

Kondor Katalin–Doszpod Béla–

Hollós János–Jónás István

# HATODIK ÉRZÉK

Hunga-Print Nyomda és Kiadó  
Budapest, 1991

A könyv azért íródott, mert úgy érzékeljük, riportjainkat többen vissza szeretnék pörgetni, hogy újra hallhassák. Az írás lehetővé teszi ezt.

Ha úgy tetszik, provokáljuk önöket ezekkel a cikkekkel, tegyék fel önmaguknak is a riportokban elhangzó kérdéseket, és igyekezzenek tisztázni, életük milyen választ ad rájuk. Segítségnek szántuk tehát a műsort, és annak szánjuk most ezt a kiadványt is.

És még valami. Könyvünkkel egy időben megjelenik egy kazetta is, rajta a Hatodik érzék című rádióműsorból jól ismert Honti Magda meditációs gyakorlatai. Egy-egy fejezet után figyelmükbe ajánlunk néhányat ezek közül.

*Az alkotók*

# BELEÉLÉS, MEGÉRZÉS, EMPÁTIA, TELEPÁTIA

Hétköznapijaink tele vannak „csodákkal”. Olyan eseményekkel, történésekkel, amelyeket egyelőre mindhiába próbálunk a tudomány válaszaival érthetővé tenni, nincsenek tudós bizonyítékaink. Csak a feltevéseknél és – a továbbiakban ellenőrzésre szoruló – feltételes magyarázatoknál kell maradnunk. Mindnyájunknak vannak „rendkívüli élményei”, szeretteivel kapcsolatos különös megérzései, amelyek azután beigazolódnak. Kiderülhet, hogy több száz kilométer távolságban lévő személyre gondolva bizonyos időpontban, az illetővel ugyanakkor történt olyan esemény, amelyet képzeletünk önkéntelenül eléink vetített. Rágondolunk valakire, s lám, percekkel belül telefonon hív, mondani-valója van a számunkra. Gondolataink egymásra lelnek, függetlenül a távolságtól. Aggodalmaskodunk, félve egy lehetséges rossz bekövetkezéséről, például utazás közben elvész a pénziánk, s a rettegett esemény bekövetkezik. „Megálmodunk” valamit, amely azután „szóról szóra” megvalósul. Miféle különös történések zajlanak az emberben, és milyen közvetítőcsatornái, szállítóeszközei és titkos felvevőapparátusai lehetnek azoknak az észlelési folyamatoknak, amelyek „extraszenzoriálisak”, az emberi érzékszervek hagyományos megismerési csatornáin túl zajlanak? Meddig illetékes a válaszban a tudomány? Míg a beleélés, az empátia jelenségéről egyre többet tudunk, a telepátiáról vajmi keveset közölhet a tudomány.

A pszichológus e téren – a személyes tapasztalatok birtokában – két alternatíva között választhat: elbújik és nem válaszol, vagy vállalja a véleményét. Mivel tudományának egyelőre korlátozott és behatárolt ismeretei, jobbára hipotézisei vannak a parapszichológia illetékességi körébe utalt jelenségekről, megteheti, hogy elhárítja a véleménynyilvánítást.

A tudományos gondolkodás ugyanis racionalitást, axiómákon (bizonyított tényeken, „igazságokon”) alapuló állásfoglalást kíván: érvényes, bármikor ellenőrizhető állításokat, szigorú következtetéseket, szubjektív- és érzelmentességet. A tudomány alapja az objektivitás, célja pedig az igazságynerés. A személyes hitnek itt látszólag nincs keresnivalója. Ezzel állítható szembe, mintegy másik pólust képviselve, a misztikus gondolkodás, amelyben fogalmak, megkülönböztetések, axiómák nem léteznek, csak az Egységes, harmonikus egészet alkotó világ. A „misztikus” gondolkodás alapja a megismerés, a rácsodálkozás élménye. A világ feltárulkozásának célja pedig a „megvilágosodás”. A világról való gondolkodás eme két szélső pólusát képviselő gondolatrendszer között számtalan „világképváltozat” létezik, amelyeket a személyes hit állít előtérbe, akár megfelelnek a tudományos követelményeknek, akár nem. Az ugyanis mindig hit, mélységes belső meggyőződés kérdése marad, hogy melyik az a gondolatrendszer, amit magunk megfelelőnek, némelykor kizárólagosan jónak vélünk.

Végző soron tehát hit kérdése a választott gondolkodási rendszer, amellyel a világ dolgait a magunk számára értelmezzük. Hogy ez mennyire igaz, azt a világhírű fizikus, Heisenberg Niels Bohrhoz írt leveléből, egy anekdotikus történet idézésével példázhatjuk. Heisenberg arról számolt be barátjának, hogy szomszédja lópatkót szegezett az ajtajára. Amikor a tudós megkérdezte tőle, babonából teszi-e, a szomszéd öntudatosan válaszolta: szó sincs róla. „Mit gondol, nem vagyok én babonás, de azt mondják, ehhez nem kell hit, ez anélkül is segít!” A hitnek ezt a formáját nem kezdetik ki kétségek vagy kételkedések.

A pszichológus másik lehetősége tehát az, hogy személyes hite szerint nyilatkozzék arról, ami a tudomány határán túl van. Amire persze a tudomány már érvényes választ adhatott, azt természetesen objektív szakmai álláspontként képviselheti.

Mielőtt a második lehetőség mellett döntve összegezném a beleélés, megérzés, empátia, telepátia jelenségeivel kapcsolatos ismereteket és feltevéseket, előzetesen hadd utaljak egy olyan korjelenségre, amely általánosan megszabja a „titokzatos pszichológiai történésekhez” való viszonyulásunkat.

Olyan korban élünk, amelyben az ember „féloldalasan” működötti magát. Túlértékeli racionalitását, tudatosságát, elvont gondolkodását, a pszichikus lehetőségeiben adott másik pólust, az intuitív, beleérző-meg-

érző-megsejtő, érzelmi oldalt viszont háttérbe szorítja, olykor el is nemíti. Nem engedi működni, nem is érti a működési szabályait, igyekszik csökkenteni zavaró befolyását az életében. Az ember szinte megrémül a szokatlan, érthetetlen és megmagyarázhatatlan tapasztalattól. Félt, hiszen nem érti, hogyan keletkezhetnek benne rejtélyes (például „telepatikus”, extraszenzoriális) élmények, amikor neki azt kell tudnia és hinnie, hogy az ilyesmi „normálisan” nem történhet meg. Aki ilyesfélét átél, legjobb, ha hallgat róla, mert azzal „valami baj lehet”.

Három évszázada – s ez csekély idő az emberiség létezési idejéhez képest – „az ész az Isten” az európai kultúrában. A descartes-i „gondolkodom, tehát vagyok” tétel abszolút érvényűvé vált, a ráció, az intellektus, a tudatosság, a tudományosság, a tények, számok, mennyiségek, realitások bűvöletében élünk. Kultúránk, főként a nyugati kultúra, féloldalassá vált. Gigantikus méreteket öltött az „objektív elme”, a „bal agyfélteke” uralma. Tehát nem tekintjük teljes értékűnek, ami nem a racionalitás, a tér-idő-okság törvényeivel dolgozó, logikusan gondolkodó, tudatos tudatból származik. Megkínánjuk, sőt a normalitás mércéjévé is tesszük, hogy az ember mindig értse, magyarázza és magyarázhatóvá tegye átéléseit. Aronsonnak, a híres amerikai szociálpszichológusnak a *Társas lény* című könyve e mondatral kezdődik: „Az ember racionalizáló, nem pedig racionális lény.” A bölcs megállapítás az ember magyarázatadási kényszerére világít rá. A bal agyfélteke teljesítményére építjük világképünket. A másik oldalunk, a „szubjektív elme”, a „kozmoszus tudat”, az időtlen, a valóságtörvényeken túli, de saját, csodálatos törvényszerűségeivel dolgozó jobb agyféltekéhez hozzárendelődő képességeink – érzelmek, beleélés, ráérzések, látomások, álmok, képzelet, képi gondolkodás – szinte amputálva vannak a tudatossági kényszer miatt. Egyrészt igyekszünk őket kizárni a gondolkodás „tiszt” folyamatából (hiszen az érzések zavaróak), másrészt alábecsülve kigúnyoljuk, néha pedig abnormálisnak tekintjük „kozmoszus tudatunk” teljesítményeit. Bár a pszichológia egyre inkább arra hívja fel a figyelmet, hogy a kreativitás szempontjából a jobb agyfélteke „képességei” különös jelentőségűek, s bár tudjuk, hogy a „művészi, látóki agyfélteke” rendkívüli „meglátásokra”, felfedezésekre tesz képessé, mégis minden tényszerű bizonyíték ellenére gyanakvással kezeljük rendkívüli teljesítményeit. Ha kell, még önmagunknak sem hiszünk, letagadjuk különös élményeinket, sőt a szemmel látható tényeket is cáfolgatjuk, sem-

mint hogy azt kelljen beismernünk: fogalmunk sincs róla, hogyan lehetnek és közvetítődnek a „parapszichológiai” jelenségek. Ezért azután a hétköznapi, tapasztalati bölcsélet állítása („csak azt hiszem el, amit látok”) átfordul – a lelki védekezés révén – abba az érvényességbe, hogy „csak azt látom, amit hiszek”. A megfordítás nem szójáték. Az ember „nem akarja észrevenni” azt, ami a gondolkodásmódjával, szemléletével, hitével, tudásával, önmagáról kialakított képével ellentétes és ezért zavarteltő. Az elhárítás egyféle lelki védekezés, amellyel megőrizhető a lelki egyensúly. Ám a védekezés ellenére is fennmarad egy lelki háttérfeszültség, amely az adott dologra vonatkozó felfokozott kritikai szembenállásban vagy épp ellenkezőleg, a nagyfokú kíváncsiságban juthat kifejezésre. Akár az egyik, akár a másik lelki reakcióról legyen is szó, a még nem bizonyítható és tudományosan nem magyarázható emberi jelenségek iránti érdeklődés akkor is nagy, ha ezt az ember nem ismeri be.

Korunk emberének a racionalitás az anyanyelve. Ezzel az irracionálitást, valótlanságot, képtelenséget, abnormalitást állítja szembe. Ami tehát nem racionális, az valamilyen szempontból csökkent értékű. A racionalitás a tiszta észre, értelemre apellál, és kétségtelenül igényli érvényessége bizonyítékait. Ezek nem tartalmazhatnak szubjektív elemeket és nem rendelődhetnek alá az egyén szubjektív lelki (érzelmi, indulati, hangulati) állapotainak. Az úgynevezett „kozmosz szubjektív tudat” viszont az érzelmi logikában, az intuitív felismerések létrehozásában, a makro- és mikrokozmosz kapcsolatának, a világ és ember viszonyának ívfényszerű (flash) megteremtésében nagy mester. Különleges teljesítményeiről azonban azért is oly foghíjasok az ismereteink, mert „nyelve” nem anyanyelvünk, működési törvényeiről keveset tudunk. Megdöbbenünk, ha olyan „produkciókkal” lép meg bennünket, amelyeket a racionalitás törvényeivel nem tudunk magyarázni.

Íme, a két agyfélteke és a kétfajta emberi tudat különbségében felismerszik a gondolkodás lehetőségeinek azon két pólusa, amelyeket a bevezetőben a „racionális” és a „misztikus” világképben jelöltem meg. Bármelyik gondolkodásmódhoz állunk is közelebb, a tudományos lélektan nézőpontjából már sok izgalmas felismeréssel rendelkezünk a beleélésről, megérzésekről, ráérzésről, intuíciónak. Ezek elfogadása ténykérdés, érvényességük nem függ személyes hitünktől.

Lássunk minderre két konkrét esetet! Először egy édesanya meséli el közvetlen hozzátartozóival kapcsolatos különleges élményeit.

*Anya:* Sokszor álmodom éjjel és nagyon sokszor vannak rémálmaim. Ilyenkor előfordul, hogy anyám idetelefonál és felébreszt, pedig ő is aludt, csak fölriadt, mert olyan rosszat álmodott rólam. Én ilyenkor mindig mondom neki: milyen jó, hogy felébresztett, mert éppen szörnyű álmom volt.

– Milyen gyakoriak ezek a közös élmények? Van valamilyen periódus?

*Anya:* Nem figyelem, hogy havonta hányszor történik meg. Egyszerűen nem tartom számon. Az első gyerekemnél például megéreztem, hogy gyerekem lesz. Fölbredtem éjjel és pontosan éreztem, hogy gyerekem lesz. Hiába mondják az orvosok, hogy ötnapos terhességet nem lehet megérezni. Mindez körülbelül akkor történhetett, amikor az éppen osztódó petesejt megtermékenyült, azaz beágyazódott a méhnyálkahártyába. Ugyanez történt a második gyerekemnél is, azzal a különbséggel, hogy akkor egy hangra ébredtem. Azt mondta: gyerekem lesz. Felültem az ágyban, fölbredtem és csak néztem, s akkor még egyszer megszólalt a hang: gyereked lesz. Visszafeküdtem, mert azt hittem, hogy nem lehet gyerekem. Olyan partnerem volt akkor, akiről úgy tudtam, hogy nem lehet gyereke.

– Mert?

*Anya:* Mert az édesapának azt mondták, nagyon kicsi a valószínűsége, hogy természetes úton valaha is gyereke lesz.

– Teljesen nyugodt voltál, tehát ez a hang nem lehetett egy pszichés félelemből fakadó figyelmeztetés?

*Anya:* Nem. Abszolút nem. Egyáltalán nem voltak ilyen félelmeim, mert teljesen biztos voltam benne, hogy nem lehetek terhes.

– És ehhez a hanghoz volt valamilyen kép?

*Anya:* Nem. Azt tudom, hogy magas hang volt, de nem férfié és nem nőé. Idétlenül hangzik, de nemtelen hang volt. Amit azóta sem értek, az a ragozás. Helyesen: gyerekem lesz, gyereked lesz, gyereke lesz, gyerekünk lesz, gyereketek lesz, gyerekük lesz, de ahogy hallottam azt, hogy gyerekem lesz, az más volt. Benne volt a gyerek szó is, birtokosraggal benne volt a lesz szó is, de nem a lehetséges hatféle bir-

tokragos szerkezettel. Azóta is ragozom, de nem tudom, valami hetedikfajta ragozás volt.

– Hiszel Istenben? Tehát ezt a hangot úgy fordítod le magadnak, hogy isteni beavatkozás volt?

*Anya:* Nem, én nem vagyok se katolikus, se református, se buddhista, semmi, semmi. Szerintem a saját szervezetem szólt hozzám, illetve talán a gyerek, de semmiképpen sem Isten.

– Vannak más típusú megérzéseid is, vagy csak a gyerekeddel, vagy csak a mamáddal kapcsolatos megérzéseid vannak?

*Anya:* Magammal kapcsolatos megérzéseim is szoktak lenni.

– Azaz?

*Anya:* Nagyon sokszor volt, hogy kellemetlen helyzetbe kerültem egy olyan emberrel, akivel nem volt túl jó a viszonyom, ezért nyíltan nem mondhattam meg neki a bajomat. Ilyenkor mit csinál az ember? Hazudik. Mit tudom én: otthon vagy holnap délután? Nem, nem vagyok otthon, mert el kell menni orvoshoz, beteg lett a gyerek. Ilyet már nem is merek hazudni, mert mindig bejött. Beteg lett a gyerek. De ez nem egyszer-kétszer fordult elő. Ha valami olyasmit hazudok például, hogy nem lehet, mert anyám rosszul lett, akkor biztos, hogy bejön.

– Rosszul lesz a mamád?

