

Jenny Baker

A Bölcsesség Koronaékszere

(elhangzott: 2017. augusztus, Barcelona, EFTS kongresszus)

A szerző engedélyével fordította: Szabari János, 2017.

MAGYAR TEOZÓFIAI TÁRSULAT

A Bölcsesség Koronaékszere az Upanishad-okkal és a Bhagavad Gitával együtt az ősi szent szövegek egyike, amely sokakat vezetett évszázadokon keresztül a szellemi újtújon. A Bölcsesség Koronaékszere a VIVEKA CHUDAMANI szanszkrit szavak magyar fordítása. Ennek a könyvnek a keletkezési ideje és szerzője ismeretlen, de általában elfogadják, hogy Shri Adi Shankaracharya műve. Ki volt Shankaracharya? Az ezoterikus buddhizmus úgy hiszi, hogy kb. 50 évvel Gautama Buddha halála után, mivel visszautasította a teljes Dharmakaya-t és a Nirvana-t, valamint karmikus és emberbaráti célokból újrászületett Shankaracharya-ként, India legnagyobb védantista tanítójaként. Az állítják, hogy: „Shankaracharya egyszerűen minden szempontból Buddha volt egy új testben.

HPB ezt mondja a „Buddha misztériuma” című könyvében: „Miközben a kijelentés annak misztikus értelmében igaz, a kifejezési mód félrevezető lehet, amíg meg nem magyarázzuk. Shankaracharya minden vitán felül egy Buddha volt, de soha nem volt a Buddha reinkarnációja, noha Gautama „asztrális” Én-je – vagy inkább a Bodhisattva-ja – valamilyen titokzatos módon kapcsolódhatott Shankaracharya-val. Igen, talán az Én, Gautama egy új és jobban átdolgozott „ékszerdobozban” – ez volt Dél-India brahmanja.”

Azonban a stílus és a fogalomrendszer alapján ma azt gondolják, hogy valamilyen kiemelkedő advaita szerző állította össze a magyarázatokat, aki néhány évszázaddal a nagy Shankaracharya után élt, talán a késői X. században.

A Viveka szó a VIC szanszkrit szóból származik, aminek a jelentése „alaposan megvizsgálni”, és általában „szellemi megkülönböztetésként” fordítják, a Chudamani szó pedig „koronaékszert” jelent. Hol van, és mit értünk koronaékszer alatt? Raghavan Iyer szerint a korona az ember homlokán van, a tiszta megkülönböztető-képesség és a szellemi ébrenlét királyi drágaköve.

Ebben az előadásban megvizsgáljuk számos fontos szó és kifejezés jelentését. Kezdjük a MEGKÜLÖNBÖZTETŐ-KÉPESSÉG szóval.

A megkülönböztető-képesség a szótár szerint helyes ítéletet és éleslátást jelent. A könyv sok keleti szent szöveghez hasonlóan egy guru és egy tanítvány közötti párbeszédként van kidolgozva. Az írások célja az, hogy elmondjon a tanítványnak útmutatásokat arról, hogyan érje el a megvilágosodást.

A tárgyalt témák közé tartoznak: hogyan győzzük le az akadályokat, amik elkerülhetetlenül felbukkannak az úton, hogyan tegyünk különbséget a valótlan és a valós között, útmutatások a meditációról és a védantista filozófiáról, mint a Guna-k (Tamas, Rajas és Sattva, amik a természet három alkotóelemei), a Pancha Kosha-k (a létezés öt burka) és a tudat három állapota (éber, álmodó és álm nélküli állapot).

Shankaracharya kezdettől fogva gondolkodásra készített, mivel a második versben hangsúlyozza az önmegvalósítás elnyerésének nehézségét. „Nehéz az élőlényeknek elérni az emberi megszületést, még nehezebb emberré válni, még nehezebb brahmanná válni, még nehezebb elkötelezetté válni a Védák szellemi útja iránt, még nehezebb megszerezni a tudást abban a birodalomban. De az Én és a nem-én közötti teljes megkülönböztető-képesség eléréséhez és az

ember valódi természetének és felszabadításának közvetlen megtapasztalásához az Én-ben, mint Abszolútban történő megszilárdulás formájában – mindez nem érhető el életek millióinak jó cselekedetei nélkül”.

Tehát az önmegvalósítás lehet, hogy életek millióiba kerül, és ez egy nehéz ösvény, amit a törekvőnek be kell járnia. Hogyan érhető ez el? Azt mondják, hogy az Én és a nem-én megkülönböztetésének megtanulásával és a megkülönböztető-képesség bölcsességének megszerzésével.

Hogyan ismerjük fel az Én és a nem-én közötti különbséget?

A Bhagavad Gita 13. fejezetének 2. verse kijelenti: „E testet, óh Kunti fia, a mezőnek nevezzük, azt pedig, aki ismeri, a mező ismerőjének hívják a bölcsek.”

