélek a lélekvilágban a halál után, 100. old.⁵²

„A fizikai életben az ember a testét érzi önmagának, énjének. Amit önézésnek nevezünk, ezen a tényen alapul.”

Azok az érzékek vannak a legközelebb az azonossághoz és az érzéshez, amelyek forma nélküli minőségeket közvetítenek, mint szaglás, tapintás, színek látása, hangok hallása, melegség érzése.

- Csak világosság válhat Énné.
A dolgok, tárgyak szerepe az, hogy elviselhetővé tegyék a világosságot.

⁵² R. Steiner: *Theosophie. Einführung in übersinnliche Welterkenntnis und Menschenbestimmung*, GA 9.

A kezdés kérdése.

A minimális kezdeti kapcsolat a csillaggal? Reflexió ~ intencionális emlékezés ~ koncentrációs gyakorlat. Elfojtás ~ az emlékezés elkerülése.

↙
A l'art pour l'art jelleg. Pillanat gyakorlat, valami nem szükségeset tenni.

A test. Steiner 17,13

A test azért hal meg, mert nem kizárólag jelentés jele, különösen anyagában nem. Ez a bűnbeesés. Nem időtlen. Egyik a másik után. A test – a test érzése – a horgony, a fönről jövő impulzusok elleni védekezés vagy ellenállás. A feltámadó test a jelentés-test, amelyhez hozzáfér és amelyet áthat a tudat.

Az anyagot nem-tapasztalt jelentés-erőkkel gondoljuk, amelyek így idegenné – „anyaggá” – (egyszersmind múlttá) válnak a gondolkodás számára.

- Nem tapasztaljuk azoknak az erőknek a valóságát, amelyekkel valóságnak gondoljuk (és érezzük) az anyagot, és nem vesszük észre, hogy az „anyag” egy idea. Anyag: mindig tárgy. Mi kívül vagyunk az anyagon.

Észlelés → azonosság (a jelentésben). Ha az észlelés nem tapasztalja a saját működését, akkor előkészíti az alany és a figyelem felszámolását, „kívülre” kerül, „másság” lesz belőle. Ez a szembeállítás hozza létre a mérhető, mérendő teret és időt.

Az olvasásban nincs „kívül” – az olvasás viszony. Az marad kívül, amit nem tudunk olvasni.

271⁵³, 1918. május 6.

Először is egy alapvető tapasztalat. Az ember nem lehet reggeltől estig szellemi kutató. A szellemi világba való betekintés bizonyos időkhöz van kötve; az ember tudja, hogy mikor kezdődik és végződik a szellemi világba való behatolás állapota. Ebben az állapotban a lélek képes arra, hogy saját erejéből teljesen eltekintsen a külső érzékszervek behatásától, úgyhogy semmi sincs abból, amit a külső érzékek észlelnek, mint színek a látásban, hangok a hallásban. A szellemi világ észlelése éppen abból fakad, hogy erre a semmire figyelünk.”

⁵³ R. Steiner: *Kunst und Kunsterkenntnis*, GA 271.

Ahogy az látjuk, érezzük, ízleljük stb. amivé a látó, érző, ízlelő stb. figyelem válik, úgy halljuk (és értjük?) azt, amit beszédszerveink létrehoznak a hallásban. Amit nem hoznak létre, nem halljuk.

Echolália?⁵⁴ (értés nélkül)

Létre kell hoznom a formát (az akusztikus jeleket) ahhoz, hogy integráljam az értésbe, kivéve, ha érzésben értek. Ebben az esetben tudok mozdulatlan beszédszervekkel „gondolkodni”.

A pszichiátriai megbetegedésekben jelen van egy nyitottság, mind fölfelé, mind lefelé, és ezek keverednek.

Hangtalan kommunikáció: artikulált érzések (mint zenehallgatáskor).

A *nyelvtan* a Közösség (Egység) leegyszerűsített szerkezete. Ezért nyelv-függőek a kategóriák.

Az emberi lény nem kauzális rendszer.

Az ember nem kauzális rendszer. Egy tisztán biológiai rendszer az lenne, de az ember biológiáját befolyásolja a lelkiség, amely összekapcsolódik a szellemiséggel, a csillaggal, amely individualitását képviseli, ahogy eddigi sorsa és küldetése kialakította. Másképp szólva: az ember maga is forrás-természetű, képes arra hogy új kauzalitásokat hozzon létre, és meglévőket megváltoztasson, befolyásoljon, vagy nyugalomba helyezzen. A pszichológiában, a terápiában (és egyáltalán) semmit se lehet *okszerűen előidézni*. Egy személyes – individualizált – egoitást felfoghatunk *megközelítően* kauzális rendszernek, de sohase teljes biztonsággal, mert az egoitás minden pillanatban megváltozhat, az ember bármikor kitörhet belőle. Mert az egoításban is működik még a szellemi forrás-természet; a tudtafölötti forrásból (= aki maga a szellemi lényünk) áradó, és a hétköznapi lény világosságát adó figyelmen keresztül. Az elválasztás sem abszolút... A tanú mindig jelen van.

⁵⁴ Egy szöveg „utánhangzása“, értelem nélküli utánamondása. Gyakori tünet – többek között – autistáknál.

Aki egy embert szeret, szeret minden embert. *Egy* embert szeretni azt jelenti, hogy látom egyedülálló lényét, számára is rejtett, kimondhatatlan küldetését. A szeretet azt jelenti, hogy *ezt* az individualitást szeretem. Ha észreveszem ezt az egyedülállóságot, az már szeretet. Az egyedülállóságot azért lehet megtalálni, mert szellemünkben nem vagyunk elválasztva. Szeretet csak itt, az elválasztottságban lehetséges. Ezért van az elválasztottság.

A jelent – a legnagyobb valóságot – nem éljük át.

- Jelentés: Éntől Énnek.

|| A szellemi világban tudatos azonosságban vagyunk, világosságban vagyunk azonosak a jelentések sokdimenziós hálózatával. A nyelvek és a fogalom- (érzés-, akarat-) rendszerek ennek a jelentéshálózatnak a leegyszerűsített struktúrái. Mindamellet, a leegyszerűsített jelentéseket és részleges valóságokat az archetipikus hálózatba nyúló gyökereiknél ismerjük meg.

Ezt nevezi pl. Platón anamnesis-nek, emlékezésnek.

A jelentések archetipikus világa funkciókból áll, működő jelentésekből. A funkciók „statikus” jelentésekben végződnek. A jelentések világa fölött van az Én-lények világa.

Tanulás: formák létrehozása és feloldása = a tanulás elfelejtése.

Azért reménytelen minden olyan terápia, amely megpróbálja megoldani a paciens problémáját, vagy tanácsokat ad neki, mert a paciens választja ki, hogy mit fogad el és mit utasít el. „Mi az én saját véleményem?” „Ki vagyok?”

Tanúskodás

Én: zene vagy szöveg hallgatása vagy előadása – egyidejű értésben.

Gondolkodás vagy képzelés; a kép képzelése és látása.

- Azonosulhatok egy dologgal; a dolog nem azonosulhat velem. Eggyé válhatok veled és eggyé válhatsz velem. Buddha tekintettel látni ezt.
- A tapasztalás tökéletlen, ha nem válik benne eggyé a tanú, a figyelem és a tárgy, ha nem tapasztaljuk azonosságukat.
- A mondatot már azelőtt értjük, mielőtt kimondjuk.
- Nem vagyunk egymásnak idegenek.

Ha a tanú jelen van, de nem tanúskodik a meditációban, akkor a tapasztalás tökéletlen, mint a hétköznapi életben, ahol a tanú jelen van, anélkül, hogy tanúskodna önmagáról. Az eredmény: értelmetlen világ, mert nincs benne Én-lény, aki jelentéseket tudna teremteni és érteni. Ahogy a „tudományban”.

- Azonosulás egyben azt is jelenti, hogy *vagyunk* (nem időbeli azonosságban).

Ősművészet

*The Buddha Eye*⁵⁵: Nishitani Keiji: *Az Én-Te viszony a zen buddhizmusban*, 51-52. old.

„Ha radikálisan behatolunk a valóságba – úgy, amilyen⁵⁶ –, akkor a valóság tiszta költészetté válik. Ez hasonló ahhoz, mint amikor az ellenségeskedés végső talaján folytatott harc sporttá vagy játékká változik át. Az a „költészet”, amely kívül esik azon a területen, amelyet általában a költészet birodalmának nevezünk – *a költészet, amit nem az ember teremtett, de amelyben részesül és amelynek maga is részévé válik* – milyen birodalomhoz tartozik vajon? Ha az ember leteszi kis énjét és alázattal belép a valóságba, megnyílik számára a Nagy Bölcsesség (*prajñā*), mint minden dolog szülőhelye, ahol a dolgok létrejönnek és megvalósítják önmagukat, úgy, amilyenek – mint maga a valóság helye. Ez a kinyílás maga a valóság megvalósulása olyanságában. A «bölcsesség világossága», amelyben a valóság fénylik és megmutatkozik, úgy, amilyen, nem más, mint a valóság saját világossága. A «bölcsesség Napjának» világossága, úgy, amilyen, egyszersmind az ember «elsődleges és igazi arcának» megpillantása is. Amit itt költészetnek nevezünk, az a prajñā-ból spontán kibontakozó költészet. Ebben a prajñā-ban minden valódi dolog „költészet és spirituális öröm forrásává” válik a maga olyanságában. E költészet «jelentése végtelen».⁵⁷

- Ahol nem tapasztaljuk az Ént, mindig az ego van jelen, általában észrevétlenül.

⁵⁵ Antológia a Kyoto iskola tagjai és kortárs követői írásaiból, 2004. Összeállította Frederick Franck (1909-2006), holland-amerikai festő, szobrász, spirituális kutató és szerző. A Kyoto iskola 1913 körül jött létre. Legfontosabb jellemzője talán, hogy kapcsolatot teremt a zen buddhizmus és a nyugati filozófia között.

⁵⁶ A gyakran előforduló „úgy, amilyen” (néha „olyanság”) kifejezést fordíthatnánk úgy is, hogy valamit színről színre, vagy egyszerűen tisztán, zavartalanul tapasztalunk. A pontosság kedvéért meghagytuk a kicsit nehézkes „úgy, amilyen” kifejezést.

⁵⁷ Az «» idézőjelek korábban idézett japán versekre és azok magyarázatása vonatkoznak.

Az Én-vagyok tapasztalás fenomenológiája

1. A példázatok.
A saját mondatom vagy gondolkodásom értése;
A figyelem által fölvetett forma „látása”.
Érzés – akarat-formák érzése is;
Zene, közösen.
2. Találkozás a másik emberrel, Buddha-tekintettel.

Filippi levél 2, 5-8

„ Annakokáért az az indulat legyen bennetek, mely volt a Krisztus Jézusban is, Aki, mikor Istennek formájában vala, nem tekintette zsákmánynak azt, hogy ő az Istennel egyenlő, Hanem önmagát megüresíté, szolgai formát vévén föl, emberekhez hasonlóvá lévén; És mikor olyan állapotban találtatott mint ember, megalázta magát, engedelmes lévén halálíg, még pedig a keresztfának haláláig.”

- Hogyan tud a világosság, vagy a tudat azonosulni a nem-világossággal, nem-tudattal, saját termékeivel?
- Egy dolgot csak egy másik dologra támaszkodó, nem öntudatos tudat tud dologként (dologiságként) tapasztalni. (Tapintás élmény).
- Materializmus = az, hogy az anyag létezik, és a realitás alapja, nem más, mint érzés, amelyet a magam-ézés vált ki.

A közönséges tudatra való rálátás mindenhol hasonló tárgyakra talál.

Öntudatos megismerés: törekvés a végső valósággal való egységre. Az észlelésben is ugyanez a törekvés él.

Minden olyan pillanatban, amelyben megérintünk egy jelentést, átjutunk a csend egyik partjáról a másikra. És ugyanez történik az ellenkező irányban, ha kifejezünk valamit. Ez az „átjutás” megszünteti, fölszámolja a formákat, amelyek kiegészítik egymást (mint konkáv és konvex).

Az út törekvésből és elengedésből áll. A törekvés hagyományonként különböző, az elengedés mindig ugyanaz. Csak a törekvések módjában van különbség.

- A halottak a csend túlsó partján laknak.
- Jelentés vagyunk, amit kommunikálunk, a szellemi világban, és a Földön is.

A csend túlsó partja az észleleti világ jelentéseivel kezdődik, amely felé mozdul, amelybe belesimul saját értésünk; azután a magasabb intelligens lények „szintje” (semmi nincs elválasztva semmitől, mindez csak az észlelési képesség kérdése).

És a halottak köztünk vannak.

A tény, hogy lehet fordítani az egyes nyelvek között, mutatja, hogy milyen szegényesen adják vissza a szavak a jelentést, milyen szegényesen viszonyulnak a jelek a jelentéshez. Mindez teljesen másképp van a művészetben: ott jel és jelentés egy és ugyanaz. Fordítás nincs.

A MŰVÉSZET EMBERI ÉRZÉS JELEKBEN.

A TERMÉSZET NEM-EMBERI ÉRZÉS VAGY AKARAT JELEKBEN.

Az emberi megismerő érzés a természetet részben, minőségeiben éri el, „ideájában” nem.

Akupunktúra és hő-akupunktúra: a paciens passzív és aktív figyelme.

Az anyag lyuk a jelentések világának szövetében.

A világosság túlpartja? Ott vannak a látható világ jelentései.

Az érzésben egyesül, *eggyé* válik a látható és a hallható.

A művészet híd jel és jelentés között.

A „szellemről” csak meditatív formában lehet beszélni. Minden egyéb csak fecsegés.

A tudomány a világ külszínét tekinti a teljes realitásnak, és ebben a világban mozog. Ezért nem látja önmagát – ehhez ki kellene lépnie ebből a világból, amit fogalmai használatában meg is tesz, de anélkül, hogy a helyzet tudatossá válna benne.

The Buddha Eye: Kobori Sōhaku Nanrei: A Dialogue, 144. old.

„Hajlamos vagy rá, hogy a mások tudásával igyekezz megérteni a dolgokat. Ez esetben a tudásod nem a tiéd. A legfontosabb, hogy másokra való hivatkozás nélkül kell megértened a dolgokat. A közvetlen értés az egyetlen módja annak, hogy kreatív életet élhess”.

|| Minden fájdalmas.

Minden tapasztalás kezdete a tiszta vagy közvetlen tapasztalás, minden elnevezés, fogalmi leírás vagy bármiféle ítélet előtt.

Az első tárgy a magam-érzés, de ez a körülmény legtöbbször észrevétlen marad. Ezt tekintik alanynak, vele azonosítják az igazi ént; így a tárgyakból dolgok lesznek, múlt, adottság.

Patológia: ha a figyelem két tapasztalás között nem válik formamentessé = elfogulatlaná.

Az első években „megtanuljuk” úgy használni a tudatunkat, hogy megértsük, amit nem lehet elmagyarázni. Később arra használjuk ezt a képességet, hogy megmagyarázhatatlan igazságokat magyarázzunk meg vele.

A művészetben nem választható el a megjelenés és a jelentés. Ezért nem lehet lefordítani.

- A *jelentés* történik, nem statikus létezés.

Szubsztancia: valami, ami változatlan marad a változó megjelenések között.

Szosztancia: értés, Anyag!

- Mit nem tud a kis én, a magam? Feltalálni a gondolkodást, nyelvet, érzést, akaratot, logikát, *szavakat*.
- Egy archetipikus jelenség: a világosság. A mai embernek: megismerés, tapasztalás.

Aki megvalósítja az ürességet, függetlenné válik a tárgyaktól és tapasztalni tudja a dolgok olyanságát – *tathata*. Az olyanság *érzése* művészi kreativitáshoz vezet.

Írásunkban a vizuális képnek semmi kapcsolata sincs a *látott* vizuális képhez⁵⁸.

- Minden (érzékszervi) észlelés tisztán indul.

A Logosz a húsban – a ruhában.
- Ha az alsó Logosz erő (a figyelem) függőlegessé válik, az Énnel való egybeesés pontjában összekapcsolódik a felső figyelemmel.
- A felébredéssel a részvét is felébred.
- Az olyanság az jelenti, hogy jel és jelentés egy és ugyanaz.
Az embernek lehet pl. Mozart- (stílus) érzése, és ezen belül tájszerkezetek.
A művészetben jelentés = jel, mint olyanság; a beszédben közbejön a nyelvi rendszer.
A világ, az *Egész*, kimondhatatlan, analizálhatatlan, nincsenek részei – minden jelentés ilyen. A szavak mindig eltakarnak.

⁵⁸ A tehén szó leírt alakja nem hasonlít a tehénhez a réten.

- A forma feloldódik az értésben. A figyelem először belesimul, azután a forma nélküliségbe való kioldódásban létrejön az értés.
A meditációban a forma az üres figyelem irányát adja.
- Aki el tudja viselni az ürességet, az független.

Tisztaság = formamentesség

- Otthon vagyunk a világban.
- Világosság-légzés: forma – formamentesség – forma.
- Minden világosság.
- Az érzés a most-ban marad. Folyamatosan.
- A világosságban együtt vagyunk.
- Minden Buddha, amint észrevesszük.
- A név nélküli egész nem tárgy.
A meditáció kezdetén megfigyelhető a tárgyak utáni mohó vágy.
- Az Énnel nincsenek tulajdonságai, semmiből sincs, mindig változik.

The Buddha Eye: Suzuki Teitarō Daisetz: *Self the Unattainable*⁵⁹, 4, 5. és 6. old.

„Ezért ennek a minden úgynevezett pszichológiai tartalomtól mentes énnel az „üressége”, nem azt jelenti, amit általában ürességen értünk. Ilyen üres én nem létezik. Az üres én egyszerűen az egocentrikus képzetektől megtisztult pszichológiai én. Tartalmában ugyanolyan gazdag, mint korábban, sőt, valójában gazdagabb, mert most magába foglalja az egész világot, ahelyett, hogy szemben állna vele, mint korábban. Ezen túlmenően, olyan állapotban van, hogy önmagában igaz. Szabad, a szó igazi értelmében, mert önmaga ura, tökéletesen független, önálló, autentikus és autonóm. Az Én – nagy É-vel – a Buddha, aki születésekor kijelentette: „Én egyedül vagyok a legtisztéletreméltóbb a Mennyben és a Földön.”

„Hogyan fér, hogyan férhet össze a legkülönbözőbb módokon ez a nem létező „én” – amit soha nem tudunk tetten érni létünk racionális, dualisztikus szintjén – szabadságunk és önállóságunk velünk született érzésével?”

⁵⁹ Az elérhetetlen Én. Eredetileg megjelent: *The Eastern Buddhist* III/2 (1970): 1-8.

„A nyelv intellektuális tevékenység eredménye, amely kiegészíti, vagy inkább lecsökkenti a valóságot. A valóság nem nyelvben van, hanem önmagában. Ha meg akarjuk érteni a valóságot, saját kezünkkel kell megragadni, vagy inkább *azzá* kell válnunk.”

Deito (1282 – 1337)

Aki a fülével lát
és a szemével hall,
nem kételkedik.
Milyen természetesen csusszannak le
az esőcseppek a levélről.

Intellektuális gondolkodás – bölcsesség

The Buddha Eye: Suzuki Teitarō Daisetz: *Self the Unattainable*, 8. és 9. old.

„Ezt a fajta megismerést (*jñāna*) meg kell különböztetnünk az intellektuális gondolkodástól: utóbbi abban segít, hogy megkülönböztessük, osztályozzuk, elemezzük és végül megöljük a tárgyakat, amelyeket meg akarunk ismerni. A *jñāna* velünk született, definiálhatatlan, elérhetetlen, de végül is ő vezet el Énünkhöz a maga épp-olyanságában. Amíg nem köszönt be ez az idő, jobban tesszük, ha tartózkodunk a szabadságról, függetlenségről és önállóságról való beszédétől. Ezek a dolgok nem tartoznak az intellektuális viszonylagosság témakörébe.”

„Az *avikalpa-jñāna*⁶⁰ (amit úgy is neveznek, hogy „*jñāna*, amit nem tanártól tanultunk”) egy fajta velünk született érzék, amelyet nem tanulással vagy tapasztalatok útján szerzünk meg... Ahhoz hogy fölébredjen és tudatossá váljék bennünk, nagyon sok önfegyelemre van szükség, morálisan, intellektuálisan és spirituálisan.”

Az önmegvalósítás nyugaton az ego önmegvalósítását, a szekularizációt jelenti. Keresztény szempontból: az ember *személyes* kapcsolata Istennel. A szeretet kimarad. A szabadság és az egyenlőség meg tudja tartani azonosságát a vallásosságból a vallástalanságba vagy szekuláris felfogásba való eltolódásban, de a *szeretet* nem. Agapé → eros⁶¹. Szabadság, egyenlőség = az ego emberi jogai. A szeretet úgy jelenik meg, mint fraternité⁶², vagy az „emberiség szeretete” (L. Feuerbach), „spirit of service”⁶³ (Amer.)

⁶⁰ A „megkülönböztetetlen” érzéke.

⁶¹ Görög szavak a szeretetre; *agapé* a szellemi, *eros* a lelki szeretetet (erotikát) jelöli. Nagyjából megfelel a magyar szeretet és szerelem közötti különbségnek.

⁶² Testvériség.

⁶³ Szociális érzék, a társadalom szolgálata.

The Buddha Eye: Suzuki, Mi az „Én”? 24-29. old.

„Mi az én saját szellemiségem?” – buta kérdés, mit nyersz azzal, ha mást kérdezel magadról?

- „Egy *Én* minden nehézség nélkül felismeri a másik *Ént*.”

„A legnehezebb dolog, amivel véges lényként szembesülünk, hogy ha valaminek neve van, akkor azt képzeljük, hogy valamilyen formája van, és ezekkel a rendelkezésünkre álló eszközökkel marionettet csinálunk magunkból. Félünk, szorongunk, és végül skizofrénné tesszük magunkat. Nemcsak egyénileg, de kollektíven is, a modern ember értelme nem egészséges, reszket saját képzelgéseinek szimbolikus ábrándképeitől.”

- Amit meg lehet nevezni, a megnevezhetetlenből jön. A megnevezhetetlen teszi lehetővé a megnevezést.
- Az *Én igazi* neve önmaga. Semmi sincs rajta, amit meg lehetne nevezni.

Zeppelin, Wutamin, Frustil⁶⁴

The Buddha Eye: Abe Masao, Isten, üresség és az igazi Én 60. és 67. old.

„Amikor a Liang dinasztiahoz tartozó Wu császár megkérdezte Bodhidharmát: «Mi a szent igazság legmagasabb princípiuma?», az első pátriárka így válaszolt: «üresség, nem szentség.»

„Létünk alapja az üresség, vagy „semmi”⁶⁵ – *śūnyatā* –, mert semmiképp se tárgyasítható. A *śūnyatā* olyan mély, hogy még magát Istent, a hit és a misztikus egyesülés „tárgyát” is magába foglalja. Mert *śūnyatā* a semmi, amelyből maga Isten is kiemelkedett. *Śūnyatā* az *Én* végső alapja és ezért mindennek az alapja, amivel kapcsolatba kerülünk. A *Śūnyatā-úgy-amilyen* megvalósítása pontosan ugyanaz, mint az öntudatra ébredés a *Dharmában*. A *śūnyatā*, mint létünk nem tárgyasítható alapja, *minden irányban végtelenül kiterjed*. Ugyanez áll a „*Dharmában* való felébredésre” is. Beszélhetünk-e a világhoz fűződő kapcsolatunkról, anélkül, hogy az *Én*, magát a kapcsolatot is magába foglaló kiterjedő felébredésében lennénk? Sőt, beszélhetünk-e isteni-emberi viszonyról egy még mélyebb, a viszonyt lehetővé tevő alap nélkül? És mi más az isteni-emberi viszony még mélyebb alapja, mint a végtelenül kiterjedő *śūnyatā*, vagy az *Én* felébredése?”

- Kiterjedő semmi.

⁶⁴ Nem tudjuk, mire vonatkozik ez a három bejegyzés.

⁶⁵ Szó szerint: semmi-ség.

Mit jelent a lét ~ mi a valóság? Az értelem föl tudja tenni a kérdést, anélkül, hogy észrevenné, hogy az ilyen kérdésekre a válasz a kérdés föltevésének képességében rejlik.

Végső valóság = figyelem, a kiinduló pont. „Teremtés a semmiből.”

Én = semmi (más). Mi vagyunk (a figyelmünk) Isten, Krisztus, Buddha forrása.

A valóság az erő, amely bármely kérdést föltesz és megválaszol.

Ἐν ~ οὐκ ἐν⁶⁶

A tiszta világosság eltorzul: nevek, ego-viszonyok, a dolgoktól való függés stb. Ezeken a torzulásokon – formákon – keresztül használjuk a világosságot. Az első pillanat megmutatja, vagy megmutathatná az olyanságot = a torzulatlan világossággal való azonosságot. Magát a rupa-ént⁶⁷ is tapasztalhatjuk olyanságában.

Ⓟ

Ha az Én felébred, akkor nincsenek pszichés betegségek, vagy legalábbis visszaszorulnak a fel-nem ébredt állapot egyre ritkuló szakaszaiba. A betegségek egyéni „okai” az Én általános hiányára vezethetők vissza.

MINDEN TAPASZTALÁS BUDDHA, A VILÁGOSSÁG, A FIGYELEM
TAPASZTALÁSA. MIND AZ ALANYI, MIND A TÁRGYI ÉRTELEMBEN.

- A látás (vagy a világosság) önmagát hozza létre és növekszik: állandótlanság⁶⁸.
- A lét látás. A látás kommunikáció. A kommunikálást nem lehet és nem is kell megmagyarázni.
- Ontológiai tudatosság; kommunikatív.

- Örökkön örökké az Archetipikus Egységben tartózkodunk. Csak a tudatunk változik.

⁶⁶ ben ~ nem ben (utalás a János evangélium kezdő sorára: Kezdetben vala az Ige – Ἐν ἀρχῇ ἦν ὁ λόγος).

⁶⁷ A már idézett Nanrei Dialógusa szerint: a rupa-én a megformált én, a *sūnyatā*-én a formanélküliségben tartózkodó Én.

⁶⁸ Az „állandótlanság” (*impermanence*, a japán Zenben: *mu-jō*) a buddhizmus egyik alapfogalma, minden létező létezése, úgy, amilyen, a megnevezhetetlen. Dōgen (1200-1253)-nél: „Az állandótlanság a Buddha természet”.

- A részvét fölébred: ahogy észrevesszük a másik olyanságát, és ahogy csökken az önmagunkért érzett aggodalom. A részvét kommunikatív.
- Az első pillanatban minden olyanság.
- Minden és mindenki, akiről tudomásunk van, a tudatunk tartalma.

A formákban lévő ürességről.

The Buddha Eye: Kobori Sōhaku Nanrei: A Dialogue, 144. old.

„A «megkülönböztetetlen» fölébredésének pillanatában nem tud megmaradni olyannak, amilyen, hanem átváltozik ebbe a valóságos világba, a megkülönböztetés világába, amelyben a virág, virág, a mező, mező, a hegy, hegy, te, te vagy és én, én vagyok. Itt egy új világ, amelyben a megkülönböztetetlen Buddha, mint mező, virág, hegy jelenik meg, sőt emberként is, akinek neve van, aki 180 cm magas, két nyitott szeme van, egyenes orra, vékony ajka, akinek nem hiányzik egyetlen fizikai tulajdonsága sem. A jelenségek (phenomena) világa egyszerismind a jelentések, fogalmak (noumena) világa is.”

A rupa-én a meggyőződés, hogy nem az vagyok, aki lát, tapasztal, beszél, hanem, akinek van *valamije* (teste, lelke, szelleme stb.), „anyaga”, vagyis én nem vagyok Én. Az „én vagyok” így csak azt jelenti, hogy „valami vagyok”, de „Én vagyok” jelentheti azt is, hogy az vagyok, aki minden lehet (a látásban, vagy tapasztalásban, vagy szólásban).

The Buddha Eye: Ueda Shizuteru:

„A *semmisség*” *Eckhart Mesternél és a zen buddhizmusban*, 160. old.

„A Zenben az abszolút *semmisség*⁶⁹ és az Én fogalma áthatja egymást. Egy szóval kifejezve, Üres-Én – vagy, úgy is mondhatjuk, hogy a *semmisség* a Zenben inkább *valaki*, mint *valami*.” Személyes üresség.

Mint fent: Teljes tagadás (161. old.)

„Ez⁷⁰ nem azt jelenti, hogy egyszerűen semmi sincs, hanem azt, hogy meg kell szabadítani a gondolkodást az anyagivá válástól. A buddhizmusban minden, ami van, kapcsolatban van más dolgokkal, mégpedig kölcsönösen függő viszonyban. Tehát az, hogy valami „viszonyul” valamihez, azt jelenti, hogy önmagában semmi, és ebben a *semmisségben* sűrűsödik össze egyszer s mindenkorra minden viszony, egyedi módon a maga teljességében.”