*Anya:* Igen. Vagy egyszer azt mondtam, úgy hashól, hogy nem érek rá, mert színházjegyet kaptam, és akkor tessék, beállít este egy barátom, hogy vett két színházjegyet, menjünk színházba, és tényleg elmegyek színházba. Vagy, amikor szigorlatozni mentem, édesanyámék nagyon idegesek voltak és idetelefonáltak: megvan már? Hazudtam egy nagyot. Persze, megvan: ötös, kész. Másnap elmentem, de úgy, hogy nem is tanultam a szigorlatra, és ötös lett. Ilyen máskor is előfordult, mert mindig meg kell őket nyugtatni. Kérdezték: hányas? Mondtam: kettes. Tényleg annyi lett. Mindig annyi, amennyit hazudtam, pedig tudatosan nem hajtottam a vizsgán arra a jegyre.

Egypetéjű ikreknél, illetve kétpetéjű, de azonos nemű ikreknél is igen gyakoriak az ilyen élmények. Erről szól a következő beszélgetés.

– Egy hete történt a következő eset. Az ikertestvéremmel találkozót beszéltem meg a Margitszigeten. Sétálgattunk, beszélgettünk, egyszer csak azt mondja nekem: hoztam valamit, s elővett egy csomag földi-

mogyorót. Rámosolyogtam, és én is kinyitottam a retikülömet. Nevetni kezdett: csak nem te is? Nálam is földimogyoró volt. Amikor együtt laktunk, többször előfordult, hogy úgy jöttünk ki a szobából, hogy mind a ketten fogtuk az arcunkat és nem tudtuk, sírjunk-e vagy ne vessünk. Tudniillik ugyanazon az oldalon, ugyanaz a fogunk fáj. Vagy: 1952. szeptember 20-án szült az ikertestvérem. Nem tudhattam napra pontosan, mikor fog szülni, 1952. szeptember 20-án mégis egész éjjel sírtam.

– Miért?

– Nem tudom. A férjem megkérdezte: mi bajod van? Fáj valamid? Nem fáj semmim. Akkor miért zokogsz? Mi jutott eszedbe? Nem tudom, miért sírok. Nem tudom, mi bajom van – ismételtetem. Később megtudtam, hogy az ikertestvérem aznap éjjel szült.

– Nem jutott eszébe akkor, hogy a nővére kórházban van és esetleg valami komplikáció jöhet közbe?

– Nem, nem. Annyira fiatal voltam, be sem töltöttem a tizennyolcat. Nem jutott nekem eszembe olyasmi, hogy valami történhetett vele, egyszerűen csak nem tudtam, mi van velem. Másnap reggel, amikor elmesélte, hogy egész éjjel vajúdott, négy órán keresztül, a körmét rágta, úgy szenvedett, mert nagyon nehezen tárgult, átkaroltam, megint elsírtam magam és azt mondtam: Irén, én éreztem, hogy veled valami baj van.

– Akkor tulajdonképpen azt is mondhatjuk, hogy közösen születtek, olyan értelemben, hogy valamennyire átvette a terhet?

Hát igen.

– Önnek van egy harmincnyolc éves fia. Amikor szült, nem érzett valami *déjà vu*-t, tehát azt, mintha mindez egyszer már megtörtént volna önnel?

– Én sokkal könnyebben szültem. Talán azért, mert az ő szenvedése megkönnyítette az enyémet. Tudatosan vagy tudat alatt, de már bennem volt, mivel jár a szülés. Ha már a gyereknél tartunk: 1955-ben elmentem a testvéremhez és mondtam neki, hogy terhes vagyok, de olyan nyomorban élek, hogy nem szeretném a gyereket megtartani. Rám nevetett és elmondta, ő is terhes. Kiderült, hogy ugyanabban a hónapban maradt terhes másodszor, mint én. Végül én nem vállaltam a gyereket, de ő megszülte.

Egyetétű ikreknél, illetve kétetétű, de azonos nemű ikreknél igen gyakoriak az ilyen élmények; ezt már René Zazo is leírta egy 1960-ban megjelentetett könyvében. Én is megfigyeltem a saját gyermekeimnél – bár őket, mint különmemű kétetétű ikreket, csak testvér szintű hasonlóság jellemzi –, hogy ezek az extraszenzoriális percepciók élmények, ahogy mi a telepatikus jelenségeket nevezzük, igenis sűrűbben fordulnak elő náluk, mint az egymást nagyon szerető testvéreknél. Az úgynevezett telepatikus jelenségekre e pillanatban nem tudunk a tudomány eszközeivel válaszolni. Egy tény, hogy léteznek. És ikreknél gyakoribbak.

Nos, miről is van szó? A szoros érzelmi kapcsolat s a megkülönböztetett mélységű empátia (az egymásba való beleélési készség) mindig is létrehozott különleges ráérzési jelenségeket. Ha azonban ez egy bizonyos percepciók térben történik, mint például anya és gyereke esetében, akkor egyáltalában nem tulajdonítunk neki különösebb jelentőséget. Nem is próbáljuk megmagyarázni, miért van az, hogy a csecsemő akár egy rendellenes szusszanására azonnal felriad a természete szerint egyébként hétalvó anya? Miféle jelzés az, amely szinte szubliminális, tehát ingerküszöb alatti, alig észrevehető, és az anya mégis reagál rá? Van az empátiás, a különleges szeretetkapcsolatnak egy olyan kifinomult percepciók szintje, amely ilyenkor az ingerküszöböt is megváltoztatja, és az egyébként szinte alig észlelhető-érzékkelhető – a köznap érzékenység, idegrendszeri küszöbérzékenységek szempontjából nem is fölfogható – ingereket már fölfogja. Ha azonban anya és gyermeke vagy az ikerpár egy térben van, akkor ennek megvan a realisztikus percepciók bázisa, magyarul szólva, normális lélektani jelenségről van szó. De mi van például olyankor, amikor több száz kilométer választja el a két gyermeket?

Egyszer a lányom egészen a sírás feszültségéig érezte, hogy a testvérével, aki akkor külföldön volt, valami baj történik, és valóban, történt is odakinn egy apró baleset. Egyáltalán nem volt veszélyes, de tény, hogy a lányom megérezte. Még egyszer visszatérnék arra az alaptételre, hogy minél szorosabb két ember között az érzelmi kapcsolat, vagy minél szorosabbá válik valamilyen speciális helyzet révén, annál könnyebben azonosulnak egymással. Némelykor ezt a mozgásazonosság is kifejezi. Például a szurkolók a meccsen, teljesen, tükröképesen azonos lesz a mozgásuk a játékosokéval. S nem is veszik észre: ezek teljesen öntu-

datlan folyamatok. Ugyanilyen öntudatlan azonosulásos a beleélés (empátia); mindennapos jelenség az emberi kapcsolatokban. Amikor valakivel azonos lelki hullámhosszra tudunk kerülni, átérezzük azt a lelkiállapotot, amelyről szavaival, testtartásával, mimikájával, gesztusaival informál bennünket, és ezt az „érzelmi megértést” ki is fejezzük, vissza is tükrözzük valamiképpen (például közöljük megértésünket), akkor empátiás választ adunk. Az empátia összetett lelki történés. Két szakasza van: az érzelmi állapot belső átvétele és megélése, azután az átélésből születő, tudatosító megértés fázisa. Ez utóbbit tudjuk azután kifejezni, visszatükrözni a másik ember felé. Az első fázis (az érzelmi rezonancia) elsősorban a nem verbális kifejező közlések, a testtartás, mimika, gesztusok, szemkontaktus és a téri távolság (közelség) kódrendszere segítségével, öntudatlanul születik meg. A nem szóbeli kifejezésmódok „leolvasási”, jelentésértelmezési módja filogenetikusan programozott, azaz születésünktől adott, és genetikusan kódolt minták segítik a felismerési képességet. A mosoly az áuatvilágban még vicсорítás és megfélemlítés, az embernél viszont már az újszülött „mosolya” mást jelent. Spontán izomtevékenységet, az izomellazulásnak, a kellemes közérzetnek a kifejeződését. Az emberi lét első két, két és fél évében szinte öntudatlanul, mégis kitörölhetetlen erősséggel vésődnek be az emberi környezet mozgásos, „metakommunikatív” közlései, és ekképpen is olvassuk le egész életünkben. „A megértés” alapsémáit magunkkal hozzuk, majd tanulással gazdagítjuk. A „látvány” már tudatosulása előtt létrehozza az emberi idegrendszerben azoknak a belső pályarendszereknek az izgalmát, amelyek az adott mozgás végrehajtásáért felelősek. Igen sajátos, hogy az érzelmek olvasásában az állatoknál (még az emberszabású majmoknál is) működik az *echo-jelenség*. A majom például látja társa szenvedését a szomszédos ketrecben. Egy pillanatra átveszi azt a pózt és mozgást, amelyet a társa produkál, és ezáltal „megéri”, vagyis átéli a társ szenvedését. Az embernél az önkéntelen utánmozgással történő lelkiállapot-leolvasás már nem (vagy csak rendkívül ritkán, felfokozott lelkiállapotokban) működik. Így történhet, hogy a drukker ordítva buzdítja a pályán a futballistát, miközben lábával ő is nagyot rúg a képzeletbeli labdába.

Ez a különös jelenség áll elő a szerelmeseknél is, amikor tökéletesen azonos testtartásban, szinte egyé válna sétálnak. Lépésritmusunkat mi is önkéntelenül összeigazítjuk azzal, akivel beszélgetés közben együtt

lépegetünk. Az ilyen mozgás- és mozdulatazonosságok önkéntelen történések, amelyek lehetővé teszik, hogy idegrendszerünkben ugyanazon „izgalmi folyamatok” menjenek végbe, és ezek előhívják azokat a pszichikai válaszokat, amelyek megfelelnek a másik ember belső állapotának. Ismereteink jelenlegi szintjén az empátia idegrendszeri történéseiben a belső „mozgásaktiváció” és a limbikus rendszeri izgalmi folyamatok (azaz öntudatlan érzelmi rezonancia) összekapcsolódó működését látjuk felelősnek az „önkéntelenül” létrejövő érzelmi megértésért, rezonanciáért. Az empátia második szakasza (a megértésből származó érzelem visszatükröződése) már tudatos folyamatok bekapcsolódásával zajlik. Amikor kifejezzük együttérzésünket, megértésünket, abban már a szó is szerepet kap. Mégis, a másik számára annál nagyobb értékű az érzelmi megértés, minél több „nem verbális” közvetítéssel történik ennek kifejezésre juttatása. A lélektani kutatások már a hatvanas években rávilágítottak a beleélés érzelmi megértési szakaszának automatikus, öntudatlan mivoltára. Minél több érzelmi tapasztalat vésődik be egy emberbe csecsemő- és gyermekkorában, annál „empátiásabban” képes felnőttkorban reagálni a másik emberre. A legkorábbi bevéődések, az úgynevezett öntudatlan minták azok a potenciálok, amelyek működésén és működtetésén a felnőttkori „érzelmi megértés” képessége alapul. Ha az empátiát fejleszteni akarjuk, akkor azt a másik ember mozgásos közvetítésű, metakommunikatív és/vagy nem verbális önkifejezésének a tanulmányozásán kell kezdenünk. A mélyebb beleélés érdekében pedig tréningszerűen kell gyakorolni azoknak a kifejező mozgásoknak az átvételét, amelyek az érzelmi megértés belső sémáit mozgásba hozzák bennünk. Azoknak az embereknek, akik hivatásuknak választották a „humán pályát”, vagyis emberekkel foglalkoznak (nevelés, újranevelés, gyógyítás vagy irányítás), elkerülhetetlenül gyakorolniuk kell empátiájuk, azaz beleélő-, átérző- és megértőkéességük fejlesztését. Amit eddig az empátiáról vázoltunk, nem teszi meglepővé azt az állításunkat, hogy ilyen pályákra legelőnyösebb a gazdag érzelmi táppal ellátott, jól „szocializált” embereknek irányt venniük.

Míg az empátiáról mint a másik embertől (valamilyen megtapasztalható kifejezési formán át) nyerhető érzelmi megértésről egyre gyarapodó ismeretekkel rendelkezünk a lélektanban, addig a telepátiáról, a megsejtésről és „ismeretlen közvetítés” (ESP, Extra Sensory Percep-

tion) érzékelésről egyelőre kevés érvényeset tud mondani a tudomány. Létezik azonban egy közbülső vagy áthidaló jelenség, az *intuíció*, amely közelít a telepátia megérthetőségéhez. Erről Carl Gustav Jung pszichológus már a húszas években megállapította, hogy az ember valósághoz való viszonyának egy sajátos módja. Észlelés, amelynek csak a végeredménye tudatosul, az „ingere” nem ismeretes. Az alapvetően extravagy introvertált (kifelé vagy önmagára irányuló) emberek pszichikus működéseit négyféle lelki funkció segíti: az érzékelés, érzés, intuíció és a gondolkodás. Az érzés és gondolkodás racionálisak, mivel az értelem segítségével minősítenek. Az érzés eldönti, hogy valami kellemes vagy kellemetlen, jó vagy rossz, a gondolkodás pedig a dolog „igaz – nem igaz” voltát válaszolja meg. Az érzékelés és intuíció viszont azért nem racionálisak, mert nem dolgoznak értékítéletekkel. Olyannak fogadják el a dolgokat, amilyenek. Amíg az érzékelés biztosan „tudja” ingerforrását, addig az intuíció felismerései meglepetésszerűek, véletlenként hatnak. Az átélt nem mindig, vagy egyáltalán nem tudja konkrét ingerekhez kötni a felismerést. A négy funkció minden emberben bizonyos arányban működik, közülük egy fő funkciót nyer, azaz tudatos erősségévé válik az embernek, míg egy „ellenlábás” a fő funkció tudattalan ellenpólusaként működik. A színszimbolikában az érzékelésnek a zöld, a gondolkodásnak a kék, az intuíciónak a sárga, az érzésnek pedig a piros szín felel meg. A színek választásában tehát lelki potenciálok mutakozhatnak meg. A tudattalan „ellenlábás” funkcióját Jung azért tartotta döntőnek, mert szerinte „nem az van a mi kezünkben, hanem mi vagyunk az ő kezében”. Ami tehát fenn, a tudatos tudatban vezérel, annak ellentéte a tudattalan tudatban (szubjektív elmében) nyugtalankodik és veszélyezteti az ember önrendelkezési képességét, áttörhet mint akaratlanul megnyilvánuló funkció. Az intuitív ember a miszticizmusra hajlamos. Az intuíció tehát öntudatlan, tudattalan érzékelés, amelynek csak a végeredménye tudatos. Az intuíció a szubjektív elme „érzékelő-eszköze”, kozmikus, időtlen és határtalan mozgásképességgel.

Jung írta le az úgynevezett *szinkronicitás* jelenségét is, amelyben az intuíció működése a legszembetűnőbb. Minden olyan történet, amely oksági összefüggéssel nem magyarázható, csupán „véletlennek látszó” időbeli egybeesések hozzák létre, szinkron mivolta alapján a szinkronicitás törvényével (a kozmikus tudat működésével) magyarázható. Egy beteg például elmesélte az álmát, amelyben egy különleges zöld, szka-

rabes-szerű bogár szerepelt. Az álom elmondásának pillanataiban Jung szobájának nyitott ablakán berepült egy különleges, zöld bogár, melyet Jung a kezébe véve megmutatott betegének. „Erről a bogárról beszél?” A betegre sokkolóan hatott a kép, a bogárban felismerte álma különleges tárgyát. Az élmény fordulatszerű javulást hozott az állapotában.

A különleges időbeli egybeeséseken és a jungi „szinkronicitás-törvényen” alapulhatnak a „telepatikus” jelenségek is. Egyszerűbb esetei a mindennapi „egymásra gondolások”-ból eredő kapcsolatfelvételek, amikor kitűnik, hogy a felek előzetesen – gondolatban – keresték egymást; a „megérzések” akár több ezer kilométer távolságban is „elérkeznek” a címzetthez. A Jung-féle szinkronicitás-törvénnyel a racionális, tudományos lélektannak mindössze annyi a problémája, hogy kénytelen azt hipotézisként kezelni, mivel a tapasztalati bizonyítékokon túl nem rendelkezik semmiféle tudományos ismerettel a jelenségről. Jung azt állította, hogy a szinkronicitás megértéséhez alapfeltétel a negyedik dimenzió létének feltevése és elfogadása. A még ismeretlen, de létezéséről a szinkronicitásban kétségtelenül hírt adó negyedik dimenzióknak saját törvényei, információs rendszere, egyelőre ismeretlen energiaáramlásokon alapuló befolyásmezője lehetséges, és semmi nem érvényesül benne a realitás tér-idő-oksági törvényeiből. Időtlen és határtalan, működése túlnyomóan öntudatlan, akaratlan, mégis „magasabb törvények” vezérlik.