Az indiai filozófia szaknyelvében az emberi testet a „mezőnek” nevezik, mert a tevékenységek – a karma – gyümölcseit abban aratjuk le. A „mező ismerője” más szavakkal az emberi szellem, ami attól elválasztva van.

Ez a vers tehát azt jelenti, hogy Isten mindentudó, és hogy a mező ismerete és a mezőnek, az embernek és valódi Én-jének az ismerete a metafizika valódi ismerete.

A megszabaduláshoz és a szenvedéstől és rabságtól való szabadsághoz az embernek képesnek kell lenni egyéni Én-jét a Kozmikus Én-nek azonosítania. Amikor a megszabadulás állapotát az ember földi életében elér, akkor Jivan Mukti-nak nevezik.

Hogyan érhetjük el a megszabadulást? Shankaracharya elmondja nekünk, hogy imádsággal, önfeláldozással, együttérzéssel, jó cselekedetek végzésével, és mások vezetésével a helyes úton. Egyedül ezek a tulajdonságok azonban egyedül nem elegendőek hozzá, szükség van egy olyan tanító vezetésére is, aki már elérte a megvilágosodást.

Az első lépés a megvilágosodás felé vezető úton az, hogy felteszünk magunknak bizonyos kérdéseket, mint „Ki vagyok én?”, „Miért vagyok itt?”, „Mi a célja a földi életnek?”, „Mihez kezdek az életemmel?” Amikor megvan a kielégítő válasz ezekre és más hasonló kérdésekre, akkor megtapasztaljuk az együttérzést, szabadságot, boldogságot és bölcsességet.

Mit értünk szabadság alatt? Azt jelenti, hogy uraljuk az elménket, uraljuk a halhatatlanságot, miután legyőztük a halált a könyörületesség, kötelesség és ima gyakorlásán keresztül, és a Valóság igazságának megismerésével.

Az igazság megismerése

Hogyan szerezzük meg ezt a tudást? Shankaracharya elmondja nekünk, hogy az érzéki gyönyörök iránti vágyak legyőzésével és hogy a tevékenységünk eredményeként kapott jutalmak iránti közömbösséggel. Azt mondja, nem csak sok cselekedet végrehajtása, bármennyire is elismerésre méltók azok, hanem a befelé forduló elmélkedés az, amivel elérjük az Igazságot.

Az elme az, ami ilyen fontos szerepet játszik az Igazság keresésében, mit az elme az, ami egyaránt lehet segítőnk is, akadályozónk is. Patanjali a Jóga szútraiban beszél az elme ingadozásáról és az elme jogagyakorlatokkal való lenyugtatásának fontosságáról. Úgy gondolhatjuk el az elmét, mint egy óceánt, ami mindig mozgásban van a felszínen, néha dühös és erőszakos egy viharban, néha nyugodtabb, amikor gyenge szellő kelt fodrokat, amik megzavarják a felszínét. De a felszín alatt az óceán nyugodt, és az óceán mélységei azok, ahol az elme felfedezi a mélyes bölcsességet.

Hogyan nyugtathatjuk tehát le az elmét és érhetjük el a bölcsesség mélységeit? Shankaracharya azt mondja, hogy a vágytalanság, az áhítatosság, az együttérzés gyakorlásával, és az ember valódi Én-jén való meditálással. Szükség van hozzá önképző tanulásra és mély meggyőződésre minden élet egységében és abban, hogy a szellemi Igazság soha nem fog megváltozni.

A 14. versben figyelmeztet, hogy a Valóság megismerése soha nem következik be csak rituálék tartásából, mint fürdés szent helyeken, vagy jótekonyság, sem pedig légzési technikák

gyakorlásával, hanem meditációval és egy olyan tanító vezetésével, aki rendelkezik azzal a tudással, amit az ember keres.

Az Igazság megismeréséhez szükséges tulajdonságok

Az első a **megkülönböztető-képesség** (diszkrimináció), Viveka. Szellemi értelemben ez a valótlan és a Valóság közötti különbség meglátásának képességét jelenti.

Napjainkban a diszkrimináció szónak lehetnek és vannak is politikai és kellemetlen felhangjai. A szótár négy definíciót ad a diszkrimináció szóra. Az első és feltehetően legáltalánosabban használt jelentés: „kedvezőtlen kezelés, ami előítéletesen alapul, különösen fajt, életkort vagy nemet illetően”. Sajnos úgy érzem, ez az, amit sok ember gondol erről a szóról manapság. Viszont a szónak igenis vannak pozitív meghatározásai is, nemcsak a negatív. A második definíció: „Jó ízlés vagy ítélőképesség művészeti kérdésekben”, a harmadik pedig: „a képesség megkülönböztetésre vagy a különbségek észlelésére”, míg az utolsó: „különbségtétel az elmével vagy cselekedetben”.

