

Krishnamurti

Végső szabadság

ALDOUS HUXLEY ELŐSZAVÁVAL

A fordítás az alábbi kiadás alapján készült:

Krishnamurti: *The First & Last Freedom*

Harper San Francisco, a division of Harper Collins Publishers, 1975.

TARTALOM

Aldous Huxley előszava

- I. Bevezetés
- II. Mit keresünk?
- III. Egyén és társadalom
- IV. Önismeret
- V. Eszmék és cselekvés
- VI. Hit
- VII. Erőfeszítés
- VIII. Ellentmondás
- IX. Az „én” természetéről
- X. Félelem
- XI. Egyszerűség
- XII. Tudatosság
- XIII. Vágy
- XIV. Kapcsolat és elszigeteltség
- XV. Gondolkodó és gondolat
- XVI. Megoldhatjuk-e problémáinkat a gondolkodás által?
- XVII. Az elme szerepe
- XVIII. Önámítás
- XIX. Az énközpontú tevékenységek
- XX. Idő és átalakulás
- XXI. Erő és felismerés

KÉRDÉSEK ÉS VÁLASZOK

1. A jelenlegi krízisről
2. A nacionalizmusról
3. A spirituális tanítókról
4. A tudásról
5. Az önfegyelemről
6. A magányról
7. A szenvedésről
8. A tudatosságról
9. A kapcsolatokról
10. A háborúról

11. A félelemről
12. Az unalomról és az érdeklődésről
13. A gyűlöletről
14. A pletykálkodásról
15. A kritikáról
16. Az istenhitről
17. Az emlékezetről
18. Engedd át magad a valóságnak!
19. Az imáról és a meditációról
20. A tudatos és a tudattalan elméről
21. A szexualitásról
22. A szeretetről
23. A halálról
24. Az időről
25. Az eszmék nélküli cselekvésről
26. A régiről és az újról
27. A névadásról
28. Az ismertről és az ismeretlenről
29. Az igazságról és a hazugságról
30. Istenről
31. Az azonnali felismerésről
32. Az egyszerűségről
33. A felszínességről
34. A jelentéktelenségről
35. Az elme csendjéről
36. Az élet értelméről
37. A zavarodott elméről
38. Az átalakulásról

ELŐSZÓ

Az EMBER KÉTÉLTŰ, aki egyszerre él a megadatott és a saját maga által teremtett világban, az anyag, az élet és a tudatosság, valamint a jelképek világában. Gondolkodásunk során számos különféle jelképrendszert, rengeteg lingvisztikai, matematikai, képi, zenei és rituális jelképet használunk. E jelképrendszerek nélkül nem létezhetne a művészet, nem létezhetne a tudomány és a filozófia, nem létezhetnének a törvények, nem létezhetnének a civilizáció alapjai – másként fogalmazva, pusztán állatok lennének.

A jelképek tehát nélkülözhetetlenek, ugyanakkor, mint azt történelmünk oly egyértelműen bizonyítja, végzetessé is válhatnak. Vegyük például egyrészt a tudomány, másrészt a politika és a vallás világát. Az egyik oldalon az adott szimbólumrendszerben történő gondolkodás – és az ennek megfelelő cselekvés – által eljutottunk a természet alapvető erőinek bizonyos mértékű megértésére; a másik szimbólumrendszer által ugyanakkor a tömeggyilkosság és a kollektív öngyilkosság eszközeiként használjuk fel ugyanezen erőket. Az első esetben az értelmezéshez használt jelképeket gondosan választottuk meg, behatóan elemeztük, és haladó szellemben alkalmaztuk a fizikai létezés tényeire; a második esetben a már eredetileg is rosszul megválasztott jelképek soha nem estek át gondos vizsgálaton, és soha nem alakultak át, hogy összhangba kerüljenek az emberi létezés sorra megmutató tényeivel. Ráadásul e félrevezető szimbólumokat mindig és mindenütt teljesen jogosulatlan tisztelettel kezelték, mintha valamilyen rejtélyes módon valódiabbak lennének még az általuk megjelenített valóságnál is. A vallás és a politika világában a szavakat nem bizonyos dolgok és események meglehetősen alkalmatlan képviselőinek tekintjük; épp ellenkezőleg, az eseményeket kezeljük úgy, mintha pusztán az adott szavak sajátos illusztrációi lennének.

Mind ez idáig csupán az élet kevésbé fontosnak érzett területein használtuk reális módon a jelképeket, a mélyebb érzéseinket érintő területeken azonban nem pusztán irreális, de szinte bálványimádó, sőt bomlott módon ragaszkodtunk a jelképek alkalmazásához. E fanatizmusunk eredményeképpen eljutottunk odáig, hogy hidegvérrel és kitartóan képesek vagyunk olyan dolgok elkövetésére, amelyeket a vadállatok csupán a tomboló düh, a vágy vagy a félelem ritka pillanataiban tesznek meg. A jelképek használata és bálványozása oda vezetett, hogy az ember idealistává lett, és képessé vált arra, hogy az állatok néhanapján jelentkező mohóságát egy Rhodes vagy egy J.R Morgan grandiózus imperializmusává; időszakosan előforduló durvaságukat a sztálinizmus vagy a spanyol inkvizíció rémtetteivé; a területek védelmében elkövetett alkalmi tetteiket pedig a nacionalizmus kiszámított örvényévé változtassa. Szerencsére arra is képesek vagyunk, hogy a vadállatok szörványos kedvességét egy Elizabeth Fry vagy egy Vincent de Paul egész életen át tartó irgalmasságává; a párjuk és a kicsinyeik iránt – ritkán – tanúsított odaadásukat pedig olyan átgondolt és kitartó együttműködéssé alakítsuk át, amely mindeddig elegendőnek bizonyult ahhoz, hogy megoltalmazza világunkat az idealizmus másik, katasztrófális fajtájának következményeitől. De vajon továbbra is elegendőek lesznek-e ezen tulajdonságaink arra, hogy megmentjük a világot? Csupán annyit mondhatunk, hogy amióta a nacionalizmus hívei már atombombával is rendelkeznek, jócskán csökkent az együttműködésben és az irgalmasságban hívő idealisták esélye.

Még a legjobb szakácskönyv sem helyettesíthet egy csapnivaló étkezést – ez meglehetősen nyilvánvaló ténynek tűnik. Az eltelt évszázadok során azonban még a legbölcsebb filozófusok, a legtanultabb, éles eszű teológusok is folyton beleestek abba a hibába, hogy tényként kezelték a tisztán verbális szerkezeteket, vagy abba a még nagyobb hibába, hogy azt képzelték, a jelképek valamilyen módon hatalmasabbak az általuk kifejezett dolgoknál. A szavak e bálványozása ellen többen is felémelték a hangjukat. „A betű megöl, a Lélek pedig megelevenít” – mondta Szent Pál; „Vajon miért fecsegünk folyton Istenről? – kérdezte Eckhart mester. – Bármit is mondunk róla, valótlant állítunk”; a világ másik végén pedig a *Mahayana szútrák* egyik szerzője kijelentette, hogy: „Buddha soha nem prédikált az igazságról, mert tudta, hogy azt mindenkinek önmagában kell felismernie”. Az efféle kijelentések mindig is felforgató állításoknak számítottak: a tiszteletre méltó emberek tudomást sem vettek róluk, és akadálytalanul folyt tovább a szavak és a szimbólumok különös, bálványimádásszerű túlértékelése. A vallások hanyatlásnak indultak ugyan, azonban mind a hitvallások

megszövegezésére, mind a különféle dogmákban való hitre irányuló régi megszokás a mai napig tartja magát, még az ateisták körében is.

Az elmúlt évek során roppant alapos logikai és szemantikai elemzésnek vetettük alá az emberi gondolkodást meghatározó jelképeket. A nyelvészet mára önálló tudománnyá fejlődött, és napjainkban már akár a néhai Benjamin Whorf által metalingvisztikának elnevezett témakör tanulmányozásába is elmélyedhetünk. Mindez roppant öröndetes és jó dolog – önmagában azonban mégis kevés. A logika és a szemantika, a nyelvészet és a meta-lingvisztika pusztán intellektuális tantárgyak. E tudományágak a szavaknak a különböző dolgokhoz, folyamatokhoz és eseményekhez való helyes és helytelen, jelentőségteljes és értelmetlen viszonyait vizsgálják, azonban nem nyújtanak számunkra útmutatást egyrészt az emberi kapcsolatok pszichofizikai teljességének sokkal alapvetőbb problémájára, másrészt pedig a tények és a szimbólumok világának kérdésére nézvést.

E problémát a történelem során a világ minden részén magányos férfiak és nők oldották meg. Ezek az egyének még beszédeikben és írásaikban sem hoztak létre újabb rendszereket, mivel tudták, hogy minden rendszer folyamatos kísértést jelent számunkra; tudták, hogy általuk esetleg túl komolyan vesszük majd a jelképeket, és nagyobb jelentőséget tulajdonítunk a szavaknak, mint magának a szavak által kifejezni szándékozott valóságnak. Soha nem az volt a céljuk, hogy kész magyarázatokkal és csodagyógyszerekkel szolgáljanak számunkra, hanem hogy rávegyenek bennünket saját betegségeink diagnosztizálására és kezelésére, arra, hogy eljussunk azon helyre, ahol közvetlen módon tapasztalhatjuk meg a problémáinkat és azok megoldásait.

Ebben a Krishnamurti írásaiból és magnószalagon rögzített beszélgetéseiből összeállított válogatásban az olvasó fellelheti az alapvető emberi problémák egyértelműen megfogalmazott, korunknak megfelelő ismertetéseit, valamint a felhívást arra, hogy az egyetlen valódi megoldást jelentő módon, azaz önmagunk által és önmagunk érdekében oldjuk meg őket – hiszen a kollektív megoldások, amelyekben oly sok ember hisz kétségbeesetten, soha nem lehetnek kielégítőek. „Hogy megértsük a bennünk, és ezáltal a világban is jelenlévő szenvedést és zűrzavart, először önmagunkban kell rálelnünk a tisztánlátásra, ez a tisztánlátás pedig csakis a helyes gondolkodásmód által valósulhat meg. Ez a tisztánlátás soha nem ölthet szervezett formát, mivel nem oszthatjuk meg azt másokkal. A tisztánlátás nem a szavak formájába öntött kijelentésekből, hanem az önmagunkra való intenzív tudatosságból és a megfelelő gondolkodásmódból fakad; a megfelelő gondolkodásmód pedig nem az intellektus fejlesztése vagy a különféle mintákhoz való igazodás által valósul meg, bármilyen magasztos és emelkedett mintákról legyen is szó. A helyes gondolkodásmódra csakis az önismeret által juthatunk el. Ha nem értjük meg önmagunkat, nincs alapja a gondolkodásunknak; önismeret nélkül nem lehetnek igazak a gondolataink.”

Ez az alapvető téma újra és újra felbukkan Krishnamurti szavaiban. „Nem a társadalomban, nem a különféle rendszerekben, a szervezett vallásokban, de magában az emberben, az egyes egyénben rejlik az emberiség reménye.” A szervezett vallások a közvetítőikkel, szent szövegeikkel, a hierarchikus felépítésükkel, dogmaikkal és rituáléikkal együtt csupán hamis megoldásokat kínálnak alapvető problémáinkra. „Ha a *Bhagavad-Gítá*-ból, a Bibliából vagy valamilyen kínai szent szövegből idéztek, nyilvánvaló hogy csupán papagáj módjára ismételtétek az adott szavakat, nemde? Az igazság pedig nem az ismétlésben rejlik. E szavak csupán hazugságok, mivel az igazság megismételhetetlen.” A hazugságokat elterjeszthetjük és ismételgethetjük, az igazságot azonban nem, és ha kísérletet teszünk rá, az megszűnik igazságnak lenni, következésképpen a szent szövegek semmiféle jelentőséggel sem bírnak. Az ember nem a mások által megalkotott jelképekbe vetett hit, hanem az önismeret által ismerheti meg a léte forrásául szolgáló örökkévaló valóságot. Ha bizonyos jelképrendszerek tökéletes helytállóságába és felsőbbrendűnek tartott értékeibe vetjük a hitünket, az nem a szabadsághoz, csak a történelem és a régi katasztrófák megismétlődéséhez vezet. „A hit mindig elválasztja egymástól az embereket. Ha egy adott dologban hisztek, vagy egy adott hit által törekedtek a biztonságra, elszigetelődtek azoktól, akik másfajta hiedelmek által törekszenek ugyanerre a biztonságra. Hiába prédikálnak a testvériségről, minden hiedelemrendszer az elszigetelődésre épül.” Ha sikerül megoldanunk a tények és a jelképek világához fűződő kapcsolatunk problémáját, megszűnnek a hiedelmeink.

Ilyenkor elfogadunk ugyan bizonyos – a céljainkat szolgáló – hipotéziseket a gyakorlati élet kérdéseivel kapcsolatban, de nem tulajdonítunk nekik nagyobb jelentőséget, mint bármely egyéb szerszámnak vagy szerkezetnek, és a szeretet valamint az éleslátás által közvetlen módon tapasztaljuk meg embertársainkat és a létünk alapját képező valóságot. Hogy megoltalmazza magát a hiedelmektől, Krishnamurti állítása szerint soha nem olvasott el egyetlen szent könyvet, sem a *Bhagavad Gítát*, sem az *Upanisadokat*. A legtöbb ember azonban valóban nem olvas efféle szent szövegeket, csak a kedvenc újságjait, magazinjait és detektívregényeit veszi a kezébe. Ez pedig azt jelenti, hogy a jelenlegi válsághelyzetet nem a szeretet és az éleslátás, hanem „különféle formulák és rendszerek” – ráadásul ugyancsak silány formulák és rendszerek által igyekszünk megközelíteni. „A jóakarátú emberek azonban nem rendelkezhetnek efféle formulákkal”, mivel azok csakis „elvakult gondolkodásra” vezethetnek. Jóformán minden ember a különféle minták rabságában éli az életét, és ez szinte elkerülhetetlen is, mivel „oktatási, nevelési rendszerünk azt mondja számunkra, *mit* gondoljunk, nem pedig azt, *hogyan* gondoljunk”. Bizonyos rendszerek gyakorló híveinek nevelnek bennünket, legyen szó akár a kommunizmusról, a kereszténységről, az iszlámról, a hinduizmusról, a buddhizmusról vagy a freudi világrépről. Következésképpen „a régi minták szerint reagálunk az örökké új kihívásokra, így reakcióink elvesztik érvényességüket, frissességüket és újszerűségüket. Ha keresztényként vagy kommunistaként reagálunk a kihívásokra, reakcióinkat egy adott gondolati minta szabja meg, nemde? Következésképp reakcióink értelmetlenek és jelentéktelenek lesznek. És vajon nem maguk a muzulmánok, a buddhisták és a keresztények teremtették-e meg e problémákat? Ahogy manapság az Állam imádata jelenti az új vallást, úgy bálványoztuk régebben a különféle eszméket.” Ha a régi kondicionálásoknak megfelelően reagálunk a kihívásokra, e reakciók által nem érthetjük meg az új kihívásokat. Ilyenformán „csakis akkor felelhetünk meg az új kihívásoknak, ha teljes mértékben elszakítjuk és megszabadítjuk magunkat saját háttérünktől, és megújult módon nézünk szembe az új problémákkal”. Másként fogalmazva, soha nem szabad ajel-képeket a dogmák szintjére emelni, és egyetlen rendszert sem tekinthetünk többnek átmeneti megoldásnál. A mintákba vetett hit, és az e hit által megszabott cselekedetek soha nem jelenthetnek megoldást a problémáinkra. „Csakis akkor hívhatunk életre egy kreatív, boldog és eszméktől mentes világot, ha kreatív módon eljutunk önmagunk megértésére.” Egy eszméktől mentes világ boldog világ lenne, mivel e világban nem lennének jelen azok a hatalmas kondicionáló erők, amelyek helytelen tettekre kényszerítik az embereket, és nem léteznének benne a világ legalantasabb bűneit is igazoló, a legostobább cselekedeteket is racionalizáló, szentnek tekintett dogmák.

Az az oktatási rendszer, amely nem arra tanít meg bennünket, hogyan gondoljunk, hanem arra, hogy mit gondoljunk, szükségessé teszi egy lelkipásztorokból és mesterekből álló, irányító osztály létét, azonban „már maga a vezető, az irányító eszméje is antiszociális, és ellentmond mindenféle spiritualitásnak”. Az irányítást gyakorló személyek számára ez a pozíció kielégülést nyújt, és felébreszti bennük a hataloméhséget; az irányítottak számára pedig biztosítja a biztonság és a bizonyosság iránti vágyat. A *guruk* egyfajta kábítószerként működnek. Azonban joggal merül fel bennünk a kérdés, „vajon mi magunk nem ugyanúgy cselekszünk-e, mint a *gurujaink?*” „Nyilvánvaló, hogy én nem *guruként* cselekszem”, válaszolja meg e kérdést Krishnamurti. „Először is azért nem, mert én semmiféle kielégülést nem kínálok számotokra. Én nem fogom percről percre, napról napra előírni a cselekedeteiteket, én csak rámutatok bizonyos dolgokra, és egyedül rajtatok áll, mihez kezdtek e dolgokkal. Én semmit sem követelek meg tőletek: sem azt hogy bálványozzatok engem, sem azt hogy hízelegjetez nekem, nem vágyom a sértéseitekre, és nem vágyom a javaitokra sem. Csak annyit mondom: »ez és ez tény, kezdjetez vele, amit akartok«. És a legtöbben semmit sem kezdtek majd e tényekkel, azon nyilvánvaló oknál fogva, hogy nem lehettek általuk kielégülésre.”

Pontosan mit is kínál hát számunkra Krishnamurti? Mi az a dolog, amit kedvünk szerint használhatunk, ám amit minden valószínűség szerint inkább kihasználatlanul hagyunk majd? Mint láttuk, nem valamiféle hiedelemrendszerrel, nem dogmák adott gyűjteményéről, nem egy csokorra való előre gyártott fogalomról és eszméről van szó. Nem a vezetést, nem a meditációt, nem a spirituális iránymutatást kínálja fel, sőt még csak nem is egy példát mutat számunkra, és nem is valamilyen

rituálét, egyházat vagy törvénykönyvet akar megosztani velünk, nem holmi felemelő, lelkesítő fecse-gésben részesít bennünket.

Akkor talán az önfegyelemről lenne szó? Nem: a kegyetlen tény az, hogy az önfegyelem által nem oldhatjuk meg a problémáinkat. Hogy megtaláljuk a megoldást, az elmének meg kell nyitnia magát a valóságra, preconcepciók és korlátok nélkül kell szembenéznie a külső és a belső világ valóságával. (Isten szolgálata maga a tökéletes szabadság, és viszont: a tökéletes szabadság nem más, mint Isten szolgálata.) Az önfegyelem által elménk nem megy át alapvető változáson: énünk továbbra is válto-zatlan marad, „pusztán kipányvázunk, és megfékezzük” azt.

Az önfegyelem tehát szintén felkerül azon dolgok listájára, amelyeket Krishnamurti *nem* kínál fel számunkra. Akkor lehetséges talán, hogy az imát javasolja? A válasz ismét csak negatív. „Az ima által talán rálelhetek ugyan a válaszra, amit kerestek, ez a válasz azonban a tudattalanból, ebből a minden igényeteket magában foglaló, közös tárházból származik majd. Ez a válasz nem Isten csendes és nyugodt hangján szólal meg.” Majd így folytatja: „...vegyük csak szemügyre, mi is történik, amikor imádkozunk. Bizonyos frázisok állandó ismételtetése, és a gondolataink ellenőrzése által elcsitul az elménk, nemde? Legalábbis a tudatos elme elcsendesedik. Keresztények módjára letérdelünk, vagy hindukként letelepszünk a földre, és csak ismételtetjük ezeket a frázisokat, míg el nem csendesedik az elménk, és ebben a csendben aztán rálelünk valamiféle utalásra. Ez az utalás, amiért imádkoztunk, talán a tudattalanból származik, talán saját emlékezetünk reakciójaként jön létre – az azonban biztos, hogy nem a valóság hangját halljuk, mivel a valóság hangjának magától kell elérkeznie hozzánk, mi nem fohászodhatunk, nem imádkozhatunk ehhez a hanghoz. Nem csábíthatjuk be azt kicsiny ketre-cünkbe a *púdzsá*, a *badzsán* vagy más hasonló szertartások által, azáltal, ha virágokat áldozunk neki, ha körülkerítjük azt, ha elnyomjuk önmagunkat, vagy ha versengünk embertársainkkal. Ha elsajátí-tottuk a trükköt, amelynek segítségével bizonyos szavak által elhallgattathatjuk az elménket, és kü-lönféle utalásokat kaphatunk e csendből, az a veszély fenyeget bennünket, hogy – hacsak teljes mér-tékben nem vagyunk tudatában annak, honnan is érkeznek ezek az utalások – fogságba esünk, és az ima lép életünkben az Igazság keresésének helyébe. Amit kérünk, az megadatik nekünk; ez a dolog azonban nem az Igazság lesz. Ha vágyunk valamire, és fohászodunk, megkapjuk, amire vágytunk, de a végén meg kell fizetnünk a kívánságunk árát.”

Az imától aztán továbblépünk a jógához, és felismerjük, hogy ajóga szintén ott szerepel ezen a bizonyos, korábban már említett „listán”, mivel a jóga összpontosítás, az összpontosítás pedig kire-kesztő folyamat. „Egy adott gondolatra összpontosítva az ellenállás falát emelitek magatok köré, mi-közben minden mást igyekeztek kirekeszteni az elmétekből.” Az általában meditációnak nevezett folyamat szintén csupán „az ellenállás fejlesztése, amely során kirekesztő módon egy általunk válasz-tott gondolatra koncentrálnunk”. De vajon mi alapján választunk? „Mi alapján jelentjük ki, hogy egy adott dolog jó, igaz, magasztos – és így tovább? E választásunkat nyilvánvalóan a gyönyör, a jutalom és a választás által elérhető eredmények vezérlik; vagy egyszerűn egy – a kondicionálásunkból vagy a hagyományainkból fakadó – reakcióról van szó. És egyáltalán, miért is választunk? Miért nem vizs-gáljuk meg minden egyes gondolatunkat? Miért választunk ki egyetlenegy, amikor oly sok dolog érdekel bennünket? Miért nem eredünk minden egyes bennünk felmerülő gondolat nyomába ahelyett, hogy ellenállást teremtenénk magunkban, és csupán egyedén eszmére koncentrálnánk? Végül is számtalan érdeklődés él bennünk, számtalan álarcot viselünk tudatosan és öntudatlanul egyaránt – akkor hát miért választunk ki közülük egyet, miért vetjük el a többbit, miért emésztjük fel a küzdelem során minden energiánkat, ellenállást, konfliktusokat és súrlódásokat teremtve ezáltal? Hiszen ha *minden egyes* felmerülő gondolatunkat megvizsgálánk, nem csupán néhány kiválasztottat, nem lé-tezne kirekesztés. Ez azonban roppant nehéz és fáradtságos feladat, mivel miközben szemügyre ve-szünk egy adott gondolatot, kicsúszik a kezünkől egy másik. Ám ha uralkodás és ítéletalkotás nélkül vagyunk tudatosak, látni fogjuk, hogy már akkor sem férköznek be elménkbe más gondolatok, ha egyszerűn csak szemügyre vesszük az egyiküket. A »zavaró« gondolatok csakis akkor jelentkeznek, ha ítéleteket alkotunk a gondolatainkról, ha összehasonlítjuk és összevetjük őket egymással.”

„Ne ítéld, hogy ne ítéltess” – ez a Szentírásból vett idézet egyaránt alkalmazható az önmagunkkal valamint az embertársainkkal fennálló kapcsolatainkra is. Ahol jelen van az ítéletalkotás, az összehasonlítás és a rosszallás, ott nem valósulhat meg az elme nyitottsága; így soha nem szabadulhatunk meg ajelképek és a rendszerek zsarnokságából, nem menekülhetünk a múlt és a környezetünk elől. Az előre elhatározott céllal, adott hagyományok és előírások keretein belül történő önvizsgálat nem segít, nem segíthet rajtunk. Az élet transzcendens spontaneitása – vagy ahogy Krishnamurti nevezi: a „kreatív Valóság” – csakis akkor tárja fel magát immanens létezőként, ha a megfigyelő elméje az „éber passzivitás”, a „választások nélküli tudatosság” állapotában van. Az ítéletalkotás és az összehasonlítás által visszavonhatatlanul elkötelezzük magunkat a dualitás mellett, az egységre, az ellentétek tökéletes megértésben és szeretetben történő összebékítésére pedig kizárólag a választások nélküli tudatosság vezethet el. *Ama et fac quod vis*. Ha szeretsz, azt teszel, amit akarsz. Azonban ha már kezdetben is azt tesszük, amit akarunk, vagy bizonyos tradicionális rendszereknek és véleményeknek behódolva éppenséggel azt, amit nem akarunk, soha nem juthatunk el a szeretetre. A megszabadulás folyamatának azzal kell kezdődnie, hogy választások nélküli tudatában vagyunk annak, mit akarunk, és hogyan reagálunk a jelképrendszerekre, amelyek megszabják nekünk, mit kell akarnunk, és mit nem szabad akarnunk. Ahogy ez a választások nélküli tudatosság átítatja az ego és a vele szoros kapcsolatban álló tudatalatti egymásra következő rétegeit, beköszönt a szeretet és a megértés, ám ez a szeretet, ez a megértés egy új, az általunk hagyományosan megismert rendtől eltérő rendből fakad. Az egyetlen valóban hatékony meditáció az, ha minden körülmények között, életünk minden egyes pillanatában megvalósítjuk ezt a választások nélküli tudatosságot. A jóga minden egyéb formája csak az önfegyelemből eredő, elvakult gondolkodásmódra, vagy egyfajta önmagunk által gerjesztett elragadtatásra, a *szamádhi* valamely valótlan formájára vezet. A valódi felszabadulás „a kreatív Valóság belső szabadságában rejlik. Ez nem valamiféle adomány; ezt a szabadságot nekünk magunknak kell felfedeznünk és megtapasztalnunk. E szabadság nem egyfajta tulajdon, amelyet azért szerzünk meg, hogy megdicsőüljünk általa; ez a Valóság egy létállapot, ez maga a csend, amelyben nincs jelen a »valamivé válás« folyamata, amelyben csak a teljesség létezik. Ez a kreativitás nem feltétlenül törekszik a megnyilvánulásra; ez nem valamilyen külső megnyilatkozásra törő tehetség. Nem kell nagy művészekké válnunk, nincs szükségünk közönségre; ha e dolgokra törekszünk, elveszítjük a belső Valóságot. E Valóság nem adomány, és nem is valamiféle tehetség eredménye: e múlhatatlan kincset ott lelhetjük fel, ahol a gondolkodás megszabadítja magát minden testi vágytól, minden rosszakarattól és tudatlanságtól, minden világiasságtól és a létre irányuló minden vágytól. Ezt az állapotot egyedül a megfelelő gondolkodásmód és a meditáció által tapasztalhatjuk meg.”

A választások nélküli tudatosság által eljuthatunk a minden destruktív alakoskodásunk mögött ott rejlő kreatív Valósághoz, ahhoz a békés bölcsességhez, amely folyton jelen van bennünk, minden tudatlanság és minden tudás ellenére – és tudnunk kell, hogy a tudás valójában szintén nem más, mint a tudatlanság egy megnyilvánulási formája. A tudás a jelképekről szól, a jelképekből fakad, ezért sajnos túl gyakran válik a bölcsességet, énünk pillanatról pillanatra történő feltárását akadályozó tényezővé. A bölcsesség nyugalma eljutott elme „megismeri majd a létezését, és megismeri a szeretetet; a szeretetet, amely nem személyes és nem is személytelen. A szeretet maga a szeretet, és az elme sem mindent egyebet kizáró, sem minden egyebet magában foglaló dologként nem képes meghatározni vagy jellemezni azt. A szeretet azonos saját örökkévalóságával; a szeretet maga a valóság, a legfelsőbb létezés, a mérhetetlen.”

Aldous Huxley

I. BEVEZETÉS

KOMMUNIKÁLNI VALAKIVEL még akkor is különösen nehéz dolog, ha nagyon jói ismerjük egymást. Lehet, hogy az általam használt szavak számodra teljesen mást jelentenek. A megértés csak akkor következhet be, ha egyazon időben és egyazon szinten találkozunk egymással. Ez pedig csakis akkor lehetséges, ha valódi vonzalom él két ember, a házastársak, a meghitt barátok között. Ez a valódi kommunikáció; az azonnali megértés akkor valósul meg, ha adott időben mindketten ugyanazon a szinten vagyunk.

Roppant nehéz könnyed, hatékony és határozott cselekvések által jellemzett, bensőséges kapcsolatot létesíteni valakivel. Beszélgetéseink során egyszerű szavakat fogok használni, mindenféle pszichológiai vagy tudományos szakkifejezések nélkül, mert nem hiszem, hogy a szakkifejezések megoldhatnák bonyolult problémáinkat. Szerencsére egyetlen lélektani vagy vallási tárgyú könyvet sem olvastam. A mindennapi életünk során használt egyszerű szavakkal szeretnék közölni veletek valami mély értelmű dolgot; azonban ha nem tudjátok, hogyan figyeljetek szavaimra, roppant nehéz dolgom lesz.

Létezik egy művészet, a figyelem művészete. Hogy valóban képesek legyünk meghallgatni a másikat, fel kell hagynunk minden előítéletünkkel, minden prekoncepciónkkal, fel kell hagynunk mindennapi tevékenységeinkkel, vagy legalábbis egy időre félre kell tennünk e dolgokat. Ha elménk kész befogadni a hallottakat, könnyűszerrel megérthetünk bármit: ha figyelmünket valóban egy adott dolognak szenteljük, meg fogjuk érteni azt. Sajnos azonban a legtöbben az ellenállás szűrőjén keresztül figyeljük a dolgokat. Elménket elhomályosítják vallási, spirituális, pszichológiai és tudományos előítéleteink, mindennapi aggodalmaink, vágyaink és félelmeink, és e szűrőn keresztül szemléljük a világot. Következésképpen valójában a saját magunk által keltett zajokra, a saját hangunkra figyelünk, nem pedig arra, mit mondanak nekünk. Roppant nehéz megfelelőnek lennünk az előképzettségünkről, az előítéleteinkről, a beállítottságunkról és az ellenállásunkról, hogy magunk mögött hagyassuk a szavak szintjét, és úgy figyelhessünk, hogy azonnal megérthessük az elhangzottakat. Ez jelenti tehát az egyik nehézséget számunkra.

Ha beszélgetésünk során elhangzik bármi, ami ellentétben van a te gondolkodásmóddal és hiteddel, ne állj ellen – egyszerűen csak figyelj oda a dologra. Lehet, hogy tévedek, és neked van igazad; de ha mindketten figyelünk, és elgondolkodunk a kérdésen, rá fogunk lelni az igazságra. Az igazságot senki nem adhatja meg neked, az igazságot neked magadnak kell felfedezned, ehhez pedig elmédnek el kell jutnia abba az állapotba, ahol lehetségessé válik a közvetlen módon történő érzékelés. Ha ellenállás él bennünk, ha védekezünk, és különféle mentőövekbe kapaszkodunk, nem valósulhat meg a közvetlen érzékelés. A megértést azáltal érhetjük el, ha tudatában vagyunk annak, ami *van*. Ha pontosan tudjuk, mi az, ami *van*, mi az igazi, a valódi, anélkül hogy értelmeznénk, elítelnénk vagy megítelnénk azt, eljutunk a bölcsesség kezdetéhez. Az igazságot csakis akkor téveszthetjük szem elől, amikor kondicionálásunknak és előítéleteinknek megfelelően elkezdjük értelmezni azt. Végeredményben olyan ez, mint valami tudományos kutatás. Hogy pontosan megismerjük valamit, ami van, ahhoz kutatnunk és vizsgálódnunk kell, és nem értelmezhetjük a tényeket a hangulatunknak megfelelően. Ha képesek vagyunk látni, megfigyelni, hallgatni, és pontosan tudatában vagyunk annak, ami *van*, megoldódnak a problémáink – és e beszélgetések során épp erre fogunk törekedni. Anélkül fogom megmutatni nektek azt, ami *van*, hogy a saját szeszélyeimnek megfelelően értelmezném a dolgot; és ti sem értelmezhetitek majd a tényeket a saját háttéreteknek vagy neveltetéseteknek megfelelően.

Vajon lehetséges-e, hogy minden dolognak a valóságnak megfelelően legyünk tudatában? Hiszen erről a pontról kiindulva nyilvánvalóan eljuthatunk a megértésre. Ha felismerjük és elfogadjuk a valóságot, ha megértjük azt, ami *van*, véget ér a küzdelem. Ha tudom, hogy hazug vagyok, és tényként fogadom el ezt, véget ér a küzdelem. A bölcsesség kezdete az, ha az ember felismeri és elfogadja azt, ami *van*, így jutunk el a megértésre, amely megszabadít bennünket az idő fogságából. Ha bevezetjük az idő minőségét – és most nem a kronológiai értelemben vett, hanem a mediális, pszichológiai

folyamatként, az elme folyamataként értelmezett időről beszélek –, az csak destruktív zavarodottságot eredményez.

Tehát a megértésre csak akkor juthatunk el, ha rosszallás és ítéletalkotás nélkül ismerjük fel azt, ami *van*, és nem próbáljuk beazonosítani a dolgokat. Ha ismerjük saját körülményeinket, az már maga is egyfajta felszabadító folyamat; azonban, ha nem vagyunk tudatában a saját állapotunknak, a küzdelmünknek, megpróbálunk mások lenni, megpróbálunk valamilyenné válni, ez pedig csak megszkokásokra vezet. Ezért ne feledjük, hogy azt szeretnénk megvizsgálni, ami *van*, hogy a valóságot akarjuk megfigyelni és felismerni, anélkül, hogy elferdítenénk vagy értelmeznénk azt. Ehhez elménknek rendkívül körültekintőnek, szívünknek pedig rugalmasnak kell lennie, mivel csak így ébredhetünk tudatára annak, ami *van*, és csak így érthetjük meg azt; mert a valóság folyton változik, folyton átalakul, a hiedelmekhez, a tudáshoz béklyózott elme pedig nem törekszik a valóság megismerésére, és nem követi annak sebes mozgását. A valóság nyilvánvalóan nem statikus dolog – ha alaposan megvizsgáljuk, látni fogjuk, hogy a valóság folyamatosan változik és átalakul, és hogy követhessük ezt az átalakulást, fürge elmére és rugalmas szívre van szükségünk. A statikus, a különböző hiedelmekhez, előítéletekhez és a dolgok beazonosításához ragaszkodó elme pedig megtagadja magától a fürgeséget és a rugalmasságot; a terméketlen elme és a meddő szív nem képes könnyedén és fürgén követni azt, ami *van*.

Úgy gondolom, nincs szükség túl sok magyarázatra, nincs szükség szavakra ahhoz, hogy tudjuk, a világban mind egyéni, mind kollektív szinten káosz, zavarodottság és nyomorúság uralkodik. Ez nem csak Indiában van így, de szerte a világon – Kínában, Amerikában, Angliában, Németországban – mindenki tele van zavarodottsággal és egyre növekvő szomorúsággal. Ez az állapot nem csak egy-egy adott nemzetre, egy-egy adott területre jellemző, de az egész bolygóra. Mindenütt szenvedés, egyéni és kollektív szenvedés uralkodik. Azaz világméretű katasztrófáról van szó, és abszurd dolog lenne azt hinnünk, hogy ez az állapot pusztán egy adott földrajzi területre, a térkép egy adott színnel jelölt darabkájára jellemző; így nem foghatnánk fel e világméretű és egyben individuális szenvedés valós jelentőségét. De vajon mi történik, ha tudatában vagyunk ennek a zavarodottságnak? Hogyan reagálunk erre a helyzetre?

Világunk tele van politikai, társadalmi és vallási értelemben vett szenvedéssel; pszichológiai lényünk összezavarodott, politikai és vallási vezetőink cserbenhagytak minket, a könyvek pedig elveszítették a jelentőségüket. Ha fellapozod a *Bhagavad Gítát*, a Bibliát, vagy a legutóbbi politikai és pszichológiai értekezéseket, azt tapasztalod, hogy elvesztették a jelentőségüket, és már nem leled fel bennük az igazság minőségét, csak üres szavakat találsz. Te pedig, aki egyre csak e szavakat ismétleted, összezavarodtál, és elbizonytalanodtál, és a szavak már semmit sem jelentek számodra. A szavak és a könyvek értéktelenné váltak; azaz ha te, aki a Bibliát, Marxot vagy a *Bhagavad Gítát* idézed, bizonytalan és zavarodott vagy, minden szavad hazugsággá lesz; mert e szavak a propaganda szintjére süllyednek, a propaganda pedig nem egyenlő az igazsággal. Azaz, az ismétlés által többé már nem érted meg saját létállapotodat, csak saját zavarodottságodat igyekszel elleplezni e szavak segítségével. Mi azonban meg akarjuk érteni ezt a zavarodottságot, ahelyett, hogy idézetekkel próbálnánk takargatni azt. Hogyan reagálunk tehát erre a rendkívüli káoszra, zavarodottságra, e létbizonytalanságra? Miközben erről az állapotról beszélek, légy tudatában a reakcióidnak; ne a szavaimra figyelj, hanem a benned felmerülő gondolatokra. A legtöbben megszoktuk, hogy csak nézők legyünk, és ne vegyünk részt a játékban. Csak olvassuk a különféle könyveket, de soha nem írunk egyet sem; hagyományá, nemzeti és egyetemes szokásunkká vált, hogy nézők legyünk, hogy kívülről figyeljük a futballmeccseket, a politikusokat és a szónokokat. Kívülálló vagyunk, és elveszítettük a kreativitásunkat, ezért szeretnénk feloldódni a dolgokban, és arra vágyunk, hogy részt vehessünk bennük.

Ám ha pusztán megfigyeled a dolgokat, ha csak néző vagy, nem foghatod fel e beszélgetések jelentőségét, mivel most nem egy olyan leckéről van szó, amelyre pusztán a megszokás erejénél fogva kell odafigyelned. Nem csupán lexikális adatokat, de valódi információkat szeretnék közölni veled. Arra törekszünk, hogy kövessük egymás gondolatait, hogy a lehető legmélyebb szinten megismerjük az érzéseinkre adott reakcióinkat, az általuk közölt dolgokat. Ezért kérlek, vizsgáld meg, hogyan

reagálsz erre a szenvedésre – engem nem az érdekel, mások mit mondtak e kérdésről, hanem csakis a te reakcióid. Ha hasznodra válik e szenvedés, ha gazdasági, társadalmi, politikai vagy pszichológiai értelemben kifizetődő számodra, közönyösen szemléled a dolgokat, következőképpen nem bánod, ha továbbra is káosz uralkodik a világban. Nyilvánvaló, hogy minél több a probléma, minél nagyobb a káosz, annál jobban törekszünk a biztonságra. Észrevetted már ezt? Amikor a világban pszichológiai és egyéb értelemben is zavarodottság uralkodik, az ember egyfajta biztonságba burkolja magát, legyen szó akár a bankszámlák, akár az ideológiák nyújtotta biztonságról; vagy imádkozni kezd, és buzgó templomjáróvá válik – holott így valójában csak igyekszik elmenekülni a világ történései elől. Egyre több szekta jön létre, és egyre több „izmus” szökken szárba szerte a világon. Mivel egyre nagyobb a zavarodottság, egyre inkább vágyunk egy vezetőre, valakire, aki kivezet bennünket ebből a káoszból, ezért a vallási könyvekhez vagy a modern tanítókhöz fordulunk segítségért; vagy olyan rendszerek szerint cselekszünk, olyan rendszerek által reagálunk a helyzetre, amelyek látszólag megoldják ezt a problémát, legyen szó akár baloldali, akár jobboldali rendszerekről. Pontosan ez történik manapság a világban.

Ha felismerjük ezt a zavarodottságot, ha tudatára ébredünk annak, ami *van*, megpróbálunk elmenekülni a valóság elől. A menekülés legrosszabb módját a gazdasági, társadalmi és vallási problémákra látszólag megoldást kínáló szekták jelentik, mivel e szekták esetében az ember helyett a rendszer válik fontossá, legyen szó akár vallási, akár politikai rendszerekről. A rendszer lesz a fontos, a filozófia, az eszménykép, az ideológia, nem pedig az ember; és az eszménykép, az eszmék kedvéért az egész emberiséget hajlandóak leszünk feláldozni – és pontosan ez történik manapság a világban. Nem csupán én értelmezem így a dolgokat: ha körül nézel, látni fogod, hogy pontosan ez történik mindenütt. A rendszer vált fontossá, az emberek pedig elveszítették a jelentőségüket; e vallási, társadalmi és politikai rendszerek irányítói pedig tekintélyre, és hatalomra vágnak, következőképpen feláldozzák az egyént, feláldoznak engem és téged. Bizony, pontosan ez történik manapság a világban.

Vajon mi okozza ezt a zavarodottságot, ezt a nyomorúságot, ezt a szenvedést? Hogyan alakult ki ez a nem csupán külsőleg, de bennünk, magunkban is megnyilvánuló nyomorúság, ez a szenvedés, miért félünk annyira attól, hogy a helyzet elkerülhetetlenül háborúba torkollik majd? Mi okozza mindezt? Ez a jelenség nyilvánvalóan az erkölcsi, és spirituális értékek összeomlására, és az érzéki értékek, az elme és a kéz által létrehozott dolgok értékeinek feldicsőülésére utal. És vajon mi történik akkor, ha csakis az érzékszervek dolgainak, az elme, a kezek vagy a gépek által létrehozott dolgok értékeivel rendelkezünk? Minél nagyobb jelentőséget tulajdonítunk a dolgok érzéki értékének, annál nagyobb lesz a zűrzavar – igaz? Ismétlem, ez nem az én elmémetem. Az embernek nem kell különféle könyvekből idéznie ahhoz, hogy felismerjük, minden értékünk, gazdagságunk, gazdasági és társadalmi létezésünk a kezek vagy az elme által előállított dolgokon alapul. Az érzéki értékek világában élünk és működünk, létezésünket átíttattuk ezekkel az értékekkel, ezért az elme, a kezek és a gépek dolgai váltak fontossá számunkra; és amikor a különféle dolgok lesznek fontossá, roppant jelentőségteljessé válnak a hiedelmek, roppant jelentőségteljessé válik a hit – és pontosan ez történik manapság a világban, nemde?

Tehát ha egyre nagyobb jelentőséget tulajdonítunk az érzékszervi értékeknek, az zűrzavart szül; mi pedig különféle módokon igyekszünk kitörni ebből a zavarodottságból: vallási, gazdasági vagy társadalmi megközelítéseket választunk, a becsvágy, a hatalom eszközeihez nyúlunk, vagy igyekszünk megismerni a valóságot. A valóság azonban itt van a közelünkben, a valóságot nem kell keresnünk – a keresés által soha nem lelhetünk rá a valóságra. Az igazság abban rejlik, ami *van* – és pontosan ez jelenti a dolog szépségét. Ám abban a pillanatban, ahogy szavakba akarjuk önteni a valóságot, ahogy elkezdjük keresni azt, küzdelemben lesz részünk; és ha küzdünk, nem lehet részünk a megértésben. Ezért nem vagyunk képesek nyugodtan megfigyelni a valóságot, ezért nem vagyunk képesek passzív módon tudatában lenni annak, ami *van*. Úgy látjuk, hogy életünket és cselekedeteinket mindig a pusztítás és a bánat uralja; a zavarodottság és a káosz hulláma mindig utolér bennünket. Egy percre sem szűnik meg a létezés zűrzavara.

Úgy tűnik, bármit is teszünk a jelenben, az káoszt, szomorúságot és boldogtalanságot szül. Ha szemügyre veszed az életedet, azt látod majd, hogy folyton a sarkadban jár a bánat és a szomorúság. A munkánk, a társadalmi tevékenységeink, a politikusaink, a különféle, a háború megállítást célzó nemzetközi gyűlések mind csak további háborúkat eredményeznek. A pusztulás ott jár az élet nyomában; minden tettünk halált szül. Pontosan ezt figyelhetjük meg manapság a világban.