A tudományos lélektannak ezen a ponton meg kell állnia, és tudatlanságunk beismerésével kell helyet hagynunk annak a feltevésnek, hogy létezhet olyan dimenzió, amelybe az embernek nem adatik szabad bejárása. E dimenzióknak és saját energiamezője működési törvényeinek megismerése még várat magára; bizonyító jelenségei – mint például az extraszenzoriális percepciók, szinkronicitási történések – pedig figyelmeztetnek a megismerés, megismerhetőség korlátaira, az emberi elme végességére és behatároltságára. Ahogy Ancsel Éva filozófus megfogalmazta: „Az ember végtelenre nyitott véges lény. Meg van érintve, meg van sebezve a végtelennel... Az ember és a végtelen nem találhatnak egymásban konfliktusmentes helyet.” (Ancsel Éva: Az aszimmetrikus ember, 1985.) A világra nyitott ember azonban áttöri az érzékelhető és érzékelt világ sorompóit, a létet azon túlra is extrapolálja. Megengedi az ismeretlennek a létezését, feloldja a konfliktust, mert még az ismeretlen is csak általa tudottan, elismerten létezhet. Így marad eleven a megismerés szárnya, a vágyakozás: bejárni, megművelni és ki-

művelni külső-belső világunkat, megőrizve hitünk képességét az egyszer elkövetkező megismerhetőségben. Amikor a pszichológus ezt írja, már „a szakmán túl” közli személyes véleményét, hiszen ezen a területen a szakembernek nincs érvényes tudományos közlendője. Legyen tehát akkor mindenkinek a saját hite szerint...

*Ha szükségét érzi, most hallgassa meg Honti Margó KAPCSOLAT-TEREMTŐ meditációját!*

# ÉLET A HALÁL UTÁN

A thanatológia kibontakozófélben lévő tudomány. Nemrégiben egy rádióriportomban a halálközeli élmények fázisainak magyarázatára (Earline Chaney értelmezése szerint) legelfogadhatóbbnak az ún. kundalini (khi-) energia (keresztény nómenklatúra szerint leginkább a bennünk lakó szentlélek-energiának lehetne nevezni) teóriát láttam. Kenneth Ring a klinikai halálból visszatértekkel kapcsolatban újabban megjelent közlései ma más értelmezést sugallnak nekem. Míg meditációban az agytörzsi ébresztőközpont és az előlötti agyi központok átlagon felül aktívak (s ezáltal képesek felfogni magasabb lelki-szellemi működéseink „vibrációit” is), a halálközeli állapotban ezek inaktívak (hacsak a klinikai halált megelőző szenvedés vagy az újraélesztési folyamat nem hozott létre egy „energiakilövellést”). Ezért most inkább úgy mondanám: a leállt működésű agyközpontok többé nem gátolják magasabb lelki-szellemi tevékenységeinket (amelyek képessége egészen a mindent tudásig elérhet), mert a köztük lévő kapcsolat megszűnt. A Kenneth Ring által leírt eset – mely szerint az újraélesztés után valaki szinte egy évig közel mindentudó volt (tudta, mit fog találni egy szobában, ha belép, tudta, ki mit fog mondani, miről beszélnek a harmadik helyiségben, mit közöl majd a rádió stb.), s e nagyon zavaró állapot csak folyamatosan oltódott ki – arra utal, hogy lelki-szellemi tudatosságunk, ha szabályosan kapcsolódik testi tudatosságunkhoz, akkor korlátozódik, leszűkül (és nyilván annak érzékszervi tapasztalásainkhoz kifejlődött nyelven is kifejeződik). A halálközeli élményt vagy súlyos balesetet, betegséget átélt emberekben sok más esetben is különös képességek, fokozott intuíció (látói, látónoki adottságok) maradt vissza, ami a szétkapcsolódás utáni nem teljes visszakapcsolódásra utal.

Ha egy rajzon (1. ábra) próbáljuk az ember testi-lelki-szellemi struktúráját ábrázolni, a fizikai test kontúrjai köré az „élő test burkát” kell rajzolnunk; ezenfelül meg kell különböztetnünk egy érzékszervi észlelésünk számára hozzáférhető, nagyobb, testünket körülvevő teret és mentális aktivitásunk még kiterjedtebb szféráját. A finomabb mentális (vagy szupramentális) imagináció, inspiráció, intuíció, pszi-képességek a jelek szerint az egész létező világmindenséget átfoghatják, tehát ezt még ennél is nagyobb körrel jelöljük. E működéseknek nyilván még valami nagyon finom anyag-energia a hordozója.

E három szféra történeseit együttesen nevezhetjük lelki működésünknek, s ez ágyazódik be a teljesen anyagatlan szellemibe, amely a spirituális tanítások szerint minden tudat forrása. A fentiek értelmében tehát testvázlatomat röviden így jellemezhetném: Engem nem a meztelen bőröm határol, hanem elérek a „világ végéig”...

Materialista tanításokon nevelkedve kicsit idegen ez a látásmód, ezért hadd idézzek a „XX. század misztikusai és bölcsei” között számon tartott, „megvilágosodott” nyugati kortársunk, D. E. Harding írásából. Tőle ered a „jelenben megélt halálélmény” (present death experience, PDE) fogalma, amelyet szerinte bármelyikünk olyan teljességgel megtapasztalhat, hogy több halálközeli élményre (near death experience, NDE) vagy halálélményre már nem lenne szüksége, mert „egy halálos ítéletet nem lehet kétszer végrehajtani”. Világképét néhány idézetével és gondolatai felidézésével jellemezném: „A középpontban tér nélküli, végtelen idő van (s ez így sem nem térbeli, sem nem időbeli), míg a másik véghelyzetben (a periférián) a tér időtlenné válik (s ez akkor ismét nem tér-időbeli). Mind az alászálló idő, mind a kiterjedő tér önmaguk gyilkosai.” Mi, emberek, egységes egészet képezzünk ebben az egész változó tér-idő dimenziójú világban, de egyetlen egységünket három szintre daraboljuk fel: egy tér-időbeli tudattalanra (ez a tudatosság nélküli anyag), egy, a megszokott értelmezés szerint testetlenre és tudattalanra: személyes és faji tudatalattira, ami téren és bizonyos fokig időn is kívüli, továbbá egy téren kívüli testetlenre, az anyag nélküli tudatosságra. (A harmadik kategóriát nevezzük a jelen tanulmányban szellemnek.) „Nem csoda, hogy világunk bolond: kétharmada eltűnt a tudattalanban.”

D. E. Harding a halálon túli élet három lehetőségét adja meg: 1. Túlélés a felemelkedő emberiséggel való azonosulás révén (ez nem ad sze-

mélyes halhatatlanságot és időbeli korlátja is kifejezett). 2. Lelki túlélés (a hindu hagyomány nomenklatúrájában: az ősök útja), ami mellett számos bizonyíték szól, ellene pedig kétségtelen módon egy sem. Eszerint (Harding megfogalmazásában): „A halál egy olyan kettéágazódás, amelyben a személyiség magasabb és alacsonyabb elemei szétválnak, az előbbi egyesül az egészszel, amelynek része, az utóbbi szétoszlik részeire, amelynek egészét képezte.” Erre utalnak olyan személyek beszámolóit, akik a halál közelében voltak, és egy összezavart – a testi szervekkel kapcsolatos – „alacsony tudatosság” és egy világos, az eseményeket nyugodt kívülállásban szemlélő – „magasabb tudatosság” szétválását tapasztalták. A „halottakkal való kapcsolatteremtés” és a lélekvándorlás és reinkarnáció sokféle variánsa együttesen e jelenségcsoportba tartozik, de nem ez a legmagasabb szintű vagy kielégítő válasz az emberi lét „ősi” alapkérdésére. 3. Feltámadás, vagyis túlélés az időn való felülemelkedés révén (hindu terminológiával: az istenek útja). Ennek felfogásához megszokott tér-idő szemléletünket – a valóság igényének megfelelően – ki kell tágítanunk. Meg kell értsük, hogy az idő megszűntetése egyben minden időbeli dolog megőrzése.

A befejezett kép megőriz és teljessé tesz minden ecsetvonást. Biztosak lehetünk, hogy a múlt mélységes kínjai, küzdelmei és örömei nem vesztek el és nincsenek elfelejtve, jelen törekvéseink nem mennek kárba. Ennek tudatában teljes éberséggel éljük meg az el nem haló életet itt és most az időben. Semmilyen ez alatti túlélési verzió, akármilyen emelkedett is – mondja Harding – nem üti meg a mércét. „Az ember kilencéltű macska: a kilencedik, minthogy halhatatlan, a többieket (az az alacsonyabb szintűeket) is halhatatlanná (tudatossá) teszi, de ezt csak nyolc halál halálával fedezheti fel.” „Meghalásunk felszámolása azon biedelmünk fokozatos visszafordítása, hogy mi élünk és az Univerzum halott... Azon illúziónk felszámolása, hogy a tudat vaj, ami egyre vékonyabb lesz, ha szétkenik a zsemle alakú Univerzumon, hogy az ízletesebb legyen, pedig a valóságban egyre vastagodik, míg végül minden csak vaj lesz, és nem marad kenyér.”

Fontos még leszögeznünk, hogy az egyidejű és örökkévaló szellemi központot, tudva vagy nem tudva, de soha el nem hagyhatjuk, az ugyanis minden változásnak ellenáll, költőibben kifejezve: „Az evolúció roppant hullámozása és áradása sem tudja megrendíteni az – idő alá merülő és fölé emelkedő – időtlenség szikláját érintő kézfogásomat.” Az idő rész-

leges elnyomásból ered, ha az egészet elfogadjuk, eltűnik. Mindebből az adódik, hogy magunkat teljességében kell elfogadnunk. Beszéljünk bár kármáról és metempsichóziról, eredendő bűnről és hústestről, kromoszómákról és génekről, *Id*-ről és transzindividuais tudattalanról, ugyanazokkal az elkerülhetetlen fogalmakkal találkozunk – a múlt örökségével és a jelen felelősségével. Életünk néhány tucat éve csak egy pillanat egész igazi élettartalmunkban. Sem mennyei, sem méhen belüli embriológiánk nem nyomható el, sem szárnyaink, sem farkaink nem hathatnak zavarólag. Nem fogadhatjuk el rövid létünket elvetve a tartósat, nem vallhatjuk meg mai bűneinket megtagadva az ezeréveseket, vagy megvallva ezeket, de megtagadva minden mai ember bűnét és fájdalmát. Mert csak egy Ember van, magasabb és mélyebb szintjeikben szorosan kapcsolódunk egymásba s a legvégső szinten eggyé válunk. Különálló *egója* felszámolását sajnos csak kevés ember teszi meg. Mint Harding mondja: „Nem közönséges bűnöző az, aki saját maga lefejezését végrehajtja. Számomra, ha tanúja lehetek a halálomnak, az azt jelenti, hogy túléltem azt. Raleigh lefejeztetése előtti imája: »Tégy az én lelkemre egy örök életű fejet«, már a kéréskor teljesült, mert egy örök érvényű valóság felismerésére irányult.” Ha átéltem, hogy mentális én-struktúráim hasznos képződmény, de különválasztottsága illúzió, akkor különálló énem halottá lesz, de barátom elevenen él bennem és immanens (bennem élő), s engem akadálytalanul átható Istenem pedig nem ismeri a halált. „Földi sötétségem méhében sok hosszú életű hős foganhatott meg, de meghalni csak az Ég Gyermeke nem halhat meg – Ő a Feltámadás és az Élet.”

Eme elvi fejtegetések után próbáljunk megint néhány szemléletes hipotézist felvázolni (alkalmazva a hinduista és buddhista kategóriákat is, de lehetőleg saját kultúránk nyelvén fogalmazva).

Az *I. ábrán* látható, hogy a fizikai testen belül 7 *csakra* (erőközpont, érzőkör) van. A legtöbb emberben a legalsó, ún. *gyökér* = *csakra* tájékán van egy nagy *kundalini energia* = raktár (a kundalini energiát keresztény terminológiával leginkább a bennünk lakó Szentlélek-energiának lehetne nevezni), az ilyen típusú külső energiákat viszont befogadni, felvenni nem tudja. (A külső energiák felvételét az *ego* gátolja.) Az ideális a külső-belső energiák folyamatos áramlása lenne, ekkor lennének az agyi központok annyira aktiváltak, éberek, hogy a teljes valóságot érzékelnénk. A szerelem is, a szenvedés is (esetleg a haláltusa is) fellelő hajtja

a nyugvó, raktározott *kundalini* erőket, az ilyen állapotban lévő emberek ébersége felfokozódik. 2. *ábránk* egy ún. kozmikus *mandala*. (A *man-dala* – szanszkrit szó – a lámaista szertartásokban használt sematikus világábrázolást jelent.) Az egész kör teljes megnyilvánult világunkat jelképezi, a külső kör „lehántolásával” a vastagabb, fekete körön belül maradó rész az ún. „túlvilág”. A középpont az örökkévaló, egyidejű szellemi „rejteke”, a legbelső körben a finom („szupra”-) mentális síkot, a következőben a mentális síkot, a legkülsőben az érzéki-fizikai valóságot tüntetjük fel. A hagyományos: Menny, Purgatórium, Pokol értelmezésében meg kell adnunk a Rossz, a Sötét valamilyen meghatározását is, ami a jó és rossz fölött álló középponton kívül lehetőségként és valóságként is jelentkezik. Nevezzük rossznak – az összetartó, jó erőkkal ellentétben – azt, ami az egészből különválni, különválasztani, szétdobálni, a harmóniákat megbontani igyekszik. Hogy ember léptékű példánál maradjunk: az emberfölötti rossz (a büszkeség és az elme bűnei) magunk fölé akar emelni, az ember alatti (a magasabb kontroll kizárása és a hús bűnei) magunk alá süllyeszteni. De nem tudják erőiket egyesíteni – és ez az igazi optimizmus alapja –, mert ha a kétféle gonosz bennünk egyesül, megszűnnek sajátos rossz tulajdonságaik. Csak a mi *Egész* voltunk, amelynek töredékei vagyunk, a mi gyógyító orvosságunk. Csak az *Abszolút Egység* időtlen birodalmában nem zárják ki, hanem erősítik egymást a független, szabad akarat és a tökéletes egység. „A Pokolban törekszem magamat magamban megtalálni, de az idő elpusztít engem. A Mennyben arra hajlok, hogy elveszítsem magam a Másikban, és az örökkévalóság megőríz engem.” A szellemiekhez legközelebb álló szupramentális régió belül tehát a harmonikus egység állapota a Menny, a maximális széthúzó, szétdobáló tendenciáé a Pokol, s a kettő keverékéé a Purgatórium.