Több szinten tudunk megkülönböztetni: a cselekedeteinkkel, a gondolatainkkal és az érzelmeinkkel. Lehetünk túlságosan kritikusak, szükségtelenül ítélkezők, és lehetünk előítéletesek az életünk sok aspektusában. Ez nem az a megkülönböztető-képesség, amiről beszélünk, el kell felejtenuk a szó minden negatív jelentését, és a pozitív aspektusaira kell összpontosítanunk. Arról a képességről beszélünk, hogy különbséget tegyünk aközött, hogy mi örökkévaló az életben, és mi nem. Végül fel fogjuk ismerni, hogy ebben a világban mindennek van kezdete és vége, ezért végesnek tekintendő. Semmi, ami meghal, nem tekinthető Valóságnak, és állandónak. Csak az, ami soha nem hal meg, lehet „Valóság”.

A megkülönböztető-képesség azt jelenti, hogy mindig ébernek kell lennünk, hogy tudjuk, mi az, ami elmúlik, és mi az örökkévaló, és akkor hagyjuk figyelmen kívül az előbbit, és kapaszkodjunk bele az utóbbiba a lélek minden erejével.

Az igazság megismeréséhez szükséges második tulajdonság a **közömbösség**.

Erre a szanszkrit szó a VARAGYA, a jelentése pedig elkülönülni minden jutalom élvezetétől ebben és az eljövendő életekben. Annak elérését jelenti, hogy az élet élvezetei ne befolyásoljanak és közömbösek legyünk irántuk. Szükségünk van az öt érzékszervünkre, hogy képesek legyünk tudomásul venni a létezésünket, mert nélkülünk nem tudnánk működni. Nem azt mondom, hogy nem fogadhatjuk el életünk élvezeteit, hanem hogy csupán az élet örömeire való vágyak nem hoznak az életünkbe sem boldogságot, sem szellemi megelégedettséget. A célunknak az életben annak kell lennie, hogy megismerjük a minden dolog Egységének valóságát azáltal, hogy elengedünk minden anyagi vágyat és kötődést. A 375. vers ezt mondja: „Óh bölcs, tudd meg, hogy a közömbösség és a metafizikai megértés a lélek két szárnya, amelyekkel a magasba szökik, mint egy madár. Nem tud leszállni a megszabadulás csúcsára csak az egyik szárnyat használva, a másik nélkül.”

A közömbösség azt jelenti, hogy képesek vagyunk azonnal lerázni magunkról bármilyen tárgyat, bármilyen világi tapasztalás, akármilyen édes legyen is. A jutalom a közömbösségért a valódi Én megismerése, a béke és a tökéletes boldogság, amit ez elhoz.

A következő tulajdonság az **odaadás**.

Shankaracharya az odaadást az ember valódi természetének vizsgálataként, vagy ahogyan egyesek mondják, az Én valódi természetének vizsgálataként határozza meg. Hogyan vizsgáljuk a valódi természetünket, az Én-ünket? Azzal, hogy odaadjuk magunkat szellemi gyakorlatoknak, mint a meditáció, együttérzéssel és egy guru vagy más olyan valaki követésével, aki megtalálta saját Én-jét, és felkészült mások vezetésére a megvilágosodáshoz vezető ösvényen. Egy spirituális ideál iránti odaadás eloszlatja a sötétséget, és elhomályosítja a szűk önszeretetet. Ez a karma hálójából kivezető út a tiszta tudat fényére és a kötelékéből való megszabadulásra.

További dolgok, ami az Igazság megismeréséhez szükségesek:

1. **Belső kontrol.** Ez azt jelenti, hogy az ember az elméjét állandóan a célra rögzíti azzal, hogy nyugodt marad, és békés elmét teremt minden körülmények között.

2. A **külső kontrolt** (DAMA) úgy írják le, hogy önmagunkat szerényen kezeljük, mások szolgálóiként, a tehetségeinket pedig pozitívan, az emberiség javára használjuk.

3. Az **elme visszavonása** a külső dolgokból (UPARATI), a békére és az üdvösségre való összpontosítás.

4. A **béketűrést** (TITIKSA) úgy írják le, mint a közömbösség létrehozásának képessége az ellentétes párok között, mint a fájdalom és a gyönyör, és panaszkodás vagy dühössé válás nélküli tevékenykedés.

Mindezekhez hitnek kell járulnia a szent szövegek tanításaiban, és az ember elméjét folyamatosan az Abszolútra kell függesztenie. (SAMA-DHANA).

Mi az elme?

Az elmére úgy gondolhatunk, mint a test és a lélek közötti kapcsolatra. Az elmének kettős természete van, lehet a barátunk, és szerepet játszhat a lélek felszabadulásában, de lehet az ellenségünk is, és fenntarthatja a fizikai testhez való kötődést. Hogyan szabadítjuk ki magunkat a fogságból? Hogyan találjuk meg az Igazságot?

Az első dolog, amire szükségünk van, hogy félretegyünk minden rokonszenvet és ellenszenvet, a következő, hogy törekedjünk a közönyre és a megkülönböztető képességre szívvel és lélekkel. Shankaracharya beszél arról, hogy a tiszta elme sattvikus természetű, míg a tisztátalan elmét a Tamas és a Rajas irányítja. Amikor a lélek fénye átsüt egy tiszta és makulátlan elmén, akkor az tiszta és sugárzó, viszont egy tisztátalan elme elhomályosítja a lélek fényét, és megakadályozza annak sugárzását.