Vajon véget vethetünk-e ennek a gyötrelmeknek, és megszabadulhatunk-e a zavarodottság és a bánat hullámának hatása alól? A nagy mesterek, Buddha és Jézus ezt tették: elfogadták a hitet, és így ugyan megszabadították magukat a zavarodottságtól és a bánattól, de nem vetettek véget a bánatnak, a zavarodottságnak. A zűrzavar és a szomorúság továbbra is jelen van a világban. Ha látván ezt a társadalmi és gazdasági zűrzavart, ezt a káoszt és nyomorúságot, visszavonulsz az úgynevezett vallási életbe, és lemondasz a világról, talán úgy érezheted, csatlakoztál e nagy tanítókhoz – a világban azonban továbbra is folytatódik a káosz, a nyomorúság és a pusztítás, a gazdagok és szegények soha véget nem érő szenvedése. A kérdés tehát az, vajon magunk mögött hagyhatjuk-e egy csapásra ezt a gyötrelmet. Ha a világban élve nem vagyunk hajlandók annak részévé lenni, másokat is megszabadíthatunk ebből a káoszból – nem a jövőben, nem holnap, de most azonnal. Nyilvánvalóan ez itt a valódi kérdés. A háború valószínűleg bekövetkezik majd, ráadásul minden eddiginél pusztítóbb és borzalmasabb háborúban lesz részünk. Ezt nyilvánvalóan nem akadályozhatjuk meg, mivel a problémák túl nagyok és túl közeliak. A zűrzavart és a gyötrelmet azonban akár most azonnal is felismerhetjük – igaz? Fel kell ismernünk e dolgokat, és olyan helyzetet kell teremtenünk, amely másokban is felébrészteti ezt a megértést. Másként fogalmazva, vajon megszabadulhatunk-e egy csapásra? Csakis így szabadulhatunk meg ettől a gyötrelmetől: a megértés csak a jelenben következhet be; ám ha inkább holnapra hagyjuk a dolgot, elborít bennünket a zűrzavar hulláma, és soha nem szabadulhatunk meg ettől a zavarodottságtól.

Vajon eljuthatunk-e abba az állapotba, amelyben egy csapásra felismerjük az igazságot, és így véget vetünk a zavarodottságnak? Én azt mondom, igen – ráadásul ez az egyetlen járható út. Azt mondom, ez lehetséges, és meg is kell tennünk, méghozzá nem valamiféle feltételezések vagy hiedelmek alapján. A problémát ennek a különleges forradalomnak – és itt most nem arról a forradalomról beszélek, amelynek az a célja, hogy megszabaduljon a kapitalistáktól, és egy másik csoportot állítson a helyükbe –, ennek a csodálatos átalakulásnak, az egyetlen valódi forradalomnak a megvalósítása jelenti. Az, amit rendszerint forradalomnak nevezünk, nem más, mint az egyik oldalnak a másik oldal ideái szerint történő megváltoztatása vagy folytatása. A baloldal végül is nem más, mint a jobb megváltoztatott formában megnyilvánuló folytonossága; ha az egyik oldal az érzéki értékeken alapul, akkor a másik oldal is ezen értékekre épül, legfeljebb ezen értékek arányai és megnyilvánulási formái különböznek majd. Következésképpen a valódi forradalom csakis akkor következhet be, ha egyénekként tudatára ébredünk a másokkal való kapcsolatainknak. A társadalom nem más, mint az embertársainkkal, a házastársunkkal, a gyermekeinkkel, a főnökünkkel, a szomszédainkkal kialakított kapcsolatok összessége. A társadalom önmagában véve nem létezik. A társadalom az, amit te és én a kapcsolataink által megteremtünk; azaz a társadalom valójában a belső állapotunk külvilágba történő kivetítése. Azaz, semmi értelme sincs annak, ha úgy alakítjuk át a belső világunk kivetüléseként megnyilvánuló külvilágot, hogy közben nem értjük meg önmagunkat, vagyis a társadalomban mindaddig nem következhet be számottevő változás, amíg nem értjük meg önmagunkat az egymással való kapcsolatainkban. Mivel zavarodottak vagyunk a kapcsolatainkban, olyan társadalmat teremtünk, amely nem más, mint az énünkre adott reakciók külső kifejeződése. Erről a nyilvánvaló tényről már elkezdhetünk beszélgetni, és megvitathatjuk, vajon a társadalom, a külső megnyilvánulás teremtett-e bennünket, vagy mi hoztuk létre a társadalmunkat.

Vajon nem nyilvánvaló-e hát, hogy a társadalmat a kapcsolatainkban megnyilvánuló énünk hozza létre, és hogy ha nem alakítjuk át radikálisan önmagukat, nem változhat meg a társadalom alapvető működése sem? Ha a társadalom átalakítására alkalmas rendszert keresünk, azzal pusztán kitérünk a kérdés elől, mivel a rendszerek soha nem változtathatják meg az embereket – ahogy azt a történelemből láthatjuk, mindig az emberek változtatják meg a rendszereket. Amíg nem értjük meg önmagunkat

az egymással való kapcsolatainkban, addig mi magunk leszünk a káosz, a gyötrellem, a nyomorúság és a brutalitás okai. E megértést nem az idő hozza el számunkra, e megértésre akár most rögtön, ebben a pillanatban is eljuthatunk. Ha azt mondjuk, inkább holnapra halasztjuk önmagunk megértését, e destruktív cselekedetünk káoszt és nyomorúságot szül. A „majd” szó által megteremtjük az időtényezőt, és máris eláraszt bennünket a zavarodottság és a pusztulás hulláma. A megértés csakis *most* következhet be, nem pedig holnap. A holnap a lusta elme menedéke, a valóság iránt közömbös, tétlen elméé. Ha az embert érdekli valami, az azonnali cselekvésre vezet, és így bekövetkezik az azonnali megértés és átalakulás. Ha most nem változol meg, soha nem fogsz, mivel a holnap bekövetkező változás csak módosulás, nem pedig átalakulás. Az átalakulás csakis a most-ban valósulhat meg; a forradalom ma következik be, nem pedig holnap.

És ha bekövetkezik ez a forradalom, megszabadulunk minden problémánktól, mert énünk többé nem aggódik majd saját maga miatt, és így magunk mögött hagyjuk a pusztulás hullámát.

II. MIT KERESÜNK?

VAJON MI AZ, amit a legtöbb ember keres? Mi az, amire mindannyian vágyunk? Mit szeretnénk fellelteni, felfedezni, különösen ebben a nyugtalan világban, ahol mindenki igyekszik valamiféle békére, boldogságra, menedékre lelteni – hiszen ez nyilvánvalóan fontos dolog, nemde? Valószínűleg a legtöbben valamilyen békére törekszünk; olyan menedékre vágyunk ebben a zűrzavarral, háborúkkal, küzdelmekkel és viszályokkal terhes világban, ahol egy kis békében lehet részünk. Azt hiszem, ez az, amire a legtöbben vágyunk. Ezért keresünk, ezért vándorlunk egyik vezetőtől, egyik vallási szervezettől, egyik tanítótól a másikig.

De vajon arról van-e szó, hogy boldogságra törekszünk, vagy valamiféle jutalomra, elégtételre vágyunk, hogy azáltal nyerjük el a boldogságot? A boldogság és az elégtétel nem azonosak egymással. Vajon *kereshetjük-e* a boldogságot? Az ember a kielégülésre rálelhet talán, a boldogságra azonban nem. A boldogság egy bizonyos állapotból fakad, annak „melléktermékeként” jön létre. Ezért mielőtt egy roppant komoly, rengeteg figyelmet, gondolkodást és gondoskodást igénylő dolognak szentelnék elménket és szívünket, nyilván ki kell derítenünk, mit is keresünk, legyen szó akár a boldogságról, akár az elégtételről, a kielégülésről, nemde? Attól tartok, a legtöbben erre a kielégülésre törekszünk. Elégtételre vágyunk, azt akarjuk, hogy keresésünk végén a teljesség érzete töltsön el minket.

Végül is, ha az ember békére vágyik, roppant könnyen rálelhet arra. Az ember vakon bizonyos céloknak és ideáknak szentelheti az életét, hogy menedékre leljen bennük. Ez azonban nyilvánvalóan nem oldja meg a problémát. Ha egyszerűen csak elszigetelődünk egy zárt eszmében, még nem szabadulunk meg a konfliktustól. Ezért hát ki kell derítenünk, mi az, amire mindannyian vágyunk, belsőleg éppúgy, mint külsőleg – igaz? Ha ebben a kérdésben tisztán látunk, sehová sem kell mennünk, egyetlen mestert, egyházat vagy szervezetet sem kell felkeresnünk. Következésképpen a nehézség abban rejlik, hogy tisztán lássuk a szándékainkat, nemde? Vajon lehetséges ez? És vajon hogyan tehetünk szert erre a tisztánlátásra? A keresés által, vagy azáltal, hogy mások szavaira figyelünk, legyen szó akár a legmagasztosabb tanítóról, akár a sarki templomban prédikáló papról? Vajon tényleg szükségünk van-e bárkire, hogy kiderítsük, mire is vágyunk valójában? Mi mégis pontosan ezt tesszük, nemde? Számtalan könyvet elolvastunk, eljárunk a különféle gyűlésekre és vitákra, különböző szervezetekhez csatlakozunk, így próbálván meg orvosolni az életünkben jelentkező konfliktusokat és gyötrelmet. Vagy ha nem ezt tesszük, akkor úgy hisszük, már ráleltünk a gyógymódra: azt mondjuk, egy adott szervezet, tanító vagy könyv kielégít bennünket, ráleltünk mindenre, amire vágytunk, és meg is maradunk e kikristályosodott hitünk börtönében.

Vajon nem valami állandó, valami tartós dolgot keresünk-e mindeme zűrzavar közepette, valamit, amit valóságnak, Istennek, igazságnak nevezünk? A név nem számít, hiszen a szó nyilván nem azonos magával a dologgal, ezért hát ne essünk a szavak csapdájába – hagyjuk meg ezt a hivatásos „tanítónak”. A legtöbb ember vágyódik valami maradandó dologra – igaz? Valamire, amibe belekapaszkodhatunk, valamire, ami biztonságot, tartós lelkesedést, tartós bizonyosságot nyújt számunkra, mert oly

bizonytalanok vagyunk önmagunkban, mert nem ismerjük magunkat. Számos tényt megismertünk ugyan a különféle könyvekből, de nem tapasztaltuk meg közvetlen módon e dolgokat.

És vajon mit nevezünk maradónak? Mit keresünk, mi az, ami állandóságot biztosít számunkra, vagy helyesebben szólva, mitől reméljük ezt az állandóságot? Vajon nem a tartós boldogságra, a tartós kielégülésre, a tartós bizonyosságra törekszünk-e? Valami olyasmire vágyunk, ami örökké tart, ami elégtétellel tölt el bennünket. Ha megszabadulunk a szavaktól és a frázisoktól, és valóban szemügyre vesszük a kérdést, kiderül, hogy ezt akarjuk. Tartós gyönyörre vágyunk, maradandó kielégülésre – és ezt a dolgot nevezzük igazságnak, Istennek, ezt illetjük különféle magasztos nevekkal.

Tehát gyönyörre vágyunk. Talán nagyon nyersen fogalmaztam, de valójában mindannyian erre vágyunk – tudásra, amely gyönyört nyújt számunkra, tapasztalásra, amely gyönyört nyújt számunkra, kielégülésre, amely mindörökké megmarad. Különféle kielégüléseket tapasztaltunk már meg, és mind a semmibe tűnt; és most azt reméljük, a valóságban, Istenben rálehetünk a maradandó kielégülésre. Nyilvánvalóan mindannyian ezt keressük; az okos és a buta, az elméleti szakember és a tények konkrét dolgokra törekvő embere. De vajon létezik-e maradandó kielégülés? Létezik-e bármi, ami örökké tart?

Na már most, ha maradandó kielégülésre törekszünk, nevezzük azt akár Istennek, akár az igazságnak (a név nem számít), akkor nyilvánvalóan el kell jutnunk a megértésre, nemde? Amikor azt mondjuk, „maradandó boldogságra törekszem”, értve ez alatt Istent, az igazságot, vagy bármi mást, nem kell-e megértenünk magát a keresőt is? Hiszen lehetséges, hogy nem is létezik maradandó biztonság, maradandó boldogság. Lehet, hogy az igazság egészen más, és én úgy hiszem, ez valóban így is van: az igazság nagyban eltér attól, amit láthatunk, felfoghatunk, vagy szavakba önthetünk. Következésképp nem egyértelmű-e, hogy mielőtt valami maradandó dologra törekednénk, meg kell értenünk magát a keresőt? Amikor így szólsz, „a boldogságot keresem”, vajon elkülönül-e egymástól a kereső és keresése tárgya? Elkülönül-e a gondolkodó a gondolattól? Vajon nem sokkal inkább egységes, egymással összefüggő jelenségként jelentkeznek-e, mintsem különálló folyamatokként? Következésképpen mielőtt megpróbálhatnánk kideríteni, mit is keresünk, szükségképpen meg kell értenünk magát a keresőt.

Tehát elérkeztünk arra a pontra, amikor őszintén feltesszük magunknak a kérdést, vajon megadhatja-e nekünk bárki más a békét, a boldogságot, a valóságot, Istent, vagy amit éppen keresünk. Vajon felruházhat-e minket ez a szüntelen keresés, ez a vágyakozás azzal a különleges valóságérzettel, azzal a kreatív léttel, amelyben akkor van részünk, ha valóban megértjük önmagunkat? Vajon az önismeret a keresésből fakad-e, abból, ha egy másik embert követünk, ha egy adott szervezethez tartozunk, ha különböző könyveket olvasunk – és így tovább? Végül is a lényeg az, hogy amíg nem értjük meg önmagunkat, addig gondolatainknak nincs kiindulási alapja, és hiábavaló lesz a keresésünk, nem? Menekülhetünk ugyan illúziókba, elfuthatunk a harc, a küzdelem, a viszály elől, bálványozhatunk egy másik embert, és kereshetjük más által a megváltást; ám ha nem ismerjük önmagunkat, ha nem vagyunk teljes mértékben tudatában a működésünknek, nem lesz alapja a gondolkodásunknak, a vonzalmunknak, a cselekedeteinknek.

Azonban pontosan erre vágyunk a legkevésbé – egyáltalán nem akarjuk megismerni önmagunkat. Nyilvánvaló, hogy ez az egyetlen alap, amelyre építhetünk, azonban mielőtt építkezni kezdenénk, mielőtt átalakulhatnánk, mielőtt ítélnénk és pusztítanánk, tudnunk kell, kik is vagyunk. A keresés, a tanítók és *guruk* váltogatása, a *jóga*, a különféle légző-gyakorlatok és szertartások, a Mesterek követése és a többi hasonló dolog mind tökéletesen felesleges, nemde? Még akkor sincs értelmük, ha az általunk követett emberek is azt hangoztatják, „ismerd meg önmagad”, mivel amilyenek mi vagyunk, olyan a világ is. Ha kisszerűek, féltékenyek, hiúk és kapzsiak vagyunk, kisszerű, féltékeny, hiú és kapzsi világot teremtünk magunk köré, és ilyen lesz a társadalom, amelyben élünk.

Úgy vélem, elengedhetetlen, hogy mielőtt nekivágnánk a valóság vagy Isten keresésének, mielőtt cselekednénk, mielőtt kapcsolatba lépnénk embertársainkkal, hogy így megalkossuk magát a társadalmat, először meg kell értenünk önmagunkat. Azt tartom a legőszintébb embernek, aki először ezzel foglalkozik, nem pedig azzal, hogyan érjen el egy adott célt, mivel ha te és én nem értjük önmagunkat,

hogyan is alakíthatnánk át valójában a társadalmat, a kapcsolatainkat vagy bármely cselekedetünket? És ez nyilván nem azt jelenti, hogy az önismeret ellentétes a kapcsolatokkal, vagy hogy azoktól elkülönülten létezne; és nyilván nem arról van szó, hogy a hangsúly az egyénen, az énen lenne, szemben a tömeggel, a többi emberrel.

Hogyan is gondolkodhatnánk el igazán valamiről, ha nem ismerjük önmagunkat, ha nem ismerjük a saját gondolkodásunkat, ha nem tudjuk, miért gondolkodunk úgy, ahogy, ha nem ismerjük saját kondicionálásunk hátterét, ha nem tudjuk, miért rendelkezünk bizonyos hiedelmekkel a művészettel, a vallással, az országunkkal, az embertársainkkal vagy éppen önmagunkkal kapcsolatban? Ha nem ismerjük saját hátterünket, ha nem tudjuk, miből állnak és honnan származnak a gondolataink, teljességgel hasztalan a keresésünk, cselekedeteink pedig értelmetlenek, nemde? Ha nem rendelkezünk önismerettel, semmi jelentősége sincs, hogy amerikaiak vagy indiaiak vagyunk-e, vagy hogy melyik valláshoz tartozunk.

Mielőtt kideríthetnénk, mi az élet végcélja, hogy mit jelent ez az egész, mit jelentenek a háborúk, a nemzetek közti ellentétek, a konfliktusok, ez az egész zűrzavar, saját magunkat kell megismernünk, nem igaz? Ez roppant egyszerű dolognak tűnik ugyan, mégis különösen nehéz feladat. Hogy megismerjük önmagunkat, hogy lássuk, hogy működik a gondolkodásunk, kivételesen ébernek kell lennünk, ezért ahogy egyre éberebbek leszünk saját gondolkodásunkra, reakcióinkra és érzéseinkre, úgy bírunk majd egyre nagyobb tudomással nem csak önmagunkról, de azokról az emberekről is, akikkel kapcsolatban állunk. Az önismerethez úgy jutunk el, hogy a cselekvés, azaz a kapcsolatok által tanulmányozzuk önmagunkat. A nehézséget az jelenti, hogy túl türelmetlenek vagyunk: haladni akarunk, el akarjuk érni a célunkat, és így nincs sem időnk, sem alkalmunk arra, hogy lehetőséget adjunk magunknak a dolgok tanulmányozására és megfigyelésére. Vagy elkötelezzük magunkat bizonyos tevékenységek – például a kenyérkereset vagy a gyermeknevelés – mellett, vagy pedig magunkra vállaljuk bizonyos szervezetek felelősségeit; olyannyira elkötelezzük magunkat, hogy alig marad időnk arra, hogy önmagunkra tekintsünk, hogy megfigyeljük és tanulmányozzuk magunkat. Azaz valójában mi magunk vagyunk felelősek a reakcióinkért, nem pedig valaki más. Számomra teljességgel üres és haszontalan dolognak tűnik az az egész világon megfigyelhető jelenség, hogy az emberek különféle *gurukat* és rendszereket követnek, hogy elolvassák a különféle témákról írott legújabb könyveket, és így tovább, mivel akár az egész világot is bejárhatjuk ugyan, végül mégis vissza kell térnünk önmagunkhoz. És mivel a legtöbben egyáltalán nem ismerjük önmagunkat, roppant nehéz feladatot jelent számunkra, ha meg akarjuk ismerni a gondolkodási, érzelmi és cselekvési folyamatainkat.

Minél jobban ismered önmagad, annál tisztábban látsz majd. Az önismeret végtelen dolog – az ember soha nem ér el egyfajta végcélt, soha nem jut konklúzióra. Az önismeret egy végtelen folyó; és ahogy tanulmányozzuk önmagunkat, ahogy egyre mélyebbre merülünk az önismeretben, rálelünk a békére. Elménknak meg kell nyugodnia, még hozzá nem az önfegyelem kényszere, de az önismeret által, mivel a valóság csakis ebben a nyugalomban, ebben a csendben születhet meg. Csakis ekkor létezhet az üdvösség, csakis ekkor létezhetnek kreatív cselekedetek. És úgy tűnik számomra, hogy e nélkül a megértés nélkül, e nélkül a tapasztalás nélkül roppant gyerekes dolog mindenféle könyveket olvasni, beszédeket hallgatni vagy érvelni bármi mellett – ez mind értelmetlen, azonban ha az ember képes megérteni önmagát, és így életre hívni a kreatív boldogságot, megtapasztalva valamit, ami nem az elme szüleménye, akkor talán átalakulhatnak a közvetlen kapcsolataink, és így maga a világ is, amelyben élünk.

III. EGYÉN ÉS TÁRSADALOM

A LEGTÖBBÜNKNEK SZEMBE KELL néznünk azzal a kérdéssel, vajon az egyén pusztán a társadalom eszköze, vagy a társadalom csúcsa-e. Vajon téged és engem, mint egyéneket, a társadalom

használ, irányít, oktat, ellenőriz és formál-e egy adott minta alapján, vagy a társadalom, az állam létezik az egyénért? Vajon az egyén a társadalom csúcsa-e, vagy csupán egy betanítható, kizsákmányolható és a háború eszközeként lemészárolható bábu? Szinte mindannyian szembesülünk ezzel a kérdéssel. Ez a világ problémája: vajon az egyén csak a társadalom eszköze, a különböző hatások formálható játékszere-e, vagy a társadalom van-e az egyénért?

Vajon hogyan kaphatnánk választ erre a kérdésre? Ez komoly kérdés, nemde? Ha az egyén csupán a társadalom eszköze, akkor a társadalom jóval fontosabb az egyénnél. Ha ez így van, fel kell adnunk az egyéniségünket, és a társadalomért kell munkálkodnunk; egész oktatási rendszerünknek forradalmi változáson kell átesnie, az egyént pedig használható és elpusztítható, felszámolható és eldobható eszközzé kell alakítanunk. Ám ha a társadalom van az egyénért, akkor nem az a szerepe, hogy különféle mintákhoz formáljon bennünket, hanem hogy biztosítsa számunkra a szabadság érzését és a szabadság iránti vágyat. Tehát ki kell derítenünk, melyik megállapítás téves.

Vajon hogyan vizsgálná meg ezt a kérdést? Hiszen ez létfontosságú dolog, nemde? A válasz nem függ semmiféle bal- vagy jobboldali ideológiától, hiszen ha bármilyen ideológiától függene, pusztán egyéni véleményekről lenne szó. Az eszmék mindig ellenségeskedést, zűrzavart és konfliktust szülnek. Ha bal- vagy jobboldali eszmékre, vallásos könyvekre támaszkodsz, mindig véleményektől függesz, legyen szó akár Buddha, Jézus, a kapitalisták vagy a kommunisták véleményéről. Ezek csak eszmék, és az eszmék nem azonosak az igazsággal. A tényeket soha nem lehet megkérdőjelezni, nem lehet eltagadni, a tényekről alkotott *véleményeket* azonban igen. Ha képesek vagyunk felismerni az igazságot ebben a kérdésben, képesek leszünk a különféle véleményektől függetlenül cselekedni. Ezért hát vajon nem kell-e szükségképpen elvetnünk mások véleményeit? A bal vagy jobboldali vezetők véleménye a kondicionálásukból fakad, ezért ha felfedező utad során a könyvekben leírt dolgokra hagyatkozol, a vélemények béklyójába vered magad. Ez a kérdés nem a tudásról szól.

Hogyan fedezheti hát fel az ember az igazságot e kérdéssel kapcsolatban, hogy aztán az alapján cselekedjen? Hogy ráleljünk az igazságra, meg kell szabadulnunk minden propagandától, azaz képesnek kell lennünk arra, hogy a különféle véleményektől függetlenül vizsgáljuk meg a kérdést. Az oktatás feladata valójában az egyén felébresztése. Hogy felismerhessük az igazságot ebben a kérdésben, roppant tisztán kell látnunk, azaz semmiféle vezetőre nem hagyatkozhatunk. Amikor vezetőt választasz magadnak, a zavarodottságod vezérel, és pontosan ez történik manapság a világban. Következésképpen nem szabad a vezetőinktől várnunk az útmutatást és a segítséget.

Ha az elme meg akar érteni egy kérdést, nem csak az adott kérdést kell teljes egészében megértenie, de arra is képesnek kell lennie, hogy függően kövesse a helyzet változásait, mivel a problémák soha nem statikusak. A problémák folyton megújulnak, legyen szó akár az éhínség kérdéséről, akár egy pszichológiai vagy egyéb problémáról. Minden egyes krízis új; következésképpen, ha meg akarjuk érteni a kríziseket, elménknek frissnek, tisztának és függének kell lennie e törekvése során. Úgy hiszem, a legtöbben felismerjük, hogy szükség van egy belső forradalomra, amely már önmagában is képes radikálisan átalakítani a külső világot, a társadalmat. Ez az a probléma, amely minden komoly szándékú emberhez hasonlóan engem is foglalkoztat. A kérdés az, hogyan hívhatnánk életre a társadalom alapvető, radikális átalakulását; ez a külső átalakulás pedig nem valósulhat meg a belső forradalom nélkül. Mivel a társadalom mindig statikus, minden, e belső forradalom nélkül végrehajtott cselekedet és reform is statikus lesz, így hát a folytonos belső forradalom nélkül nincs számunkra remény, mivel így minden külső cselekedet ismétlődő megszokássá válik. A társadalom nem más, mint a közted és az embertársaid, a közted és köztem lévő kapcsolatokon belüli cselekedetek összessége; és ez a társadalom mindaddig statikus és élettelen lesz, amíg nem valósul meg ez a folytonos belső forradalom, ez a kreatív pszichológiai átalakulás. E forradalom hiányában a társadalom statikussá válik, kikristályosodik, és ezért folyton bukásra van ítélve.

Vajon milyen kapcsolat van közted és a benned és körülötted uralkodó gyötrelem és zűrzavar között? Ez a nyomorúság, ez a zűrzavar nyilván nem önmagától jött létre. Te és én teremtettük azt, nem egy kapitalista, kommunista vagy fasiszta társadalom hozta létre, de mi magunk, az egymással való kapcsolataink által. Belső világunk, az énünk, a gondolataink, az érzéseink, a mindennapi

cselekedeteink kivetültek a külvilágba, ily módon hozva létre világunkat. Ha bensőnk nyomorúságos, zavarodott, és kaotikus, e kivetítés válik a világgá^a társadalommá, mivel a társadalom nem más, mint a köztéd és köztem, a köztem és embertársaim közt fennálló kapcsolatok összessége. A társadalmat a kapcsolataink hozzák létre, és ha a kapcsolataink zavarosak, egocentrikusak, sekélyesek, korlátoltak és nacionalisták, ezt vetítjük ki magunkból, káoszt teremtve ezáltal a világban.

A világ olyan, amilyen te vagy, így problémáid a világ problémái. Ez nyilvánvalóan roppant alapvető és egyszerű tény, nemde? Úgy tűnik, az egyes egyénekkal való kapcsolatainkban valahogy mégis folyton megfélekedünk erről a tényről. Rendszerek, ideológiai forradalmak vagy rendszereken alapuló értékek által akarunk változást elérni, megfélekedve arról, hogy a társadalmat mi hívtuk életre, mi, akik az életmódunk által teremtünk káoszt vagy rendet. Ezért hát az átalakulásnak először legszűkebb környezetünkben kell bekövetkeznie, azaz először a kenyérkereső foglalkozásunkban és az ideákkal és hiedelmekkel való kapcsolatainkban megmutatkozó mindennapi létezésünkkel, gondolatainkkal, érzéseinkkel és cselekedeteinkkel kell foglalkoznunk. Hiszen e dolgokból áll a mindennapi lét. Törődünk a megélhetésünkkel, azzal, hogy jó álláshoz jussunk és pénzt keressünk, törődünk a családjainkkal vagy az embertársainkkal való kapcsolatainkkal, és foglalkozunk az ideáinkkal és a hiedelmeinkkel is. Ha megvizsgáljuk e tevékenységeinket, rájövünk, hogy azok alapvetően az irigységen alapulnak, azaz, nem pusztán azt a célt szolgálják, hogy megkeressük általuk a mindennapi betevőnket. A társadalom, szerkezetéből adódóan a folyamatos konfliktus, a valamivé válás folyamata; a társadalom a kapzsiságra, az irigységre, a felettünk állók iránt érzett irigységre alapul – a hivatalnok igazgató akar lenni, és ez azt jelzi, nem csupán azzal törődik, hogy megkeresse u mindennapi kenyérét, és jó megélhetésre tegyen szert, de azzal is, hogy jobb pozíciót és nagyobb presztízst vívjon ki magának. Ez a hozzáállás természetesen pusztulást eredményez, azonban ha csupán a megélhetésünkhöz szükséges összeg előteremtésével foglalkoznánk, rálelnénk az ehhez szükséges eszközökre, és ezek az eszközök nem az irigységen alapulnának. Az irigység a kapcsolatok egyik legpusztítóbb tényezője, mivel az irigység a hatalom, a társadalmi pozíció iránti vágyra utal, és végül mindig politizálásra vezet – e dolgok szoros kapcsolatban állnak egymással. Amikor a hivatalnok arra törekszik, hogy igazgató legyen belőle, a háborúkat kiváltó hatalmi politika egyik tényezőjévé válik, azaz közvetlen módon felelős a háborúért.

Vajon mire alapulnak a kapcsolataink? Mire alapul a köztéd és köztem lévő kapcsolat, mire alapulnak a köztéd és embertársaid között lévő kapcsolatok – azaz, mire alapul maga a társadalom? Nyilvánvaló, hogy nem a szeretetre, bár rengeteget beszélünk róla. E kapcsolatok nem a szereteten alapulnak, mert ha így lenne, rend, béke és boldogság jellemeznék a kapcsolatainkat; a köztünk lévő kapcsolatban azonban rengeteg, önmagát tiszteletként feltüntető rosszakarat van. Ha gondolatainkban és érzéseinkben egyenlők lennénk, nem létezne köztünk tisztelet, és nem létezne köztünk rosszakarat, mert ekkor egyenrangú egyénekként érintkeznénk egymással, nem pedig tanítóként és tanítványként, nem a feleségét elnyomó férjként, vagy a férjén uralkodó feleségként. Ahol megjelenik a rosszakarat, ott feltűnik az uralkodási vágy is, ez pedig féltékenységet, haragot és dühöt szül: e dolgok teremtik meg kapcsolatainkban azt az állandó konfliktust, ami elől igyekszünk elmenekülni, ez a menekülés pedig csak további káoszt és gyötrelmet szül.

Nos, ami a mindennapi létünk, hiedelmeink és véleményünk részeit képező eszméket illeti, vajon nem torzítják-e el e dolgok az elménket? Hiszen mi is az ostobaság? Nem más, mint az, hogy téves értékeket tulajdonítunk az elme által megteremtett vagy a kéz által előállított dolgoknak. Legtöbb gondolatunk az önmagunk megvédelmezésére irányuló ösztönből fakad, nem igaz? És oly sok eszménket ruházzuk fel téves jelentőséggel, olyan jelentőséggel, amellyel önmagukban nem rendelkeznek. Következésképpen hiszünk bármilyen vallási, gazdasági vagy társadalmi eszmében, ha hiszünk Istenben, az ideákban, az embereket egymástól elszigetelő társadalmi rendszerekben, a nacionalizmusban, és így tovább, nyilvánvalóan téves értelemmel ruházzuk fel a hitet, ez pedig ostobaságra utal, hiszen a hiedelmek, a meggyőződések nem egyesítik, de elválasztják egymástól az embereket. Így hát láthatjuk, hogy életünkkel rendet vagy káoszt, békét vagy konfliktust, boldogságot vagy szenvedést teremtünk.

Tehát a kérdés az, vajon létezhet-e egyidejűleg a statikus társadalom, és a folytonos forradalom állapotában élő egyén – nemde? Hiszen a társadalmi forradalomnak az egyén belső, pszichológiai átalakulásával kell kezdődnie. A legtöbb ember arra vágyik, hogy radikálisan átalakuljon a társadalom szerkezete. Erről szól a világban folyó csata – arról, hogy a kommunizmus – vagy egyéb rendszerek – eszközeivel megvalósítsunk egy társadalmi forradalmat. A társadalmi forradalom azonban, legyen bármilyen radikális is, természetére nézvést mindig az ember külső szerkezetére irányul, ennélfogva az egyén belső forradalma, pszichológiai átalakulása nélkül csakis statikus lehet. Következésképpen egy dinamikus, folyton megújuló, összetartó és élő társadalom megalkotásához elengedhetetlen az egyén lélektani szerkezetében lejátszódó forradalom, mivel a külvilág e belső forradalom nélküli átalakulása vajmi kevés jelentőséggel bír. A társadalom így mindig merevvé és statikussá válik, ezért aztán szükségképpen felbomlik. Nem számít, hány törvényt hozunk, és nem számít, milyen bölcsek ezek a törvények, a társadalom mindig a hanyatlás állapotában van, mivel a forradalomnak nem pusztán kívül, de belül is meg kell valósulnia.

Úgy gondolom, nem szabad elsiklanunk e tény felett, és teljes mértékben meg kell értenünk azt. A véghezvitt külső cselekedetek befejeződnek, és statikussá válnak; ha az emberek közti kapcsolatok összessége, azaz a társadalom nem egy belső forradalom eredményeképpen jön létre, akkor a statikus társadalmi szerkezet elnyeli, és így statikussá és repetitív teszi az egyént is. Ha felismerjük ezt aényt, és annak különleges jelentőségét, fel sem merül a kérdés, vajon igaz-e az állítás, és megszűnik a problémáról alkotott egyéni vélemények jelentősége. Tény, hogy a társadalom mindig kikristályosodik, és elnyeli az egyént, és hogy ez a folyamatos, kreatív forradalom csakis az egyénben valósulhat meg, nem pedig a külső társadalomban. Azaz, a kreatív forradalom csakis az egyéni kapcsolatokban mehet végbe, és a társadalmat pontosan ezek a kapcsolatok alkotják. Látjuk, milyen gyorsan bomlik fel a jelenlegi társadalmi szerkezet Indiában, Európában, Amerikában vagy bárhol a világon, és saját életünkben is ismerjük ezt a jelenséget – megfigyelhetjük azt, ha egyszerűen csak végigsétálunk az utcán. Nincs szükségünk nagy történészekre ahhoz, hogy közöljék velünk aényt, miszerint társadalmunk szétmállik, és egy új társadalom felépítéséhez új építészetre, és új munkásokra van szükség. Ezt a szerkezetet új alapokra, újonnan felfedezett tényekre és értékekre kell felépítenünk. Ma még nem léteznek ilyen építészek. Nincsenek megfelelő építőmunkások, nincs senki, aki megfigyelve a világot, és ráébredve arra, hogy a szerkezet összeomló félben van, építőmérnökké képezné magát. Ez a mi problémánk. Látjuk, hogy a társadalom szétmállik, és nekünk, neked és nekem kell az új építészékké válnunk. Neked és nekem kell újra felfedeznünk az értékeket, és nekünk kell létrehozunk egy primerebb, tartósabb alapot; mert ha a hivatásos építészetre, a politikai és vallási építőmunkásokra számítunk, pontosan ugyanabba a helyzetbe kerülünk, ahol most vagyunk.

Mivel nem vagyunk kreatívak, erre a káoszra redukáltuk a társadalmat, ezért kreatívnak kell lennünk, mert ez a probléma nem tűr halasztást: tudatában kell lennünk, mi okozza a társadalom összeomlását, és létre kell hozunk egy új, nem az utánción, de a kreatív megértésen alapuló szerkezetet. Ehhez pedig egyfajta negatív gondolkodásmódra van szükség, nem igaz? A negatív gondolkodás a megértés legmagasabb rendű formája. Azaz, ha meg akarjuk érteni, mit is jelent a kreatív gondolkodásmód, negatív módon kell megközelítenünk a kérdést, mivel a pozitív megközelítési mód – azaz az, hogy neked és nekem kreatívnak kell lennünk, hogy felépíthessünk egy új társadalmat – pusztán utáncás lenne. Hogy megértsük azt, ami szétmállik, meg kell vizsgálnunk a dolgot, még hozzá negatív módon, nem pedig egy pozitív rendszer, nem egy pozitív képlet vagy konklúzió segítségével.

Vajon miért van az, hogy a társadalom nyilvánvalóan szétmállik és összeomlik? Az alapvető okok egyike az, hogy egyénekként többé már nem vagyunk kreatívak. Hadd magyarázzam el, mit értek ez alatt. Nem teremtünk, csak utáncunk, külsőleg és belsőleg egyaránt csak lemásolunk bizonyos dolgokat. Külsőleg, amikor elsajátítunk egy technikát, egy módszert, amikor a szavak szintjén kommunikálunk egymással, természetes módon valamiféle utáncásnak, másolásnak kell végbemennie. Hogy mérnök lehessenek, először meg kell tanulnom u szükséges technikákat, aztán alkalmaznom kell őket, hogy hidakat építhessek. Ehhez a külső technikák esetében szükség van bizonyos mértékű utáncásra, másolásra, azonban ha belsőleg, pszichológiai értelemben is csupán utáncunk bizonyos mintákat,

nyilvánvalóan megszűnünk kreatívak lenni. Oktatási és társadalmi rendszereink, úgynevezett vallási életünk mind az utánzásra épülnek; csak így illeszkedünk bizonyos társadalmi és vallási mintákba. Többé már nem vagyunk valódi egyének, pszichológiai értelemben pusztán néhány előre beprogramozott válaszreakcióval ismétlőgépekké váltunk, legyenek bár ezek a válaszok egy hindu, egy keresztény, egy buddhista, egy német vagy angol ember válaszai. Reakcióinkat a társadalmi kondicionálás mintái határozzák meg, függetlenül attól, hogy keleti vagy nyugati, vallásos vagy materialista társadalomról van-e szó. Azaz, a társadalom összeomlásának egyik alapvető oka az utánzás, az összeomlásért felelős tényezők között pedig ott szerepelnek a vezetőink, akiknek lételemük az utánzás.

Hogy megérthessük a szétmálló társadalom természetét, vajon nem kell-e utánajárnunk annak, egyénekként képesek vagyunk-e a kreativitásra? Láthatjuk, hogy az utánzás összeomlást eredményez; a tekintélyelvűség pedig utánzást szül. És mivel egész mentális, pszichológiai alkatunk a tekintélyelvűségre épül, ahhoz hogy kreatívak legyünk, meg kell szabadulnunk a tekintélyelvűség béklyójától. Nem vettétek még észre, hogy a kreativitás perceiben, az eleven érdeklődés e boldog pillanataiban nem érezzük úgy, hogy ismétlünk, hogy utánzunk és másolunk valamit? Ezek a pillanatok mindig újak, frissek, kreatívak és boldogok. Tehát láthatjuk, hogy a társadalom összeomlásának egyik alapvető oka az utánzás, azaz a tekintélytisztelet, a tekintély bálványozása.

IV. ÖNISMERET

A VILÁG PROBLÉMÁI oly hatalmasak és oly végtelenül összetettek, hogy ha meg akarjuk érteni, és így fel akarjuk oldani őket, roppant egyszerű és közvetlen módon kell megközelítenünk őket; az egyszerűség és a közvetlenség pedig nem a külső körülmények, az előítéleteink vagy adott hangulatunk függvénye. Mint már rámutattam, a megoldást nem a különféle konferenciák, tervezetek vagy a vezetők lecserélése által lelhetjük fel. A megoldás nyilvánvalóan a probléma, a rosszindulat, a hazugság és az emberi lények közt létező félreértések teremtőjében rejlik. A rosszindulat, e problémák teremtője pedig maga az egyén; azaz te és én vagyunk felelősek e problémákért, nem pedig a világ, ahogy azt hisszük. A világ nem más, mint az embertársainkkal való kapcsolataink összessége. A világ nem valamiféle tőlünk elkülönülten létező dolog: a világ, a társadalom az általunk kialakított vagy kialakítani vágyott kapcsolatok összessége.

Azaz, mi vagyunk a probléma, nem pedig a világ, mivel a világ önmagunk kivetülése, és hogy megérthessük a világot, önmagunkat kell megértenünk. A világ nem különül el tőlünk, mi magunk vagyunk a világ, és problémáink a világ problémái. Ezt egyszerűen nem lehet elégszer elmondani, mert lusta mentalitásunk miatt úgy gondoljuk, a világ problémái nem tartoznak ránk, azo-1 it az ENSZ-nek kell megoldania, vagy egyszerűen le kell cserélnünk a vezetőinket. Ha így gondolkodunk, roppant nehézkes mentalitásról teszünk tanúbizonyságot, mert valójában mi vagyunk a felelősek a világban tapasztalható, ijesztő méreteket öltött nyomorúságért és zűrzavarért, az örökös háborús fenyegetésért. Hogy átalakítsuk a világot, először önmagunkat kell átalakítanunk; e folyamatban pedig a szándékunk játssza a legnagyobb szerepet. Rendelkeznünk kell az önmagunk megértésére irányuló szándékkal, hogy ne csak arra várjunk, hogy mások átalakítsák önmagukat, és ne csak kisebb változásokat akarjunk elérni a különféle politikai pártok által propagált forradalmak által. Fontos, hogy megértsük, ez a mi felelősségünk, a tied és az enyém; mert bármilyen kicsi legyen is a világ, amelyben élünk, ha képesek vagyunk átalakítani önmagunkat, ha képesek vagyunk egy radikálisan új nézőpontot meghonosítani mindennapi létezésünkben, akkor talán a világ egészére, az embertársainkkal való kapcsolataink összességére is képesek leszünk hatást gyakorolni.

Mint mondtam, e beszélgetések során önmagunk megismerése a cél, és ez egyáltalán nem valamiféle elszigetelt folyamat. Ez nem egyenlő a világtól való elvonulással, mivel az ember nem élhet elszigeteltségben. Létezni annyi, mint kapcsolatban lenni másokkal, és senki nem létezhet elszigeteltségben. A konfliktusokat, a szenvedést és a küzdelmet a megfelelő kapcsolatok hiánya eredményezi; bármilyen kicsi legyen is saját egyéni világunk, ha ebben az apró világban képesek vagyunk megváltoztatni a kapcsolatainkat, ez a változás hullámként söpör majd végig bolygónkon. Úgy vélem, fontos, hogy felismerjük, bármilyen szűkös is világunk, e világ valójában nem más, mint a

kapcsolataink összessége; és ha ebben a világban nem csupán felületes változásokat, de valódi, gyökeres átalakulást idézünk elő, akkor hozzáláthatunk a világ cselekvő módon történő átalakításához. A valódi forradalom nem követ egyetlen mintát sem; ez az értékek forradalma, amely során a környezeti hatásoktól független értékek lépnek az érzékszervi értékek helyére. Hogy rálelhessünk a radikális forradalmát, az átalakulást, a megújulást előidéző valódi értékekre, létfontosságú, hogy megértsük önmagunkat. Ehhez pedig szükségünk van a megértésre irányuló szándéokra – és itt kezdődnek a nehézségek. Bár a legtöbben elégedetlenek vagyunk, mégis valamiféle azonnali változásra vágyunk, és csupán adott célok elérésére törekszünk; elégedetlenek vagyunk, ezért másik állást keresünk, vagy pusztán engedünk a környezetünk nyomásának. Ahelyett, hogy lánggra lobbannánk, és megkérdőjeleznénk az életet, a létezés egész folyamatát, különféle csatornába tereljük ezt az elégedetlenséget, ezáltal középszerűvé válunk, és elveszítjük azt az ösztönző erőt, azt az intenzitást, amellyel felismerhetnénk a létezés teljes jelentőségét. Következésképpen fontos, hogy mi magunk fedezzük fel e dolgokat önmagunk számára, mivel az önismerettel senki más nem ruházhat fel minket, az önismeretre egyetlen könyv által sem juthatunk el. Nekünk magunknak kell felfedeznünk azt, ehhez pedig szükségünk van a szándéokra, a keresésre, a vizsgálatra. Ameddig nem alakul ki, nem erősödik meg bennünk ez a szándék, addig vajmi kevés jelentőséggel bír az önmagunk megismerésére irányuló alkalmi vágy.

Tehát a világot önmagunk átalakítása által alakíthatjuk át, mivel énünk az emberi lét folyamatának terméke és része. Önmagunk átalakításához pedig elengedhetetlen az önismeret; ha nem tudjuk, kik vagyunk, nincs megfelelő gondolkodási alapunk, és önismeret nélkül nem létezhet átalakulás. Olyan-nak kell ismernünk magunkat, amilyenek **vagyunk**, nem pedig olyannak, amilyenek lenni szeretnénk, mivel ez pusztán egy eszménykép, és mint ilyen, alaptalan és valótlan; csak a létező dolgokat lehet átalakítani, az eszményképeket nem. Hogy igaz valónkban ismerjük meg önmagunkat, elménknek kivételesen ébernek kell lennie, mivel a létező dolgok folyton változnak és átalakulnak, és hogy fűrgén követhessük a változásukat, elménket egyetlen dogma vagy hiedelem, minta vagy cselekvés sem verheti béklyóba. Ha az ember követni akar valamit, nem béklyózatja le magát. Az önismerethez tudatosságra van szükség, az elme éberségére, arra, hogy mentesek legyünk minden hiedelemtől, meggyőződéstől, minden eszményítéstől, mivel a meggyőzések, a hiedelmek és eszményképek csak a valódi érzékelést gátló tényezőket jelentenek számunkra. Ha meg akarjuk tudni, kik vagyunk, nem képzelődhetünk, és nem hihetünk különféle eszményképekben. Ha pénzsóvár, irigy vagy erőszakos vagyok, vajmi kevés értéke van annak, hogy él bennem az erőszakmentesség vagy a nagylelkűség eszményképe. Ám ahhoz, hogy felismerjük, kapzsis vagy erőszakosak vagyunk, rendkívül fejlett érzékelésre van szükségünk – nemde? Ez őszinteséget, és tiszta gondolkodást követel meg, és ha egy, a valóságtól eltérő eszménykép megvalósítására törekszünk, az pusztán menekülés, és e törekvésünk megakadályoz bennünket abban, hogy felfedezzük, kik és milyenek is vagyunk valójában, és ennek megfelelően cselekedjünk.