A középpontban egyaránt elhelyezhető az Istenség, a teljes Szentháromság és az ember individuális szelleme úgy, hogy egyszerre egyik és egyediek (majd erre még meditatív élmény kapcsán adunk példát). A szupramentális belső körben (Menny, Purgatórium, Pokol) már különválnak a relatív létezők, a miénktől eltérő idődimenzióban ki-ki a maga „helyén”. A mentális szféra szorosan kapcsolódik az érzéki és fizikai síkhoz, úgyhogy itt nemcsak az összetartó és széthúzó erők arányát kell figyelembe vegyük, hanem a befogadó, a hordozó test agyának állapotától függő felébredettségi szintet is. Ennek megfelelően az át-

lagemberek alacsony éberségű közönyétől az éberség két irányban nő: a diszharmonia és a harmonia irányába. Diszharmonikus irányban éberebbek a szenvedő emberek (a csalódottak, gyászolók, depressziósok, megszállottak, őrültek stb.), míg harmonikusabb irányban éberebbek a „tündéri” emberek (az idealisták, lelkesek, álmodók, szerelmesek), a (harmonikus) zsenik (az őrült zseniket a szenvedőkhöz soroljuk), bölcsék, a szentek és látnokok, valamint az isteni (tudattal rendelkező) emberek. Lelki működéseink középpontja a mentális szféra, ezért a *lélek* éberségét ebben a körben tüntettük fel. A teljes felébredettségtől nagyon messze álló átlagemberekkel az „alvó lelkeket” egyeztetjük, a szenvedéstől éberebb embereket a „szenvedő” lelkekkel, a harmonikusan felébredő emberek lelkeit: az „álmodó” → a „részben felébredt” (legalább időnként kozmikus tudatállapottal rendelkező), → a „megvilágosodott” (személyes istentudattal működő) → és a „teljesen felébredt” (szellemi egységtudatban létező) lelkeként különítettük el. (A *mandala* néhány részének magyarázatától most eltekintünk.)

A halálban az érzéki-fizikai sík „lehull”, a lélek érzékszervi észlelései megszűnnek, mentális tapasztalásai megváltoznak, és e megváltozott állapotának megfelelően marad eredeti kategóriájában vagy lép át egy másikba, hogy azután egy, a miénktől eltérő idődimenzióban változzék tovább megfelelő kapcsolatai rendszerében. A halál utáni lehetséges váltás vulgáris példája az, hogy a testi kín megszűnése miatt a lélek a szenvedő kategóriából az alvóba lép át, és fordítva, ha egy alvó lélek nagyon ragaszkodott az érzéki-fizikai világhoz, ennek elvesztése a szenvedő lelkek közé sorolja. Érett *ének* esetében a halál pillanatában megpillantott szellemi központ fénye nem ijesztő, hanem vonzó, az ember „visszaadja lelkét Teremtőjének”, vagy legalábbis egy magasabb, szupramentális síkon meg tudja őrizni tudatosságát. „Boldog és szent, akinek része van ebben – az első – feltámadásban” – írja a Biblia. Akinek nincs, annak számára a lelki létforma lehetséges perspektíváiról az okkult irodalom – sajnos, vegyes szinten, sok fantáziával – értekezik. (Az örökkévalóságba beágyazott *itt és most* megélése lenne az igazi perspektíva, a túlvilági barangolások csak személyre szabott korlátok között indokoltak).

Mint már leszögeztük, a Szellem centrumában az egyéni szellem személyes és ugyanakkor Istennel és mindenkiel egy, s ezt a paradoxont a fizikai testben élő ember is megtapasztalhatja, mert órá ugyanúgy ér-

vényes. Hadd álljon itt a neves siddha-jóga mester, Muktananda meditációs tapasztalata példaként:

„Égészen beburkolt a meditáció. A szemöldökeim között egy fájdalom boldogságot éreztem s ezenközben egy apró, mérhetetlenül fényes, kéklő pont (az egyéni szellem „magva, csírája”) lépett ki a szemeim közül egy villám sebességével, aztán visszatért. De abban a pillanatban bevilágított mindent, minden irányban.

Nem is tudom leírni a kék gyöngy dicsőségét! Egyre nagyobb elragadtatást éreztem, és felfogtam, hogy az a gyöngédség, amit a mangófák iránt érzek, Isten feltétel nélküli szeretetének tükröződése. Most már úgy vágyom a meditációra, mint a kapzsi ember a gazdagságra. Egyedül Isten szeretetének megtapasztalásáért medítálok.

Drága tanítványaim, és akkor ismét valami új történt.

A csodálatos, ragyogó, kék gyöngy megjelent, majd számtalan sugarával elkezdett növekedni és ember alakot vett fel. Gyönyörű volt. Csendben állt és így szólt: Látok mindent, mindenütt. Mindenütt vannak szemeim és füleim, egész testemmel hallok. Láb nélkül sétálok s egy pillanat alatt ott vagyok, ahol akarok. És ha nagyon messze vagyok, akkor is itt vagyok, egészen közel. Minden test az én testem, és én mégsem test vagyok. Ezután újra gyönggyé zsugorodott és én átéreztem: „Ő én vagyok, én Ő vagyok.” „Te Isten vagy és Isten benned van.” Ha valaki ennem ad, ő eszi meg, ha virágot adnak, ő fogadja el, Ő az ezerlevelű lótusz kéklő drágagyöngye, ragyogó ékszere. Különböző a különböző emberekben és mégis ugyanaz. Mit mondhatnék még? Ő a Minden és Ő az Egy.

Egy ízben a kék fény isteni sugárzást bocsátott ki. A szétáradó, kék sugarak között megláttam isteni mesteremet, Nityanandát, amint kezét áldóan felemelte. Majd helyette hirtelen Shíva isten állt ott háromágú szigonyával. Olyan gyönyörű volt kékes tündöklése! És ahogy néztem, átváltozott, és én, Muktananda, álltam a kék fényben. Azután megint Shíva és ismét Nityananda. Majd a kék fény összehúzódott és visszaalakult kék gyönggyé.

Azóta minden egyes emberben meglátom ugyanazt a kék gyöngyöt. Ha valakire ránézek, először a kék fényt látom meg benne, s csak utána a külsejét. A külvilágban is látom a tudat tiszta fényét – azóta soha nem tűnt el. És megértem a régi vers szavait: »Megadatott nekem az isteni látásmód.«”

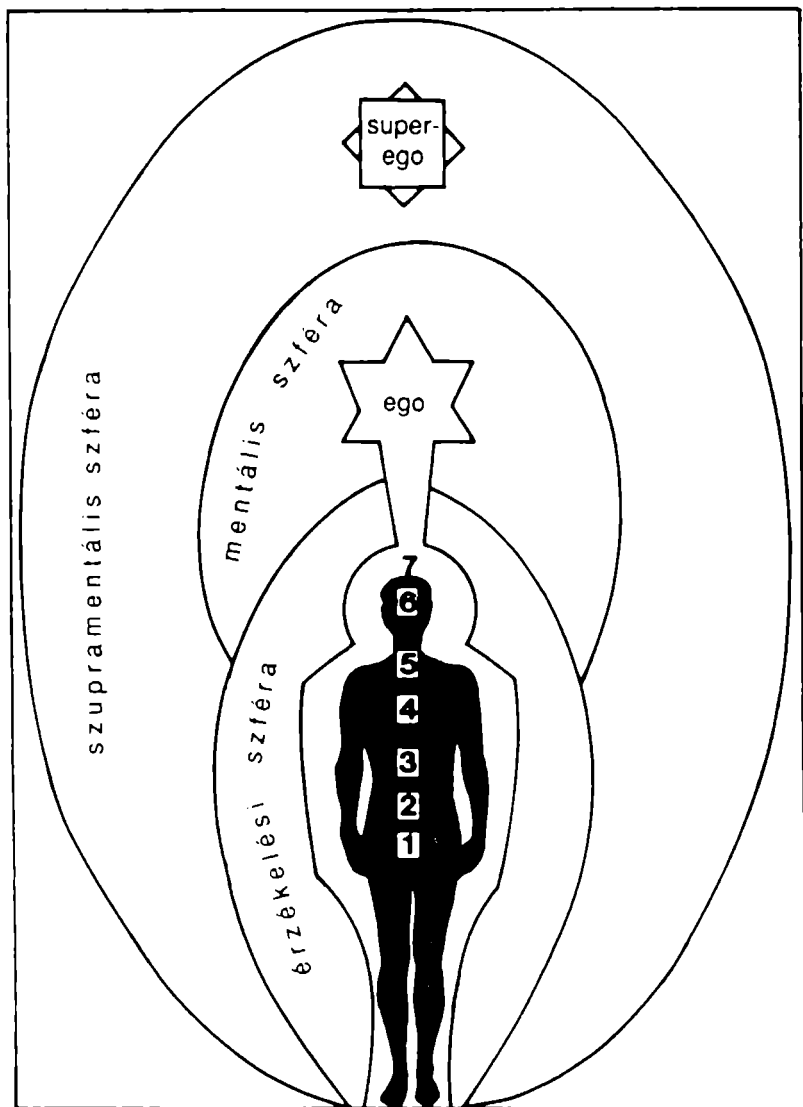
Ugyanilyen kék embert látott (a Fiú alakjában) a látomásos bingeni Hildegard is. Az individuális szellem és az istenség különállása és egy-sége pedig így jelent meg előtte: a csillagos égen kirajzolódott a Szentháromság háromsztatú, sátorszerű aransárkányként, s abban aranykarikákként tündököltek az egyes emberek szellemei. Középen, a Szent szellemnek megfelelő részből egy-egy arany köldökökzsinór futott minden szülőanyához, amin keresztül egy-egy aranycsepp a magzatba gördült. Egyébként a nagy misztikusok (Avilai Teréz, vagy kortársunk: Bernadette Roberts) az inkarnációt, a testet öltést, testbe öltözést nagyon nagy áldozatként élik meg, világunk minden szépsége ellenére akkora csapda-fogda az anyag a felébredt szellem számára. Erről a tudatszintről örömteli várakozással tekintenek a szellem testtől való felszabadulása felé, mert „hús és vér nem örökölheti a mennyeknek országát”. A „Halál, hol a Te fullánkod?” kérdésre ez a viszonylag kevesek diadalmas válasza. De a szent iratok reálisak, nem tagadják a halál letaglózó erejét és még hosszan tartó uralmát, csak azt jósolják: „Mint utolsó ellenség, töröltetik ek a halál”.

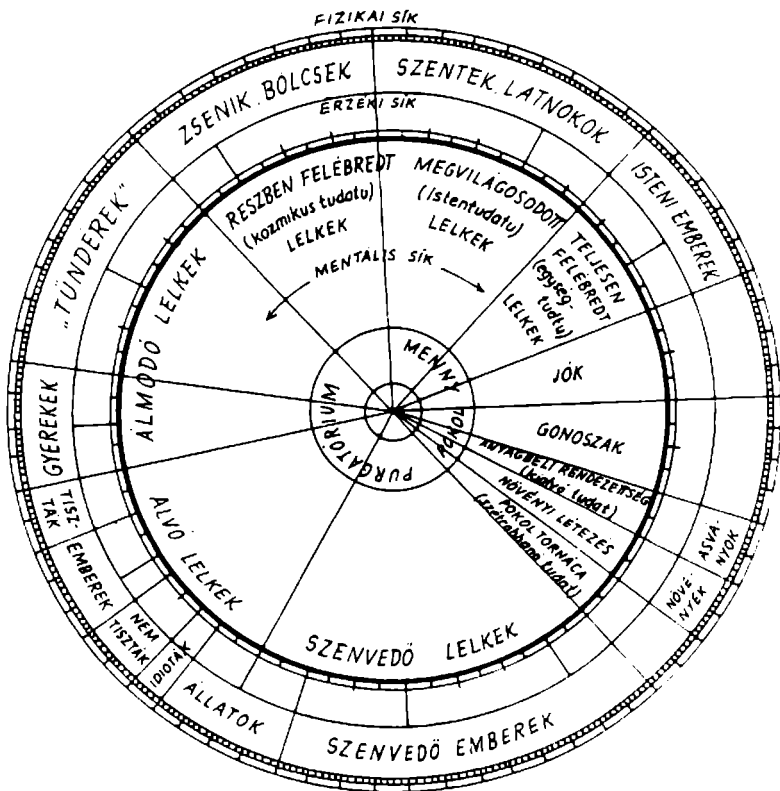
Addig választhatunk a Szabó Lőrinc megfogalmazása szerinti két változat között: Arasznyi létem van, a halál kényszerével. – Örök életem van, a halál jogával.

## IRODALOM

*Earline Chaney-W. L. Messick: Kundalini.* Astara, 800W. Arrow Highway, Upland, California 91786. *Anne Bancroft: Twentieth Century Mystics and Sages.* Heinemann, London, 1976. *D. E. Harding: The Hierarchy of Heaven and Earth.* Faber & Faber Ltd., London, 1952. *D. E. Harding: The little book of life and death.* Arkana, London and New York, 1988. *Bernadette Roberts: What is Self?* Mary Botsford Goens, Austin, Texas, 1989. *Muktananda: Play of Consciousness.* Syda Foundation, South Fallsburg, New York, 1978. *K. Ring: A Halált átélni – az Életet megnyerni.* Az Apostoli Szentszék Könyvkiadója. Budapest, 1990.

*Ha szükségét érzi, most hallgassa meg Honti Margó A FÉNY TANÍTÓI című meditációját!*





# MOODY NYOMÁBAN

Rettegjen bár az ember az elkerülhetetlen haláltól, vagy igyekezzon tudomást sem venni róla, egyszer elérkezik az óra, amikor szembe kell néznie vele, mégpedig az esetek túlnyomó részében a teljes tudatlanság jegyében. Honnan is lenne ismeretünk arról, amit úgy tapasztalunk meg, hogy beszámolni róla nincs mód, hiszen *onnan* még senki nem tért vissza? Vagy mégsem egészen így lenne?

Világszerte megdöbbenve, egyszersmind ellenállhatatlan kíváncsisággal olvasták az emberek kortól, nemtől és foglalkozástól függetlenül az amerikai Raymond A. Moody 1975-ben megjelent *Life After Life* (Élet az élet után) című művét, amely hozzánk évtizednyi késéssel jutott el. Amikor aztán az Ecclesia magyar fordításban megjelentette, az elárusítóhely előtt már hajnalban hosszú sorban várakoztak az érdeklődők. A szerző – a filozófia és az orvostudomány doktora – 150 olyan személy klinikai halál alatti élményei és tapasztalatai alapján írta meg könyvét, akiket később sikerült újraéleszteni. Riportalanyai olyan megdöbbentő tényekről beszélnek, amelyekről korábban Magyarországon hallani sem lehetett. De vajon csak azért nem hallottunk róluk, mert nem lehetett? Hiszen a politikai vezetés akár a nyolcvanas évek közepén sem igen vette volna szívesen, ha a hagyományos materializmus alapján megmagyarázhatatlan információk foglalkoztatják a közvéleményt.

Tökéletesen járatlan ösvényen indult el tehát a huszadik életévéhez közeledő Pilling János, aki korát meghazudtoló érdeklődést tanúsított az úgynevezett halálközeli élmények iránt. Első ízben 1989-ben volt a műsor vendége.

– Mi volt előbb? Az elhatározás, hogy orvostanhallgató lesz és majd a halálközeli élményekkel foglalkozik, vagy mert ezek az élmények érdekelték, az orvostudományi egyetemre jelentkezett?

– Az előző volt előbb. Tehát elhatároztam, orvostanhallgató leszek, ezt követte a másik elhatározás, hogy foglalkozom a thanatológiával, tehát a halált vizsgáló tudománnyal és ezen belül magával a halálközeli élménnyel.

– Volt valami közvetlen élménye ezzel kapcsolatban, vagy pusztán belső indíttatásra tette?

– Egészen más momentum váltotta ki. Romain Rolland regényében leírja, hogy Colas Breugnon haldoklik. Ezt – sok más emberhez hasonlóan – tiltakozva fogadta, kiabált, fájdalmai voltak. Hirtelen azonban egy furcsa gondolata támadt: azt mondta, hogy az ember csak egyszer hal meg, s érdekesebb lenne inkább megfigyelni ezt a folyamatot, hiszen csak egyszer élheti át. És elkezdett gondolkodni azon, mi is történik vele. Megfigyelte a testében zajló különböző érzéseket, erőket.