Hogyan tisztítsuk meg az elmét?

Az első dolog, amit meg kell tenni, hogy lehetővé tesszük, hogy az elme nyugodttá és békéssé váljon. Eltökéltnek és bátornak kell lennünk, és csak spirituális vágyakat fogadjunk be. Folyamatosan gyakorolnunk kell a megkülönböztetést és a közömbösséget.

Ne feledjük, hogy a fő közeg, amin keresztül az Isteni Élet kifejezi magát, az elme, és amilyen az elme, olyan az élet. Ha az elme tisztátalan, a gondolatok tisztátalanok, a cselekedetek pedig zavarosak. Egy tisztátalan elme tele van vágyakkal, és az elme fő feladata azoknak a vágyaknak a beteljesítése. Még néhány jó vágy is eredményezhet diszharmóniát, és minden ilyen vágy a felszabadulás akadályozója. A Bhagavad Gita 3. fejezet 37. versében Krishna ezt mondja: „A szenvedélyből született kapzsi vágy és harag a nagy gonoszak, a pusztítás lényege és a lélek nagy ellensége”.

A spirituális élet az ártalmas, alsóbb vágyak megfékezésével, amiket vagy a szenvedély (Rajas), vagy a letargia (Tamas) ösztönöz, és a jóság és a magasabb sattvikus vágyak kifejtésével kezdődik

A Sattva, a Tamas és a Rajas a természet három alkotóeleme. Minden életforma, a legkisebbtől a legnagyobbig, a legszerényebbtől a legmagasztosabbig ezt a hármat tartalmazza, különböző mértékben. Ebbe az emberi lényt is beleértjük. A Tamas-t gyakran tehetetlenségként vagy lustaságként írják le. A Rajas a Tamas ellentéte, mivel tevékenységnek vagy szenvedélynek tekintik, míg a Sattva elmélkedést és nyugodtságot közvetítő állapot. A sattvikus állapotnak kell túlsúlyban lenni az életünkben, mivel ez vezet az elménk lecsendesítéséhez.

Meg kell szabadulnunk azoktól a gondolatoktól, amik megbénítják megkülönböztető képességünket és tárgyilagosságunkat. Amiket meg kell próbálnunk elkerülni, az a diszharmónia, a düh, a türelmetlenség, a felsőbbrendűség és a vágy a világi élvezetekre. Amiket meg kell

szereznünk és táplálnunk kell, az a szerető kedvesség, az alázatosság, az elégedettség, az önzetlenség és az Igazságra való vágyakozás.

Lennie kell a szabadságra való sóvárgásnak, ami legyőzi az érzéki dolgok szeretetét. Rendelkeznünk kell hittel is a szent szövegekben, és át kell ültetnünk a gyakorlatba azok tanításait. A szent szövegek olvasása és hallgatása csupán a spirituális kutatás kezdete, azután minden spirituális gondolatunkat át kell ültetnünk a gyakorlatba.

Az érzékek iránti rajongás megállításához úgy kell azokat kezelnünk, mint a mérget, és ehelyett arra a megelégedettségre kell összpontosítani, ami a spirituális forrásokból ered, és mi elvezet az örömhöz, együttérzéshez, becsületességhez, békéhez és önkontrolhoz.

A testünk csupán a lelkünk ideiglenes hordozóeszköze, így az attól való különállás a szabadság és halál és újraszületés kerekétől való megszabadulás felé vezető út kezdete. Annak veszélye, hogy állandóan kísért a fizikai képmásunk, hatalmunk, tekintélyünk vagy vagyontárgyaink az, hogy az ilyen kísértések elrejtik valódi természetünket. Így az, hogy NEM válunk a testünk vagy érzékeink és érzelmeink szolgájává, a szabadsághoz vezető utazásunk kezdete.

Sajnos napjaink nyugati kultúrája túl sok figyelmet fordít a divatra és a hírnévre. Úgy érzem, hogy az állandóan, bárhol és mindenhol való „szelfik” készítésének legújabb örülete csak az énképünket növeli. Az a veszély fenyeget, hogy egy hiú, büszke, hencegő és önszerető társadalommá válunk. Nem azt mondom, hogy nem kell törődnünk és táplálnunk a testünket, fontos, hogy tegyünk meg mindent, hogy egészségesen és fitten tartsuk.

Mindössze arra van szükségünk, hogy felismerjük, a belső életünk még fontosabb, mivel az annak a része, ami nem pusztul el.

Mi az Igazság?