Ha megértjük, milyenek is vagyunk, legyünk bár csúnyák, gyönyörűek, bűnösök vagy rosszindulatúak, ha mindenféle torzítás nélkül megértjük önmagunkat, az az erény az erkölcsi tisztaság kezdetét jelenti. Az erény létfontosságú dolog, mivel szabadsággal ruház fel bennünket. Kizárólag az erény által válunk képessé bármilyen felfedezésre, csakis az erény által élhetünk, nem pedig az erény fejlesztése által, mivel az csak tiszteletreméltóságot szül, nem pedig megértést és szabadságot. Nagy különbség van aközött, hogy az ember erényes, vagy erényesen él-e. Az erényesség a valóság megértéséből ered, az erényes élet pedig annyit tesz, hogy elhalasztjuk a valóság felismerését, és elfedjük azt azzal az eszményképpel, amit meg szeretnénk valósítani az életünkben. Azaz ha erényessé akarunk lenni, elhalasztjuk a valóságon alapuló cselekedeteket. A valóság ezen – az eszménykép ápolása által történő – elkerülését erényes dolognak tartjuk, ám ha közelebről szemügyre vesszük, látni fogjuk, hogy egyáltalán nem az. A cselekedet által pusztán elhalasztjuk azt, hogy szembe kelljen néznünk azzal, ami **van**. Az erény nem azt jelenti, hogy valami mássá válunk; az erényesség annyit tesz, hogy megértjük, azt, ami **van**, és ezáltal megszabadulunk attól. Az erény létfontosságú gyorsan szétmálló társadalmunkban. Hogy egy új világot, a régítől eltérő új rendszert teremthessünk meg, szabadnak

kell lennünk, mert csak így válunk képessé a felfedezésre; ehhez pedig erényre van szükségünk, mivel erény nélkül nem létezhet szabadság. Hiszen megismerheti-e az erényt az, aki erkölcstelen, és azért küzd, hogy erényessé váljon? Az erkölcstelen ember soha nem lehet szabad, következésképpen soha nem fedezheti fel a valóságot. A valóságot csak a **létező** dolgok megértésében lelhetjük fel; és hogy megértsük azt, ami **van**, szabadságra van szükségünk – meg kell szabadulnunk a valóságtól való félelmünktől.

Hogy megérthessük ezt a folyamatot, rendelkezünk kell a valóság megismerésére, a gondolataink, érzéseink és tetteink követésére irányuló szándékkal; a valóságot pedig roppant nehéz megérteni, mivel soha nem mozdulatlan, nem statikus, de mindig mozgásban van. A valóság az, ami vagy, nem pedig az, ami lenni szeretnél, nem az eszménykép, mert az eszménykép kitalált dolog – a valóság az, amit percről percre teszel, gondolsz és érzel. Valódi az, ami **van**, a valóság megértéséhez pedig éberségre, éber és fürge elmére van szükség. Azonban ha elkezdünk ítéletet mondani a felett, ami **van**, ha elkezdünk ellenállni a valóságnak, nem fogjuk megérteni a mozgását. Ha meg akarok érteni valakit, nem ítéletem el az adott embert: meg kell figyelnem, és tanulmányoznom kell őt. Szeretnem kell az általam tanulmányozott dolgot. Ha meg akarunk érteni egy gyermeket, szeretnünk kell őt, és nem szabad elítélnünk. Együtt kell játszaniunk vele, meg kell figyelnünk a mozgását, a lelki alkatát, a viselkedésmódját; ám ha csupán Ítéletet alkotunk róla, és hibáztatjuk őt, ha ellenállunk neki, soha nem jutunk el a megértésre. Ugyanígy, a valóság megértéséhez is minden percben meg kell figyelnünk minden gondolatunkat, érzésünket és cselekedetünket. Csakis ez lehet valódi. Egyetlen más, eszményi vagy eszméből fakadó cselekedet sem valódi, ezek pusztán kívánságok, kitalált vágyak, amelyek arra irányulnak, hogy mások legyünk, mint amilyenek vagyunk.

Ahhoz, hogy megértsük azt, ami **van**, elménknak egy mindenféle azonosítástól és ítéletalkotástól mentes állapotba kell kerülnie, azaz ébernek, mégis passzívnak kell lennie. Amikor valóban meg akarunk érteni valamit, ebben az állapotban vagyunk: az érdeklődés intenzitása megteremti ezt az állapotot. Ha az ember valóban meg akarja érteni a valóságot, az elme adott állapotát, nincs szüksége erőfeszítésekre, önfegyelemre, és nem kell uralnia az elméjét – épp ellenkezőleg, ilyenkor egyfajta passzív éberség következik be. Ez a fajta tudatállapot akkor valósul meg, amikor érdeklődünk valami iránt, amikor szándékunkban áll megérteni az adott dolgot.

Önmagunk alapvető megértésére nem a tudás, vagy a tapasztalatok felhalmozása által teszünk szert, hiszen e dolgok által pusztán az emlékezetünket fejlesztjük. A megértés percről percre következik be; ha egyszerűen csak felhalmozzuk az énünkről alkotott tudást, pontosan ez a tudás akadályoz meg bennünket a további megértésben, mivel így a felhalmozott tudás és tapasztalat válik gondolataink központjává. A világ nem különül el tőlünk és a tevékenységeinktől, mivel a világ problémáit mi magunk teremjük meg; a nehézséget általában az okozza, hogy nem ismerjük magunkat közvetlen módon, ezért egy rendszert, egy módszert, egy eszközt kelesünk, amely által megoldhatnánk a számtalan emberi problémát.

De vajon létezik-e olyan eszköz, olyan rendszer, amely által megismerhetnénk önmagunkat? Rendszereket és módszereket minden okos ember, minden filozófus létrehozhat, azonban egy adott rendszer követése csupán a rendszer által teremtett eredményekre vezethet, nem igaz? Ha egy adott módszer alapján igyekszem megismerni önmagam, akkor a rendszer által diktált eredményre jutok, ám ez az eredmény nyilvánvalóan nem lesz azonos önmagam megértésével. Azaz, ha bizonyos módszerek, rendszerek, vagy adott eszközök által akarjuk megismerni önmagunkat, egy adott minta alapján alakítjuk a gondolatainkat és a cselekedeteinket, azonban a minták követése nem azonos az önismerettel.

Következésképpen az önismeretre semmiféle bevált módszer által nem juthatunk el. Ha módszereket keresünk, az mindig arra utal, hogy valamiféle eredmény elérésére törekszünk – és semmi másra sem vágyunk. A tekintély vezérel minket – ha nem egy adott személy, akkor egy rendszer vagy egy ideológia tekintélye –, mivel kielégítő, biztonságérzetet nyújtó eredményre vágyunk. Valójában nem akarjuk megérteni önmagunkat, az indítékainkat és a reakcióinkat, tudatos és öntudatlan gondolkodási folyamatainkat, inkább egy biztos eredménnyel kecsegtető rendszerre vágyunk. Ez a törekvésünk

azonban mindig a biztonság és a bizonyosság **iránti** vágyunkból fakad, az eredmény pedig nyilvánvalóan nem az önismeret lesz. Ha egy adott módszert követünk, valamiféle tekintélyre van szükségünk – egy tanítóra, **gurura**, egy megváltóra, egy Mesterre –, aki garantálja nekünk, hogy elérjük, amire vágyunk; ez pedig bizonyosan nem azonos az önismerethez vezető úttal.

A tekintélyelvűség megakadályozza azt, hogy megismerjük önmagunkat. Egy szaktekintély, egy vezető menedékében átmenetileg talán szert tehetünk ugyan a biztonságérzetre, a jólét érzetére, ám ez nem azonos énkünk működésének megértésével. (A tekintély természeténél fogva megakadályozza azt, hogy teljes tudomással bírjunk önmagunkról, így végül elpusztítja a szabadságot; kreativitás pedig csakis a szabadságban létezhet. A kreativitásra csakis az önismeret által tehetünk szert. A legtöbb ember nem kreatív: csupán ismétlőgépek vagyunk, egyszerű gramofonok, akik a tapasztalás adott dalait, önmagunk vagy mások meghatározott következtetéseit és emlékeit játsszák le újra meg újra. Az efféle ismétlés nem azonos a kreatív létezéssel – mégis erre vágyunk. Mivel mélyen legbelül biztonságban akarjuk érezni magunkat, folyamatosan a biztonság elérésének módszereit és eszközeit keressük, megteremtve ezáltal a tekintélyelvűséget, a „szaktekintélyek” feltétlen tiszteletét, ami aztán lerombolja a megértést, az elme spontán nyugalalmát, a kreativitás egyetlen lehetséges állapotát.

A nehézséget nyilvánvalóan ez jelenti, hogy a legtöbb ember elveszítette ezt a kreativitásérzetet. Kreatívnak lenni nem azt jelenti, hogy képeket kell festenünk vagy verseket kell írunk, és híressé kell válnunk. Ez nem kreativitás – ez pusztán az ideák kifejezésére irányuló, a közönség által értékelt, vagy semmibe vett képesség. A képességeket nem szabad összetévesztenünk a kreativitással. A képességek nem azonosak a kreativitással, a kreativitás egy teljesen más létállapot – nemde? Olyan állapot ez, amelyben nincs jelen az én, amelyben többé már nem az elme szolgál tapasztalásaink, ambícióink, törekvéseink és vágyaink központjául. A kreativitás nem egy folytonos állapot: percről percre megújul, mivel egyfajta mozgás, amelyben nincs jelen az „én”, és az „enyém” fogalma, amelyben a gondolat nem fókuszálódik egyetlen adott élményre, törekvésre, teljesítményre, célra és indítékra sem. A kreativitás csakis akkor valósulhat meg, ha nincs jelen az én; és minden dolgok teremtetője, a valóság, csakis ebben az állapotban létezhet. Ezt az állapotot azonban nem foghatjuk fel, és nem képzelhetjük el, nem önthetjük szavakba, nem utánozhatjuk, és nem érhetjük el valamiféle rendszer, filozófia vagy az önfegyelem által. Kpp ellenkezőleg: a kreativitás állapota csakis önmagunk működésének teljes megértése által következhet be.

Az önismeret nem valamiféle eredmény vagy csúcspont; az önismeret nem más, mint hogy pillanatról pillanatra látjuk magunkat kapcsolataink – a tulajdonhoz, a különféle dolgokhoz, az emberekhez és az eszmékhez fűződő kapcsolataink – tükrében. Azonban, mivel nehezünkre esik ébernek lenni, inkább azt választjuk, hogy egy adott módszer követésével, a tekintély, a babonák és a kielégülést nyújtó elméletek elfogadásával eltompítjuk elménket, így az fáradttá, kimerültté és érzéketlenné válik. Az ilyen elme pedig nem juthat el a kreativitás állapotába. Ez az állapot csakis akkor következhet be, ha megszűnik a felismerés és felhalmozás működése, azaz, ha megszűnik az én; mivel a felismerés központja végeredményben az én-tudat, a felismerés pedig nem más, mint a tapasztalatok felhalmozása. Azonban mindannyian félünk attól, hogy megszűnjünk „valamilyennek lenni”, mivel mindannyian szeretnénk „valakivé” válni. A kisember nagyemberré akar válni, az erkölcstelen eredményessé, a gyenge és ismeretlen ember pedig hatalomra, pozícióra és tekintélyre áhítozik. Ez az elme véget nem érő tevékenysége. Az ilyen elme pedig nem lehet nyugodt és csendes, következésképpen soha nem értheti meg a kreativitás állapotát.

Hogy átalakítsuk világunkat, annak minden nyomorúságával, háborújával, munkanélküliségével, éhezéssel, osztálykülönbségével és zűrzavarával együtt, először önmagunkban kell végbemennie egy átalakulásnak. A forradalomnak az egyénnel kell kezdődnie – ám ez a forradalom nem alapulhat semmiféle hiten vagy ideológián, mivel egyértelmű, hogy az eszméken, vagy az adott mintákhoz való alkalmazkodáson alapuló forradalom egyáltalán nem forradalom. Hogy valódi, lényegi forradalmat idézhessünk elő önmagunkban, teljes egészében meg kell értenünk a gondolkodásunk és a kapcsolatainkhoz fűződő érzéseink hátterében rejlő folyamatokat. Csakis ez jelenthet megoldást a problémáinkra, nem pedig az, ha még nagyobb önfegyelemre, még több hiedelemre, ideológiára és tanítóra

teszünk szert. Ha képesek vagyunk percről percre olyannak megérteni önmagunkat, amelyenek valójában vagyunk, és a megértésben nem kap szerepet a felhalmozási folyamat, látni fogjuk, hogyan valósul meg az a nyugalom, amely nem az elme terméke, a nyugalom, amely nem elképzelt és nem kiművelt – a kreativitás pedig csakis a nyugalom ezen állapotában létezhet.

V. ESZMÉK ÉS CSELEKVÉS

MOST A CSELEKVÉS KÉRDÉSÉRŐL szeretnék néhány szót ejteni. Ez a kérdés kezdetben talán roppant homályosnak és bonyolultnak tűnhet, de remélem, ha végiggondoljuk a dolgot, képesek leszünk tisztán látni, mivel egész létünk, egész életünk cselekvések folyamatából áll.

A legtöbben egy olyan cselekedetsorban, olyan, egymással látszólag semmiféle kapcsolatban nem álló, összefüggéstelen cselekedetek sorában élünk, amelyek elkülönüléshez, összeomláshoz és csalódottsághoz vezetnek. Ez a probléma mindnyájunkat foglalkoztat, mivel a cselekvések által élünk, és cselekvés nélkül nincs élet, nem létezhet tapasztalás, és nem létezhet gondolkodás. A gondolat cselekvés, és ha csupán a tudatosság egy adott, külső szintjén törekszünk a cselekvésre, ha gúzsba kötnek bennünket a külső cselekedetek anélkül, hogy teljes mértékben megértenénk magát a cselekvés folyamatát, az elkerülhetetlenül csalódottsághoz és szenvedéshez vezet.

A legtöbb ember élete a tudatosság különböző szintjein megnyilvánuló cselekvések sorából, folyamatából áll. A tudatosság pedig tapasztalás, névadás és rögzítés. Azaz, a tudatosság a kihívás és a reakció (azaz a tapasztalás), ezt követi aztán az adott tapasztalat megnevezése, és a rögzítés, azaz az emlékezés. Ez a folyamat pedig cselekvés – igaz? A tudatosság cselekvés, és a kihívás és a reakció (azaz a tapasztalás), a névadás és a rögzítés (azaz az emlékezés) nélkül nem létezhet cselekvés.

Aztán a cselekvés megteremti magát a cselekvőt, azaz a cselekvő akkor születik életre, amikor a cselekvés valamiféle eredménnyel, valamilyen végkifejlettel kecsegtet. Ha a cselekvés nem vezet eredményre, nem létezik a cselekvő; ám ha a cselekvés eredménnyel kecsegtet, életre hívja a cselekvőt. Tehát a cselekvő, a cselekvés és a végeredmény egyetlen egységes folyamatot alkotnak, amely akkor valósul meg, ha a cselekvés valamiféle eredménnyel jár. Az adott eredmény érdekében történő cselekvés az akarat; máskülönben nem létezik akarat, nem igaz? A végeredmény elérésére irányuló vágy létrehozza az akaratot, amely valójában maga a cselekvő – „én” akarok elérni valamit, „én” akarok könyvet írni, „én” akarok gazdag lenni, „én” akarok megfesteni egy képet.

Jól ismerjük ezt a három állapotot, a cselekvőt, a cselekvést és a végeredményt, hiszen ezek alkotják mindennapi létünket. Én csak igyekszem elmagyarázni azt, ami *van*; azonban csak akkor kezdjük majd megérteni, hogyan alakítsuk át azt, ami *van*, ha illúziók és előítéletek nélkül, objektív módon vizsgáljuk meg azt. Na már most, a létezést alkotó e három állapot – a cselekvő, a cselekvés és a végeredmény – együttesen nyilvánvalóan a „valamivé válás” folyamatát alkotják. Egyébként nem is létezne ez a folyamat – igaz? Ha nem létezik cselekvő, ha nem létezik a végeredmény elérésére irányuló cselekvés, nem létezik a „valamivé válás” sem; az általunk ismert, mindennapi élet azonban maga a „valamivé válás” folyamata. Szegény vagyok, és cselekszem egy adott végeredmény reményében, azaz azért, hogy gazdaggá váljak. Csúnya vagyok, és szeretnék széppé válni. Azaz, az élet nem más, mint a „valamivé válás” folyamata. Az akarat nem más, mint az erre irányuló akarat, amely a tudatosság különböző szintjein nyilvánul meg, különböző állapotokban, amely állapotokban szerepet kap a kihívás és a válaszreakció, a névadás és a rögzítés. Ez a „valamivé válás” pedig küzdelem és fájdalom – nemde? Ez egy folyamatos harc: ilyen és ilyen vagyok, és szeretnék másmilyenné válni.

Következésképpen a kérdés a következő: vajon létezik-e cselekvés e nélkül a „valamivé válás” nélkül? Vajon létezik-e cselekvés e nélkül a fájdalom, e nélkül az állandó harc nélkül? Ha nincs végeredmény, nincs cselekvő sem, mert a cselekvőt a végeredménnyel kecsegtető cselekvés hívja életre. De vajon létezhet-e végeredmény, és így cselekvő nélküli cselekvés – azaz létezhet-e cselekvés az eredmény elérésére irányuló vágy nélkül? A válasz pedig az, hogy igen, létezik olyan cselekvési, tapasztalási állapot, amelyben nem létezik tapasztaló és tapasztalat. Ez meglehetősen filozofikus kijelentésnek tűnhet, valójában azonban roppant egyszerű dologról van szó.

A tapasztalás pillanatában az ember nincsen tudatában önmagának, mint a tapasztalattól elkülönülő tapasztalónak; egyszerűen a tapasztalás állapotában van. Vegyünk egy egyszerű példát: mondjuk, hogy dühösek vagyunk. A harag e pillanatában nem létezik sem a tapasztaló, sem a tapasztalat – csakis maga a tapasztalás létezik. Am abban a percben, ahogy elhagyjuk ezt az állapotot, egyetlen szempillantással a tapasztalás után megjelenik a tapasztaló és a tapasztalat, a cselekvő és a végeredményre vezető cselekvés – azaz megszabadulunk a dühünkötől, vagy elfojtjuk azt. Újra és újra belépünk a tapasztalás állapotába, ám mindig el is hagyjuk azt, nevet adunk a tapasztalatainknak, és rögzítjük őket, így teremtve meg a „valamivé válás” folytonosságát.

Ha képesek vagyunk megérteni a szó elsődleges, alapvető értelmében vett cselekvést, ez a megértés felszínes tevékenységeinkre is kihatással lesz majd; először azonban a cselekvés alapvető természetét kell megértenünk. Vajon a cselekvést az eszmék hívják életre? Vajon először az eszmével rendelkezünk, és aztán cselekszünk, vagy először a cselekedet valósul meg, és aztán az általa megteremtett konfliktus köré építünk egy eszmét? Vajon a cselekedet teremti meg a cselekvőt, vagy először a cselekvő jön létre?

Roppant fontos, hogy kiderítsük, melyik dolog az első a sorban. Ha az eszme az első, akkor a cselekvés pusztán alkalmazkodik az eszméhez, következésképpen többé már nem cselekvés, csupán utánzás, az eszme diktálta kényszer. Roppant fontos, hogy ezt felismerjük, mivel – lévén, hogy társadalmunk leginkább az intellektuális, a verbális szintre épül – mindnyájunk esetében először az eszmék születnek meg, és ezt követik a cselekedetek. Azaz a cselekvés az eszme szolgálója, és ha pusztán eszméket alkotunk, az nyilvánvalóan káros a cselekvésre nézvést. Az eszmék további eszméket szülnék, és ha csak eszmék jönnek létre, ellentét lép fel, a társadalom pedig „fejnehéz” lesz, azaz csakis a fogalomalkotás intellektuális folyamatával foglalkozik majd. Társadalmi szerkezetünk kifejezetten intellektuális: csakis az intellektust fejlesztjük, lényünk összes többi tényezőjének kárára, következésképpen fuldoklunk az eszmék áradatában.

Vajon létrehozhatnak-e az eszmék valaha is cselekedeteket, vagy pusztán a gondolkodásunkat formálják, korlátozva ezzel a cselekvést? Az eszmék diktálta cselekedetek nem szabadíthatják fel az embert. Roppant fontos, hogy ezt megértsük. Az eszmék által alakított cselekedetek soha nem jelenthetnek megoldást a problémáinkra, mivel mielőtt cselekedhetnénk, először fel kell ismernünk, hogyan jöttek létre az adott eszmék. A fogalomalkotás, az eszmék létrehozatalának vizsgálata óriási jelentőséggel bír, legyen szó akár a szocialista, a kapitalista, a kommunista vagy a különféle vallási eszmékről, különösen most, amikor társadalmunk a szakadék szélén táncol, és bármely pillanatban bekövetkezhet egy újabb katasztrófa. Ha komolyan elszánjuk magunkat arra, hogy megoldást találjunk a problémáinkra, először ezt a fogalomalkotási folyamatot kell megértenünk.

Vajon mit is értünk eszme alatt, és hogyan jönnek létre az eszmék? És vajon összeegyeztethető-e az eszme a cselekvéssel? Tegyük fel, hogy rendelkezünk egy adott eszmével, amit szeretnénk megvalósítani. Ehhez először is egy módszert keresünk, aztán nekiállunk vitázni, időt és energiát vesztesítünk el arra, hogy megvitassuk, hogyan kellene kivitelezni az adott ötletet. Azaz valóban roppant fontos, hogy kiderítsük, hogyan jönnek létre az ötletek, az eszmék; és ha ebben a kérdésben ráleltünk az igazságra, majd megvitathatjuk a cselekvés problémáját is. Ha nem beszélünk az eszmékről, semmi értelme kideríteni, hogyan is cselekszünk.

Vajon hogyan jutunk el egy eszmére, akár a legegyszerűbb, nem filozófiai, vallási vagy gazdasági természetű eszmére is? Nyilvánvalóan egy gondolati folyamatról van szó – igaz? Az eszmék a gondolati folyamatok eredményei, és e folyamatok nélkül nem létezhetnek. Ezért először magát a gondolkodási folyamatot kell megértenünk, mert csak ezután érthetjük meg annak termékét, az eszmét. De vajon mit is értünk gondolat alatt? Mikor gondolkodunk? A gondolatok nyilván bizonyos idegrendszeri vagy pszichológiai reakciók eredményei – nemde? Vagy az érzékszervek azonnali válaszai egy bizonyos érzetre, vagy pszichológiai reakciók, az elraktározott emlékezet válaszai. Léteznek tehát az érzékszervek érzetekre adott válaszai, és az elraktározott emlékezet pszichológiai reakciói, azaz a faj, *a guruk*, a család, a hagyományok befolyása – és mindeme dolgokat nevezzük gondolatnak. A gondolkodási folyamat az emlékezet válaszreakciója, nem igaz? Ha nem lennének emlékeink, nem

lennének gondolataink sem, a gondolkodási folyamatot pedig az emlékezetnek az egyes tapasztalatokra adott reakciói indítják be. Mondjuk például, hogy rendelkezem bizonyos elraktározott emlékekkel a nacionalizmussal kapcsolatban, és hindunak nevezem magam. Emlékezetemnek a múltbéli reakciókat, cselekedeteket, következményeket, hagyományokat, szokásokat, a muzulmánok, a buddhisták vagy a keresztények jelentette kihívásokat, és az adott kihívásokra adott reakciókat tartalmazó tárolódénye ilyenkor elkerülhetetlenül életre hívja a gondolkodási folyamatot. Ha megfigyeljük e gondolkodási folyamat működését, közvetlen módon is megtapasztalhatjuk ezen okfejtés igazságát. Valaki megsért minket, és ez elraktározódik az emlékezetünkben, személyes háttérünk részévé válva. Amikor aztán újra találkozunk az adott személlyel, azaz a kihívással, e sértés emlékével reagálunk majd a helyzetre. Azaz az emlékezet reakciója, ez a gondolati folyamat létrehoz egy eszmét, következőképpen az eszme mindig valamiféle kondicionálás eredménye – és fontos, hogy ezt megértsük. Másként fogalmazva, az eszmék a gondolkodási folyamat eredményei, a gondolkodási folyamat az emlékezet teremtménye, az emlékezet pedig mindig kondicionált. Az emlékezet mindig a múltban létezik, és a jelenbeli kihívások keltik életre. Az emlékeknek önmagukban nincs saját életük, csak akkor születnek meg, amikor a jelenben szembesülünk egy kihívással. És minden emlékünknél kondicionált, legyen szó akár szunnyadó, akár aktív emlékekről.

Következőképp léteznie kell egy eltérő megközelítésnek is. Mindnyájunknak saját magunknak, belülről kell kiderítenünk, vajon eszmék alapján cselekszünk-e, vagy létezhet eszméktől független cselekvés is. Vizsgáljuk hát meg, milyen is az eszméktől független cselekvés.

Vajon mikor cselekszünk eszméktől mentesen? Mikor következik be olyan cselekvés, amely nem a tapasztalatból fakad? Mint mondtuk, a tapasztalatokon nyugvó cselekvések korlátoznak bennünket, így akadályt jelentenek számunkra. A nem az eszmékből születő cselekvés spontán, és nem korlátozó jellegű, ez pedig azt jelenti, hogy a tapasztalatunktól független cselekvés csakis akkor létezhet, ha cselekedeteinket nem az elménk irányítja. A megértésre kizárólag ebben az állapotban juthatunk el: csak akkor, ha a tapasztalatokon alapuló elme nem irányítja, a szintén a tapasztalaton alapuló gondolatok pedig nem formálják a cselekedeteinket. Vajon milyen hát a gondolati folyamatok nélküli cselekvés? Létezhet egyáltalán efféle cselekvés? Olyan ez, mintha egy hidat vagy egy házat akarnék építeni: ha ismerem a megfelelő technikát, tudni fogom, hogyan hajtsam végre a feladatot. Ezt hívjuk cselekvésnek. Létezik olyan cselekvés, amely során verset írunk vagy festünk, léteznek a kormányzati felelősségekből fakadó cselekvések, léteznek társadalmi és gazdasági válaszreakciók. Mindeme cselekvések az őket formáló eszmékre vagy korábbi tapasztalatokra épülnek. De vajon létezik-e fogalomalkotás nélküli cselekvés?

Az efféle cselekvés nyilvánvalóan csak akkor valósulhat meg, ha az eszmék megszűnnek létezni; ez pedig csak a szeretet által következhet be. A szeretet nem emlék. A szeretet nem tapasztalat. A szeretet nem egyenlő azzal, hogy a szeretett személyre gondolunk, mivel ez pusztán egy gondolat. Az ember nem *gondolhat* a szereidre. Gondolhatunk arra a személyre, akit szeretünk, és akinek elköteleztük magunkat – *a gurunkra*, a példaképünkre, a feleségünkre, a férjünkre; ám a gondolat, a jelkép nem azonos a valódi dologgal, a szeretettel. Következőképpen a szeretet nem valamiféle jelkép.

Ahol szeretet van, ott cselekvés is van, méghozzá felszabadító cselekvés. Az efféle cselekvés nem egy mentális folyamat eredménye, és a szeretet és a cselekvés között nem lelhetjük fel az eszmét a cselekvéstől elválasztó szakadékot. Az eszme mindig régi, és beárnyékolja a jelent, mi pedig folyton igyekszünk hidat verni a cselekvés és az eszmék közé. Ahol szeretet van – és a szeretet nem valamiféle mentális tevékenység, nem egy emlék, nem a tapasztalat vagy az önfegyelem eredménye –, ott maga ez a szeretet a cselekvés. Ez az egyetlen dolog, ami felszabadíthat bennünket. Amíg nem szűnik meg a mentális tevékenységek, amíg a cselekvést az eszmék vagy a tapasztalatok formálják, addig nem lelhetünk rá a szabadságra; és amíg folytatódnak e tevékenységek, minden cselekedetünk behatárolt lesz. Ha felismerjük ezt az igazságot, életre kel bennünk a szeretet, a szeretet pedig nem valamiféle mentális tevékenység, és gondolatainkkal nem is foghatjuk azt.

Teljes egészében tudatában kell lennünk e folyamatnak; annak, hogy hogyan keletkeznek az eszmék, hogyan jönnek létre belőlük a cselekedetek, és hogy a benyomásainkra támaszkodva hogyan irányítják, hogyan korlátozzák az eszmék a cselekedeteinket. Nem számít, **kinek** az eszméiről van szó, nem számít, hogy baloldali, vagy szélsőjobbos eszmékről beszélünk-e. Amíg ragaszkodunk az eszmékhez, olyan állapotban vagyunk, amelyben egyáltalán nem létezet tapasztalás. Ilyenkor egyszerűen az idő hatókörén belül létezőnk – azaz a múltban, amely további benyomásokkal lát el bennünket, vagy a jövőben, amely szintén csak a benyomások egy formája. A tapasztalás csakis akkor következhet be, ha elménk mentes az eszméktől.

Az eszmék nem azonosak az igazsággal; az igazság pedig valami olyasmi, amit közvetlen módon, percről percre kell megtapasztalnunk. A valódi tapasztalás nem a **vágyaink** által következik be – hiszen az efféle „tapasztalás” pusztán egy újabb benyomás. A tapasztalás állapota csakis akkor valósulhat meg, ha képesek vagyunk magunk mögött hagyni az eszmék terhét, azaz az „én”-t, az elmét, ezeket a részleges vagy teljes folytonossággal bíró eszméket. És ha megvalósul ez az állapot, megismerjük majd az igazságot.

VI. HIT

A HIT ÉS A TUDÁS roppant szoros kapcsolatban áll a vággyal; és ha megértjük e két dolgot, talán felismerhetjük, hogyan működik a vágy, és megérthetjük annak összetett mivoltát.

Számomra úgy tűnik, a legtöbb ember minden további nélkül elfogadja a hit kérdését. Mi azonban azon leszünk, hogy kiderítsük, miért fogadjuk el a hiedelmeket; és ha képesek vagyunk megérteni ezen elfogadás okait, akkor talán arra is képesek leszünk, hogy ne csak megértsük, miért cselekszünk így, de meg is szabaduljunk ettől az elfogadástól. Láthatjuk, hogyan választják el egymástól az embereket a különféle politikai, vallási, nemzeti és egyéb meggyőződések, hogyan teremtenek konfliktusokat, zűrzavart és szembenállást – ez egyértelmű tény, mégis húzódozunk attól, hogy feladjuk a hiedelmeinket. Létezik a hindu, a keresztény, a buddhista hit – számos egymással harcban álló felekezeti és nemzeti meggyőződés és különböző politikai ideológia létezik, amelyek mind próbálják meggyőzni egymást. Egyértelműen láthatjuk, hogy a meggyőződések, a hiedelmek elválasztják egymástól az embereket, és intoleranciát szülnek, de vajon lehetséges-e hit nélkül élni? Ezt csakis úgy deríthetjük ki, ha megvizsgáljuk a hithez fűződő viszonyunkat. Vajon lehetséges-e hit nélkül élni ebben a világban, lehetséges-e az, hogy ne csupán megváltoztassuk a hitünket, ne egy újabb hiedelemre cseréljük azt, de **teljesen** megszabaduljunk minden hiedelemtől, és minden percben megújult módon tapasztaljuk meg az életet? Az igazság végeredményben nem más, mint az a képesség, hogy percről percre megújulva szemléljük a dolgokat, a múlt kondicionáló reakciói nélkül, anélkül, hogy ezek az összeadódó hatások gátat emelnének közénk és a valóság közé.

Ha elgondolkodunk a dolgon, látni fogjuk, hogy többek között a félelmeink miatt vágyunk a hit elfogadására. Vajon mi történne velünk, ha nem lenne hitünk? Vajon félnénk-e attól, ami történhet? Ha nem lennének a hiedelmeinken alapuló cselekvési mintáink – legyen ez a hit akár az Istenbe, akár a kommunizmusba, a szocializmusba, az imperializmusba vagy valamely vallási előírásba, kondicionálásunknak megfelelő dogmába vetett hit –, végtelenül elveszettnek éreznénk magunkat – nemde? És vajon a hiedelmek elfogadása nem a **felelni** linket leplezi-e? A félelmet attól, hogy valójában semmik vagyunk, hogy üresek vagyunk? Azonban egy csésze csak akkor lehet hasznos, ha üres, és a hiedelmekkel, dogmákkal, állításokkal és idézetekkel teli elme valójában nem kreatív. Az ilyen elme pusztán az ismétlésre képes. Többek között azért fogadjuk el olyan készségesen és mohón a különféle hiedelmeket, mert így akarunk elmenekülni a félelmünk elől. Félnünk attól, hogy üresek és magányosak vagyunk, hogy stagnálunk, hogy nem fejlődünk, hogy nem vagyunk sikeresek, hogy nem vagyunk „valakik”, és soha nem is válunk valakikké. De vajon megértjük-e önmagunkat a hiedelmek elfogadása által? Épp ellenkezőleg. A vallási vagy politikai hiedelmek elfogadása meggátolja azt, hogy megismerjük önmagunkat, mivel általuk egyfajta szűrőn keresztül látjuk magunkat. De vajon képesek vagyunk-e arra, hogy a hiedelmeink nélkül tekintsünk önmagunkra? Marad-e egyáltalán bármi szemlélnivaló, ha eltávolítjuk ezt a rengeteg hiedelmei? Ha nincsenek hiedelmeink, amelyekkel az elme

azonosíthatná önmagát, akkor képessé válik arra, hogy igaz valójában lássa meg önmagát – és kétségkívül ezzel kezdődik önmagunk megértésének folyamata.

A hit és a tudás kérdése valóban roppant érdekes, és roppant különleges szerepet játszik az életünkben. Hány és hány hiedelemmel rendelkezünk! ^Nyilvánvaló, hogy minél intellektuálisabb, minél kulturáltabb, minél „spirituálisabb” valaki, annál kevésbé képes a megértésre. A barbárok még a modern világban is megszámlálhatatlanul sok babonával rendelkeznek – a meggondoltabb, éberebb emberek talán kevésbé hívők. Azért van ez így, mert a hit vak, és elszigeteli egymástól az embereket; pontosan ezt tapasztalhatjuk mindenütt a világban – gazdasági és politikai téren éppúgy, mint az úgynevezett spirituális életben. Te esetleg abban hiszel, hogy Isten létezik, én pedig abban, hogy nem létezik; vagy te úgy hiszed, az államnak kell irányítania mindent és mindenkit, én pedig a magánvállalkozásban és az ezzel járó dolgokban hiszek, vagy lehet, hogy te úgy hiszed, csakis egyetlen Megváltó létezik, és általa érheted el a célokat, én pedig nem osztom ezt a hitedet. Tehát hitünkkel mindketten a saját jogainkat és igazunkat hangoztatjuk. Bár mindketten a szeretetről, a békéről, az emberiség egységéről, magáról az életről beszélünk, ez mit sem jelent, mivel pontosan maga a hitünk választ el bennünket egymástól. Te brahmin vagy, én nem, te keresztény vagy, én pedig muzulmán – és így tovább. A testvériségről beszélsz, és én szintén ugyanerről a testvériségről, szeretetről és békéről beszélek, valójában azonban elszigetelődünk egymástól, és megosztjuk önmagunkat. Ha békére vágyunk, és egy új világot akarunk teremteni, semmiféle hit által nem szigetelhetjük el magunkat embertársainktól. Érthető ez? A szavak szintjén talán igen, ám ha felismered ezen igazság valódi jelentőségét és érvényességét, a szavak cselekvéssé változnak.

Láthatjuk tehát, hogy ahol működésbe lép a vágy, ott megjelenik a hit által történő elszigetelődés is, mivel nyilvánvalóan azért hiszünk valamiben, hogy gazdasági, spirituális és lelki biztonságra tegyünk szert. Most nem fogok azokról az emberekről beszélni nektek, akik gazdasági okokból kifolyólag hisznek valamiben, mert őket úgy nevelték, hogy a munkájuktól, az állásuktól függjenek, ezért mindaddig keresztények, hinduk lesznek, míg ezáltal megtarthatják az állásukat. Azokról sem ejtünk szót, akik kényelmi szempontokból hisznek bizonyos dolgokban – bár lehet, hogy a legtöbben így vagyunk ezzel. Ha félresöpörjük a gazdasági okokat, alaposabban is meg kell vizsgálnunk ezt a kérdést, j együk azokat az embereket, akik mélyen hisznek valamilyen gazdasági, társadalmi vagy vallási meggyőződésben: g folyamat mögött egyértelműen a biztonság iránti vágy rejlik, nem igaz? Illetve jelen van még a folytonosság iránti vágy is. A folytonosságról most nem szólunk, csakis a hit iránti állandó késztetésről fogunk beszélni. A békés, nyugodt embereket, akik valóban tejes egészében megértik az emberi létezést, semmilyen hiedelmek nem verhetik béklyóba – igaz? Ők felismerik a biztonság iránti vágyukat. Kérlek, ne ess túlzásokba, ne gondold, hogy a vallásnélküliséget hirdetem. Egyáltalán nem erről van szó. Csupán azt állítom, hogy amíg nem értjük meg a vágy hit formájában jelentkező folyamatát, addig nem érnek véget a viszályok, a konfliktusok, midig bánat lesz a világunkban, és az emberek továbbra is egymás ellen fognak fordulni – ahogy azt nap mint nap láthatjuk. Tehát ha érzékeljük, hogy ez a folyamat a hit formáját ölti magára, amely nem más, mint a belső biztonság iránti vágyakozás, ha tudatában vagyunk ennek, akkor nem az lesz számunkra a kérdés, vajon higgyünk-e vagy sem, hanem az, hogy hogyan szabadulhatunk meg ettől a vágytól.

De vajon megszabadulhat-e az elme a biztonság iránti vágytól? Ez itt a kérdés, nem pedig az, miben higgyünk, és mennyire higgyünk az adott dologban. E dolgok csupán a lelki biztonság iránti belső vágyakozás megnyilvánulásai, azon vágy kifejeződései, hogy legalább egyvalamiben bizonyosak lehessünk bizonytalan világunkban.

Vajon megszabadulhat-e ettől a biztonság iránti vágytól az elme, a tudatos elme, a személyiségünk? Biztonságra vágyunk, ezért szükségünk van a vagyonunk, az ingatlanaink és a családunk által nyújtott támogatásra. Azáltal akarunk belső, és „spirituális” biztonságra szert tenni, hogy a hit falait emeljük magunk köré, e cselekedetünk pedig a bizonyosság iránti vágyunkra utal. De vajon megszabadulhatunk-e egyénekként ettől a késztetéstől, ettől a biztonság iránti vágyakozástól, amely a hit iránti vágy formájában nyilvánul meg? Ha nem vagyunk mentesek ettől a vágytól, csak viszályt szítunk, nem teremtünk békét, és nem él szívünkben a szeretet. A hit pusztító dolog – ezt mindennapi

életünkben is tapasztalhatjuk. Vajon képesek vagyunk-e meglátni önmagunkat, ha foglyul ejt bennünket a vágnak a hithez való ragaszkodás formájában megnyilvánuló folyamata? Vajon megsza-
badíthatja-e magát az elme a hiedelmektől – nem azt értve ez alatt, hogy korábbi hitét új hiedelmekkel
cseréli fel, hanem azt, hogy valóban megszabadul mindenféle hiedelemtől? Pusztán szavakkal nem
felelhetünk egyszerű igennel vagy nemmel erre a kérdésre, de kétségkívül megválaszolhatjuk azt, ha
a szándékunk mentessé válik a hittől. Ekkor szükségszerűen elérkezünk arra a pontra, ahol elkezdjük
keresni azokat az eszközöket, amelyek által megszabadulhatunk a biztonság iránti vágyunktól. Nyil-
vánvaló, hogy nem létezik örökké tartó belső biztonság – bármennyire is szeretnénk hinni ebben.
Szeretjük azt hinni, hogy létezik egy Isten, aki gondját viseli kisszerű dolgainknak, megmondja nek-
ünk, kit és mit lássunk meg, mit és hogyan legyünk. Ez azonban gyermeteg és éretlen gondolkodásul
vall. Azt hisszük, az Atya mindnyájunkat lát, ám ez pusztán saját személyes vonzalmunk kivetítése,
és nyilvánvalóan nem igaz. Az igazság valami egész más.

A következő problémát a tudás kérdése jelenti. Vajon szükséges-e a tudás az igazság megértésé-
hez? Amikor azt mondjuk, „tudunk” valamit, arra utalok, hogy létezik ez a tudás. Vajon képes lehet-
e az ilyen elme arra, hogy megvizsgálja a dolgokat, és megismerje a valóságot? Ráadásul mi is az,
amit tudunk, mi az a tudás, amire oly büszkék vagyunk? Mit is tudunk valójában? Csupán informá-
ciókat ismerünk; tele vagyunk informálni okkal és a kondicionálásunktól, az emlékeinktől és a ké-
pességeinktől függő tapasztalatokkal. Vajon mit értünk az alatt, amikor azt mondjuk: „tudom”? Még
amikor elismerjük, hogy tudunk valamit, az is pusztán egy lény vagy bizonyos információk felismeré-
se, vagy egy korábbi tapasztalásunk. A „tudom” kijelentés alapját az információ folyamatos felhal-
mozása, a tudás különböző I ormainak gyűjtögetése alkotja, és mindannyian a háttérünk, a vágyaink
és a tapasztalataink alapján értelmezzük azt, amit megtapasztalunk. Tudásunkban egy – a vágy folya-
matához hasonló – folyamat működik; ilyenkor egyszerűen a tudással helyettesítjük a hitet. „Tudom”,
megtapasztaltam”, „ez megcáfolhatatlan”, „a tapasztalatom ezt mondja, és én tökéletes megbízom a
tényben” – az efféle kijelentések mind az ilyen tudásra utalnak. De ha meghaladjuk ezt a tudást, ha
alaposan megvizsgáljuk azt, ha intelligensebb módon és gondosabban szemléljük, rájövünk, hogy
már maga az a kijelentés is újabb falakat emel közénk, miszerint „tudunk” valamit. E falak mögött
menedékre lelünk, biztonságra és kényelemre törekedvén. Következésképp minél több tudás terheli
az elménket, az annál kevésbé képes a megértésre.

Nem tudom, vajon elgondolkodtatok-e már valaha a tudás megszerzésének és felhalmozásának
kérdésén, azon, vajon ez a tudás végül is segít-e nekünk abban, hogy szeressünk, hogy megszabadul-
junk azoktól a tulajdonságoktól, amelyek konfliktusokat teremtenek bennünk, illetve köztünk és em-
bertársaink között – azon, vajon megsza-
badíthatja-e a tudás valaha is az elmét a becsvágytól. Hiszen
a becsvágy végeredményben egyike a kapcsolatainkat leromboló, az embereket egymás ellen fordító
tulajdonságoknak. Ha békében élnénk egymással, nyilvánvalóan örökre eltűnne a becsvágy – nem
csupán a politikai, gazdasági vagy társadalmi ambíciók szűnnének meg, de a spirituális ambíció is,
azaz a vágy, hogy valakik legyünk. Vajon megszabadulhat-e az elme valaha is a tudás felhalmozásá-
nak folyamatától, a tudásra irányuló vágytól?

Roppant érdekes megfigyelni, milyen erőteljes szerepet játszik életünkben e két dolog, a tudás és
a hit. Vegyük csak szemügyre, mennyire bálványozzuk a hatalmas tudással és műveltséggel rendel-
kező embereket! Vajon értitek-e, mit jelent ez? Ha valami új dologra lelünk, valami olyasmit tapasztalunk
meg, ami nem pusztán a képzeletünk kivetülése, az elménknek szabadnak kell lennie – igaz?
Képesnek kell lennie arra, hogy meglássa az új dolgokat. Sajnos azonban akárhányszor valami új
dologgal találkozunk, felidézzük az összes, általunk már ismert információt, minden tudásunkat, min-
den múltbéli emlékünket, és így nyilvánvalóan képtelenné válunk a felismerésre, képtelenné válunk
arra, hogy befogadjuk az ismeretlen és új dolgokat. Kérlek, ne próbáljátok meg rögtön a tudás minden
formájára alkalmazni ezt az állítást. Ha nem tudjuk, hogyan jutunk vissza az otthonunkhoz, el fogunk
tévedni, ha nem tudjuk, hogyan használjunk egy gépet, az vajmi kevés haszonnal bír számunkra. Ez
azonban teljesen másfajta indás, és mi most nem erről a tudásról beszélünk. Mi most a biztonság
elérését célzó tudásról beszélünk, arról a pszichológiai és belső vágyról, hogy „valakikké” váljunk.