Nos, én is úgy véltem, hogy az emberek körülöttem is egyszerűen elhárítják a halált. Erre ráakadtam végre egy olyan emberre, aki – igaz, ekkor még csak az irodalomban – ellenkezőleg, éppen azt mondta, hogy meg kellene figyelni. Vizsgálni kell. Ez adta az ötletet, hogy Magyarországon is össze kellene gyűjteni azokat az eseteket, amelyek hasonló jellegűek. Egy hirdetés kapcsán készült velem egy újságcikk, ami aztán elindította a lavinát. Egyre többen jelentkeztek. Nagyon sok embert kellene felkeresni, akik ilyen élményt éltek át. A szakirodalomban is nagyon sokáig élt az a nézet, miszerint ezeknek az élményeknek pusztán kulturális okai lennének, vagyis ezek az élmények úgy jönnek létre, hogy az egyén sokat gondolkodik a halálról, olvas is róla, s amikor eljön a halál pillanata, akkor saját, ezzel kapcsolatosan korábban kialakított képzei elevenednek meg.

– Én ugyan ezzel az állásponttal részben egyetértettem, de voltak ellenvetéseim is. Ezt igazolja a következő történet: egy fél éves kisgyerek rendkívül súlyos állapotban kórházba került, ahol szerencsére sikerült őt az életbe visszahozni. Később, amikor az édesanyjával a közeli áruházba mentek vásárolni, mindig egy aluljárón kellett áthaladniuk, és a gyereken minden ilyen esetben pánikreakció látszott. Ez azért lényeges mozzanat, mert a halálközeli élmények egyik összetevője már Moody írásában is az, hogy az illető egy sötét téren halad keresztül, amit sokan

alagútnak nevezték. Ez szerepel az *Élet az élet után* című könyv borítóján is, hiszen annyira jellegzetesnek találta Moody.

A történet egy másik fontos eleme, hogy ez a gyerek hároméves korában, mikor már beszélni is tudott, elvesztette a nagymamáját. Amikor a családban a nagymama haláláról beszélgettek, a gyerek megkérdezte az anyját: a nagymamának is át kell haladnia az alagúton, hogy eljusson Istenhez?

Ezek a tényezők arra utalnak, hogy ez a gyerek is átélt halálközeli élményt. Vagyis az élmény igen korán, féléves korban is előfordulhat, tehát olyankor, amikor az ember még nem is olvasott-olvashatott a halálról, és életkoránál fogva nem is gondolkodhatott róla.

– Nyilvánvalóan azért foglalkozik a thanatológiával, mert úgy véli, hasznát veheti a gyakorlatban is.

– Többféle felhasználási lehetőségét is látom a kutatásokban. Az egyik lehetőség az lenne, hogy ezek az emberek onnan visszatérve arról számolnak be, hogy számukra az élet értékeesebbé vált. Képesek felismerni az élet igazi értékeit, el tudják különíteni a fontosat a lényegtelenről. Ezt eredményesen fel lehetne használni egy pszichoterápiás módszer kidolgozásával több krízishelyzetbe került ember megsegítésére. Azok az öngyilkosok, akik átélték halálközeli élményt, általában nem kísérelnek meg újabb öngyilkosságot, szemben azokkal, akik ilyen élményt nem éltek át. Magyarország élen jár a nemzetközi összehasonlításban az öngyilkosságok terén, talán ezzel az új módszerrel eredményesen lehet küzdeni ellene.

– Ezen túlmenően, úgy vélem, érdemes lenne felülvizsgálni a halállal kapcsolatos összes eddigi ismeretünket.

– Valóban úgy tűnik, hogy ezek a jelenségek, tapasztalatok átalakítják majd a halálról kialakított felfogásunkat, tekintettel arra, hogy halálközeli élményeket több esetben regisztráltak olyankor is, amikor orvosilag beállt a halál, ami arra utal, hogy bizonyos furcsa jelenségek még ilyenkor is előfordulhatnak.

– Úgy értem, hogy a tényleges halál stádiumában is halnánk? Bizonyos érzékszerveink működnének, vagy feltehetően működnének is?

– Igen, minden bizonnyal. Egyes érzékszerveink, elsősorban a hallás, még olyan állapotban is működnek, amikor azt már mi fel sem tételezzük. Rendkívül érdekes, de ezt a jelenséget már igen régen ismerték.

A tibeti Halottak Könyve a IX. században íródott, de jóval korábbi száj-hagyományokat összege. A Halottak Könyve azt a célt szolgálta, hogy a haldoklót, illetve a halottat eligazítsa a halottak birodalmában. Ezt a könyvet – és ez nagyon lényeges – a haldokló ágyánál olvasták fel. Ez bizonyítja, hogy a tibetiek már évszázadokkal ezelőtt is tudtak arról, hogy a haldoklók, illetve a halottak még kitűnően hallanak...

- Ezt követően Pilling Jánosról hónapokon át semmit sem hallottam. Beismerem, még azt sem tartottam kizártnak, hogy a fiatal orvostanhallgató buzgalma alábbhagyott, avagy az orvostudományokban való szükségszerű elmélyedése eltávolította korábbi érdeklődési területétől. Egyszer azonban vaskos boríték érkezett tőle, ami bizonyítéka volt elhatározása rendíthetatlenségének. A vaskos levél kétfutatnyi esetleírást tartalmazott.

Érdemes megjegyezni: első találkozásunk alkalmával talán tíz olyan esetről tudott beszámolni, amikor halálközeli élményt átélt emberrel találkozott. Pilling rádióbeli szereplése azonban felkeltette az érdeklődők figyelmét, köztük olyanokét is, akik maguk is túléltek a klinikai halál állapotát, és arról emlékeket őriztek. Pilling János időt, fáradságot és pénzt nem sajnálva (ez nem pusztán szófordulat, hiszen egyetemi tanulmányai Debrecenhez kötik, kocsija nincs, tehát minden esetben vonatoznia kell, költségeit pedig senki sem fedezi) fölkereste az érdekesnek ígérkező jelentkezőket, hogy kis kazettás magnóján hitelesen rögzítse beszámolójukat. Az élményeket rendszerezi, hiszen időközben egyetemi társaival, Ács Gáborral és Zatik Istvánnal szövetkezve könyvet szándékoznak megjelentetni *Most hát halott vagyok* címen. Néhány esetet idézek most, a szerzők hozzájárulásával.

## B. Sándor, Budapest

*„A második világháborúban a székely ezreddel kivittek a galliciai frontra. Egy előrenyomulásnál gépfegyvertűzhen tüdőlövést kaptam. Az erős fájdalomtól felugrottam. Orromból, számból dőlt a vér, fulladoztam tőle, éreztem, hogy elkezd forogni velem a föld, elsötétül a világ.*

A szanitécek bizonyára halottnak vélték, mert a szüleimet értesítették a halálomról, el is sirattak. A sírásók fedezhették fel, hogy még élek, így kerülhettem egy kórházba. Később, amikor magamhoz tértem, az egyik orvos megkérdezte tőlem, mit álmodtam, mert akkorát ordítottam. Én pedig elmondtam neki a következőket.

Azt láttam, hogy az ágyammal szemközi ajtó megnyílik és belép – vagy inkább behatol – rajta egy magas, fehér ruhás asszony, akinek a lába nem érte a földet. A jobb karjával kétszer intett nekem, mire én könnyedén – mintha kirepültem volna – elindultam felé. Ő megfordult, kiment az ajtón, a folyosón jobbra fordult, én pedig követtem. A földtől körülbelül 30-40 centiméternyire lebegtünk. A folyosón balról egy kétszárnyas ajtón kijuottunk a szabadba. A kórház előtt egy parkszerű kert volt, améhez egy meredek lépcső vezetett le. Mi azonban nem mentünk le ezen, hanem oldalfelé, egy közeli hegy irányában indultunk tovább. A hegyoldalon sok bozótot láttam. Amikor fölértünk a tetejére, láttam, hogy az teljesen sík. Ekkor a fehér ruhás asszony hirtelen eltűnt, én pedig úgy éreztem, hogy megszakad alattam a szikla. Irtózatosságot láttam magam előtt, és úgy éreztem, zuhanok bele. Akkor egy nagyot ordítottam.

Amikor ezt beszéltem, az orvos nagyon csodálkozott és odahívott még két másik orvost, hogy mondjam el nekik is. Kérdezték, jártam-e már itt? Mondtam, hogy még sohasem. Ezen nagyon meglepődtek, mert minden – a folyosó, a kétszárnyas ajtó, a lépcső, a park – olyan volt, amilyennek leírtam. A parkot még akkor sem láthattam volna, amikor beszállítottak, mert egy másik irányból vittek be. Később, amikor már fölépültem, felmentünk a hegyre – az is olyan volt, mint amilyennek leírtam.”

### *J. Zita, Budapest*

Öt éve mandulaműtéten esett át. Altatták, amitől ő félt. Az altatás kezdetén úgy érezte, fullad és attól tartott, meg fog halni. Később kiderült, hogy valóban érzékeny volt az altatószerre, sokkos állapotba került és újra kellett éleszteni.

„Miután elaltattak, egy fénylő gömböt vagy kissé köncsepp alakú jelenséget láttam. Ez kezdetben kicsi volt, de aztán egyre nőtt és végül szétpattant. És akkor megpillantottam önmagamat. Körülbelül másfél méter magasságban lebeghettem a testem fölött. Láttam a műtétemet:

# CSONTVÁRY, A SÁMÁN

Vannak műalkotások, melyek évszázadokat élnek túl anélkül, hogy veszítenének az értékükből, a mondanivalójukból. Igazi tartalmuk a felszín alatt rejtőzik s mindig a lelkünk legmélyét érinti meg – ez az, ami nem változik korrólkorra. Teljesen mindegy, milyen a stílusuk, barokk-e vagy reneszánsz, kubista-e vagy szürrealista; egyértelműen hatnak ránk, jelen vannak, itt és most...

Hogyan jön létre ez a furcsa kommunikáció kép és néző között, hogyan hív magához a kép, hogyan él alkotójától független, önálló életet? Egyáltalán, hogyan születik remekmű? Pap Gábor művészettörténész próbált választ adni ezekre a nem is olyan egyszerű, szerinte a mai napig rejtélyes kérdésekre. És nem csak azért választottuk a „Csontváry-mítoszt” példaként, mert az előbb felsoroltak jellemzők rá...

– Ha elmegyek egy kiállításra, rendszerint megtetszik egy-két kép. Több időt töltök el előttük, gondolkodásra készítetnek, napokkal, hetekkel később is emlékszem rájuk, nem hagynak békén. Mintha üzenének...

– Ne féljen kimondani. Igen. Üzennek. Minden műalkotásnál három üzenettípust szoktunk számításba venni. Az első a művész üzenete, az, amit ő többé-kevésbé pontosan megfogalmaz magának, amikor készíti a művet. A második üzenettípus a mű üzenete.

A kettő nem mindig esik egybe. A mű önálló életre kel: sokkal többet és mást is kifejezhet, mint amit a művész kifejezni szándékozott vele; de mondhat kevesebbet is. Hogy miért? Mert a művész elképzelése gondolati síkon fogalmazódik meg, és ott is marad. De a gondolat a mozdulatban folytatódik, az ecset tovább húzódik anélkül, hogy a művész

végigkontrollálná, mit is tesz és miért teszi. Azt hiszem, így születnek a remekművek – a tudat kontrollja nélkül, ködös, misztikus tágakon. Feltéve, hogy a művész engedi működni ezt a mechanizmust, tehát ki- vonja magát a tudat kontrollja alól.

A harmadik üzenettípus a néző üzenete. Az, amit én mint néző le- olvasok a képről, szoborról, kihallok a zeneműből. Ezt a legnehezebb körvonalazni, mert abban a pillanatban, amikor ezt az üzenetet nem tudom tételesen bizonyítani a mű címével vagy a művész nyilatkoza- tával, azonnal rám sütik, hogy „belemagyaráztam”. Pedig az a világ legtermészetesebb dolga, hogy létezik egy olyan üzenet is, amely a min- denkori nézőben fogalmazódik meg.

Nem biztos, hogy a művész mind a három üzenetet beletervezte az alkotásba.

Azt, hogy végül is „hogyan szólít meg egy kép”, megpróbálom egy példával érzékelteni. A kegyképek jelentős csoportja, az úgynevezett Madonna-képek, anyát ábrázolják a gyermekével. Művészettörténeti szempontból nem mindig tartoznak a „csúcsteljesítmények” közé, mégis tömegeket vonzó, elementáris hatású művek, a mai napig. Egy festmény, egy ábrázolás a hétköznapi értelemben mindig valamilyen reflexiót tar- talmaz. Mi, mint kívülállók, szemlélők, vagy ráhangolódunk vagy nem; a „kívülállóságunk” egyértelmű és hangsúlyozott. A kegykép attól kegy- kép, hogy nem állunk rajta kívül; a kép, és én, aki nézem. Egyetlen, zárt valóságtartományt jelent. Ezért van az, hogy a kép igenis tud köny- nyezni és én ezt igenis látom. Azt, hogy Krisztus lenyúl a keresztről és megsimogat, én, a néző, igenis érzem.

– No jó, de ezekkel a kegyképekkel általában templomban találko- zunk, ami eleve légkört teremt ehhez az élményhez.

– Valóban nem véletlen a templomi környezet. De ha kiviszem innen a kegyképet – gondoljunk a búcsújárásra –, akkor bár csökken, de nemvész el a közvetlen hatása. Éppen ez a lényeges jellemzője: a direkt hatás. Ellentétben az esztétikailag ható képekkel, ahol a kép segítségével emlékszem például a modellre. A kegyképet az teszi igazán hatékony- nyá, hogy amit ábrázol, az igenis ott van, és most van ott, mindig abban a jelen időben, amikor én nézem a képet. Vagyis csak jelen időben él.

Azért használtam ezt a példát, mert Csontváry hatása éppen ilyen. Első lépésben direkt, elementáris, és csak a második, harmadik lépésben kezdheti el az ember értelmezni is ezt a hatást. Így egy olyan képesség

kezdheti el az ember értelmezni is ezt a hatást. Így egy olyan képesség körvonalai bontakoznak ki, amit mi a folklórból ismerünk, és ott úgy nevezzük, sámánizmus. Nem arról van szó, hogy Csontváry a szó mindenféle árnyalatában sámán lenne, de az ő úgynevezett rendkívüliségére vagy különbségére még mindig a „sámáni képesség” a legjobb analógia.

– A Csontváry felvett név. A sámánokról azt tartják, hogy hat kéz-, illetve lábujjuk nőtt, egy „csonttal” többjük van. Erre utalna Csontváry névválasztása is?

– Feltétlenül. Ugyanis az a bizonyos fölös számú csont a sámánoknál lehet a teljes fogisor mellett plusz egy fog. Lehet hatodik ujj, akár kézen, akár lábon, de lehet bármely egyéb csont. Lényeg, hogy fölös számú legyen. Csontvárynak egy fölös számú „csontja” volt: a neve. Eredetileg a Kosztka nevet örökölte, ami lengyelül csontocskát jelent. Ha megmarad Kosztka Tivadarnak, akkor is nyugodtan válhatott volna nagy festővé – ám akkor ez a „csont” jelentés nem tudatosult volna. Ha megérezzük az analógiát, akkor kezdünk el töprengeni azon is, hogy sámán sohasem szólalt meg hiába.

– A tudatosult sámáni küldetésnek vagy képességnek megfigyelhető valami nyoma a Csontváry-képeken? Ön az egyik előadásán azt mondta, hogy feltűnő, ahogy a gyerekek megállnak bizonyos Csontváry-képeknél, és szinte megbabonázza őket a látvány.