Ez egy nagy kérdés, amikor az ember elkezd gondolkodni rajta. Szeretnék utalni Patanjali Jóga szútráira, és különösen a nyolcszoros ösvényének első részére. Az első szírom – ahogyan nevezi – 5 Yama-ból vagy önkorlátozásból áll, amik egyike a Satya, vagy nem hazudás. A 4 másik a nem bántalmazás, a nem lopás, a nem érzékiség és a nem nyereségelhajzás. Talán jobban kifejezi ezeket az ártalmatlanság, az igazmondás, a becsületesség, az önmegtartóztatás és a kapzsiságtól mentesség. Azt mondják, hogy ha az ember ezek egyikét komolyan gyakorolja, akkor a többi természetes módon követni fogja.

Hány kifejezés van az angol nyelvben, ami az igaz vagy igazság szavakat tartalmazza? Csak kettőt mondok: „hű [igaz] önmagához” és „az igazat, csakis a színtiszta igazat” mondani. Nem ezt csinálva egy törvényszéken, az hamis tanúzást jelent, és börtönbüntetéssel jár.

Az elme azonban becsaphat bennünket, és azt gondoltatja velünk, hogy valami igaz, pedig nem is az. Úgy is lehetünk „programozva”, hogy előre lejátszunk eseményeket, és azt látjuk, amit látni akarunk, nem pedig azt, ami valóban történt. Így nem szabad megbíznunk az elménkben, hogy az Igazsághoz vezet – viszont ha így van, hogyan fogjuk valaha is megismerni az igazságot?

Nyilvánvalóan a körülöttünk levő világot következtetést és logikát használva érzékeljük. Természetesen ezek is, de a valódi igazság megismeréséhez mélyebbre kell mennünk az elmében, az elcsendesülést és a meditációt használva.

Mindig az igazat mondjuk? Azt mondanám, hogy tekinthetjük magunkat szavahihető embereknek, és szándékosan nem beszélünk máshogy. Azonban állandóan figyelmesnek kell lennünk, hogy akaratlanul ne hogy pletykálkodni és szóbeszédet terjeszteni kezdjünk. Arra is figyelniünk kell, hogy ne legyünk ítélkezők és túlságosan kritikusak a másokkal kapcsolatos dolgainkban.

Társultunk jelmondata a „Nincs magasztosabb vallás az Igazságnál”. Ezt pontosabban így kell olvasni: „Nincs magasztosabb dharma az Igazságnál”. Tegyük tehát az életünket szavahihetővé. Legyünk becsületesek, egyenesek és nyitottak, és ne színleljük, hogy mások vagyunk, mint amik valójában vagyunk. Legyünk hűek önmagunkhoz.

Én úgy tekintek egy teozófus életére, mint mások szolgálatára bármilyen mód is illik az alkalomhoz. Mindannyian más dolgokat adhatunk, és különböző módokon tehetjük ezt, de egyikünknek sem szabad gondolnia, hogy az énje felsőbbrendű vagy jobb lenne, mint bárki másé. Ha tekintélyhez vagy hatalomhoz jutunk, akkor közömbös viselkedést kell ezek iránt mutatnunk, és a kötelességünket másokért kell végeznünk.

Ha bőkezűen adjuk az időnket és energiánkat, az meghozza a maga jutalmait. Ez az, amikor igazak vagyunk magunkhoz. Tudván, hogy kik is vagyunk valójában, nem akarhatunk bármi mások lenni, mint a felsőbb Én-ünk szolgálói. Szellemi lények vagyunk átmenetileg egy fizikai testben, amivel törődnünk kell, de nem imádnunk. Igaznak lenni önmagunkhoz azt jelenti, hogy elismerjük az Igaz Én létezését, ami az Isteni Lényeg, az az Isteni Szikra, ami mindenben benne van. A test és a földi élet célja az, hogy lehetővé tegye a lélek fejlődését a tökéletességig.

Mi állít meg bennünket a tökéletesség megszerzésében?

Az, ha képtelenek vagyunk különbséget tenni a valótlan és a valós között. Valami, amit Maya-nak hívunk, útjába áll igyekvésünknek, hogy elérjük a tökéletességet ebben az életben. A keleti filozófia azt állítja, hogy egyedül az Abszolút létezik, és abban nincs változatosság vagy sokaság, nincs bűn vagy véték. Van azonban egy princípium, ami felelős a jelenségi korlátozásokért és feltételekért, és ezt a princípiumot nevezik Maya-nak. Az egész világ Maya terméke. Erre egy másik szó az illúzió. Gyakran nehéz megérteni ezt az elképzelést a korlátozott elménkkel.

Shankaracharya azt mondja, hogy Maya a három Guna-ból, a természet alkotóelemeiből vagy a létezés állapotaiból áll: Sattva vagy egyensúly, Rajas vagy mozgás és Tamas vagy nyugalom. Azt mondják, hogy Maya nem fogható fel, csak következtetni lehet rá alázatossággal és valódi kutatással.

Az idő és a tér Maya alkotóelemei, ahogyan az az ok-okozat törvénye is. Maya csak az Abszolút, az Igazság megismerésével oszlatható el.

Milyen az Én természete?