Mert mivel is ruház fel bennünket a tudás? A tudás tekintélyével és súlyával, önmagunk fontosságának érzetével, méltósággal, az élénkség, az elevenesség érzetével, és más hasonló dolgokkal – nemde? Nyilvánvaló, Hogy ha kijelentjük, hogy „tudunk” valamit, hogy a dolgok „így és így vannak”, vagy hogy valami „kizárt” – felhagytunk a gondolkodással, és felhagytunk azzal, hogy megismerjük vágyaink működését.

Véleményem szerint tehát a problémát az jelenti, hogy gúzsba köt és leterhel minket a hitünk és a tudásunk, és vajon hogyan is szabadulhatna meg a múlttól és a hiedelmektől az az elme, amelyre a múltban tettünk szert? Értitek ezt a kérdést? Vajon lehetséges-e, hogy egyénekként ebben a társadalomban éljünk, mégis mentesek legyünk a belénk nevelt hiedelmektől? Megszabadulhat-e az elme mindettől a tudástól, ettől a tekintélyelvűségtől? Elolvassátok a különféle szentírásokat, a különféle vallási könyveket, amelyekben gondosan leírják, mit tegyünk, és mit ne tegyünk, hogyan érzük el célunkat, és azt, mi is ez a cél, és mi Isten. Mindannyian kívülről tudjátok e dolgokat, és mindannyian törekedtetek is e cél elérésére. Ez a ti tudásotok, erre tettetek szert, ezt halmoztátok fel, ez az, amit megtanultatok az általatok követett úton. És nyilván meg is fogjátok találni azt, amit kerestek. De vajon ez lenne a valóság? Vajon ez nem csupán saját tudásotok kivetítése? Ez nem a valóság. Vajon felismerhető-e ez az igazság itt és most – nem holnap, hanem most azonnal –, és lehetséges-e, hogy így szóljatok: „látom, hogy ez igaz”, és elengedjétek ezt a dolgot, hogy elméteket ne nyomorítsa meg képzelet, a kivetítés e folyamata?

Vajon megszabadulhat-e az elme a hittől? Ezt az állapotot csak akkor érhetitek el, ha megértitek a hithez való ragaszkodásotok okának természetét, a hiedelmeiteket kiváltó tudatos és tudattalan indítékokat. Végül is nem csupán a tudatos szinten működő, felszínes entitások vagyunk.. Ha esélyt adunk tudattalan elménknek, megismerhetjük a mélyebb, tudatos és tudattalan tevékenységeket, mivel ez az elme a tudatos elménél sokkal gyorsabban reagál a dolgokra. Míg tudatos elménk csendben gondolkodik, hallgat és figyel, addig a tudattalan elme sokkal aktívabb, sokkal éberebb, és sokkal fogékonyabb – következésképpen rálehet a válaszra. Vajon képes-e szabadon gondolkodni a leigázott, megfélemlített, különféle mintákba és hitre kényszerített elme? Képes-e új módon szemlélni a dolgokat, és ledönteni az elszigeteltség falait? Kérlek, ne mondjátok, hogy a hit összehozza az embereket. Nyilvánvaló, hogy ez nem igaz. Soha egyetlen szervezett vallás sem volt képes erre. Vegyétek csak szemügyre az itt, Indiában élő embereket. Mind hívők ugyan, de vajon egységben élnek-e egymással? Ti magatok is tudjátok, hogy nem. Számptalan kisszerű pártra és kasztra tagozódtok; mindannyian tudjátok, hogy ez a helyzet. Ugyanez a folyamat figyelhető meg a világ minden részén, Keleten éppúgy, mint Nyugaton: a keresztények keresztényeket gyilkolnak kisszerű dolgok miatt, internálótáborokba zárják az embereket – és így tovább –, és mindent elárasztanak a háború borzalmai. Vagyis a hit nem egyesíti az embereket. Ez olyannyira nyilvánvaló. Ha pedig ez egyértelmű és világos számotokra, e szerint az igazság szerint kell cselekednetek. A nehézséget azonban az okozza, hogy a legtöbb ember nem ismeri fel ezt a tényt, mivel képtelenek vagyunk szembenézni belső bizonytalanságunkkal, azzal az érzéssel, hogy egyedül vagyunk. Támaszkodni akarunk valamire, vagy valakire: az államra, a kasztunkra, a nacionalizmusra, a Mesterre, a Megváltóra, bármire Am ha felismerjük e dolgok hamis mivoltát, akkor az elme, ha csak egy röpke pillanatra is, de képessé válik arra, hogy meglássa az igazságot, még akkor is, ha aztán megelégedi ezt a tapasztalást, és visszatér eredeti állapotába. Azonban már ez a pillantás is elegendő; az is elég, ha egy röpke pillanatra meglátod az igazságot, mert ekkor valami különleges dolog történik: bár a tudatos elméd talán elutasítja az igazságot, a tudattalan működésbe lép. Ez nem valamiféle „progresszív” pillanat: ez a pillanat az egyetlen létező dolog, és ennek meglesz a maga eredménye, annak ellenére is, hogy a tudatos elme igyekszik megakadályozni azt.

A kérdés tehát az, vajon megszabadulhat-e az elme a tudástól és a hittől? Vajon az elme nem tudásból és hitből áll-e? Nem e dolgok alkotják-e a tudatos elmét? A hit és tudás jelentik a felismerés folyamatát, ezek képezik az elme központját. Olyan önmagába záródó folyamat ez, amelyben a tudatos és a tudattalan elme egyaránt részt vesz. Vajon megszabadulhat-e az elme a saját szerkezetétől? Megszűnhet-e létezni az elme? Ez itt a kérdés. Mint tudjuk, az elme mögött a hit, a biztonság iránti vágy, a tudás és a felhalmozott erő rejlik. Ha minden erőnk és felsőbbrendűségünk ellenére sem

vagyunk lépések mi magunk végiggondolni a dolgokat, nem létezhet béke a világban. Beszélhetünk a békéről, szervezhetünk különféle politikai pártokat, lövöldözhetünk a háztetőkről, de nem tehetünk szert a békére, mivel magában az elmében rejlik minden szembenállás, ellentét, elszigeteltség és elkülönülés alapja. A békés és megfontolt emberek nem beszélhetnek a testvériségről és a békéről úgy, hogy közben elszigetelik magukat embertársuktól. Ez csak a sikerről és a becsvágyról szóló politikai vagy vallási játszma. Ha valóban elkötelezettek vagyunk, ha meg akarjuk ismerni az igazságot, szembe kell néznünk a hit és a tudás kérdésével; magunk mögött kell hagynunk e dolgokat, hogy teljes egészében megismerhessük a biztonság és a bizonyosság iránti vágy működését.

Ha az elme eljut abba az állapotba, ahol életre kelhetnek az új dolgok (nevezzük őket akár igazságnak, akár Istennek vagy bármi másnak), bizonyosan felhagy a gyűjtögetéssel, és félresöpör minden tudást. A tudással terhelt elme azonban nem képes megérteni a valóságot, nem képes megérteni a mérhetetlent.

VII. ERŐFESZÍTÉS

A LEGTÖBB EMBER SZÁMÁRA az egész élet az erőfeszítésekről, valamiféle tudatos akaratról szól. Képtelenek vagyunk megérteni az akarat, az erőfeszítés nélküli cselekvést, mivel egész életünk erőfeszítéseken alapul. Társadalmi, gazdasági és úgynevezett spirituális életünk is erőfeszítések sorozatából áll, amelyek mindig valamilyen konkrét cél elérésére irányulnak, ezért azt hisszük: az erőfeszítés alapvető, elengedhetetlen dolog.

De vajon miért teszünk erőfeszítéseket? Egyszerűen azért, hogy elérjünk egy adott eredményt, egy célt, hogy valakivé váljunk. Úgy hisszük, erőfeszítések nélkül stagnálni kezdenénk. Van valamiféle elképzelésünk arról a célról, amelynek eléréséért folyamatosan küzdünk, és ez a küzdelem már életünk részévé vált. Ha meg akarjuk változtatni magunkat, ha radikális változást akarunk elérni, hatalmas erőfeszítéseket teszünk, hogy felszámoljuk régi szokásainkat, hogy ellenálljunk a megszokott környezeti hatásoknak – és így tovább. Azaz hozzászoktunk ezekhez az erőfeszítés-sorozatokhoz, amelyeket annak érdekében teszünk, hogy elérjünk valamit, hogy ráleljünk valamire, és egyáltalán, hogy éljünk.

Vajon nem az énközpontség-e minden efféle erőfeszítés? Vajon nem énközpontség-e minden erőfeszítés? Ha énközpontségű erőfeszítéseket teszünk, az elkerülhetetlenül még nagyobb zavarodottságra, még több konfliktusra, még több szenvedésre vezet, mégis tovább folytatjuk az erőfeszítéseinket. Csak nagyon kevesen ismerjük fel, hogy az erőfeszítések énközpontségű tevékenysége egyetlen problémánkat sem oldja meg. Épp ellenkezőleg: ez csak fokozza a zavarodottságunkat, a szenvedésünket és a szomorúságunkat. Jól tudjuk ezt, ám továbbra is abban reménykedünk, hogy valahogy áttörhetünk az erőfeszítések ezen énközpontségű tevékenységén, az akarat cselekedetein.

Úgy vélem, ha megértjük, mit is jelentenek az erőfeszítések, meg fogjuk érteni az élet értelmét is. Vajon a boldogság az erőfeszítésekből származik? Próbáltatok-e már valaha boldogok lenni? Ez teljességgel lehetetlen, ugye? Küzdünk ugyan azért, hogy boldogok legyünk, mégsem vagyunk azok – igaz?^A Az öröm nem az elfojtás, az irányítás vagy a bűnbocsánat eredményeképpen születik meg. Engedhetünk ugyan a vágyainknak, de a végén mindig marad bennünk némi keserűség, elfojthatjuk és irányíthatjuk ugyan az érzéseinket, de a mélyben mindig ott rejlik a küzdelem. Vagyis a boldogság nem az erőfeszítés eredménye, és az öröm sem az uralom vagy az elfojtás révén születik meg – életünk azonban továbbra is az elfojtások, az irányítás és a vágyainknak való büntudatos behódolások sorozatából áll. Ráadásul folyamatos harcban állunk a szenvedélyünkkel, a kapzsiságunkkal, a mohóságunkkal és az ostobaságunkkal. Tehát vajon nem azért küzdünk, harcolunk, nem azért teszünk mindenféle erőfeszítéseket, mert azt reméljük, hogy így majd ráleljünk a boldogságra, hogy ráleljünk valamire, ami a béke és a szeretet érzésével tölt el bennünket? De vajon származhat-e szeretet és megértés a küzdelemből? Úgy vélem, roppant fontos, hogy megértsük, mit is értünk küzdelem, harc és erőfeszítés alatt.

Vajon nem azt jelentik-e az erőfeszítések, hogy azért küzdünk, hogy megváltoztassuk azt, ami *van*, és valami mássá tegyük, valami olyasmivé, aminek lennie „kellene”? Azaz folyton azért küzdünk,

hogy ne kelljen szembenéznünk a valósággal, igyekszünk elmenekülni előle, igyekszünk átalakítani és megváltoztatni azt, ami **van**. Valóban elégedettek azonban csak akkor lehetünk, ha megértjük azt, ami **van**, és kellő jelentőséget tulajdonítunk a valóságnak. Az az igazi elégedettség, ha nem azzal törődünk, mekkora a vagyonunk, hanem azzal, hogy teljes egészében megértsük a valóság jelentőségét; és ez az érzés csakis akkor születhet meg, ha felismerjük azt, ami **van**, ha tudatára ébredünk a valóságnak, nem pedig akkor, ha igyekszünk átalakítani és megváltoztatni azt.

Láthatjuk tehát, hogy az erőfeszítés nem más, mint egyfajta küzdelem, hogy a vágyainknak megfelelően átalakítsuk azt, ami **van**. Most csakis a lelki küzdelemről beszélek, nem arról, amikor például a mérnököknek vagy a felfedezőknél egy fizikai problémával kell megküzdeniük, vagy egy pusztán fizikai természetű átalakítást kell végrehajtaniuk. A tudomány által rendelkezésünkre bocsátott végtelen tudás segítségével nagy gonddal felépíthetünk ugyan egy csodás társadalmat, azonban amíg nem értjük meg a lelki küzdelmeket és csatákat, és nem győzzük le a lélektani felhangokat és áramlatokat, addig a társadalom szerkezete, bármilyen nagyszerű legyen is, újra és újra össze fog roppanni, ahogy az már oly sokszor megtörtént.

[Az erőfeszítés a valóságtól való eltérés. Ha elfogadjuk azt, ami **van**, egy csapásra véget ér a küzdelem. A harc, a küzdelem minden formája az eltérésre utal, ez az eltérés pedig – ami nem más, mint maga az erőfeszítés – mindaddig létezni fog, amíg lelkileg arra vágyunk, hogy átalakítsuk azt, ami **van**, valami olyasmivé, ami nincs.

Hogy felismerjük: az öröm és a boldogság nem az erőfeszítés gyümölcsei, először szabaddá kell lennünk. Vajon a teremtés az erőfeszítés eredménye, vagy csakis a/ erőfeszítések megszűnésével létezhet teremtés? Mikor festünk, mikor írunk, mikor fakadunk dalra? Mikor teremtünk? Nyilvánvalóan akkor, ha nincs bennünk erőfeszítés, ha teljesen nyitottak vagyunk, ha minden szinten tökéletesen kommunikálunk, ha egészséges és egységesek vagyunk. Ilyenkor eltölt bennünket az öröm, és neki látunk verset írni, festeni, és dalolni vagy agyagba formázzuk az örömünket, a teremtés pillanata nem a küzdelemből születik meg.

Ha megértjük a kreativitás kérdését, talán képesek leszünk megérteni, mit is értünk erőfeszítés alatt. Vajon a kreativitás az erőfeszítés eredménye, és vajon tudatában vagyunk-e kreatív pillanatainknak? Vagy a kreativitás az én tökéletes megszűnésének érzete, az az érzés, amelyben nincs jelen semmiféle nyugtalanság, csak a teljes, gazdag létezés? És vajon ez az állapot hosszas vajúadás, harc, konfliktus és erőfeszítés által születik-e meg? Nem tudom, észrevettétek-e már, hogy amikor gyorsan és könnyedén tesztek meg valamit, akkor nincs bennetek erőfeszítés, nincs bennetek semmiféle harc; mivel azonban a legtöbb ember élete leginkább csaták, konfliktusok és harcok sorozata, képtelenek vagyunk elképzelni egy olyan életet, egy olyan létállapotot, amelyben nem létezik semmiféle küzdelem.

Ahhoz, hogy megértsük a küzdelem nélküli létállapotot, a kreatív létezés állapotát, nyilván az erőfeszítés teljes kérdését meg kell vizsgálnunk. „Erőfeszítés alatt azt a küzdelmet értjük, amely arra irányul, hogy kiteljesítsük magunkat, hogy legyünk valakik – nemde? Ez és ez vagyok, és ezzé és ezzé szeretnék válni; ilyen és ilyen vagyok, de ilyenné és ilyenné kell válnom – és így tovább. A „valamivé válás” mindig küzdelemmel, harccal és konfliktussal jár együtt. E küzdelem során mindig azzal foglalkozunk, hogy egy adott cél elérése által teljesítsük be a vágyainkat: egy adott tárgy, egy személy egy eszme által törekszünk önmagunk kiteljesítésére, ez pedig megköveteli a folyamatos harcot, a küzdelem állapotát, a „valamivé válásra”, a beteljesedésre irányuló erőfeszítést. Ezért elkerülhetetlennek tartjuk ezt az erőfeszítést; én azonban kíváncsi lennék arra, vajon valóban szükség van-e erre az erőfeszítésre, a harcra, hogy valamivé, valamilyenné váljunk? Mi végre ez a küzdelem? Ahol bármilyen mértékben és bármilyen szinten megjelenik a beteljesedésre irányuló vágy, ott küzdelemnek kell lennie. A beteljesülés motiválja az erőfeszítéseinket, ez a mögöttük rejlő mozgatórugó; legyen szó akár a vállalatigazgatóról, akár a háziasszonyról, akár a legszegényebb emberről, mindnyájunkban jelen van ez a küzdelem, a kiteljesedésre, az előrehaladásra irányuló erőfeszítés.

De vajon miért él bennünk ez az önmegvalósítási vágy? E vágy nyilvánvalóan akkor támad fel bennünk, ha tudatára ébredünk annak, hogy „senkik” vagyunk. Mivel semmi sem vagyok, mivel

alkalmatlan és üres vagyok, és szegényes a belsöm, küzdeni kezdek, hogy „valakivé váljak”; külsőleg és belsőleg egyaránt azért küzdök, hogy kiteljesítem önmagam egy másik személy, egy adott tárgy, egy eszme által. Egész létezésünk arról szól, hogy kitöltsük ezt az ürességet. Ha tudatában vagyunk annak, hogy üresek vagyunk, és szegényes a lelkünk, küzdeni kezdünk: vagy azért, hogy külső dolgokat gyűjtsünk, vagy azért, hogy belső gazdagságra tegyünk szert. Csakis akkor teszünk erőfeszítéseket, ha a cselekedeteink, az elmélkedés, a vagyongyűjtés, a teljesítmények, a hatalom vagy valami más által igyekszünk elmenekülni e belső üresség elől. Ebből áll mindennapi létünk. Tudatában vagyunk az alkalmatlanságunknak, belső szegénységünknek, és azért küzdünk, hogy elmenekülhessünk ez elől az üresség elől, vagy betölthessük azt. Ez a menekülés, ez a kitérés, az üresség elleplezése pedig küzdelemmel, harccal és erőfeszítésekkel jár.

Vajon mi történik, ha az ember semmilyen erőfeszítést nem tesz azért, hogy elmeneküljön ez elől az üresség elől? Ekkor megtanul együtt élni ezzel a magánnyal, ezzel az ürességgel, és az elfogadás által belép egy kreatív állapotba, amelyben nem létezik küzdelem, nem léteznek erőfeszítések. Az erőfeszítések csakis addig léteznek, amíg igyekszünk elkerülni ezt a belső magányt és ürességet, de ha szemügyre vesszük, és megvizsgáljuk azt, ha ellenállás nélkül elfogadjuk azt, ami *van*, megvalósul az a létállapot, amelyben minden erőfeszítés megszűnik. Ez az állapot a kreativitás állapota – a kreativitás pedig nem a küzdelem eredménye.

Ha megérted azt, ami *van*, ha megérted az ürességet, a belső elégtelenséget, ha együtt élsz azzal, és teljes mértékben megérted azt, megvalósul a kreatív valóság, a boldogságot egyedül előidézni képes kreatív intelligencia.

Következésképpen a cselekvés általunk ismert formája valójában csak reagálás, szüntelen „valamivé válás”, és ez nem más, mint a valóság eltagadása; ám ha az ember választás, rosszallás és ítéletalkotás nélkül tudatára ébred ennek az ürességnek, a valóság e megértésében ott rejlik a cselekvés, ez a cselekvés pedig maga a kreatív lét. Ha tudatosak vagyunk önmagunkhoz a cselekedeteink közben, megértjük ezt az igazságot. Figyeld meg önmagad cselekvés közben, nem csupán kívülről, de ismerd fel a gondolataid és az érzéseid áramlását is. Ha tudatára ébredsz ennek az áramlásnak, fel fogod ismerni, hogy a gondolkodási folyamat (amely egyben érzés és cselekvés is) a valamivé válás eszméjén alapul. Ez az eszme csakis akkor alakul ki, ha bizonytalanságérzet van benned, ez az érzés pedig akkor kel életre, ha tudatában vagy a belső ürességnek. Ha tudatára ébredsz a gondolatok és az érzések e folyamatának, látni fogod, hogy folyamatos harc zajlik benned, azaz erőfeszítéseket teszel a valóság megváltoztatására és átformálására. Ez a valamivé válásra irányuló erőfeszítés, e vágy pedig nem más, mint a valóság eltagadása. – Az önismeret, a folyamatos tudatosság által rá fogsz ébredni, hogy ez a küzdelem, ez a harc, ez a konfliktus fájdalmat, bánatot és tudatlanságot szül. Csakis akkor fogod felfedezni a rendkívüli nyugalom állapotát, ha tudatában vagy belső elégtelenségednek, és nem próbálsz elmenekülni előle, ha teljes mértékben elfogadod azt, és együtt élsz vele. Ez nem valamiféle mesterségesen felidézett nyugalom, hanem a valóság megértéséből származó nyugalom – és a kreatív létezés csakis a nyugalom ezen állapotában valósulhat meg.

VIII. ELLENTMONDÁS

MINDENÜTT ELLENTMONDÁST LÁTUNK: magunkban és magunk körül, és mivel ellentmondás van bennünk, nincs béke sem bennünk, sem a világban. A folyamatos tagadás és megerősítés állapotában élünk: tagadjuk azt, amilyenek *vagyunk*, és igyekszünk megerősíteni azt, amilyenek lenni *szeretnénk*. Az ellentmondás állapota konfliktusokat szül, a konfliktusok pedig nem vezetnek békére – ez nyilvánvaló, magától értetődő tény. Ezt a belső ellentmondást nem szabad valamiféle filozofikus dualizmusként értelmeznünk, mert ez egyszerűen menekülés lenne: ha azt mondjuk, az ellentmondás a dualizmus egy állapota, azt hisszük, ezzel megoldottuk a dolgot – holott ez nyilvánvalóan csupán konvenció, a valóság elől történő gondatlan elmenekülés.

Vajon mit is értünk konfliktus és ellentmondás alatt? Miért van bennünk állandó ellentmondás? Miért ez az állandó küzdelem, hogy mások legyünk, mint akik vagyunk? Uven és ilyen vagyok, és szeretnék ezzé és ezzé válni. Ez a bennünk lévő ellentmondás nem holmi metafizikus dualizmus,

hanem tény. A metafizikának nincs szerepe a valóság megértésében. Beszélgethetünk például a dualizmusról, megvitathatjuk, mi is az, vagy létezik-e egyáltalán ilyesmi, de vajon mi az értéke ennek, ha nem tudjuk, hogy ellentmondás lakozik bennünk, ha nem tudjuk, hogy egymásnak ellentmondó vágyak, érdeklődések és törekvések élnek bennünk? Meg kell értenünk ezt a bennünk lévő ellentmondást, ezt a szembenállást, mert ez teremti meg a konfliktusokat, és ha konfliktusok közepette, a folytonos küzdelem állapotában élünk, nem teremthetjük meg az egyéniségünket.

Fogalmazzunk hát egyértelműen az állapotunkat illetően. Ellentmondás van bennünk, ezért a küzdelem állapotában élünk; a küzdelem pedig pusztítás és pazarlás, és ebben az állapotban csakis ellentétet, harcot, még több keserűséget és bánatot teremthetünk. „Ha teljes mértékben megértjük ezt, és így megszabadulunk az ellentmondástól, megvalósulhat a belső béke állapota, amely által mindannyian megértjük majd egymást.

Ez jelenti hát a problémát. Ha látjuk, hogy a konfliktus felesleges és pusztító, vajon miért él mindnyájunkban ellentmondás? Hogy megértsük a dolgot, kicsit tovább kell mennünk. Vajon miért létezik az egymásnak ellentmondó vágyak érzete? Nem tudom, vajon tudatában vagytok-e ennek a bennünk élő ellentmondásnak, annak az érzésnek, hogy akarunk is valamit, meg nem is, hogy emlékszünk valamire, mégis igyekszünk elfeledni azt, hogy valami új dolgot fedezhessünk fel. Csak figyeljétek meg alaposan ezt a jelenséget. Nem valamiféle rendkívüli, de egy roppant egyszerű és teljesen normális dologról van szó. A tény az, hogy ellentmondás van bennünk – de vajon honnan ered ez az ellentmondás?

Mit is értünk ellentmondás alatt? Nem egy átmeneti, egy másik átmeneti állapottal ellentétes állapotról van szó? Ugy hisszük, állandó vágy él bennünk, és magunkba plántáljuk ezt a vágyat, hogy aztán felüsse bennünk a fejét egy újabb, ennek ellentmondó vágy; ez az ellentmondás konfliktust szül, a konfliktus pedig pazarlás. Az egyik vágyunk állandóan tagadja a másikat, egyik törekvésünk legyőzi a másikat. De vajon létezik-e egyáltalán állandó jellegű vágy? Nyilvánvaló, hogy *minden* vágy mulandó, nem pusztán metafizikai, de gyakorlati értelemben is. Ha például egy állásra vágyunk, az anynyit tesz, hogy ezt tekintjük a boldogság eléréséhez vezető útnak, ám mégsem tesz bennünket elégedetté, ha elnyerjük ezt az állást. Először csak igazgatók, aztán tulajdonosok szeretnénk lenni, és ez így megy a végtelenségig, nem csupán az anynyagi, de az úgynevezett spirituális világban is: a tanító iskolaigazgató szeretne lenni, a papok püspökökké szeretnének válni, a tanítványok pedig mesterekké.

Ez az állandó „valamivé válás” – az egyik állapotból a másikba történő váltás – ellentmondást eredményez – igaz? Akkor vajon miért egyetlen állandó vágyunk tekintjük az életet, ahelyett hogy mulandó, egymásnak folyton ellentmondó vágyak sorozataként szemlélnénk azt? Ha így teszünk, az elmének nem kell az ellentmondás állapotában léteznie. Ha az életet nem egyetlen állandó vágyunk, de időleges, folyton változó vágyak sorozatának tekintjük, nem létezik ellentmondás.

Csak akkor keletkezik ellentmondás, ha az elme egyetlen vágyra koncentrál, vagyis ha nem tekint *minden* vágyat változónak és mulandónak, ha megragad egyetlen vágyat, és állandóvá teszi azt – mivel ilyenkor az új vágyakkal együtt megjelenik az ellentmondás is. Azonban minden vágy folytonos mozgásban van, és egyikük sem állandó. A vágyunk nincs állandó tárgya, az elme azonban létrehoz egy ilyen pontot, mivel mindent a gyarapodás, az erősödés, a „beérkezés” eszközeként kezel; és ameddig a megérkezésre vágyunk, folyton ellentmondás lesz bennünk, és konfliktusok közepette élünk majd. Szeretnénk eljutni valahová, szeretnénk sikeresek lenni, rá akarunk lenni a végső igazságra, Istenre, hogy így tegyünk szert az állandó elégedettségre. Következésképpen nem az igazságot, nem Istent keressük. Maradandó kielégülésre törekszünk, és vágyunk tárgyát egy idea, egy tiszteletreméltóan hangzó szó álcájába öltöztetjük, Istennek vagy igazságnak nevezve a dolgot, valójában azonban mindannyian erre a kielégülésre vágyunk, amelyet legmagasabb rendű formájában Istennek, legalacsonyabb rendű formájában pedig alkoholizmusnak nevezünk. És amíg az elme kielégülésre törekszik, nincs túl sok különbség Isten és az alkoholizmus között. Lehet, hogy az ivás társadalmilag káros dolog – a kielégülésre, a gyarapodásra irányuló belső vágy azonban még ennél is károsabb – nemde? Ha valóban rá akarunk lenni az igazságra, rendkívül őszintének kell lennünk, nem csupán a

szavak szintjén, de minden szinten; rendkívül tisztán kell látnunk a dolgokat, erre pedig csak akkor lehetünk képesek, ha hajlandóak vagyunk szembenézni a tényekkel.

Vajon mi váltja ki bennünk ezt az ellentmondást? Nyilvánvalóan a „valamivé válás” vágya, ugye? Mindannyian szeretnénk „valakik” lenni: az anyagi világban szeretnénk sikeresek lenni, és belső világunkban is szeretnénk eredményeket elérni. Ameddig az idő, a teljesítmény, a pozíció fogalmaiban gondolkodunk, mindig ellentmondások lesznek bennünk. Végül is az elme az idő teremtménye: a gondolkodás a tegnapon, a múlton alapul, és ameddig a gondolkodás az idő keretein belül működik, amíg a jövő, a valamivé válás, a gyarapodás, a siker fogalmaiban gondolkodunk, mindig ellentmondás lesz bennünk, mivel képtelenek leszünk szembenézni azzal, ami *van*. Csak a valóság felismerése és megértése által nyílnak lehetőségünk arra, hogy megszabaduljunk az ellentmondás bomlasztó tényezőjétől, csak azáltal, ha választások nélkül tudatában vagyunk annak, ami *van*.

Ezért hát létfontosságú, hogy teljes egészében megértsük a gondolkodási folyamatot, mivel csakis így lehetünk rá az ellentmondásra. Maga a gondolkodás is ellentmondásossá vált számunkra, mivel nem értjük teljes egészében a saját működésünket, erre a megértésre pedig csakis akkor tehetünk szert, ha teljes mértékben, nem pusztán megfigyelőként, de szervesen tudatában vagyunk minden gondolatunknak. Ez pedig rendkívül nehéz feladat – ám csakis így oldhatjuk fel ezt a roppant káros és fájdalmas ellentmondást.

Amíg valamilyen lelki eredmény elérésére törekszünk, amíg belső biztonságra vágyunk, mindig jelen lesz életünkben ez az ellentmondás. Úgy vélem, a legtöbben nem is vagyunk tudatában ennek az ellentmondásnak, vagy ha igen, nem ismerjük fel annak valódi jelentőségét. Épp ellenkezőleg, az ellentmondás egyfajta ösztönző erőként hat ránk; pontosan a súrlódások által érezzük, hogy élünk, az erőfeszítés, az ellentmondásból származó küzdelem pedig az elevenség érzetével tölt el minket. Ezért szeretjük a háborúkat, ezért élvezzük a frusztráció csatáit. Amíg él bennünk az eredményekre, azaz valójában a lelki biztonságra irányuló vágy, mindig jelen lesz az ellentmondás is; és ha ellentmondás van bennünk, nem csitulhat el az elménk – pedig az elme csendje elengedhetetlen ahhoz, hogy teljes egészében megértsük az élet jelentőségét. A gondolkodás soha nem lehet csendes és nyugodt, soha nem lehet rá az időtlenre, és soha nem ismerheti meg az időn túli dolgokat., A gondolkodás alapvető természete az ellentmondás, mivel mindig a múlt vagy a jövő fogalmaiban gondolkodunk, következésképpen soha nem vagyunk teljes mértékben tudatában a jelennek.

Teljes mértékben tudatára ébredni a jelennek rendkívül nehéz feladat, mivel az elme nem képes közvetlen módon, mindenféle önámítás nélkül szembenézni a tényekkel. A gondolkodás a múlt teremtménye, ennél fogva csakis a múlt vagy a jövő fogalmaiban képes gondolkodni, és nem képes teljes mértékben tudatában lenni a jelen tényeinek. Ha a gondolat, a múlt teremtménye igyekszik megszüntetni ezt az ellentmondást, és felszámolni az általa okozott problémákat, csak valamiféle eredmény elérésére törekszik, és az efféle gondolkodás csak még több ellentmondást és konfliktust, szenvedést és zűrzavart szül bennünk, és így a világban is.

Hogy megszabadulhassunk az ellentmondástól, választások nélkül kell tudatában lennünk a jelennek. Hogyan is létezhetne választás, amikor tényekkel állunk szemben? Nyilvánvaló, hogy mindaddig nem érthetjük meg a tényeket, amíg a gondolkodás a valamivé válás, a változás, az átalakítás fogalmai szerint igyekszik kezelni őket. Következésképpen a megértés az önismerettel veszi kezdetét; ha nem ismerjük meg önmagunkat, továbbra is ellentmondások és konfliktusok közepette éljük majd az életünket. Hogy megismerjük saját működésünket, énünk teljességét, nincs szükségünk semmiféle szakértőre, semmiféle „szaktekinélyre”. Ha a szaktekinélyekre hagyatkozunk, az csak félelmet szül. Egyetlen szakértő sem mutathatja meg nekünk, hogyan értsük meg az én működését; énünket önmagunknak kell tanulmányoznunk. Segíthetünk egymásnak, ha beszélünk a dologról, de senki nem tarthatja fel előttünk az igazságot, egyetlen szakértő, egyetlen tanító sem fedezheti azt fel helyettünk. Csakis a kapcsolataink által ébredhetünk tudatára az igazságnak – a tárgyakhoz, a tulajdonhoz, a vagyonhoz, az emberekhez és az eszmékhez fűződő kapcsolataink által. E kapcsolatok által felfedezhetjük, hogy az ellentmondás abból ered, hogy adott eszmékhez akarunk igazodni. Az eszmék pusztán

a gondolatok jelképekké kikristályosodott formái, és az ellentmondást az az erőfeszítés szüli, amellyel igyekszünk ezen eszmék szerint élni.

Azaz, amíg gondolkodásunk meghatározott mintákat követ, mindig ellentmondás lesz bennünk; e mintáknak – és így az ellentmondásnak – pedig csak az önismeret által vethetünk véget. Bárki megismerheti önmagát mindennapi beszélgetései, a gondolkodásmódja és az érzéseinek vizsgálata által, vagy azáltal, ha felismeri, hogyan tekint embertársaira. Ha minden egyes pillanatban tudatában vagyunk minden gondolatunknak és minden érzésünknek, rájövünk, hogy kapcsolataink által megérthetjük énünk működését. És csak így tehetünk szert az elme csendjére és nyugalomára, a valóság pedig csakis ebben az állapotban kelhet életre.

IX AZ „ÉN” TERMÉSZETÉRŐL

VAJON TUDJUK-E, mit is értünk az „én” alatt? Jómagam az eszmét, az emlékezetet, a következtetést, a tapasztalatot, a megnevezhető és meg nem nevezhető szándékok különféle formáit, a létezésre vagy a létezés ellen irányuló tudatos törekvést, a tudattalan, a faj, a csoport, az egyén, a nemzetség felhalmozott emlékeit, és mindezek külsőleg cselekvésként, spirituálisán pedig erényként megnyilvánuló egészét értem alatta; az én végeredményben maga a küzdelem. Az énben helyet kap a versengés, a létezésre irányuló vágy is; az én a dolgok egészének működése, és amikor szembekerülünk vele, tudjuk, hogy az én valójában gonosz dolog. Szándékosan használom a „gonosz” kifejezést, mivel az én megosztó és önmagába záródó cselekedetei, bármilyen nemesek is, mégis elválasztóak és elszigetelőek. Jól tudjuk mindezt, és ismerjük azokat a különleges pillanatok is, amelyekben nincs jelen az én, nincs jelen az erőlködés, a valamire való törekvés érzete, és amely pillanatok csakis a szeretet jelenlétében következnek be.

Számomra úgy tűnik, fontos, hogy megértsük, hogyan erősíti az ént a tapasztalás. Ha komolyan elkötelezzük magunkat, meg kell értenünk a létezés e problémáját. Vajon mit is értünk tapasztalás alatt? Folyamatosan tapasztalatokat, benyomásokat szerzünk, aztán értelmezzük őket, és ezeknek megfelelően cselekszünk, mérlegelünk, ravszkodunk – és így tovább. Folyamatos kölcsönhatás van az objektív dolgok és a rájuk adott válaszaink, illetve a tudatos és a tudattalan emlékek között.

Minden általunk látott és érzett dologra az emlékeink alapján reagálunk, és miközben reagálunk arra, amit látunk, érzünk, tudunk, amiben hiszünk, bekövetkezik a tapasztalás – igaz? A tapasztalás a különféle dolgokra adott válaszreakció. Ha meglátunk valakit, reagálunk; a tapasztalás pedig az, amikor nevet adunk ennek a reakciónak. Ha nem nevezzük meg a reakciót, az nem tapasztalás: tapasztalásról csak akkor beszélhetünk, ha ezzel egyidejűleg lejátszódik a névadás folyamata is. Ha nem ismerlek fel, hogyan tehetnék szert a veled való találkozás tapasztalására? Ez egyszerűnek és igaznak hangzik – nemde? Azaz, ha nem az emlékeink, a kondicionálásunk, az előítéleteink alapján reagálunk, honnan tudhatnánk, hogy tapasztalásban volt részünk?

Ott van aztán még a különféle vágyak kivetítése. Például arra vágyom, hogy megoltalmazzanak, hogy belső biztonságra tegyek szert, vagy arra, hogy legyen egy mesterem, egy *gurum*, egy tanítóm, egy Istenem; és meg is tapasztalom azt, amit kivetítettem, kivetítünk egy vágyat, aztán az alakot ölt, mi pedig nevet adunk neki, és reagálunk rá. Az egész mi magunk vetítjük ki. Mi adunk nevet a dolognak. Aztán ettől a tapasztalást nyújtó vágytól vezéreltetve így szólunk: „ezt és ezt tapasztaltam”, „találkoztam a Mesterrel”, vagy „nem találkoztam a Mesterrel”. Jól ismerjük a tapasztalások elnevezésének folyamatát – és ugyebár a vágyakat hívjuk tapasztalásoknak – nemde?

De vajon mi történik, ha az elme csendjére vágyunk? Mi megy végbe ilyenkor? Megértjük, hogy különböző okokból kifolyólag fontos, hogy elménk csendes és nyugodt legyen; például azért, mert ez áll az *Upánishádok*-ban, vagy más szent szövegekben, vagy mert ezt állították a szentek, és időnként mi magunk is érezzük, milyen jó csendben lenni, mivel elménk egész nap csak fecseg. Néha érezzük, milyen kellemes, milyen élvezetes, ha elménk békés és csendes, ezért hát feltesszük a kérdést, hogyan érhetnénk el azt az állapotot? Tudjuk, mit írnak a különféle könyvek a meditációról, és az önfegyelem egyes formáiról, ezért a meditáció által törekszünk a csend megtapasztalására – és énünk így megalapozhatja önmagát a csend megtapasztalásában.

„Meg akarjuk érteni az igazságot; erre vágyunk, erre áhítózunk, azután kivetítjük az igazságról alkotott képünket, mivel már rengeteget olvastunk a dologról, és ismerjük a szent szövegek és a meseterek igazságról vallott nézeteit. Mindent akarunk. És vajon mi történik ekkor? „Maga ez a vágy vetül ki belőlünk, nekünk pedig tapasztalásban lesz részünk, mivel felismerjük ezt a kivetített állapotot. Ha nem ismerjük fel ezt az állapotot, nem is nevezzük azt igazságnak. Ha azonban felismerjük, és megtapasztaljuk, ez a tapasztalás erővel ruházza fel az énünket – igaz? így az elsáncolja magát a tapasztalásban, mi pedig így szólunk „tudom”, „a Mester létezik”, „Isten létezik”, vagy „Isten nem létezik”. Vagy kijelentjük, hogy egy adott politikai rendszer helyes, a többi pedig nem.

Azaz a tapasztalás mindig megerősíti az ént. Minél jobban elsáncoljuk magunkat tapasztalataink védelmében, annál erősebbé válik az énünk. Ennek eredményeképpen szert teszünk a jellem, a tudás a hit erejére, amelyet ki is mutatunk az emberek felé, mert tudjuk, hogy ők nem olyan okosak, mint mi, és nekünk megadatott az írás vagy a szónoklás képességének adománya, és értjük a dolgunkat. Mivel az én továbbra is cselekszik, a hiedelmeink, a Mesterünk, a kasztjaink, a gazdasági rendszerünk mind az elszigetelődés eredményei, következésképpen e dolgok mind viszályt szülnek. Azaz, ha valóban elkötelezzük magunkat, tökéletesen fel kell oldanunk ezt a központot anélkül, hogy ítélnénk felette. Ezért kell hát megértenünk, hogyan is működik a tapasztalás.

Vajon lehetséges-e, hogy az elme, az én ne vetítsen ki semmit, ne vágyakozzon, és ne tapasztaljon? Tudjuk, hogy az én minden tapasztalása tagadás, pusztítás, mégis pozitív cselekedeteknek nevezzük őket – igaz? Ezt nevezzük pozitív életmódnak. Számotokra e folyamat érvénytelenítése szintén tagadásnak minősül – igaz? De vajon igazatok van-e? Vajon egyénekként képesek vagyunk-e arra, hogy leássunk e folyamat gyökeréig, és megértsük az én működését? Vajon mi által következik be az én feloszlása? Vallási és egyéb csoportok az azonosulás lehetőségét kínálják számunkra. „Azonosítsd magad egy magasabb rendű dologgal, és eltűnik az éned”, mondják. Az azonosulás azonban nyilvánvalóan továbbra is az én tevékenysége: a nagyobb dolog egyszerűen az én általunk megtapasztalt kivetülése, és ez a tapasztalás csak tovább erősíti az énünket.

Nyilvánvaló, hogy az önfegyelem, a hit és a tudás különféle formái csak tovább erősítik az ént. De vajon rálehetünk-e arra az összetevőre, amely feloldja azt? Vagy ez rossz kérdés? Alapvetően mindannyian erre vágyunk; szeretnénk találni valamit, ami feloldja az énünket – nemde? Úgy gondoljuk, léteznek erre bizonyos eszközök (például az azonosulás, a hit és így tovább), azonban mindegyikük azonos szinten működik, és egyik sem magasabb rendű a többinél, mivel mindegyik egyforma hatékonysággal erősíti meg az ént. Vajon felismerhetjük-e működés közben az ént, felismerhetjük-e pusztító erőit és energiáit? Bármilyen nevet adjunk is neki, elszigetelő és pusztító erőről van szó, mi pedig szeretnénk megtudni, hogyan oldhatnánk fel az énünket. Így kell hát szólnunk önmagunkhoz: „Látom, hogy énem folyton működésben van, és folyton szorongást, félelmet, csalódottságot, kétségbeesést és szenvedést teremt, nemcsak számomra, de a környezetem számára is. Feloldható-e hát ez az én, nem csupán részlegesen, de teljes egészében?” Vajon eljuthatunk-e az én gyökeréig, és elpusztíthatjuk-e azt? Hiszen ez a valódi működés egyetlen módja, nem igaz? Nem részlegesen akarunk intelligensek lenni, de egységes módon. A legtöbben csak bizonyos szinteken vagyunk intelligensek; te egy adott módon vagy intelligens, én pedig valószínűleg másképp. Vannak, akik az üzlet, mások az irodai munka terén intelligensek; az emberek mind másképp intelligensek, ám nem vagyunk egységes módon, integráltan intelligensek. Egységes módon intelligensnek lenni, az annyit tesz, mint az én nélkül létezni. De vajon lehetséges-e ez?

Vajon bekövetkezhet-e az én teljes megszűnése, feloldódása? Tudjuk, hogy igen. És vajon milyen hozzávalók, milyen előfeltételek szükségesek ehhez? Mely elem hívja életre ezt az állapotot, és vajon rálehetünk-e erre az alkotóelemre? Amikor feltesszük ezt a kérdést, nyilván meg vagyunk győződve arról, hogy rálehetünk erre az elemre; azaz máris létrehoztunk egy tapasztalást, amely aztán tovább erősíti az ént. Az én megértéséhez rengeteg intelligencia, rengeteg éberség és folyamatos figyelem kell, hogy ne csúszhasson ki a kezünk közül. Képzeljük csak el, hogy roppant eltökélten fel akarjuk oldani az énünket. Amikor kijelentjük ezt, tudjuk, hogy lehetséges a dolog, ám ebben a mondatban, ebben a pillanatban szintén jelen van az én tapasztalása, azaz ez a tapasztalás is csak tovább erősíti

az ént. Akkor hát hogyan oldható meg az, hogy az én ne részesüljön tapasztalásban? Láthatjuk, hogy a teremtés állapota egyáltalán nem az én tapasztalása. „A teremtés csak akkor valósulhat meg, ha nincs jelen az én, mivel a teremtés nem intellektuális, nem elméleti, nem önmagát kivetítő folyamat – ez a folyamat minden tapasztaláson túlmutat. Vajon elképzelhető-e hát, hogy elménk elcsituljon, hogy eljusson a fel nem ismerés, a tapasztalás nélküliség állapotába, abba az állapotba, ahol megvalósulhat a teremtés, vagyis abba az állapotba, amelyben nincs jelen az én? Ez itt a kérdés – igaz? Az elme minden egyes pozitív és negatív cselekedete egy-egy tapasztalás, amely valójában csak megerősíti az ént. Vajon lehetséges-e, hogy az elme ne jusson el a felismerés állapotába? .Ez csakis a teljes csend állapotában következhet be, nem pedig az én tapasztalását képező, ilyenformán azt csak még jobban megerősítő csendben.