– Ez nem sámáni hatás. Ez a direkt hatás. Gondoljunk csak az *Önarckép* című festményére. Ha valakinek van jó reprodukciója róla, érdemes kipróbálni a következőket. Tegye le valahol a szobájában, és egy idő múlva azt tapasztalja majd, hogy a kép követi őt a szemével. Azt is érezni fogja, hogy ez nem pusztán festői fogás; itt valami többről van szó: ez valódi jelenlét a szobában. Tehát egyszer csak észreveszem, hogy én itt már nem merek levelekőzni. Ilyenkor egészen egyszerűen letakarom a képet. Nem azért, mert eddig csak Csontváry volt bolond, most meg már én is az vagyok. Egyszerűen arról van szó, hogy másfajta hatást gyakorol rám: valóságos jelenlétet. Nagyon sok festő önarcképét ismerjük. Tessék elővenni bármelyiket. Egyetlenegy sem lesz ilyen hatású.

– Ön kipróbálta?

– Igen, de nagyon sokan megtették rajtam kívül is. Tessék kipróbálni! Akit esetleg valamilyen bűn nyomaszt vagy valami terheli a lelkiismeretét, nagyon rosszul fogja magát érezni a kép közelében.

– Tudta Csontváry, hogy milyen hatást vált ki az *Önarcképpel*?

– Tudta. Az *Önarckép* mintegy halmazata a tudatosan – és csakis tudatosan – végrehajtható művészi átírásmódoknak, annak, ahogy a művész a valóság közvetlenül látható képét átírja, azért, hogy az a vásznon hiteles valósággá váljék. Látható például a kanapé támláján egy afféle homorú félhengeren egy csendélet képe. Ezt általában nem szokták észrevenni, mert zavar. Olyan, mintha valaki búvészkedne. Pedig itt, az *Önarcképen* igenis a helyén van mindez. Itt meg kell mutatni, mit tud a festő.

Csontváry összes látszólagos torzítása a képein arra figyelmeztet, hogy nagyon csak korlátozott mértékben lehet hiteles sík-vetületét adni a valóságnak. Túlságosan is hozzászoktunk ahhoz, hogy a valóságról közel fél évezred óta minden lényeges információt sík-vetületben kapunk, illetve adunk tovább. Gondoljon a televízió képernyőjére, számítógépek kivetítőjére, könyvek ábráira, a fotóra... Márpedig ez óriási könnyelműség, mert így nagyon fontos minőségek sikkadnak el. Tehát a legnagyobb varázslat az, ha meg tudom őrizni azt, ami a valóságból lényeges. Számomra ezt sugallja az a háromszögletű kis fekete motívum, amit a képen Csonstváry a tiszta fehér vászon előtt a kezében tart. Egyébként nagyon emlékeztet arra a háromszögletű fekete kis magra, amit az elhivatás-élmény kezdetén a bal tenyerén látott, és amire összpontosítva meghallotta a szöveget, hogy „te leszel a világ legnagyobb Nap-út festője, nagyobb, mint Raffaello”. Ez a látomás indította őt a festői pályára.

Leírja, hogy hallott egy hangot, még körül is nézett, hátha valaki szórakozik vele. De sehol nem volt senki. Igazából azt sem tudta, ki az a Raffaello és miben kell őt legyőznie. Csonstváry ugyanis orvosnak tanult és nem művésznek.

– Azt is közölte a hang, hogy mi a küldetése célja? Vagy azt már a művész fogalmazta meg – később?

– Voltaképpen csak utolsó éveiben sikerült értelmeznie az életét. Az elhivatás-élménynek egy korábbi történelmi példával való lenyegi azonosságára jött rá. Attila, a hun király elhivatás-élményéről van szó. A kettő tartalma szóról szóra megegyezik. Csonstváry úgy értelmezte, hogy ő Attila reinkarnációjaként született meg, a hun királyéhoz mérhető súlyú feladattal. Csak ezt nem karddal kell végrehajtania, hanem azzal, hogy egy rendkívül magasrendű példát mutat föl a mércéjét vesztett és pusztulásba rohanó emberiségnek.

– Találunk-e egyéb bizonyítékot arra, hogy ez a küldetéstudat hajtotta egész életén át?

– Nézzük például a Cédrus-képek közül a *Zarándoklás a cédrusokhoz Lihanonban* címűt. Figyeljük meg rajta a lovakat. És merjünk hinni a szemünknek, mert bizony rögtön a harmadik az inkább disznó, mint ló. És ha tovább keresünk, akkor találunk lovat, amelyik inkább patkányhoz vagy madárhoz hasonlít, mint lóhoz. Tehát Csontvárytól ez az átlagosnál jóval drasztikusabb figyelmeztetés. Mintha így szólna: „Még mindig nem tűnik fel, hogy ez a ló nem ló? Hát miért nem kérdezed már meg, hogy ha én két esetben tudtam lovat festeni ugyanezen a vásznon, akkor hogyan felejtettem el a harmadiknál, negyediknél?!” S ha nem teszek fel kérdést, soha nem fogom megtudni. Hogy a patkány, a bivaly, a tigris, a nyúl, a sárkány, a kígyó, a ló, a kecske, a majom, a madár, a kutya, a disznó – minek a részei. Ezek a Nap-út részei; a Nap-út pedig a világ egy jellegzetes leképezési módja. Ne keverjük össze az asztrológiával, ami az egyéni életsorsnak egyfajta kifejtése. Bár mindkettő állatjegyeket, állattulajdonságokat használ az időegységek megjelölésére, az asztrológia ezeket a személyes életsorra vonatkoztatja. A Nap-útnak az az állatsereglete, amely a Csontváry-képeken előbukkan s amit úgy hívnak, hogy „keleti állatöv”, nos, az a személyiségnél tágabb keretekben bontja ki az emberi életet. Tehát sokkalta egyetemesebb.

– Igen, de még ha fel is teszi az ember a kérdést, a Nap-út fogalmának az ismerete nélkül nem kaphat rá választ. Mégis a Cédrus-képek azok, amelyek ennek ellenére nagyon is jelen vannak. Reprodukciói megtalálhatók gyárak, irodák, lakások falán...

– Ezért mondtam a beszélgetésünk elején, hogy a Csontváry-képek hatása az első lépésben direkt, elementáris, és csak második, harmadik lépésben kezdheti el az ember értelmezni a hatást. És ekkor kezd kibontakozni a kép tagoltabb üzenete. Érdekes, hogy az a formalizmus, ami a Zarándoklás-képnél kimutatható (Nap-út-jegyek), nem bomlik ki a *Magányos cédrus*nál. És mégis, miért érezzük ezt Csontváry nagy művének?

Mert ilyen a mi korunk. Túlságosan sok dolgot indítunk el ahhoz, hogy bármelyikből is ki tudjon valami fejlődni. Ezek egymás ellenében igyekeznek önmagukat megvalósítani. Ettől van egy önmagába tört döfő, jellegzetes mozdulata a cédrus-képnek. Azért tudunk erre ráhangolódni, mert épp ezt a heroikus önmegvalósítási küzdelmet éljük át mi spontánul.

Csontváry a cédrus-képekkel kapcsolatban fogalmazta meg írásaiban, hogy „A cédrus a nemzetnek szóló példázat, mégpedig a kitartásra”. Mert hiába próbáljuk a cédrust arra noszogatni, hogy hamarabb hozzon gyümölcsöt, neki ehhez ezer évekre van szüksége, hogy aztán valóban a legfenségesebb gyümölcsöt tudja teremni. Tehát például nem szabad siettetni a magyarság kibontakozását, amíg el nem jön az ideje.

– Ha ennyire szó szerint veszem Csonthváry üzenetét napjainkra vonatkozóan, akkor nekem például a keletnémeteknek nyújtott segítség jut erről az eszembe. Vagy ez már túl konkrét?

– Egyáltalán nem. Ez ennyire konkrét is lehet. Ott volt például a románkérdés '90 karácsonyán. Gondoljunk arra a halált megvető bátorságra, arra az önzetlen segítségnyújtásra, amit akkor a magyar nép produkált. Ezt nem lehet imitálni... de „visszafizetni” sem.

– Ön mint művészettörténész próbálja megérteni őt. Hosszú évek, évtizedek teltek el úgy, hogy mi, emberek elmentünk a képei mellett. Ez azt jelenti, hogy ő várat magára?

– Igen. Nem egyedi példa. Hosszú-hosszú évtizedek, évszázadok óta hallgatnak művek, jöllehet kisebb-nagyobb embercsoportok ismerik őket. Nem jött el az üzenetük ideje.

A Tazini-fennsíkon – Algéria legdélibb-délkeletibb csücskében – jártam. Az őskor művészetének paradicsomában annyi sziklakép van, amennyi sehol másutt a világon. Megkérdeztük bennszülött tuareg vezetőinket, hogyan fedezték föl éppen mostanában a francia kutatók ezeket a rejtett képeket? És hogyhogy nem találták meg eddig? Azt válaszolták, hogy nem Henry Lhote fedezte fel, a helyi lakosok mutatták meg neki. Elképedve tudakoltuk, miért nem szóltak eddig senkinek a képekről? Teljesen visszafogott, mellékes, hangsúlytalan mondattal feleltek: „Azért, mert most jött el az ideje.” Tehát vannak dolgok, amelyeknek most jött el az ideje.

– Csonthvárynak is?

– Igen, ezt biztosan tudom. Bizonyíték erre az is, hogy a reprodukciók vásárlását tekintve Csonthváry toronymagasan vezet.

– De ha megkérdezi az embereket, miért veszik, azt mondanák: tesszik. És no comment.

– Ez az első lépés...



# IGNATYENKO – a pszichoenergia-szuggesztológus

– Ön azt állítja magáról, hogy egy meghatározott missziót tölt be itt a Földön. Számos olyan képességgel rendelkezik, amelyeket a modern tudomány az úgynevezett parapszichológia körébe sorol.

– Igen. Pszichoenergia-szuggesztológus vagyok. Úgy tudok másokra hatni, hogy közben nem beszélek hozzájuk. Az információt a páciens bioenergetikájába viszem be, és ő engedelmeskedik annak, amit én gondolatban közöltem vele. Ezenkívül tudok nagy távolságból is hatni valakire, ha ismerem az illető biológiai mezejének frekvenciáját. Ezt azonban egy fényképről is meg tudom állapítani. Így messziről is képes vagyok őt gyógyítani vagy a személyiségét korrigálni.

– Hogyan teremt kapcsolatot azzal, akire hatni akar?

– Először is megsokszorozom a bioenergetikámat, hiszen ilyenkor rengeteg energiára van szükségem. Aztán energiát választok ki a has hátsó falánál található idegrendszeri göcxből, a plexus solarisból. Ezt a pluszenergiát bármelyik testrészem segítségével (például a szememmel vagy a kezemmel) továbbítani tudom, így kapcsolatot teremtek a ráhatás tárgyával, amelynek frekvenciáját előzőleg már lemértem.

– Úgy tudom, mindössze tizenkét éves volt, amikor felfedezte, hogy ilyen nem mindennapi képességekkel rendelkezik.

– Csodálkozva tapasztaltam: az emberek valahogy engedelmeskednek a gondolataimnak. Az engem dorgáló tanítónő száját betapasztottam. Persze, nem a kezemmel. Ő elkezdett sírni, az igazgató pedig megfenyegetett, hogy ha ilyeneket csinálok, nem fogják javasolni a továbbtanulásomat. Ezután kemény önfejlesztés következett. Természetesen iskolán kívül.

– Hogyan fejlesztette önmagát?

– Megértettem, ha másokra hatni tudok, akkor magamra is kell hatni tudnom. Hallucinációkat váltottam ki saját magamnál. Tetszés szerint elállítottam a szívverésemet, csökkentettem vagy növeltem a vérnyomásomat, a testhőmérsékletemet. Szabályoztam magamban a fájdalomérzést, például egy foghúzásnál. Egyszóval megtanultam altatás nélkül hatni magamra. Amikor pedig színpadon kezdtem fellépni, mások előtt, olyanokkal kerültem kapcsolatba, akik már régóta foglalkoztak ilyesmivel. Nem hivatalosan persze; akkoriban a Szovjetunióban erről beszélni sem lehetett. A Pedagógiai Intézet Pszichológiai Tanszékén hoztunk létre egy laboratóriumot, ahol paraszpszichológiai jelenségeket tanulmányoztunk.

– Hogyan folytak ezek a tanulmányok?

– Nagyon kevés műszerrel. Olyan felszerelésünk pedig egyáltalán nem volt, amely mémi tudta volna, amit én kisugárzok. Így aztán az embereken tanultam meg a telepátiát és a jövőbe látást.

– Egy sajtótájékoztatón bemutatta, hogyan olvas mások gondolataiban. Csak azt kéri a partnerétől, hogy erősen koncentráljon arra, amit ön ki akar találni. Mi zajlik ilyenkor önben, és mi zajlik abban az emberben, akinek a gondolataiba lát?

– A páciensem gyakorlatilag nem érez semmit. Én ugyanis a tudatalattijába küldök egy sugarat, így információs csatorna alakul ki közöttünk. Ezen a csatormán szépen elkezdem kihívni, kideríteni azt, amire gondol.

– Eközben ugyanúgy lát és hall, mint máskor?

– A gondolatokat úgy hallom, mint a suttogásokat, vagy úgy látom, mint a betűsorokat. Ha az alanyom külföldi, látomásként érzékelem, amire gondol.

– Sohasem érezte, hogy az emberek félnek öntől? Senki sem szereti, ha valaki más a lelkébe lát, és ránézésre a gondolatátiban olvas...

– Csak akkor kapcsolom be energiavételre alkalmas csatornáimat, amikor dolgozom. Ha mindig működésben tartanám, nem tudnék normálisan élni. Mennék az utcán és bekapcsolódnék mások gondolataiba. Ezenkívül itt egy kozmikus törvény is érvényesül. Mindazt, amire képes vagyok, nem tudom, és nem akarom az emberek ellen felhasználni. Ha nem így tennék, akkor egyszer csak nem kapnék több energiát az úrból, és olyan emberré válnék, mint a többiek. Nem tudnék többé rajtuk segíteni. Sosem tapasztaltam egyébként, hogy félnének tőlem. Irányítani

tudom a bioenergiámat. Amikor azt érzem, fogytán van, azonnal feltöltöm a kozmikus energiából. Profi módon használom fel azt, amivel minden ember rendelkezik: a bioenergiámat. Amikor nézők előtt dolgozom, ezerszeresen is megnövelem. De nem fáradok el.

– Ezek szerint az ön szervezetére egyáltalán nem káros az, amit csinál?

– Nem. Különben is, ilyen energiaellátás mellett az ember nem betegszik meg. A hosszú élet titka is ez: meg kell tanulni bánni a bioenergiával.

Tudósokat, orvosokat, geológusokat fogok tanítani telepátiára, paraszugesztióra és mindarra, amit tudok. Régebben rengeteg betegem volt. Könnyen meggyógyítom a dadogást, a vizeleti és vérnyomászavarokat, a szkizofréniát, az epilepsziát, de sikeresen kezeltem már bénaságot, rosszindulatú daganatokat is. Egy speciális műszert is készítettem a gyógyításhoz, egy úgynevezett bioenergetikai információs generátort, amely tizenöt másodperc alatt száz-kétszázszorosára növeli a beteg bioenergiáját, így a beteg szervezet önmaga válik képessé a betegség leküzdésére. A páciens nyitja ki a generátort, bal kezét a mínusz jelre, a jobbát a pluszra teszi. Egyes betegségek már egyszeri kezelés hatására elmúlnak. Higgye el, a hagyományos orvostudomány által reménytelennek ítélt eseteket, a leghonyolultabb betegségeket is meg lehet gyógyítani így.

– Említette, hogy orvosokat akar tanítani. Ezzel azt is elárulta, hogy a pszichoenergia-szugesztió megtanulható. Mit tudnak majd azok az orvosok, akik az ön tanfolyamát elvégzik?

Távolról tudnak majd felállítani diagnózist. Végighúzzák például a kezüket egy beteg fényképén, és megmondják, hol a baj, mi a betegség.