Ha valami tiszta jelentés = viszony, akkor nem valami más, vagyis nincs „semmiből”, semmilyen anyagból, és nem létezik *egyedül*, viszony nélkül.

⁶⁹ A semmi-ség (*nothingness*) itt nem a szokásos lekicsinylő értelemben értendő. Ez a *semmisség* úgy viszonyul a semmihez, mint pl. az igazság az igazhoz. Lehetne semmilyen-ségnek, vagy ürességnek is fordítani.

⁷⁰ Az „abszolút *semmisség*“, a „se kettő, se egy”.

Mint fent: Kettős perspektíva (162. old.)

„A semmiség és a viszonyulás dinamikus egybeesésének megfelelően a buddhista gondolkodás gyakran használja a következő jellegzetes formulát: «Van, és ugyanúgy nincs.» «Nincs, és ugyanúgy van.» Ebben a kettős perspektívában, amelyben ez az «ugyanúgy» megengedi, hogy *legyen* és *ne-legyen*, a buddhizmus látja, hogy egyszerre igaz a létezés és a semmiség. A buddhizmus számára a gondolkodás anyagivá válásának magja az ember anyagivá válásában rejlik, aki gyökereivel mélyen behatolt az egóba a maga olyanságában. Az ego itt az ego-tudatot jelenti, amelynek alapvető természetét az fejezi ki, hogy «én vagyok én», vagy még inkább «én vagyok én, mert én vagyok én». Ez az «én vagyok én», amely azon alapszik, hogy «én vagyok én», és így lezárt, elszigetelődött, rámutat az ember alapvető perverziójára. Ezzel szemben az igazi ember azt tudja mondani magáról: «én vagyok én, és *ugyanúgy* én nem vagyok én». A egoisztikus embernek, akinek egoitása beleér a vallás területeire is, alapvető értelemben meg kell halnia. A radikális sem-sem, az abszolút semmiség ezt az „alapvető halált” jelenti.

Mármost a semmiséghez, az anyagi gondolkodást feloldó semmiséghez sem szabad ragaszkodnunk, mint semmiséghez. Nem szabad valamilyen anyagnak képzelniük, vagy akár nihilnek, vagy egy fajta «negatív anyagnak». A lényeg a semmiség anyagtalanító dinamikája, a semmiség semmisége.”

Mint fent: Én és természet (162. old.)

„Ahogy az abszolút semmiségben az egymástól különvált szubjektum és objektum visszatér az «elválás előtti» állapotba, úgy ebben a példában⁷¹ a folyó mentén virágzó fa semmi más, mint az önzetlen Én. Ez nem azt akarja mondani, hogy ember és természet lényegében azonos, hanem inkább azt, hogy az olyan dolgokban, mint egy virágba borult fa – úgy, ahogy virágzik – az ember önzetlensége testesül meg, nem objektív módon. A fa virágzása és a víz áramlása egyszersmind az Én működése önzetlen szabadságban. A «természetkedő» természet, ahogy a fák virágzásában megjelenik, az önzetlen Én első föltámadott testét ábrázolja.”

Mint fent: (163. old. ⁷²)

„Mert az Én önzetlensége következtében, akármilyen történjék is másvalakivel, magával az Énnel történik. Ez a kommúnió, a közös élet kommúniója az önzetlen Én második föltámadott teste. Az abszolút semmiség által megnyílt Én kibontakoztatja magát; ő a „köztes”. Én vagyok «Én és Te» és «Én és Te» én vagyok.”

⁷¹ A klasszikus Zen-ben három kép fejezi ki a semmiséget – egyszersmind az önzetlen Én megnyilatkozását. Az első kép egy üres kör, a második egy virágzó fa a folyó partján. A harmadik, egy öregember és egy fiatalember találkozása. Itt a második képről van szó.

⁷² Hivatkozás a harmadik képre. Az idézett helyet megelőző mondat: „«Az öreg és fiatal» az öregember Énjének önzetlen kibontakozását jelenti.”

Forma nélkülség

Semmiség \equiv üresség, anyagtalanság (mint jelentés), kész arra, hogy formát öltön.

- A világ az Én.

Mint fent: Anyagtalanság (163. old.)

„Az önzetlen Én anyagtalansága nyilvánvalóvá válik a szabadságban, amivel az egyik formából a másikba tud alakulni. Nem állandó azonosság önmagával önmagában, hanem *ex-statikus* (extatikus) folyamat, amelyben a semmiség-természet kommunikációjának láthatatlan körét rajzolja *ex-szubsztanciájával* (egzisztenciájával).”

Tiszta föld

The Buddha Eye: Hisamatsu Shin'ichi: A zen, mint a szentség tagadása, 176. old.

A 6. pátriárka alapszutrájában⁷³:

„... Csak ha szellemed tiszta, akkor válik saját természeted maga a Nyugat Tiszta Földjévé”.

Az általános és az egyéni megbetegedés a világosság plaszticitásának elvesztésében áll. Abban, hogy nem vagyunk képesek feloldani a formákat. Formákra szükségünk van, de nem azért, hogy megtartsuk őket, hanem, hogy megtanuljunk új formákat létrehozni, nem azért, hogy megtartsuk őket, hanem, hogy megtanuljunk magasabb formákat létrehozni, nem azért, hogy megtartsuk őket, hanem...

Ha a hétköznapi tudatban azt mondjuk, hogy „én” vagy „mi”, akkor kívülről nézünk magunkra. Ki néz kire? A tanú néz az ön-érzésre. Állandóan ide-oda mozgunk: nyughatatlanság és szorongás. Öntudat: ítéletek, megkülönböztetések, ragaszkodások (+ és -) (Ádám a bűnbeesés előtt megnevezi a melegvérű állatokat), ellenkezések, konfliktusok, küzdelmek.

Üresség – olyanság

The Buddha Eye: Abe Masao: A semmiség olyanság, 212-13. old.

„Az ürességre való felébredésben, amelyre az ego halálán keresztül vezet az út, az ember megtapasztalja saját „olyanságát”...⁷⁴ Ebben a tapasztalásban többé nem vagy elválasztva önmagadtól, hanem az vagy, aki...⁷⁵ Ha megtapasztalod saját olyanságodat, egyszersmind megtapasztalod minden és mindenki olyanságát.”

Pszichoterápia

⁷³ Az idézett mondat előtt ez áll: „A meg nem világosult ember nem érti saját természetét, nem veszi észre a Tiszta Földet saját testében, hanem keresi az egész világban. A megvilágosult ember számára mindegy, hogy hol van. Ezért mondja Buddha: «Akárhol vagyok, boldogságban és gyönyörűségben vagyok...».”

⁷⁴ „Mert az olyanság tapasztalása az üresség pozitív oldala.”

⁷⁵ „Nem több és nem kevesebb. Nincs többé hézag közted és magad között: önmagaddá válsz.”

The Buddha Eye: Suzuki Teitarō Daisetz, *A Shin kapcsán (Mi a Shin Buddhizmus?)* 225. old.

„A pszichoterápia, összes változatával egyetemben hatástalan marad mindaddig, amíg az ember meg nem tapasztalja az igazi Holdat⁷⁶ [és nem a tükörképeit]⁷⁷, mert a világ összes pszichikai ügyeskedése sem elegendő ahhoz, hogy áttörjük a tudat relatív területét. A – modern amerikaiak által szorgalmasan látogatott – pszichoterápiái iskolák hatalmas száma a legjobb bizonyíték arra, hogy milyen kétségbeesett szükség lenne buddhista gyógykezelésre, amely fittyet hány a szükségtelen körülményeskedésekre és felületességekre és közvetlenül a gyökerénél ragadja meg a problémát.”

OMNE ENS VERUM = a kommunikatív világ

- A formákat fölládozhatja egy kevésbé formált Én-lény, aki ezen az úton folyamatosan emelkedik. Mennél magasabb rendű egy lény, annál inkább mentes a formáktól. A formák hátrahagyása egyszersmind teremtés (jelentéssel rendelkező formák).

A világosság világának szerkezete hierarchikus: a jelentések feloldódnak magasabb jelentésekben. A hierarchikus Én-lények formáktól való mentességük mértékében különböznek; mennél forma-mentesebb valaki, annál magasabb jelentések nyilatkoznak meg számára.

- Az üresség olyanság, mert az üres tudat önmagában keresi bármilyen értelmes forma jelentését.

Tiszta Szellem

The Buddha Eye: Suzuki, *Mi az „Én”?* 24-29 old.

Daishu

„A lényeg (esszencia) önmagában kezdettől fogva tiszta és szeplőtlen, csendes és teljes egészében üres, a látás ebben, az abszolút üresség testében történik.”

„Olyan, mint egy fényesre tisztított tükör⁷⁸: önmagában nem tartalmaz képet, de minden kép megjelenik benne. Miért? Mert maga a tükör mentes minden szándéktól. Ha tudatod mentes minden szennytől, ha az illuzórikus gondolkodás semmilyen formája sincs meg benne, ha megtisztult minden olyan ideától, amely az ego-tudaton alapul, akkor a tudat a természetes tisztaság és szeplőtlenség állapotában van. És mert tiszta és szeplőtlen, ezért tud fellépni a látás, amiről beszéltünk.”

Látás

The Buddha Eye: Suzuki, *Mi az „Én”?* 34. old.

⁷⁶ Az igazi Hold egy japán versre utal, amelyben a Hold az igazi Én (*hō*), tükörképei pedig a „relatív” én (*ki*) képe. A vers (nyersfordításban): „Mindegyik a maga módján tükrözi a Holdat, / Minden rizsföld minden lehető formában; / De emeld föl a tekinteted az égre, / És meglátod az örök Holdat nyugodt fényében!”

⁷⁷ Georg Kühlewind betoldása.

⁷⁸ Daishu válasza a kérdésre: „Az abszolút tisztaság teste önmagában elérhetetlen, lehetséges itt valamilyen látás?”

„A *prajñā* nem a tudó, még sincs semmi, amit ne tudna. A *prajñā* nem a látó, még sincs semmi, amit ne látna...”⁷⁹

„A *satori*-ban van egy látás élmény, ami megfelel az érzékszervi észlelésnek: mindkettő közvetlen, semmi sincs a látó és a látott között. De az érzékszervi észlelésben a tárgy tudatos a látó számára, elkülönül az „én” és a „nem-én”. A *satori* jellegű látásban nincs ilyen „tudás”, sem a hétköznapi életben szokásos látás. Mert a *satori*-látásban nincs se alany, se tárgy; a „semmi” az, aki önmagát látja a maga olyanságában.”

The Buddha Eye: Suzuki, *Mi az „Én”?* 35 és 36. old.⁸⁰

„A látás megtörténik, függetlenül attól, hogy szembesülünk-e egy konkrét tárggyal vagy sem. Miért? Mert a *kenshō* [ken = látás, sho = természet]⁸¹ természete állandó. A látás nem egy pillanatnyi történés. A tárgyak jönnek és mennek, de a *kenshō* látástermészete nincs kiteve ilyen változásoknak. Ugyanez érvényes a többi észlelési fajtára is.”

„A *maga-a-lényeg*⁸² (*shō*) hallás nélkül hall, ahogy látás nélkül lát.”

„Hagyd a szellemet az ürességben tartózkodni, de ne foglalkoztasd az ürességben való tartózkodás gondolatával. Ha ezt teszi, akkor egy gondolatba kapaszkodik és már nem „üres”, nem „tisztá”.⁸³

„A *kenshō*-ban a látás a *maga-a-lényeg* és a *maga-a-lényeg* a látás. Ez nem két külön történés.”

|| A saját hóbortjai senkit se zavarnak.

The Buddha Eye: Suzuki, *A valóság buddhista fogalma*, 104. old.

„Miközben így hozzászoktunk a megkülönböztetés törvényeihez, aközben egész idő alatt nem-tudatosan tudatában vagyunk annak, ami nem megkülönböztetett, ahol a Nap és Hold még nem világít, ahol világosság még nem vált el a sötétségtől.”

- A világ, minden tárgy, saját üres világosságunk szimbóluma.
- Az individualitásról semmit se lehet mondani – bármit mondanánk, az valami általános lenne.

A hétköznapi tapasztalás elszalasztja az első pillanatot (az azonosság első pillanatát); mert az önmagát látni képtelen szellem nem tudja elviselni az azonosságot, hacsak nem a művészeti tapasztalásban. A művészetben a „tárgy” idézi elő az azonosságot, a maga meg nem nevezhető minőségében, de nem meztelenül, hanem az érzékszervekkel észlelhető minőségek ruhájába öltözve. (Rilke)

⁷⁹ Suzuki idézi Daishu-t, aki idéz egy „*prajñā*”-ról szóló „*gāthā*”-t (verset).

⁸⁰ Válasz a kérdésre: „Hogyan láthatunk, ha semmi sincs a szemünk előtt?”

⁸¹ Georg Kühlewind betoldása.

⁸² Lehetne úgy is fordítani, hogy az „Én”.

⁸³ Daishu válasza egy idős hölgy kérdésére egy teaházban, ahol magához akart venni valami frissítőt (*ten-shin*-t, szó szerint „szellemi pihenőt”): „A sutra szerint a múlt szellemet nem lehet elérni, a jövőbeli szellemet nem lehet elérni, és a jelen szellemet nem lehet elérni. Melyik szellemet akarod itt pihentetni?”

*The Buddha Eye: Yoshinori, Nishida filozófiája*⁸⁴, 189 -190 és 191. old.

„Látás vagy intuíció alatt azt a módot értem, ahogy a világ dolgait látjuk, amelyen keresztül látunk egy lényt és saját látási tevékenységünket is, mint a Semmiség ön-reflexiójának árnyékát – amely *locus*-án belül egy pontra vetődik.”

Oh, ez a csend –
A tücskök hangja
átöleli a sziklákat.
[Oh, ez a csend!]⁸⁶

„... a hallgató maga részt vesz a csendben. Hallja a madarat vagy a tücsköket, és közben *maga* is tücsök vagy madár⁸⁵, mert a tiszta tapasztalásban valaminek a valósága magába foglalja a tapasztalását.”

Matuso Bashō

A régi tó –
béka ugrik be;
szól a víz.
[A régi tó!]⁸⁷

- Ha idő, akkor a múlt és a jövő végtelen. Nem tudjuk elképzelni az idő kezdetét vagy végét.

Én és ego

The Buddha Eye: Abe Masao: A semmiség olyanság, 210. old.

„Noha «én» vagyunk, valójában mégse vagyunk «én», mert kívülről látjuk magunkat. A hétköznapi életben vannak olyan pillanatok, amikor „itt” vagyunk magunknál – az egység halvány érzetének pillanataiban. De különben „ott” találjuk magunkat – kívülről nézünk magunkra... Ez az oka alapvető nyugtalanságunknak, szorongásainknak, ami se a növényeknek sem az állatoknak nem sajátjuk. Csak az ember nem «épp olyan, amilyen»... (34,42) mi, emberek elszakadtunk az olyanságunktól, soha nem vagyunk «épp olyanok, amilyenek»... mindig nyugtalanok vagyunk. Ez a nyugtalanság vagy szorongás nem valami véletlen helyzet, ami van, akire jellemző, van, akire nem... Amennyiben ember valaki, nem tud megmenekülni ettől az alapvető szorongástól. Valójában, szigorúan véve, ez a szorongás nem egy tulajdonságunk, inkább *maga vagyunk* a szorongás.”

⁸⁴ Yoshinori idézi Nishida-t (1870-1945). Nishida az egyik legjelentősebb modern japán filozófus és zen mester egy személyben, aki sokat foglalkozott a nyugati filozófia és a zen kapcsolatával. A „semmiség *locus*”-a (*mu no basho*), egyik központi fogalma, az Arisztotelész és Platón filozófiájából ismert – az egyedi és az univerzális közötti – dilemma feloldására. Talán Hegel „lét” fogalma áll hozzá a legközelebb a nyugati filozófiában.

⁸⁵ Utalás egy másik *haiku*-ra: „Rikolt a madár – a hegy annál jobban hallgat.”

⁸⁶ Az ismétlés Georg Kühlewind betoldása.

⁸⁷ Az ismétlés Georg Kühlewind betoldása.

Miért nem-én?

The Buddha Eye: Suzuki Teitarō Daisetz, *A Shin kapcsán*, 221. old.

„A buddhizmus azért tagadja az *ātman*-t, és állítja helyébe a nem-én tanát, mert az, amit közönségesen az ének gondolunk, nem az igazi, hanem a megosztott én, absztrakt fogalom a tudat relatív területe számára. A buddhizmus ezt elutasítja, mert az ilyen fogalom csak név, kényelmes módja annak, hogy ráirányítsuk valamire figyelmünket. Nem felel meg neki lényeg, ezért abszurd, hogy ragaszkodjunk hozzá abban a formájában, amilyen.”

A test ugyanolyan dolog, mint az összes többi. Az lenne az ideális, ha úgy viszonyulnánk hozzá, mint egy munkaeszközhöz.

A civilizációba születő gyerek csalódása: a) különböző deviációkban; b) pszichés betegségekben; c) pszichiátriai betegségekben; d) kriminalitásban?

Porphyrios: Gondolkodásnak azt nevezem, ami a lélek csendjében megszólal. (De abstinentia III.3⁸⁸).

Logosz = szó, megnyilatkozás, tanúság, mint Isten fia = az első kommunikáció.
Lény(eg): Én-lényként létezni – értés, *ἐπίσταμαι*⁸⁹.

- Minden észlelés tanúskodik az üres világosságról. Kétféle módon is: egyrészt belőle van, másrészt ő észleli.

Antiochiai Szent Ignác (Magn⁹⁰. 8,2)

„Egy az Isten, aki kinyilatkoztatta magát fia, Krisztus által. Ő Isten Logosza, aki a hallgatásból lép ki.”

⁸⁸ A Logosz endiathetosz (belül formálódó) és a Logosz prophirkosz (kinyilvánított) közötti különbségről.

⁸⁹ Epístamai: tudás, tudomány, megismerés.

⁹⁰ Levél a Magnéziaiakhoz.

Ef.⁹¹ 15,1

„Aki valóban magáévá tette Jézus szavát (a Logoszt), az hallani tudja hallgatását is, hogy tökéletessé válják; hogy tegye, amit mond és megismertessék azáltal, amiről hallgat.”

Az üdvtörténet eseményei, Mária szüzessége, születés, halál, feltámadás „a hallgatásban végeztek el” (Ef. 19,1). A hallgatás hangja.

Az előítélet – előítélettől való mentesség a figyelem-világosság (esetleg csekély) megformáltságától függ. Ha a megformáltság tartós, akkor pszichés-ontológiai megbetegedéssel állunk szemben. A pszichés megbetegedés mindig ontológiai, vagyis a megismerés, vagy a figyelem-világosság betegsége.

Arche

Szent Jusztinus (Jusztin mártír) (Dial⁹². 62)

„Isten a Logoszt minden teremtmény előtt – *en arche* – nemzette.”

Antiochiai Szent Teofil, *Autolikoszhoz*, II.10

„Azért hívják a Logoszt archénak, mert ő minden dolgok princípiuma és ura (κύριος), amelyek általa teremtettek.”

Alexandriai Szent Kelemen, *Stromateis*, VII 2,

„A gnosztikus minden létező közül az időtlen és kezdet nélküli kezdetet (arche), és minden dolgok elsőszülöttét, a Fiút imádja.”

Plótinosz, *Enneadész*, III. 2,15

„A Logosz így őскеzdet (αρχή), és minden Logosz, ami vezetése alatt létrejön.”

Az ember azzá válik, amivel azonosulni tud, vagyis amit meg tud ismerni. Ezért a *maga* Krisztusává, a *maga* Buddhájává válik.

- Ahogy a tárgyakat a figyelem jelének tekinthetjük, úgy az *olyanság*, a megvalósított üres figyelem jele.

⁹¹ Szír Szent Efrém.

⁹² Párbeszéd a zsidó Trifonnal.



- Sohase tudnánk *kezdeni*, elindulni saját utunkon, ha nem lennénk nyitottak, lehetőségeinket tekintve mindig, ténylegesen egyes pillanatokban (minden tapasztalásban).



- A figyelem vagyok, nem a figyelem tárgya.
- A világoosság a láthatóság másik oldala. Ahogy a csend a hangok másik oldala.



- A tudaton kívül nem lehet Buddha (Bodhidarma).



- Esse est percipi = omne ens verum⁹³. A teremtés minősége: szöveg jellegű, vagyis függ az olvasótól, nincs végső jelentése vagy formája.



Redukálhatatlan

A tudat, az öntudat csoda, ezért minden csoda, és, ha úgy tetszik, szent. Nincs külön szentség. Redukálhatatlan.

The Buddha Eye: Suzuki, A valóság buddhista fogalma, 86. old.

„Ez az objektív módszer [az intellektus használata]⁹⁴ működőképes lehet, de csak akkor, ha elsőként sikerül megértenünk a belső látásmódot. Mert az egyesítő elv⁹⁵ belül van, és nem kívül. Nem valami, ahova megérkezünk, hanem belőle indulunk ki. Nem következik valamilyen posztulátumból⁹⁶, hanem ő teszi egyáltalán lehetővé, hogy posztulátumokat felállítsunk.”

„A tökéletes egyedüllét⁹⁷ maga a semmi... Ha egy dolog önmagában van és semmi sincs körülötte, akkor egyáltalán semmi sincs.”...

„Ha Isten valamiből teremtett valamit, akkor természetesen fölmerül a kérdés, hogy és ez a valami miből van? Ezt addig kérdezgethetjük, amíg végül el nem jutunk a semmiséghez, ami a világ kezdete.”

The Buddha Eye: Suzuki, A valóság buddhista fogalma, 91. old.

„A teremtés most is, életünk minden pillanatában történik. Az, hogy írok, teremtés, az, hogy olvasod, teremtés. Mindnyájan teremtők vagyunk, egyszerismind teremtmények is – a semmiből teremtettünk, és a semmiből teremtünk.”...

„A szem, amellyel Istent látom...”⁹⁸

⁹³ „Esse est percipi”: valaminek a léte az észlelése (George Berkeley). “Omne ens verum”: minden létező igaz (Aquinói Szent Tamás).

⁹⁴ Georg Kühlewind betoldása.

⁹⁵ A látott és látás, a külső és a belső egyesítése, egysége.

⁹⁶ Posztulátum: alapigazság, kiinduló feltevés.

⁹⁷ A Védák szerint *ātman* vagy Brahman kezdetben a teljes egyedüllétben volt, és ekkor született meg benne az akarat, hogy több-ség legyen.

⁹⁸ Idézet Eckhart Mestertől (így folytatódik: „ugyanaz, mint amellyel Isten lát engem; az én szemem és Isten szeme ugyanaz: egy látás, egy megismerés, egy szeretet.”)

- Az intellektus saját maga elől menekül.

The Buddha Eye: Suzuki, A valóság buddhista fogalma, 94. old.

„Az intellektus működésének tárgyalásakor „egy alapvetőbb képesség” felébredésének szükségességéről szoltam, de attól tartok, hogy ez félreérthető. Nem arról van szó, hogy valamilyen speciális képességnek kell létrejönnie valamilyen speciális külső forrásból, azzal a küldetéssel, hogy megragadja a valóságot. Valójában maga a valóság az, ami itt színre lép, és képessé teszi az intellektust, hogy meglássa önmagát a valóságon tükröződve. Vagy a másik oldalról nézve: az önmagát látó intellektus nem más, mint az öntudatra ébredt valóság. Ez, a valóság oldalán gyulladó öntudat – intellektuális interpretációban – pontosan ott van, ahol az alany és a tárgy szétválása kezdődik.

Nevezhetjük „tisztá tapasztalásnak”. A hozzávezető módszer – szemben az objektív módszerrel – a szubjektív kísérletezés.”
 „... önmagát tapasztaló tapasztalás”.

Minden műalkotás az Én, az üresség jele, amely olyansággá válik, vagy úton van felé.

Bodhicitta⁹⁹, disio¹⁰⁰, szent mohóság (Böhme) – Szent Szellem.



The Buddha Eye: Suzuki, Mi az „Én”? 24. oldal, idézi Hui Neng-et (683-713)¹⁰¹.

„Honnan jössz?” „Sūzan-ból”. „Ki az akkor, aki idejön?” (8 év). „Ha úgy definiálok, mint valamit, akkor már célt tévesztettem.”

Steiner gondolkísérlete vagy absztrakciója¹⁰² („a világ” tapasztalása gondolkodás nélkül) megvalósítható a tiszta észlelésben, minden „első pillanatban”¹⁰³. Ez minden tapasztalás kiinduló pontja, egyáltalán a kiinduló pont, a „világgal” való egység, a valóság világossága. Az ADOTT.

Nem-megkülönböztető: tiszta, szennyezetlen, formától mentes, semmi, minden, üresség, dualitás-mentes.

- Pistis¹⁰⁴ – nyilvánvalóan nincs tárgya.



Az Énről nem lehet mondani semmit, ahogy Istenről sem. Bármit mondanánk, már nem Én lenne. Ezért tiszta szubjektivitás.

⁹⁹ Felébredt akarat vagy tudat (bodhi: felébredt, citta: tudat), ill. a megvilágosodás utáni vágy (szanszkrit).

¹⁰⁰ Vágy (föltehetően hivatkozás Dantéra, talán erre a helyre: „Figyelj, hogy gázolok most, titkok árja \ fölött az Igazsághoz, melyre vágyol, \ amíg szemed majd egyedül is állja.”, Paradicsom, 2. ének, Babits Mihály fordítása).

¹⁰¹ A történet leírja, ahogy Ejō meglátogatja Enō-t, abban a reményben, hogy nála megvilágosodik. Ejō 8 évig gondolkodott a megfelelő válaszon Enō kérdésére.

¹⁰² Utalás a „közvetlenül adott” fogalmára pl. „A szabadság filozófiája” c. mű 2. fejezetében. (A fogalom eredetileg Ernst Machtól származik.)

¹⁰³ Az észlelés első – igazi, tiszta – pillanata.

¹⁰⁴ Hit (görög: πίστις).

- Ha forrását keresi, az intellektus mindig elkészik. A forrás nem válhat tárgyává – a forrás *maga* a szubjektum; a kiindulás, nem az érkezés helye.
- Minden világosságból van.
- A világ teremtése *most*: ami tudatos intuíciónélkül történik.

Emberek között megjelenhet, felragyoghat az archetipikus kommunikatív lét (közösség), vagy átlátszóság, vagy egység, amely mindenben jelen van, de nem tudatosan – ez a többlet. Ezért az emberek közötti viszonyban nincs objektív alap.

2 Kor. 3,18

„Mi pedig az Úrnak dicsőségét mindnyájan fedetlen [kendőzetlen] arccal szemlélvén [mint egy tükörben], ugyanazon ábrázatra elváltozunk, dicsőségről dicsőségre, úgy mint az Úrnak Lelkétől.”

2 Kor. 4,10

„Mindenkor testünkben hordozzuk az Úr Jézus halálát, hogy a Jézusnak élete is látható legyen a mi testünkben.”

Gal. 2,20

„Krisztussal együtt megfeszítettem. Élek pedig többé nem én, hanem él bennem a Krisztus; amely életet pedig most testben élek, az Isten Fiában való hitben élem, aki szeretett engem és önmagát adta érettem.”

Filippi 2,5-8

„Annakokáért az az indulat legyen bennetek, mely volt a Krisztus Jézusban is, Aki, mikor Istennek formájában vala, nem tekintette zsákmánynak azt, hogy ő az Istennel egyenlő, Hanem önmagát megüresíté, szolgálai formát vévén föl, emberekhez hasonlóvá lévén; És mikor olyan állapotban (σχήματι¹⁰⁵) találtatott mint ember, megalázta magát, engedelmes lévén halálig, még pedig a keresztfának haláláig.”

Kol. 1,26-27

„Tudniillik ama titkot, mely el vala rejtve ősidők óta és nemzetségek óta, most pedig megjelentetett az Ő szenteinek, Akikkel az Isten meg akarta ismertetni azt, hogy milyen nagy a pogányok között eme titok dicsőségének gazdagsága, az tudniillik, hogy a Krisztus ti köztetek¹⁰⁶ van, a dicsőségnek ama reménysége:...”

János 17,11¹⁰⁷, 21¹⁰⁸, 23¹⁰⁹, 10,30¹¹⁰.

¹⁰⁵ σχήματι (sēmati): séma, forma.

¹⁰⁶ Úgy is lehetne fordítani: ti bennetek.

¹⁰⁷ „És nem vagyok többé a világon, de ők a világon vannak, én pedig te hozzád megyek. Szent Atyám, tartsd meg őket a te nevedben, akiket nékem adtál, hogy egyek legyenek, mint mi!”

¹⁰⁸ „Hogy mindnyájan egyek legyenek; amint te én bennem, Atyám, és én te benned, hogy ők is egyek legyenek mi bennünk: hogy elhiggye a világ, hogy te küldtél engem.”

¹⁰⁹ „Én ő bennök, és te én bennem: hogy tökéletesen egygyé legyenek, és hogy megismerje a világ, hogy te küldtél engem, és szeretted őket, amiként engem szeretted.”