Vajon létezik-e egy, az elmétől különálló, azt megfigyelő és feloldó entitás? Létezik-e olyan spirituális entitás, amely az én helyébe lép, és elpusztítja, félresöpri azt? Véleményünk szerint igen, ugye? A legtöbb vallásos ember úgy hiszi, létezik ilyen elem. A materialisták azt mondják: „az ént nem lehet elpusztítani, az ént csak kondicionálni és megfékezni lehetséges – politikailag, gazdaságilag és társadalmilag egyaránt. Bizonyos keretek közé zárhatjuk és megtörhetjük, következésképpen élhetünk magasztos, erkölcsös életet anélkül, hogy bármivel is összeütközésbe kerülnénk, a társadalmi mintákhoz igazodva, egyszerű gépekként működve”. Vannak aztán olyan, úgynevezett vallásos emberek is (ők valójában nem vallásosak, hiába hívjuk így őket), akik azt mondják: „Alapvetően létezik ilyen elem, és ha képesek vagyunk kapcsolatba lépni vele, az feloldja majd az énünket.”

Vajon létezik-e hát az ént feloldani képes elem? Kérlek, vegyétek észre, mit is teszünk most. Sarokba szorítjuk az ént – és ha hagyod, hogy sarokba szorítsanak, meglátod, mi történik majd. Szeretnénk, ha létezne egy, az éntől független, időtlen elem, amely reményeink szerint közbelép, és megsemmisíti majd az énünket – és amelyet Istennek nevezünk. De vajon létezik-e ilyen, az elménkkel felfogható elem? Vagy igen, vagy nem; nem ez a lényeg. Azonban amikor ez elme egy időtlen spirituális állapot elérésére törekszik, hogy általa semmisítse meg az ént, az vajon nem pusztán csak az ént erősítő tapasztalások egy újabb fajtája-e? Ha úgy hisszük, hogy létezik az igazság, Isten, ez az időtlen állapot, hogy létezik a halhatatlanság, ez a folyamat vajon nem csak tovább erősíti-e az ént? Énünk kivetíti azt, amit érzünk, aztán életre kel a hit, és megsemmisíti az ént. Azaz, ha spirituális entitásként kivetítjük az időtlen állapotban való folytonosság eszméjét, újabb tapasztalásra teszünk szert – az efféle tapasztalások pedig csak tovább erősítik az ént. Tehát mit is teszünk valójában? Valójában nem pusztítjuk el az ént, csak más névvel, más tulajdonságokkal ruházzuk fel; az én továbbra is jelen van, hiszen megtapasztaljuk azt. Azaz cselekedetünk elejétől a végéig ugyanaz a cselekedet: bár azt hisszük, fejlődik, növekszik, és egyre szebbé válik, azonban ha megvizsgáljuk a dolgot, látni fogjuk, hogy ugyanarról a cselekedetről van szó, és ugyanaz az én nyilvánul meg más szinteken és más neven.

Vajon mi történik, ha felismerjük ezt a folyamatot, ha felismerjük ezt a kivételes ravaszságot és találékonyságot, az én intelligenciáját, ha látjuk, hogyan álcázza magát az azonosulás, az erény, a tapasztalás, a hit a tudás által? Mi történik, ha látjuk, hogy az elme csak körbe-körbe szalad a saját maga által megalkotott mókuserékben? Vajon nem válunk-e rendkívül csendessé, ha teljes mértékben tudomására ébredünk ennek a folyamatnak? És ez a csendet nem valamilyen kényszer, jutalom vagy félelem által érzük el. Ha felismerjük, hogy az elme minden egyes tevékenysége csupán az én megerősítésének egy-egy formája, ha megfigyeljük ezt a folyamatot, és teljesen tudatában vagyunk a működésének, elérkezünk ma a pontra (nem az eszmék szintjén, nem verbálisan, néma kivetített tapasztalás által, hanem valóban elérkezünk ebbe az állapotba), amelyben felismerjük, hogy az elme, mivel tökéletesen mozdulatlan, nem rendelkezik teremtő erővel. Az elme által teremtett összes dolog az én hatóterületére korlátozódik, és amikor az elme megszűnik teremteni, bekövetkezik a valódi teremtés – ez azonban nem egy felismerhető folyamat.

A valóság, az igazság nem arra való, hogy felismerjük. Az igazsághoz meg kell szünnie minden hitnek, tudásnak, tapasztalásnak, az erényre való minden törekvésnek. Az erényes, az erényre tudatosan törekvő emberek soha nem lelhetnek rá a valóságra. Lehetnek roppant tisztességes emberek, ez

azonban egyáltalán nem jelenti azt, hogy igazak, megértő emberek lennének. 'Az igaz emberek számára meg kell születnie az igazságnak. Aki erényes, az tisztességes, és a tisztességes emberek soha nem érthetik meg az igazságot, mivel esetükben az erény csupán az én álcája, amely által az tovább erősíti önmagát, mivel az ilyen emberek törekszenek az erényre. Ha azt mondjuk: „nem lehetek pénzsóvár”, az így megtapasztalt állapot csak megerősíti az énünket. Azért olyan fontos, hogy ne csak a világi dolgok, de a hit és a tudás terén is szegények legyünk. A vagyonos vagy tudásban és hitben gazdag emberek soha nem tudnak meg semmit a sötétségről, és mindig ők állnak minden gonoszság és szenvedés középpontjában. De ha egyénekként képesek vagyunk arra, hogy teljes egészében megértsük az én működését, tudni fogjuk, mi a szeretet. Biztosíthatlak benneteket arról, hogy csakis ez a megújulás változtathatja meg a világot. A szeretet nem az én teremtménye, az én nem ismerheti fel a szeretetet. Azt mondjátok, ott él bennetek a szeretet; ám e kijelentés által, e tapasztalás által meg is szűnik a szeretet. Azonban ha ismeritek a szeretetet, nincs többé én: ahol szeretet van, ott nem létezik az én.

X. FÉLELEM

VAJON MI A FÉLELEM? A félelem mindig csak valamivel kapcsolatban létezhet, elszigetelten sohasem. Hogyan félhetnénk hát a haláltól, hogyan is félhetnénk valamitől, amit nem ismerünk? Az ember csakis attól félhet, amit ismer. Ha azt mondom, félek a haláltól, vajon az ismeretlentől, azaz a haláltól félek-e, vagy attól, hogy elveszítem azt, amit ismerek? Nem a haláltól félünk, hanem attól, hogy elveszítjük a hozzánk tartozó dolgokkal való kapcsolatunkat. A félelem mindig az ismert dolgokkal áll kapcsolatban, nem pedig az ismeretlennel.

Ez a vizsgálat most arra irányul, hogy megtudjuk, hogyan szabadulhatunk meg az ismert dolgokkal kapcsolatos félelmeinktől, azaz attól, hogy elveszítjük a családunkat, ajó hírünket, a pénzünket, a vágyainkat – és így tovább. Mondhatnánk azt, hogy a félelem a tudat teremtménye, tudatunkat azonban a kondicionálásunk alakítja ki, vagyis a tudat is az ismert dolgok eredményeképpen jön létre. De vajon mit is ismerünk, mit tudunk? A tudás azt jelenti, hogy rendelkezünk bizonyos eszmékkel, van véleményünk az egyes dolgokról, az ismerttel kapcsolatban a folytonosság érzete tölt el minket – ennyi. Az eszmék emlékek, a tapasztalás teremtményei, a tapasztalás pedig nem más, mint a kihívásokra adott válaszreakció. Valójában az ismerttől félünk, azaz attól, hogy elveszítünk bizonyos embereket, tárgyakat vagy eszméket, attól, hogy felfedezzük, kik is vagyunk valójában, félünk attól, hogy zavarba jövünk, félünk a fájdalomtól, amit a fölött érzünk, hogy elveszítjük, hogy nem nyerjük el a gyönyört, vagy hogy többé már nem lesz részünk benne.

Létezik aztán még a fájdalomtól való félelem. A fizikai fájdalom idegrendszeri reakció, lelki fájdalmat azonban akkor érzünk, ha ragaszkodunk a számunkra kielégülést nyújtó dolgokhoz, mivel ilyenkor félünk attól, hogy valaki vagy valami esetleg elveszi azokat tőlünk. A lelki gyűjtögetés mindaddig elejét veszi a fájdalomnak, amíg semmi sem zavarja meg ezt a folyamatot; azaz valójában az ily módon felhalmozott tapasztalások halmazai vagyunk, mivel ez a folyamat elejét veszi minden komolyabb nyugtalanságnak – mi pedig nem akarjuk, hogy bármi is nyugtalanítson bennünket, következőképp félünk mindenkitől, aki megzavarhatja e tapasztalásokat. Tehát ez is az ismerttől való félelem: azokat a felhalmozott fizikai és lelki dolgokat féltjük, amelyeket a fájdalom, a bánat elkerülésének érdekében gyűjtöttünk össze. Ám a lelki fájdalom megelőzésének érdekében történő gyűjtögetés eleve fájdalmat rejt magában. A tudás szintén segíthet abban, hogy elejét vegyük a fájdalomnak, és ahogy az orvostudomány segít elejét venni a fizikai fájdalomnak, úgy a hiedelmeink is segítenek távol tartani tőlünk a lelki fájdalmat, ezért félünk attól, hogy elveszítjük őket, bár nem ismerjük őket teljes mértékben, és konkrét bizonyítékaink sincsenek velük kapcsolatban. Lehet, hogy elutasítjuk a nyakunkba varrt, hagyományos hiedelmek némelyikét, mivel a saját tapasztalataink erővel, magabiztossággal és megértéssel ruháznak fel minket, e hiedelmek és a felhalmozott tudás azonban alapvetően ugyanazt a célt szolgálják – nevezetesen azt, hogy távol tartsuk magunktól a fájdalmat.

A félelem mindaddig létezni fog bennünk, amíg igyekszünk felhalmozni az ismert dolgokat, mivel pontosan ez a cselekedetünk váltja ki a veszteségtől való félelmet. Következőképp az ismeretlentől

való félelem valójában nem más, mint a felhalmozott ismeretek elvesztésétől való félelem. A gyűjtögetés, a felhalmozás mindig félelemmel jár, a félelem pedig fájdalmat okoz; és ha azt mondjuk, valamit egyszerűen „nem veszíthetünk el”, megjelenik a félelem. Bár azzal a szándékkal halmozzuk a dolgokat, hogy távol tartsuk magunktól a félelmet, a felhalmozás folyamatával együtt jár a félelem. A félelem, a fájdalom pontosan az általunk birtokolt dolgok eredményeképpen születik meg.

A védekezés magvából mindig szárba szökken a támadás is. Fizikai biztonságra vágyunk, ezért létrehozunk egy uralkodó kormányt, így szükségképpen létre kell jönnie egy fegyveres erőnek is, ez pedig háborúhoz vezet, és a háború elpusztítja a biztonságot. Ahol jelen van az önvédelemre irányuló vágy, ott megjelenik a félelem is. Ha felismerjük, micsoda téveszme az, hogy biztonságot követelünk magunknak, felhagyunk a gyűjtögetéssel, a felhalmozással. Ha valaki mégis azt mondja, hogy tisztában van ezzel a ténnyel, de muszáj folytatnia a gyűjtögetést, az csak azért van, mert valójában nem látja, hogy a felhalmozással elkerülhetetlenül együtt jár a fájdalom is.

A félelem ott lakozik a felhalmozásban, és ennek a folyamatnak az is része, ha hiszünk valamiben. Mondjuk, ha hiszek a reinkarnációban, és meghal a fiam, ez a hit megakadályozza azt, hogy még több lelki fájdalomban legyem részem; ám magában a hit működésében is jelen van a félelem. A külső dolgok felhalmozásával háborút idézünk elő, a hiedelmek belső felhalmozása pedig fájdalmat okoz. A félelem mindaddig jelen lesz bennünk, amíg biztonságra, pénzre, élvezetekre és más, hasonló dolgokra vágyunk, azaz mindaddig, amíg szeretnénk lelkileg vagy testileg „valakikké válni”. Pontosán azok a dolgok váltják ki a félelmet és okoznak fájdalmat, amelyeket a fájdalom elkerülésének érdekében teszünk.

A félelem akkor kel életre, amikor egy adott mintához akarunk alkalmazkodni. A félelem nélküli élet azt jelenti, hogy minták nélkül éljük az életünket; már az is félelmet szül, ha egy bizonyos életmódot akarunk követni. A problémát az a vágyunk okozza, hogy adott keretek között éljünk. Vajon képesek vagyunk-e kitörni e keretek közül? Ez csak akkor lehetséges, ha felismerjük az igazságot: azt, hogy e keretek, ezek a minták félelmet szülnék, a félelem pedig tovább erősíti ezeket a kereteket. Azonban ha kijelentjük, hogy ki kell törnünk e keretek közül, mert meg akarunk szabadulni a félelemtől, azzal csak egy újabb mintát követünk, és ez csak további félelmet kelt. A kitörési vágyból fakadó cselekedeteink csak újabb mintákat, következésképp újabb félelmeket eredményeznek. Akkor vajon hogyan törhetünk ki e keretek közül anélkül, hogy további félelmeket hívjunk életre, hogyan válhatunk szabaddá minden erre irányuló, tudatos vagy tudattalan cselekedet nélkül? Ez azt jelenti, hogy nem szabad cselekednünk, egyetlen lépést sem tehetünk annak érdekében, hogy szétfeszítsük ezt a keretet, hogy megtörjük az adott mintát. Vajon mi történik akkor, ha egyszerűen csak szemügyre vesszük e kereteket anélkül, hogy bármit is tennénk velük kapcsolatban? Felismerjük, hogy maga ez a keret az elme; az elme az önmaga számára megalkotott, megszokott minták szerint létezik – következképpen az elme maga a félelem. Az elme minden cselekedete a régi minták megerősítésére, vagy új minták létrehozására irányul, azaz bármit tesz is, hogy megszabaduljon a félelemtől, azzal csak további félelmet okoz.

A félelem számtalan menekülési formát találhat magának. A legelterjedtebb ilyen módszer az azonosulás, az országunkkal, a társadalommal, az eszmékkel való azonosulás – igaz? Észrevettétek már, hogyan reagáltok a katonai vagy vallási felvonulásokra, vagy arra, ha az országotokat a megszállás veszélye fenyegeti? Azonosítjátok magatokat az országgal, egy másik lényel, vagy egy eszmével. Máskor pedig a gyermekeitekkel, a feleségetekkel vagy a férjetekekkel, egy adott cselekvési mintával vagy a lustaság adott formájával azonosultok. Az azonosulás által megfedkezhetünk önmagunkról, és tudjuk, hogy amíg tudatában vagyunk az énünknek, mindig fájdalom, küzdelem és folyamatos félelem lesz bennünk. De ha azonosulhatunk valami nagyobb, valami érdemleges dologgal: a szépséggel, az étellel, az igazsággal, a hittel vagy a tudással, akkor legalább átmenetileg megszabadulhatunk az énünktől – igaz? Ilyenkor egy időre megfedkezünk magunkról. Ha azonosulunk a családdunkkal, emberek egy csoportjával, egy adott politikai párttal, vagy egy ideológiával, az pillanatnyi menekvést jelent.

Tehát az azonosulás az én elől való menekülés egy formája, és ugyanez igaz az erényre is. Ha az ember törekszik az erényre, az én elől igyekszik menekülni, elméje pedig szűk látókörű és korlátolt. Az ilyen elme nem erényes, nem kiváló, hiszen az erényre nem lehet törekedni. Minél inkább igyekszünk erényesek lenni, annál nagyobb erővel ruházzuk fel az énünket. A félelem, ez a számunkra különféle formákban olyannyira ismerős dolog, mindig talál valamiféle helyettesítő megoldást, következképp mindig tovább fokozza a bennünk dúló küzdelmet. Minél jobban azonosulunk egy efféle pótlékkal, annál erősebben ragaszkodunk ahhoz, amiért készek vagyunk küzdeni vagy akár meghalni is, mivel a dolog háttérében mindig a félelem rejlik.

Vajon tudjuk-e mi is a félelem? Vajon a félelem nem a valóság elutasítása-e? Először is meg kell értenünk, mit jelent az „elfogadás” szó. Ezt a kifejezést nem az elfogadás érdekében tett erőfeszítésekre alkalmazom. Ha felismerjük a valóságot, fel sem merül az elfogadás kérdése, azonban ha nem látunk tisztán, bevezetjük az elfogadás folyamatát. Azaz: a félelem nem más, mint a valóság elutasítása. De vajon hogyan haladhatjuk meg ezt az állapotot, amikor valójában a reakciók, válaszok, emlékek remények, frusztrációk és csalódások alkotnak bennünket, amikor a korlátolt tudatosságból fakadó cselekedetek teremtményei vagyunk? Vajon képes-e az elme megszabadulni ezektől a korlátoktól és akadályoktól, és képes-e a tudatosságra? Tudjuk, hogy ha nincsenek bennünk korlátok, rendkívül boldogok vagyunk. Tudtatók, hogy ha a test tökéletesen egészséges, megszületik bennünk egyfajta örömméret, a jólét érzete? És tudtatók, hogy akkor is hasonló örömet élünk meg, ha az elme teljesen szabad, ha mentes minden korláttól, ha nincs jelen benne a felismerés központja, azaz az én? Vajon megéltétek-e már ezt az állapotot, az állapotot, amelyben nincs jelen az én? Biztos vagyok benne, hogy igen.

Csakis akkor juthatunk el a megértésre, csakis akkor szabadulhatunk meg az énünktől, ha képesek vagyunk azt egységes egészként látni; ez pedig csak akkor lehetséges, ha teljes mértékben megértjük az összes, a vágyainkból fakadó cselekedetünket, ha ítéletalkotás, rosszallás és elfojtás nélkül megértjük gondolataink megnyilvánulásait, mivel a gondolatok nem különböznek a vágyaktól. És ha erre képesek vagyunk, lehetőségünk nyílik arra, hogy magunk mögött hagyjuk énünk korlátait.

XI. EGYSZERŰSÉG

MO ST AZ EGYSZERŰSÉGRŐL szeretnék néhány szót ejteni, és ilyenformán talán eljutunk az érzékenység, a fogékonyság megértéséhez is. Úgy tűnik, azt hisszük, az egyszerűség pusztán egy külső megnyilvánulási forma, egyfajta visszahúzó: az egyszerű embereknek kevés vagyontárgyuk van, ágyékkötőt viselnek, nincs otthonuk, csak kevés ruhát aggatnak magukra, és alig van pénz a bankszámlájukon. Azonban nyilvánvaló, hogy az egyszerűség nem ezt jelenti – e dolgok csak külsőségek. Én alapvető, létfontosságú dolognak tartom az egyszerűséget, ám az csak akkor valósulhat meg, ha elkezdjük felismerni az önismeret jelentőségét.

Az egyszerűség nem csupán annyit jelent, hogy egy adott mintához igazodunk. Ahhoz, hogy egyszerűek lehessünk, ez még nem elég, bármilyen derék embernek tűnjünk is külsőleg: ehhez jókora adag intelligenciára is szükségünk van. Sajnos a legtöbben külsőleg, a külsődleges dolgok által közelítjük meg az egyszerűséget. Viszonylag könnyű elérni azt, hogy csak kevés dologgal rendelkezünk, és megelégedjünk ennyivel, esetleg még meg is osztva csekélyke vagyonunkat embertársainkkal. Ám az egyszerűség külső, a vagyontárgyak terén történő megnyilvánulása még nyilvánvalóan nem utal a belső egyszerűségekre. A mai világban egyre több dolgot erőltetnek ránk mind külsőleg, mind belsőleg, az élet egyre bonyolultabbá válik, és hogy elmenekülhessünk előle, igyekszünk lemondani bizonyos dolgokról, igyekszünk megszüntetni a hozzájuk fűződő kötődésünket – igyekszünk elszakadni az autótól, a házaktól, a különféle szervezetektől, a moziktól és a számtalan egyéb, külsőleg ránk erőszakolt dologtól. Úgy gondoljuk, a visszahúzó által kell egyszerűvé válnunk. Jó néhány szent és tanító vonult el a világtól, számomra azonban úgy tűnik, az efféle elvonulás egyikünk esetében sem oldja meg a problémát. Az alapvető, igazi egyszerűség csakis belülről fakadhat, és ez a belső egyszerűség nyilvánul meg aztán külső jegyekben. A kérdés tehát az, hogyan legyünk egyszerűvé, mivel az egyszerűség által egyre érzékenyebbek, egyre fogékonyabbak leszünk. És létfontosságú, hogy

fogékony elmével, fogékony szívvel rendelkezünk, mivel csakis így válhatunk képessé a gyors érzékelésre, a gyors befogadásra.

Nyilvánvaló, hogy kizárólag akkor lehetünk belsőleg egyszerűek, ha megértjük a minket béklyóba verő számtalan akadályt, kötődést és félelmet. A legtöbb ember azonban *szereleti*, ha lebéklyózzák a többiek, a különféle vagyontárgyak és eszmék. Szeretünk foglyok lenni. Bár külsőleg talán roppant egyszerűnek tűnünk, belül mégis foglyok vagyunk. Oda vagyunk láncolva a vágyainkhoz, az igényeinkhez, az eszményképeinkhez, és az indítékainkhoz. Belső szabadság nélkül pedig nem létezhet egyszerűség, ezért belülről kell kezdenünk a dolgot.

„Ha teljes mértékben megértjük a hit működését, azt, hogy miért kötődik elménk a hiedelmekhez, különleges szabadságra tehetünk szert, és ha megszabadulunk a hiedelmeinktől, elérjük az egyszerűség állapotát. Ehhez az egyszerűséghez azonban intelligenciára van szükség, és hogy intelligensek lehessünk, tudatában kell lennünk saját korlátainknak. Ehhez folyton éberem kell figyelnünk, és nem szabad meghatározott gondolati vagy cselekvési minták szerint élnünk. Végül is belső világunk kihatással van a külvilágra. A társadalom és az összes cselekvés saját énünk kivetülése, és belső átalakulás nélkül vajmi kevés értelme és jelentősége van a különféle törvényeknek; az ilyen intézkedésekkel talán megvalósíthatunk bizonyos reformokat, és elérhetünk némi javulást, de a belső világ végül mindig legyőzi a külsőt. Ha belül kapzsis és becsvágyóak vagyunk, ha adott eszményképek megvalósítására törekszünk, összetett belső világunk végül elveszti az egyensúlyát, és még a leggondosabban megtervezett külső társadalmat is megdönti.

Azaz, belső világunkkal kell kezdenünk a dolgot, de nem szabad elutasítanunk a külvilágot sem. A belső világ megértéséhez nyilvánvalóan a külvilág megértése által juthatunk el, azáltal, hogy megvizsgáljuk a külső konfliktusokat, a küzdelmet és a fájdalmat. Ahogy egyre jobban elmélyedünk e kérdésben, természetes módon eljutunk majd a külső konfliktusokat és szenvedést okozó lelkiállapothoz. Minden külső megnyilvánulási forma pusztán egy, a belső állapotunkra utaló jel, ám ahhoz, hogy megértsük ezt az állapotot, a külső dolgok felől kell közelítenünk hozzá. A legtöbben ezt tesszük. Ha nem utasítjuk el a külvilágot, de megértjük azt, és így eljutunk belső világunk megértéséhez, látni fogjuk, hogy ahogy egyre inkább előrehaladunk lényünk belső összetettségének vizsgálatában, úgy leszünk egyre fogékonyabbak, egyre szabadabbak. És ez a belső egyszerűség létfontosságú, mivel az egyszerűség fogékonyt tesz bennünket. Ha az elme nem fogékony és nem éber, akkor semmit sem képes befogadni, és képtelen bármilyen kreatív tetre. „Ha a konformizmus által próbálunk egyszerűvé válni, valójában csak fásulttá és érzéketlenné tesszük az elménket és a szívünket. A tekintélyelvűségen alapuló kormány, saját magunk, vagy az eszményképek és a teljesítmények által ránk erőltetett minden kényszer, a konformizmus minden formája az érzéketlenséget segíti elő, nem pedig a belső egyszerűséget. Külsőleg talán alkalmazkodunk bizonyos dolgokhoz, és ezáltal egyszerűnek tűnünk – számos vallásos ember tesz így. Ezek az emberek betartanak bizonyos szabályokat, fegyelmezik magukat, csatlakoznak különféle szervezetekhez, bizonyos módszerek alapján medítálnak és így tovább, és e dolgok mind az egyszerűség látszatát keltik – ez a konformizmus azonban mégsem segíti elő az egyszerűség kialakulását. Semmiféle kényszer nem vezethet egyszerűségre, épp ellenkezőleg: minél jobban elfojtunk bizonyos dolgokat, minél több pótlékot találunk, minél nemesebbé válnak, annál kevesebb egyszerűség lakozik bennünk. Azonban minél jobban megértjük az erényes életet, az elfojtás és a behelyettesítés folyamatát, annál nagyobb esélyünk nyílik az egyszerűségre.

Társadalmi, környezeti, politikai és vallási problémáink olyannyira összetettek, hogy csakis az egyszerűség által oldhatjuk meg őket, nem pedig azáltal, ha roppant művelt és okos emberekké válnak. Az egyszerű emberek sokkal közvetlenebb módon látják és tapasztalják meg a dolgokat, mint az összetett, bonyolult személyiségek. Elménket annyira túlterheli a hatalmas mennyiségű tényanyag, a rengeteg tanítás, hogy már nem vagyunk képesek az egyszerűségre, arra, hogy közvetlen módon tapasztaljuk meg önmagunkat. E problémák egyszerű megközelítést igényelnek, ez pedig csak akkor lehetséges, ha belül valóban egyszerűek vagyunk. Erre az egyszerűségre kizárólag az önismeret, önmagunk megértése által tehetünk szert: meg kell értenünk, hogyan gondolkodunk és hogyan érzünk, hogyan működik a gondolkodásunk, hogyan reagálunk az egyes dolgokra, hogyan alkalmazkodunk

félelmeink által vezéreltetve a közvéleményhez, mások nézeteihez, Buddha, Jézus vagy a szentek tanításaihoz – mindeme dolgok az alkalmazkodásra való hajlamunkra és a biztonság iránti vágyunkra utalnak. Ha a biztonságra törekszünk, nyilvánvalóan a félelem állapotában élünk, következésképp nem lehetünk egyszerűek.

Ha nem vagyunk egyszerűek, nem lehetünk fogékonyak sem: nem lehetünk fogékonyak a fák, a madarak, a hegyek, a szél, a világban körülöttünk történő dolgok iránt; ha nem vagyunk egyszerűek, nem lehetünk fogékonyak a dolgok belső információira. A legtöbb ember roppant felületes életet él, és pusztán tudatossága legfelső szintjén létezik: ezen a szinten igyekszünk megfontoltak és intelligensek lenni, ami valójában egyenértékű a vallásossággal, ezen a szinten igyekszünk egyszerűvé tenni az elménket a kényszer és az önfegyelem által. Ez azonban nem azonos az egyszerűséggel. Ha egyszerűsége szorítjuk felszínes elménket, ez a kényszer csak megkeményíti az elmét, ahelyett hogy rugalmassá, tisztává és fürgévé tenné azt. Roppant nehéz dolog elérni azt, hogy a tudattalan teljesen egyszerűvé váljon, mivel ehhez arra kell törekednünk, hogy megvizsgáljuk és kiderítsük, hogyan működik lényünk, azaz minden egyes előjelre, minden apró utalásra ébernek kell lennünk, tudatában kell lennünk minden félelmünknek és reményünknek, és alaposabban meg kell ismernünk e dolgokat, hogy megszabadulhassunk tőlük. Csakis akkor leszünk képesek megoldani a problémáinkat, ha elménk és szívünk valóban egyszerűvé és fogékonyává válik.

A tudás nem oldja meg a problémáinkat. Lehet, hogy tudod például, hogy létezik a reinkarnáció, hogy létezik egyfajta folytonosság a halál után. Mondom, *lehet*, hogy tudod, nem állítom, hogy ez valóban így van, bár az is lehet, hogy meg vagy győződve a dologról. Ez azonban nem oldja meg a problémát: a halált nem késleltetheted ezzel az elmélettel, egy információval vagy meggyőződéssel. A halál ennél sokkal rejtélyesebb, sokkal mélyebb, sokkal kreatívabb.

Képesnek kell lennünk arra, hogy új módon vizsgáljuk meg mindeme dolgokat, mivel problémáinkat csakis a *közvetlen tapasztalás* által oldhatjuk meg, a közvetlen tapasztaláshoz pedig egyszerűnek kell lennünk, mert csak így lehetünk fogékonyak az új dolgokra. Elménket leterheli a tudás, eltompítja a múlt és a jövő. Elménk csakis akkor ismerheti meg környezetünk folyton ránk gyakorolt befolyását és hatását, ha pillanatról pillanatra képes a jelenhez igazodni.

Tehát nem az az ember vallásos, aki csuhát vagy ágyékkötőt ölt magára, vagy csak naponta egyszer vesz magához ételt, vagy számtalanszor megesküszik arra, hogy elhagyja a rossz tulajdonságait; hanem az, aki belül egyszerű, és nem akar „valamilyenné válni”. Az ilyen emberek elméje rendkívül fogékony, mivel nincs benne semmiféle korlát, semmilyen félelem, és nem halad semmiféle irányba, így képes befogadni a kegyelmet, Istent, az igazságot, bármilyen névvel illessük is ezt a dolgot. A valóságra *törekvő* elme azonban nem egyszerű. A kereső, kutató, tapogatózó, nyugtalan elme nem egyszerű, a tekintélyelvűség alapján létrejött külső vagy belső mintákhoz igazodó elme nem lehet fogékony. Az elme csakis akkor képes befogadni az igazságot, ha valóban fogékony, éber, és tudatában van minden tevékenységének, reakciójának és gondolatának, ha többé már nem akar valamilyenné válni, ha többé már nem igyekszik valamilyenné alakítani önmagát. Csakis ekkor létezhet boldogság, mivel a boldogság nem valamiféle végcél – a boldogság a valóság eredményeképpen jön létre. Ha az elme és a szív egyszerűvé, és ezáltal fogékonyává lesz (mégpedig nem valamiféle kényszer, irányítás vagy előírás által), felismerjük, hogy roppant egyszerűen is megközelíthetjük a problémáinkat. Bármilyen bonyolultak legyenek is e problémák, képesnek kell lennünk arra, hogy frissen, új látásmóddal közelítsük meg őket. Manapság erre van a legnagyobb szükségünk: olyan emberekre, akik képesek új módon, kreatívan és egyszerűen, mindenféle bal- vagy jobboldali elmélet és minta nélkül kezelni a külső zűrzavart és ellenségességet. Erre pedig csakis akkor lehetünk képesek, ha egyszerűek vagyunk.

A problémákat csak akkor oldhatjuk meg, ha ily módon közelítjük meg őket; ez pedig csak akkor lehetséges, ha nem különféle gondolati, vallásos, politikai vagy egyéb minták szerint gondolkodunk. Így hát meg kell szabadulnunk mindeme dolgoktól, és egyszerűvé kell lennünk. Ezért olyan fontos, hogy tudatosak legyünk, hogy képesek legyünk megérteni gondolkodásunk működését, hogy teljes mértékben tudomással bírjunk önmagunkról, mivel így valósul meg az egyszerűség, az alázat, amely

nem erény, és nem is valamiféle megszokás. A kivívott, elnyert alázat valójában nem alázat, az önmagát alázatosra tévő elme nem alázatos. Az élet legfontosabb dolgait csakis akkor ismerhetjük meg, ha alázatosak vagyunk, ám ez az alázat nem valamiféle nyűg, mivel ha eljutunk az alázatra, többé nem vagyunk fontosak önmagunk számára, így nem saját késztetéseinken és fontosságérzetünkön keresztül szemléljük az életet. Ilyenkor magát a problémát vesszük szemügyre, és így képesek leszünk megoldani azt.

XII. TUDATOSSÁG

ISMERNI ÖNMAGUNKAT, annyit tesz, mint ismerni a világgal való kapcsolatunkat – nem csak az eszmék és az emberek világgal, de a természettel és az általunk birtokolt tárgyakkal való kapcsolatunkat is. Ebből áll az életünk: az élet teljes egészében a kapcsolatok összessége. Vajon szükség van-e bármilyen specializálódásra ahhoz, hogy megérthessük ezt a kapcsolatot? Nyilvánvalóan nincs. A tudatossághoz arra van szükség, hogy egységes egészként szemléljük az életet. De vajon hogyan válhatunk tudatossá? Ez itt a kérdés. Hogyan tehetünk szert erre a tudatosságra, ha ezt a kifejezést nem a specializálódás különféle formáira gondolva használjuk? Hogyan lehetünk képesek arra, hogy egészében szemléljük az életet? Vagyis ha nem csupán az embertársainkkal való személyes kapcsolatunkat, de a természettel, az általunk birtokolt dolgokkal, az eszmékkel, az elme által illúzióként és vágyakként megteremtett dolgokkal való kapcsolatunkat is értjük ez alatt. Hogyan ébredhetünk teljes egészében tudatára a kapcsolatok működésének? Hiszen nyilvánvalóan ebből áll az életünk, nem? Kapcsolatok nélkül nem létezik élet; és a kapcsolat megértése nem azonos az elszigeteltséggel. Épp ellenkezőleg: ehhez arra van szükség, hogy teljes egészében felismerjük a kapcsolatok működését, és a tudatára ébredjünk ennek a folyamatnak.

Hogyan lehetünk tudatosak? Hogyan vagyunk tudatában bárminek is? Hogyan vagyunk tudatában az egyes emberekkel való kapcsolatainknak, hogyan vagyunk tudatában a fának, vagy a madarak énekének? Hogyan tudatosulnak bennünk az újsághírekre adott reakcióink?

Vajon egyaránt tudatában vagyunk az elme felszínes reakcióinak és belső reakcióinknak is? Egyáltalán, hogyan vagyunk tudatosak bármire is? Először is az ingerekre adott reakcióinknak, ezeknek a nyilvánvaló tényeknek ébredünk tudatára – nemde? ^Látjuk például a fákat, és létrejön a reakció, majd az érzet, a kapcsolat, a beazonosítás, és a vágy. Ugye általában így zajlik le ez a folyamat? Nincs szükségünk könyvekre ahhoz, hogy megfigyelhessük, mi is megy végbe valójában.

Tehát a beazonosítás által gyönyörben és fájdalomban van részünk. LA „képeségeink” pedig arra irányulnak, hogy az élvezettel foglalkozzunk, és igyekezzünk elkerülni a fájdalmat – igaz? Ha érdekel bennünket valami, abban élvezetünket leljük, és azonnal megjelenik ez a „képesség”; azonnal tudatára ébredünk a tényeknek, és ha az adott tény fájdalmas, kifejlődik bennünk az elkerülésére való „képesség”. Úgy vélem, mindaddig kudarcot fogunk vallani, amíg az önmagunk megértésére irányuló „képességet” igyekszünk fellelni, mivel az önismeret nem függ semmiféle képességtől. Az önismeret nem valamiféle fejleszthető, kellő idővel és gyakorlással növelhető képesség. Az önmagunkra való tudatosságunkat nyilvánvalóan lemérhetjük a kapcsolataink által, azáltal, ahogy embertársainkkal beszélünk, ahogy viselkedünk velük. Ha mindenféle azonosítás, összehasonlítás és ítéletalkotás nélkül egyszerűen csak megfigyeljük önmagunkat, látni fogjuk, hogy valami különleges dolog következik be. Nem csak hogy véget vetünk egy öntudatlan tevékenységnek (hiszen a legtöbb tevékenységünk öntudatlan módon megy végbe), de tudatára ébredünk e tevékenység mozgatórugóinak is, méghozzá anélkül, hogy alaposabban megvizsgálnánk azt.

Ha tudatosak és éberek vagyunk, felismerjük gondolkodásunk és cselekedeteink működését, ez azonban csak akkor következhet be, ha ítéletalkotás nélkül szemléljük a dolgokat. Ha elítélünk valamit, nem érthetjük meg az adott dolgot – pontosan ez az egyik módja annak, hogy kitérjünk minden megértés elől. Úgy gondolom, a legtöbben készakarva teszünk így; azonnal elítéljük azt, amivel találkozunk, és úgy gondoljuk, értjük a dolgot. Azonban ha ítéletalkotás helyett szemügyre vesszük azt, amivel találkozunk, és a tudatára ébredünk a dolognak, elkezd megnyílni számunkra az adott cselekedet tartalma és értelme. Próbáljátok csak ki, és magatok is meglátjátok majd. Csak legyetek

tudatosak, mindenféle Ítékezés nélkül; ez talán meglehetősen negatív cselekedetnek tűnhet, mégsem az. Épp ellenkezőleg: csakis ez a cselekedet rendelkezik a passzivitás, azaz a közvetlen cselekvés minőségével, és erre ti magatok is könnyűszerrel rájöhettek.

Végül is, ha meg akarunk érteni valamit, passzív hangulatban kell lennünk – nemde? Nem gondolkodhatunk, nem elmélkedhetünk az adott dologon, és nem is kérdőjelezhetjük meg azt. Kellőképpen fogékonyak kell lennünk, hogy befogadjuk a tartalmát. Olyan ez, mintha érzékeny fotólemezek lennénk. Ha például meg akarlak érteni téged, passzív módon kell tudatosnak lennem, és akkor elmeséled nekem a történetedet. Nyilvánvaló, hogy ez nem valamiféle képesség, vagy specializálódás, szakosodás kérdése. E folyamat során elkezdjük megérteni egymást – nem csupán tudatosságunk felszínes rétegeit érintjük, de mélyebbre hatolunk, és e rétegek az igazán fontosak, mivel bennük rejlik minden indító-okunk és szándékunk, ott rejlenek titkolt, zavaros igényeink, szorongásaink, féltelmeink és vágyaink. Külsőleg talán képesek vagyunk irányítani e dolgokat, belül azonban forráspontra hevülnek, és míg a tudatosság által teljes mértékben meg nem értjük őket, nyilvánvalóan nem létezhet szabadság, boldogság és intelligencia.

Vajon az intelligencia a szakosodástól függ? Az intelligencia annyit tesz, hogy teljes mértékben tudatában vagyunk saját működésünknek, és vajon nevezhetjük-e intelligenciának azt, ha valamiféle specializálódás által kívánunk fejlődni? Hiszen ez történik manapság a világban – nemde? A pap, az orvos, a mérnök, a gyáros, az üzletember a tanár – az efféle specializálódások határozzák meg a gondolkodásmódunkat.

Úgy hisszük, csak akkor ismerhetjük fel az intelligencia legmagasabb rendű megnyilvánulását – az igazságot, Istent, ezt a leírhatatlan dolgot –, ha specialistákká válunk. Tanulunk, keresgélünk, és puhatolózunk, és specialista mentalitásunkkal tanulmányozzuk önmagunkat, hogy kifejlesszük magunkban azt a képességet, amely segítségével feltárhatjuk a konfliktusainkat, és megérthetjük a szenvedésünket.

Ha a legkisebb mértékben is tudatosak vagyunk, felmerül a kérdés, vajon megoldhatja-e helyettünk bárki más a mindennapi létezésünkkel együtt járó konfliktusokat, megszüntetheti-e a gyötrelmeket és a szomorúságot, és ha nem, akkor hogyan küzdhetünk meg mi magunk ezzel a feladattal? A problémák megértéséhez nyilvánvalóan bizonyos intelligenciára van szükség, erre pedig nem tehetünk szert a specializálódás által. Ez az intelligencia csakis akkor születik életre, ha passzív módon tudatában vagyunk tudatosságunk működésének, azaz, ha választás és ítéletalkotás nélkül vagyunk tudatosak. Ha passzív módon tudatosak vagyunk, látni fogjuk, hogy e passzivitás által, amely nem azonos a tétlenséggel, amely nem valamiféle alvás, de különleges éberség, tehát e passzivitás által teljesen új értelmet nyernek a problémák – többé nem azonosulunk velük, következésképpen megszűnik az ítéletalkotás, és így feltárul előttünk az adott kérdés lényege. Ha folyamatosan képesek vagyunk erre a passzivitásra, minden problémánkat megoldhatjuk, mégpedig nem pusztán felületesen, de lényegi és alapvető módon. A nehézséget az jelenti, hogy a legtöbb ember nem képes passzív módon tudatos és éber lenni, nem képes hagyni, hogy a problémák maguk meséljék el a történetüket, anélkül hogy értelmezni próbálnák őket. Nem tudjuk, hogyan szemléljük tárgyilagos módon a problémákat. Sajnálatos módon képtelenek vagyunk erre, mert mindig valamiféle eredmény elérésére törekszünk, mindig valamilyen válaszra várunk, mindig a végkimenetelt tartjuk szem előtt; vagy igyekszünk a gyönyörünknek vagy fájdalmunknak megfelelően értelmezni az adott helyzetet, vagy már eleve kész megoldásunk van a kérdésre. Következésképpen régi minták szerint közelítjük meg a folyton megújuló problémákat. Mindig új kihívásokkal találkozunk, ám mindig a régi válaszok szerint reagálunk, és a nehézséget az jelenti számunkra, hogy megfelelő módon, a maguk teljességében feleljünk meg a kihívásoknak. A problémák mindig csakis a kapcsolatainkban, a különböző dolgokkal, emberekkel vagy eszmékkel fennálló kapcsolatainkban merülnek fel. A kapcsolatainkban felmerülő problémákra, és azok folyton változó követelményeire csak akkor tudunk megfelelő módon, teljes mértékben reagálni, ha elsajátítjuk ezt a passzív tudatosságot. JSz a passzivitás nem elhatárolás, akaraterő vagy önfegyelem kérdése – a dolog azzal kezdődik, hogy felismerjük, **nem vagyunk** passzívak. Minden azzal kezdődik, hogy tudatára ébredünk, hogy egy adott problémával kapcsolatban egy bizonyos

válaszra várunk: először meg kell ismernünk az adott problémával fennálló kapcsolatunkat, és tudnunk kell, hogyan kezeljük a kérdést. Aztán ahogy elkezdjük megismerni az egyes problémákra adott reakcióinkat, ahogy megtudjuk, milyen előítéletek, igények, vágyak élnek bennünk az adott helyzetben, e tudatosság által megismerjük majd a gondolkodási folyamatunkat, megismerjük saját természetünket – és így eljuthatunk a szabadságig.

Tehát nyilvánvalóan az a legfontosabb, hogy válogatás nélkül tudatosak legyünk mindenre, mivel a választások konfliktusokat szülnek. „Ha zavarodottak vagyunk, választunk, döntéseket hozunk; ha nincs bennünk zavarodottság, nincs választás sem. Csakis a zavarodott emberek határozzák el, mit kell tenniük, és mit nem szabad megtenniük. Az egyszerű és tiszta emberek nem választanak: számukra az van, ami *van*. Az eszmékből fakadó cselekedetek a választásokból származnak, és az ilyen cselekedetek nem szabadíthatnak fel bennünket; épp ellenkezőleg, a kondicionált gondolkozásnak köszönhetően csak még több ellenállást és további konfliktusokat eredményeznek.

Vagyis a lényeg az, hogy minden pillanatban tudatosak legyünk, és ne halmozzuk fel a tudatosság szülte tapasztalatokat, mivel ha ezt tesszük, csakis a felhalmozott tapasztalatok, az adott minták megszabta módon lehetünk tudatosak. A tudatosságunkat ilyenkor e felhalmozott dolgok határozzák meg, így az értelmezés lép a megfigyelés helyére. És ha megjelenik az értelmezés, megjelenik a választás is, ez pedig konfliktust eredményez – és ahol konfliktus van, ott nem létezhet megértés.

Az élet a kapcsolatokról szól, és hogy megérthessük ezt a dinamikus kapcsolatrendszer, rugalmas, éberem passzív, nem pedig agresszív módon aktív tudatosságra van szükségünk. Mint említettem, e passzív tudatosságra nem az önfegyelem, és nem a gyakorlás által teszünk szert. Egyszerűen minden egyes pillanatban tudatában kell lennünk a gondolatainknak és az érzéseinknek, nem pusztán akkor, amikor ébren vagyunk, mivel – mint azt látni fogjuk, ahogy egyre mélyebbre hatolunk – egy idő után elkezdünk álmodni, és elkezdjük majd érvényre juttatni az álmokként értelmezett jelképeket. Ekkor kitarjuk az ismeretlenre nyíló ajtót, és e dolgok is ismertté válnak számunkra; ám hogy rálelhessünk az ismeretlenre, be kell lépnünk ezen az ajtón – és nyilvánvalóan ez jelenti számunkra a nehézséget. Az elme nem ismerheti meg a valóságot, mivel az elme az ismert dolgok, a múlt teremtménye, következőképpen ahhoz, hogy megteremtsük az ismeretlen létezésének lehetőségét, elménknek először meg kell ismernie önmagát, saját működését és igazságát.