Az Én a valódi lény, aki örökkévaló, és akinek a természete az Üdvösség. Az Üdvösség olyan az Én-nek, mint a hó a tűznek és a hideg a jégnek. Csak olyan valaki, aki megszabadult a nem-Én fogságából, ismerheti meg az Úr üdvösségét – amit mi Atman-ként ismerünk. Az Atman nem születik, és nem is hal meg. Nem növekszik vagy csökken vagy változik semmilyen módon. Tiszta tudat, halhatatlan és nem módosítható. Ez a végtelen üdvösség esszenciája.

Hogyan fedezhetjük fel a valódi természetünket? Valójában az egész az elme irányítására szorítkozik három módon.

1. Bármilyen közönséges dolog elkerülésével, ami ellentétes az igazság törvényeivel és az Isteni Szeretettel.
2. Vágyaink irányításával és sattvikus gyakorlatokkal.
3. Értelmünk megtisztításával és az Istenség felé való törekvéssel.

Meg kell tanulnunk különbséget tenni az ÉN és a nem-én között, ha be akarjuk fejezni a születés, halál, újraszületés folytonos ciklusát. Törekednünk kell a tudatunk kiterjesztésére a felsőbb Én szintjére, miközben még mindig a földi világban vagyunk. Csak ez után ismerheti meg az ember saját valódi természetét, mint létezés, SAT, tudat, CHIT és üdvösség, ANANDA.

Shankaracharya ismerteti a vedantista filozófia alapján az Öt Burkot, vagy szanszkritul a Pancha Kosha-kat. Az első az Anamaya Kosha vagyis az élelem burok. Ez csak az élelem által létezik, amit megesszünk. Nem stabil, állandóan változik, és végül meg fog halni. Ezért nem lehet rá úgy gondolni, mint az ember valódi Én-jére, a Legfőbb Valóságra. Tartózkodnunk kell attól, hogy az élelem burokkal azonosítsuk magunkat.

A következő burok a Pranamaya Kosha, vagyis az életenergia burok. Ez teszi lehetővé, hogy a fizikai test mozogjon és cselekedjen. Ez megint csak nem a valódi Én, mivel állandó mozgásban van, mint az óceánok és a szelek.

A harmadik burok a Manomaya Kosha. Ez a gondolkodó princípiumunk, ami tartalmazza az öt érzékszervet. Ezt felelős az örömeink és a bánataink létrehozásáért. Ez az álomvilág megteremtője, és egyaránt létrehozhatja és elpusztíthatja az akadályokat az Én-felismerés útján. A Manomaya Kosha-ra gondolhatunk az alsóbb elmeként, és a belső tudatosság akadályaként, így ez sem a valódi Én.

A következő burok a Vijnanamaka Kosha vagyis a felső elme burka. Ez tartalmazza magát a felső elmét annak módosulataival, valamint az érzékszerveket és azok módosulatait. Ez a tevékenység elvégzője és a lélek újraszületésének az oka. Nevezik a tudás buroknak, értelemnek vagy Buddhi-nak is. A vágyak és tevékenységek azok, amiken keresztül a lélek különböző testeket ölt és levet, a tudás burok pedig az, amin keresztül az egyéni lélek megtapasztalja a bánatot és örömet, az élvezetet és fájdalmat. A tudat három állapota ehhez a burokhoz tartozik.

Ezek: 1. az ébrenléti állapot, 2. az álom állapot és 3. az álom nélküli alvás állapota. A felsőbb elme a kötelességekkel, szertartásokkal és a vele született tulajdonságokkal azonosítja magát, amik az élet különböző szintjeihez kapcsolódnak. A legfelsőbb Én-hez való rendkívüli közelsége miatt a Vijnanamaka Kosha nagyon fényes.

Az ötödik burkot Anandamaya Kosha-nak, vagyis az üdvösség burkának nevezik. Leginkább az álom nélküli alvásban nyilvánul meg. Mögötte minden lény legbelsőbb princípiuma, Brahman van a maga teljes oszthatatlanságában. Az üdvösség burok nem a legfelsőbb ÉN, mivel feltételeken alapul, és a természet egyik módosulata.

Az üdvösség tudaton túl kell mennünk álom nélküli alvásban, hogy felfedezzük a valódi ÉN-ünket, ami a feltételek nélküli boldogság forrása.

A Viveka Chudamani-ban a tanítvány feltesz a gurujának egy kérdést. „Amikor az öt burkot elutasítjuk valótlanul, nem látok semmit, ami megmaradt, csak mindennek a nemlétezését. Milyen megismerhető Valóság marad, amivel az Én ismerője azonosíthatja magát?”

A guru így válaszolt: „A kérdésed kiváló. Jó vagy az érvelésben. A legfinomabb gondolkodással észlelned kell, hogy a princípium, amivel valamennyi különböző állapotodat megtapasztalod, de ami nem tárgy a megtapasztalásnak, az Én, a végső megismerő”.