¹¹⁰ „Én és az Atya egy vagyunk.”

Ha tudatossá válik az oszcilláció¹¹¹, felvillanhat az üres figyelem.

Ha a tudat minden tartalmától üressé válik... nem üres edénnyé, hanem minden lehetséges tartalom lehetőségévé, „szubsztanciájává”.

- Mi egy dolog?

1. János 3, 2-3

„Szeretteim, most Isten gyermekei vagyunk, és még nem lett nyilvánvalóvá, hogy mivé leszünk. De tudjuk, hogy ha nyilvánvalóvá lesz, hasonlókká leszünk Ő hozzát; mert meg fogjuk őt látni, amint van. És akiben megvan ez a reménység Ő iránta, az mind megtisztítja ő magát, amiképpen Ő is tiszta.”

Filippi 2,20-21

„Mert a mi országunk mennyekben van, honnét a megtartó Úr Jézus Krisztust is várjuk; Ki elváltoztatja a mi nyomorúságos testünket, hogy hasonló legyen az Ő dicsőséges testéhez, amaz Ő hatalmas munkája szerint, mely által maga alá is vethet mindeneket.”

Kol. 3,3-4

„Mert meghaltatok, és a ti éltetek el van rejtve együtt a Krisztussal az Istenben. Mikor a Krisztus, a mi életünk, megjelen, akkor majd ti is, Ő vele együtt, megjelentek dicsőségben.”

Jelen – múlt

GYAKORLAT

Az ott – *először* tapasztaljuk a figyelem oszcillációját az azonosság (odaadás) és a dualitás között; *azután* a lassú változásban a pillanatnyi ürességet; *azután* egyszerre az azonosságot és az ürességet.

- MEDITÁCIÓ: jelen és múlt között.

⚡ Minden tapasztalás egyszersmind önmaga vagy tudatának tapasztalása is (ahogy gondolkodni azt jelenti, hogy érteni), vagy nem hívjuk tapasztalásnak.
A tiszta tapasztalás *utólag* válik tapasztalássá.

- CSAK AZ EGYÉN LÉTEZIK. Minden más tudatának tárgya.

⚡ A tudatunktól független realitás hallucinációjában élünk, és (többé-kevésbé) mindnyájan „ugyanazt” a realitást tapasztaljuk: mert gyökereink ugyanabból a világból (a jelentések és Én-lények világából) erednek.

EZ A VÁLASZ A KÉT FŐ REJTVÉNYRE. 46, 26¹¹².

¹¹¹ A tudatfölötti jelen és a tudatossá váló múlt szint közötti oszcilláció.

¹¹² Föltehetően utalás a *The Buddha Eye* c. könyv 26 és 46. oldalára, ahol olyan kérdések hangzanak el, hogy „Mester, kérlek, áruld el, mi a legnagyobb kincsem?” ill. „Hogy hívnak?” Az első kérdésre Baso, a mester, ezt válaszolja: „Ami képessé tesz, hogy föltedd ezt a kérdést – az a legnagyobb kincsed.”

Neti, neti¹¹³: érvényes út arra, hogy tapasztaljuk az Én semmiségét, azt, ami megmarad, miután minden tartalmat eltávolítottunk, beleértve az eltávolítást is.

GYAKORLAT: Vegyél 5 tárgyat. Távolítsd el az elsőt (marad 4); aztán még egyet (3)... Az utolsó én magam vagyok.

Az ideák a tapasztalásuk emlékművei. Nem ideaként, hanem hogyanágukban, világként.

Az „olyansága” nélkül „tapasztalt” „világ” betegség.

Gondolkodás, észlelés stb.: az Éntől, a forrástól való távolodás.

- Lenni: megismerni
- Aki lát, ugyanaz, mint aki látszik

Hazuggá tenni Istent: 1. János 1,10; 5,10.

- A dolgok a mi segítségünkkel léteznek. Mi vagyunk a világ világossága.

Nishida 77¹¹⁴

„Nem a tudat lakik a testben, hanem a test lakik a tudatban.”

Nishida 85¹¹⁵

„Az igazi valóság nem az a jéghideg megismerési tárgy, aminek általában tartják. Érzésünk és akaratunk formálja meg, vagyis nem csak egyszerűen *van*, hanem *jelentése* van. Ha érzésünk és akaratunk eltűnne a valódi világból, akkor többé nem konkrét tény, hanem absztrakt idea lenne. Amit a fizikusok világnak neveznek, valójában nem létezik; olyan, mint egy kiterjedés nélküli vonal vagy vastagság nélküli felület. Ennyiben a művész közelebb jár a valóság igazi nézetéhez, mint a tudós. Mindenben, amit hallunk és látunk, benne van az egyéniségünk. Még amit ugyanannak a tudatnak hívunk, az sem igazán ugyanaz. Ugyanarról az állatról egész más képzelet van egy földművesnek, egy zoológusnak és egy művészesnek. Lelki állapotunktól függően, lehet számomra ugyanaz a helyzet világos és szép, vagy sötét és szomorú. Világunkat pontosan abban az értelemben hozza létre érzésünk és akaratunk, ahogy a buddhizmus tanítása szerint, lelki állapotunktól függően lehet a világ egyszer mennyország, máskor pokol. Ezt a viszonyt nem kerülhetjük meg, akkor sem, ha világot a tiszta ész objektív megismerési tárgyának nyilvánítjuk.”

¹¹³ Sem ez, sem az (szanszkrit). Hindu meditáció.

¹¹⁴ Kitarô Nishida: *A jóról. A tiszta tapasztalás filozófiája* c. könyvéből.

¹¹⁵ Ld. a 114. lábjegyzetet.

GA 194¹¹⁶, 1919. november 29 (86. old.).

A 4. század előtt még nincs „Mindenható Isten”, hanem „Mindentudó”, vagy bölcs. Az Ótestamentum tele van „mindenhatóval”.¹¹⁷

GA 194, 1919. november 30 (99. old.)

Óperzsa világkép.

○ „A világkígyó, a mindenség szimbóluma, amely magába foglalta az ember világképét.”

III. Kultúra¹¹⁸ (100. old.)

„Így érezték ugyanazt az istenit kívül és belül, de egy ponton egyszersmind kívül is és belül is. Azt mondták maguknak: mint lélegző lény, egyszerre vagyok a külső természet lényé és önmagam.”¹¹⁹

IV. Kultúra¹²⁰ (101. old.)

„Bizonyos mértékig kívül, a tudaton kívül marad ez, ami az emberben közös a természettel. Már kiesik a tudatból. Az indiai jóga kultúrában ezt akarják ismét belülré hozni.”

102. old.

„... az, hogy a harmadik kultúra korban értették a lélegzési folyamatot, azt jelenti, hogy belül értettek valamit, ami egyszersmind valami külső is volt.”

102. old.

„A fej-szervezetünk révén rendelkezünk egy nem teljes szemlélettel a természetről, arról, amit külvilágnak hívunk, és a többi, belső szervezetünk révén rendelkezünk egy nem teljes szemlélettel önmagunkról. (...) Közben kimarad az, amelyben egyszerre láthatnánk egy világfolyamatot, amely egyszersmind bennünk is lejátszódó folyamat... ismét el kell jutnunk oda, hogy megértsünk valamit, ami az ember belsejében van, ami egyszerre tartozik a külső és a belső világhoz, amely ismét átfogja mindkét területet.”...

103. old.

„Az Atlantisz utáni ötödik korszaknak arra kell törekednie, hogy újra rátaláljon valamire az emberen belül, ami egyszersmind külső folyamat is... hogy találni kell valamit, amelyben az ember megragad valamit önmagában, amit egyszersmind világfolyamatnak is ismer meg... Az Atlantisz utáni harmadik korban az ember még lelket lélegzett¹²¹, ma levegőt lélegzik.”

¹¹⁶ Rudolf Steiner: *Die Sendung Michaels – Die Offenbarung der eigentlichen Geheimnisse des Menschenwesens*, GA 194.

¹¹⁷ Georg Kühlewind kommentárja Steiner előadásához, amelyben azt mondja, hogy „alig valaki tudja, hogy a 4. század előtt semmi igazi értelme sem lett volna a *mindenható* Istenről beszélni... hanem a *mindentudó* Istenről.”

¹¹⁸ Kaldeus, ó-egyiptomi és mindenekelőtt az ószövetségi kultúra kora.

¹¹⁹ Ezt a kereszteszódási pontot a világkígyóba rajzolt lemniszkáta középpontja jelképezi. Az idézett mondatok előtt pedig ez áll: „Így érezték az emberek a lélegzés folyamatát. Azt mondták, ha egy fa megrázkódik, az a kívül lévő Isten, ha a karomat mozgatom, az a belül lévő Isten. Ha magamba szívom a levegőt, feldolgozom, és ismét kibocsátom, akkor a kívül lévő Isten az, aki bejön, és ismét távozik.”

¹²⁰ A görög-latin kultúra kora, ahol elkezdt szétválni a kívül és a belül. Ez a kor kb. i.e. 747-től 1413-ig tart.

¹²¹ A magyar lélegzés szó (eredetileg „lélek-zés”) még őrzi ezt a tudást.

105. old.

„Nekünk azonban ki kell alakítanunk a világgal való kommunikáció finomságait¹²², úgy, hogy ha fölvevesszük magunkba a világot, akkor ne csak érzéki észleleteink legyenek, hanem szellemi tapasztalásaink is. Bizonyossággá kell válnia bennünk, hogy minden fénysugárral, minden hanggal, minden hő-érzékeléssel és lecsengésükkel kölcsönös lelki kommunikációba lépünk a világgal, és ennek a kölcsönös lelki kommunikációnak különlegesen jelentőssé kell válnia számunkra. De támogathatjuk is egymást abban, hogy ez bekövetkezzék bennünk.”

106. old.

„És ugyanabban a mértékben, ahogy a lélegzési folyamatból eltűnt a lelkiség, úgy vesztette el az ember a lélek pre-egzisztenciájának¹²³ tudatát.”

106. old.

„Ha érzékszervi észleleteinket ismét áthatja majd a lelkiség, akkor ismét lesz bennünk keresztelkedési pont, amelyben tapasztalni fogjuk az emberi akaratot, ahogy a harmadik tudati szintről fölfelé áramlik... Akkor eljutunk valamihez, amire Goethe annyira vágyakozott, ami egyszerre szubjektív és objektív. Akkor ismét módunk lesz rá, hogy megragadjuk a maga finomságaiban, hogy tulajdonképpen milyen különös az emberi észlelés és a külvilág kapcsolata... A valóság ezzel szemben¹²⁴ az, hogy egy lelki folyamat játszódik le kívülről befelé, amelyet a mélyen tudatalatti belső lelki folyamat viszonz, úgy hogy a két folyamat áthatja egymást. Kívülről a világgondolatok hatnak ránk, belülről az emberi akarat működik kifelé. És ebben a keresztelkedési pontban találkozik az emberi akarat és a világgondolat, ahogy egykor a lélegzésben találkozott az objektív a szubjektívvel.”

110. old.

„A golgotai misztérium előtti időben a Föld atmoszférájában lélek volt, amely az ember lelkiségéhez tartozott. A Föld jelenlegi atmoszférájából eltűnt az ember lelkiségéhez tartozó lélek. De cserébe, ugyanaz a lelkiség, ami korábban a levegőben volt, beköltözött a fénybe, abba, amely reggeltől estig körülvesz bennünket. Ehhez az adta meg a lehetőséget, hogy Krisztus összekapcsolódott a Földdel.”

¹²² Szemben a háromezer évvel előtti kor „éjszakai” kultúrájával, amelyben Jehova álmukban nyilatkoztatta ki magát a prófétáknak.

¹²³ „A lélek léte, mielőtt leszáll a fizikai testbe a születéskor vagy a fogantatáskor.” (Az előző mondatban.)

¹²⁴ Az elterjedt felfogással szemben, hogy az észlelés az ember reakciója a külvilág behatásaira.

⚡ Beszéd – hallgatás minden utánzás gyökere. 16,53. ⚡

⚡ A mellégyakorlatok arra szolgálnak, hogy eltüntessék az élet megszokott mechanizmusait, amelyek megakadályozzák, hogy új képességek lépjenek a világba. ⚡

Egy kép, mindig látott kép.

Ha autisztikus emberek egyedül írnak, akkor saját, különleges nyelvük van. Ha leveleznek valakivel, akkor alkalmazkodnak a partner stílusához.

Utánzás: a) üres képesség; b) önfeledtség / azonosulás.

GYAKORLAT

Vegyél 5 tárgyat (egyiket a másik után, vagy egyszerre, valamilyen rend szerint) és egyenként hagyd el őket. Az utolsó tárgy elhagyása után tapasztalhatóvá válhat az üres figyelem.

Ki lehet indulni 5 elemű formából is stb.¹²⁵



GYAKORLAT

Koncentrálj egy tárgyra, és válts át lassan egy másikra. Közben tapasztalhatóvá válhat az üres figyelem. Mind belső kép, mind vizuális tárgyak [szolgálhatnak kiindulásként]¹²⁶.

⚡ Egy félreértés nem véletlenül jön létre.

⚡ A koncentrációban a burok elválik a testtől, és (az érzésben) körülötte áramlik (elsősorban középen).

A tárgy eltüntetése: először koncentrálnunk rá, aztán hagyjuk történni.

⚡ Ti vagytok a világ világossága. Máté 5,14.

Én vagyok a világ világossága János 8,12; 9,5; 12,46.

Milyen a világ, milyenek a dolgok valójában: ahogy Buddha szeme látja őket olyanságukban.

- A dolgok az emberek tudatában léteznek; az emberek a saját tudatukban.
- Üresség = koncentrált semmi

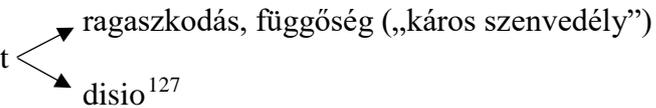
¹²⁵ Hasonló gyakorlat található a *Melodie und Stille* c. könyv 118. oldalán.

¹²⁶ A fordító betoldása.

Az Énnel felébredő részvét minden megformáltságnak szól.

GYAKORLAT

Lassú váltás egy természeti és egy ember alkotta tárgy között, koncentrált nézésben, közben pillanatra behunyt szemmel. Ugyanezt belső képpel is.

- Az üresség vonzza a világot 
- Csak az független, aki elviseli az ürességet.

János 12,32

„És én, ha felemeltetem e földről, mindeneket magamhoz vonzok.”

Steiner, GA 1, 1890. III. kötet, XVI: *Goethe a gondolkodó és kutató*¹²⁸:

„Az érzékeinknek adódó világkép átalakuló észlelési tartalmak összessége, mindenféle anyagi alap nélkül.”

- Lét – megismerés.
- Az vagyok, aki megismer.
- Az vagyok, aki nem ismer meg.
- Ha nincs tárgy, nincs ragaszkodás.

Csak ülni – kvéker istentisztelet¹²⁹.

Tapasztalatainknak magunk vagyunk a megfigyelői, beleértve a test érzékelését, az autópercepciót is.

Ha vannak Én-lények, akkor lényegük a kommunikáció: kommunikáció önmagukkal és másokkal. Semmi más nem történhet közöttük és egyáltalán sehol.

Minden figyelem különböző (ahogy minden tekintet is az), ezért és mert minden Én is különböző. Az Énnel vagy a figyelemnek, üresnek (formamentesnek) kell lennie ahhoz, hogy bármit is befogadjon. „Bármi” – az üres figyelem vagy az Én jele.

- Az anyag a tudat tartalma.
3 méreg: vágy, harag, illúzió.
- Ha a figyelem szabaddá válik, akkor tud magáról.
- Az Én elgondolhatatlan – ő gondol el minden fogalmat.

Mivel szellemi-lelki lényünk a valóság része, megbetegszik, ha nem tekintjük valóságnak.

¹²⁷ Vágy.

¹²⁸ Az „Urphänomen“ (ösjelenség) c. alfejezetben.

¹²⁹ Ld. a 16. füzet idevonatkozó részeit is (*Miért kévkerek?* 46. old.), valamint a *The Art of Just Sitting* c. könyvet a Zen praxisról (Longin Pribe megjegyzése a *Licht und Leere* c. kiadványban).

*Just sitting*¹³⁰ Ta-I Tao-hsin (Dayi Daoxin) (580-651) 4. pátriárka¹³¹.

„A tudat, amelyik tudatában van Buddhának, *maga* a Buddha.”

„... a végső valóság: mentes minden visszafelé fordulástól, elpusztíthatatlan, gondolhatatlan, nincs benne akadály, nincs formája.”

„A tudat, amelyik „Buddhát gondolja” azt jelenti, hogy a gondolkodásnak nincs tárgya. A tudaton kívül egyáltalán nincs Buddha. Buddhán kívül egyáltalán nincs tudat. Aki a tudatot keresi, Buddhát keresi.”

„Valamilyik Buddha mérhetetlen és határtalan érdemeinek kontemplációja ugyanaz, mint akárhány Buddha érdemeinek kontemplációja, mert nem dualisztikus és elképzelhetetlen.”

- A tudatnak nincs formája.

„... A Bódhiszattvák azért lépnek be az élet és halál világába (a samsarába¹³²), hogy megmentenek másokat, de mégis bennük vágyakozás. Ha úgy véled, hogy «mások a samsarában vannak, és én képes vagyok megmenteni őket, és ők képesek arra, hogy hagyják magukat megmenteni», akkor téged nem lehet Bódhiszattvának nevezni. ”Megmenteni másokat” hasonlít ahhoz, hogy „megmenteni az üres eget”.¹³³

[A szív-szútra¹³⁴ mondja:] ° «A forma azonos az ürességgel.» Nem azért, mert eltüntetjük a formát, és akkor üresség marad. «A forma természete az üresség.»

[Az öt szkandha¹³⁵: forma, érzékek, észlelés, ösztönzés, tudat]

„Ha a hat érzékszerv az anyagtalanságból született, akkor a megfelelő tárgyakat úgy kell tekinteni, mint álmokat. Éppen úgy, ahogy, ha a szem lát valamit, semmi sincs a szemben... A tükör ürességében megjelenik egy forma árnyéka, a tükörben egyetlen tárgy sincs benne... a tárgy alapvetően mindig anyagtalanul és nyugodtan jelenik meg a szemben és a tükörben. A tükör tükrözése és a szem látása ugyanaz.

Ha az orrod illatot észlel, akkor tudd, hogy ez «tárggyá vált illat»”.

- A szellemi világban semmi sincs, ami ne lenne kommunikáció. Semmi mást nem lehet csinálni.
- Az önzőség a kommunikáció megtagadása.

¹³⁰ John Daido Looi (ed.): *The Art of Just Sitting: Essential Writings on the Zen Practice of Shikantaza*.

¹³¹ A “*The fundamental expedient teachings for calming the mind that attains enlightenment*” (Alapvető gyakorlati tanítások a megvilágosodás felé haladó tudat nyugalomba hozására) c. fejezetből, a 191. oldaltól.

¹³² Samsara (szanszkrit): az ismételt születés és halál körforgása a hinduizmusban és a buddhizmusban.

¹³³ Így folytatódik: „Hogyan lehetne az ég alávetve az eljövétel és eltávozás körforgásának!”

¹³⁴ Szútra (szanszkrit): szöveges aforizma vagy aforizma-gyűjtemény a hinduizmusban és a buddhizmusban.

¹³⁵ Szkandha (szanszkrit): a létesülés öt alapvető csoportosulása: 1. rúpa = az anyagi forma, 2. vedaná = érzés, érzet, 3. szannjá = észlelés, 4. szankhára = készletetek, 5. vidzsnjána = tudat, öntudat.

*Daman Hongren*¹³⁶ (602 – 674) 5. pátriárka. *Test*

„Az alapvető tanító a tiszta szellem¹³⁷, aki Én-természetében tökéletes és teljes. Mivel mind az Én, mind a nirvána üres, ezért se nem különböznek egymástól, se nem azonosak.

Ha fel tudsz hagyni hamis gondolatok létrehozásával és a személyes birtoklás illúziójával, és teljesen megszünteted a *testhez*¹³⁸ való kötődésedet, akkor bizonyosan eléred a születés nélküliséget (a nirvánát).

Egyszerűen azért áraszt el bennünket a szenvedés tengere, mert nem vesszük teljesen komolyan a megvilágosodás keresését.

„Egyes gyakorlókkal megtörténhet, hogy helytelen módon ragadják meg az ürességet, anélkül, hogy a buddhista tanításnak megfelelően megtanulnák szellemüket egyetlen tárgyra irányítani. Hiányzanak nekik a meditáció és a bölcsesség megfelelő eszközei, és nem képesek arra, hogy tisztán és világosan lássák a Buddha természetet. Ez a vallásos gyakorlók (mint magunk is) nehéz helyzete.”¹³⁹

[5 vágyakozás: forma, hang, szag, íz, érintés.]

8 szél (siker – kudarc; rágalom – dicséret; becsület – becsapás; szenvedés – élvezet].

Ha megvan hozzá az erőd, teremtsd meg a megvilágosodás jó gyökereit saját természetednek (vagyis individuális azonosságodnak) megfelelően...”

*Keizan Jokin*¹⁴⁰ (1268 – 1325)

Gondolkodás

„Ha tisztán akarod látni a szellem alapját, akkor add fel korlátozott tudásod és értelmezésed zagyvalékát, hagyj fel a közönségességről és szentségről való elmélkedéssel, számúzz minden hamis érzést. Ha a valóság igaz tudata megjelenik, akkor eloszlanak az illúzió felhői és világosan felragyog a szellem holdja...”

Buddha azt mondta: «Amíg keresed és töprengsz rajta, olyan vagy, mint akit kizártak az ajtón kívül. A zazen olyan, mint hazamenni és könnyedén üldögegni. »”

*Hajuun Yasutani*¹⁴¹ (1885 – 1973)

„A gyenge koncentráció gyakran vezet öntudatossághoz, vagy ahhoz, hogy egy fajta transzba, vagy eksztatikus tudati állapotba essünk. Ez hasznos lehet az ellazuláshoz, de sohasem vezet megvilágosodáshoz és ez nem a Buddha Út gyakorlata.”

¹³⁶ *Treatise on the Essentials of Cultivating the Mind*, Just Sitting, 205, 210, 212. old.

¹³⁷ „Pure mind“: fordíthatjuk tiszta gondolkodásra is.

¹³⁸ Georg Kühlewind kiemelése.

¹³⁹ Egy kérdés (része) az 5. pátriárkának.

¹⁴⁰ *Notes on What To Be Aware of in Zazen*, Just Sitting, 42. old.

¹⁴¹ *Shikantaza*, Just Sitting, 52. old.

Az autisták nem akarnak belépni a jelek világába, mert folytatják a jelek nélküli kommunikációt. A testük révén a jelek világába vannak helyezve, de tudatuk a jelentések világában marad.

Világosságunkat egyetlen témára koncentráljuk, azután feloldjuk a világosság és a téma kapcsolatát, és így a világosság megürül. Ezután azt csinálunk a formáktól megszabadult figyelemmel = igazi valóság (olyanság), amit akarunk.

Akármit csinálunk a testtel vagy a tudattal (imádkozás), az elterelés és dualitás.

*Kosho Uchiyama*¹⁴² (1912 – 1999) *Egyé-válás*

Samadhi: Minden dolgot azonosnak tekinteni vagy látni;
A tudat és a környezet eredendően egységet alkot;
Úgy kell megérteni a buddhadarmát, hogy tudat és tárgya egyé váljék.

A Buddhától Buddhára szálló tudat jelentése és hatóköre az, hogy a szellem minden jelenségre kiterjed, és a jelenségek elválaszthatatlanok a tudattól.

*Ehei Dogen*¹⁴³ (1200 – 1253) *Ha csak egy valaki is*

„Ezért, ha csak egy valaki is ül egy rövid ideig, örökké tartó buddha-irányultságot hoz létre a kimeríthetetlen dharma¹⁴⁴ világban, a múltban, jelenben és jövőben, mivel ez a zazen¹⁴⁵ azonos minden léttel és teljesen kiterjed minden időre.”

*Hakuyu Taizan Maezumi*¹⁴⁶ (1932 – 1995) *Hogyan kell dolgozni*

„Nincs két azonos dolog. Mindnyájan jelentősen különbözünk egymástól; önmagában mindenki teljes és tökéletes... Egyéni létünk vagy lényünk abszolút, és olyan nyilvánvaló, mint az orrunk az arcunkon. Mindegyikünk tökéletes és szabad...
-

Ha azért gyakorlunk, hogy valaki mássá váljunk, akkor egyszerűen egy második fejet teszünk a saját fejünkre...
-

Dogen Zenji azt mondja: »A megvilágosodás útjának tanulmányozása önmagunk tanulmányozása. És önmagunk tanulmányozása önmagunk elfelejtése.«
-

¹⁴² *The Tenzo Kyokun and Shikantaza*, Just Sitting, 57. old.

¹⁴³ *The Wholehearted Way*, Just Sitting, 65. old. Eihei Dogen (Dogen Zenji) japán zen mester, író, költő, filozófus, és a szótó zen meghonosítója Japánban

¹⁴⁴ Dharma: törvény (jelenthet vallást, morált, etikát is).

¹⁴⁵ Zazen: ülő Zen, vagy Zen-ülés, vagy Zen-t ülni – meditálás.

¹⁴⁶ *Commentary on Fukanzazengi (Az ülő meditáció elvei)*, Just Sitting, 72., 75. old.

A lényegi perspektívából nézve természetesen azt mondjuk, hogy alapvetően mindnyájan Buddhák vagyunk, és nincs szükség semmi olyasmire, mint gyakorlás vagy megvilágosodás, mivel úgyis ez az igazi természetünk. A probléma csak az, hogy lehet, hogy ezt csak elméletileg tudjuk, és nem első kézből. Gyakorolni azért kell, hogy közvetlenül tudatára jussunk, és teljes mértékben megértsük.

-

Ezért hagyj fel a szavak intellektuális elemzésével és a róluk való fecsegéssel; tanulj meg visszafelé lépni, tanuld meg visszafordítani a fényt, hogy hátrafelé világítson. Akkor eltűnik a test és a tudat, és megjelenik valódi arcod.

-

Dogen Zenji utal erre a „visszafelé lépésre”. Ez a kulcs. Hétköznapi életünk arra ösztönöz, hogy előre haladjunk. De mi lenne, ha ahelyett, hogy előre törekednénk, visszalépnénk egyet, és gondosan, gyakorlat formájában, szemügyre vennénk, hogy mi történik ebben az egy pillanatban?

-

Persze, a különbségtetés is nagyon fontos. Különösen a koan-ok tanulmányozása során, nagyon eredeti módon foglalkozunk az egység (eggyé válás) és a különbségek kapcsolatával – de csak miután tapasztaltuk az egységet.

-

Ha koan-okon vagy a lélegzésen dolgozol, helyezkedj bele teljesen a koan-ba, vagy a lélegzésedbe.¹⁴⁷ Hagyd, hogy tökéletesen eltöltsön.

-

Ha hallasz egy hangot¹⁴⁸, ahelyett, hogy kívül maradj rajta és így próbálsz leküzdeni, válj magad a hanggá. Ha tényleg azzá a hanggá válsz, többé nem fog zavarni. A hangot érzékelő „én” eggyé válik a hanggal, semmi más nincs, mint a hang. Ez önmagunk megüresítése.

-

Ugyanez a folyamat a koan-nál is. Ha tényleg belehelyezkedsz a koan-ba, akkor elfeledkezel magadról. [Ezt hívjuk úgy, hogy „ninku”, „megüresedett személy”. De még mindig ott a dharma, a tárgy. Úgyhogy a következő, hogy azt is üresítsd ki.]¹⁴⁹ Ismét: ha tényleg azzá válsz, még arról sincs tudomásod, hogy azzá váltál. [Ez a samadhi állapot: mind a személy, mind a dharma üres; alany és tárgy üres.] Ezt hívják a nagy halálnak. [Dogen Zenji ezt írja a nagy halálról:] „Eltűnik a test és a tudat.”

-

Gondolatok és nézetek nélkül is működhetsz, tisztán, mint egy tiszta tükör. A tükör egyszerűen van, és mindent tükröz, ami elé kerül. Ha a tárgy eltűnik, eltűnik a tükrözés is; semmi nyoma nem marad, de a tükör még ott van.

¹⁴⁷ Közvetlenül előtte ez a mondat áll: Először próbáld megüresedni.

¹⁴⁸ Gyakorlás közben, zavarásként.

¹⁴⁹ A [-]ben foglalt mondatok helyén a kéziratban... áll.

Vannak tanítók, akik nagy hangsúlyt fektetnek a lélegzési technikára, de lásd, milyen keveset mond róla Dogen Zenji: „lélegezz nyugodtan az orrodon keresztül”.

-

[Minden ilyen előzetes elképzelés akadály, mert] addig nem tudjuk, hogy mi a megvilágosodás, amíg első kézből magunk nem tapasztaljuk. Ezért, akármit gondoljunk is a megvilágosodásról, az csupán fogalom, és a megvilágosodás nem fogalom. Amint fogalmat alkotunk, épp ott rés keletkezik.