XIII. VÁGY

A LEGTÖBB EMBER SZÁMÁRA komoly problémát jelentenek a vágyak: a vagyon, a társadalmi helyzet, a kényelem, a halhatatlanság, a folytonosság, a szeretet, az állandó, kielégítő, marandó, időtlen dolgok iránti vágyak. De vajon mi is a vágy? Mi ez a sürgető, kényszerítő dolog? Nem azt akarom mondani, hogy meg kell elégednünk azzal, amink van, vagy amilyenek vagyunk, hiszen ez épp az ellenkezője annak, amire törekszünk. Azon vagyunk, hogy megtudjuk, mi is a vágy, és ha képesek vagyunk kipuhatólni a választ, véleményem szerint életre hívhatunk egy átalakulást, amely nem merül ki abban, hogy egyszerűen csak egy új dologgal helyettesítjük be vágyunk korábbi tárgyát. Úgy gondolom, olyan átalakulásra van szükségünk, amely során nem pusztán megváltoztatjuk vágyunk tárgyát, jóllehet általában ezt értjük változás alatt – nemde? Ha elégedetlenek vagyunk vágyunk tárgyával, egyszerűen egy másik dologgal helyettesítjük azt. Örökösen ezt tesszük: magasztosabb, nemesebb, kifinomultabb dolgokat keresünk; a vágy azonban – legyen bármilyen kifinomult is – továbbra is vágy marad, és örökös változása csak vég nélküli harcot szül, csak az ellentétek konfliktusát hívja életre.

Tehát vajon nem fontos-e, hogy megtudjuk, mi is a vágy, és hogy vajon átalakítható-e? Vajon mi a vágy? Nem más, mint egy jelkép és a jelkép által kiváltott érzet, nem igaz? A vágy egy érzet és a vágy tárgya együttvéve. Vajon létezhetnek-e vágyak a jelképek és az általuk kiváltott érzetek nélkül? Nyilvánvalóan nem. Az adott jelkép lehet egy kép, egy személy, egy szó, egy név, egy képzet, egy eszme, amely egy adott érzetet vált ki belőlünk, mi pedig vagy kedveljük, vagy elutasítjuk ezt az érzetet; ha az érzet kellemes számunkra, akkor törekedni fogunk rá, birtokolni akarjuk az adott jelképet, hogy továbbra is részünk lehessen ebben az örömben. Hajlamainktól és vérmérsékletünktől függően időről időre megváltoztatjuk ezt a képet, ezt a képzetet, a vágyunk tárgyát. Ha betelünk az élvezet egyik formájával, ha az már untat vagy fáraszt bennünket, új érzeteket, eszméket, új jelképeket keresünk helyette. Elutasítjuk a régi érzetet, és új érzetekkel, új szavakkal, új jelentésekkel és élményekkel helyettesítjük azt. Ellenállunk a régi dolgoknak, és behódolunk az új, magasztosabbnak, nemesebbnek, kielégítőbbnek tartott dolgok előtt. A vágyban ellenállás és behódolás rejlik, ez pedig együtt jár a kísértéssel; és ha behódolunk a vágy egy adott jelképének, természetesen mindig jelen van bennünk a csalódástól való félelem is.

Ha megfigyeljük önmagunkban a vágy működését, azt látjuk, hogy mindig van egy adott tárgy, amely felé elménk a további érzetek reményében törekszik, és ebben a folyamatban szerepet kap az ellenállás, a kísértés és az önfegyelem is. E folyamatot az érzékelés, az érzet, a kapcsolatfelvétel és a vágy alkotják, és az elme képezi a folyamat gépies eszközét; minden vágy, ambíció és törekvés a jelképek, a szavak és a tárgyak köre épül – azaz a központjuk nem más, mint az „én”. Vajon feloldhatjuk-e a vágyak e központját – nem csupán egy adott vágyat, egy adott epekedést, de a vágy, a vágyakozás, a reménykedés teljes szerkezetét, amelyben folyton jelen van a csalódástól való félelem? Minél csalódottabbak vagyunk, annál inkább megerősítjük az énünket, és amíg remények és vágyak élnek bennünk, a háttérben mindig ott bujkál majd a félelem is, ez pedig csak tovább erősíti ezt a központot. Ugyanakkor a forradalom csakis ebben a központban valósulhat meg, nem pedig a felszínen, mivel a felületes változás pusztán egyfajta figyelemelterelés, és így rosszindulatú cselekedetekhez vezet.

Ha tudatában annak, hogyan épül fel a vágy, felismerjük, hogyan vált elménk egy halott központtá, az emlékezet mechanikus eszközévé. Ha belefáradunk egy adott vágyba, automatikusan egy másik vágy által akarjuk kiteljesíteni magunkat. Az elme folyamatosan tapasztal, az elme nem más, mint az érzetek, a benyomások eszköze. Ha beleununk egy adott érzetbe, újat keresünk helyette, és ezt az érzetet nevezhetjük akár Isten felismerésének is, attól még ugyanúgy érzet marad. Elegendő van ebből a világból, a vajúdásból, és örökké tartó békére vágyunk, ezért meditálunk, fegyelmezzük magunkat, és olyanná alakítjuk az elménket, hogy megtapasztalhassuk ezt a békét. Ez a tapasztalás azonban továbbra is csak egy érzet. Azaz elménk az érzetek, az emlékezet mechanikus eszközévé, egy élettelen központtá válik, mi pedig e központból kiindulva gondolkodunk és cselekszünk. Az általunk vágyott dolgokat elménk vetíti kijeji-képekként, és ezekből származtatja aztán a különféle érzeteket. Az

„Isten”, „szeretet”, „kommunizmus”, „demokrácia”, „nacionalizmus” szavak mind csak jelképek, amelyek különböző érzetekkel látják el az elmét, és elménk ilyenformán ragaszkodik hozzájuk. Mint tudjuk, egyszer minden érzet véget ér, ezért váltunk folyton egyik érzetről a másikra, és minden új érzet egyre inkább megerősít bennünket ebben a szokásunkban. Így az elme egyszerűen az érzetek eszközévé válik, és foglyul ejt bennünket ez a folyamat. Ameddig az elme folyton újabb tapasztalásokra és élményekre törekszik, csakis érzetekben képes gondolkodni, és minden spontán, kreatív, életteli és valóban új tapasztalást azonnal érzetté fokoz le, majd tovább törekszik erre az érzetre, amely aztán emlékké válik. Következésképpen minden tapasztalás élettellelné lesz, az elme pedig a múlt poshadt vizű tavává válik.

Ha megvizsgáltuk már ezt a dolgot, ismerős számunkra ez a folyamat, mégis úgy tűnik, képtelenek vagyunk túljutni rajta. **Szeretménk** magunk mögött hagyni ezt a folyamatot, mert belefáradtunk ebbe a vég nélküli megszokásba, az érzetek e gépies hajszolásába, ezért az elme kivetíti az igazság, Isten eszméjét, mivel alapvető változásról álmodik – arról, hogy fontos szerepet játszik majd ebben a változásban – és más, hasonló dolgokról. Azaz soha nem következhet be a kreatív állapot. Látjuk, hogyan játszódik le bennünk újra és újra a vágy gépies, ismétlődő folyamata, amely a megszokások keretei közé szorítja, élettelen központtá teszi az elmét, és kiöl belőle minden kreatív spontaneitást. Időnként azonban a teremtés váratlan pillanataiban is részünk van – és e pillanatok nem az elme teremtményei, nem az emlékezetből, az érzetekből vagy a vágyból fakadnak.

A feladatunk tehát az, hogy megértsük a vágyainkat – nem azt kell megértenünk, meddig tarthatnak, vagy mikor érnek véget a vágyaink, hanem a vágyak, az epekedés, a sóvárgás működését., A legtöbb ember azt hiszi, ha csak kevés dolgot birtoklunk, az azt jelzi, hogy mentesek vagyunk a vágyaktól – de ne feledkezzünk meg arról, mennyire bálványozzuk e kevés dolgot! Az ágyékkötők, a kopott köntösök mind a vágyaktól való megszabadulásra irányuló vágyunkat jelképezik; ez azonban csak egy újabb felszínes reakció. Miért foglalkoznánk a felületes dolgokkal, miért akarnánk lemondani a vagyonúnról, amikor elménket megnyomorítja a számtalan vágy, hiedelem és a véget nem érő küzdelem? Nyilvánvaló, hogy itt, az elménkben kell bekövetkeznie a forradalomnak, nem pedig az általunk birtokolt javak vagy vagyontárgyak terén. E dolgok mégis nagy hatást gyakorolnak ránk, mivel elménk rendkívül felszínes.

A kérdés tehát az, vajon megszabadulhat-e valaha is az elme a vágytól, az érzektől? A teremtésnek nyilvánvalóan semmi köze sincsen az érzetekhez; a valóság, Isten, az igazság nem valamiféle érzetként megtapasztalható állapot. Mi is történik vajon, amikor valamilyen tapasztalásban van részünk?, Az adott tapasztalás egy bizonyos érzetben részesít, a lelkesültség vagy a levertség érzetével tölt el minket. Az ember természetesen igyekszik elkerülni, kiküszöbölni a levertség állapotát, ugyanakkor törekszik a lelkesültségre, az örömré. Ha az adott tapasztalás kellemes érzetet kelt, még többre vágyunk belőle – ez a „még több” pedig új erővel ruházza fel az elme élettelen, halott központját, amely mindig új élményekre vágyik. Így az elme semmi újat nem képes megtapasztalni, mivel mindig az emlékek és a felismerés által közelíti meg a dolgokat, és ha valamit az emlékezet által ismerünk fel, az nem valódi, nem teremtő tapasztalás, nem valóság. Az ilyen elme nem tapasztalhatja meg a valóságot: kizárólag az érzeteket ismerheti meg, a teremtés pedig nem egyfajta érzet, hanem egy minden percben megújuló, örökkévaló dolog.

Ha felismerjük elménk ezen állapotát, látni fogjuk, hogy az elme valójában az érzetek és a vágy eszköze, vagy helyesebben szólva, az elme maga a gépies megszokások fogságában vergődő érzet és vágy. Az ilyen elme nem képes megismerni és befogadni az új dolgokat, mivel azok nyilván meghaladják a régi tapasztalásokból származó érzetek szintjét. Tehát véget kell vetnünk ennek a gépies folyamatnak, és véget kell vetnünk az érzeteknek – nemde? Véget kell vetnünk a jelképekre, a szavakra, a képzetekre és a velük járó érzetekre való törekvésnek, és annak is, hogy mindig többet és többet akarunk. Elménk csakis így juthat el a kreativitás azon állapotába, amelyben megszülethetnek az új dolgok. Ha képesek vagyunk a megértésre anélkül, hogy megbabonáznának bennünket a szavak, a szokások és az eszmék, és felismerjük, milyen fontos, hogy elménk folyamatosan kapcsolatot létesítsen az új dolgokkal, akkor talán megértjük majd a vágy, a megszokás, az unalom, az élmények

iránti sóvárgás működését. Úgy gondolom, ekkor felismerjük majd, hogy a valódi keresők életében vajmi kevés jelentősége van a váagnak. Nyilvánvalóan vannak bizonyos fizikai szükségleteink: szükségünk van élelemre, ruhára, menedékre – és így tovább. Ezek a dolgok azonban soha nem válnak lelki szükségletté, és az elme nem válhat általuk a vágy központjává. A fizikai szükségletektől eltekintve a vágy *összes* megnyilvánulási formája – a nagyságra, az igazságra, az erényre irányuló vágy – egyfajta lelki folyamattá válik, amely által az elme kialakítja az „én” eszméjét, és megerősíti magát központi szerepében.

Ha felismerjük ezt a folyamatot, ha mindenféle ellenállás, kísértés, és ítéletalkotás nélkül tudatában vagyunk, felfedezzük, hogy az elme képes az új dolgok befogadására, és hogy e dolgok soha nem érzetek; következésképpen soha nem ismerhetjük fel, és nem tapasztalhatjuk meg újra őket. Olyan létállapot ez, amelyben mindenféle felhívás és emlékezet nélkül valósul meg a kreativitás – és ez az állapot a valóság.

XIV. KAPCSOLAT ÉS ELSZIGETELTSÉG

Az ÉLET TAPASZTALÁS, mégpedig a kapcsolatok által történő tapasztalás. Az ember nem élhet elszigeteltségben, azaz az élet maga a kapcsolatok összessége, a kapcsolatok pedig egyenlők a cselekvéssel. De vajon hogyan tehetünk szert a kapcsolatok, azaz élet megértéséhez szükséges „képességre”? Hiszen a kapcsolatok nem pusztán az emberekkel való közösséget, de az egyes dolgokkal és eszmékkel való meghitt viszonyt is jelentik – igaz? Az élet kapcsolat, amely az egyes dolgokkal, emberekkel és eszmékkel fennálló kapcsolataink formájában nyilvánul meg. 3a megértjük a kapcsolatainkat, képessé válunk arra, hogy teljes egészében megismerjük az életet. Tehát a problémát nem ez a „képesség” jelenti (hiszen e képesség nem független a kapcsolatainktól), hanem az, hogy megértjük e kapcsolatokat, mert így természetes módon szert teszünk majd a gyors alkalmazkodáshoz és reagáláshoz szükséges rugalmasságra is.

Nyilvánvalóan a kapcsolataink jelentik azt a tükröt, amely által megismerhetjük önmagunkat. Kapcsolatok nélkül nem léteznénk: létezni annyi, mint kapcsolatban állni. Csakis a kapcsolatainkban léteznénk, nélkülük nincs értelme a létezésnek. Nem a gondolataink, hanem a kapcsolataink által léteznénk, konfliktusainkat pedig az okozza, hogy nem értjük meg e kapcsolatokat.

Jelenleg nem értjük a kapcsolatainkat, mivel csakis a további eredmények, az átalakulás, a „valamivé válás” érdekében használjuk őket. A kapcsolatok azonban valójában önmagunk felfedezésének eszközeit jelentik, mivel kapcsolatban állni annyi, mint *létezni*. Kapcsolatok nélkül nem léteznénk. Hogy megértsük önmagunkat, meg kell értenünk a kapcsolatainkat, mivel ezek jelentik azt a tükröt, amelyben megpillanthatjuk magunkat. E tükör lehet torz és tiszta is – ez utóbbi esetben a valóságot pillanthatjuk meg benne, a legtöbb ember azonban nem azt látja e tükörben, ami *van*, hanem azt, amit látni *szeretne*. Idealizáljuk a dolgokat, menekülünk, és inkább élünk a jövőben, mint hogy a jelenben megértsük a kapcsolatainkat.

Ha megvizsgáljuk az életünket, az embertársainkkal való kapcsolatainkat, látni fogjuk, hogy az elszigeteltség folyamatáról van szó. Valójában nem törődünk egymással; bár sokat beszélünk a dolgról, igazából csakis önmagunkkal törődünk. Csakis addig kötődünk valakihez, amíg ez a kapcsolat örömet okoz számunkra, míg menedékre lelünk általa, amíg kielégít minket – ám abban a pillanatban, ahogy a kapcsolatban esetleg felmerülő problémák kényelmetlenséget jelentenek számunkra, megszabadulunk az adott személytől. Másként fogalmazva, a kapcsolataink csakis addig léteznek, amíg örömeinket leljük bennük. Ez meglehetősen nyersen hangzik, de ha alaposabban szemügyre vesszük az életünket, látni fogjuk, hogy ez az igazság; ha pedig nem nézünk szembe a tényekkel, az azt jelenti, hogy tudatlanságban élünk, és a tudatlanságból soha nem származnak megfelelő kapcsolatok. Ha szemügyre vesszük az életünket és a kapcsolatainkat, látni fogjuk, hogy ellenállást alakítunk ki magunkban, hogy falakat építünk, és e falak mögül tekintünk embertársainkra; de soha nem bontjuk le őket, és soha lépünk ki mögülük, legyen szó akár fizikai, akár anyagi, gazdasági vagy nemzeti falakról. Amíg elszigetelten, falak mögött élünk, nem létezhetnek kapcsolatok, mi pedig elzárkózottan élünk, mert ez az életmód kielégítőbb számunkra, mivel azt hisszük, így nagyobb biztonságban lehet

részünk. A világ oly bomlasztó, oly sok fájdalommal, szomorúsággal, háborúval, pusztítással és szenvedéssel terhes, hogy el akarunk menekülni, hogy aztán saját lényünk biztonságos falain belül éljünk. Azaz a legtöbb ember számára a másokkal való kapcsolatok valójában az elszigetelődésről szólnak, és az efféle kapcsolatokból nyilvánvalóan elszigetelő társadalom alakul ki. Pontosán ez történik manapság a világban: elszigeteltségünkben kinyújtjuk ugyan kezünket testvéreink felé, nemzeti érzésnek, testvériségnek vagy más, hasonlóan nemes dolognak nevezve e gesztust, valójában azonban továbbra is fennmaradnak a független kormányok és hadseregek. Azt hisszük, saját korlátainkhoz ragaszkodva is képesek leszünk megteremteni a világékét, képesek leszünk létrehozni egy egységes világot – ez azonban lehetetlen. Egyértelmű, hogy amíg különféle nemzeti, gazdasági, vallási vagy társadalmi korlátok közt élünk, nem lehet béke a világban.

Az elszigetelődés folyamata a hatalom hajszolásának folyamata: ha az egyén vagy egy faji vagy nemzeti alapon létrejött csoportosulás hatalomra tör, annak mindig elszigeteltségben kell léteznie, mivel a hatalomra, a pozíciókra irányuló vágy maga az elkülönülés. És végeredményben mindenki e dolgokra vágyik – nemde? Az emberek olyan pozíciókba akarnak kerülni, ahol uralhatnak másokat, legyen szó akár otthon, munkahelyen vagy a bürokratikus rendszerben betöltött pozíciókról. Mindenki hatalomra tör, és eközben egy katonai, ipari, gazdasági hatalomra épülő társadalmat hozunk létre – ez újra csak nyilvánvaló. De vajon nem pontosan a hatalom iránti vágy szigetel-e el bennünket egymástól? Úgy vélem, roppant fontos, hogy ezt megértsük, mivel ha békés, háborúktól mentes világra vágyunk, amelyben nincsen ilyen rémisztő pusztítás, ilyen mérhetetlen, katasztrofális nyomorúság, akkor tisztán kell látnunk ebben a kérdésben – nemde? A szeretetteljes, kedves emberek nem vágnak hatalomra, következképpen nem kötődnek egyetlen nemzethez, egyetlen zászlóhoz sem. Az ilyen emberek nem „címkézik fel” magukat.

Az elszigeteltségben nem létezik élet: egyetlen ország, egyetlen nép, egyetlen ember sem élhet elszigetelten, a hatalom iránti vágy azonban elszigeteltséget eredményez. A nacionalizmus, az úgynevezett hazafias érzület valójában átok, mivel a nacionalista emberek állítólagos hazafiságuk által az elszigetelődés falát emelik maguk köré. Ezek a személyek olyannyira azonosulnak az országukkal, hogy falat emelnek az egyes emberek közé. És ha falakat emelünk valami ellen, az a valami folyamatosan ostromolni fogja a „védműveinket”. Ha ellenállunk valaminek, pontosan ez az ellenállás jelzi, hogy konfliktusok közepette élünk. Vagyis a nacionalizmus, a nemzeti érzület – ami valójában nem más, mint a hatalom iránti vágyból származó elszigetelődés folyamata – nem teremthet békét a világban. „Ha valaki nacionalista léte a testvériségről beszél, hazudik – és ellentmondások közepette él.

Vajon élhetünk-e a hatalom, a társadalmi helyzet a tekintély iránti vágy nélkül? Nyilvánvalóan igen; és akkor élünk így, ha nem vágyunk egy nagyobb, magasabb rendű dologgal – egy párttal, a hazánkkal, a fajunkkal, a vallással, Istennel, és így tovább – való azonosulásra, mivel ez az azonosulás valójában nem más, mint a hatalom hajhászása. Mivel úgy érezzük, önmagunkban üresek, tehetségtelenek és gyengék vagyunk, szeretnénk egy nálunk nagyobb dologgal azonosulni – e vágyunk azonban valójában nem más, mint a hatalom iránti vágy.

A kapcsolatainkban önmagunkat nyilvánítjuk meg, és ha nem ismerjük magunkat, ha nem ismerjük elménk és szívünk működését, hiába teremtünk egyfajta külső rendet életünkben, hiába gondolunk ki mindenféle agyafűrt megoldásokat és rendszereket. A fontos az, hogy megértsük önmagunkat a másokkal való kapcsolatainkban, mert ezáltal a kapcsolataink nem az elszigetelődésről szólnak majd, és így megismerhetjük saját indítékainkat, gondolatainkat, törekvéseinket – a szabadság és az átalakulás pedig pontosan e felismerések által veszi kezdetét.

XV. GONDOKODÓ ÉS GONDOLAT

MINDEN TAPASZTALÁSUNKBAN jelen van a tapasztaló, a megfigyelő, aki vagy egyre több tapasztalást gyűjt össze magának, vagy megtagadja önmagát. De vajon nem téves-e ez a folyamat, nem olyan törekvéstről van-e szó, amely soha idézheti elő a kreativitás állapotát? És ha hibás ez a folyamat, vajon képesek vagyunk-e felhagyni vele? Ez csak akkor lehetséges, ha nem gondolkodóként tapasztaljuk meg a dolgokat, de tudatára ébredünk e folyamatnak, és felismerjük, kizárólag egyetlen állapot létezik, és ebben az állapotban a gondolkodó egységet alkot a gondolattal.

Amíg tapasztalunk, amíg valamivé válunk, mindig jelen van ez a dualista cselekedet: léteznie kell a gondolkodónak és a gondolatnak, ennek a két, egymástól különböző folyamatnak – nincs egység, mindig jelen van az egyéni, kollektív, vagy akár nemzeti létre vagy nemlétre irányuló akarat cselekedete által működtetett központ. Mindenhol ezt a folyamatot figyelhetjük meg. Amíg az erőfeszítés tapasztalásra és tapasztálásra különül el, jelentkezik a hanyatlás, az értékcsökkenés, az egység pedig csak akkor valósulhat meg, ha a gondolkodó többé nem a megfigyelő szerepét tölti be. Jelen pillanatban csak a gondolkodó és a gondolat, a megfigyelő és a megfigyelt dolog, a tapasztaló és a tapasztalás egymástól elkülönülő állapotait ismerjük, mi pedig arra törekszünk, hogy egyesítsük e dolgokat.

Az akarat cselekedete mindig dualisztikus. De vajon meghaladhatjuk-e ezt az elkülönítő akaratot, és felfedezhetjük-e az állapotot, amelyben nincs jelen ez a dualista cselekedet? Ez csak akkor lehetséges, ha közvetlen módon tapasztaljuk meg azt az állapotot, amelyben a gondolkodó maga a gondolat. Jelen pillanatban úgy gondoljuk, a gondolat elkülönül a gondolkodótól, de vajon valóban így van-e ez? Szeretjük így hinni, mivel ily módon a gondolkodó a gondolata által magyarázhatja az egyes kérdéseket. A gondolkodó erőfeszítései arra irányulnak, hogy általuk valami többé – vagy valami kevesebbé – váljon, következésképpen e küzdelemben, az akarat e cselekedetében, a „valamivé válásban” mindig jelen van ez az értékcsökkentő tényező: nem egy valódi, de egy téves folyamatra törekszünk.

Vajon valóban elkülönül-e egymástól a gondolkodó és a gondolat? Amíg igen, addig minden erőfeszítésünk hiábavaló: egy hibás, destruktív folyamat részesei vagyunk, amely maga a hanyatlást, az értékcsökkenést előidéző tényező. Ha azt vesszük észre, hogy pénzsóvárak, birtoklók vagy erőszakosak vagyunk, úgy véljük, ez rossz dolog, és nem lenne szabad ilyeneknek lennünk. Ekkor a gondolkodó megpróbálja megváltoztatni a gondolatait, azaz erőfeszítéseket tesz arra, hogy „valamilyenné váljon”; és ezen erőfeszítések során az az illúzió vezérli, hogy két különálló folyamat van jelen, holott a valóságban csak egyetlen folyamat létezik. Úgy vélem, ebben rejlik az értékcsökkenés alapvető oka.

Vajon megtapasztalhatjuk-e azt az állapotot, amelyben a tapasztaló és a tapasztalat két, egymástól elkülönülő folyamata helyett csak egyetlen entitás van jelen? Ha képesek lennénk erre, valószínűleg rájönnénk, mit is jelent a kreativitás, megismernénk azt az állapotot, amelyben nem létezik értékcsökkenés, és megtudnánk, milyen kapcsolatokat kellene kialakítanunk a minket körülvevő világgal.

Tételezzük fel, hogy kapzsi és pénzsóvár vagyok. Ekkor nem két állapot van jelen, nem különülök el a kapzsiságtól: csakis egy dolog létezik, még hozzá maga a kapzsiság. Vajon mi történik, ha tudatára ébrednek annak, hogy kapzsi vagyok? Társadalmi vagy vallási okokból erőfeszítéseket teszek ezen állapot megváltoztatására, ám ezek az erőfeszítések mindig csak egy szűk hatókörre korlátozódnak; még ha ki is terjesztem ezt a hatókört, akkor is behatárolt területen mozgok, következésképpen mindig jelen van ez az értékcsökkentő tényező. Ha azonban egy kicsit mélyebbre tekintek, és alaposabban szemügyre veszem a dolgokat, látni fogom, hogy a kapzsiság oka nem más, mint maga az erőfeszítéseket tévő személy, és egyben ő maga a kapzsiság is; látni fogom, hogy nem létezik a kapzsiságtól különálló „én”, csak a kapzsiság van jelen. Ha felismerem, hogy kapzsi vagyok, hogy nem létezik semmiféle, a kapzsiságtól elkülönülő megfigyelő, mert én magam vagyok a kapzsiság, az teljesen megváltoztatja az adott kérdést, és a rá adott válaszreakciómat is, és így többé már nem lesznek destruktívák az erőfeszítéseim.

Vajon mit teszünk, ha ráébredünk, hogy egész lényünk, minden cselekedetünk kapzsi és pénzsóvár? Sajnos, általában nem ilyen módon gondolkodunk. Mindig jelen van bennünk az „én”, a

felsőbbrendű entitás, az irányításra, az uralomra törő katona. Számomra azonban kifejezetten destruktívnak tűnik e folyamat, és úgy vélem, illúzió lenne azt hinni, hogy tudjuk, miért cselekszünk így. Valójában saját folytonosságunk fenntartása érdekében osztjuk önmagunkat magas- és alacsonyrendű részekre. De vajon mi történik, ha csak és kizárólag a kapzsiság van jelen, nem pedig a kapzsiságot működtető „én”, azaz ha teljes egészében kapzsi vagyok? „Nyilvánvaló, hogy ekkor egy teljesen eltérő folyamat lép működésbe, más kérdéssel találjuk szembe magunkat. Ez a kérdés kreatív, mivel nem az „én”, nem a valamivé válás érzete uralkodik benne, és kizárólag ebben az állapotban lehetünk kreatívak. Ebben az állapotban nincs jelen az erőfeszítést tévő személy, ez az állapot nem a szavakról szól, és nem arról, hogy megpróbáljuk kideríteni, milyen állapotban is vagyunk; ha az állapotunkat akarjuk megismerni, soha nem lelhetünk rá arra. A fontos az, hogy felismerjük, az erőfeszítést tévő személy és az erőfeszítés tárgya megegyezik egymással. Hogy lássuk, hogyan osztja magát az elme egy magasabb rendű, állandó entitásra, és egy alacsonyabb rendű részre, megértésre és éberségre van szükségünk, azonban továbbra is egy gondolati, azaz időbeli folyamatról van szó. Ha képesek vagyunk közvetlen tapasztalásként megérteni ezt az igazságot, látni fogjuk, hogy egy teljesen új tényező lép működésbe.

XVI. MEGOLDHATJUK-E PROBLÉMÁINKAT A GONDOLKODÁS ÁLTAL?

MÉG SOHA, egyetlen gondolat sem oldotta meg a problémáinkat, és nem hiszem, hogy ez valaha is bekövetkezne. Abban bízunk, az intelligencia majd megmutatja nekünk a bonyolult helyzetünkből kivezető utat, azonban minél agyafűrtabb, minél visszataszítóbb, minél kifinomultabb ez az intelligencia, annál több rendszer, elmélet és eszme áll rendelkezésünkre.. Az eszmék pedig egyetlen emberi problémát sem oldanak meg, ez még soha nem történt meg, és a jövőben sem fog bekövetkezni. Nem az elme a megoldás, a bonyolultságból kivezető utat nyilvánvalóan nem a gondolkodás útja jelenti. Úgy vélem, először a gondolkodás folyamatát kell megértenünk, hogy aztán képesek legyünk meghaladni azt, mivel ha abbamarad a gondolkodás, talán képesek leszünk megtalálni az egyéni és kollektív problémáink megoldásához vezető utat.

A gondolkodás nem oldotta meg a problémáinkat. A bölcs emberek, a filozófusok, a tudósok, a politikai vezetők valójában soha egyetlen emberi problémát sem oldottak meg, mert nem oldották meg az emberek közötti kapcsolatok problémáját. Mind ez ideig az elme, az intellektus segítségével vizsgáltuk ezt a kérdést, és reméltük, hogy előbb-utóbb rálelünk majd a válaszra. De vajon feloldhatja-e valaha is az elme a problémáinkat? Vajon nem mindig önmagát védelmezi-e a laboratóriumokon, a tervezőasztalok világán kívül megnyilvánuló gondolkodás, vajon nem önfenntartóak, nem kondicionáltak-e ezek a gondolatok? Vajon nem énközpontú a gondolkodás tevékenysége? És vajon megoldhatja-e az ilyen gondolkodás az önmaga által teremtett problémákat? Képes-e a problémákat megteremtő elme feloldani önnön teremtményeit?

A gondolkodás nyilvánvalóan egyfajta válaszreakció. Ha feltesznek nekünk egy kérdést, válaszolunk arra, méghozzá az emlékeinknek, az előítéleteinknek, a neveltetésünknek, a szellemi háttérünknek, a kondicionálásunknak megfelelően – mindig e dolgoknak megfelelően reagálunk és gondolkozunk. Cselekedeteink e háttérének központját az „én” képezi, és amíg nem értjük meg e háttérrel, a problémákat megteremtő ént, amíg nem értjük meg a gondolkodási folyamatot, és nem vetünk véget neki, addig továbbra is külső és belső, a gondolatainkban, az érzelmeinkben és a cselekedeteinkben egyaránt megnyilatkozó konfliktusok közepette fogunk élni. Legyen bármilyen okos, bármilyen alaposan átgondolt, egyetlen intellektuális megoldás sem vethet véget az emberek közti konfliktusoknak. Ha ezt felismerjük, és tudatában vagyunk annak, hogyan és milyen forrásból születnek a gondolatok, joggal tehetjük fel a kérdést: vajon véget érhet-e valaha is a gondolkodás?

Az egyik kérdés tehát az, vajon megoldhatja-e a gondolkodás a problémáinkat – igaz? Vajon megoldjuk-e a problémákat azáltal, ha végiggondoljuk őket? Vajon megoldott-e valójában a gondolkodás valaha bármilyen gazdasági, társadalmi vagy vallási problémát? Hétköznapi életünk során minél többet gondolkodunk egy adott problémán, az csak annál összetettebbé, bizonytalanabbá és megfoghatatlanabbá válik. Vagy nem ez történik a valós, mindennapi élet során? Lehet, hogy ha

végiggondoljuk az adott kérdés bizonyos aspektusait, akkor jobban megértjük majd a másik ember álláspontját, a gondolkodás által azonban nem foghatjuk fel a problémát a maga teljességében – a gondolkodás csak részlegesen láthatja a problémákat, a részleges válasz pedig nem válasz, azaz nem megoldás.

Minél többet gondolkodunk egy problémán, minél alaposabban vizsgáljuk, elemezzük és tárgyaljuk azt, annál összetettebbé válik a kérdés. Vajon lehetséges-e hát átfogóan, teljes egészében szemlélni a problémákat? Úgy tűnik, ez jelenti számunkra a legnagyobb nehézséget. Problémáink egyre szaporodnak, közvetlenül fenyeget bennünket a háború veszélye, kapcsolataink pedig egyre zavarosabbá válnak, de vajon hogyan érthetnénk meg teljes egészében e dolgokat? Ez a probléma nyilvánvalóan csak akkor oldható meg, ha teljes egészében vizsgáljuk, ahelyett, hogy részeire bontanánk szét. De vajon hogyan lehetséges ez? Nyilvánvaló, hogy ez csak akkor lehetséges, ha véget ér a gondolkodásnak az „énből”, a hagyományok, a kondicionálás, az előítéletek, a remény, és a kétségbeesés forrásából táplálkozó folyamata. Vajon megérthetjük-e ezt az ént, nem az elemzés által, de azáltal, hogy igaz valójában látjuk, hogy nem pusztán elméletként, de tényként vagyunk tudatában a létezésének? Úgy, hogy nem az én feloldására törekszünk valamiféle eredményt remélve e cselekedetünkötől, de felismerjük énünk folyamatos tevékenységét? Vajon képesek vagyunk egyszerűen csak **szemügyre venni** az énünket anélkül, hogy megpróbálnánk elpusztítani, vagy ösztönözni azt? Ez itt a kérdés. Ha nem létezne bennünk az „én” központja, annak minden hatalom, tekintély, társadalmi rang, folytonosság, és önvédelem iránti vágyával, akkor nyilvánvalóan megszűnnének a problémáink is.

A gondolkodás nem képes megoldani az én problémáját. Ehhez tudatosságra van szükség, a tudatosság pedig nem azonos a gondolkodással; a tudatossághoz elegendő, ha ítéletalkotás és rosszallás nélküli tudatában vagyunk az én tevékenységeinek. Ha azért vagyunk tudatosak, hogy megoldjuk vagy átalakítsuk a problémákat, hogy valamilyen eredményre jussunk, azáltal továbbra is megmaradunk az én hatókörén belül. Amíg az elemzés, a tudatosság vagy gondolataink folyamatos vizsgálata által valamilyen eredmény elérésére törekszünk, addig továbbra is a gondolkodás, az én, az ego területén tartózkodunk, bárhog is nevezzük ezt a dolgot.

Nyilvánvaló, hogy míg létezik az elme tevékenysége, nem létezhet szeretet. Ahol szeretet van, ott nincsenek társadalmi problémák. A szeretet azonban nem valamiféle megszerezhető, elnyerhető dolog. Az elme ugyan törekedhet arra, hogy egy új gondolathoz, egy új játékszerhez, egy új gondolkodásmódhoz hasonlóan szert tegyen a szeretetre is, ám míg ezt teszi, nem juthat el a szeretet állapotába. Az elme, amely arra törekszik, hogy eljusson a bőkezűség állapotába, továbbra is kapzsi marad. Ugyanígy, ameddig azt kívánja, hogy eljusson abba az állapotba, ahol a szeretet létezik, amíg erre vágyik, és ennek érdekében cselekszik, addig pont e törekvése által tagadja meg magától a szeretetet – nem igaz?

Ha szemügyre vesszük ezt a kérdést, az élet összetett kérdését, ha tudatában vagyunk saját gondolkodási folyamatunknak, és felismerjük, hogy az sehová sem vezet, eljutunk az intelligencia egy újszerű, nem egyéni, és nem is kollektív állapotába. Ekkor megszűnnek az egyénnek a társadalommal, a közösséggel és a valósággal való viszonyával kapcsolatos problémái, mivel ebben az állapotban kizárólag az intelligencia létezik, amely nem személyes és nem is személytelen. Úgy érzem, csakis ez az intelligencia oldhatja meg hatalmas problémáinkat. Ez az intelligencia nem lehet valamiféle törekvés eredménye: csak akkor valósulhat meg, ha teljes mértékben, nem pusztán a tudatos szinten, de a tudatosság mélyebben fekvő, rejtett szintjein is megértjük a gondolkodási folyamatot.

Hogy megértsük e problémákat, roppant csendes és nyugodt elmére van szükségünk, hogy elménk mindenféle köztes eszmétől és elmélettől, minden zavaró tényezőtől mentesen szemlélhesse a kérdést. És pontosan ez jelenti számunkra az egyik nehézséget, mivel a gondolat zavaró tényezővé vált. Ha meg akarok érteni valamit, ha szemügyre akarom venni az adott dolgot, nem kell elgondolkoynom róla – **egyszerűen csak szemügyre kell vennem** azt. Abban a pillanatban, ahogy elkezdek gondolkodni az adott dologról, ahogy bármiféle elképzelésem, véleményem támad azzal kapcsolatban, máris a zavarodottság állapotában vagyok: elterelődik a figyelmem, és már nem azt a dolgot szemlélem, amit meg kellene értenem. Tehát ha problémáink vannak, zavaróvá válnak számunkra a gondolatok

(azaz az eszmék, a vélemények, az ítéletek, az összehasonlítások), mivel megakadályozzák azt, hogy szemügyre vegyük, és így megértsük, és megoldjuk magát a problémát. Sajnos azonban a legtöbb ember számára túlzottan fontossá vált a gondolkodás. Most talán azt kérditek: „de hát hogyan létezhetnék gondolatok nélkül? Hogyan lehetne üres az elmém?” Ha az ember elméje üres, az azt jelenti, hogy a kábultság, a gyengeelméjűség állapotában létezik, és ezt az állapotot ösztönösen elutasítjuk. Azonban a csendes, saját gondolatai által meg nem zavart, nyílt elme képes roppant közvetlen és egyszerű módon szemlélni bármely kérdést, és pontosan ez a képesség jelenti az egyedüli megoldást – ehhez pedig nyugodt és békés elmére van szükségünk.

Az ilyen elme nem valamely erőfeszítés eredményeképpen jön létre, nem a gyakorlás, a meditáció vagy az önfegyelem végeredménye. Ez az elme nem az elfojtás, nem a nemesedés által születik meg, létehez nincs szükség az én, a gondolkodás erőfeszítéseire; ez az elme akkor alakul ki, ha teljes egészében megértjük a gondolkodási folyamatot, azaz ha képesek vagyunk minden zavaró tényező nélkül látni a tényeket. A valóban nyugodt elme e békéjében ott rejlik a szeretet – és csakis a szeretet oldhatja meg emberi problémáinkat.

XVII. AZ ELME SZEREPE

HA MEGFIGYELJÜK AZ ELMÉNKET, és nem csak annak úgynevezett felső rétegeit, de a tudattalan is szemügyre vesszük, valójában az elme tevékenységeit látjuk – igaz? Csakis így vagyunk képesek megvizsgálni bármilyen kérdést. Ne azt próbáljuk meg látni, mit *kellene* tennie az elmének, vagy hogyan *kellene* gondolkodnia, mert így pusztán üres, jelentés nélküli kijelentésekre jutunk. Ha azt mondjuk, hogy ennek az elmének ilyennek és ilyennek kellene lennie, felhagyunk minden vizsgálattal és magával a gondolkodással is; és ez történik akkor is, ha a különféle szaktekintélyeket idézzük, ugye? Ha Buddhát, Jézust vagy bárki mást idézzük, véget ér minden törekvésünk, abbamarad a gondolkodás és a vizsgálat. Azaz, éberem kell figyelni arra, hogy elkerüljük ezt a csapdát. Ha velem akartok tartani, hogy megvizsgáljuk az én kérdését, fel kell hagynotok minden ravaszkodással, éleselméjűséggel, és egyszerű elmével kell szemlélnetek a dolgokat.

Vajon mi az elme szerepe? Hogy ezt megtudjuk, tudnunk kell, mit is tesz valójában az elme. Vajon mit tesz az elménk? Az egész a gondolkodási folyamatról szól – nemde? Gondolkodás nélkül nincs elme; ha az elme (tudatosan vagy öntudatlanul) nem gondolkodik, nem létezik tudatosság. Ki kell derítenünk, hogyan viselkedik a különféle kérdésekkel kapcsolatban a mindennapi életben megszokott elménk, illetve az az elménk, amelynek a legtöbben nem is vagyunk tudatában. Igaz valójában kell szemlélnünk az elmét, nem pedig olyannak kell látnunk azt, amilyennek lennie *kellene*.

Milyen tehát a működésben lévő elme? Itt valójában az elszigetelődés folyamatáról van szó, ugye? A gondolkodási folyamat alapvetően erről szól: a gondolkodási folyamat nem más, mint a gondolkodás egy elszigetelt, ám továbbra is kollektív formája. Ha megfigyeljük saját gondolkodásunkat, látni fogjuk, hogy egy elszigetelt, töredékes folyamatról van szó. Az emlékeinkből, a tapasztalatainkból, a tudásunkból, a hitünkől fakadó reakcióinknak megfelelően gondolkodunk, és e dolgokra reagálunk. Amikor azt mondom, alapvető forradalomnak kell bekövetkeznie, azonnal reagáltok erre a kijelentésre. Ha „értékes” spirituális vagy egyéb befektetésekkel rendelkeztek, tiltakozni fogtok ez ellen a kifejezés ellen. Azaz a reakcióinkat a tudásunk, a hitünk, a tapasztalataink határozzák meg. Ez nyilvánvaló tény. A reakcióknak számos különféle formája létezik. Talán azt állítjátok: „együtt kell éreznem felebarátaimmal”, „együtt kell működnöm a többi emberrel”; „kedvesnek kell lennem” – és így tovább. De valójában mik is ezek a mondatok? Egytől egyig reakciók; a gondolkodás alapvető reakciója azonban mégis az elszigetelődés. Mindannyian megfigyeljük saját elménk tevékenységeit, azaz megfigyeljük a tetteinket, a hitünket, a tudásunkat, a tapasztalásainkat, és e dolgok biztonságérzettel töltenek el bennünket – igaz? Biztonságérzetet nyújtanak, és erőt adnak a gondolkodási folyamatnak. Ez a folyamat kizárólag az „ént”, az elmét erősíti – legyen szó akár az úgynevezett alacsonyabb vagy magasabb rendű énről. Minden vallásunk, minden társadalmi rendeletünk, minden törvényünk az egyén, az egyéni én, az elkülönítő cselekedetek támogatására jött létre; ennek ellenpontjaként pedig megjelenik a totalitárius állam. Ha mélyebbre hatolunk a tudattalanba, ott is ugyanez a folyamat

játszódik le. Ezen a szinten a környezetünk, a társadalom, az apáink, anyáink és nagyszüleink által befolyásolt, kollektív formában létezőnk, és itt is ugyanúgy megtalálható az igazunk érvényre juttatására, az uralkodásra irányuló vágy, akár csak az egyén esetében.

Vajon mindennapi működésünk során nem az elszigetelés folyamata jelenti-e az általunk ismert elme feladatát? Vajon nem az egyéni megváltásra törekszünk-e? A távoli jövőben majd „valakikké” válunk, vagy még ebben az életben „nagy emberek”, nagy írók, nagy művészek leszünk. Ez az egész folyamat az elszigetelődésről szól. De vajon képes-e az elme másként is cselekedni? Képes-e nem elszigetelt, töredékes és önmagába zárt módon gondolkodni? Ez egyszerűen lehetetlen. Így hát imádjuk és tiszteljük az elmét, és rendkívüli jelentőséget tulajdonítunk neki. Vagy nem tudjátok, milyen fontossá válhattok a társadalomban, ha egy kicsit is ravaszak és éberek vagytok, ha felhalmoztok némi tudást és információt? Jól tudjátok, hogyan bálványozzátok az intellektuálisan felsőbbrendű embereket, az ügyvédeket, a tanárokat, a szónokokat, a nagy írókat, a szövegek magyarázóit, hiszen egész életetekben az intellektust és az elmét fejlesztettétek.

Az elme feladata az elszigetelődésre irányul; az elme e nélkül nem is létezik. Miután évszázadokon keresztül fejlesztettük ezt a folyamatot, azon kapjuk magunkat, hogy képtelenek vagyunk az együttműködésre; csak arra vagyunk képesek, hogy a gazdasági vagy vallási tekintélyek által keltett félelemtől vezérelve cselekedjünk. Hogy is létezhetne együttműködés, amikor jelenleg ez az állapot jellemző ránk, és ez az állapot nem csupán tudatos elménkben, de a mélyebb szinteken, a motivációinkban, a szándékainkban és a törekvéseinkben is megnyilvánul? Hogyan csatlakozhatnánk hát egymáshoz, hogy intelligens módon, együtt valósítsunk meg bármit is? Mivel ez szinte lehetetlen, a vallások és a politikai pártok egyfajta önfegyelmet kényszerítenek az egyénre, ezért ha egybe akarunk gyűlni, ha közösen akarunk cselekedni, elengedhetlenné válik számunkra az önfegyelem.