Más szavakkal, meg kell értenünk, hogy az embernek két különböző én-je van, az egyiket az empirikus én-nek nevezik, a másikat a transzcendentális Én-nek. Az előző halandó, állandóan változik és megbízhatatlan. Az Igazság csakis a transzcendentális Én segítségével ismerhető fel. Nem szabad a tükörképünket nézni egy tükörben, és azt gondolni, hogy azok, akik valójában vagyunk, csupán olyanok, mint egy tükörkép. Ehelyett meg kell tanulni a transzcendentális Én-nel, az Istenséggel azonosítani magunkat, amely nem látható a tükörbe nézve.

Amikor tudatára ébredünk saját valódi Én-ünknek, amely örökkévaló és mindent átható, és amikor az empirikus ént elhallgattatjuk, akkor szabadulunk meg a gonosztól és a rabságból. Akkor egy isteni sugárrá válunk, olyanná, mint egy lámpa, aminek a ragyogása másokra vetül. A megvilágosodott lény, aki felismerte az Abszolútot, nem tér vissza ismét újraszületésbe ebben a világban.

Milyen az Abszolút természete?

A 239-242 versek így szólnak: „Ezért a legfelsőbb Brahman az egyetlen valóság, második nélkül, ez a tiszta bölcsesség, a folt nélküli, a tökéletes béke kezdet nélkül és vég nélkül, a tevékenység üressége és a szüntelen üdvösség lényege.”

„Amikor minden Maya által teremtett különbséget elvetünk, egy Én által megvilágított valami marad, ami örökkévaló, változatlan, makulátlan, mérhetetlen, forma nélküli, megnyilvánulatlan, név nélküli, elpusztíthatatlan.”

„A bölcs tudja, hogy a legfelsőbb igazság az abszolút tudat, amelyben egyesül a megismerő, a megismert és a megismerés, és ez végtelen és megváltoztathatatlan.”

„Brahman a végtelen, örökkévaló, mindent átható fény, nem lehet sem megragadni, sem elengedni, felfoghatatlan az elmével, és kifejezhetetlen beszéddel, mérhetetlen, kezdet és vég nélkül”.

(Fordította: Mohini M. Chatterji)

Hogyan foghatjuk fel az Abszolútot?

Meditálással azzal a tényen, hogy alapvetően azok vagyunk, ami soha nem hal meg, és ami nem más, mint a tiszta létezés.

A 255. vers ezt mondja: „Te az az Abszolút vagy, ami a kasztok, viselkedési szabályok, család és törzs fölött áll, ami név vagy forma nélküli, erények és hibák nélküli, ami meghaladja a teret, időt és dolgokat – meditálj ezen az elmédben”.

A 259. vers kijelenti: „Te az az Abszolút vagy, ami elpusztíthatatlan, mentes a születéstől, növekedéstől, fejlődéstől, hanyatlástól, betegségtől és haláltól – meditálj ezen az elmédben.”

A 260. vers kijelenti: „Te az az Abszolút vagy, aminek nincs megkülönböztető jegye, aminek alapvető természete örökké változatlan marad, ami mozdulatlan, mint egy hullámok nélküli óceán, ami örökké szabad, ami képtelen szétosztódni – meditálj ezen az elmédben.”

A 263. vers kijelenti: „Te az az Abszolút vagy, ami valódi, de különböző formákban jelenik meg téves nézetek következtében, ami szemmel látható módosulásokon meg keresztül nevében, formájában és jellegzetességében, miközben valódi természetében örökké változatlan, akár az arany – meditálj ezen az elmédben”.

A 264. vers ezt mondja: „Te az az abszolút vagy, amin túl semmi nem ragyog, ami azonos az Én-nel, ami a valóság-tudat-boldogság, és elpusztíthatatlan – meditálj ezen az elmédben.”

Az ezeken történő meditálással a kétségek és a nehézségek el fognak tűnni, és tisztán fogjuk látni a tanítást. Válasszuk el az Én-t a nem-éntől és az érzéki dolgok birodalmától, és akkor ami marad, az az Én.

Azonosítsuk magunkat azzal, ami a szív barlangjában lakozik. Az Én-t elrejtik a nem-én befolyásai, és amikor ezeket a befolyásokat elpusztítjuk, a valódi Én világosan önként megnyilvánul.

Arra figyelmeztetnek, hogy soha ne legyünk figyelmetlenek és meggondolatlanok vagy rendszertelenek, folyamatosan összpontosítsunk az Abszolútra, az Én-re, azt mondva: „Ez vagyok Én”.

Hogyan tudunk összpontosítani az Én-re?

Ezt úgy tehetjük meg, hogy elengedjük a test és az érzékek vágyait. Rajta kell maradnunk a spirituális ösvényen, és nem téríthetnek le róla az élvezet vagy a hatalom hajszolása, ami végül fájdalomhoz és szenvedéshez, valamint más nehézségekhez vezet. Fegyelmeztetnek

és erényesnek kell lennünk a mindennapi életben, és el kell távolítanunk az előítéleteket, a hiúságot, dühösséget és kapzsiságot magunkból.