Gondolatok, fogalmak = a tudat feltételes, korlátozott működése.¹⁵⁰

Ha nem látjuk tisztán ezt a tényt, azt képzeljük, hogy problémáink kívülről erednek. De ez nem így van: bármi nehézség vagy probléma merül is fel, a problémát magunk hoztuk létre.

-

...még természetfeletti erők megszerzése sem adja meg azt a bölcsességet, amivel kiszabadíthatjuk magunkat a születés és halál kötelékéből.

○ Nem tudunk

*Shohaku Okumura*¹⁵¹ (született 1948)

Az Én tanulmányozása

Shakyamuni Buddha: Az Én egyetlen alapja az Én.

Sawaki Roshi: A zazen-ben az Én működteti az Ént az Én által.

Túl kell lépnünk a szavakon, fogalmakon, a nyelven és a logikán, hogy megszabaduljunk az elválasztottság problémájától.

Buddha-út¹⁵²: Nincs különbség az Én, aki tanulmányoz és az Én, akit tanulmányoz között. És a tanulmányozás cselekedete is maga az Én. Nincs olyan dolog, amit Énnek hívunk, és kívül van a cselekvésünkön. A futáson kívül nincs futó. A futó és a futás egy és ugyanaz.

-

Ha nem is tudjuk, az én, minden egyéb¹⁵³, és a cselekvés együttműködnek, mint egyetlen realitás. Azt nem kell külön gyakorolnunk, hogy eggyé váljanak.

-

Az én kapcsolatban van mindennel.

-

Az én megfelelkezik az énről az én tanulmányozása közben.

-

Semmit sem tartóztatunk. Semmit sem igyekszünk irányítani. Csak ülünk.¹⁵⁴

-

Ahogy Sawaki Roshi mondta: A zazen semmire sem jó. De zazen maga a Buddha Dharma.

¹⁵⁰ G. Kühlewind közbeékelte kommentárja.

¹⁵¹ *The study of the self*. Just Sitting, 105. old. Az eredeti japán szövegben a „study” szó helyén „nareru” áll, ami azt jelenti, hogy közel kerülni hozzá, megismerkedni, bizalmas viszonyba kerülni vele. A megfelelő kínai kifejezés annak felel meg, ahogy a fiatal madár megtanul szüleivel repülni.

¹⁵² „A Buddha-út tanulmányozása az Én tanulmányozása.” (Dogen Zenji, Genjokoan)

¹⁵³ Amit csinállok, olyan hétköznapi dolgok is, mint az autó, amit vezetek, és ami engem is „vezet”, befolyásol.

¹⁵⁴ Előtte ez áll: Tudatunkban fel-felmerülnek gondolatok. De lemondunk arról, hogy bármit kezdjünk velük. Hagyjuk, hogy szabadon jöjjenek és menjenek.

A *csak ülés* nem személyes gyakorlatunk. De eltávolodunk karmikus énünktől, aki mindig kielégülésre törekszik.¹⁵⁵

-

5 burok: kapzsiság, harag (gyűlölet), álmoság (unalom), zavarodottság, kétely.¹⁵⁶

A 6. = tudatlanság.

Ha a gyakorló csak a tudatlanság burkától szabadul is meg, ez megszabadítja az öt másik buroktól is.¹⁵⁷

-

De ha ülök, szemben a fallal, akkor nem vagyok apa. Nem vagyok buddhista pap. Semmi sem vagyok. Üres vagyok. Épp csak az vagyok, aki vagyok. Ez a kiszabadulás a karmikus életből. „Az, hogy minden dologban igazolódunk, azt jelenti, hogy elengedjük a testet, és az én és a test és bármi más tudatát.” Ez azt jelenti, hogy nincs elválasztás az én és bármi más között. A zazen megnyilatkoztatja a teremtés kölcsönös egymásrautaltságainak teljes valóságát. Ha kilépünk a gondolkodásból, egész lényünket a kölcsönös áthatások valóságának valóságába helyezzük. Így igazolódunk minden dologban.

*Sheng-yen*¹⁵⁸ (született 1930)

Türelem

Ennek a gyakorlásnak a célja a tudat tehermentesítése a gondolatoktól. Ez odavezet, hogy a tudatnak mély tudatossága van saját állapotáról.

Ha elértük a csendet, az időnek nincs tartama. Az időről csak onnan tudunk, hogy a gondolatok jönnek, mennek.

*John Daido Looi*¹⁵⁹ Nanyue fényez egy téglát¹⁶⁰

Együttérzés

Ha Mazu Mazu, akkor zazen-je közvetlenül zazen. Semmit sem lehet valami mássá alakítani, de valójában, eredetileg azonos a másikkal. A gyakorlás ezt bontja ki.

-

...szenvédésünk oka, hogy nem értjük se az univerzum igazi természetét, se a sajátunkét.

-

Nem értjük, hogy a folyamat *maga* a cél. [Zazen] nem egy módszer, ami elvisz a célhoz, hanem maga a cél.

-

Rögzített forma nélkül lenni bölcsesség, és a bölcsesség tevékenysége az együttérzés. Ezért lehetséges egyáltalán együttérzés.

¹⁵⁵ A fenti két idézet között ez áll: Azáltal, hogy lemondunk arról, hogy bármit is csináljunk, az én megvilágosodik, és minden dologban igazolódik.

¹⁵⁶ A *Daichidoron* (Nagarjuna) megkülönböztet 5 vágyat és 5 burkot, amelyek akadályozzák a meditációt.

¹⁵⁷ Mondja Nyojo, Dogen Zenji mestere, Dogennek, utalva a Buddhák és elődeik tanítására.

¹⁵⁸ *On Silent Illumination*, Just Sitting, 117. old.

¹⁵⁹ „Just Sitting” 127.old. Daido Looi (1931-2009) A Zen Mountain (New York közelében) apátság apátja, és e könyv egyik kiadója.

¹⁶⁰ Utalás egy beszélgetésre Mazu és Nanyuje mester között, amelynek elején Nanyuje megkérdezi Mazu-t, hogy mi a célja a zazen-jének. „Buddhává válni” – válaszolja Mazu. Nanyuje erre elkezd fényezni egy téglát. „Miért fényezed a téglát?” – kérdezi Mazu. „Hogy tükörré váljak.” „Hogyan lehet a téglából tükör?” „Hogyan tehet a zazen Buddhává?”. Mazu később „a Zen történetének egyik legnagyobb mestere” lesz (Looi).

A gondolkodás lineáris és szekvenciális, elválaszt a valóságtól, vagyis a gondolat alanyától, ezért absztrakció és nem maga a valóság. A nem-gondolkodás¹⁶² elfojt. Elűzi a gondolatokat felmerülésük pillanatában, és ezzel áthatolhatatlan hegygyé – halottá és válasz nélkülivé – teszi a tudatot. A nemgondolkodásnak nincsenek ilyen élei: a samadhi¹⁶³ korlátlan tudata, ami se meg nem tartja, se el nem űzi a gondolatokat. A Buddha-tudat megnyilvánulása, amiben feloldódik az én és a más, a gondolkodás és a nem-gondolkodás kettőssége. Ez az olyanság dharma¹⁶⁴-ja, az összes Buddha helyes gondolata a tíz irányba.¹⁶⁵

Akár a lélegzésünkön dolgozunk, akár egy koan-nal, vagy a shikantaza¹⁶⁶-t gyakoroljuk, a zazen végül elvezet a samadhi-hoz. Az első jel általában az, hogy eltűnik a test érzete... Tehát tudod, hogy ott a tested, de nem érzed... A következő, hogy eltűnik a tudat érzete.¹⁶⁷

Sojun Mel Weitsman¹⁶⁸, Suzuki Roshi shikantaza gyakorlása.¹⁶⁹ Egyszerre

Mindig csinálunk valamit, egy történetet hozunk létre az életünkből. És ez teljesen rendben van, hogy ma történetet hozunk létre az életünkből. Ez az álmunk. Korábban beszéltünk az álomról. Mindenkinek van valamilyen álma. Az az álmunk, hogy elmegyünk a boltba. Minden gondolat egy álom. De a shikantaza az, hogy „csak teszünk”¹⁷⁰, a csak-tevés önzetlen cselekedete az álmon belül. Más szavakkal, előbb mozdulunk, aztán pihenünk. Mozdulunk, és azután pihenünk. Az élet mozgás és nyugalom. De gyakorlatunkban egyszerre mozgunk és pihenünk. Mozgásunkon belül tökéletes csend honol. Csend és mozgás az élet két aspektusa. Azt gondolom a shikantazáról, hogy olyan állapot, amelyben nincs rés gondolatunk és cselekvésünk között. Ha egy síelő kiváló teljesítményt nyújt az olimpiai játékokon, akkor nincs rés a test és a tudat között. A gondolat és a cselekvés egy. A síelő nem gondolkodik valamin. A gondolat a cselekvés, és a cselekvés a gondolat. *Intelligens akarát.*¹⁷¹

¹⁶¹ „Just Sitting” 135.old.

¹⁶² Az angolban a „not-thinking” és a „non-thinking” lefordíthatatlan szójátéka áll. A not-thinking-et talán lehetne semmire gondolással is fordítani. A nemgondolkodás (szigorúan véve nyelvtanilag helytelen) kifejezés arra akar utalni, hogy ez egy új, ismeretlen tevékenység – átalakított gondolkodás, vagyis nemgondolkodás.

¹⁶³ Elmélyülés a meditációban.

¹⁶⁴ Sokjelentésű fogalom a hinduizmusban és a buddhizmusban: vallás, természet, igazság, törvény, tan, tudat, jó módor, dolog. Itt leginkább törvénye vagy igazsága jelentésben.

¹⁶⁵ Ez kommentár az ezt megelőző párbeszédhez: (1) Egy szerzetes megkérdezte (2) „Miről gondolkodsz, amikor hosszasan ülsz a teljes nyugalomban?” (3) Yaoshan azt válaszolta, „A nem-gondolkodásról.” (4) A szerzetes megkérdezte, „Hogyan gondolkodsz a nem-gondolkodásról?” (5) „Nemgondolkodással”, válaszolta Yaoshan.

¹⁶⁶ Shikantaza: „csak ülés” – téma nélküli elmélyülés, eltérően a koan-nal (rövid meditatív versszerű szöveggel) való elmélyüléstől. A zazen is „csak ülést” jelent, ami lehet shikantaza is és koan-munka is.

¹⁶⁷ Így folytatódik: A tudat a gondolatoktól függ, de ha eltűnnek a gondolatok, eltűnik a tudat, eltűnik az én. A reflex, amely folyamatosan azt mondja, “itt vagyok, itt vagyok, itt vagyok” az ego megnyilvánulása. Ez [a tudat érzetének megszűnése] akkor lép fel, ha észrevesszük, hogy folyamatosan újraterejtjük önmagunkat.

¹⁶⁸ Suzuki Roshi tanítványa, 1988 óta a San Francisco-i zen központ apátja és dharma mestere.

¹⁶⁹ „Just Sitting” 145.old.

¹⁷⁰ Szó szerint „csak ülés”, de Weitsman kiterjeszti a „csak tevés”, az önzetlen cselekvés értelmében.

¹⁷¹ GK kommentárja.

Zoketsu Norman Fischer,¹⁷² A folyóba esett fillér megtalálása a folyóban.¹⁷³

Haszonnélküliség

A zazen alapvetően haszontalan és céltalan tevékenység. A zazennel nem azért foglalkozik valaki, mert bármiben is segít, vagy, mert békés, vagy érdekes, vagy, mert Buddha azt mondta neki – noha természetesen képzelhetjük, hogy segít, hogy békés és, hogy érdekes – hanem egyszerűen csak úgy. Nincsenek mellette érvek, nem lehet igazolni, vagy hasznosítani. Csak azért tesszük, mert tesszük. Még csak az sem kérdés, hogy akarjuk-e vagy sem. A zazent a zazen kedvéért csináljuk. A madár énekel, a hal úszik, az ember, aki zazennel foglalkozik, a zazennek szenteli minden idejét, noha erre nincs szükség¹⁷⁴ [nem hoz nyereséget]¹⁷⁵.

-

- ★ A tudat szanszkrit kifejezése *vijnana*, ami azt jelenti, hogy megosztani, szétvágni. Ahhoz, hogy megszerezzük azt, amit tapasztalásnak nevezünk, meg kell osztanunk, szét kell vágnunk a realitást. A valóság, vagy teljes rendben-levés teljességet jelent, oszthatatlanságot, ezért nem lehet tapasztalat.

-

- ★ [A lépés visszafelé] Dogen mondja: „... és tanul meg a lépést visszafelé, amely befelé fordítja belső világosságodat és megvilágítja önmagadat. Önmagától eltűnik test és tudat, és megjelenik igazi arcod.”

-

- ★ ... a tudat olyan, mint felválni egy hagymát. A kés éle kapcsolatba lép a hagyma héjával és azonnal fölszeleteli és kettéosztja a hagymát. Minden pillanatban így osztjuk meg a világot, és elkülönítettnek és magányosnak érezzük magunkat, elkülönülve önmagunktól, mindentől, száműzetésben, elveszetten... Emiatt sírunk, ahogy sírunk akkor is, amikor szétvágjuk a hagymát, és levét a levegőbe bocsátja. A „visszafelé lépés” az az idő, amikor a kés éle megérinti a hagyma héját. Ebben a pillanatban nincs különválás – még a kés és a hagyma között sem, hát még hagyma és hagyma között. Csak egy dolog van, önmagával való kapcsolatban, tökéletes kapcsolatban önmagával. Ez az, amilyen az életünk a jelen pillanatában – egyetlen dolog, önmagával kapcsolódva, se múlt, se jövő, és még csak jelen sem. Ez a visszafelé lépés. A tudat legelső kezdetében való tartózkodás.

-

Pillanatra se feledd, hogy – amint bizonyára már fáradtságos munkával magad is rájöttél a zazen során – ami a tudatodban történik, az épp az, ami a tudatodban történik, hogy a gondolatok és érzések egyszerűen gondolatok és érzések. Azt valójában nem tudjuk, hogy mi történik valójában, mik azok az események, amelyekre a gondolatok és érzések mutatnak, és amelyeket meghatároznak. Ezt ne feledd, és ha mégis, akkor emlékeztess rá magad. Mindenképpen őrizd meg a humorodat. Ne bonyolódj bele túlságosan abba, ami történik, mert amíg bele vagy bonyolódva, történik valami más, amit elszalasztasz.

¹⁷² Költő és 1995 óta a San Francisco-i zen központ apátja.

¹⁷³ „Just Sitting” 149.old. A cím a következő történetre utal: Valaki megkérdezte Yunmen mestert: „Mit jelent a helyes „ülés” és az igazi valóság kontemplációja igazából?” Yunmen azt válaszolta: „A folyóba esett fillér megtalálása a folyóban.”

¹⁷⁴ Előtte ezt írja Fischer: Minden törekvés rossz irányba vezet.

¹⁷⁵ GK betoldása.

A Zenben vagy a zazenben nincs semmi különös, mert egész életünkben, az egész tág világban minden különös – akkor hogy lehetne valami különlegesen különös? Ha minden különös, akkor semmi sem az...

Amikor egy tanítvány megkérdezte, hogy „mi a zazen?”, Chao Jo mester azt válaszolta: „a nem-zazen”. „Hogyan lehet a zazen nem-zazen?” Chao Jo válaszolt: „Úgy, hogy él...”

Nem arra van szükség, hogy többet tegyünk, hanem, hogy megvilágosodásból tegyük. Ez pedig azt jelenti, hogy lemondunk arról, hogy tegyünk valamit.¹⁷⁶

- Hogy működhessen a Világosság-természet.

*Hongzhi Zhengjue (1091-1157)*¹⁷⁷

Visszafelé

A kapun áthaladva kiemelkedik az Én és az ágak gyümölcsöt hoznak.

Minden tárgy bizonyítja, mindegyik párbeszédben.¹⁷⁸

De ha a megvilágosodásból hiányzik a derű, akkor megjelenik az agresszió.

A kívül és az én, egyik sem uralja a másikat, egyszerűen azért, mert nem áll közénk semmilyen észlelés [semmilyen tárgy észlelése].

Akkor [ha különbséget tettél a száz vállalkozás értéke között]¹⁷⁹ tégy egy lépést hátrafelé, és érj el közvetlenül a kör közepét, ahonnan kiárad a világosság... Gondold meg, hogy az elnevezés teremti a dolgokat, és hogy nagy nehézségek között születnek meg és tűnnek el.

Így mondták nekünk, hogy az a tudat, amely átöleli a tíz irányt, sehol sem áll meg.

*Ehei Dogen*¹⁸⁰

Nemgondolkodás

A zazen nem gondolkodás a jóról, nem gondolkodás a rosszról. Nem tudatos törekvés. Nem önvizsgálat. Ne vágyakozz arra, hogy buddhává válj; teljes lazaságban ülj vagy feküdj...

Ülj határozottan samadhi¹⁸¹-ban és gondold a nem-gondolkodást. Hogyan gondold a nem-gondolkodást? Nemgondolkodással...

Van valaki a nemgondolkodásban, és ez a valaki gondoskodik rólunk.¹⁸²

A gondolat önmagában tudás, nem függ semmilyen más folyamattól.

GYAKORLAT

Képzeld el egy tárgyat, aztán hagyd eltűnni a ködben. Hagyj a ködből egy másik tárgyat összesűrűsödni, oda-vissza. Aztán mindezt köd nélkül, tüntesd el az első tárgyat, és hagyd megjelenni a másikat.

¹⁷⁶ Előtte ez áll: Olyan történelmi korban élünk, amelyben megértjük, hogy mindnyájunknak tudatosan és aktívan kell a világ felé fordulnunk. Senki sem háríthatja el ezt a hívást. Mégis, ha nem gyakoroljuk a zazent, akár zazennek hívjuk, akár valami másnak, és akárhogy is csináljuk, ha nem csináljuk, nem tudunk pontosan cselekedni a világban. Annyi mindent tettek már az emberek – túl sokat is.

¹⁷⁷ Az első három sor: *Guidepost for Silent Illumination*, „Just Sitting”, 13. old. Utána: *Cultivating the Empty Field*, a 16. oldaltól.

¹⁷⁸ Előtte ez áll: A tízezer forma fenségesen ragyog és hirdeti a dharma-t.

¹⁷⁹ GK betoldása, amely utal az előző mondatra: Ha gondosan meg is vizsgáltad a képedet, és nincs benne se árnyék, se visszhang, mindezen kutatóan végighaladva látod, hogy még különbséget teszel a száz vállalkozás értéke között.

¹⁸⁰ Zazengi: A zazen szabályai. „Just Sitting”, a 19. oldaltól.

¹⁸¹ Elmélyülés

¹⁸² Zazenshin: Az ülő meditáció sebészke, „Just Sitting”, a 25. oldaltól.

- Meg kell tanulnunk tartalmakat, hogy képességekké oldjuk fel őket. El kell sajátítanunk képességeket, hogy képesek legyünk őket elfelejteni magasabb képességek érdekében.

A „normálistól eltérő” (nyitott) gyerekeknek meg kell tanulniuk irányítani a figyelmet: aktív módszerek.

- Természettudomány: szem nélkül nincsenek színek stb. Tudat nélkül nincs világ.
- Azzá válunk. (Ha eltart egy ideig, akkor üresség és tárgy egyszerre, először váltakozva.)

Hol nincs szorongás, stressz stb.?

1) Alkotás; 2) Szeretet I-II; 3. Pistis (hit); 4) Önfeledtség; 5) Humor; 6) Én vagyok.

- Bármiről beszéljünk vagy hallgassunk is, mindenképpen a saját tudatunkban van.

[Bodhisattva visszajön segíteni – Krisztus jön ...]

- Ha nem tesszük meg a következő esedékes lépést, félelem fog el bennünket.
- Az igazság az ürességben tud megjelenni; a személyesség akadályozása nélkül: hogy személyes semmi legyen.



- Először a VILÁG jelenik meg a tudatunkban – amíg a tudat üres.

A tudat feltöltődik: a dualitás által, utána kötődik a tartalmakhoz, különben elvesztené önmagát. (Amíg nincs dualitás, a tudat képes megmaradni az ürességben tartalmakhoz való kötődés nélkül, önzetlen tükör.) Feltöltődik fogalmakkal, amelyek megszakítják a jelentéssel való folyamatos azonosságot, a folyamatos értést; vagy érzékszervi (jelentés nélküli) észleletekkel, amelyek a ragaszkodás eszközeül szolgálnak, amíg az érző megismerés még hiányzik. Az értésben feloldjuk a megértett formát, és helyreállítjuk az üres tudatot.

A dualitás különleges szentség (dolgok, tettek szentsége): van benne valami, ami nem szent.

- A világosság tudat és világ együtt, egyszerre.

Tapasztalás általában az ön-érzésen keresztül jön létre. Vagy a meditációban. Mindenképpen az érzés megérintésében.

- A megismerő érzés sziklaszilárd.

- Az üresség, ha észleli önmagát, végtelenül kitágul, minden viszonylaton vagy jelentésen túl. [Önmagát erősítve és a formákat feloldva (egyre magasabb formákba), így értve.]
- A Világosság öntapasztalásában minden másságnak el kel tűnnie.

Ha a tudaton kívül keresed Buddhát, akkor ördöggé válik. (*Dogen*¹⁸³)

Aki önmagát megvilágosítja, nem szorul külső segítségre. Nem helyes ragaszkodni ahhoz, hogy tanult és jámbor tanácsadók segítségével nélkül nem érhetjük el a szabadulást, mert a velünk született bölcsesség az, amivel megvilágosítjuk önmagunkat.

Hui Neng

Nem az a misztikus, hogy *milyen* a világ, hanem az, hogy egyáltalán létezik. (*Wittgenstein*¹⁸⁴)

Hui Neng: Az élet értelme a LÁTÁS.

Sengstan: A valóság világában nincs én, mert ott nincs más, mint az Én.

Dogen: Ha meg akarsz tenni egy bizonyos dolgot, előbb egy bizonyos valakivé kell válnod. Ha átváltottál a bizonyos valakivé, többé nem fogsz törődni azzal, hogy megtedd azt a bizonyos dolgot.

*Angelus Silesius*¹⁸⁵ Testem, a legjobb barátom,
legádázabb ellenségem is:
Lekötöz és akadályoz,
még ha jót akar is.
Gyűlölöm és szeretem is egyben:
és ha üt az óra, hogy el kell válnunk,
Örömmel szakítom el magam tőle – és fájdalommal.¹⁸⁶

D.T. Suzuki: A zen-tapasztalás olyan, mint egy észlelési tapasztalás: közvetlen, nincs szüksége se szimbólumokra, se gondolati konstrukciókra.

¹⁸³ A következő idézetek – az Angelus Silesius (1,111)-el bezárólag, és kivéve a Wittgenstein idézetet – valamennyien Frederick Franck *Messenger of the Heart: The Book of Angelus Silesius* c. könyvének következő oldalairól származnak: 86, 13, 42, 43, 54, 85, 95, 96, 108, 109, 110, 128.

¹⁸⁴ *Ludwig Wittgenstein* (1889-1951) osztrák filozófus *Tractatus logico-philosophicus* c. művéből; 6.44. A könyv teljes egészében hierarchikusan számozott rövid fejtegetésekből (propozíciókból) áll.

¹⁸⁵ Az Angelus Silesius idézetek a Kerubi Vándor c. műből valók. A kéziratban Frederick Frank angol fordításai találhatók (ld. 183. lábjegyzetet), amelyek sokszor eltérőnek tűnnek az eredetitől – épp ez teszi őket különösen érdekessé. Itt a fő szövegben a nyomtatásban megjelent magyar fordításokat, ill. ahol ilyen nem áll rendelkezésre, Böszörményi László nyersfordításait közöljük; a lábjegyzetben pedig először az angol fordítást, ahogy a kéziratban – néha rövidítve – áll, majd ||-val elválasztva a német eredetit (modern írásmódban).

¹⁸⁶ This body is my enemy and friend, \ It ties me down, \ is disobedient ... \ I hate it and I love it \ and when is best we part, \ I shall be much relieved, \ but ... it will break my heart. || Mein bester Freund, mein Leib, der ist mein ärgster Feind; \ Er bindt und hält mich auf, wie gut ers immer meint. \ Ich haß und lieb ihn auch, und wenn es kommt zum Scheiden, \ So reiß ich mich von ihm mit Freuden und mit Leiden. (4,79)

- Angelus Silesius* Ember, ha tudni akarod, milyen az igazi ima,
szállj magadba, és kérdezd Isten szellemét.¹⁸⁷
- Chuany Tzu* A tökéletes ember úgy használja tudatát, mint tükröt.
Semmit sem köt magához.
Semmit sem utasít el.
Mindent befogad, de nem tart meg semmit.
- Sengtsan* Ne keresd az igazságot. Egyszerűen hagyj fel a véleményekkel.
- Gensha* A dolgok OLYANOK, AMILYENEK.
Azoknak, akik ezt nem értik:
A dolgok ÉPP OLYANOK, AMILYENEK.
Mindazonáltal, a dolgok továbbra is OLYANOK, AMILYENEK.
- Angelus Silesius* Olyan nagy vagyok, mint Isten, ő olyan kicsi, mint én;
Nem lehet fölöttem, és nem lehetek alatta.¹⁸⁸

Hyakujo egy nap így szólt a szerzeteseihez: szántátok fel ezt a földet, és ha kész vagytok, feltárom nektek az egész mindenség jelentését. Amikor elkészültek, megtartotta prédikációját: szélesen kitérte karjait. Azután eltávozott.

Dosan: Akárhol legyek is, mindenhol találkozom vele – ő nem más, mint én. Mégis, én nem vagyok ő.

Ikkyu: Az Igaz Ember alakja áll előttem –
Egy futó pillantás és megszeretjük egymást.

¹⁸⁷ Prayer is neither word nor gesture, \ chant nor sound. \ It is to be in still communication \ with our Ground. ||
Mensch, so du wissen willst, was redlich beten heißt, \ So geh in dich hinein und frage Gottes Geist. (1, 237)

¹⁸⁸ As great as God I am, \ as small as I is He. \ How could I below Him \ or he above me be? ||
Ich bin so groß wie Gott, er ist als ich so klein; \ Er kann nicht über mich, ich unter ihm nicht sein. (1, 10)

Hogyan észleljük saját természetünket? Ami észlel, az a saját természetünk. Nélküle nem lehetne észlelés.¹⁸⁹

Hui Neng: A tiszta tudatot a saját tisztátalan tudatunkban kell megtalálnunk.

Angelus Silesius Állj meg, hova futsz, a Menny tebenned van;
Meg nem találsz Istent soha, ha máshol keresed.¹⁹⁰

Menj oda, ahova nem lehet; nézz ott, ahol nem látsz;
Hallj, ahol semmi se szól, se cseng,
akkor ott vagy, ahol Isten szól.¹⁹¹

Mielőtt Én én-magam lettem, Isten voltam Istenben,
Ezért lehetek újra, ha meghalok magamnak.¹⁹²

Nagarjuna A Forma a Semmi, és a Semmi a Forma.
A Forma nem más, mint Forma,
és a Forma nem más, mint a Semmi.
A Semmin kívül nincs Forma,
és a Formán kívül nincs Semmi.

Angelus Silesius Tudom, hogy nélkülem Isten egy pillanatig sem élhet;
Ha elpusztulok, kétségbeesésében fel kell adnia szellemét.¹⁹³

Az istenség forrás, belőle fakad minden,
És belé folyik vissza is. Ezért tenger is.¹⁹⁴

¹⁸⁹ Franck után idézve, *Messenger of the Heart: The Book of Angelus Silesius*, 107.old. Forrás megadása nélkül.

¹⁹⁰ If you could just be still, \ stop rushing round and round \ in search of God – \ you'd find him as your Ground. || Halt an, wo laufst du hin, der Himmel ist in dir; \ Suchst du Gott anderswo, du fehlst ihn für und für. (1, 82)

¹⁹¹ See what no eye can see, \ go where no foot can go \ choose that which is no choice – \ then you may hear what makes no sound – \ God's voice || Geh hin, wo du nicht kannst: sieh, wo du siehest nicht; \ Hör, wo nichts schallt und klinget, so bist du, wo Gott spricht. (1, 199)

¹⁹² I was God inside God \ before I became Me \ and shall be God again \ when from my Me set free. || Eh als ich Ich noch war, da war ich Gott in Gott, \ Drum kann ichs wieder sein, wenn ich nur mir bin tot. (5, 233)

¹⁹³ I know, but don't know why, \ that without me \ God cannot live \ nor without him \ can I. || Ich weiß, daß ohne mich Gott nicht ein Nu kann leben; \ Werd ich zunicht, er muß von Not den Geist aufgeben. (1, 18)

¹⁹⁴ Deepest well \ from which all rises, grows. \ Boundless ocean \ back into which \ all flows. || Die Gottheit ist ein Brunn, aus ihr kommt alles her \ Und lauft auch wieder hin. Drum ist sie auch ein Meer. (3, 168)

Isten igazából semmi, és ha mégis valami,
Csak én bennem az, ha kiválaszt magának.¹⁹⁵

Hol a helyem? Ahol nem vagyunk se én, se te.
Hol a végső vég, amelybe mennem kell?
Ott, hol senki sem talál. Hova menjek tehát?
Még át kell mennem egy sivatagon, Isten fölött.¹⁹⁶

Az örök Istenség eszmékben és tettekben olyan gazdag,
Hogy még sosem kutatta ki önmagát teljesen.¹⁹⁷

A gyöngéd istenség a semminél is semmibb:
Aki mindenben látja a semmit, hidd el, az lát igazán.¹⁹⁸

- Nishida.
- Csak a tudatról lehet közvetlen tudásunk.
- A világ tudat-világ, univerzális tudatként létezik.
- Anyag nélkül
- Dogen

Azt hívjuk tapasztalásnak, amit a valóság érzése kísér.