Míg nem értjük meg, hogyan haladhatjuk meg ezt az elkülönítő gondolkodásmódot, e folyamatot, amely során oly nagy hangsúlyt fektetünk az egyéni vagy kollektív formában értelmezett „énre” és az „enyémre”, nem lelhettünk békére, és folyamatos konfliktusok és háborúk közepette fogunk élni. A kérdés az, vajon hogyan vessünk véget a gondolkodás elkülönítő folyamatának. Vajon képes-e lerombolni az ént a gondolkodás, a szavak és a reakciók folyamata? A gondolat pusztán reakció, a gondolat nem kreatív dolog. De vajon véget vethetnek-e önmaguknak az efféle gondolatok? Pontosan ezt igyekszünk kideríteni. Ha azt mondjuk: „fegyelmezettnek kell lennem”, „helyesen kell gondolkodnom”, „ilyennek és ilyennek kell lennem”, ha ez határozza meg a gondolkodásmódunkat, a gondolkodás a változásra kényszeríti és ösztökéli magát, arra, hogy „valamilyenné váljon”. Vajon ez nem az elszigetelődés folyamata? Ez nem az egységes egészként működő intelligencia, holott az együttműködés csakis ez által az intelligencia által valósulhat meg.

Vajon hogyan vethetünk véget a gondolkodásnak? Helyesebben szólva, hogyan érhet véget az elszigetelt, töredékes és részleges gondolkodás? Hogyan fogjunk hozzá a dologhoz? Vajon alkalmas-e erre a célra az úgynevezett önfegyelem? Nyilvánvaló, hogy az önfegyelem hosszú évei során nem jártatok sikerrel, máskülönben nem hallgatnátok engem. Kérlek, vizsgáljátok meg ezt a fegyelmezési folyamatot, amely valójában egy gondolati folyamat, amelyben szerepet kap az alárendelés, az elfojtás, az irányítás és az uralom – e dolgok mind hatással vannak a kor előrehaladtával egyre inkább előtérbe kerülő tudattalanra. Miután annyi éven át haszontalanul próbálkoztatok, nyilván rájöttetek, hogy az önfegyelem nem rombolja le az ént. Az önfegyelem nem képes erre, mivel ez a folyamat csak tovább erősíti az éneteket. Mégis minden vallásotok pártolja és támogatja a dolgot; erre épül minden meditáció, ez képezi minden vallási állítás alapját. Vajon lerombolja-e az ént a tudás vagy a hit? Másként fogalmazva, sikerrel járhat-e bármely jelenlegi tevékenységünk, amely arra irányul, hogy eljussunk énünk gyökereihez? Vajon nem cselekszünk-e alapvetően hiábavaló módon a gondolkodási folyamat, azaz az elszigetelődés és a reakciók folyamata közepette? És vajon mit tesztek, ha ráébredtek, hogy a gondolkodás nem vethet véget önmagának? Mi történik ekkor? Figyeljétek meg magatokat. Mi történik, ha teljes mértékben tudatára ébredünk e ténynek? Megértjük, hogy minden reakció kondicionált, és a kondicionálás által nem létezhet semmiféle szabadság, sem a folyamat elején, sem a végén – a szabadság pedig mindig a kezdeteknél található.

Vajon mi játszódik le valójában, amikor felismeritek, hogy minden reakció a kondicionálás egy adott formája, és ilyenformán a reakciók különféle módokon folytonosságot biztosítanak az ének? Ebben a kérdésben roppant tisztán kell látnunk. A hit, a tudás, az önfegyelem, a tapasztalat, az eredmények elérésére irányuló egész folyamat, a becsvágy, az, hogy jelenlegi vagy következő életünkben „valakikké” váljunk – mindeme dolgok az elszigetelődési folyamat részét képezik, e folyamat pedig pusztulással, háborúval és szenvedéssel jár és a kollektív cselekedetek által nem menekülhetünk e folyamat elől, bármennyire is fenyeget bennünket például a koncentrációs táborok réme. Tudatában vagytok e ténynek? Vajon milyen állapotban van az az elme, amely azt mondja: „ez így és így van”, „ez az én problémám”, „pontosan ez a helyzet”, „látom, mire képes a tudás és az önfegyelem”, „látom, mit eredményez a becsvágy”? Nyilvánvaló, hogy ha felismerjük mindeme dolgokat, egy eltérő folyamat lép működésbe.

Az intellektus útjait ismerjük ugyan, de nem ismerjük a szeretet útját, és az intellektus által nem is lelhetünk rá erre az útra. Hogy megszülethessen a szeretet, meg kell szünnie az intellektusnak, minden elhajlásával, minden vágyával, ambíciójával és törekvésével egyetemben. Hát nem tudjátok, hogy amikor ott él bennetek a szeretet, akkor együttműködtök embertársaitokkal, és nem gondoltok önmagatokra? Ez az intelligencia legmagasabb rendű formája – nem pedig az, amikor felsőbbrendű lényeként vagy magasabb társadalmi pozíciót betöltve szeretitek embertársaitokat, mert az valójában nem más, mint félelem. Ha az efféle dolgoknak szentelitek az érdeklődésedet, nem létezhet szeretet; ilyenkor csak a kizsákmányolás félelemből eredő folyamata létezhet. Azaz a szeretet csak az elme hiányában születhet meg, ezért teljes egészében meg kell hát értenetek az elme szerepét és működését.

Együttműködés csakis akkor létezhet, ha tudjuk, hogyan szeressük egymást; csakis ilyenkor működhetünk intelligens módon, csakis ilyenkor oldhatunk meg bármilyen problémát. Csakis ekkor ismerhetjük meg Istent, csakis ekkor ismerhetjük meg az igazságot. Jelenleg az intellektus és az utánzás által törekszünk Isten megismerésére – ez azonban pusztán bálványimádás. Az örökkévaló, az időtlen és felmérhetetlen csakis akkor születhet életre bennünk, ha a megértés által félresöpörjük az énünket. Az örökkévalót nem kereshetitek fel – meg kell várnotok, míg az keres fel benneteket.

XVIII. ÖNÁMÍTÁS

MOST AZ ÖNÁMÍTÁS kérdéséről szeretnék néhány szót ejteni, az elme számára oly kedves tévképzetekről, amelyeket folyton ráerőltet önmagára és másokra is. Ez roppant komoly kérdés, különösen most, amikor a világ súlyos krízisekkel néz szembe. Azonban hogy megértsük ezt a problémát, nem pusztán a szavak szintjén, de mélyebb, lényegibb és alapvetőbb szinteken is szemügyre kell vennünk azt. Túl hamar megelégszünk a szavakkal és az elcsépelet frázisokkal, túlzottan hozzászoktunk a világi dolgokhoz, és csak reménykedni tudunk abban, hogy „majdcsak történik valami”. „Látjuk, hogy hiába magyarázzuk meg, miért vannak háborúk, az még nem vet véget a harcnak: számtalan történész, teológus és vallásos ember szolgált már efféle magyarázatokkal, a háborúk mégis tovább folynak, ráadásul pusztítóbbak, mint valaha. Ha lelkiismeretesek vagyunk, a szavak mögé kell hatolnunk, és fel kell lelnünk magunkban az alapvető forradalmat. Csakis ez lehet a gyógyír, csak ez jelenthet tartós és lényegi megváltást az emberiség számára.

Úgy gondolom, amikor az önámításról beszélünk, hasonlóképpen őrizkednünk kell minden felületes magyarázattól és replikától; azt javaslom hát, ne csak egyszerűen hallgassuk a beszélő szavait, de igyekezzünk alaposan megvizsgálni mindennapi életünkben ezt a kérdést – azaz figyeljük meg önmagunkat és a gondolkodásunkat, hogy lássuk, milyen hatást gyakorlunk embertársainkra, és hogyan színészkedünk önmagunknak.

Vajon mi az önámítás oka, alapja? Vajon hányan vagyunk valóban tudatában annak, hogy becsapjuk saját magunkat? Mielőtt válaszolhatnánk arra a kérdésre, hogy mi is az önámítás, először tudatában kell lennünk annak, hogy rászédjük magunkat. De vajon tisztában vagyunk-e ezzel? Mit is értünk önámítás alatt? Úgy gondolom, ez egy roppant fontos kérdés, mivel minél inkább rászédjük magunkat, annál erősebbé válik ez az ámítás; hiszen ez egyfajta elevenséggel, energiával, életerővel ruház fel minket, és így másokra is ráerőltetjük ezt az önmagunkról alkotott hamis képet. Így hát lassan már

nem csak önmagunkat csapjuk be, de másokat is rászédünk – ez az önámítás kölcsönhatása. Vajon tudatában vagyunk-e ennek a folyamatnak? Azt hisszük, képesek vagyunk tisztán, világosan és céltudatosan gondolkodni, de vajon tudatában vagyunk-e annak, hogy ez az önámítás a gondolkodási folyamatban is szerepet kap?

Vajon nem öngazolásra és biztonságra törekszünk-e a gondolkodási folyamat által? Nem arról van-e szó, hogy elismerésre, társadalmi rangokra, presztízusra és hatalomra vágyunk? Vajon nem te remtünk-e meg egy könnyedén elfogadható állapotot, abban a pillanatban, hogy az egyszerű anyagi szükségleteinken kívül másra is elkezdünk vágyakozni? Például sok embert érdekel, mi is történik vajon a halál után, és minél idősebbek leszünk, annál nagyobb érdeklődést tanúsítunk a kérdés iránt, és szeretnénk megismerni az igazságot ebben a témában. De vajon hogyan lelhetünk rá az igazságra? Nyilvánvalóan nem azáltal, ha különféle könyveket olvasunk a dologról, vagy más emberek magyarázatait hallgatjuk.

Hogyan deríthetjük hát ki, mi az igazság? Először is tökéletesen meg kell tisztítanunk az elménket minden akadályozó tényezőtől – minden reménytől, a folytonosság iránti összes vágytól, és attól, hogy ki akarjuk deríteni, mi vár ránk a túloldalon. Hiszen az elme mindig a biztonságra törekszik, vágyik a folytonosságra, és reméli, hogy valahogy rálelhet a beteljesedéshez, a jövőbeni létezéshez vezető útra. Bár az ilyen elme meg akarja tudni, mi az igazság a halál utáni étellel, a reinkarnációval és a hasonló dolgokkal kapcsolatban, mégis képtelen erre – nemde? Nem az a fontos, vajon létezik-e a reinkarnáció vagy sem, hanem az, hogy hogyan igyekszik igazolni elménk bizonyos dolgokat az önámítás által. A fontos az, hogy hogyan közelítjük meg a kérdést, hogy milyen motivációval, miféle késztetéssel és vággyal igyekszünk megismerni az igazságot.

"Mindig maga a kereső vezeti félre magát, hiszen senki más nem lenne képes erre. Magunkra erőltetjük ezt a tévképzetet, és a rabszolgáivá válunk. Az önámítás alapját az az állandó vágyunk képezi, hogy „valakik” legyünk ebben a világban – és a másvilágon is. Tudjuk, milyen eredménnyel járnak efféle vágyaink ebben a világban: e vágyak teljes káoszhoz vezetnek, egy olyan világot eredményeznek, ahol mindenki verseng a másikkal, ahol az emberek a béke nevében elpusztítják egymást, ez a folyamat pedig nem más, mint az önámítás egy rendkívüli formája. Ennek ellenére a másvilágon is ugyanígy biztonságra és különféle „pozíciókra” vágyunk.

Azaz attól a pillanattól fogva elkezdjük rászédni magunkat, ahogy felüti a fejét bennünk a létezés, a „valamivé válás”, a sikerek iránti vágy. Az elme csak roppant nehezen képes megszabadulni e vágytól; és ez jelenti életünk egyik legalapvetőbb problémáját. Vajon lehetséges-e úgy élnünk e világban, hogy „senkik vagyunk”? Hiszen csakis így szabadulhatunk meg minden tévképzetünkől, mert csak így lehetséges az, hogy az elme ne akarjon elérni semmiféle eredményt, ne keressen kielégítő válaszokat és öngazolást, és ne törekedjen biztonságra az emberi kapcsolatok által. Ez pedig csakis akkor valósulhat meg, ha elménk felismeri az önámítás minden egyes formáját, és a megértés által felhagy mindenféle öngazolással, és nem vágyik többé a biztonságra – azaz ha képessé lesz arra, hogy semmivé váljon. De vajon lehetséges-e ez?

Amíg bármilyen módon rászédjük önmagunkat, nem élhet bennünk szeretet. Amíg az elme képes arra, hogy különféle tévképzeteket teremtsen meg és erőszakoljon magára, addig nyilvánvalóan elszigeteli magát a kollektív, egységes megértéstől. És pontosan ez jelenti számunkra az egyik nehézséget: nem tudjuk, hogyan működünk együtt egymással. Csak azt tudjuk, hogyan próbálunk meg közösen munkálkodni egy mindannyiunk által elérni vágyott eredmény érdekében. Az együttműködés azonban csakis akkor valósulhat meg, ha nincsenek közös, a gondolkodás által megteremtett céljaink. A fontos az, hogy felismerjük, az együttműködés kizárólag akkor lehetséges, ha nem vágyunk arra, hogy „valamivé váljunk”. Amíg él bennünk ez a vágy, szükségessé válik a hit, és a hozzá hasonló dolgok, szükségessé válik egyfajta kivetített utópia létezése. Azonban ha névtelenül, és mindenféle önámítás, a hit és a tudás korlátai, a biztonság iránti vágy nélkül teremtünk, megvalósulhat a valódi együttműködés.

Vajon lehetséges-e az, hogy mindenféle kitűzött cél nélkül működünk együtt egymással? Képesek vagyunk-e együtt munkálkodni anélkül, hogy valamilyen eredmény elérésére törekednénk? Mert

nyilvánvalóan ez a valódi együttműködés – nem igaz? Hiszen mi is történik olyankor, amikor közösen kigondolunk, kidolgozunk egy megvalósítandó célt, és ennek érdekében munkálkodunk? _A gondolataink, az intellektusaink természetesen közös nevezőre jutnak egymással, de meglehet, hogy érzelmileg egész lényünk ellenáll a dolognak, ez pedig önámításra, és konfliktusokra vezet. Intellektuálisan talán megegyezünk abban, hogy közösen elvégezzünk egy adott feladatot, mélyen önmagunkban, öntudatlanul azonban harcban állunk egymással., Mindannyian a saját érdekünkben akarjuk megvalósítani a kitűzött célt; uralkodni akarunk a többiekén, azt akarjuk, hogy a mi nevünk kerüljön a legelőkelőbb helyre, jóllehet azt állítjuk, hogy együtt fogunk működni egymással. Így hát az adott terv kiagyaloiként valójában mindannyian szemben állunk egymással, még akkor is, ha külsőleg úgy tűnik, egyazon cél érdekében munkálkodunk.

Vajon nem fontos, hogy kiderítsük, képesek vagyunk-e együtt, egymás mellett élni egy olyan világban, ahol semmik és senkik sem vagyunk, hogy megtudjuk, képesek vagyunk-e – nem pusztán felszínes módon, de valóban – együttműködni egymással? Talán ez jelenti a legnagyobb problémát számunkra. Mindannyian azonosulunk az adott dologgal, mindannyian érdeklődést tanúsítunk iránta, és mindannyian meg akarjuk valósítani a kitűzött célt. Ez a gondolkodási folyamat azonban nyilvánvalóan roppant felszínes, mivel az azonosulás által megteremtjük az elszigetelődést; számos egyértelmű példát láthatunk erre mindennapi életünk során. Mondjuk, hogy én hindu vagyok, te pedig katolikus: mindketten a felebaráti szeretetet hirdetjük, mégis folyton egymás torkának ugrunk. De vajon miért? Ez jelenti az egyik legnagyobb problémánkat – igaz? Valahol mélyen bennünk, öntudatlanul ott élnek a saját hiedelmeink. Ha csak beszélünk a testvériségről, azzal még nem oldjuk meg a hit kérdését, csupán elméletileg, intellektuális módon értünk egyet abban, hogyan kellene működniük a dolgoknak, mélyen önmagunkban azonban szemben állunk egymással.

Míg nem szüntetjük meg ezeket a korlátokat, ezt az önámítást, amely egyfajta életerővel és elevenséggel ruház fel bennünket, nem leszünk képesek valóban együttműködni egymással. Ha egy adott csoporttal, eszmével vagy országgal azonosulunk, az soha nem vezethet együttműködésre.

A hitből nem származik együttműködés; épp ellenkezőleg, a hit megosztja az embereket. Láthatjuk, hogyan fordulnak szembe egymással az egyes pártok: mindegyik a maga megoldásaiban hisz, mindegyik másként igyekszik kezelni a gazdasági problémákat, és így folyamatosan harcban állnak egymással. Nem fognak össze egymással, hogy megoldják például az éhezés kérdését – ehelyett azzal vannak elfoglalva, hogy különböző elméleteket agyaljanak ki a probléma megoldásáról. Nem magával a problémával foglalkoznak, hanem azzal, milyen módszerrel oldják meg azt. Következésképpen harcban állnak egymással, mivel a probléma helyett kizárólag az eszmékkel törődnek. Mindannyian tudjuk, hogy ugyanígy szemben állnak egymással a vallásos emberek is, jóllehet szavaikban az élet és Isten egységét hirdetik. Belül azonban elszigetelik őket egymástól destruktív hiedelmeik, véleményeik és tapasztalásaik.

A tapasztalat szintén megosztó hatást gyakorol az emberi kapcsolatokra; a tapasztalat szintén a tévképzetek, az önámítás egyik fajtája. Ha megtapasztalunk valamit, ragaszkodni fogunk az adott tapasztalathoz, és ahelyett, hogy a tapasztalás kérdésének mélyére hatolnánk, azt hisszük, maga a tapasztalat is elégséges; következőképp e tapasztalás által csak tovább ámítjuk önmagunkat.

A nehézséget az jelenti számunkra, hogy mindannyian olyannyira azonosulunk egy adott hittel, a boldogság vagy a gazdasági fejlődés elérésére kidolgozott adott módszerekkel, hogy e dolgok foglyul ejtik az elménket, és így képtelenek vagyunk a kérdés mélyére hatolni, ennél fogva továbbra is szeretnénk kitartani a saját módszereink, hitünk és tapasztalataink mellett. Míg a mélyebb szinteken is bekövetkező megértés által fel nem oldjuk ezeket az ellentmondásokat, nem lehet béke a világban. Ezért olyan fontos, hogy ne csak felszínesen, de mélyen, és teljes egészében megértsük a „valamivé válásra”, az eredményekre irányuló vágy kérdését, mert csakis így teremthetünk békét a világban.

Az igazság nem valamiféle kivívható dolog. A szeretet nem köszönt be azokhoz, akik benne keresnek fogódzót, vagy akik szeretnének azonosulni vele. Az igazság és a szeretet csakis akkor lép be az életünkbe, ha elménk nem keres semmit, ha tökéletesen elcsendesedik és megnyugszik, és nem teremt többé hiedelmeket, hogy azoktól függjön, vagy erőt nyerjen belőlük, hiszen ez valójában nem

más, mint önámítás. Elménk pedig csak akkor csendesülhet el, ha teljes mértékben megérti a vágy működését. Csakis ekkor hagyhat fel a létre vagy a nemlétre irányuló törekvéseivel; és csakis ekkor juthat el abba az állapotba, ahol nem létezik semmiféle önámítás.

XIX. AZ ÉNKÖZPONTÚ TEVÉKENYSÉGEK

ÚGY VÉLEM, a legtöbben tudatában vagyunk annak, hányféle módon, hányféle érveléssel próbáltak már meggyőzni minket arról, hogy hagyjunk fel az önző, énköz-pontú cselekedetekkel. A vallások az ígéretet, a pokoltól való félelem és a megbélyegzés különböző formáival próbáltak bennünket távol tartani az „én” központjából fakadó folyamatos tevékenységektől, és amikor e kísérletek kudarcot vallottak, a politikai szervezetek vették át a stafétabotot. Kezdődött előlről a meggyőzés, a rábeszélés, újra felütötte fejét az utópisztikus remény. Mindenféle ellenállást igyekeztek megtörni a különféle törvényi eszközökkel, amelyek között az enyhe büntetések mellett a végletes módszerek (például a koncentrációs táborok) is helyet kaptak. Mi azonban tovább folytattuk önző tevékenységeinket, mivel úgy tűnik, csak efféle cselekedetekre vagyunk képesek. Ha egyáltalán eszünkbe jut a dolog, igyekezünk mérsékelni azt; ha tudatában vagyunk e cselekedeteknek, igyekszünk változtatni rajtuk, alapvetően azonban nem alakítjuk át e tevékenységeinket, és nem vetünk véget nekik. A gondolkodó emberek tudják ezt, és annak is tudatában vannak, hogy csak akkor létezhet boldogság, ha ezek a tevékenységek abbamaradnak. A legtöbben természetes dolognak tartjuk ezeket a dolgokat, és úgy gondoljuk, nem tehetünk mást, mint hogy mérsékeljük, átalakítjuk és uraljuk őket. Ám ha egy kicsit alaposabban elmélyedünk a kérdésben, ha egy kicsit lelkiismeretesebbek vagyunk – és most nem az úgynevezett „őszinteségről” beszélek, mivel az őszinteség szintén csak az önámítás egyik formája –, ki kell derítenünk, vajon magunk mögött hagyhatjuk-e ezt a folyamatot, ha teljes mértékben a tudatára ébredünk annak.

Hogy megérthessük ezen önző, énközpontú tevékenységek lényegét, nyilvánvalóan meg kell vizsgálnunk őket, és teljes mértékben tudatában kell lennünk a folyamatnak. Ha erre képesek vagyunk, lehetőségünk nyílik arra, hogy feloldjuk e cselekedeteket – a tudatossághoz azonban megértésre van szükség, és arra, hogy a maga valóságában lássuk a dolgot, és ne akarjuk értelmezni vagy megváltoztatni a jelenséget, és ne akarjunk Ítéletet alkotni róla. „Rá kell ébrednünk arra, mit teszünk, tudatában kell lennünk minden egyes, az énközpontú állapotunkból fakadó cselekedetünknek. Ebben az jelenti az egyik legnagyobb nehézséget, hogy amint tudatára ébredünk e tevékenységeknek, igyekszünk átalakítani és uralni őket, Ítéletet akarunk alkotni a dologról, vagy meg akarjuk változtatni azt, így hát csak ritkán vagyunk képesek közvetlen módon megfigyelni magát a folyamatot. És még ha ez sikerül is, akkor is csak kevés ember tudja, mihez kezdjen.

Felismerjük, hogy az önző tevékenységek ártalmasak és destruktívak, és hogy az énközpontú emberek tevékenységei alapvetően az azonosulás valamely formájában nyilvánulnak meg – legyen szó akár egy adott nemzettel, egy csoporttal, egy vágygal való azonosulásról, bizonyos e világi, vagy következő életbeli eredményekre vagy az erényes életre való törekvéseiről, a példaképek követéséről, vagy egyes eszmék dicsőítéséről. Minden egyes, a természettel, az embertársainkkal, az egyes eszmékkel való kapcsolatunk ebből az énközpontúságból fakad. De vajon mitévők legyünk, ha tisztában vagyunk mindezzel? Az ilyen tevékenységeknek maguktól kell véget érniük, nem pedig erőltetett, irányított módon, nem valamiféle külső befolyás hatására.

A legtöbben tudjuk, hogy ezek az önző tevékenységek rosszindulatot és káoszt szülnek, ám csak bizonyos dolgokkal kapcsolatban vagyunk tudatában e ténynek. Vagy az történik, hogy másokkal kapcsolatban felismerjük ugyan a dolgot, magunkban azonban nem, vagy tudatában vagyunk ennek a ténynek, és igyekszünk átalakítani e tulajdonságainkat, igyekszünk meghaladni vagy valami mással helyettesíteni őket. Mielőtt azonban kezelhetnénk ezt a szituációt, tudnunk kell, honnan ered ez a folyamat – igaz? Hogy megértsünk valamit, képesnek kell lennünk arra, hogy szemügyre vegyük az adott dolgot, ehhez pedig ismernünk kell a különböző (tudatos és tudattalan) szinteken megnyilvánuló tevékenységeket, azaz a tudatos iránymutatókat éppúgy, mint öntudatlan motivációink és szándékaink önző megnyilvánulásait.

Az „én” cselekedeteinek csak akkor vagyunk tudatában, amikor szembehelyezkedünk valamivel, amikor kudarcot szenved a tudatosságunk, amikor énünk valamilyen eredmény elérésére vágyik. Illetve akkor is tudatosak vagyunk erre a központra, amikor véget ér valamilyen élvezet, és szeretnénk még többet kapni belőle, mivel ekkor ellenállás támad bennünk, és céltudatosan igyekszünk egy adott, boldogsággal és kielégüléssel kecsegtető eredmény elérésének irányába ösztökélni elménket; például tudatában vagyunk önmagunknak és a cselekedeteinknek, ha tudatosan törekszünk az erényes életre. Nyilvánvaló azonban, hogy az erényes életre törekvő ember nem erényes – az alázatra senki sem törekedhet, és éppen ebben rejlik a dolog szépsége.

Ezek az önző cselekedetek az idő által valósulnak meg. Míg bármilyen formában, tudatos vagy öntudatlan módon létezik ez a bizonyos központ, addig jelen van az idő is, és tudatában vagyunk a múltnak és jelennek, valamint a múltnak és a jelennek a jövővel fennálló kapcsolatának is. Az „én” önző tevékenysége időbeli folyamat. E cselekedetek központja, az „én” az emlékezet által tesz szert folytonosságra. Ha megfigyeljük önmagunkat, és tudatában vagyunk a tevékenységek e központjának, látni fogjuk, hogy csakis egy időbeli folyamatról, az emlékezés és a tapasztalás folyamatáról, valamint a tapasztalatok adott emlékek alapján történő értelmezésének folyamatáról van szó; és azt is észrevesszük majd, hogy e tevékenység valójában a felismerés, a felismerés pedig szintén egy elembeli folyamat.

De vajon képes-e az elme megszabadulni mindeme dolgoktól? Bizonyos ritka pillanatokban bekövetkezhet ez; általában olyankor, amikor valamilyen öntudatlan, szándékolatlan cselekedetet végzünk. De vajon megszabadulhat-e az elme teljes mértékben az önző tevékenységektől? E roppant fontos kérdést mindnyájunknak fel kell tennünk, mivel pusztán már ezáltal is rálehetünk a válaszra. Ha teljes mértékben tudatában vagyunk önző cselekedeteinknek, ha tudatában vagyunk azok különböző tudatossági szinten történő megnyilvánulásainak, akkor nyilván fel kell tennünk a kérdést, vajon véget érhetnek-e valaha e tevékenységek. Vajon lehetséges-e az, hogy ne az idő fogalmai szerint, ne a „mi leszek, mi voltam, mi vagyok” tengely mentén gondolkozzunk. Az önző cselekedetek az efféle gondolatokból fakadnak, és itt veszi kezdetét a „valamivé válás” és a választás időbeli folyamata is. E folyamatban pedig rettenetes gonoszság, szenvedés, zűrzavar és elkorcsosulás rejlik.

Nyilvánvaló, hogy az időbeli folyamatok egyáltalán nem forradalmi jellegűek. Az időben nem létezik átalakulás, csak vég nélküli folytonosság, és megismerés. A forradalom és az átalakulás csakis akkor következhet be, csakis akkor születhet meg valami új, ha teljes mértékben véget vetünk az időnek, az én tevékenységének.

De vajon mitévő legyen az elme, ha tudatában van az „én” adott cselekedetekben megnyilvánuló tevékenységének? Az új dolgok csakis a forradalom, az „én” teljes megszűnése által születhetnek meg, nem pedig a fejlődés, a „valamivé válás” által. Az idő nem hozhat újat, a teremtés útja nem az idő útja.

Nem tudom, volt-e már részetek a kreativitás egyetlen pillanatában is. Nem arról beszélek, amikor az ember valóra vált egy látomást, hanem a felismerés nélküli, öntudatlan teremtés pillanatairól. E pillanatokban olyan állapotba kerülünk, amelyben megszűnik az „én”, megszűnik minden felismerésen alapuló tevékenység. Ha tudatosak vagyunk, látni fogjuk, hogy ezekben a pillanatokban nem létezik az emlékező, az értelmező, a tapasztaló, és nincsenek időhöz kötött gondolati folyamatok. A teremtés, a kreativitás ezen időtlen állapotában megszűnnek az „én” tevékenységei.

A kérdés nyilván az, vajon lehetséges-e, hogy az elme ne pusztán átmeneti jelleggel, egy-egy ritka pillanatra jusson el ebbe az állapotba, de az időtől függetlenül tartózkodjon ott? (Nem szeretném a „mindig”, vagy az „örökké” kifejezéseket használni, mivel ezek óhatatlanul is az időhöz kötődnek.) Erre a fontos felfedezésre mindnyájunknak el kell jutnunk, mivel ez nyitja meg számunkra a szeretethez vezető utat – és minden más út az „én” tárgykörébe tartozik. „A szeretet független az időtől. Az ember nem „gyakorolhatja” a szeretetet; ha így tesz, csupán az „én” tudatos tevékenységei nyilvánulnak meg, azaz ilyenkor pusztán valamilyen eredmény elérésére törekszünk a szeretet által.

A szeretet független az időtől: semmiféle tudatos erőfeszítés, önfegyelem vagy azonosulás által nem ismerhetjük meg, mivel ezek mind időbeli folyamatok. Az elme nem képes felismerni a

szeretetet, mivel csakis időbeli folyamatokat ismer. A szeretet az egyetlen örökkévaló, állandóan új dolog. Mivel a legtöbb ember az időbeli folyamatok eredményeképpen kialakuló elmét fejleszti, nem tudjuk, mi a szeretet. Beszélünk ugyan róla, azt mondjuk, szeretjük az embereket, a gyermekeinket, a házastársunkat, a felebarátainkat, vagy akár a természetet, azonban amint tudatában vagyunk annak, hogy szeretünk valamit, önző tevékenységről van szó, amelyet többé már nem nevezhetünk szeretetnek.

Az elme e tevékenységeit csakis a kapcsolatainkon, a természettel, az embertársainkkal, a saját magunk által kivetített dolgokkal, a minket körülvevő világgal fennálló kapcsolatunkon keresztül érthetjük meg. Bár talán igyekszünk elszigetelődni a kapcsolatoktól, mégsem létezhetünk nélkülük. A kapcsolatok ugyan fájdalmasak, mégsem szigetelődhünk el a világtól, nem élhetünk remeteéletet – hiszen e módszerek mind az „én” tevékenységeiből fakadnak. Ha felismerjük ezt, ha teljes egészében, választások és konkrét szándékok nélkül tudatában vagyunk az idő tudatosságként megnyilvánuló folyamatának, ha semmiféle eredmény elérésére nem törekszünk, látni fogjuk, hogy az idő folyamata természetes módon, magától véget ér, anélkül, hogy akár csak vágynánk is erre – és csakis ekkor valósulhat meg az örökké-valóan új szeretet.

„Az igazságot nem kell keresnünk; az igazság nem valamiféle távoli dolog. Ami tőlünk távol van, az mindig csak az elmének a saját pillanatnyi tevékenységeiről alkotott igazsága. Ha tudatában vagyunk ennek a pillanatonként változó igazságnak, az időbeli folyamatoknak, ez a megértés felszabadítja a tudatosságot, ezt az intelligenciának vagy szeretetnek is nevezett energiát.

Amíg az elme önző módon használja a tudatosságot, mindig az idő és az idő szülte szenvedés, konfliktus, rosszindulat és szándékos félrevezetések uralkodnak majd felettünk: a szeretet csak akkor létezhet, ha elménk teljes egészében megérti e folyamatot, és így felhagy a működésével.

XX. IDŐ ÉS ÁTALAKULÁS

SZERETNEK NÉHÁNY SZÓT ejteni arról, mi is az idő, mert úgy vélem, csak akkor tapasztalhatjuk meg az időtlen módon igaz dolgok gazdagságát, szépségét és jelentőségét, ha teljes mértékben megértjük az időt, és végeredményben a magunk módján mindannyian a boldogságra törekszünk. A jelentőségteljes, valódi boldogságban gazdag élet nyilvánvalóan nem kötődik az időhöz. Az ilyen élet időtlen, akárcsak a szeretet: és hogy megértsük az időtlen dolgokat, meg kell értenünk magát az időt – bár e dolgokat nyilvánvalóan nem közelíthetjük meg az idő által. Nem alkalmazhatjuk az idő eszközt arra, hogy elérjük, felismerjük és felfogjuk az időtlenséget. A legtöbb ember mégis ezt teszi egész életében: azzal töltjük az időnket, hogy igyekszünk megragadni az időtlent, ezért hát fontos, hogy megértsük, mit is értünk idő alatt, mert véleményem szerint igenis képesek vagyunk megszabadulni az időtől. Ezért roppant fontos, hogy ne csupán részlegesen, de teljesen egészében megértsük az időt.

Érdekes felismerni, hogy életünk legnagyobb részét az idő határozza meg – mégpedig nem a kronológiai – a percek, órák, napok és évek által kimért – idő, hanem a pszichológiai emlékezet értelmében vett idő. Az idő által élünk, az idő teremtményei vagyunk. Elménket a számos tegnap hozta létre, a jelen pedig nem más számunkra, mint egy átjáró a múlt és a jövő között. E1-ménk, lényünk, minden tevékenységünk az időn alapul; ha nincs idő, nincsen gondolkodás sem, mivel a gondolatok tegnapokból születnek meg, és emlékezet nélkül nem létezhetnének. Az emlékezet idő, mivel kétféle idő létezik, a kronológiai és a lélektani értelemben vett idő: egyaránt létezik az órák által mért idő tegnapja és az emlékezet tegnapja. Az ember nem utasíthatja el a kronológiai értelemben vett időt: ez abszurd dolog lenne – például folyton elkésznénk mindenhol. De vajon valóban létezik a kronológiai időtől független idő? A napokban, órákban mért idő nyilvánvalóan létezik, de vajon létezik-e idő abban az értelemben, ahogy azt az elménk gondolja? A pszichológiai értelemben vett időt egyértelműen az elme hozza létre. Gondolati alap nélkül az idő nem létezik – legalábbis nem a tegnapot a mával összekötő, a jövőt kialakító idő. Azaz a jövőt az emlékek formájában megnyilvánuló, a jelenre reagáló tegnapok teremtik meg; ez pedig egy gondolati folyamat, az elme egyik tevékenysége. Ez a gondolati folyamat életre hív egy idő formájában megnyilvánuló lelki folyamatot is, de vajon éppoly

valódi-e ez az idő, mint a kronológiai értelemben vett idő? És vajon felhasználhatjuk-e az elme idejét arra, hogy megértsük általa az örökkévalót, az időtlent? Mint mondtam, a boldogságot nem a tegnap teremti meg, a boldogság mindig a jelenben, egy időtlen állapotban létezik. Nem tudom, észrevettétek-e már, hogy amikor eksztázist, kreatív örömet éltek meg, amikor a szürke égbolton megjelenik néhány világos felhő, abban a pillanatban nem létezik az idő – ilyenkor csakis a közvetlen jelen létezik. A jelen megtapasztalása után újra visszatérő elme azonban emlékezik, szeretné meghosszabbítani ezt az élményt, és így létrehozza az időt. Azaz az időt ez a „többre” való vágy teremti meg; az idő egyfajta vagyongyűjtés, ugyanakkor elkülönülés is – az elkülönülés pedig szintén az elme egyfajta felhalmozási folyamata. Következésképpen, ha az idő keretein belül csiszoljuk az elménket, ha az idő, azaz az emlékezet keretein belül kondicionáljuk a gondolkodásunkat, azáltal nem nyílnak meg számunkra az időtlenség.

Vajon időfüggő-e az átalakulás? A legtöbben megszoktuk, hogy azt higgyük, az átalakuláshoz időre van szükség: ilyen és ilyen vagyok, és hogy olyanná váljak, amilyennek lennem kellene, időre van szükségem. Ha valaki kapzsi (amivel együtt jár a kapzsiság összes eredménye, a zavarodottság, az ellenségesség, a rengeteg konfliktus és szenvedés is), akkor úgy gondoljuk, bizonyos időre van szükség ahhoz, hogy az adott személy átalakuljon, és nagylelkűvé váljon., Azaz az időt a fejlődés, a „valamivé válás” egyik eszközének tartjuk.

Tegyük fel, hogy kapzsi, irigyek, indulatosak, kegyetlenek vagy szenvedélyesek vagyunk. Vajon szükségünk van-e időre ahhoz, hogy megváltoztassuk azt, ami *van*? Először is, miért akarjuk megváltoztatni a valóságot, miért akarunk átalakulást elérni? Miért?j Azért, mert a valóság nem elégíti ki bennünket: a valóság konfliktust és zavart eredményez, mi pedig nem kedveljük az adott állapotot – valami jobbra, valami nemesebbre, valami tökéletesebbre vágyunk. Következésképpen vágyunk az átalakulásra, mivel a jelenleg helyzet fájdalmat, kényelmetlenséget és konfliktusokat szül. Mondhatnánk, hogy a konfliktusoktól való megszabaduláshoz, önünk megváltoztatásához például húsz napra, vagy húsz évre van szükségünk, ez idő alatt azonban továbbra is konfliktusban állunk önmagunkkal, azaz az átalakulás nem az idő eredményeképpen következik be. Ha az idő által akarunk szert tenni valamely tulajdonságra, érényre vagy létállapotr, egyszerűen csak elodázzuk a valóságot, igyekszünk elkerülni azt, ami *van*; és úgy gondolom, roppant fontos, hogy ezt megértsük. A kapzsiság, az erőszak fájdalmat okoz és zavart kelt az emberi kapcsolatok világában, azaz a társadalomban, és ha tudatában vagyunk ennek a kapzsiságnak vagy erőszaknak nevezett, zavaros állapotnak, így szólunk: „idővel le fogok szokni erről. Gyakorolni fogom az erőszakmentességet, a nagylelkűséget és a békét”. Tehát gyakorolni szeretnénk például az erőszakmentességet, mert az erőszak zavaros, konfliktusokkal teli állapotot teremt, és úgy gondoljuk, idővel szert teszünk majd az említett pozitív tulajdonságra, és úrrá leszünk a problémákon. De mi is történik valójában? Egy konfliktusokkal terhelt állapotból szeretnénk eljutni egy békés állapotba. De vajon az idő által érjük-e el ez utóbbi állapotot? Nyilvánvalóan nem, mivel míg el nem jutunk ebbe az állapotba, továbbra is erőszakosak vagyunk, következésképpen továbbra is konfliktusok közepette élünk.

A kérdés tehát az, vajon úrrá lehetünk-e egy konfliktuson, egy „működési zavar” meghatározott idő alatt, legyen szó akár napokról, akár évekről – vagy éppen életekről? Vajon mi történik, ha így szólunk: „A következő ennyi és ennyi időben az erőszakmentességet fogom gyakorolni?” Maga a gyakorlás is arra utal, hogy konfliktusaink vannak – nemde? Az ember nem gyakorolná az erőszakmentességet, ha nem utasítaná el a konfliktusokat; azt mondjuk, ez az ellenállás elengedhetetlen ahhoz, hogy úrrá legyünk a konfliktusokon, ehhez az ellenálláshoz pedig időre van szükségünk. Azonban már maga a konfliktusokkal szembeni ellenállás is egyfajta konfliktus. Arra pazaroljuk az energiánkat, hogy ellenálljunk a kapzsiságnak, irigységnek vagy erőszaknak nevezett formában megnyilvánuló konfliktusoknak, elménk azonban továbbra is konfliktusok közepette létezik, ezért roppant fontos, hogy felismerjük, milyen téves dolog azt hinnünk, hogy az idő által leszünk majd úrrá az erőszakon, és így megszabadulunk majd ettől a folyamattól. Így képessé válunk arra, hogy, azok legyünk, akik valójában vagyunk, felismerjük ezt a lelki zavarodottságot, és rájövünk, hogy magunk vagyunk az erőszak.

Vajon mi az a legfontosabb, alapvető dolog, ami által megérthetjük az emberi és tudományos problémákat? Ehhez elsősorban csendes és nyugodt, a megértés szándékával rendelkező elmére van szükségünk, nem igaz? Az ilyen elme pedig nem kirekesztő, nem igyekszik „összpontosítani” – mivel ez újfent csak egy ellenállásból fakadó erőfeszítés. Ha valóban meg akarunk érteni valamit, elménk azonnal elcsitul. Vajon milyen állapotban van az elmétek, amikor meg akarjátok hallgatni a kedvenc dalotokat, vagy meg akartok nézni egy festményt, amelyhez mély érzelmek fűznek benneteket? Az elme ilyenkor azonnal elcsendesedik. Amikor zenét hallgatunk, elménk nem csatangol el mindenfelé – ilyenkor egyszerűen figyelünk. Ha meg akarjuk érteni a konfliktusokat, ugyanígy nem függünk az időtől: egyszerűen szembesülünk azzal, ami **van**, azaz jelen esetben a konfliktussal, és ekkor elménk azonnal elcsendesedik és megnyugszik. Ha már nincs szükségünk az időre ahhoz, hogy átalakítsuk azt, ami **van**, mert felismertük e folyamat téves mivoltát, akkor felismerjük a valóságot, és mivel szándékunkban áll azt megérteni, elménk magától elcsitul – és ebben az éber, mégis passzív állapotban bekövetkezik a megértés. Amíg elménk konfliktusok közepette létezik, amíg másokat hibáztat, amíg ellenáll a valóságnak, és Ítélik, nem létezhet számunkra megértés: ha meg akarunk érteni valakit, nyilvánvalóan nem alkothatunk Ítéletet az illetőről. Az átalakulást pedig ez a csendes és nyugodt elme idézi elő. Ha az elme már nem áll ellen a valóságnak, ha nem akarja eltagadni és megítélni azt, hanem egyszerűen passzív módon tudatában van annak, ami **van**, akkor ebben a passzív állapotban valóban elkezdünk foglalkozni az adott kérdéssel, ez pedig elvezet az átalakuláshoz.

A forradalom csak a jelenben lehetséges, nem pedig a jövőben; a megújulás a mában rejlik, nem a holnapban. Ha magatok is megvizsgáljátok az általam mondott dolgokat, azonnali megújulásra leltek, és szert tesztek a frissesség minőségére, mivel az érdeklődő, a megértésre vágyó, a megértést szándékoló elme mindig nyugodt és csendes. A legtöbbször számunkra az jelenti a nehézséget, hogy nem áll szándékunkban megérteni azt, ami **van**, mert félünk attól, hogy a megértés megértése forradalmi változásokat eredményezne az életünkben, ezért ellenállunk annak, ami **van**. Ez az ellenállás munkál bennünk olyankor, amikor az idő vagy egy eszménykép által akarunk fokozatos átalakulásokat elérni.

A megújulás csak ma lehetséges, nem holnap, nem valamikor a távoli jövőben. Ha az idő által akarunk szert tenni a boldogságra, ha ily módon akarjuk felismerni az igazságot vagy Istent, pusztán ámítjuk magunkat – tudatlanságban élünk, és így konfliktusok dúlnak bennünk. Ha látjuk, hogy szorult helyzetünkben nem az idő útja a jelenti a kiutat, magától felébred bennünk a megértésre irányuló szándék, következésképpen spontán módon, mindenféle kényszer vagy gyakorlás nélkül elcsendesedik az elménk. A megújulás csakis akkor következhet be, ha elménk nyugodt és békés, és semmiféle válasza vagy megoldásra nem törekszik, mivel ilyenkor képes érzékelni az igazságot; és ez az igazság tesz szabaddá bennünket, nem pedig a saját erőfeszítéseink.

XXI. ERŐ ÉS FELISMERÉS

LÁTJUK, HOGY RADIKÁLIS változásra van szükség társadalmunkban az egyéni és csoportos kapcsolatainkban; a kérdés az, hogy valósítsuk meg ezt a változást? Ha a változás az elme által kivetített mintáknak megfelelően zajlik le, ha egy ésszerű, alaposan kidolgozott terv szerint következik be, továbbra is az elme hatókörében mozgunk, következésképpen az elme által megalkotott dolgok válnak azzá a végeredménnyé, amelyért hajlandóak leszünk feláldozni önmagunkat és embertársainkat. Ebből pedig az következik, hogy emberi lényekként egyszerűen az elme termékei vagyunk, és ezzel együtt jár a konformizmus, a kényszer, az erőszak, a zsarnokság, ezzel együtt járnak a koncentrációs táborok, és a többi borzalmas dolog., Ha az elmét bálványozzuk, létrejönnek mindeme dolgok – igaz? De vajon mitévők legyünk, ha felismerjük ezt, ha látjuk az önfegyelmet, az irányítás hiábavalóságát, ha látjuk, hogy az elfojtás különböző formái csak tovább erősítik az „én” és az „enyém” fogalmát?