*Ha szükségét érzi, most hallgassa meg Honti Margó VÉDŐMANTRA meditációját.*

# POLGÁRÉK ÉS A PARAPSZICHOLÓGIA

(Polgár László nyilatkozata)

- A sakk és a parapszichológia körül bizonyos legendák terjengenek. Amikor Lasker, a világbajnok sorra nyerte világversenyeit, azzal vádolták, többek között a magyar Réti nagymester is, hogy hipnóvizist alkalmaz az ellenfeleivel szemben, és a rosszabb állásokat is ezért nyeri meg. De nem csak Laskert vádolták ezzel, vádolták Aljehint is. Vagy mesélhetne az ember arról, amikor néhány évvel ezelőtt a Karpov-Korcsnoj páros mérkőzésen a nézők között ott ült a szovjet Zukhar professzor, a híres-neves parapszichológus (Karpov oldalán), Korcsnoj oldalán pedig egy Fülöp-szigeteki parapszichológus. Meg kell említeni, hogy Csiburdanidze is igen aktívan érdeklődik a parapszichológia iránt, és Jugoszláviában azt mondták, hogy a szovjet csapattal is volt parapszichológus az olimpián. Különben nem fontos, hogy a parapszichológus ott legyen a helyszínen, akár Moszkvából is lehet irányítani a dolgokat. Nem tudom, olvasta-e azt az újságcikket, amelyet a *Népszabadságban* láttam körülbelül fél évvel ezelőtt, de részletesebb formában a *Komszomolszkaja Pravda*-ban jelent meg, miszerint: a hetvenes évek elején egy szovjet parapszichológiai kommandó befolyásolt volna Moszkvából lengyelországi sztrájkszervezőket, hogy lépjenek vissza a sztrájkjuktól. Érdekes dolog a lélekvándorlás is. Biztosan hallott róla, hogy Maróczy nagymestrünk lelke páros meccset vívott Korcsnoj nagymesterrel.

És ki győzött, a test vagy a lélek?

Korcsnoj győzött!

- Igaz-e, hogy a lányai szovjetek elleni fiaskója is parapszichológusoknak köszönhető?

Teljesen kizárni nem lehet, de én inkább úgy magyaráznom, hogy kimondottan peches mérkőzés volt.

– Nem a mérkőzésre vagyok kíváncsi, inkább arra, hogy látott-e olyan embereket – ott, a mérkőzés helyszínén –, akikről azt feltételezte, hogy esetleg parapszichológusok?

– Sajnos, én nem tudom megállapítani valakiről, rendelkezik-e parapszichológiai képességekkel vagy nem, de mint már mondtam, akár Moszkvából is lehet befolyásolni egy ilyen mérkőzést.

– De a lányai valóban másképpen viselkedtek, mint máskor? Voltak olyan külső jelek, amelyek zavarodottságra utaltak?

– Én nem akarok ilyen magyarázatokat adni a vereségünkre. Mindenesetre az tény, hogy Jutka majdnem mindenki ellen nyer világossal – erősebb játékosok ellen is, mint Gaprindasvili –, és ott, az olimpián egy teljesen egyszerű változatba bukott bele. Valaki befolyásolta-e vagy sem... nem tudom. Mindenesetre azt hiszem, hogy Jutka nem volt elég körültekintő... De ki tudja? Vagy ott van Zsófi esete. Zsófi is tarthatta volna az örökös sakkot a harminckilencedik lépésben, bástya D1–D2-vel, úgy, ahogy ezt már óvodás korában tudta. Ám ez ott, az olimpián, parti közben elkerülte a figyelmét. Hogy ez parapszichológusoknak köszönhetően-e vagy a sakkvakságnak... Igen, azt hiszem, inkább a sakkvakságnak.

– Megkereste önt parapszichológus azzal a szándékkal, hogy segítse a lányait?

– Nem csinállok belőle különösebb titkot: én is fölvettem a kapcsolatot egy parapszichológussal és egy természetgyógyással. De csak odáig mentem el, hogy a gyerekeket bioenergiával töltsé fel. Ez meg is történt.

– Rendszeresen végzi ezt a parapszichológus, vagy csak alkalmasszerűen?

– Mi egy tizenkét napos intenzív kurzust vettünk nála.

– Végül is úgy látta, valóban feltöltődtek?

– Ahhoz, hogy az ember azt mondja: százszázalékosan hisz benne, előbb kísérleteket kellene végezni.

– De bizonyára hisz benne, mert attól nem félt, hogy esetleg árthat a lányainak.

– Attól nem féltem. Miért féltem volna? Ha valakit feltöltenek bioenergiával, az csak a javára válhat. Itt van például a földsugárzás és a védekezés mechanizmusai.

– A lányai egyébként úgy fekszenek, az ágyaik úgy vannak elhelyezve, ahogy az optimális? Természetesen a földsugárzashoz viszonyítva.

– Megmondom őszintén, nem. Amikor hazajöttünk az olimpiáról, az a parapszichológus, akivel kapcsolatban voltunk, egy kicsit meg is korholt minket, mert ő állítólag innen, Pestről látta azt, hogy Jutka, aki ugyan nem szerepelt rosszul és egy egyéni aranyérmet is nyert, de a másik kettőnél aránylag gyengébben és a saját formájához képest is gyengébben szerepelt, nos, hogy Jutkánál ennek egyértelműen az volt az oka, hogy az ő ágya olyan helyen volt, ahol nagyon nagy volt a földsugárzás.

– Ön szerint hány nagymester foglalkoztat parapszichológust?

– Én körülbelül tízről tudok.

– Kik azok?

– Hát gondoljon bele, parapszichológus volt Karpovval, Kaszparovval, Korcsnojjal és sorolhatnám, de nem akarok neveket mondani, mert erre nem hatalmaztak fel.

– Hát ez még nem rágalom... Vagy igen?

– Tíz szovjet sakkozóról biztosan tudom...

– Ha a parapszichológusoknak valóban ilyen komoly hatásuk van a sakkipartikra, akkor egy idő után parapszichológusok fognak majd játszani egymással. Nem?

– Ezért kell vizsgálatokat végezni, mert ennek a veszélye, sajnos, meglehet.

– Milyen vizsgálatokra gondolsz?

– Például: gondolatolvasás (konkrét lépések, az ellenfél terve), gondolatátvitel (koncentráció- és memóriazavar okozása), bioenergia-elvonás. Függőlépés kiolvasása a borítékból. Kelthető-e fáradtságérzés a másikban? Használható-e feketemágia? Megállapítható-e valakiről, milyen távolságból alkalmazza a parapszichológiát? Mindenki képes-e hatni? Milyen távolságból? Fáradtság- és fokozottan koncentrált állapotban? Mennyire fejleszthető ezen az úton az akaraterő, bátorság, optimizmus, pesszimizmus? Létrehozható-e kóros állapot? Villámjátszmában, időzavarban elmozdítható-e az óramutató parapszichologikus úton? Lehet-e kényszeríteni rossz lépés megtételére valakit? Védekezési mechanizmusok? Ki tanulhatja meg és mennyi idő alatt?

*Ha szükségét érzi, most hallgassa meg Honti Margó ÁLDÁS-MEDITÁCIÓJÁT!*

# AMI PEKINGBEN TERMÉSZETES

Pekingben nincsenek házzszámok. Vannak olyan kerületek, ahol utcanevek sem. Mellesleg az európainak szinte mindegy lenne, olvasni úgysem tudná az idegen írást, kiejteni még kevésbé. Így aztán ott-tartózkodásom tíz napja alatt nem jöttem rá, hogy tájékozódjak a pekingiek. Azt persze észrevettem, hogy nehezen. Nem könnyen találtuk meg ugyanis – egy kínai kísérő és egy Pekington ismerő gépkocsivezető segítségével sem – a híres Hagyományos Kínai Gyógymódok Intézetét, ahol számos elismert professzor dolgozik. Csaknem egyórás keresés, kérdezősködés után azonban mégis célba értünk, és bejutottunk erre a nagy, kerítéssel körülvett, több épületből álló telepre.

A vendégházban a nagy hírű professzornő és az intézet párttitkára fogadott. Hogy sok idegen látogatja őket, az többek között abból is kiderült: azonnal megnéztetek velünk egy videofilmet, mely a hagyományos gyógymódokkal ismerteti meg a tájékozatlan idegent. Gondolom, ez a hivatalos fogadások első napirendi pontja.

Magam, azt hiszem, nem voltam már teljesen tájékozatlan a kínai gyógymódokat illetően. Meglehetősen sokat olvastam róluk, és évekket ezelőtt egy sportsérülésből eredő derékbántalmat – pontosabban, a kísérőfájdalmat – ily módon szerettem volna megszüntetni. Kezelt is egy magyar professzor – magánrendelőjében – nem kevés pénzért, ám az eredmény a nullával volt egyenlő. Ellenben ezt a kudarcot követően jó sorsom egy olyan emberhez vitt el, aki tizenöt évet élt Tibetben (amúgy szintén magyar), és ott sajátította el a tűszúrások tudományát. Az ő kezelése tökéletes eredményt hozott.

A vetített film egyébként érdekes volt, kellően részletes is, de végig bennem volt a félsz: hátha csak ennyi a tájékoztatás, hátha nem teszik lehetővé, hogy a betegekhez is eljuthassunk. Tévedtem. A professzornő, akinek már világhírű édesapja is a hagyományos kínai orvoslást gya-

korolta, sőt három nyelven terjesztette is a világban, nos, a professzornő kedvesen közölte: másfél órát ér rá, ezalatt oda megyünk, ahová akarunk. Az akupunktúrás járóbeteg-rendelést választottuk.

A telep egyik háromemeletes épületében európai mértékkel mérve fantasztikus, kínaival közepes zsúfoltság fogadott. Abban a szobában, ahová először mentünk be, három orvos és több asszisztens dolgozott. Reumatikus betegségben szenvedő betegeket gyógyítottak. Magnetofonon sem Őket, sem a paravánokkal elválasztott vizsgálóasztalokon fekvő betegeket nem lepte meg. Először egy idősebb hölgyhöz léptünk oda, az orvossal együtt.

– Mi baja van a betegnek és hogyan kezelik?

– A dereka fáj. A hölgy már idős és elhasználódott a szervezete. Gyenge a gerincoszlopa. Ilyenkor aztán a megfázástól is könnyen előjön a fájdalom. De fájhat a derék attól is, ha gyenge a vese. Ez is gyakori idős korban. Ám a kínai hagyományos orvoslás alkalmazói nem hisznek feltétlenül a betegnek. Ezen azt értse: beteg talán azzal jön ide, megfázott és ezért fáj a dereka, ám nekünk kötelező megtapintanunk az ütőerét, megnézni a nyelvét, az arcát, a szeme fehérjét, a vérnyomását és így tovább, mert lehet például, hogy ezzel a vese „üzen”.

– Számoljuk csak meg, kettő, négy... tíz tű lóg ki a hölgy derekából. De mondja csak, miért van rajta ez a hímzőrámaszerű, nagy, drotból készült keret, amely leginkább egy lámpaernyő vázához hasonlít?

– Csupán azért, meg ne fázzon. Így le lehet takarni, és a torulkozó nem érinti a tűket.

– Meddig kell itt feküdnie ezekkel a tűkkel a derekában?

– Általában fél órát.

– Asszonyom, ne haragudjon, hogy zavarunk, hanyadik kezelesen vesz részt?

– A hatodikon, de nagyon bírom Cse doktorban, mert neki orvosi tapasztalata. Már régebben ismerem őt. Először azért jöttem el hozzá, mert a szemem mindig ugrált. Tíz kezelés után meggyógyultam.

– Doktor úr, elég lesz vajon tíz alkalom?

– Nehéz ezt most megmondani. Tíz a minimum. A továbbiak attól függenek, hogyan érzi magát a beteg.

- Mondja, érez már valami javulást?
- Nagyon jól érzem magam. Szerintem a tűszúrás hatása gyorsabb, mint más módszereké.

- Professzor úr, azt ön döntötte el, hogy itt most akupunktúrát, akupresszúrát vagy esetleg köpölyözést alkalmaz?

- Ha a megfázástól fáj a dereka, akkor a moxa-terápiát, tehát a melegítési módszert, vagy az akupunktúrát használjuk. De ez az idős hölgy nem elsősorban azért kapott derékfájást, mert megfázott, hanem azért, mert már gyenge a teste. Ilyenkor én csak az akupunktúrát alkalmazom.

Egy másik helyiségben két orvos gyógyít. Egy fiatal hölgy és egy idősebb úr, aki amolyan igazi, jóságos doktor bácsinak tűnik. Valójában professzori rangban van. Az ő betegéhez lépünk. A kép, ami fogad bennünket, elég bizarr.

- Megmondaná nekem, hogy a kisgyerek fejéből miért áll ki ennyi tű?

- Sorvad a látóidege és folyamatosan csökken a látása. Elesett az utcán és ettől kapta a bajt.

- A gyerek egyáltalán nem sír. Olyan hat év körüli kisfiúcska lehet, s a fejéből – a koponyától kiindulva – tízenkét tű áll ki a szeme alatti zónáig. De látok néhány tűt a csuklóján is. Van rá remény, hogy tökéletesen meggyógyul?

Ha kezelés közben nem kap semmilyen betegséget, se hasmenést, se náthát, akkor van. A tűszúrás mindig hozzájárul a gyógyuláshoz, de nem mindenkinél érhető el teljes siker vele. Ez attól függ, milyen az egészségi állapota.

- Professzor úr, mi annak a magyarázata, hogy az eddig látott betegek közül hosszú percekig lógnak ki a tűk? Én ugyanis láttam már olyan kezelést, amikor éppen csak egy-két másodpercig tartották benn őket.

- Különböző betegeknek különböző módszerekhez folyamodunk. A gyerekeknek nem szoktuk a gyorsabb eljárást alkalmazni, mivel akkor a tűket is gyorsabban kell bevezetni, és a gyerekek félnek az ilyen fájdalomtól.

- Hány percig kell itt üldögelni a kisfiúnak?

– A gyógykezelés elején hosszabb ideig marad benn a tű, később csökkentjük az időtartamot. Először negyven perc volt, aztán harminc, most húsz percnél tartunk.

– Emlékszik rá, számolta egyáltalán, hány betege volt már életében?

– Naponta legkevesebb húsz, de sohasem számoltam. Néha hatvan-hetven emberrel is foglalkoztam, és mindig volt munkám. Ha tippelnem kell, azt mondom, évente úgy hatezer embert kezeltem.

– Akkor, ha nem haragszik, mondja meg, hány éves?

– Hatvannyolc.

– Nem látszik. Hogyan tudott ilyen sima maradni az arca?

– Jó és vidám a kedélyem.

– Mitől vidám?

– A munka után mindig pihenek. Jól kell megválasztani a munka és a pihenés arányát, és ez nekem – úgy érzem – sikerült. Aztán a jó ételekből nem szabad sokat enni, s mindig pontosan kell étkezni.

– Hogyan szokott pihenni, kikapcsolódni?

– Például zenét hallgatok. Nagyon szeretem a történelmi témájú operákat.

Közben az asszisztens szedegetni kezdte a gyerekekből a tűket. A kislány szó nélkül tűrte, annál is inkább, mert már nagyon türelmetlen volt. Főképp azért, mert nem nevetetett, amikor az orvos és segítői viccelődtek vele. A mosolygástól ugyanis elmozdult volna a tű. A kisgyerek úgy távozott, hogy a fülében több helyen is apró ragtapaszok maradtak. Mint megtudtam, ezek közepén növényi magocska van, és a megfelelő helyre ragasztva nyomást gyakorol a beteg testrésznél megfelelő fülfelületre; methogy a tenyérben, a talpban és a fülben is benne van az egész szervezet.

– Professzor úr, valami fülben hordható szerszámmal, egy kis karikával, ami nyomja a fül egy pontját, Magyarországon is sokan használnák most, akik fogyni akarnak. Mi erről a véleménye?

– Hatásos, ha megfelelő helyre rakják.