A legfontosabb dolgokat nem lehet szavakban kifejezni. Hogyan tanítjuk őket?
Az intuíció pillanatnyi fellobbanása létrehozhat egy filozófiát: az intuíció tartós tapasztalása megváltoztat és megvált.

Az a tény, hogy közös érzékszervileg észlelhető és logikus világban élünk, azt jelenti, hogy
A) A tudatnak (amelyben az egész világ megjelenik) közös a forrása; B) Ez tudatfölötti, ezért a Valósághoz (a világos Valósághoz) tartozik; C) Ugyanez igaz a logikára is.
Éppen azért vehetjük észre az egységet, mert létezik dualitás (ellentétek, ellentmondások), és fordítva. Mindezen túl: üresség.

- Az egység az eredeti. Hit, biztonság = egység. A dualitás az Én és a saját erőnk elvesztése.

¹⁹⁵ God is sheer Nothingness. \ Whatever else He be, \ He gave it \ that it might be found in me. ||

Gott ist wahrhaftig nichts, und so er etwas ist, \ So ist ers nur in mir, wie er mich ihm erkiest. (1, 200)

¹⁹⁶ When I am neither \ you nor me, \ when there is no more here \ nor there – \ then I begin to be \ of God as Nothingness aware. ||

Wo ist mein Aufenthalt? Wo ich und du nicht stehen. \ Wo ist mein letztes End, in welches ich soll gehen? \ Da, wo man keines findt. Wo soll ich denn nun hin? \ Ich muß noch über Gott in eine Wüste ziehn. (1, 7)

¹⁹⁷ Eternal Spirit, who manifests \ all that the eye perceives, \ formless, nameless Mystery \ which no mere human mind conceives. ||

Die ewge Gottheit ist so reich an Rat und Tat, \ Daß sie sich selbst noch nie ganz ausgeforschet hat. (1, 263)

¹⁹⁸ Nothingness you are, \ fathomless Abyss. \ To see Abyss in all, \ is seeing \ that which is. ||

Die zarte Gottheit ist ein Nichts und Übernichts: Wer nichts in allem sieht, Mensch, glaube, dieser sichts. (1,111)

- A különbség előfeltétele az egység.
- Az Én megvilágít és egyesít.
GA 57, 1918,10.15.¹⁹⁹
„A szellem számára azonban nincs kívül és belül. Ami kívül van, az belül is van.”²⁰⁰
- A részvét az egységből származik.
Az állítás, hogy a világ a tudatban tükröződik, túlmutat önmagán; ha így lenne, akkor csak a tükrözött képeket tapasztalhatnánk.

Szabad erők

GA 108, 1908. november 2.²⁰¹

„Másképp áll a helyzet az ember étertestével [a növényével összehasonlítva]²⁰². Az embernél úgy van, hogy az étertestnek a növekedéshez szükséges részen – ahhoz a fejlődéshez szükséges részen, amely az embernél is bizonyos keretek között zajlik le, mint a növénynél – tehát ezen a kötött részen túl, van egy másik része is, amely szabadon lép fel. Aminek nincs eleve meghatározott szerepe, hacsak a nevelés során meg nem tanítunk különböző dolgokat az embernek, hacsak a lélek be nem fogad magába különböző képességeket, amelyeket azután ez a szabad rész dolgoz fel. Az ember megőrzi magának az étertestnek ezt a részét: nem a növekedésre használja, nem a szervezet természetes fejlődésére, hanem szabadon őrzi meg magában. Ez teszi képessé arra, hogy magába fogadja a képzeteket, amelyekkel a nevelés során találkozik.”

A kisgyerek észlelése GA 1921. december 29.²⁰³

„És ez az, ami különösen fontos a gyerek első két és fél évében, hogy idegen akarat nem fér hozzá, hanem egészen finom, ösztönös észlelési képességgel rendelkezik minden iránt, ami környezetében történik, különösen az iránt, ami az emberekben – mindenekelőtt nevelőiben – lejátszódik, akikkel egy fajta lelki kommunikációban áll. Nem arról van szó, hogy a kifelé irányuló tekintet már különösen éles lenne, erről szó sincs; nem a kifejezett látásról van szó, hanem egy, a lehető legintimebb össz-észlelésről, amely a gyerek környezetére irányul, mindenre, ami mögött nincs a gyerek felé irányuló szándékoltság. A gyerek akaratlanul védekezik minden tudatosan feléje irányuló befolyásolás ellen, különösen az első két és fél évben. – Ebből következik, hogy figyelembe kell vennünk ezt a befogadó érzékenységet, amelyben az észlelés még teljesen elmerül az érzésben.”

¹⁹⁹ Rudolf Steiner: *Wo und wie findet man den Geist?* (1908/09)

²⁰⁰ Előtte ez áll (a lélek és a szellem különbségéről): „Azt nevezzük lelkiségnek, amit így egy külső észlelés belsőkben létrehoz” (mint pl. a félelem egy ránk szegezett fegyvertől).

²⁰¹ Rudolf Steiner: *Die Beantwortung von Welt- und Lebensfragen durch Anthroposophie.*

²⁰² GK betoldása.

²⁰³ Rudolf Steiner: *Die gesunde Entwicklung des Menschenwesens.*

GA 311²⁰⁴

„Felnőttnek lenni nagyon egyszerű. Gyereknek lenni nagyon nehéz. Csak éppen a gyerek nem veszi észre, mert tudata még nem ébredt fel, még alszik. De a Földre szállás előtti tudatával nagyon is észrevenné. Ha ebben a tudatban lenne, akkor a gyerek élete borzasztóan tragikus lenne, egészen borzasztóan tragikus.”²⁰⁵

Csökken magam-tapasztalással rendelkező gyerekeknek való játékszerek.

Ha a gégefő sérült, akkor a beteg elveszti a test-érzést. Ha a beszédszerv nem utánoz, akkor a többi utánzás sem működik. A test érzése a beszédszervek utánzásától függ.

Az Én nem jöhet létre véletlenül, kedvező körülmények hatására, hanem csak (szelíd) törekvés eredményeképpen. Hogyan lehetne akkor a közönséges én („énke”) az igazi Én?

Művészet: például az olvasásban cselekszünk, szenvedünk, egyszersmind nem cselekszünk, és nem szenvedünk.

Milyen az olyan emberek test mozgása, akik nem tudnak beszélni?

- A világ tudati jelenség.
Ős-Én... folyamatosan történik.
- Kezdetben a világ és a figyelem egy. Ezért olyan nehéz sokszor a gyerek figyelmét irányítani.

Mi üdítőbb a fénynél? A beszélgetés²⁰⁶, mert benne két fény kölcsönösen bevilágítja egymást → beszélgetés hallgatásban.

|| A nyugtalanság forrása a DUALITÁS, mert benne állandóan az odaadás és az önérték ingalengésében mozgunk.

²⁰⁴ Rudolf Steiner: *Die Kunst des Erziehens aus dem Erfassen der Menschenwesenheit*, 1924. augusztus 12.

²⁰⁵ A tragikum arra vonatkozik, hogy egy szellemi lény beköltözik egy (többé-kevésbé hozzá nem illő) testbe.

²⁰⁶ Utalás Goethe *A zöld kígyó és a szép liliom* c. meséjére. Vö. még Kühlewind *A normálistól az egészségesig* c. könyvével.

A világ Én jellege, Énnel való áthatottsága

Az egyén a szellemi világban. GA 218, 1922. október 14.²⁰⁷

„... éppen az a legjelentősebb a Földön kívüli létünkben, hogy az egyik ember világa ugyanaz, mint a másiké, és, hogy az emberek, akik itt a Földön a térben különülnek el egymástól, azáltal, hogy mindenki be van zárva a bőrén belülré, ott a lélek belső erejével különböztetik meg önmagukat. A Földön kívüli létben is mindenki individualitás; de nem a tér választja el a többi individualitástól, hanem a lélek belső ereje, a belsejében működő összetartó erők.”...

„És a földi, fizikai létbe való leszállás előtti lét egy bizonyos időszakában, az ember bizonyos értelemben egy, az egész világra kiáramló, hatalmas szellemi-lelki csíra, ami azután egyesül a fizikai emberi csírával, ami itt vár ránk, amikor leszállunk a földi létbe.”

Én, Én-hordozó, Földi világ. GA 129, 1923. augusztus 23.²⁰⁸

„Vegyük először az emberi lény legbelsőbb lény-tagját, amit, mint tudják, a legfiatalabbnak tekintünk, az ént, vagy pontosabban az én-hordozót... A fizikai világban, vagy a fizikai megismerési szervek számára csak egyetlen lehetőségünk van, hogy az ént érzékeljük, és ez a saját énünk. Így azt mondhatjuk, hogy az énnel, az emberiség legfiatalabb és egyben legmagasabb lény-tagjának ez a sajátja, hogy csak egyetlen példányban tudjuk érzékelni létében, valóságában, mégpedig saját magunkban... Ha meg akarjuk ismerni énünket, akkor magunkba kell néznünk a fizikai síkon elnyert megismerési képességeinkkel. Talán szabad itt megjegyezni, mert ez néha még jeles gondolkodóknak sem világos, hogy a fizikai megismerési erőkkel érzékelhető én, amiről éppen szó van, nagyon is a fizikai világhoz tartozik. Semmi értelme sem lenne azt mondani, hogy az, amit az ember közönséges képességeivel belsejében énnel ismer meg, egy másik, nem-fizikai világhoz tartozik... Erről az énről, amiről a külsődleges pszichológia és bármilyen külsődleges tudomány beszél, nem hihetünk mást, mint hogy a fizikai síkhoz tartozik. De belülről látjuk, és mivel így mintegy benne vagyunk ebben az énnel – belülről látjuk –, ezért mondhatjuk, hogy ezt az ént ugyan csak a fizikai síkon ismerjük meg, de legalább belső lényegét tekintve ismerjük meg, a közvetlen megismerési erők következtében.”

²⁰⁷ Rudolf Steiner: *Geistige Zusammenhänge in der Gestaltung des menschlichen Organismus.*

²⁰⁸ Rudolf Steiner: *Weltenwunder, Seelenprüfungen und Geistesoffenbarungen.*

Üresség

A nátháni Jézus Énje, 1911. október 12, GA 131²⁰⁹.

„Ennek az Ének... az a sajátosága volt, hogy érintetlen volt mindattól, amit egy emberi én valaha is egyáltalán tanulhatott volna a Földön. Egyáltalán... olyan volt, hogy a többi ember énjével összehasonlítva úgy képzelhetjük el, mint egy *üres gömböt*, mint valamit, ami még teljesen szűzies volt minden földi élménnyel szemben, akinek *semmi* földi élménye se volt, vagy még annál is kevesebb.”

Üres

Az ember énje Lemuriában, a bűnbeesés előtt, 1905. október 28, GA 93a²¹⁰.

„A lemúriai idő közepén az ember énje még üres volt; akkor az ember még semmit sem tudott... Énje akkor üres szappanbuborék volt... Minden, ami környezetében volt, egyre jobban tükröződött a kezdetben még üres énen... A lemúriai idő közepén az én olyan volt, mint egy, az anyagba (??)²¹¹ fűrt *luk*. Mindnyájunk énje ilyen *luk* volt akkor az anyagban, amit azóta kitöltöttünk.”

*Az én = semmi*²¹², 1905. augusztus 22, GA 95²¹³.

„Ha a látó megvizsgálja az asztráltestet, akkor látja, hogy minden folyamatos mozgásban van, kivéve egyetlen kicsiny teret, amely megmarad egy kicsit hosszúkás, tojás alakú és kékes gömb formájában, valamivel a homlok mögött, az orrtónél. Ez csak az embernél található... Ezen a helyen valójában semmi sincs, *üres tér*. Mint egy láng közepe, amely üres, és a fénykoszorú következtében kékesen világít, úgy jelenik meg ez az üres hely is kékesen, mert körülötte ragyog az aurikus fény. Ez az én külső megnyilvánulása.”

²⁰⁹ Rudolf Steiner: *Von Jesus zu Christus*.

²¹⁰ Rudolf Steiner: *Grundelemente der Esoterik*.

²¹¹ G.K. betoldása.

²¹² Ich = nichts: németül a „nichts” (semmi) magába foglalja az „ich” (én) szót.

²¹³ Rudolf Steiner: *Vor dem Tore der Theosophie*.

A semmi átélése, 1913. augusztus 30, GA 147²¹⁴.

„Alapjában véve mindez²¹⁵ tényként is jelen van az emberi lényben; csak éppen az ember nem tud róla. Így például minden éjszaka öntudatlanul ki kell oltania magát. De az mégis egészen más, ha teljes tudatossággal adja át az emlék-ént a pusztulásnak, a felejtésnek, a szakadéknak, ha egy ideig valóban a lét szakadékanak szélén áll a szellemi világban – mint senki, szemben a semmivel. Ez a legmegrázóbb élmény, amit az ember átélhet, és nagy bizalommal kell közelednie ehhez az élményhez. Csak akkor szabad senkiként a szakadék szélére lépni, ha bizalmunk van ahhoz, hogy azután valódi Énünk jön felénk a világból. És ez történik. Ha sikerül létrehozni ezt a felejtést a lét szakadékanak szélén, akkor tudja az ember: minden kitörlődött, amit eddig átéltél, te magad törölted ki. De egy olyan világból, amit eddig nem ismertél, mondjuk úgy, a szellemi világ fölötti világból, valódi Éned jön feléd, akit eddigi éned csak burokként foglalt magába. – Csak most találkozik az ember valódi Énjével, miután teljesen kioltotta önmagát. Az én a fizikai világban csak maja, árnyképe az igazi Énnek. Mert az ember igazi Énje a szellemi világ fölötti világhoz tartozik, és az ember valódi Énjével, aminek a fizikai én csak gyenge árnyékképe, a szellemi világ fölötti világ része. A szellemi világ fölötti világba való emelkedés belső átélése így egy teljesen új világ átélése, és a valódi Én befogadása ebből a szellemi világ fölötti világból, a szakadék szélén.”

A küszöb öre = az igazi Én, 1913. augusztus 31, GA 147²¹⁶.

„Saját, valódi Énünkkel tehát a szellemi világ küszöbén találkozunk... Ha tudatunkkal a fizikai világban tartózkodunk, akkor másik Énünk valóban nagyon más, idegen nekünk, amikor találkozunk vele, igazából sokkal idegenebb, mint bárki, akivel a földi világban találkozunk. És ez a másik Én, ez a valódi Én gyengéinkbe öltözik, mind abba, amit tulajdonképpen el kell hagynunk, ha át akarunk lépni a küszöbön, de nem akarunk elhagyni, mert fizikai-érzéki emberként szokásainkban ragaszkodunk hozzájuk.”

²¹⁴ Rudolf Steiner: *Die Geheimnisse der Schwelle*.

²¹⁵ Korábban arról van szó – részben a misztériumdramák szereplőinek sorsán keresztül –, hogy milyen nehézségek és tévedések között halad az emberi lélek valódi Énje megpillantása felé. Mintegy az utolsó és legnehezebb akadály az, amit a közvetlenül előtte álló mondat így ír le: „De úgy igazában, igazi alakjában, akkor áll az ember a lét szakadékanak szélén, ha meghozza a döntést, hogy szabad, belső akaratából, határozott akaratival kioltja, elfelejti önmagát.”

²¹⁶ Rudolf Steiner: *Die Geheimnisse der Schwelle*.

Egyszerre, 1913. augusztus 26, GA 147²¹⁷.

„... a látó tudatnak megvan az a rugalmassága, ami képessé teszi arra, hogy bizonyos feltételek mellett mindkét állapot jelen legyen, hogy az ember bizonyos értelemben egyrészt képes átalakulni bármivé, másrészt a lélek bizonyos részét mégis összetartja, amely önmagában nyugszik. Az elementáris világban egyszerre lehet az ember éber és alvó.”²¹⁸

Figyelem

A világ énnel áthatott, mert a figyelem énnel áthatott. Nem az ego, hanem az Én rejtőzik a figyelemben, akkor is, ha az ego saját céljaira használja a figyelmet. Már ott van, a gyerek világgal való egységének első fordulópontja előtt.

A világ elpusztítása

Az (autisztikus) gyerekek dühe kísérlet az egységből való kiszabadulásra. Az első pillanat, ami minden tapasztalásban föllép, azonosság, egység, amikor a figyelem és a világ (tárgyak, még-nem-tárgyak) *egy*. Ebben a pillanatban elfelejtjük a test-érzést, magam-érzést. A figyelem a test érzésén kívül van, amit a figyelem meg tud figyelni. Vagy nem érezzük a test-érzést, ha a figyelem intenzíven másfelé fordul. A figyelem adott, nem az ego hívja létre, akkor sem, ha irányítani tudja a hétköznapi tudat szintjén.

²¹⁷ Rudolf Steiner: *Die Geheimnisse der Schwelle*.

²¹⁸ Előtte arról, van szó, hogy az elementáris világban az emberi lélek teljesen azonossá válik az ott észlelt lényekkel és folyamatokkal. Ebből azután akaratlagosan ki kell lépnie a lélek saját életébe, hasonlóan, ahogy a fizikai világban a lélek az ébrenlét és az alvás ingalengésében él (de nem akaratlagosan). Közvetlenül előtte ez áll: „Így váltakozik átalakulási képesség és önmagában élés az elementáris világban, sokkal akaratlagosabban, mint ébrenlét és alvás a fizikai világban.”

Elsődleges egység: ha a figyelem nem tud eloldódni az adott világtól, beleértve a megformált világot és az Én-lények világát. Az öntudatot ez az eloldódás teszi lehetővé.

Ha egy beszélgetésben semmi közvetítésre sem lenne szükség, akkor semmi sem lenne közben... Akkor nem lenne tartalom, hanem az egyéniség lenne a kommunikáció „tartalma”.

A figyelem először része a világ egységének, a világosságnak, később elválik, és *azután* nevezzük figyelemnek.

Az archaikus időkben az ember minden cselekedetének volt értelme, rituális jelentése = szelíd akarat. Minden kommunikatív, jelentéssel bíró mozdulat a szelíd akarral történik. Lehetne ez az út, hogy elkerüljük a kemény akaratot a szellem-én²¹⁹ és a test közötti összjátékban? A művészeti cselekvésben ezt tesszük: a szelíd akarral mozgadjuk a testet. Hasznosság nélkül.

- A tárggyal (a világgal) való azonosság elvesztésekor az Én árnyéka jelenik meg. Ha azonosságban jelenik meg, akkor maga az Én jelenik meg.

Japán temetési szertartás: „Anyám, a hivatalos útmutatás szerint, először pálcikákkal kivette a finom gégefő csontokat, és nekem adta. Én is pálcikákkal vettem át, és továbbadtam a nővéremnek. Végül, sógorom elhelyezte a kicsiny urnában, ami csak a gégefő számára szolgál.” Japánul a gégefő „nodobotke”, ami azt jelenti, hogy „Buddha a torokban”. Japánban szent a gégefő, ahol létrejön a szó.

Helyes módon és helyes időben „történni hagyni” azt jelenti, hogy működni engedem a nagy Világosságot. Vagy a Szent Szellemet.

- Változik.
- Figyelem csak az elválasztottságban van.
- A koncentrált figyelem üres figyelem.
- Nincs szó, ami legyőzné bennem a csendet.

²¹⁹ Az eredetiben „spirit-soul“ (németül Geistseele) áll.

Anthony de Mello, *Egy percnyi képtelenség; Erőlködés nélkül* (78. old.)

„Akaraterővel a szádba teheted az ételt, de akaraterővel nem tudsz megéhezni. Akaraterővel lefekhetsz az ágyba, de akaraterővel nem tudsz elaludni. Akaraterővel mondhatasz valakinek egy bókot, de akaraterővel nem tudsz csodálatot kiváltani. Akaraterővel elárulhatsz egy titkot, de akaraterővel nem tudsz bizalmat szerezni. Akaraterővel tehetsz valakinek egy szolgálatot, de akaraterővel nem tudsz szeretetet adni.”

Tiszta akarat

16, 35; GA 20, Kitekintés (240.old.) 16, 42 Útmutatások 137. old. 17, 67 Kisgyerek

Üres tudat és az üres tudat megtelése

15, 34, 19 (155, S. 50? (24.5.12)); 93a

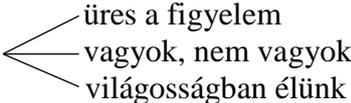
S. 125-126 az Én a nirvánából²²⁰

Anthony de Mello, *Egy percnyi képtelenség; Hol keressünk?* (87. old.)

„Az a tévedésed, hogy Istent magadon kívül keresed” – mondta a mester. „Hát, hol keressem? Önmagamban?” „Nem látod, hogy ami benned van, az kívül van?” [„Nem látod, hogy ami kívül van, az benned van?”]²²¹

- A figyelem részben mindig üres (különben nem tudná váltogatni tárgyait).
(A hangsúly a „mindig”-en van: ha ezt megvalósítjuk, akkor a figyelem üres.)
- A koncentrált figyelem üres figyelem.
- B Régen a szavak a tudati tapasztalásra utaltak, nem külső „dolgokra”.
- Az üres tudatban megjelenik a világ.
- A világosságot a világból oldjuk ki. Ezért tud önmaga felé fordulni.
- Minden intuíció része a világnak.

- B A szellemi világban az egyén saját erejéből tartja meg magát az elválasztatlanságban. Az új gyerek-generációban ez az erő az inkarnációban jelenik meg: az első öntudat (esetleg).

- Mindig 
 - üres a figyelem
 - vagyok, nem vagyok
 - világosságban élünk

²²⁰ Lábjegyzet még elkészítésre vár.

²²¹ G. K. betoldása.

- B Az ostobaság és a bölcsesség is ontológiai kategória.
 - o Közvetlen tapasztalás csak a tudatról lehetséges.
Üres tudat: Én vagyok; Világ; egyszerre, mindig; intuíció.
 - o A megformált figyelem a forma nélküli figyelemből származik, a világosság csökkenése által.

Az a tevékenység *szociális*, aminek *értelme* van, vagy éppen a tevékenységben értelmet nyer, és ezért mindig megérinti a mennyet (a jelentések és Én-lények birodalmát).

- o Az igazi együttérzésnek nincs tárgya.
- o A jelentés a mennyben van, maga a menny (a menny legalsó része).
Lehet a testen kívül tartózkodni.
- o A mindig most van.
Intuíció, vagy Én-tapasztalás nélkül minden tett szennyezett.
- o A figyelem, ami megáll tárgy nélkül, halhatatlan.
Ne törekedj tudatosan a megvilágosodásra.
A központi kényszerképzet: a szellemen kívüli dolgok, szellemen kívüli világ.

Mako Kokushi²²² (Dream conversations)
*Az alapvető*²²³

44. old. „[A zen üzenete] mindenkiben mélyen benne lakik, mindenkiben teljes, nem kevésbé az átlagos emberben, nem jobban a bölcsben... Teljes, mint a kozmikus tér, hiány és többlet nélkül.”

45. old. „Ha a tudat *irányultsága*²²⁴ téves, akkor hiába minden gyakorlás.

49. old. „Ezek a *közvetlen* útmutatások nem kutatási anyagot vagy tanítást jelentettek a gyakorláshoz, de akik nem értették, arra használták, hogy mélyen beleássák magukat.”²²⁵

82. old. Hívni a szobalányt.²²⁶

Aki tud repülni, annak nincs szüksége tutajra.²²⁷

18. old. „A tudat valósítja meg a tudatot, a tudat ébreszti fel a tudatot.”

A tudat, ami még *nem világosodott meg* és definíciószerűen nem tudja, hogy mi a megvilágosodás, *nem tudhatja*, hogy mit és hogyan keressen.

30. old. Jobb egy kicsit gyakorolni, mint sokat beszélni.

Gyakorlat: egy tárgy, nézni, azonosság, azután *lassan* visszatérni.

²²² Japán zen mester, 1275-1351. Legfontosabb tanításai a „Dream conversations“ c. műben maradtak fenn.

²²³ A „alapvető” a zen „céljára”, a monisztikus, jelenléti, szellemi alapélményre utal.

²²⁴ G.K. kiemelése. A további idézetekben dőlt betűvel jelezzük G.K. kiemeléseit (aláhúzásait).

²²⁵ Előtte ez áll: A régi, megvilágosodott beavatottakról szóló történetekben senki sem kérdez olyanokat, hogy hogyan kell tudatunkat használni az alapvetővel való megegyezésre való törekvésben. Olyan közvetlen kérdéseket tettek fel, hogy mi a Buddha, mi a zen, honnan jönnek a Buddhák stb. Mivel a kérdések közvetlenek voltak, a válaszok is azok voltak; közvetlen utat mutattak az alapvető felé.

²²⁶ Utalás egy hasonlatra, amelyben egy fiatalasszony azért szólongatja hangosan a szobalányt, hogy így adja tudtul titkos szeretőjének, hogy hol tartózkodik. A hasonlattal egy zen mester válaszol egy magas rangú hivatalnoknak, aki a zen módszereiről kérdezi. Szavakkal nem lehet közvetlenül elmagyarázni a zen módszereit.

²²⁷ Utalás egy hasonlatra (14. old.), amely a tárgyi tudást tutajhoz hasonlítja, ami odavihet az alapvető partjára, és amelyet el kell hagyni, ha valaki föl akar jutni a partra. De a legmagasabb rendű képesség az, ha valaki repülni tud, és ezért nincs szüksége tutajra, hanem közvetlenül jut el a partra.

32-34. old. A megvilágosodásra való igazi²²⁸ törekvés abban áll, hogy kifejlesztjük azt a tudatot, ami hisz a magasabb megvilágosodásban. Ez mindenkiben eleve megvan, a magasabb megvilágosodás örök és változatlan. Az ebben való hitet nevezik a megvilágosodásra való *igazi törekvésnek*... De ha hiszel is a belső megvilágosodásban, amíg csak hiszel benne, de nem állsz vele belső közösségben, akkor ez még nem a megvilágosodásra való *igazi törekvés*... „Amíg az emberek *keresik a megvilágosodást*, még nem világosodtak meg. Ha bármilyen formában is elképzeljük a megvilágosodást, akkor eltávolodunk tőle.”

34. old. A gondolkodás *felkavarása* hiba, a gondolkodás *leállítása* is hiba.

35. old. Csak aki *keresés nélkül talál*, az tud mindenhol találkozni a forrással.

41. old. Az *eredeti állapot* (a személyes történet előtti állapot) látásához vezető egyik út a figyelem befelé fordítása: *mi az*, ami meghatározza és megkülönbözteti az Ént a többiektől, a testet a tudattól? *Mi* gondolkodik arról, hogy mi a jó és a rossz, mi használ, és mi árt?²²⁹

43. old. Ki kérdezi, hogy mi a buddhizmus?

46. old. Ha helyesen használjuk a tudatot, akkor nem tévedünk el a gyakorlatok során. Különben minden gyakorlat hiábavaló, akár szabályok mentén, akár szabályok nélkül, akár konkrétan, akár absztrakt módon tesszük.

48. old. A *valódi zen* gyakorlatának semmi köze sincs *se a test, se a beszéd*, se a tudat bármilyen cselekedetéhez sem... A zen az alapvető állapot elérésére törekszik, ami megelőzi ezt a megkülönböztetést [megvilágosodás és nem-megvilágosodás között]. Ezért nem tűr meg olyan gyakorlatokat, amelyek a meglévő dualizmusra építenek, hanem közvetlenül az eredeti egységre mutat, amely a létrehozott dualizmusoknak is az alapját képezi. Ahogy a zen harmadik pátriárkája mondta: „Hiba a tudatot a tudatra alkalmazni.” A zen nehezen érthető tanítása ez: „*ne törekedj, és ne mulassz el*”.

53. old. Akik az *alapvetőn meditálnak*, a meditáció közben hajtják végre közös feladataikat és tevékenységeiket, és közös feladataik és tevékenységeik közben is meditálnak. Nincs különbség a meditáció és a tevékenység között... Ha [a szerzetesek] szertartásokon vettek részt, akkor figyelmük elterelődött az alapvetőtől.