A Valóság keresője számára a cél az, hogy képes legyen az Istenségen kontemplálni tiszta szívvel, olyan szívvel, amiből minden vágy el lett távolítva.

Egy olyan ember, aki a koncentrációt gyakorolja, és képes beleoldani minden külső dolgot – beleértve az elmét, az érzékeket és az én-t – az Én-be, mint tiszta tudatba, megszabadul a földi újraszületések kötelékétől.

Ahogy már mondtam, ezt az állapotot nem érzük el csupán könyvek tanulmányozásával, hanem megkülönböztetéssel, közömbösséggel, önfeláldozással és éles elméjűséggel. Az eredmény Ananda vagy az üdvösség, egy elpusztíthatatlan, mindent átható tudat. Nem fejezhető ki az elmével, csak jelképek használatával. A legmagasabb kifejezés a Sat, Chit, Ananda.

A fegyelmezett meditációt és imádságot követő eredmények egy magasabb tudás, a Buddhi képességének felemelkedése formájában, és az Abszolúttal, a „Mindennél Magasabbal” való együttműködésben, majd pedig az egyéniségben való feloldódásban jelennek meg. Az Abszolút tudat Én-ként való nagy felismerése nem az elmében a logikán vagy értelmén keresztül történik meg, hanem hozzákapcsolódva Lényünk örökké jelenlevő, gyakran rejtett központjához, ahhoz az isteni szikrához, amely belülről ragyog. Az igazság keresőjének csak meg kell keresnie belülről az örök üdvösséget és felszabadulást anyagi világunk valótlanúsága alól. Ezért legyünk erősek abban a meggyőződésben, hogy a valódi Én-t kell ott felfedezni, és el kell engedni a személyiséget és a földi élet élvezeteit.

Egy olyan embernek a jele, aki ebben az életben elérte a felszabadulást, és felismerte a Bölcsesség Koronaékszerét az, hogy nincs „én” vagy „enyém” érzése a fizikai testtel kapcsolatban. A múltra nem nosztalgiával emlékezik, nincs különleges gondolata a jövőről, és teljes közömbösséggel fogadja, bármit is hoz a jelenlegi pillanat. Annak az embernek a jele, aki felszabadult ebben az életben az, hogy meglátja az Egységet mindenben, és az Én-jét és az Abszolútot EGYNEK látja.

Mik a jellemzői egy spiritualitást gyakorló embernek?

Hat sorolok fel:

1. A személyisége harmóniát, szeretetet és békét sugároz.
2. Derűs a viselkedése.
3. Nagyfokú igazságérzettel és együttérzéssel rendelkezik.
4. Az ellentétpároknak, mint a sikernek vagy kudarcnak, a fájdalomnak vagy élvezetnek nincs többé hatalmuk felette.
5. Az elmélet és a gyakorlat egygyé váltak a bölcsesség ismerete és a bölcs élet élése terén.
6. Az indítékai önzetlenek, tiszták és mindent magukba foglalnak.

Az 568. vers ezt mondja: „Amikor egy ilyen fegyelmezett lélek eléri a halálkor az Abszolút természetét tiszta, elkülönületlen lényként, teljes felsőbbrendűséggel még egy test megjelenése nélkül is, akkor nem tér vissza, hogy újra testet öltjön.

Összefoglalásként

Felfedeztük, hogy a VIVEKA szellemi megkülönböztetést jelent, és hogy a KORONA-ÉKSZER jelentésű CHUDAMANI az emberi arc fölötti korona.

Megtanultunk 4 kulcsszót: ítélőképesség, megkülönböztető-képesség, közömbösség és odaadás.

Azt is megtanultuk, hogy Maya vagy illúzió egy olyan elem, ami minden véges dologban benne van, mivel minden létező dolog csak viszonylagos és nem abszolút valóság.

Felfedeztük, hogy az igazi valóság nem az, amit fel tudunk ismerni az érzékszervek és a logikus elme képességeivel, mivel a Koronaékszer azt az igazságot foglalja magába, ami az elme fölött és azon túl húzódik. Ha az Abszolút túl van az emberi megértésen, hogyan várható el, hogy képesek legyünk felismerni azt ebben az anyagi világban, az egyedülben, amit ismerünk?

Paradox módon a logika és az értelem használata az, amivel arra a következtetésre jutunk, hogy ki kell nyújtóznunk minden ismert dolgon túlra, és a látszat ellenére el kell fogadnunk, hogy az általunk lakott világ nem lehet igazi valóság, mivel végül is meg fog semmisülni, ahogyan az emberi test is.

Van azonban valami, ami soha nem hal meg, és soha nem változik, az EGY, ami volt, van, és örökké lesz.

Használva a belső erőnket, kitartással és lecsendesítve az elmét, és túltekinthetve a külsőségeken a Végtelen felé, elérhetjük a célunkat.

A Valóság megába foglal és felülmúl minden időt és teret, és benne nincs különbség a megismerő és a megismert dolog között. A Valóság végtelen, örökkévaló, nem-duális tudatosság.