És akkor Ónody György kollégámmal egymás után beültünk a kezelőszékbe. A világ, a természet, a test újabb összefüggései és titkai tárultak fel előttünk. Akár hiszik, akár nem – az orvos ránevezett a fülre

és az első mondata az volt: hölgyem, ön rosszul alszik. Ez igaz volt. Nagyon érzékeny az idegrendszere. Ez is igaz. Aztán sorolta hajdanvolt betegségeimet, köztük sportsérüléseket is, mert az emberi fül minden betegséget megmutat, ami a szervezetben lezajlódott. Az alvászavart például onnan látták, hogy egypár négyzetmilliméteres terület kidomborodott a fülemen. Az orvos ezután növényi magos kicsi tapasztokat ragasztott a fülemlre, és mitől, mitől nem, huszonnég óra múltán megszűnt az alvászavarom. Nyomkodtam a fülemlt legalább két hétig szorgalmasan, rászorítva ujjamat a ragtapaszkára, mivel ez hozzátartozik a terápiához. Azóta is jól alszom. Aki nem hiszi, utánajárhat, mert már itthon is van, aki ilyen módszerekkel gyógyít.

Aztán Ónody György következett a székben. Hogy mit találtak nála, arról kérdeztem.

– Mit mutatott a füle?

– Egyrészt, hogy jól alszom, másrészt, hogy nagyon jó az emésztésem.

– Ugyanakkor tudom, most azért ült bele ebbe a székbe, mert valamikor leszokott a cigarettáról és utána felszedett néhány kilót.

– Néhányat? Huszonötöt! No, de nyolcvan cigarettát szívtam naponta.

– Ezért ragasztották tele a fülét?

– Igen. Azt mondták, ez egy lassú módszer. Ha akupunktúrával kezelték volna, szinte már a gyógykezelés pillanatában érezhető lett volna a javulás. Az ilyen fülragaszték hatása három-öt napig tart. Utána meg kell mérnem, fogytam-e, majd ki kell cserélni a tapasztkákat. Egyébként naponta háromszor kell öt-öt percig nyomást gyakorolni ezekre a gyógynövénymagocskákkal ellátott tapasztokra. A professzor úr azt is mondta: háromszori csere után érezném az igazi hatást. Úgy látszik, itt kellene maradnom Kínában.

Az orvosok rövid válaszaiban rejlik – úgy gondolom – ennek a több mint kétezer éves tudománynak a lényege. A megfelelő hely kiválasztása ugyanis tudást és mérhetetlen tapasztalatot igényel. S tudáson egyebek közt a filozófia ismeretét is kell érteni. Ha ugyanis a hagyományos kínai orvoslást megfosztjuk filozófiai háttérétől, sohasem lesz hatásos kezelési eljárás. Csakis a kínai filozófia elméletével összefüggésben válik egyetemes orvosi rendszerré.

A kínai világnézet az emberiséget ég és föld között élőnek tekinti. Az ég és föld hatásai és energiái összekeverednek az emberi testben. A test ennek az átalakulásnak a középpontjában áll. Csak hogy a kínaiaknál az ég és a föld többet jelent, mint hogy egyszerűen ételt és levegőt biztosít. Az ég és a föld egyben két pólust is képvisel – valaminek a megalkotását és annak befogadását; egy ingert és annak megnyilvánulását.

Az emberen belül az ég és föld találkozását harmóniában, egyensúlyban kell tartani. Ebben a folyamatban minden egyes belső szervnek különleges funkciója van, és finoman összehangoltan kell működnie más szervekkel. Bármely részük meghibásodik, az hatást gyakorol az egészre. Ebből talán érthető, hogy a tűszúrásos módszer miért nem csak a fájdalom helyén kezel, és miért az összefüggő pontokat, az úgynevezett meridián mentén szurkálja.

Arrafelé úgy tartják, a lassan is gyógyítható betegségeket lehet igazán hatásosan kezelni akupunktúrával. Kivált akkor, ha kiegészítésül diétát, gyógynövénykúrát és sok egyéb hagyományos gyógy módszert alkalmaznak. Nem igaz tehát, hogy az operációt az esetek többségénél el lehet kerülni akupunktúrával kezeléssel.

# DR. JÓGA

A Rákóczi úton egy kapualjban kis tábla: Dr. Weininger Antal főorvos, rendel: ...

A címet egy orvos ismerősöm adta meg. Egy éve járt itt először mint beteg, s néhány hónappal később panaszmentesen távozott. A „várászszó”: jóga – válaszolta nyilvánvaló kérdésemre.

A doktor úr hófehér hajú, markáns arcú, meglepően idős ember. Mint kiderül, 1902-ben született. Ahogy elkezdünk beszélgetni, hamar rájövök, ez semmit nem jelent. Szellemi frissessége meglepő.

– Hozzám rendszerint olyan betegek jönnek – fül- és szempanaszoktól kezdve mindenféle belső, vese-, szív-, máj- stb. panaszokig –, akik már minden kórházat, klinikát végigjártak, de sehol sem tudtak segíteni nekik. Így jutnak el hozzám, s bizony gyakran előfordul, hogy én segítek. Pedig nem teszek csodát. Először – mint orvos – diagnosztizálom a beteget, mert a modern orvostudomány eredményeit mindig figyelembe kell venni, aztán a jóga fiziológiai törvényei alapján kezelem őket. Előfordul, hogy letiltok bizonyos gyógyszereket, amelyeket addig a beteg szedett, viszont elkezdem tanítani az illetőt olyan jógagyakorlatokra, amelyek megszüntetik a panaszát. Ezek az *ászanák* (testtartások) és *pránajámák* (légzőgyakorlatok). Ha a beteg szorgalmasan (és kitartóan!) csinálja ezeket a gyakorlatokat, néhány hét vagy hónap múlva örömmel konstatálhatja, hogy meggyógyult. Kísérletileg igazolt tény: a jógagyakorlatok helyes végzésével elkerülhető a betegség kialakulása, illetve megakadályozható a kifejlődése.

– Minden betegség kezelhető, illetve gyógyítható jógával?

– Meg lehet próbálni. Nagyon sok függ a betegről: kitartó-e, bele tudja-e élni magát a jóga képzeletibe. Mert a rendszerességen kívül a

jógához tartozik a vizualizáció, a koncentráció, majd később a meditáció. Aki csak testi jógát gyakorol, óriási tévedésben van: az ásanák és a pránajámák csak azokra hatnak, akik egyúttal bensőleg is jógáznak. Ezek együttese indítja be az összes gyógyító erőket. Sokan azt hiszik: a jóga akrobatikus gimnasztikai gyakorlatok sorozata, sőt vannak, akik összekeverik azzal, amit a fakírok művelnek. Hangsúlyozni szeretném: minden jóga gyakorlat mozdulatlanossággal jár, jelezvén, hogy tudatosan, szándékosan eltér a hétköznapi, megszokott cselekvéstől. A filozófiája? Meg fog lepődni, milyen egyszerű. Tette már fel magának azt a kérdést, hogy „ki vagyok én?”, úgy, hogy őrlődött a válaszok között, és nem volt elégedett? No, látja! – folytatja, miután bólintok. – Akkor már ön is „jógázott”. Csak nem tud róla. Mert a jóga célja igazi valónk kiszabadítása, a tudat alatti réteg megnyitása, hogy visszataláljunk az igazi önmagunkhoz. Megtanít úszni a mély vízben! Mert minden bajok forrása az, hogy nem egész valónkból, valónkkal élünk, hanem természetünknek csak egy kis hányadával, felületes, hétköznapi személyünkkel, pusztán érzékeinkre támaszkodva. A jóga az „egész”-ségre törekszik, ami testi-lelki egységünket jelenti – sokkal többet, mint szerveink jó működését. Felöleli az egész embert.

– Egyre több természetgyógyász állítja: képes bizonyos betegségek gyógyítására, egyre több könyv jelenik meg arról, hogyan őrizzuk meg, szerezzük vissza egészségünket. Melyiknek higgyen az ember? Miért higgyek én például önnek?

– Kértem magától, hogy higgyen? Én tudom, miért csinálom így, és ha nem csinálnám, sok emberen nem tudtam volna segíteni. Pusztán azzal, amit az egyetemen tanultam, biztosan nem. A betegeim között vannak orvosok is. Nem olyan rég jött hozzám egy főorvos, aki súlyos asztmával küszködött. Már a halálán volt, amikor találkoztunk. „Mindent megpróbálok!” – mondta. Kezelní kezdtem, és néhány hónapon belül gyógyulni kezdett. Egyrészt hinni kell az orvosban. (Ez rokonszenvet és teljes elfogadást jelent.) De sokkal fontosabb a beteg önmagába vetett hite. Én ehhez csak hozzásegítem. Gondoljon az Evangéliumra: Krisztus is azt mondta: „Menj el békességgel, a te hited meggyógyított téged.” Van olyan beteg, aki inkább hisz a gyógyszerekben, és inkább beveszi a legveszedelmesebb meg a legkellemetlenebb mellékhatásokkal járó gyógyszereket. Az én véleményem megegyezik azzal, amit Wagner Jaonig, a híres osztrák pszichiáter is mondott: „A legjobb

gyógyszer maga az orvos.” Az orvosnak kitűnő pszichológusnak is kell lennie. Fel kell ismernie a betegség igazi okozóját. Úgy mondanám: fel kell fedeznie az alaphibát. Azt például, hogy a betege túlságosan szorongó, túlságosan képzelődő, túl sokat vagy túl keveset hisz... Erre hívom fel a figyelmét, és felvázolom előtte; egy bizonyos jogagakorlattal hogyan változtathatja meg gondolkodását, akár másokról, akár önmagáról van szó. Mert az ember legjobb barátja saját maga. Ha nem így van, az baj. Az embernek meg kell ismernie magát. Ehhez van szükség az állandó önkontrollra. Nem véletlenül születnek olyan módszerek, mint például az „agykontroll”. Csak tudni kell, hogy a jogáról másolták. A jóga már több ezer éve tanítja azt, amit az „agykontroll” csak vázlatosan. Olyan, mint egy opera zongorakivonata. Hiányos a szemléletmódja. Az „agykontroll” mechanikus, utasításszerű. Nem néz szembe a tényekkel, azzal, hogy igenis van szorongás és van félelem...

– Ha nem tudnám, hogy jogát oktató orvos, azt hinném, pszichológussal beszélgetek.

– A jogát oktató mester sem csinál mást Indiában, mint pszichológiát. Csak nem nevezi annak. A lényeg – mint már mondtam –, hogy az alaphibát kell felfedezni az illetőben! Persze azért van különbség. A lélektan döntően tipikus, hétköznapi pszichikus jelenségekre vonatkozik. A jóga ennél magasabb szférák megismerését célozza meg. Olyan intuitív megismerésre törekszik, amely közel áll a mítikus szellemhez. A jogában öntudatunk fejlesztéséről, gazdagításáról van szó, átélés útján. Koncentráció és meditáció.

A jogát azért nehéz népszerűsíteni, mert a jóga élmény. Ha nem így fogjuk fel, nem is érthetjük meg a jóga-szemlélet lényegét; azt, hogy a világegyetem bennünk van, ugyanakkor mi is egészen kitöltjük azt. Ugyanígy állunk az erővel, energiával. Az anyagot egyetlen, óriási energia járja át, a csillagokban éppúgy, mint a testünkben. A pránának nevezett ősz-energia, amelyet állandóan és mindannyian használunk, egy, oszthatatlan és oszthatlan. Az *egész* szemlélésére, átélésére van szükség, és akkor mindez rögtön érthetővé válik. Ne felejtsük el, hogy a beteg törekvése is ez: az *egészség* visszaszerzése, vagy az *egészség* megtartása, ami nem más, mint a test és a lélek békéje. Ebben az „EGÉSZ”-ben – mondhatnám, a kozmoszban – óriási erőforrás van, amelyet fel lehet használni gyógyításra, önmagunk fejlesztésére, tökéletesítésére, ha a kozmikus szféra erejével ki tudjuk alakítani saját gondolatvilágunkat.

– Nyilvánvaló: az elmondottak az ön számára nem pusztán elvek. Mi késztette arra, hogy megismerkedjen ezzel a nem kimondottan európai gondolatvilággal, és beépítse orvosi gyakorlatába?

– Már medikus koromban kezdtem kételkedni abban, amit az idős belgyógyászok tanítottak – látva a terápiai sikertelenségek tömeget. Nem tudtam belenyugodni, hogy annyit kelljen tanulni, és utána csődöt mondjon a tudományunk. Miután befejeztem az egyetemet, és igyekeztem elsajátítani a nyugat-európai tudomány eredményeit – anélkül, hogy választ találtam volna a kételyeimre –, arra gondoltam: szétnézek Keleten. Akkortájt, a harmincas években jelentek meg Liek Ervin könyvei *A sebész tévútjai* és a *Klinikai félistenek*, aki lényegében azt fejtegette, hogy egy professzorra nem úgy kell nézni, mint egy túlvilági lényre. De erősen hatottak rám különböző filozófiai művek is. Kezdtém megérteni, miért írja Hippokrátesz, hogy igazi orvos nem lehet meg filozófia nélkül. Hatott rám Paracelsus, akinek a filozófiáról szól az egész élete. És sorolhatnám a többi... Gyakorló orvosaink nagy része a mai napig sínes tisztában az orvosi filozófiával. Csak azt tudja, ami bizonyos gyakorlati célok eléréséhez szükséges. Képtelen az egyszerű diagnosztikai sablonokon túl az egész embert látni testestül-lelekestül. Lehet valaki ügyes sebész, gyorsabban kiveheti a vakbelet, mint a másik, de az orvosi tudománynak sokkal mélyebb háttérrel kell adni. Ha ez a mélység megvan, akkor ebből lehet meríteni, és itt a polihisztorságra, annak előnyeire gondolok, szemben a napjainkra jellemző szakbarbársággal. A filozófia hozzásegít a kollektív tudathoz, ami a helyes döntés meghozatalához elengedhetetlenül szükséges. A jóga megismerése nemcsak a szemlélet elmélyítéséhez vezetett; felfedeztem a test olyan részeit is, amelyekről a hivatalos tudománynak fogalma sem volt. Nem beszélve arról a természet, kozmikus erőről, ami a napsugárban, a levegőben vagy a világosságban van.

Mondok egy példát, hogy tisztábban lássa, mit értek ezen, miért is fontos ez a szemlélet. Volt egy páciensem, akinél felfedeztem, hogy a gyomrában rákos daganat van. Az illető remekül érezte magát, jó kondícióban volt. Azt mondtam magamban: „Vétek lenne ezt az embert megműteni, a sorsán már nem lehet változtatni, de mivel panaszmentes állapotban van, ez az állapot még hosszú ideig fenntartható. Akár évekig is.” A beteget azonban egy sebész ismerőse rábeszélte a műtetre, mondván, Amerikában számtalan sikeres gyomorműtétet végrehajtott már. Ki-

vette majdnem az egész gyomrát, s a beteg néhány hét múlva rettenetes kínok között meghalt. Határozottan és minden kétséget kizáróan tudom, nekem volt igazam. Ez az ember legalább két-három évet élhetett volna még az én kezelésemmel – és csak azzal. Ha szükséges lett volna, én magam küldöm műtőbe. Ha kell, azonnal!

Helyes döntés nem hozható szellemi rövidlátással, átfogó szemlélet hiányában. A jóga szinoptikus látásmódot szorgalmaz, a valóság szélesebb körű megismerésének érdekében. A nyugati ember számára a külvilág megismerése és meghódítása a valóságos cél, ezért tárgyilagosan ítél. Ezzel szemben a keleti „belső” ember, őszinte valónk iránt érdeklődik. Tehát nemcsak gondolkodik, tanít, de éli is igéit. Úgy gondolom, én ezt teszem. Régen rájöttem, hogy a tudományágak között létezik egy rejtett, mondhatnám okkult összefüggés, amibe belenyúlni, keresni és egy helyes döntést felszínre hozni lehetetlen átfogó szemlélet nélkül. Ehhez a szemlélethez nem jutottam volna el a jóga ismerete nélkül...