54. old. Egy régi mester mondta: „A hegyek, a folyók, az egész föld, a jelenségek egész rendje, mind mi magunk vagyunk.” Ha ki tudod vonni ennek az üzenetnek a lényegét, *akkor nincs tevékenység a meditáción kívül*: [meditációban öltözködsz; meditációban eszel;] meditációban jársz, állsz, ülsz és fekszel; meditációban észlelsz és ismersz meg; meditációban tapasztalsz örömet, haragot, szomorúságot és boldogságot. De még ez is a megvalósulás birodalmába esik, és nem jelenti a zen forrásával való igazi egyesülést.

²²⁸ Korábban szó van a *felületes* törekvésről – amibe a legintenzívebb külsőséges törekvések is beletartoznak.

²²⁹ A cikkely címe: Az eredeti Én.

60. old. "Nem lehet tudatosan keresni, de tudattalanul megtalálni sem; nem lehet elérni szavakkal, de a csend által megérteni se."²³⁰ ...

Az *alapvető alap* ideiglenes fogalom annak a pontnak a megjelölésére, ahol még nem vált szét az illúzió és a megvilágosodás, amire nincs földi szó vagy leírás, és amit még a transzcendentális tanítások sem érnek el.

Ezt az állapotot nevezik az egy nagy ügynek, az eredeti arcnak, vagy a belső mesternek is. Ezek mind csak ideiglenes nevek, amelyek arra szolgálnak, hogy megzavarodott emberekben föllobbantsa a valóság látását.

61. old. Ha egyszer megvalósítottad az *alapvető alapot*, akkor a Buddha természet, a tudat alapja, az olyanság megvalósításának alapja, az igazi olyanság, a valóság természete, sőt, még az átlagos emberek által látott tárgyak is *alapvető alappá* válnak.²³¹

61. old.

„Mindig jelen van, épp ott, ahol vagy; ha keresed, nyilvánvalóan nem látod.”²³² Az *alapvető alap* nincs a testen és a tudaton belül, és nincs a testen és a tudaton kívül sem. Azt sem lehet mondani, hogy a test-tudat összessége az *alapvető alap*. Nem tartozik az érzés vagy nem-ézés kategóriáiba, nem a Buddhák és szentek tudása. A Buddhák és szentek tudása, valamint az érző lények teste és tudata, sőt világa és földjei is, mind belőle jönnek; ezért nevezzük átmenetileg *alapvető alappá*.

62. old.

„Minden olyanság, megvilágosodás, nirvána, és a transzcendens utak a tökéletes tudatosságból erednek és áradnak.”²³³ Ez a tökéletes tudatosság az *alapvető alap*.

64. old.

„A finom lényeg a minden név és leírás fölött álló tökéletes világosság. Eredetileg nincsenek se világok, se érző lények”²³⁴

67. old.

A tudat *valóságát* nem lehet *elképzelni*. Nem tágul ki, ha kiterjed az egész univerzumra, nem szűkül össze, ha belép a legkisebb tárgyba. Kívül van minden formán, de minden formát magába foglal.

76. old.

„Ha a nem megfelelő személy hirdeti egy jó tanítást, akkor még a jó tanítás is rosszá válik. Ha a megfelelő személy fejti ki a rossz tanítást, akkor még a rossz tanítás is jóvá válik.”

78. old.

A lényegi tűz áthatja az egész kozmoszt, nem ég, és nem alszik el...²³⁵ a feltételes tűz a lényegi tűz működése.

84. old.

Ha megnyílik a buddhizmus mély értése, akkor világ összes tulajdonsága buddhista tanítássá válik. Amíg nem szabadultál meg világi érzelmeidtől, addig az is világi dolog, amit a legalaposabban értettél meg a finom elvekből.

²³⁰ Előtte ez áll: Nagy hiba azt hinni, hogy a zen gyakorlat azt jelenti, hogy ki kell üznünk az értést. Ahogy egy régi mester mondta:

²³¹ Az idézet kontextusa, hogy a zen *alapvető alap* fogalma tágasabb a buddhizmus hasonló fogalmánál, mert a még minden különbségtévés előttire utal.

²³² Egy régi mester válasza arra a kérdésre, hogy *hol van (az alapvető alap)?*

²³³ Idézet a *Teljes Megvilágosodás* szutrából.

²³⁴ Idézet a *Hősi Fejlődés* szutrából.

²³⁵ Előtte ez áll: Az átlagos emberek csak a feltételes tüzet látják, és nem ismerik a lényegi tüzet. Ha ismered a lényegi tüzet, akkor semmi okod a feltételes tűz tagadására, mert

B = Baruth, május 5

- B A test eredetileg a kommunikáció céljára szolgált, arra, hogy *rítusokat* énekeljenek és táncoljanak vele. A hétköznapi igényeket néma kommunikációval „beszélték meg”. A rítus nem fejezett ki olyasmit (sohasem), amit nyelvi kommunikációval is ki lehetett volna fejezni. Az ember egész testét kívülről mozgatta, ami a gégefő és a kifejező mozdulatok esetében megmaradt. Anatómia, kívülről.
- B ○ Az értésben feloldjuk a formát, amit megértettünk. Ha nem értettük meg, nem oldódik fel.
- B Minél üresebb, annál erősebb, annál befogadóbb a nagyobb üresség felé, mint a hierarchiák.

Minden „test” = megformáltság arra szolgál, hogy a hozzákapcsolódó individualitást függetlenné tegye – a magasabb világosságtól –, hogy öntudatra ébredjen = Énné váljék.

- A meg nem értett formák nem oldódnak fel.
○ A szeretetet nem értjük = magasabb értés.

Az „Én vagyok” tapasztalásában a hangsúly a „vagyok”-on – *subsitso*²³⁶ – van. B

Az érzésben nem vagyunk elválasztva a forrásunktól, ezért érezhetnénk az eltéréseket, és ez a betegségek talaja. B

- B A beszéd három szintű. Először érzés, azután nyelv, azután ellenőrzés, amit érzés tesz lehetővé. A néma kommunikációban az érzést adjuk át egymásnak. Ha valaki érzés nélkül beszél, akkor mondandója nem érzékel meg.

Az életérzés és a helyi fájdalom érzése nem ugyanaz: előfordulhat, hogy az életérzés nagyon pozitív (mindig keveredésben a lelki történéssel), és egyszersmind fáj a bal lábad.

Az – egyetlen – isteni világosságban való részesedés nem csökkenti a tudat világosságában megjelenő „világ” valóságosságát, sőt, valóságosabbá teszi a „tárgyi” világnál.

²³⁶ Latin: megállni, csendben maradni.

B „Tanítani” a gyerekeknek a szelíd akaratot: megtanulni és lehetőleg mindig használni a szelíd akaratot – a gyerekek utánoznak bennünket.

Megkérdezték *Bertrand Russel*-t, hogy mit mondana, ha szemben állna a Mindenhatóval a Menny kapujában, amire tréfásan azt felelte: „Óh, Uram, miért nem adtál nekünk több bizonyítékot?”²³⁷

Wittgenstein, *Tractatus Logico-Philosophicus*

6.233

„Arra kérdésre, hogy kell-e intuíció matematikai problémák megoldásához, azt kell válaszolnunk, hogy ebben az esetben maga a nyelv szolgáltatja a szükséges intuíciót.”

6.54

„Propozícióim (tételeim) a következő értelemben bírnak magyarázó erővel: aki végül megért, értelmetlennek ismeri fel őket, ha – lépcsőként – arra használja őket, hogy felkapaszkodjon rajtuk, majd meghaladja őket. (Úgy is mondhatnánk, hogy el kell hajítania a létrát, amin fölkapaszkodott.)”²³⁸

Incompleteness²³⁹

94. old.

„Afférjuk közben Russel naponta átlag háromszor írt neki [Ottoline Morrell-nek], úgyhogy számos hasznos dokumentummal rendelkezünk életének erről a szakaszáról. Ha minden házasságtörés ilyen gazdag adalékokkal szolgálna a tudománynak!”

121-123. old.

Hogyan *lehet* bármilyen tudás biztos és cáfolhatatlan, röviden: bizonyított? Sötétebb lelkű episztemológusok esetleg azzal érvelhetnek, hogy ez azért lehetséges, mert a matematikai tudás nem is valódi tudás; a matematika talán nem más, mint rögzített szabályok szerint játszott játék, ami semmiről sem mond nekünk – valamit... Honnan jön a bizonyosság?... A matematikai bizonyításnak valahonnan el kell indulnia... De nem lehet mindent bebizonyítani, különben hogyan indulunk el? Valaminek kell lennie a matematikában, ami „adott”, mint a tapasztalati megismerésben... A matematikai intuíciót sokszor az érzékszervi érzékelés a priori analógiájának tekintik... Az intuíciónak olyan valaminek kell lennie, amit „csak úgy” tudunk, önmagában és önmagától, anélkül, hogy valami másnak a tudására támaszkodnánk.

127. old.

...azt akarjuk, hogy az axiómák igazságára vonatkozóan minden kérdés *lehetetlen* legyen – és ezt a „lehetetlen rákérdezni”-t értjük azalatt, ha azt mondjuk, hogy valami „intuitíven nyilvánvaló” vagy „adott” vagy „triviális” vagy „önmagát bizonyítja”.

²³⁷ *Rebecca Goldstein, Incompleteness*, 78. old.

²³⁸ Utána ez áll: „Meg kell haladnia ezeket a propozíciókat; akkor látja helyesen a világot. Amiről nem lehet beszélni, arról hallgatni kell.” Ez utóbbi mondat nagyon ismert, és sok vitát váltott ki abban a kérdésben, hogy Wittgenstein ezzel azt akarta-e mondani, hogy amiről nem lehet beszélni az, nincs is, vagy éppen ellenkezőleg. Egy késői levele tanúsága szerint nagyon is úgy gondolta, hogy épp ez a terület a legfontosabb, idetartozik pl. a morál. Az „értelmetlenség” egyébként Wittgensteinnél alapvető kategória, minden olyan kérdést értelmetlennek tekintett, amire nem adható verifikálható válasz. Ennek fényében különösen érdekes, hogy észrevette, hogy ez a saját propozícióira is vonatkozik.

²³⁹ A következő (oldalszám megadásával jelölt) idézetek Rebecca Goldstein *Incompleteness* c. könyvéből valók. A cím Kurt Gödel (1906 - 1978) osztrák matematikus ún. „nemteljességi” tételeire utal.

129. old.

Egy formális rendszer olyan axiomatikus rendszer, ami teljesen mentes az intuíción való bármiféle hivatkozástól.

134. old.

Azt a meta-matematikai szemléletet, ami az intuíción kiiktatásának lehetőségét és kívánatosságát követeli – azáltal, hogy megmutatjuk, hogy a formális rendszerek teljes mértékben megegyeznek a matematika tevékenységi körével –, *formalizmusnak* nevezzük... A megegyezéssel szabályok alkotják a matematika teljes igazságát.²⁴⁰...

Gödel első tétele megállapítja, hogy nincs olyan, az aritmetika leírásához elégséges kifejező erejű *formális rendszer*, ami teljes. Így Gödel következtetése [amint gyanítható], fontos jelentéssel bír abban a kérdésben, hogy el lehet-e hagyni minden intuíción a matematikában. Az intuíción úgy érthetjük meg a legegyszerűbben, ha úgy fogjuk fel, mint ami a dolgok természete által adott; az intuíciónkat analógnak tekinthetjük a közvetlenül adott érzékszervi érzetekkel. Gödel következtetése, hogy ha mondani akarunk valamit a matematikai intuíción való hivatkozás kiiktatásának lehetőségéről és kívánatosságáról, akkor az olyan matematikai tárgyak létezéséről is mondanunk kell egy s mást, mint például a számok és halmazok. Másképp kifejezve, a kérdés, hogy a formális rendszerek konzisztencia és teljesség tekintetében adekvátan tekinthetők-e, kapcsolódik a matematikai realitás ultimatív elhagyhatóságának kérdéséhez, ami a matematikai realizmus, vagy platonizmus alapvető kérdése²⁴¹.

186. old.

Csak éppen egyáltalán nem lehet semmilyen matematikát sem csinálni, még elemi aritmetikát sem, anélkül, hogy ne hivatkoznánk közvetve a végtelenre.

188. old.

Ezt [egy formális rendszer konzisztens mivoltát] csak úgy lehet bebizonyítani, ha kilépünk a formális rendszerből, és intuíciónra hivatkozunk, amelyek nem részei a formális rendszernek.

191. old.²⁴²

Mindent, ami mondható, érthetően lehet mondani, a Tractatus szerint; de a fontos dolgokat nem lehet kimondani. A kimondhatatlan igazságokat nem tudjuk mondani, de vannak...

Gödel számára van tudás, amit nem lehet formalizálni... Matematikai tudásunk meghaladja rendszereinket.

A korai Wittgenstein számára nincs olyan tudás, ami túl tud lépni az általa fölvezetett határokon. A legfontosabb témák mind az érthetőség *túlsó* partján vannak: az etika és esztétika, és maga az élet értelme. „Csakugyan vannak dolgok, amiket nem lehet szavakba foglalni. Önmagukat nyilatkoztatják ki. Ez az, ami misztikus.”

²⁴⁰ A szerző a sakkot hozza fel példának, amit kizárólag a játékszabályok tesznek azzá, ami: ahhoz, hogy sakkozzunk, nem kell jelentést tulajdonítunk sem a figuráknak, sem a lépéseknek. Nincs külső igazság, amihez tartania kellene magát (se a sakknak, se a formalista matematikának).

²⁴¹ Rényi Alfréd a „Dialógusok a matematikáról” c. írásában különböző formában, Szókratész szájába adja ezt a kérdést: „léteznek-e a számok?” vagy „a matematikus feltaláló vagy felfedező?”

²⁴² Részletek a *Wittgenstein és a nemteljesség* c. alfejezetből (191. és 192. old).

192. old.

Gödel maga nem zárkózott el attól a megfontolástól, hogy nemteljességi tételeinek következményei vannak a misztikus, vagy legalábbis vallásos területen. 1963. október 20-án édesanyjához írt válaszlevelében, hivatkozva egy cikkre, amit édesanyja küldött el neki, ezt írja munkája következményeiről: „Lehetett rá számítani, hogy előbb vagy utóbb a bizonyításomat fel fogják használni a vallás céljaira, mivel ez bizonyos mértékben kétségkívül jogos is.” Végül is Gödel hitte, hogy első nemteljességi tétele támogatja a platonista felfogást az örök igazságok érzékfeletti tartományának létezéséről.

199. old.

[De mik ezek a matematikai intuíciók, amiket nem tudunk eliminálni és formalizálni?] Hogyan jelennek meg a magunkfajta lényeknek? Megint a matematikai tudás misztikus természetével, *önmagunk*, mint matematikára képes lények misztikus természetével kerülünk szembe.

Hogyan jutunk ahhoz a tudáshoz, amivel rendelkezünk? Platón maga úgy érvelt, hogy az a tény, hogy gondolkodó tudatunk kapcsolatba tud lépni az absztrakciók örök birodalmával, arra utal, hogy van bennünk valami az örökkévalóságból: az a részünk, amely képes matematikai tudásra az a részünk, ami túléli testi halálunkat. Spinoza is hasonlóan érvelt...

Matematikai tudásunkat nem lehet formális rendszerekbe zární. Ez az, amit Gödel első nemteljességi tétele mond nekünk. De amit a formális rendszerekkel át lehet fogni, az pontosan az, amit a számítógép ki tud számítani, ami éppen ezért tud sok mindent megoldani anélkül, hogy bármilyen értelemre hivatkozna. A számítógépek algoritmusokat hajtanak végre, mi pedig, láthatóan, nem, amiből egyenesen következik, hogy tudatunk nem computer.

201. old.

John Lucas:

Mechanikus modellt akarunk a tudatról készíteni, ami lényegében „halott” – de a tudat valójában „él”, mindig ki tud találni valami jobbat, mint akármilyen formális, megcsontosodott, halott rendszer. Hála Gödel tételének, az utolsó szó mindig a tudaté.

201-202. old.

Roger Penrose:

Eredményei [Gödeléi] megmutatták..., hogy az emberi megismerést és értést nem lehet redukálni semmilyen, szabályokból álló halmazra.

203. old.

A nemteljességi tétel azzal, hogy megmutatja a formalizálás határait, egyszerre mondja, hogy tudatunk meghaladja a gépeket és azt, hogy nem lehet *bebizonyítani*, hogy tudatunk meghaladja a gépeket.

204. old.

Ha egész rendszeredet megfertőzi az örület, beleértve gondolkodásod szabályait is, akkor hogyan gondolkodhatsz valaha is a kiútról az örületedből?²⁴³

216. old.²⁴⁴

De akármilyen távol essenek is az érzékszervi tapasztalástól²⁴⁵, mégis rendelkezünk valami olyasmivel, mint a halmazelmélet tárgyainak észlelése, amint látható abból a tényből, hogy axiómák kényszerítik őket ránk, mint valamit, ami igaz. Semmi okot nem látok arra, hogy miért legyen kevesebb bizalmunk ebben a fajta észlelésben, vagyis a matematikai intuícióban, mint az érzékszervi észlelésben, ami arra készlet, hogy fizikai elméleteket állítsunk fel azzal az elvárással, hogy jövőbeni észleleteink majd megegyezzenek velük...

A nem-tudás, mint Krisztus halálának és feltámadásának előfeltétele:

Apostolok Cselekedetei 3, 17; 13, 27; Lukács 23, 34: 1. Korinthusi levél 2,8, Római levél 11,11-

- Az intuíció a világ része.
- A tudat formái az üres tudatból erednek.
- A most mindig van – a mindig most van.
- A figyelem (a világosság) az elválasztottságban jelenik meg.
- A jelentés menny, a menny hozzánk legközelebb eső része.
- Az individualitást nem lehet kimondani, nem lehet jellemezni.
- Az igazi részvétnak nincs tárgya.
- Ha a figyelem meg tud állni önmagában (tárgy nélkül), akkor halhatatlan.
- Ne törekedj (tudatosan) a megvilágosodásra.
- Az értés a forma feloldásával jön létre.
- Ami formába rögzült, amit nem értek, nem oldódik fel.
- Abban, hogy Én vagyok, a *vagyok* ugyanolyan fontos, mint az *Én*.
- Az érzésben egyek vagyunk forrásunkkal, ezért érezhetőek az elterelések.
- Amit mondunk, először érzés.

²⁴³ R. Goldstein ebben az alfejezetben fölteszi a kérdést, hogy Gödel munkássága hogyan függött össze lelki betegségével (depresszió, később paranoid kényszerképzetek)? Ezt írja: „Gödel tételeinek sötét tükörképe jelenik meg pszichopatológiájában: ahogy nem lehet egy formális rendszer konzisztenciáját bebizonyítani a rendszeren belül, ugyanúgy nem tudjuk alátámasztani racionális – vagyis egészséges – voltunkat a pusztán racionalitás eszközeivel.” Gödel kedvenc professzora, Philipp Furtwängler, a következő kommentárra ragadtatta magát, amikor értesült Gödel paranoiájáról: „Vajon betegsége a nem-bizonyíthatóság bizonyításának következménye, vagy előfeltétele?” Goldstein hozzáfűzi egy pszichológus véleményét: „Egy paranoid személy irracionálisan racionális... a paranoid gondolkodást nem logikátlanság, hanem félrecsúsztott, túlhajtott logika jellemzi.”

²⁴⁴ Idézet Gödel írásából, amit újranyomtattak a *Philosophy of Mathematics* c. könyvben.

²⁴⁵ Előtte ez áll: „A végtelen halmazok elméletének tárgyai... nyilvánvalóan nem tartoznak a fizikai világhoz, és még a fizikai tapasztaláshoz fűződő közvetett kapcsolatuk is nagyon laza.”

B Senki se tapasztal „tudatot” vagy „figyelmet” (csak tartalmakat vagy tárgyakat), mégis értjük ezeket a szavakat.

Az üresség fokozatai: imagináció (gondolatok, képzetek), inspiráció (érezett érzések), intuíció (az akarat tárgyai).

- o „Világ”, „dolgok”: a többi Én-lény kedvéért gondolom.

Ha egy csillaggyerek, a teljesítményre való készítés nyomása alatt a frusztráció elkerülésére a kemény akaratot használja, akkor betegség, idegbaj, stressz, allergia lép fel.

Stressz csak akkor lép fel, ha a kemény akaratot használjuk.

Két lépés az ürességben:

- 1) elegendő, hogy tapasztaljuk (világosság, Én-vagyok);
- 2) elegendő, hogy egyszersmind a (jelentés-) VILÁGOT is tapasztaljuk.

B A nyitottság több pszichoszomatikus hatással jár. Csillaggyerekeknél főleg a kemény akarat okoz megbetegedést. A magam-érzés védelem, legalábbis figyelmeztetés; a betegítő hatás nem érinti közvetlenül a biológiai szervezetet. Ezért a magam-érzésnek fontos szerepe van.

Gyakorlat-sor:

(Képzelés) első tárgy – eltüntettem a ködben – eltűnik a második tárgy a ködből. Aztán: első tárgy – eltüntettem a semmiben – második tárgy (üresség).

B Ahhoz, hogy megfeledezzünk magunkról a koncentrációban, a koncentráció tárgyának eltüntetése után nem kell még önmagunkat is eltüntetni. Nem is lehet közvetlenül „megfeledezni” önmagunkról, csak a tárgy segítségével.

| Tapintatlan jóakarát

- Ahhoz, hogy bármit megismerjünk vagy tapasztaljunk, Világosságra van szükség.

A nemteljesség végső jelentése az, hogy a tudat (világosság) a tudatfölöttiből ered.

Az első „fogalmiság” a „különbség”. Akkor tapasztaljuk, amikor kilépünk az egységből, különben mindig egységben maradunk a folyamatokkal, mindig „azzá” válva. Ki kell lépünk az egységből és emlékeznünk kell a „másikra”, ami maradt. Egyszerre, mint egy dallamnál.

- A kezdés nem lehet adott.

Minden érzékszervi észlelés kicsit helyreállítja a Világot, olyanná, amilyen a Bűnbeesés előtt volt.

- A különbség egyszerre van. Ahhoz, hogy különbséget érzékeljünk, ugyanarra a „felejtésre” és emlékezésre van szükség, mint egy mondat megértéséhez vagy dallam befogadásához.²⁴⁶

B Világ: több szinten jelenik meg az emberi tudatban.

A legelső a „jel”, a gondolkodás számára. A magasabb szintek átmenetek a szavak nélküli gondolkodás, képben való gondolkodás, érzés és akarat között. A valóság egyik aspektusa a művészeti. A festészet, szobrászat az érzékszervi észlelésből ered, a nyelv és a zene nem! Utóbbiak a szellemi világból szállnak le.

A gravitáció és a mágnesesség a távolból hat, anyagi közvetítés nélkül. Hasonlóan mozgatja az emberi (és állati) akarat a testet.

- Az ontológiai²⁴⁷ hazugság, tudatlanság korában élünk (avidya).
- Életünk egyszerre felejtés és emlékezés.
- Ha nem tudunk az (adott) tudattal törekedni, akkor hogyan?

B Változkod a koncentrációs gyakorlatban a kép érzékszervi minőségeit (szín, méret, forma).

²⁴⁶ Vö. G. Kühlewind: *Melodie und Stille*, 25. és 30. old.: „Hogyan érzékelek különbséget?... Tegyük fel, egy sárga és egy piros rózsza van egymás mellett, és azt mondjuk: igen, ez különbség. Ha csak a piros rózsát nézzük, és aztán csak a sárgát, akkor azt mondjuk, hogy „az egyik piros, a másik sárga”. A különbséget nem látjuk, nem éljük át. Ahhoz egyszerre kell átélnünk mindkét rózsát.

²⁴⁷ Ontológia: létan. A görög *on* (lét) és *logosz* (szó, jelentés) összetételéből.

Az ünnepek (újra) értelmet adnak az életnek és a világnak.

Minden valódi ismeretelmélet ontológia, mert a) az emberhez viszonyul; b) értelmet ad a „valóságnak”.

Nem számít, hogy mire törekszem, csak az, hogy ki vagyok.

Ha nem én vagyok a világosság, akkor nem ismerhetem magamat, csak azt, ahogy *látszom* magamnak. Csak egyvalami független tőlem: a világosság = Én, vagy magam.

- A szimultán felejtés és emlékezés az Én, a tanú képessége, az érzés folyamatosságában. A korábbi érzése meg tud maradni és rá tud vetülni a következőre. A különbség először érzés, időtlen, értés a jelenben. Szépség: moralitás az érzékszervileg észlelhetőben. A Világosságot nem tapasztaljuk: észlelés, ahol nincs semmi észlelni való, mint a csend, mint a tapintás, szaglás, ízlelés, hő-érzékelés, egyensúly, mozgás „csendje”.

A szavak értelmét a „mondat” adja. Visszatalálunk az „áramlásba”. Élet?

Csak az Én tudja rövid időre összekapcsolni a múltat, jelent és jövőt = ez jelenti azt, hogy olvassuk az életünket, nem emlékezés és nem felejtés, folyamatos inkarnáció, (tudatos) azonosulás egész életünk egy kis részével. Így:



Ézsaiás, 40, 3-5²⁴⁸

„Egy szó kiált: A pusztában készítsétek az Úrnak útát, ösvényt egyengessetek a kietlenben a mi Istenünknek! Minden völgy fölemelkedjék, minden hegy és halom alászálljon, és legyen az egyenetlen egyenessé és a bércek rónává. És megjelenik az Úr dicsősége, és minden test látni fogja azt; mert az Úr szája szólta.”

²⁴⁸ A *Melodie und Stille* c. könyvben találunk egy leírást erre vonatkozóan (119-121. old.), amit lerövidítve visszaadunk itt. János 1,23-ban ezt mondja Keresztelő János: „Én kiáltó szó vagyok a pusztában. Egyengessétek az Úrnak útját, amint megmondotta Ézsaiás próféta.” Luther fordításában Ézsaiásnál is „a prédikátor hangja” szól a pusztában. A héberben, a jeruzsálemi és a zürichi bibliában és Károlinál azonban a központozás másképp helyezkedik el: az Úr útját kell a pusztában egyengetni. A pusztaság az ürességet jelenti. És így teljesen világos: Egyengetni kell – ki kell egyenlíteni a magasságokat és mélységeket: ez a semmi képe. Ez az üresség képe. Az üresség szó nem létezik a héberben, bizonyára túl absztrakt. A kínaiában, japánban és szanszkritban van szó az ürességről, a semmire. Az sem véletlen, hogy a keresztesítés után az Úr a sivatagba kerül. És hasonlóképpen kellett a zsidóknak negyven évig tévelyegniük és vándorolniuk a sivatagban. A három német fordítás így hangzik: *Jeruzsálemi biblia*: Eine Stimme ruft: Bahnt in der Wüste eine Straße für Jahwe, macht in der Steppe einen ebenen Weg für unseren Gott! Jedes Tal soll ausgefüllt, jeder Berg und Hügel abgetragen werden: was krumm ist, soll gerade, was zerklüftet ist, zu einem Talgrund werden. Dann wird die Herrlichkeit Jahwes offenbar, und sehen wird es alles Fleisch miteinander. Der Mund Jahwes hat gesprochen. (F. Franck-tól idézve, 107. old.) *Zürichi biblia (Zwingli)*: Horch, es ruft: In der Wüste bahnet den Weg des Herrn, macht in der Steppe eine gerade Straße unserem Gott. Jedes Tal soll sich heben, und jeder Berg und Hügel soll sich senken, und das Höckerige soll zur Ebene werden und die Höhen zum Talgrund, dass die Herrlichkeit des Herrn sich offenbare und alles Fleisch es sehe [τὸ σωτήριον τοῦ θεοῦ] zumal, denn der Mund des Herrn hat es geredet. *Luther*: Es ist eine Stimme eines Predigers in der Wüste. Bereitet dem Herrn den Weg, macht auf dem Gefilde eine ebene Bahn unserm Gott! Alle Täler sollen erhöht werden und alle Berge und Hügel sollen erniedrigt werden, und was ungleich ist, soll eben, und was höckericht ist, soll schlicht werden; denn die Herrlichkeit des Herrn soll offenbart werden, und alles Fleisch miteinander wird es sehen [τὸ σωτήριον τοῦ θεοῦ]; denn des Herrn Mund hat es geredet.

[τὸ σωτήριον τοῦ θεοῦ] – G.K. betoldása. Isten szabadítása (Septuaginta; Ézsaiás 40,5; Lukács 3,6)

A rövid távú emlékezet kihagyhat: ha hiányzik az érzés, vagy teljesen eggyé váltam a történéssel.

- A saját mondatomat előbb értem, mint kimondom. A másokét ugyanott. A szavak nélkülít kisugározzuk. Így *élek* az Énben: 

Charis:

Tudatossá válnak bennünk az ajándékok, amikből élünk, és megtanulunk velük bánni.

- Minden tapasztalásban helyreállítjuk a világ egységét.

|| Gondolattfék

Úgy lehet a gyereket a legjobban behozni a testébe, ha kommunikatív mozdulatokra bírjuk, hogy a szelíd akarat segítségével a kommunikáció eszközüül használja a testét.

A hétköznapi tudat alatt folyik a melódia-tudat az érzésben. Vele érezzük magunkat otthon az életünkben. Ez független a pillanat-gyakorlattól. Ez hiányzik, ha zavar lép fel a rövid távú emlékezetben. Ami a melódia-tudatnak (vagy benne) történik, arra emlékezünk.

*H. Bergson*²⁴⁹, *The Perception of Change, In The Creative Mind*
„Személyiségünk éppen ez: belső életünk folyamatos melódiája.”

*William James*²⁵⁰

Tudatáram (folyamatos).

Az (érintésre) túlérzékeny csecsemő még egy a világgal, és a finom érintés megzavarja ezt az egységet. Ha hozzászokik, hogy megérintsük, akkor beleegyezik az inkarnációba, és attól fogva örül az érintésnek.

²⁴⁹ Henri-Louis Bergson (1859-1941), francia filozófus és író. 1927-ben irodalmi Nobel díjat kapott.

²⁵⁰ William James (1842-1910), amerikai filozófus, az amerikai funkcionista pszichológia alapítója.

*Creatio ex nihilo*²⁵¹: teremtés a semmiből

B Van a tudatfölöttinek egy olyan rétege, amiben az érző-akaró áram azonos a világfolyamattal. A közönséges tudathoz közeledve az én irányítása alá kerül. Mégis, mindig tudhatjuk, hogy mi a valóság.

- Minden „utánzás” az azonosságából származik: értés, érzés, érzékelés.

A koncentráció gyógyító hatása: megtanulni akaratlagosan kizárni és beengedni a tartalmakat.

B ○ Ha nem Én vagyok a világosság, nem ismerhetem magamat, csak azt, ahogy látszom magamnak. Csak egyvalami független tőlem, a világosság: Én.

R. Safranski, Schiller²⁵²

90. old.

„Azt sem lehet állítani, hogy a neuro-fiziológiai folyamatok alkotják a gondolkodás vagy az érzet okát. Ez a kauzalitás elvének hibás használata lenne. A két folyamat, a tudati és a fiziológiai inkább úgy viszonyulnak egymáshoz, mint egy érem két oldala. Ugyanaz jelenik meg egyszer a »fej« oldalán, mint tudat, és másszor az »írás« oldalán, mint fiziológia, amelyet aztán ismét a »fej« oldala, vagyis a tudat érthet meg.”

224. old.

„Aki hisz a szeretet hatalmában, annak nincs szüksége túlvilági istenre, sőt, *a szellemek szerető vonzalma* elég erős ahhoz, hogy létrehozson egy Istent²⁵³. Ez az az Isten, aki az egyesülés hatalmában nyilvánul meg. Nincs tehát szükség transzcendentális istenre, a legkevésbé olyanra, akivel kölcsönös üzleteket lehet kötni.”

275. old. Kant²⁵⁴

„Az ésszerű szabadság azonban az önző érdekek »antagonizmusából« tevődik össze. »Hála a természetnek« írja Kant »az összeférhetlenségért, az irigyen vetélkedő hiúságért, a birtoklásra vagy hatalomra törekvés kielégíthetetlen vágyáért. Nélkülük az ember csodálatos természeti adottságai örökre szunnyadnának. Az ember egyetértést akar, de a természet jobban tudja, hogy fájának mi a jó: viszályt akar.«”

²⁵¹ Teológiai fogalom a korai kereszténységből. Az apokrif *Makkabeusok második könyvében* is előfordul.

²⁵² Rüdiger Safranski (német író és irodalomtudós, sz. 1945): *Schiller oder die Erfindung des Deutschen Idealismus* (Schiller, avagy a német idealizmus feltalálása), C. Hanser Verlag, 2004 (utánnomás Fischer V.).

²⁵³ A dőlt betűs részek szó szerint idézik Schillert (*Filozófiai levelek, Julius teozófiája*)

²⁵⁴ Safranski idéz Kant történelem-filozófiai művéből (*Ideen zu einer allgemeinen Geschichte in weltbürgerlicher Ansicht*), ami nagy hatással volt Schillerre.

351-352. old.²⁵⁵

A materializmus, ami azzal fenyeget, hogy beomlasztja a szellem teremtését, maga is a szellem konstrukciója, amelynél a szellem nem veszi észre, hogy ő maga hozta létre... Minden a szubjektumban van – a materializmus anyaga ugyanúgy, mint a fölé boruló Menny, amelybe a régi metafizika felépítette világait... Természetesen ez az ismeretelmélet megengedi, hogy létezzen tudatunktól független természet.

354. old. Kant

„Arra még nem gondolt egy pszichológus sem, hogy a *képzelőerő*²⁵⁶ az észlelés szükséges összetevője.”

355. old.

„Amennyiben meg akarjuk érteni önmagunkat, mi magunk is képzet vagyunk önmagunknak, de egyszersmind lét is vagyunk, függetlenül attól, hogy tudat vagyunk. Ennyiben tehát mi magunk is megismerhetetlen „Ding an sich”²⁵⁷ vagyunk önmagunknak. Így alakul át az egykor magasztos transzcendencia létünk vakfoltjává, az éppen átélt pillanat sötétségévé.”

356. old.

Az ember két világban él. Egyrészt, a kanti terminológiával „phainomenon”²⁵⁸, az érzékleti világ része, ami annak törvényszerűségei szerint létezik, másrészt „noumenon”²⁵⁹, „Ding an sich” – valami, ami él, amit sohasem lehet kielégítő mértékben tárgyiasítani, mert egyszersmind minden tárgyiasítás alanya is. Ha megkísérli megismerni önmagát, marad egy vakfolt. Ő a legelőbb és legtitokzatosabb. Ő a belső „Ding an sich”. Ő a szabadság pillanata.”

416. old. Schiller [nem szó szerint idézve]

A művészetben csak akkor találjuk el a morális célt, ha nem rá célzunk.

A modern kor összes hatása csökkentené a gyerekek nyitottságát.

Öröm lehet minden ok nélkül. De szomorúság vagy gyász?

- A rózsza illatozik.
- A lehetetlen megtörténik.

²⁵⁵ Schiller egy levélben arról ír Körnernek 1793. február 18-án, hogy senki halandó ember nem mondott nagyobb szót annál, mint ez a Kanti szó, ami egyben filozófiájának lényege: „Önmagadból határozd meg önmagadat” és: „A természet az értelem uralma alatt áll.” Safranski ezt fejti ki a következő gondolatmenetben.

²⁵⁶ Kant korábban a pontosabb „produktív képzelőerő” fogalmat használja. Kühlewind nem kevésbé nagy horderejű és ezzel rokon kijelentése, hogy az észleléshez *figyelem* szükséges.

²⁵⁷ Önmagában való dolog.

²⁵⁸ Jelenség, fenomén.

²⁵⁹ Gondolati dolog, képzet.

Eckehart mester, 8. prédikáció (190. old.)²⁶⁰

„Egy mester ezt a szép szólást mondja, hogy van valami a lélekben, ami ugyancsak titokzatos és rejtett, és messze afölött, ahol az értelem és az akarat erői fakadnak. Szent Ágoston azt mondja: amint kimondhatatlan, ahogy a Fiú fakad az Atyából az első kifakadásban, úgy van valami nagyon is titokzatos az értelem és az akarat első kifakadása fölött is. Egy mester, aki a legjobban szólt a lélekről, azt mondja, hogy az egész emberi tudás sem hatolhat be oda soha, hogy mi a lélek alapjában véve. Ahhoz természetfölötti tudásra van szükség. Hiszen arról sem tudunk semmit sem, ahol a lélek erői az alkotásaiba áramlanak; valamit azért tudunk róla, de keveset. De arról, hogy mi a lélek alapjában véve, senki sem tud semmit. Amit arról tudni lehet, annak természetfölöttinek kell lennie, kegyelemből: ott Isten könyörületet²⁶¹ gyakorol. Ámen.”

40. prédikáció (383. old.)

„Az igazság olyan nemes, hogy ha lehetséges lenne, hogy Isten eltér az igazságtól, akkor inkább akarnék az igazsághoz ragaszkodni és Istent elhagyni; mert Isten az igazság, és minden, ami a lélekben van, vagy minden, amit Isten valaha is teremtett, az nem az igazság.”

11. prédikáció (201. old.)

„A testem inkább van a lélekben, mint a lelkem a testemben. A testem és a lelkem inkább van Istenben, mint önmagukban; az igazságosság azonban ez: minden dolgok oka az igazságban. Ahogy Szent Ágoston mondja: Isten közelebb van a lélekhez, mint a lélek önmagához. A közelség Isten és a lélek között nem ismer különbséget [közöttük], valóban.”²⁶²

Korunk a nem-tudatos marxizmus kora: a világ dualisztikus szemléletéé, amiben a tárgyak tudatunktól függetlenül léteznek. (Honnan tudjuk ezt, ha nem a saját tudatunkból?) Ennek az ontológiai tévedésnek felelnek meg mindazok a jelenségek, amiknek ma tanúi vagyunk: a természet szennyezése, kémiai anyagok felhasználása az orvoslásban, a pszichológiában, a pedagógiában stb. Ennek a „szemléletnek” és mindezeknek a jelenségeknek a kisugárzása oda kellene, hogy vezessen, hogy a gyerekek egyre zárkózottabbak, egyre kevésbé nyitottak legyenek, mint a korábbi generációkban. Ennek az ellenkezője történik. Még a felnőttek is nyitottabbak (konfliktusok), de ez nem jut el a ráció, a gondolkodás szintjére. Így ellentmondásos tudatban élnek, ami rosszabb, mint a tiszta marxizmus. A gyerekek elszakítása a természettől, természetes anyagoktól, mozgásuk korlátozása, TV, zene-pótlékok, számítógépes játékok, ez mind-mind, kevésbé nyitott lényekhez kellene, hogy vezessen.

- A megismerésben a tudat és a világ egy, nincs dualitás.

²⁶⁰ Meister Eckehart: *Predigten und Traktate*, Diogenes Verlag (Josef Quint fordítása és kiadása).

²⁶¹ Korábban ez áll: „Egy mester azt mondta: *A legmagasabb*, amit Isten valaha létrehozott minden teremtményben, az a könyörület... Ezért mondja a próféta: «Ura a népnek, aki benned van, könyörülj rajta». (Hóseás 14,4)... E fölött a kettő fölött, a megismerés és a szeretet fölött kiemelkedik a könyörület.”

²⁶² Így folytatódik: „Az a megismerés, amivel Isten önmagát megismeri, ugyanaz, mint minden elválasztódott szellem megismerése, és nem másik. A lélek közvetlenül Istentől veszi létét; ezért van Isten közelebb a lélekhez, mint az önmagához; ezért van Isten a lélek alapjában, egész istenségével.”

Huang Po²⁶³

- „Elégedj meg a csendes értéssel!” (42. old.)
- „Legyen csendes értés, és semmi több.” (34. old.)
- „Buddha mondta: «Valóban nem értem el semmit a teljes, minden felül való Megvilágosodásból.»” (38. old.)²⁶⁴

Az Értékes Dolgok Helye²⁶⁵:

- „Annyit lehet csak mondani róla, hogy közel van. Nem lehet pontosan leírni, de ha szótlán értésed van szubsztanciájáról, akkor itt van.” (47. old.)
„Így, csak akkor nem szorulsz bármiféle Dharma keresésére, ha szótlán értésed van a tudatról, mert a tudat a Dharma.” (48. old.)
„Sokan félnek kiüríteni a tudatukat, nehogy belezuhanjanak a semmibe. Nem tudják, hogy a saját tudatuk maga a semmi. A tudatlan ember kerüli a jelenségeket, de nem a gondolatokat; a bölcs ember kerüli a gondolatokat, de nem a jelenségeket.” (48. old.)

- Kint, bent, fönt, lent: mind a tudat megállapítása. Akkor ez a tudat, *hol* van?

„A semminek el kell törölnie minden gondolatodat, amiket a múltban alkottál. A semmi lép a helyükbe. Ha megszűnik a dualitás, megjelenik a *Tathāgata Anyaméhe*²⁶⁶. A *Tathāgata Anyaméhe* kifejezés magába foglalja, hogy ott egy hajszálnyival valami sem lehetséges.” (56. old.)

- A szavak forrását nem lehet szavakkal leírni.

„Igazi természetedet sohase vesztetted el, még a tévelygés pillanataiban sem, és nem is nyerted el a megvilágosodás pillanatában. Igazi természeted a Bhutatathata²⁶⁷ természete. Nincs benne se tévelygés, se helyes értés. Mindenhol kitölti a Semmit és alapvetően azonos az Egy Tudattal. Akkor hogyan tudnak létezni a tudat által létrehozott tárgyaid a Semmin kívül? A Semminek alapvetően nincs térbeli dimenziója, se szenvedélye, cselekedetei, tévelygései vagy helyes értése. Világosan meg kell értened, hogy nincsenek benne se dolgok, se emberek, se Buddhák, mert a Semmiben nincs egy hajszálnyival térbeli sem, nem függ semmitől, és nem ragaszkodik semmihez. Mindent betöltő makulátlan szépség, az önmagában létező, nem teremtett Abszolút.” (93. old.)

²⁶³ Huang Po tanításai a zen-ről. Huang Po, kínai zen mester (kb. 788-850), a 6. pátriárka egyik utóda. Annak a zen-ágazatnak egyik alapítója, ami a tudat pillanatnyi, minőségi ugrással történő átalakulását tanítja, szemben a fokozatokon átvezető úttal. A két út föltehetően nem mond ellent egymásnak, a kérdés inkább az, kinek melyik a célravezetőbb.

²⁶⁴ Huang Po itt arról beszél, hogy a megvilágosodást kereséssel nem lehet „elérni” – vagyis Buddha valóban nem „elérte” a megvilágosodást. Valamivel korábban ez áll: „Így tehát, ti, Út tanulói, ha tévedésben vagytok saját tudatotokat illetően, és nem veszitek észre, hogy a tudat maga a Buddha, akkor következetesen fogjátok keresni máshol, a legkülönbözőbb vívmányok és gyakorlatok segítségével, arra várva, hogy így éritek el a megvilágosodást.” És közvetlenül előtte: „A törekvés egész éonjai bizonyulnak majd oly sok hiábavaló erőfeszítésnek, hasonlóan a harcshoz, aki hosszú idő után találja meg a gyöngyöt, amit keres, amit végig ott hordott a sisakján. És ahogy esetében a megtalálásnak semmi köze a kereséshez, ugyanúgy van bármi másban is. Ezért mondta a Buddha:”

²⁶⁵ Előtte szó van az „Illúziók Városáról” – minden dualisztikus törekvés odavezet. Az „Értékes Dolgok Helye” „a valódi tudat, az igazi Buddha-esszencia, saját igazi természetünk kincsestára”.

²⁶⁶ Tathāgata (szanszkrit): így ment, vagy így jött, az olyanságból jött, az olyanságba ment. Tathāgatagarbha: a Tathāgata anyaméhe vagy embriója; a Buddha természet.

²⁶⁷ Bhuta-tathata (szanszkrit): Az igazi olyanság.

„Amint kinyitja valaki a száját, az ördög ugrik ki belőle. Az emberek vagy a gyökeret hagyják figyelmen kívül, és az ágakról beszélnek, vagy a „látszatvilág” valóságát hagyják figyelmen kívül, és csak a megvilágosodásról beszélnek. Vagy az átváltozásokhoz vezető kozmikus aktivitásokról fecsegnek, és figyelmen kívül hagyják az aktivitások forrását, a Szubsztanciát – akárhogy is, a vitatkozásnak SOHA sincs semmi haszna.” (106. old.)

„Mindezek a jelenségek alapvetően üresek, és mégis, ez a tudat, amivel azonosak, nem pusztán üresség. Ezzel azt akarom mondani, hogy nagyon is létezik, de olyan módon, ami túl csodálatos ahhoz, hogy megértsük. Létezés, ami nem létezés; egy nem-létezés, ami mégis létezés. Így „létezik” valamilyen csodálatos módon ez az igazi Semmi.” (108. old.)

„Valójában, *nincs* semmi, amit meg lehetne ragadni (észlelni, elérni, elgondolni) – még a nem-megragadást sem lehet megragadni.”²⁶⁸

Az amerikaiaknak és a németeknek rossz a lelkiismeretük az indiánok, feketék, zsidók stb. miatt. A zsidóknak rossz a lelkiismeretük, mert nem tértek meg a keresztény hitre. A 4. századtól kezdve ennek semmi értelme se lett volna, mert a kereszténység ószövetségi lett, elvesztette a Logoszt, és ezzel jellegzetes, monisztikus tulajdonságát: elválasztották egymástól az embert és Istent.

- Minden tárgy szent.
- A bent nem megvalósítható.

A fiatal zen-tanuló, aki teljesen elmélyül az Én, a Buddha és a Buddha-természet kérdéseiben, álmában találkozik egy tökéletes hasonmással, aki minden vonásában és mozdulatában ugyanolyan, mint ő. Teljesen megzavarodottan kérdezi: Ki vagy te? Te, vagy én? Az álmokkép válaszol: ki álmodja ezt a kérdést?

²⁶⁸ „Ezért mondták: SEMMI sincs, amit meg lehetne ragadni. Egyszerűen arra tanítunk, hogy hogyan értheted meg eredeti tudatodat.”

Kerényi Károly, *A Nap lányai*²⁶⁹, 39 – 43. old.

„Egyetlen kozmogónia²⁷⁰ – egyetlen mitológéma²⁷¹ a világ eredetéről, legyen szó akár teremtésről akár keletkezéséről, akár «szabad», akár «kanonikus» elbeszélésről – sem függetlenítheti magát a már meglévő, az elbeszélőt körülvevő világtól és gondolati munkájától, amennyiben ez a világ nemcsak az érzékeny számára adott, hanem érthető is, meg tud nyílni egy gondolkodó lény számára. Ez a világ kitörölhetetlenül tükröződik a nyelvek szókincsében. Ezért egy mitológémát a világ keletkezéséről csak ennek a világnak a nyelvi anyagából lehet megformálni, olyan szavakban, amik a már „létrejött” világra vonatkoznak, tartalmuk ebből a világból származik. És a mitológémát csak úgy lehet előadni, ahogy egy gondolkodó lény tudatában lejátszódik. Ebből két, minden kozmogóniára érvényes paradoxon származik.

Az első paradoxon: noha minden, a világ eredetéről szóló elbeszélés kiindulópontja ennek a világnak a még-meg-nem-léte, mégis úgy kell beszélnie erről a még-meg-nem-létről, mintha már valami meg lenne a még-meg-nem-lévőből. A semmit írja le, és de mert leírja, már van ott valami, például – számos kozmogóniában – a víz. Egy ilyen, a kozmogóniai mitológémákhoz tartozó paradoxon magyarázza a bibliai Genézis jól ismert nyelvtani nehézségét. Ennek kellene állnia: Kezdetben teremtette Isten az eget és a földet, és a föld kietlen és pusztá volt... Nyelvtani értelemben azonban valami látszólag lehetetlen áll ott: A világ Isten általi teremtésének kezdetkor [röviden: a teremtés kezdetén] a föld kietlen és pusztá volt. Tehát a Föld már ott volt? Igen: az elbeszélésben. A semmit nem filozófiai, hanem mitológiai nyelven csak úgy lehet kifejezni, mintha valami már ott lenne: föld vagy víz, vagy mind a kettő – csak éppen kietlen és pusztá. Logikával nem lehet megközelíteni ezt a fajta mitológiai formát, mert csak forma, és mint ilyen, elkerülhetetlen.

A második paradoxon: noha úgy van szó a világ teremtéséről, mint a gondolkodón kívül lejátszódótról, ezt a folyamatot mégis úgy írják le, mint ami a gondolkodó tudatában merül föl. Ez is elkerülhetetlen. A tapasztalat szerint az ilyen fölmerülésben sötétség előzi meg a világosságot, a fényt. Ha nem helyezik a világosságot, mint értékesebbet, szándékosan a kezdetre, akkor már az első, a sötétséget követő pillanatban ott van – mint érthetőség: érthető, hogy mi merül föl a gondolkodóban – ugyanis a világ. Nem csoda, hogy egyes nyelvekben nemcsak világosság és érthetőség ugyanaz a szó, hanem a világ is, mint a magyarban, ahol világ, világos mindháromat jelentheti. A bibliai teremtés-történetben Isten parancsolja: Legyen világosság. És lőn világosság – még mielőtt ott volt a Menny és a Nap és a többi csillag. Nem lehet kozmogóniát elképzelni anélkül, hogy «fölmerülne» benne a világ. És nem másképp merül föl, mind a világosságban. Ugyanis magában a gondolkodóban. De hát egy kozmogóniának arról kellene szólnia, hogy hogyan merült föl először a világ, kint! Ebben találjuk meg minden kozmogóniai elbeszélés második, formálisan szükséges paradoxonját. Se az elbeszélőt körülvevő világot, se az emberi tudatot nem lehet kiiktatni, mint a kozmogónia előfeltételét.

²⁶⁹ Karl Kerényi: *Die Töchter der Sonne*, a Titán c. fejezetből.

²⁷⁰ Kozmogónia: a világegyetem (kozmosz) keletkezésével és fejlődésével foglalkozó tudomány.

²⁷¹ Mitológéma: mitológiai egység, mitológiai történet (pl. *Délosz* úszó szigete, vagy *Iason* és *Medeia* története)

És ehhez jön még egy harmadik paradoxon: egy, a világból vett nyelvi anyagból formált, és a tudat által átélt kozmogóniai mitologémának magának is teremtés jellege van, mint minden szellemi alkotásnak. Ez jellegzetessége, mint műnek, ami ilyen módon él a művészet eszközeivel. Az alkotás-jelleghez először is hozzátartozik a megfelelés paradoxonja. Egy művet akkor tekintünk teremtésnek és nem tákolmánynak, ha megfelel annak, ami valóban érvényes a világunkban. Egy kozmogóniai mitologéma esetében ez a paradoxon tökéletesen hiányzik. Úgy van itt, mint egy zeneműnél: A megfelelés igénye egyáltalán föl sem lép. (...²⁷²)

Egy teremtési mitologémát ugyanolyan közvetlenül kell befogadni, mint egy zeneművet, és így a kozmogónia, mint elbeszélési műfaj, harmadik paradoxonja, a mitologéma hitelessége. A teremtés jelleghez ugyanis hozzátartozik a szerzőség paradoxonja. Egy saját készítésű művet – ha tényleg teremtés, és nem tákolmány – már szerzője is úgy fogadja be, mintha magasabb, tudatán kívül álló hatalmak ajándékában lenne része. A világ létrejöttének elbeszélője saját bevallása szerint sem volt jelen. Amit elmond, saját műve. És mégis hitelesen tudósíthat, mert tudata csak befogadta: mint kinyilatkoztatást. Ebben áll a hitelesítés: elhisszük, mert, aki először hallotta is – csak hallotta.²⁷³

²⁷² A kihagyott részben ez áll: Az ilyen formájú fölmerülésnél csak egyetlen folyamatról van szó, amit követünk, és nincs még egy másik is, aminek meg kellene felelnie. Különböztetve azt a másik, „igazi” kozmogóniát követnénk, és így jutnánk a „sajáthoz”, amit semmilyen „valódi” nem lehetne összehasonlítani. Egy kozmogóniai mitologémát csak összehasonlítás nélkül lehet befogadni, különben tudományos hipotézisek sorozatáról lenne szó, és nem mitologémáról.

²⁷³ Utána ez áll: Pl., mint Hésziodosz a múzsáktól.

A világosság természete

Homogén, formától mentes, de minden forma anyja, készenlétben. Értelem, jelentés, közlés, én-jellegű. A világosság egyszersmind észleli a formákat, minőségeket, amikbe beleáramlik, amiket fölvesz. Ez az ontológiai monizmus gyökere és lényege: A lét és a megismerés egy és ugyanaz.

Az érzésben és a megismerő akaratban a figyelem azzá válása (tulajdonképpen már nem „az”) közvetlenül tapasztalható. (Amit érzünk vagy utánzunk, sohasem tárgy, a művészetben sem). Az akaratban „utánzásnak” hívják. Csak a gondolkodásban problematikus a gondolt múlt jellege miatt, és a közönséges észlelést mindig fogalmi vagy helyettesítő fogalmak hatják át (természet).

- A világosság mindig átéli önmagát, de csak az általa fölvetett formákban; anélkül, forma mentesen nem.
- Mit utánzunk egy teremtésben?
- Világosság és Logosz

- A megformált dolgokról azt mondjuk, hogy léteznek
Öntudatunk van, amiről nem tudjuk, hogy hogyan jött létre. Hogyan lehetne ez az *igazi* öntudat? Az igazi öntudatnak ismernie kellene eredetét, kezdetétől fogva.

ARCHE, AMIBŐL JÖVŐK
ARCHE, AMIBE VISSZATÉREK
ARCHE, VILÁGÍT BENNEM

*Chesterton*²⁷⁴: *Az ember, aki csütörtök volt*

„A filozófus olykor talán csakugyan a végtelent szereti. A költő azonban mindig a végest... Számára nem a fény teremtése a nagy pillanat, hanem a napé és a holdé.”

|| Ifjúkori szenilitás.

(A füzet utolsó három oldala egy kis kézzel írt szótárat és könyv-hivatkozásokat tartalmaz – megtekinthetők a füzet fakszimile formájában).

²⁷⁴ Gilbert Keith Chesterton (1874 – 1936) angol író, filozófus és teológus.

[Expozé]

- I. Az üres tudat a hétköznapban; az ember és a világ szellemi szerkezete
- II. Az üres tudat a zen buddhizmusban
- III. Az üres tudat az antropozófiában; Logosz
- IV. Utak az üres tudathoz

Előszó:

Az út az Énhez az üres tudaton keresztül vezet.

Tudatfölötti = semmi, üresség, világosság

I. A hétköznapi tudat úgy tűnik sohase üres (esetleg beteges formában, de akkor is észlelt, észrevett ürességről van szó). Itt van rögtön a legmélyebb probléma: ha „észrevesszük”...

A figyelem irányítható, nemcsak saját forrása felé. Az *oszcilláció* az észlelésben.

Új értés, ideák, „inspirációk”; nem áll hatalmunkban – „jön”. Egy pillanatig üres figyelem. Ki a tanú?

A tárgyak váltakozásában. Mi az, hogy „tárgy”?

Diszkontinuitás.

Az alig észrevett folytonosságok: melódia, mondat értése, orientáció az életben, különbség.

I. Az üres tudat a hétköznapban. Az ember és a világ szellemi szerkezete

Minden jel arra vall, hogy tudatunk az ébredés pillanatától kezdve az elalvásig tartalmakkal van tele. Ez olyan megfigyelés eredménye, amit mindenki könnyen megtehet. A tudatot azonban a mai korban utólag, vagyis a múltjában észleljük és figyeljük meg, és ez fölvet néhány kérdést. Olyan kérdéseket, hogy ki az, aki megfigyeli, hol az a „hely”, ahonnan a tudat múlt tartalmait észleljük, és, hogy honnan a tartalmak sorának folytonossága, amit a megfigyelő a tartalomtól függetlenül könnyedén megállapíthat? Üres tudat legfeljebb beteges formában lép fel; de ha észreveszi valaki, ha üresnek éli át, akkor már nem is volt üres. Itt rögtön föllép a legmélyebb probléma: a hétköznapi tudat az ürességről is csak utólag tudhat, mint elmúlt ürességről.

Ha a tudatosság rá tud látni saját múltjára, múlt tartalmaira, akkor öntudatnak nevezzük. A megnevezés tulajdonképpen félrevezető, mert amint önmaga felé fordul a tudatosság, *tárggyá* válik az, ami megfigyelhető, kívül marad a belső élményen, ami most épp a megfigyelésben merül ki, és ezért sohasem lehet önmaga tárgya, és ezért nem is tapasztalhatja magát.

Anthony de Mello egyik kis történetében azt mondja a mester tanítványának: „Nem látod, hogy ami benned van, az kívül van?”¹ Ezt a paradox helyzetet a másik oldalról így lehetne jellemezni: „Nem látod, hogy ami kívül van, az benned van?” – minden észlelet, a tudat megfigyelt tartalmaival egyetemben.

Nyilvánvaló, hogy a tudat „önmegfigyelése” paradoxonok, ellentmondások forrását rejti magában. Ugyanebből a forrásból fakad a következesen végig nem gondolható különbség a tudat „külseje” és „belseje” között, és a saját múltjára „rálátó” – valódi – Én „most”-jának megtapasztalhatatlansága, aki minden pillanatban az elérhetetlen „most”-ba emeli a múltját, anélkül, hogy átélné ezt a pillanatot.

Mіндеzek a rejtélyek vagy gondolkodási nehézségek (jó néhány további társaságában) egy olyan adottság következményei, ami alig, vagy egyáltalán nem jelenik meg a filozófiai irodalomban, pedig nem is nehéz fölfedezni. Ez az adottság abban áll, hogy ugyan minden tapasztalatunkat a figyelmünkkel, a figyelmünk segítségével szerezünk meg – figyelem nélkül se az érzékszervek, se a gondolkodás nem közvetít semmit sem –, a figyelmet magát azonban nem tapasztaljuk. Csak onnan tudjuk egyáltalán, hogy létezik, hogy következtetünk léteire azokból a tapasztalatokból, amikor éppen hiányzik (nincs ott), vagy elterelődött. Ahogy láthatatlan a minden láthatót megvilágító fizikai fény, ugyanúgy tapasztalhatatlan a belső fény (világosság, figyelem vagy tudatosság) önmagában, noha ő minden tapasztalás alapja, mert ő világít meg – emel a tudatba – mindent, amit átélünk.

Figyelmünket rá tudjuk irányítani különböző tárgyakra, témákra, azáltal, hogy a dualitás szintjén használjuk – *itt* vagyok én, *ott* a világ. Ez a gondolkodásra is áll – maga a *gondolkodás* nem válik tudatossá, csak témái, eredményei: a gondolt. Hasonlóképpen nem tudatos a látás, hallás, tapintás stb. sem, csak a látott, hallott, tapintott stb. Így van ez minden *képességgel*; tudatfölöttiek maradnak, és eredményeiket, termékeiket tapasztaljuk: a képet igen, de a festő képességét nem. Figyelmünket nem tudjuk forrására irányítani – ez egyet jelentene azzal, hogy észleljük. Világos, hogy ez nem lehet dualisztikus észlelés, csak az üres,

¹ Anthony de Mello; Egy percnyi képtelenség (87. old.): „Az a tévedésed, hogy Istent magadon kívül keresed” – mondta a mester. „Hát, hol keressem? Önmagamban?” „Nem látod, hogy ami benned van, az kívül van?”

vagyis formától mentes figyelem öntapasztalása lehetne. Mert amikor valamit tapasztalunk, akkor figyelmünk fölveszi ennek a valami tapasztaltnak, vagyis tapasztalásának a „formáját”, ahogy egy folyadék fölveszi annak az edénynek a formáját, amibe ömlik. Mivel minden tapasztalás tudati tapasztalás, valójában saját figyelmünk metamorfózisait észleljük, legyen az érzékszervi tapasztalat, gondolat, érzésszerű élmény vagy akarati impulzus.²

Az üres figyelem tapasztalása – öntapasztalása – lehetetlen lenne, ha nem villanna fel a hétköznapi figyelemben is, ha nem játszana észrevétlenül is központi szerepet a hétköznapi tudatban, akár csak a valódi Én – minden spirituális hagyomány célja.

Figyelmünket legtöbbször *intencionálisan* használjuk, vagyis egy általunk választott célra irányítjuk. Néha azonban *keresünk*, pl. egy probléma megoldását, valami új értést. Ilyenkor nincs előre meghatározott cél, amire figyelmünket irányítanánk. A „keresés” nem feltétlenül jelenti azt, hogy ismert gondolatok között keresünk és választunk – a helyes megoldás megtalálása ebben az esetben is intuitív történés –, hanem jelentheti azt is, hogy valami *újat* keresünk, *új* gondolatot, *új* ideát. A figyelemnek ebben az esetben *befogadónak* kell lennie, vagyis másképp kifejezve, az intuitív villanás, értés, ötlet, az új idea pillanatában *üresnek* kell lennie. Ez a bevilanás nem is lehetséges másképp, csak ha a figyelem az adott pillanatban üres, mentes minden formától – ez jelenti azt, hogy „befogadó”. Az üresség ilyen pillanatait nem tudjuk akaratlagosan előállítani, különben állandóan nagyszerű, új ötleteink lennének – ami közismert módon nem áll fenn. A hétköznapban egyszerűen „megtörténik” néha, hogy a pillanat nyitottsága révén, nem akaratlagosan, hanem „engedve, hogy megtörténjen”, mintegy kegyelemből kapunk ajándékot a lélek tudatfölötti, szellemi részéből. Ez a kegyelem azonban mindig ott van a lélek mennyországában – tudatfölötti, szellemi részében, forrásában –, csak mi nem vagyunk mindig nyitottak rá. És nyitottság és üresség egy és ugyanaz.

Nyitottnak születünk, és a gyermeki fejlődés során, kb. másfél és négy éves korunk között nagyjában egészében elveszítjük a nyitottságot, amikor megjelenik az autopercepció, az egoítás, az egyes szám első személy használata – összefoglalva, a hétköznapi én, az „engem”. A nyitottságot azonban nem veszítjük el teljes mértékben. Nemcsak az intuíciónak többé-kevésbé ritka kegyelmi pillanatai tanúskodnak erről, hanem minden tapasztalat. Mert tapasztalat azt jelenti, hogy valaki átélt valamit és *tanúskodni* tud róla, vagyis jelen volt, mint tanú. Tapasztalatainkat a hétköznapi énről vonatkoztatjuk, akit valahol a testiségben lakónak képzelünk. Vannak azonban olyan tapasztalásaink is, mint pl. az „önfeledtség” pillanatai (ahol az „ön” a hétköznapi énről vonatkozik), amint pl. a művészeti élményekben gyakran előáll, amikről annál pontosabban tudunk beszámolni, mennél jobban elfeledtük hétköznapi énjünket. Tehát nyilvánvalóan egy másik tanú volt jelen, tudniillik az *igazi*, csak még nem öntudatosan. Minden tapasztalásban ő a tanú, és csak azért tulajdonítjuk a tanúságot a hétköznapi énnak, mert az igazi tanút nem éljük át – nem éli át önmagát.

Minden tapasztalás a tudatban, a figyelemben történik; a világ tudati tapasztalás. Figyelem nélkül nincs tapasztalás, nélküle az érzékszervek semmit se közvetítenek. Ez azt jelenti, hogy minden tapasztalás a világosság tapasztalása, nem a világosság fényében történik, hanem *azonos* a különböző minőségekbe és formákba áramló belső világosság tapasztalásával. Ezeket a minőségeket (a minőségek tulajdonképpen szintén „formák”, csak általánosabbak, nagyvonalúbbak, mint azok, amiket közönségesen formának nevezünk) és formákat keletkezésükkel egyszerre észleljük. Vagyis a figyelem megélt és elszenvedett

² Ld. még G. Kühlewind: *Licht und Freiheit* [GK megjegyzése]. (Magyarul: *Útmutató a belső munkához* – http://www-itec.aau.at/~laszlo/Intro/Gyuri_konyvei_hu/Belso_munka.pdf).

metamorfózisai válnak egzsersmind tudatunk tartalmaivá – a figyelem nem tud olyan formát öltetni, ami ne válna tudati tartalommal. Ez a belső világosság csodálatos természete: amit „megvilágít”, vagyis *amivé válik*, az lesz tudatos, az lép a világosságba. Csak éppen általában nem vesszük észre, hogy a figyelem, a belső világosság mindig *azzá válik*, amit észlel vagy tapasztal. Hogy miért véljük általában azt, hogy figyelmünkől függetlenül „létező” tárgyakat észlelünk, annak két oka is van. Az egyik, hogy mindig csak az észlelten ébredünk, nem az észlelésben magában, vagyis tudatunk a már ábrázolt értelemben múlt jellegű, és így átalusszuk az észleleti kép létrejöttét. A másik ok, hogy közös világban élünk, vagyis a világosság nem szubjektív, mert a VILÁGHOZ tartozik. A csupa nagybetűs VILÁG nem a hétköznapi tudat világa, hanem egyrészt igazi (rejtetlen – aletheia³) *valóság*, világosság természetével egyetemben (omne ens verum⁴), másrészt *jelentés* (verum), ami a közönséges tudat számára csak az ember által alkotott tárgyak esetében hozzáférhető, a természet jelenségeire vonatkozóan nem.⁵

Az *érző* figyelem esetében az azzá-válás nyilvánvaló. Egy érzés legfeljebb utólag válik tárggyá, amikor már kihűlt, miközben érezzük, soha. Sem egy épp most átélt érzés, sem egy érzésben átélt művészi élmény nem dualisztikus tapasztalás. Ugyanilyen kevésbé lehet tárgy az akarat, sem az intencionális, sem a megismerő akarat⁶. Mindkét akarat fajtaban maga az akarat tudatfölötti marad. Az intencionális akarat esetében csak az impulzus célja válik tudatossá, a megismerő akarat esetében pedig még az se, mint pl. az „utánzás” jelenségeiben. Ahol az utánzás fogalmát a lehető legtágasabban értjük, idetartozik az értés, együttérzés, empátia és az igazi szeretet is. Mind tudatfölöttiek maradnak, mint folyamatok, hasonlóan ahhoz, ahogy tudatfölötti marad, hogy beszédszerveink már egy beszéd vagy melódia hallgatása közben is piciben együttmozognak – ha nem így lenne, nem tudnánk utánamondani vagy -énekelni azt, amit hallottunk.

A dualisztikus átélés, vagy a metamorfózis elszalasztása tulajdonképpen csak a gondolkodó figyelmet érinti, fogalmi természete miatt. Egy fogalom ott jön létre, ahol az értés különben folytonos *állapota* megáll. A „gondolkodás” így szakadozottá válik, nem siklik, hanem fogalomról fogalomra lépked. Ezt végső soron az emberi nyelvek nem-folytonos jellege hozza létre (szó, szó, szó⁷). Ha megmaradnánk az intuitív gondolkodásban (ami a fogalmakat is alkotja, vagyis maga nem fogalmakban játszódik le) akkor folytonosan gondolkodnánk, folyékonyan, akadozás nélkül. A dualisztikus világkép azért jön létre, mert észleleteinket, tapasztalatainkat fogalmak hatják át. Közben nem vesszük észre, hogy minden tapasztalásban a figyelem már „azzá” vált, mert, ha a fogalom nem új, akkor valami múltra nyúl vissza. Más szavakkal: a tapasztalás odaadottsági szakaszát nem éljük át tudatosan – a közönséges öntudat nem elég erős ahhoz, hogy elviselje –, ezért visszanyúlunk a fogalmisághoz, és ezzel megmentjük adott öntudatunkat. Az önfeledtségben elveszítjük az egységben élő érzés javára, de biztonságos körülmények között: a színházi előadás vagy a zenedarab után biztosan visszatérünk a hétköznapi tudatba.

A világosság másik jellemző tulajdonsága, hogy szó jellegű, szóval áthatott. Ez kétféle jelent. Egyrészt, hogy közölhető, másrészt, hogy *értelmes*, értelme van; Hérakleitosz vagy Szent János szavaival szólva „*Logosza*” van.

³ Ld. még G. Kühlewind: *A Logosz felismerése*, különösen a *Charis és Aletheia* c. fejezetet.

⁴ Omne ens verum = Minden létező igaz – Aquinói Szent Tamás: *De veritate*.

⁵ Ld. még G. Kühlewind: *A normálistól az egészségesig*, valamint *Útmutató a belső munkához*.

⁶ Ld. még G. Kühlewind: *Der sanfte Wille (A szelíd akarat)*

⁷ W. Shakespeare: *Hamlet*, II. szín (*Polonius*: Mi az a mit olvas, fönséges úr? *Hamlet*: Szó, szó, szó.)

„Logosz” többek között azt is jelenti, hogy „szó”; de a Logosz (mint lény, mint valaki) értelmet teremtő világosságot is jelent, ami megvilágítja a világot és egyszersmind (nem utólag) értelmet ad neki. Minden tudati mozdulatunk Logosz jellegű, az értelmetlenség is az „értelemre” támaszkodik, nincs is rá külön szó (valószínűleg semmilyen nyelvben sem). Az, hogy tudunk gondolkodni, kérdezni, kételkedni, tagadni, ellentmondani, észlelni, tapasztalni – mind Logosz természetünket mutatja. A *Logosz a világ stílusa*, ő határozza meg a Logosz képességével bíró lények összes tapasztalását, és csak a Logosz képességével bíró lényeknek van világa (nemcsak VILÁGA). Az állatoknak környezetük van, amitől többé-kevésbé függőségben élnek.

Ezzel eljutottunk a belső világosság harmadik tulajdonságához: mindig egy Én-lényhez kötődik, ő maga az Én-lény. Ha a „figyelmünkről”, mint birtokunkról beszélünk, akkor ez csak annyit jelent, hogy észlelő és gondolkodó formáját hétköznapi énünkkel is meglehetősen autonóm módon tudjuk valamilyen általunk választott tárgyra irányítani. Az érző vagy akaró figyelemben nem tudjuk megkülönböztetni magunkat „figyelmünk” formáitól – mi magunk válunk szomorúsággá, örömmé, bosszúsággá, az Eroicává. A gondolkodás esetében az azonossá válás, amint fent leírtuk, nem folytonos: mindig visszatérünk az odaadottságból a magam-érzéshez. A közönséges én a gondolkodásban és az észlelésben rendelkezni képes e fölött a tudatfölötti képesség fölött. Ennyi maradt meg, lecsökkent, elsatnyult formában a VILÁGGAL való eredeti azonosságból – a világosságban.

Ami Logosz jellegű, mindig Énhez kötődik. Nincs olyan szó, vagy szó jellegű megnyilvánulás, értelem, jelentés, ami nem Éntől szól Énnek. Magától, mintegy véletlenül, nem jön létre se szó, se értelem, se jelentés – kinek is? A világosság nem személytelen, éppoly kevésbé, mint a szó.

Az Én vagy Önmagam nyilvánvalóan nem lehet tárgy, mert ahhoz egy másik énré, másik alanyra lenne szükség. Az egyetlen valóság, ami alkalmas és képes az Én tapasztalására a világosság, a figyelem – az egyetlen, aki *ön maga* lehet, minden *mást* ő világít, ő jelenít meg. A világosság az igazi Én vagy Önmagam.

Az igazi Én megmutatkozik pl. abban, hogy rá tud látni, reflektálni tud a hétköznapi tudatra, ahol ez tárggyá válik. Az „alany”, aki rálát, a – minden pillanatban a jelenlétben tartózkodó – igazi tanú, igazi ÉN. De még ebben a reflektálási tevékenységen sem ébred fel az ÉN, legfeljebb egy villámgyorsan eltűnő pillanatra. A felébredés a figyelem koncentrátságában történhet meg – akkor éli át magát a lélek úgy, mint *tudati lélek*⁸.

A világosság fölébredése azt jelenti, hogy világosságként éli át önmagát, tehát üresen, nem valamilyen formában. Ha jelen van valamilyen forma, tartalom – mint a reflektálásban –, akkor az öntapasztalás érthető módon csak egy pillanatra történhet meg. Ahhoz, hogy tartós élménnyé váljék, a figyelemnek üressé, formamentessé kell válnia és úgy is kell maradnia. (*Szellem-én, életszellem*⁹.)

⁸ Rudolf Steiner kifejezése az ember ma esedékes lelki-szellemi fejlettségi szintjére. Kühlewind fenti gondolatmenete rámutat arra a nagyon lényeges pontra, hogy ennek csak a lehetősége adott (a reflexió képességében), de megvalósításhoz el kell sajátítanunk a koncentráció és meditáció mozdulatait.

Vö. R. Steiner: *Theosophie*, GA 9, és *Die Geheimwissenschaft im Umriss*, GA 13.

⁹ Rudolf Steiner kifejezései az ember továbbvezető lelki-szellemi fejlettségi szintjeire, amelyeken azonban már ma is esedékes dolgoznia a koncentráció és meditáció segítségével. Ld., mint fent.

A hétköznapi „öntudatot” nevezhetjük *lelki öntudatnak*. Jellemzője, hogy mindig szüksége van tárgyakra vagy múlt formákra, azért, hogy rajtuk érzékelje, tőlük megkülönböztethesse magát. A szellemi öntudat tud önmagáról, nincs szüksége tárgyakra, nem dualisztikus tapasztalás. Akkor is üres marad önmagában, ha *egyszersmind*¹⁰ formákat, tartalmakat is átél. Ez ellentmondani látszik a korábban leírtaknak, miszerint csak az üres figyelem tudja tartósan átélni önmagát. Valójában két különböző szintről van szó: az üresség első szintje nem tud tartalmakat elviselni (ha tartós akar maradni), az üresség második, megerősödött szintjét és öntapasztalását nem zavarja tartalmak jelenléte. A tartalmak itt azonban nem tárgyak (az élmény nem dualisztikus), hanem a szakadatlan ÉN metamorfózisai, úgy, hogy az ÉN egyszersmind saját üres lényét is átéli. Ezzel minden koncentráció (a gyakorlása is) elnyeri mélyebb értelmét. Először a tárgy (pl. egy képzet) a képzetalkotó figyelem erősödését szolgálja. Ha elég nagy az intenzitás, akkor a figyelem elengedi tárgyát és átéli önmagát üresen, ÉNNÉ válik. Ha tovább növekszik az intenzitás, akkor az ÉN metamorfózisaként élhetjük át azt, ami korábban a tárgy volt, nem dualisztikusan, anélkül, hogy az ÉN elvesztené önmagát. A dualitás nyelvén – paradox módon – kifejezve: a tudat egyszerre üres és tartalmazza a VILÁGOT. Archaikus kultúrákban (és nyelvekben) az emberiség a világ részeként élte át magát, illetve a dolgokat annak, amit *ma* „tudati tartalomnak” neveznénk. Ez azonban nem volt se én- se ÉN-tudat, ezért az emberek akkor nem élték át se a világot, se a VILÁGOT, se a lelki, se a szellemi öntudatot. Erre a fajta „tapasztalásra” (tulajdonképpen már ez a kifejezés sem felel meg a tényeknek) nincs kifejezésünk. Ugyanez érvényes az egészen kis gyerekek az archaikushoz hasonló élményfajtáira is.

Észre lehet venni, hogy az ember hétköznapi adottságaiban sem él forrásaitól teljesen elválasztottan. Idetartozik az a képessége is, hogy figyelmének irányításával változtatni tudja figyelme tárgyait. Mert amikor áttérünk az egyik tárgyról egy másikra, akkor a figyelemnek egy – általában nem tapasztalt – pillanatig üresnek kell lennie. Üresnek az első tárgytól, hogy a másodikat ne zavarják az első tárgy bármilyen maradványai a tudatban. Az üres figyelem tudatos átéléséhez vezető gyakorlatok egy része abban áll, hogy megtapasztaljuk a két tárgy észlelése közben fellépő ürességet.

A „tárgy” úgy jön létre, hogy a figyelem nem éli át saját azzá-válását, ahogy állandó, gyors ingamozgását az odaadottság és a magam-ézés között sem. Ezért tűnik úgy, hogy a tárgy „ott” van, „függetlenül” tőlünk, észlelési tevékenységünktől. Ami részben meg is felel az igazságnak, mert hétköznapi figyelmünk, ami fölött rendelkezni tudunk, nem a teremtője az általa észlelt képeknek – ideértve az összes észleleti (hallási, tapintási, ízlelési stb.) „képet”. Ennek a figyelemnek a forrása azonban, az ÉN, világossággal teli azonosságban van a világgal, egyszersmind maga a VILÁG. Benne a tudatosság valóban azonos tartalmaival, egy velük. Hétköznapi figyelmünkben ennek az egységnek az árnyképei jelennek meg, részlegességükben – részekre esve, diszkontinuitásban, összefüggéstelenül –, ők alkotják a tárgyi világot. Ahhoz, hogy eljuthassunk ennek a belátásához, a tudatnak meg kellene tisztítania, üresítenie magát minden hétköznapi tartalomtól – minden részlegességtől, a rész szerint valótól¹¹ –, hogy létrejöhessen benne a VILÁG. Létrejöhessen, nem

¹⁰ Vö. R. Steiner, *Die Geheimnisse der Schwelle*, 1913. augusztus 26, GA 147: „... a látó tudatnak megvan az a rugalmassága, ami képessé teszi arra, hogy bizonyos feltételek mellett mindkét állapot jelen legyen, hogy az ember bizonyos értelemben egyrészt képes átalakulni bármivé, másrészt a lélek bizonyos részét mégis összetartja, amely önmagában nyugszik. Az elementáris világban egyszerre lehet az ember éber és alvó.”

Ld. a hivatkozott részt a 17. füzet 72. oldalán: *Egyszerre*.

¹¹ Pál apostol 1. Korinthusi levele, 13, 9-10: „Mert rész szerint van bennünk az ismeret, rész szerint a prófétálás: De mikor eljő a teljesség, a rész szerint való eltöröltetik.”

„megjelenhessen”. Ezt a folyamatot számos különböző spirituális hagyomány *megtisztulásnak* nevezi. Utolsó lépése a figyelem forma-nélkülisége vagy üressége a figyelem különböző szintjein, kezdve a gondolkodó-képzetalkotó figyelemmel, ami ugrás nélkül alakul át érző, majd akaró figyelemmé. Üressé válhat pl. gondolkodó-képzetalkotó minőségében anélkül, hogy az érzésben és az akaratban is már „tisztá” – formától mentes – lenne.

A nem-folytonos tudati funkciók forrását az emberi nyelvekben találtuk meg, amelyek kivétel nélkül nem-folytonos, egyszersmind hierarchikus szerkezettel rendelkeznek: szó, mondat, bekezdés stb. Amennyiben az ember szavakban (fogalmakban) gondolkodik, és észlelését fogalmak hatják át, diszkontinuitás jön létre a tudatban, és ezért a világban. Meg lehet azonban mutatni, hogy a figyelem, vagy tudatosság a hétköznapi életben is tud folytonosan működni, sőt bizonyos esetekben nem is lehet másképp.

Ezt a fajta működést a „dallam-hallás” jelenségén keresztül érthetjük meg a legjobban. Kívülről nézve, fizikai szempontból egy dallam hangok sorából áll, amik egyáltalán nem folytonosan jelennek meg; egyik a másik után. Aki így hallja őket, ahogy egyenként fellépnek, nem hallja a dallamot (ilyen emberek valóban vannak, akik vissza tudják ugyan adni az egymás utáni hangokat, de anélkül, hogy összefüggésüket átélnék). Ahhoz, hogy meghalljuk a dallamot, olyan állapotba kell kerülnünk, amit nehéz leírni. Ehhez ugyanis nem szabad a már elhangzott hangokat „elfelejteni”, elveszteni a tudatból, de anélkül, hogy egyenként emlékeznénk rájuk. Mert, ha az egyes hangokra emlékezünk, kiesünk a dallamból. Másképp kifejezve, együtt kell „úsznunk” a történéssel, megtartani azt, ami már megtörtént, és mégis folyamatosan a jelenlétben maradni.

Világos, hogy ez az „együttúszás” az érzésben történik. Aki csak a hangokat hallja, de a dallamot nem, éppen erre nem képes; a folyamatos tapasztalásra az érzésben. Minden nehézség nélkül észlelni tudja az egyes hangokat, de nem váltanak ki benne érzésszerű tapasztalást. A zene-pszichológia számára ismert jelenség a dallam-hallás paradoxonja. Sokkal kevésbé mondható el ugyanez egy mondat értésére vonatkozóan.

Olvasunk vagy hallunk egy mondatot. Ahogy a dallam egyes hangokból, úgy a mondat egymást követő szavakból áll. Ha meg akarom érteni a mondatot, akkor nem szabad az egyes szavakra emlékezni (mi is volt az első, a második szó?), de el se szabad őket vesztenem, mondjuk teljesen elfelejteni, hanem együtt kell mozognom egymásutániságukkal, hasonlóan ahhoz, ahogy dallam hangjaival.

Láthattuk tehát, hogy utólag reflektálva még a hétköznapi tudat is meg tudja figyelni a figyelem azzá-válását az érzésben – és az akaratban is. Ugyanilyen világos, hogy ez az érzésben – a közönséges emóciókban is – mindig folytonosan történik, szemben a fogalmi vagy pusztán szavakban lejátszódó gondolkodással. Egy mondat értésekor megjelenik az áramló – a szavakra való szétszaggatottságot legyőző – folytonos gondolkodás. Nem lehet megszámolni, hogy hány értésem volt az utolsó tíz percben, mert az értés állapot. A gondolkodásbeli értés is közel áll az érzéshez: egy közvetlen érzés mondja meg, hogy megértettem-e valamit, vagy sem. Tévedni csak az első esetben lehet: az előfordulhat, hogy félreértettem valamit; de ha az az érzésem, hogy nem értek valamit, akkor minden tévedés kizárt.

A folytonos figyelem legkisebb egysége bizonyára a különbségek észrevétele. Ha észreveszem a különbséget két tárgy között, akkor nem elég, hogy először megfigyelem az egyiket, azután a másikat, mert ez még nem vezetne a különbséghez: ahhoz mindkettőt kell

észlelnem, folytonos átmenetben egyikről a másikra. Amit „összehasonlításnak”¹² hívunk, nem más, mint ez a kicsi folytonosság.

Ez a többé-kevésbé tudatfölötti folytonosság (nem tudjuk, hogy *hogyan* hozzuk működésbe a tudatosság folytonosságát) abban írja le a legnagyobb ívet, hogy állandó, implicit tudásunk van a saját életünkről, van valami állandó orientációnk az életben. Ha ezeket a sorokat olvassa, kedves olvasó, akkor tudja, hogy miért is teszi, anélkül, hogy gondolkodnia kéne róla vagy emlékeznie kellene rá. Arra persze emlékezhet, hogy *hogyan* jutott hozzá a könyvhöz, ki ajánlotta, mikor kezdte el olvasni stb., de ez aligha fog sokat hozzátenni az adott pillanat, az adott *helyzet* tudatosságához, ahhoz, amit amúgy is „tud”, ill. inkább *érez* cselekvése pillanatnyi értelméről. Ezt nevezhetjük az *élet dallamának*, ahogy H. Bergson¹³ teszi. A hétköznapi tudat alatt vagy fölött – félig vagy teljesen tudatfölötti módon – megbújik egy folyékony dallam-tudat az érzésben, ami megmondja, hogy otthon érezzük-e magunkat az életünkben, vagy éppenséggel eltévedtünk.

Arra emlékezünk, ami ennek a dallam-tudatnak vagy benne történik. Az emlékezési képesség szelektivitása, vagy kihagyásai, pl. a rövid-távú emlékezeté öregkorban, arra utal, hogy bizonyos eseményeket nem követ az érző, folytonos és nagyrészt tudatfölötti figyelem. Az emlékezés az érzésben gyökerezik. Ha pl. elfelejtünk egy különben jól ismert nevet, és valaki „javaslatokat” tesz, hogy mi lehet az, akkor teljes biztonsággal utasítjuk el a nem megfelelő neveket, és fogadjuk el a helyeset. Az érzésben nem „felejtettük” el, ezért tudunk biztosan „választani”, csak nem találta meg az utat a gondolkodáshoz.

¹² Vö. G. Kühlewind: *Melodie und Stille*; egy sárga és egy piros rózsa különbségének észlelése (30. old.)

¹³ Henri Bergson: *The Creative Mind*. Vö. 17. jegyzetfüzet, 86. old.

Meditatív összefoglalás

0. Minden, ami megjelenik, üres tudat.
1. Amivé a figyelem *válik*, azt észleli egyszersmind.
2. A figyelem mindig önmagát látja.
3. A megtisztulás a figyelem üressé válása.
4. A VILÁG látás.
5. A látás az egyetlen valóság.
6. A koncentráció célja, hogy ráébredjünk a dolgokra.
7. Folytonosan érzünk, nem szakaszosan.
8. A megismerő – utánzó – akarat folytonos.
9. A teremtő akarat folytonos.
10. A dallam világunk szimbóluma.
11. A tudatosság mindig üres – minden pillanatban.
12. A különbségeket a megkülönböztetés nélküli figyelemmel észleljük.
13. A világ értelmes – ez a Logosz hite (bizonyossága).
14. Az ember értelemre hangolt – ebben áll Logosz természete.
15. A Logosz a VILÁG stílusa.

II. Az üres tudat a zen buddhizmusban

Minden meghatározottság, szavak, jelentések, fogalmiságok, mint „mint”, „kint”, „bent”, „fent”, „lent”, „itt”, „ott”, „most”, „örök” stb. a tudat meghatározottsága (a genitivus objectivus és subjectivus értelmében¹⁴). Maga a meghatározó azonban nem lehet meghatározott. *Hol* van akkor a (meg nem határozott) meghatározó tudat? A „hol” bármilyen, minden meghatározottságra vonatkozik.

Ez a kérdés kihúzza a talajt a racionális fogalmi gondolkodás, az érzésformákban mozgó érzés és a valami célra irányuló akarat „lába” alól. Nem marad semmi, semmilyen meghatározottság, és ez azt jelenti, hogy semmi, vagy üresség, vagy formamentesség – de még ezek sem úgy, mint meghatározottságok, hanem csak, mint valami mondhatatlanra utaló jelek. Eltűnik minden polaritás, mint „lét-nemlé”, „időbeli-örök”, „igen-nem”, mert ezek is meghatározottságok. Egyetlen szó, egyetlen jelentés sem maradhat meg ennél a radikális takarításnál, amivel kilépünk a „valamik” világából. Csak a *hallgató*, néma értés marad meg, egy állapot, ami azonnal megszűnik, amint feltűnik a látóhatáron egy forma, egy érzés, valaminek az akarása, egy fogalom.

Azt hívjuk létnek, aminek formája van.

¹⁴ A tudat határozza meg a tudatnak.