Hogy teljes egészében felmérhessük ezt a problémát, először a tudatosság kérdését kell megvizsgáljunk. Nem tudom, vajon elgondolkodtatok-e már ezen a kérdésen, vagy egyszerűen csak a különféle szaktekintélyek véleményét szoktátok idézni a témával kapcsolatban? Nem tudom, vajon megértettétek-e a tapasztalataitok és az önvizsgálat által, mit is jelent a tudatosság – és most nem csupán a mindennapi tevékenységekre és törekvésekre való tudatosságra gondolok, de arra a mélyebben rejlő, gazdag tudatosságra is, amelyet sokkal nehezebb felfogni. Ha arról beszélünk, hogy alapvető változásnak kell bekövetkezni bennünk – és ezáltal a világban is –, és ha e változás célja egy adott látomás, a lelkesedés, a hév felkeltése, egy remény, egy bizonyosság életre hívása, amely aztán biztosítja számunkra a cselekvéshez szükséges hajtóerőt – ha meg akarjuk érteni mindezt, akkor szükségképpen meg kell vizsgálnunk a tudatosság kérdését is.

Azt könnyűszerrel felfoghatjuk, mit értünk az elme felszínes szintjén megnyilvánuló tudatosság alatt: nyilvánvalóan a gondolkodási folyamatról, a gondolatokról van szó. A gondolatok az emlékezet és a verbalizáció eredményei; a gondolatok a tapasztalások megnevezése, feljegyzése és elraktározása által jönnek létre, illetve ezen a szinten lelhetjük fel a különféle gátlásokat, megszorításokat és büntetéseket is. E dolgokat meglehetősen jól ismerjük. Ha egy kicsit mélyebbre hatolunk, ott rejlenek a faji emlékezet által felhalmozott emlékek, rejtett mozgatórugóink, az érzékelés, a kapcsolatok és a vágyak által létrehozott kollektív és személyes ambíciók és előítéletek. A tudatosság e nyitott és rejtett részei egyaránt az „én” eszméje köré csoportosulnak.

Amikor változásról beszélünk, általában a felszínes változásra gondolunk, nem igaz? Azért küzdünk az elhatározásaink, következtetéseink, hiedelmeink, önfegyelmünk és gátlásaink által, hogy elérjük az általunk vágyott, felszínes eredményeket, és azt reméljük, a tudattalan, az elme mélyebb rétegeinek segítségével sikerrel is járunk majd; következésképpen úgy véljük, fel kell fedoznünk önmagunk mélyebb rétegeit. Azonban minden pszichológus, minden önismeretre törekvő ember tökéletesen tudatában van annak, hogy a felszínes és az úgynevezett mélyebb rétegek soha véget nem érő konfliktusban állnak egymással.

Vajon előidézhet-e változást ez a belső konfliktus? Vajon mindennapi életünk legelemibb, legfontosabb kérdése nem arra vonatkozik-e, hogy hogyan hívjunk létre egy radikális változást önmagunkban? És vajon elegendő-e ehhez az, ha egyszerűen a felszíni rétegeket változtatjuk meg? Vajon előidézi ezt a változást a tudatosság, az „én” különböző szintjeinek megértése, ha feltárjuk a múltban, a gyermekkorunktól napjainkig megélt élményeket, ha megértjük apáink, anyáink, őseink, fajunk kollektív tapasztalásait, ha felfogjuk a ránk ható társadalmi kondicionálást? Létre hívható mindeme dolgok elemzésével egy olyan változás, amely több egyszerű alkalmazkodásnál?

Úgy érzem – és ezzel bizonyára ti is ugyanígy vagytok –, hogy életünkben szükségképpen be kell következnie egy alapvető változásnak; egy változásnak, amely több egyszerű reakciónál, amely nem a környezetünk ránk gyakorolt nyomása által valósul meg. De vajon hogyan idézhetjük elő ezt a változást? Tudatosságunk valójában az emberi tapasztalások összessége és a jelennel való kapcsolataink eredményeképpen jött létre – és vajon kiválthatja-e a tudatosság ezt a változást? Vajon bekövetkezhet-e ez a változás, ha tanulmányozzuk önmagunkat és a cselekedeteinket, ha tudatában vagyunk

a gondolatainknak és az érzéseinknek, és elcsendesítjük az elménket, hogy ítéletalkotás nélkül vizsgálhassuk meg önmagunkat? Megvalósulhat-e a változás a hit, az eszményképnek nevezett, kivetített képzetekkel való azonosulás által? Mindeme dolgok a jelenlegi énünk, és az „ideális” énünk közötti konfliktusra utalnak – nemde? Azt jelzik, hogy folyamatos harc dül bennünk, és harcban állunk a társadalommal is – igaz? Szüntelen konfliktus dül a jelenlegi énünk, és megvalósítani kívánt énünk között; vajon előidézheti-e a változást ez a konfliktus, ez a küzdelem? Látjuk, hogy a változás valóban létfontosságú, de vajon megvalósíthatjuk-e azt, ha küzdelmek közepette, az önfegyelem és az elfojtás különböző formái által igyekszünk megvizsgálni a tudatosságunkat? Úgy érzem, az efféle folyamatok nem hozhatnak lényegi változást. Az embernek *teljesen* biztosnak kell lennie ebben a kérdésben. És ha ez a folyamat nem vezethet alapvető átalakulásra, nem válthat ki egy mély, belső forradalmat, akkor vajon mi idézheti elő ezt a változást?

Vajon hogyan idézhetünk elő valódi forradalmat? Milyen erő, milyen kreatív energia képes erre, és hogyan szabadítható fel ez az energia? Próbálkoztál már az önfegyelemmel, a különféle eszményképekkel és elméletekkel; azzal az elmélettel, miszerint azonos vagy Istennel, és ha képes vagy felismerni saját isteni mivoltodat, megtapasztalni az *Atmant*, a legmagasabb létezést, akkor maga ez a felismerés alapvető változást idéz majd elő benned. De valóban így van ez? Először is, feltételezed, hogy létezik egy valóság, amelynek része vagy, majd különböző elméleteket, hiedelmeket, doktrínákat és további feltételezéseket építesz e tétel köré, és azok alapján éled az életedet; adott minták alapján gondolkodol és cselekszel, és reméled, ez majd alapvető változást fog kiváltani. De vajon tényleg bekövetkezik-e ez a változás?

Tegyük fel, hogy a legtöbb vallásos emberhez hasonlóan te is úgy gondold, hogy mélyen benned ott rejlik a valóság eszenciája, és hogyha az erény, az önfegyelem, az elfojtás, a tagadás és az áldozatok különféle formái által képes vagy kapcsolatot kialakítani ezzel a valósággal, bekövetkezik a kívánt átalakulás. De vajon nem a gondolkodásból fakad-e ez a feltevés is? Nem a kondicionált, adott mintákhoz igazodó módon gondolkodó elme teremti-e meg ezt a feltételezést? .Létrehozod az adott képet, az eszmét, hitet és reményt, és azt várod, hogy a saját teremtményed előidézi a kívánt változást.

Először is fel kell ismernünk az „én”, az elme nehezen megfogható tevékenységeit, tudatában kell lennünk az eszméknek, a hiedelmeknek és a feltevéseknek – és meg kell szabadulnunk tőlük, mivel e dolgok valójában tévképzetek. Lehet, hogy mások már megtapasztalták a valóságot, de ha te magad nem tapasztalod meg azt, mire jók a feltevések, mire jó, ha elképzeled, hogy lényegedet tekintve azonos vagy valami valódi, halhatatlan, isteni eredetű dologgal? Így továbbra sem lépsz ki a gondolkodás hatóköréből, és a gondolkodásból származó összes dolog kondicionált, időfüggő és az emlékezethez kötődik – következésképpen egyikük sem valódi. Ha az ember valóban felismeri az igazságot, ha nem csupán spekulatív módon elképzeleli, de valóban felismeri, hogy az elme minden tevékenysége, minden keresése, filozófiai tapogatózása, minden feltételezése, képzelgése és reménye pusztán önámítás, akkor felmerül a kérdés: vajon milyen erő, milyen kreatív energia képes előidézni ezt az alapvető átalakulást?

„Eddig a pontig valószínűleg tudatos elménk segítségével jutottunk el: követtük az érvelést, vitatuk vagy elfogadtuk az elhangzottakat, és megértettük vagy megsejtettük, mit jelentenek e szavak. Azonban ahhoz, hogy továbblépjünk, hogy mélyebben is megtapasztaljuk ezt a dolgot, csendes, ugyanakkor éber elmére van szükségünk – igaz?, Az ilyen elme már nem követ semmiféle eszmét, mivel ha így teszünk, megjelenik a kérdéssel kapcsolatban elhangzottakra figyelő, gondolkodó személy, és így máris megteremtjük a dualitást. Ha alaposabban meg akarjuk vizsgálni ezt a kérdést, a lényegi változás kérdését, aktív elménknek el kell csendesednie – nemde? Nyilvánvaló, hogy csakis ekkor lesz képes megérteni ezt a fogós kérdést, az egymástól elkülönülő egységekként értelmezett gondolkodó és gondolat, tapasztaló és tapasztalás, megfigyelő és megfigyelt dolog összetettségét. Ez a kreatív lelki forradalom, amelyben nincs jelen az „én”, csakis akkor következhet be, ha a gondolkodó és a gondolat egy egységet alkot, ha nem létezik dualitás, ha a gondolkodó nem igyekszik uralni a gondolatait; és úgy vélem, kizárólag ez a tapasztalás szabadíthatja fel azt a kreatív energiát, amely aztán előidézi ezt az alapvető forradalmat, a lélektani „én” felbomlását.

Jól ismerjük az erőt, a hatalom különböző megnyilvánulási formáit: az uralkodás, az önfegyelem, a kényszer és az elfojtás által gyakorolt hatalmat. Azt reméljük, a politikai erő kiváltja majd ezt az alapvető változást, az ilyen hatalom azonban csak még több sötétséget, elkülönülést és gonoszságot szül, és még több erővel ruházza fel az „ént”. Ismerjük a vagyongyűjtés egyéni és csoportos formáit is, de soha nem próbálkoztunk a szeretettel – még azt sem tudjuk, mit jelent ez a szó. Amíg jelen van a gondolkodó, az „én” központja, nem ismerhetjük meg a szeretetet; de vajon mitévők legyünk, ha rájövünk miderre?

Ezt a változást, ezt a kreatív lelki felszabadulást nyilvánvalóan csakis a mindennapi éberség válthatja ki, csak az, ha minden pillanatban egyaránt tudatában vagyunk tudatos és öntudatlan indítékainknak is. Vajon ha felismerjük, hogy az önfegyelem, a hit és az eszményképek tökéletesen hiábavalóak, mivel csak tovább erősítik az „ént”, ha felismerjük ezt az igazságot, akkor nem jutunk el többé arra a pontra, ahol a gondolkodó elkülöníti magát a gondolataitól, a megfigyeléseitől és a tapasztalásaitól? Amíg a gondolkodó a gondolattól különálló módon létezik, amíg igyekszik uralni a gondolkodását, nem következhet be ez az alapvető átalakulás. Amíg az „én” a megfigyelő, a tapasztaló egyre jobban megerősíti önmagát a tapasztalás által, nem létezhet radikális változás, nem létezhet kreatív felszabadulás. Ez csakis akkor következhet be, ha a gondolkodó eggyé válik a gondolattal – ám a két entitás közti szakadékot semmiféle erőfeszítés által nem hidalhatjuk át. Ha az elme felismeri, hogy minden spekuláció, minden verbalizáció, a gondolkodás minden formája csak még több erővel ruházza fel az „ént”, ha ráébred arra, hogy amíg a gondolkodó elkülönül a gondolattól, addig mindig is korlátozni fogja önmagát, és életre hívja majd a dualizmusból származó konfliktust, akkor éberré válik, és szakadatlanul tudatában lesz annak, hogy hogyan szigeteli el magát a tapasztalástól, hogyan tokolódik előtérbe, hatalomra törve. És ha e tudattal tovább folytatja a megkezdett utat, anélkül hogy valamiféle végeredmény elérésére törekedne, megvalósul az az állapot, amelyben a gondolkodó egyesül a gondolattal. Ebben az állapotban nem létezik erőfeszítés, megszűnik a „valamivé válás”, megszűnik a változás iránti vágy – ebben az állapotban nem létezik az „én”, mivel bekövetkezik az elmétől független átalakulás.

A teremtés csakis akkor lehetséges, ha az elme üressé válik, ám ez alatt nem a legtöbbünkre jellemző, felszínes ürességet értem. A legtöbb ember felszínes módon üres, és a kikapcsolódásra irányuló vágya által fejezi ki önmagát. Szórakozni vágyunk, ezért a könyvekhez, a rádióhoz, a tévéhez folyamodunk, előadásokra járunk, és a különféle szaktekintélyek „bölcsségeit” tanulmányozzuk; elménk folyamatosan igyekszik megtölteni önmagát. Most azonban nem erről a figyelem nélküli ürességről beszélek; épp ellenkezőleg, arról az ürességről, amely a kivételes figyelemből fakad, és amely során az elme felismeri saját illúzióteremtő erejét, és meghaladja a tévképzeteket.

Ez a kreatív üresség csak akkor valósulhat meg, ha nincs jelen a gondolkodó, aki várakozik és megfigyel, hogy tapasztalatot gyűjtsön, és így megerősítse önmagát. De vajon képes-e az elme megszabadulni minden jelképtől, minden szótól és a hozzájuk kapcsolódó minden érzettől, hogy többé ne legyen jelen a tapasztalásokat felhalmozó tapasztaló? Lehetséges-e az, hogy az elme félretegyen *minden* érvelést, tapasztalást, előírást, minden „szakvéleményt”, és eljusson az üresség állapotába? Természetesen nem tudok felelni erre a kérdésre, hiszen nem ismeritek a választ, mert soha nem próbálkoztatok ezzel a dologgal. Ám azt javaslom, tegyétek fel magatoknak e kérdést, vessétek el magatokban a magot, és figyeljetek: ha *valóban* figyeltek, ha nem álltok ellen, figyelmetek megtermi majd a gyümölcsöt.

Csakis az új képes átalakulni, a régi nem., Ha a régi mintákat követitek, minden változás csak a régi dolgok megváltozott formában történő folytatása lesz; ebben pedig semmi új, semmi kreatív nincsen. A kreativitás csak akkor köszönhet be, ha maga az elme is új, az elme pedig csakis akkor képes megújítani önmagát, ha nem csupán felszínesen, de mélyebb szinten is felismeri saját tevékenységeit. Vajon ha az elme felismeri saját tevékenységeit, ha tudatában van saját vágyainak, igényeinek, késztetéseinek, törekvéseinek, annak, hogyan teremti meg saját szaktekintélyeit és félelmeit, ha felismeri magában az önfegyelmet, az uralom és az irányítás, illetve a hitet és az eszményképeket kivetítő remény által teremtett ellenállást, ha teljes mértékben tudatában van ennek a folyamatnak, képessé

válík-e arra, hogy megszabaduljon mindeme dologtól, megújuljon, és elérje a kreatív üresség állapotát? Erre a kérdésre csak akkor kaphattok választ, ha minden prekoncepciótól mentesen, és anélkül tapasztaljátok meg ezt a dolgot, hogy el akarnátok érni ezt a kreatív állapotot. Ha tapasztalásra vágytok, tapasztalásban lesz részetek – ily módon azonban nem a kreatív ürességet, csupán kivetített vágyaitokat tapasztaljátok majd meg. Ha az új megtapasztalására vágytok, pusztán behódoltok az illúziók előtt, ám ha elkezdték megfigyelni mindennapi tevékenységeiteket, hogy minden pillanatban tudatában legyetek annak, mit tesztek, ha mintegy tükörben látjátok magatokat, elértek majd a végső ürességhez, az újra pedig csakis itt lehettek rá.

Az igazságnak vagy Istennek nevezett dolog nem megtapasztalható, mivel a tapasztaló az idő, az emlékezet, a múlt teremtménye, és amíg jelen van, nem születhet életre a valóság. A valóság csakis akkor létezhet, ha az elme teljes mértékben megszabadul az elemzőtől, a tapasztalótól és a tapasztalástól. Ekkor ráleltek majd a válaszra, és látni fogjátok, hogy a változás anélkül következik be, hogy kérnétek azt, és ráébredtek, hogy a kreatív üresség állapotát nem „fejleszthetitek ki” magatokban – ez az állapot mindig jelen van bennetek, és csendben, mindenféle meghívás nélkül érkezik majd el hozzátok. A megújulás és a forradalom pedig csakis ebben az állapotban lehetséges.

Kérdések és válaszok

Kérdező: Ön azt mondja, még nem volt példa a jelenlegihez hasonló krízisre, de vajon mennyiben kivételes a mostani helyzet?

Krishnamurti: Nyilvánvaló, hogy még soha nem volt példa a mostanihoz hasonló világméretű krízisre. A történelem során korábban is előfordultak már különféle társadalmi, nemzeti vagy politikai krízisek; a válsághelyzetek, a gazdasági recessziók újra és újra beköszöntének, aztán megváltozik a helyzet – mindig is így volt ez. Jól ismerjük ezt a folyamatot. A jelenlegi helyzet azonban nyilvánvalóan más, nem igaz? Először is abban különbözik a korábbi krízisektől, hogy most nem a pénzről vagy más, kézzelfogható dolgokról, hanem eszmékről van szó. Ez a krízis kivételes, mert az eszmék területén zajlik le. Eszmékkel állunk harcban, és igazoljuk a gyilkosságot: a világ minden táján elfogadhatónak tartják a gyilkosságot, mint az igazságos végeredmény elérésének eszközét, és már önmagában ez is példa nélkül való. Korábban a gonoszt gonoszként, a gyilkosságot gyilkosságként ismertük, ma azonban a gyilkosság a nemes cél elérésének eszközévé vált. Igazolhatónak tartjuk a gyilkosságot, legyen szó akár egyetlen személy, akár egy népcsoport meggyilkolásáról, mivel a gyilkos – vagy az általa képviselt csoport – az emberiségre nézvést üdvös végeredmény elérésének eszközeként tünteti fel azt. Azaz feláldozzuk a jelent a jövőért – és nem számít, mivel jár ez, mindaddig így teszünk, míg kinyilatkoztatott célunk az, hogy az emberiség számára üdvösnek tartott végeredményt érjünk el. Ez pedig azt jelenti, hogy úgy véljük, rossz eszközök is vezethetnek jó eredményre, és az eszmék által igazoljuk ezeket az eszközöket. A korábbi krízisek az emberek vagy a természet kizsákmányolásáról szóltak, a mostani válsághelyzet lényege viszont az eszmék kizsákmányolása, és ez sokkal ártalmasabb, sokkal veszélyesebb, mivel az eszmék kizsákmányolása roppant destruktív dolog. Ma már ismerjük a propaganda erejét – és ez egyike a legsúlyosabb csapásoknak, mivel így az eszmék által alakítjuk át az embereket. Pontosan ez történik manapság a világban. Az emberek nem fontosak – a rendszerek, az eszmék váltak fontossá. Az emberi életnek többé már nincsen jelentősége: milliókat pusztíthatunk el, ha az eszméink által igazolt eredményeket produkálunk. Nagyszerű rendszereink vannak a gonoszság igazolására, és ez minden bizonnyal példa nélkül álló dolog. A gonosz az gonosz, és soha nem vezethet jóra. A háború nem a béke kivívásának eszköze – a háború esetleg eredményezhet bizonyos üdvös dolgokat, például hatékonyabb repülőgépeket, de soha nem hozhat békét az emberiségnek. Intellektuális módon igazoljuk a háborút, a béke eszközeként nevezve azt – és ha az emberi életben az intellektusé a vezető szerep, az példa nélküli krízist eredményez.

Egyéb dolgok is utalnak arra, hogy az emberiségnek még nem volt része a jelenlegihez hasonló krízisben. Az egyik ilyen dolog az, hogy oly különleges jelentőséget tulajdonítunk az érzéki értékeknek, a vagyonnak, a rangoknak, a társadalmi osztályoknak és a hazának, azaz az általunk viselt címkeknek. Mohamedánnak, hindunak, kereszténynek vagy kommunistának valljuk magunkat, a nevek, a címek és a vagyon váltak a legfontosabb dolgokká, és ez azt jelenti, hogy béklyóba vernek bennünket az érzéki értékek, az elme vagy a kéz által teremtett dolgok értékei. E dolgok oly fontossá váltak, hogy hajlandóak vagyunk értük ölni, hajlandóak vagyunk elpusztítani, lemészárolni, megsemmisíteni egymást. A szakadék szélén állunk: minden politikai és gazdasági cselekedetünk egyre közelebb taszít bennünket ehhez a kaotikus, zavaros mélységhez. A jelenlegi krízis példa nélkül való, így megoldásához is korábban nem látott tettekre van szükség. Hogy magunk mögött hagyassuk ezt a helyzetet, időtlen, nem eszméken és rendszereken alapuló tettekre van szükségünk, mivel az ilyen cselekedetek elkerülhetetlenül csalódásra vezetnek. Az eszméken és rendszereken alapuló tettek által csak újra visszajutunk ehhez a szakadékhöz – legfeljebb az odavezető út lesz más. Mivel a jelenlegi krízis példa nélkül való, példátlan tettekre, azaz az egyének azonnali megújulására van szükség, mert nincs már nem vesztegetni való időnk. Ennek a megújulásnak most kell bekövetkeznie, nem a jövőben, mivel a holnap az elkülönülést jelenti. Ha azt mondom: „majd holnap megváltozom”, az zűrzavart teremt, és továbbra is csak pusztulást eredményez. Vajon lehetséges-e ez az azonnali átalakulás? Megváltozhatunk-e egy csapásra? Én azt mondom, igen.

A lényeg az, hogy mivel ilyen rendkívüli krízissel nézünk farkasszem, forradalmi változásnak kell bekövetkeznie a gondolkozásunkban; ezt a változást pedig csak mi magunk idézhetjük elő, nem

mások, nem a különféle könyvek vagy szervezetek. Nekünk magunknak kell életre hívnunk ezt a változást. Csakis így teremthetünk meg egy új társadalmat, egy új rendszert, amely különbözik a jelenlegi borzalomtól, az általunk felhalmozott, különösen pusztító erőktől; és ez az átalakulás csakis akkor valósulhat meg, ha minden egyén elkezd tudatára ébredni minden egyes gondolatának, tetteinek és érzésének.

2. A NACIONALIZMUSRÓL

Kérdező: Mi történik akkor, ha véget ér a nacionalizmus?

Krishnamurti: Egyértelmű – beköszönt az intelligencia. De attól tartok, nem erre vonatkozott a kérdés. Úgy érted, mi helyettesítheti a nemzeti érzületet? Egyetlen efféle pótlék sem vezet intelligenciára. Ha elhagyok egy vallást, hogy egy másikra cseréljem azt, vagy kilépek egy politikai pártból, hogy aztán egy másikhoz csatlakozzam, ez a folyamatos csere egy intelligencia nélkül állapotra utal.

Vajon mikor érhet véget a nacionalizmus? Csakis akkor, ha teljes mértékben megértjük, mivel jár, ha megvizsgáljuk, és tudatára ébredünk, milyen külső és belső cselekedetek formájában nyilvánul meg. A nacionalizmus külsőleg elválasztja egymástól az embereket, különféle osztályokat teremt, háborúkat és pusztítást eredményez – ez minden valamirevaló megfigyelő számára nyilvánvaló. Belsőleg, lélektani értelemben az országunkkal vagy egy eszmével való azonosulás egyértelműen önünk kiterjesztésének egy fajtája. Éljek akár egy kis faluban, akár egy nagyvárosban, senki vagyok; ám ha azonosulok egy nagyobb egységgel, mondjuk az országgal, vagy például hindunak nevezem magam, az hízeleg a hiúságnak, az kielégülést nyújt számomra, tekintéllyel és a jólét érzetével ruház fel; ugyanakkor azonban ez – az önünk kiterjesztését létfontosságúnak érző emberek számára elengedhetetlen azonosulás – konfliktusokat és viszályt szít az emberek között. Azaz a nemzeti érzület nem pusztán külső szembenállást, de frusztrációt is eredményez, és ha teljes egészében megértjük ezt a folyamatot, megszűnik a nacionalizmus. A nacionalizmust az intelligencia által érthetjük meg, azáltal, ha gondosan megfigyeljük a működését. Ebből a vizsgálatból aztán megszületik az intelligencia, és ekkor már nem akarjuk valami mással pótolni a „hazaszeretetet”. Ha a nacionalizmus helyére például a vallás lép, akkor az válik önünk kiterjesztésének eszközévé, a lelki szorongás forrásává, az táplál minket tovább hiedelmeivel, következésképpen még a legnemesebb ilyen pótlék is tudatlanságra utal. Olyan ez, mintha valaki rágógumit vagy diót rágná, hogy így szokjon le a dohányzásról – ám ha az ember teljes mértékben megérti a dohányzás, a megszokások, az érzetek és a pszichológiai igények kérdését, magától elmúlik a nikotin iránti vágy. A megértés csakis akkor következhet be, ha az intelligencia fejlődik és működik, ez pedig csak akkor lehetséges, ha nem keresünk efféle helyettesítő eszközöket, efféle pótlékokat. E pótlékokkal pusztán mintegy megvesztegetjük, megkísértjük önmagunkat, így érvén el, hogy egyik szokásunkat egy másikra cseréljük. A mérgező, szenvedést és viszályt szülő nacionalizmus csak az intelligencia jelenlétében tűnik el, az intelligenciára pedig nem tehetünk szert azáltal, ha pusztán olvasunk, tanulunk, és sikerrel teljesítjük a vizsgáinkat. Az intelligencia akkor születik meg bennünk, ha minden felmerülő problémát megértünk. Ha minden szinten megértjük az adott problémákat, ha nem csupán a külső, de a belső, lelki megnyilvánulásait is átlátjuk, akkor e folyamat által beköszönt az intelligencia. Ilyenkor már nincs szükségünk mindenféle pótlékokra, és az intelligencia jelenlétében megszűnik a nacionalizmus – ami valójában nem más, mint az ostobaság egy fajtája.

3. A SPIRITUÁLIS TANÍTÓKRÓL

Kérdező: Ön azt mondja, nincsen szükségünk *gurukra*, de vajon hogyan lelhetnék rá az igazságra anélkül a bölcs útmutatás és segítség nélkül, amit csak egy *guru* nyújthat számomra?

Krishnamurti: A kérdés az, vajon szükségünk van-e a *gurukra*, vagy sem. Vajon rálelhetünk-e az igazságra egy másik személy által? Van, aki szerint igen, mások szerint nem, mi azonban most nem a különböző véleményekre vagyunk kíváncsiak, hanem az igazságra. Nekem nincs *véleményem* ezzel a kérdéssel kapcsolatban. Nem a véleményektől függ, hogy szükségünk van-e *a gurukra* vagy sem – az igazság soha nem függ a véleményektől, bármilyen emelkedett, nagy tudásra valló, népszerű vagy egyetemes vélekedésről legyen is szó. Erre a kérdésre nekünk magunknak kell fellelnünk a véleményektől független, tényszerű igazságot.

Először is vizsgáljuk meg, vajon miért vágyunk *a gurukra*? Azt mondjuk, azért, mert zavarodottak vagyunk, és a *guruk* segíthetnek nekünk: megmutatják, mi az igazság, segítenek, hogy megértsük azt, és mivel nálunk sokkal többet tudnak az életről, tanítókként ellátnak minket atyai tanácsaikkal. Mi szinte semmit nem tapasztaltunk még meg, ők pedig rengeteg tapasztalattal rendelkeznek, és e tapasztalat által segíthetnek bennünket – és így tovább. Azaz, alapvetően azért fordulunk a tanítókhoz, mert össze vagyunk zavarodva. Ha tisztán látnánk, nem keresnénk fel a *gurukat*. Nyilvánvaló, hogy ha tökéletesen boldogok lennénk, ha nem lennének problémáink, ha teljes egészében megértenénk az életet, nem kérnénk a segítségüket. Remélem, felismeritek, milyen fontos ez a tény. Mivel zavarodottak vagytok, tanítókat kerestek magatoknak; azért fordultok hozzájuk, hogy mondják meg, hogyan éljetez, hogyan szabaduljatok meg a zavarodottságotoktól, hogyan leljetez rá az igazságra. Azért **választotok gurut** magatoknak, mert össze vagytok zavarodva, és azt reméletek, tőle megkapjátok, amire vágytok. Azaz, olyan tanítót választotok, aki kielégíti az igényeiteket: az alapján döntötök, vajon kielégít-e benneteket az adott személy. Nem választotok magatoknak *olyan gurut*, aki azt mondja: „csak saját magadban bízz”, mert mindig az előítéleteitek határozzák meg a választásotokat. Vagyis valójában nem az igazságot keressétek, hanem a zavarodottságból kivezető utat – és ezt nevezitek tévesen igazságnak.

Először tehát vizsgáljuk meg azt az elképzelést, miszerint a *guruk* megszüntethetik a zavarodottságunkat. Vajon képes erre bárki, tudván, hogy ezt a zavarodottságot a saját reakcióink hozták létre, hogy mi magunk teremtettük ezt az állapotot? Vagy azt hiszitek, valaki más felelős ezért a nyomorúságért, ezért a létezés minden külső és belső szintjén egyaránt megnyilvánuló küzdelemért? Ezt a helyzetet az önismeretünk hiánya hívta életre. Azért fordulunk a *gurukhoz*, akik véleményünk szerint majd segítenek megszabadulni ettől a zavarodottságtól, mert nem értjük önmagunkat, nem értjük a konfliktusainkat, a reakcióinkat, a szenvedésünket. Önmagunkat csakis a jelennel való kapcsolatunk által érthetjük meg, és maga ez a kapcsolat a mi valódi *gurunk*, nem egy másik személy. Ha nem értjük ezt a kapcsolatot, hiába kérjük a tanítók tanácsát, mivel ha nem értjük meg a vagyionhoz, az emberekhez, az eszmékhez fűződő kapcsolatunkat, ugyan ki oldhatná fel a bennünk lakozó konfliktusokat? Nekünk magunknak kell megértenünk a kapcsolatainkat, ez pedig csakis a tudatosság által lehetséges, és ehhez nincs szükségünk *gurukra*. Hiszen mi hasznunkra lehetne egy tanító, ha nem ismerjük önmagunkat? Ahogy a zavarodott emberek zavarodott módon választják meg politikai vezetőiket, ugyanúgy választjuk ki mi is a *gurunkat*: csakis e zavarodottság által vezéreltetve tudunk választani, így hát a tanítók esetében is zavarodott emberekre esik majd a választásunk.

Nem fontos kinek van igaza – nekem, vagy azoknak, akik azt mondják, szükségünk van *a gurukra* –, a fontos az, hogy kiderítsük, miért hisszük azt, hogy szükségünk van rájuk. A *guruk* a kizsákmányolás különböző formái miatt léteznek, de ez is lényegtelen. Ugyan kielégüléssel tölt el bennünket, ha valaki azt mondja, szépen haladunk, a lényeg azonban az, hogy kiderítsük, miért lenne szükségünk a tanítókra. Egy másik személy megmutathatja ugyan számodra az utat, de *neked magadnak* kell végigmenned azon, még akkor is, ha rendelkezzel *egy guruval*. Te azonban nem akarsz szembenézni ezzel a ténnyel, ezért *a gurura* hárítod a felelősséget. Amint megjelenik az önismeret legapróbb morzsája, szükségtelemmé válnak a tanítók. Egyetlen *guru*, egyetlen könyv vagy szent szöveg sem ruházhat fel téged az önismerettel: az önismeretre csak akkor juthatsz el, ha tudatos vagy a kapcsolataidban.

Élni annyit tesz, mint kapcsolatban állni, és ha nem értjük meg a kapcsolatainkat, szenvedünk, és állandó küzdelmek közepette telik az életünk. Ha nem vagyunk tudatosak – például – a vagyonhoz fűződő kapcsolatunkban, zavarodottá válunk. Ha nem tudjuk, hogyan viszonyuljunk ehhez a kérdéshez, folyamatos konfliktus lesz bennünk, ez pedig a társadalomban is konfliktusokat eredményez. Ha nem értjük meg a köztünk és a házastársunk, vagy a gyermekeink között fennálló kapcsolatot, hogyan is oldhatnánk meg az e kapcsolatokból származó problémákat? Ugyanez a helyzet az eszmékkel, a hittel és minden egyéb dologgal is. Zavarodottak vagyunk az emberekhez, a vagyonhoz, az eszmékhez fűződő kapcsolatunkat illetően, ezért egy *guruhoz* fordulunk. Ha az adott ember valódi tanító, azt fogja mondani, hogy meg kell értened önmagadat, mert te magad vagy minden félreértés és zavarodottság forrása, és csak akkor leszel képes feloldani ezeket a konfliktusokat, ha megérted önmagadat és a kapcsolataidat.

Senki nem lelheti fel helyettünk az igazságot, ez egyszerűen nem lehetséges. Az igazság nem valamiféle statikus dolog, az igazságnak nincsen állandó lakhelye, és igazság nem egy cél, nem valamiféle végeredmény, épp ellenkezőleg: az igazság élő, dinamikus, éber és életteli dolog. Hogyan is lehetne hát valamiféle végeredmény? Ha az igazság rögzül, megszűnik igazságnak lenni, és pusztá véleményné válik. Az igazság maga az ismeretlen, és a kereső elme soha nem lelhet rá, mivel mint azt magatok is megfigyelhetitek – az elmét az ismert dolgok alkotják; az elme a múlt, az idő teremtménye. Az elme az ismert dolgok eszköze, következésképpen nem lelhet rá az ismeretlenre, mert soha nem hagyhatja el az ismert dolgok hatókörét. Amikor az elme az igazságot, a könyvekben foglalt igazságot keresi, mi magunk vetítjük ki ezt az „igazságot”, mivel az elme csupán az ismert dolgokra törekszik, mindig a leginkább kielégítőt választva ki közülük. Amikor az elme az igazságra *törekszik*, valójában a saját maga által kivetített dolgokat kutatja. Végeredményben minden eszménykép egyfajta kivetítés, azaz minden eszménykép képzeletbeli és valótlan dolog. Valódi az, ami *van*, nem pedig az ellenkezője, aminek *lennie kéne*. A valóságot, az Istent kereső elme azonban csupán az ismert dolgokra törekszik. Amikor Istenre gondoltok, ez az Isten a saját gondolataitok kivetülése; ez az Isten a társadalmi hatások eredményeképpen jött létre. Csakis az ismert dolgokról tudunk gondolkodni: az ember nem képes az ismeretlenre gondolni, nem képes az igazságra összpontosítani. Abban a pillanatban, ahogy az ismeretlenre gondolunk, már csak az önmagukat kivetítő ismert dolgokról beszélhetünk. Istenről, az igazságról nem gondolkodhatunk, mert amint rá gondolunk, megszűnik igazságnak lenni. Az igazságot nem kereshetjük: az igazság magától érkezik el hozzánk. Csakis az ismert dolgokra törekedhetünk, az igazság azonban csak akkor tárulhat fel számunkra, ha az elmét nem gyötrik az ismert dolgok és e dolgok hatásai. Az igazság ott rejtőzik minden egyes falevélben, minden könnyecseppben, és nekünk pillanatról pillanatra kell megismernünk azt. Senki nem vezethet el téged az igazságra – és ha valaki vezet téged, csakis az ismert dolgokhoz juthatsz el.

Az igazság csakis akkor érintheti meg elménket, ha azt nem terhelik meg az ismert dolgok. Az igazság akkor érkezik el hozzánk, ha e dolgok felfüggesztik a működésüket. Az elme az ismert dolgok tárháza, az ismert dolgok hordaléka, és hogy eljusson abba az állapotba, ahol megszülethet az ismeretlen, tudatában kell lennie önmagának, korábbi tudatos és tudattalan tapasztalatainak, reakcióinak és saját szerkezetének. Ha megvalósul a tökéletes önismeret, az ismert dolgok véget érnek, és kiürülnek az elménkből. Csakis ekkor érkezhethet el hozzánk az igazság – mégpedig mindenféle erőfeszítés és törekvés nélkül. Az igazság nem tartozik senkihez, az igazságot nem bálványozhatjuk. Abban a pillanatban, ahogy ismertté lesz, valótlaná válik. A jelképek nem valódiak, a képzetek nem valódiak; ám ha megértjük önmagukat, ha énünk felfüggeszti működését, megszületik az örökkévalóság.

4. A TUDÁSRÓL

Kérdő: Ön egyértelműen azt állítja, hogy a tanulás és a tudás akadályt jelent. De vajon *mit* akadályoznak e dolgok?

Krishnamurti: A tudás és a tanulás nyilvánvalóan akadályozzák az új dolgok, az időtlen, az örökévaló megértését. Ha tökéletes technikákat fejlesztünk ki magunkban, attól még nem válunk kreatívvá. Lehet, hogy tudjuk, hogyan fessünk nagyszerű képeket, mert ismerjük a szükséges technikát, de ettől még nem leszünk kreatív festők. Talán tökéletesen ismerjük a versírás technikáját, de ez még nem tesz bennünket költőkké. Költőnek lenni azt jelenti, hogy képesek vagyunk befogadni az új dolgokat, és kellőképpen fogékonyak vagyunk ahhoz, hogy reagálni tudjunk az új élményekre – nemde? A tudás, a tanulás a legtöbb ember számára egyfajta függőséggé vált, és úgy gondoljuk, a *tudás* által kreatívak leszünk. Azonban vajon képes-e a tényekkel és tudással telezsűfolt elme befogadni az új, váratlan és spontán dolgokat? Ha elménk telve van ismert dolgokkal, vajon marad-e benne hely az ismeretlen egy darabkájának befogadására? A tudás nyilvánvalóan mindig az ismert dolgokra vonatkozik, mi pedig e dolgok segítségével igyekszünk megérteni az ismeretlent, a mérhetetlent.

Vegyünk példának egy roppant egyszerű és gyakori dolgot. A vallásos emberek – bármit is jelentsen jelenleg ez a szó – megpróbálják elképzelni Istent, igyekeznek elgondolkodni Isten mibenlétéről. Számtalan könyvet olvastak, elolvastak mindent a különféle szentek, mesterek és *Mahatmák* tapasztalásaival kapcsolatban, és megpróbálják elképzelni, átérezni e tapasztalásokat – azaz az ismert dolgokon keresztül igyekeznek megközelíteni az ismeretlent. De vajon lehetséges-e ez? Képesek vagyunk-e elgondolkodni a megismerhetetlenen? Csakis az ismert dolgokon gondolkodhatunk. Azonban a világban pontosan ez a különösen fonák dolog tapasztalható manapság: azt hisszük, ha egyre több információ, könyv és tény van a birtokunkban, eljutunk majd a megértésre.

Hogy tudatára ébredjünk bárminek, ami nem az ismert dolgok kivetülése, a megértés által le kell számolnunk e dolgokkal. De vajon miért ragaszkodik elménk mindig az ismert dolgokhoz? Azért, mert folyton a biztonságra és bizonyosságra törekszik, nem igaz? Az elme lényegét az idő, az ismert dolgok képezik, és vajon hogyan tapasztalhatná meg az időtlent az az elme, amelynek alapját maga a múlt képezi? Elgondolhatja, szavakba öntheti vagy lefestheti ugyan az ismeretlent, de ez abszurd dolog. Az ismeretlen csak akkor születik életre, ha megértjük, feloldjuk és elvetjük az ismert dolgokat. Ez azonban roppant nehéz, mivel abban a pillanatban, ahogy megtapasztalunk valamit, az elme lefordítja az adott tapasztalást az ismert dolgok nyelvére, ezáltal múlttá fokozva le az élményt. Nem tudom, vajon észrevettétek-e már, hogy minden tapasztalást azonnal értelmezünk, névvel látunk el, lajstromba foglalunk, és feljegyzünk. Azaz a tudás az ismert dolgok folyamata, és az ilyen tudás, az ilyen tanulás valóban akadályt jelent számunkra.

Képzeld csak el, hogy anélkül kell rájönnünk az élet értelmére, hogy akár egyetlen vallási vagy filozófiai tárgyú könyvet is elolvastunk volna. Vajon hogyan fognánk hozzá a dologhoz? Tegyük fel, hogy nem léteznek mesterek, nem léteznek vallási szervezetek, nem létezik Buddha és Jézus, és ezért az alapoktól kell elindulnunk. Vajon mit tennénk ebben a helyzetben? Először is, a saját gondolkodási folyamatunkat kellene megértenünk – nemde? Ezenkívül óvakodnunk kellene attól, hogy kivetítsük önmagunkat és a gondolatainkat a jövőbe, így hozva létre egy nekünk tetsző istenképet – ez meglehetősen gyermeteg dolog lenne. Azaz először meg kellene értenünk a saját gondolkodásunkat, hiszen csakis így fedezhetünk bármilyen új dolgot, nem igaz?

Amikor azt állítom, hogy a tanulás, a tudás akadályt jelent számunkra, nem a technikai tudásról (például az autóvezetésről, vagy a gépek kezeléséről), és nem is az efféle tudással járó hatékonyságról beszélek. Teljesen másra gondolok ilyenkor: a kreatív boldogság azon érzésére, amelyre semmiféle tudás, semmiféle tanulás által nem tehetünk szert. A szó legigazabb értelmében vett kreativitás azt jelenti, hogy minden pillanatban magunk mögött hagyjuk a múltat, mert a múlt folyamatosan beárnyékolja a jelent. A tudás az, ha csupán az információhoz, mások tapasztalásaihoz, mások véleményéhez ragaszkodunk (legyen szó akár a legnagyobb emberről), és igyekszünk e dolgok szerint cselekedni. De ahhoz, hogy felfedezhessünk bármi újat, a saját utunkat kell járnunk: mezítelenül, minden teher nélkül kell megkezdennünk ezt az utazást, és elsősorban a tudásunktól kell megszabadulnunk,

mivel a tudás és a hit által roppant könnyű tapasztalásokra szert tenni, az ilyen tapasztalások azonban pusztán önmagunk kivetítésének eredményei, következésképpen valótlanok és tévesek. Ha fel akarjuk fedezni az új dolgokat, nem cipelhetünk magunkkal régi terheket, és különösen igaz ez a tudásra, a mások által felhalmozott tudásra, bármilyen nagy emberekről legyen is szó. A tudás az önvédelmünket, a biztonságunkat szolgálja, mi pedig teljesen bizonyosak akarunk lenni afelől, hogy ugyanolyan tapasztalásokban lesz részünk, mint Buddhának Jézusnak vagy bármely más, általunk ismert személynek. A tudás által önmaga megvédelmezésére törekvő ember azonban nyilvánvalóan nem az igazságot keresi.

Az igazsághoz nem vezet ismert út. Feltérképezetlen vizeken kell hajóznunk; ez azonban egyáltalán nem lehangoló, és nem is vakmerő dolog. Ha valami új dolgot akarunk felfedezni, ha kísérletezni akarunk, ahhoz először is el kell csitulnia az elménknek – igaz? Ha elménk tele van zsúfolva tényekkel és tudással, e dolgok akadályoznak bennünket az új megismerésében; és a legtöbb esetben azjelenlenti a nehézséget, hogy elménk oly fontossá, oly meghatározóvá vált, hogy az szinte lehetetlenné teszi számunkra az új, az ismert dolgokkal egyidejűleg létező dolgok befogadását. Azaz a tudás és a tanulás akadályt jelent a keresők számára, azok számára, akik igyekeznek megérteni az időtlent.

5 AZ ÖNFEGYELEMRŐL

Kérdő: Minden vallás megköveteli, hogy az ember az önfegyelem valamilyen formájával méréskelje az emberben lakozó állati ösztönöket, a szentek és a misztikusok pedig állításuk szerint az önfegyelem által érték el az isteni minőséget. Ugyanakkor úgy tűnik, Ön arra céloz, hogy az efféle önfegyelem meggátolja azt, hogy felismerjük Istent, és ez összezavar engem. Most akkor kinek van igaza?

Krishnamurti: Nem az a fontos, kinek van igaza ebben a kérdésben. A fontos az, hogy mi magunk jöjjünk rá az igazságra, és ne egy szent, egy indiai bölcs vagy egy egyéb egzotikus helyről származó személy véleményéhez igazodjunk.

A problémát a két eltérő vélemény okozza: vannak olyanok, akik szerint szükségünk van az önfegyelemre, mások szerint nincs. Ilyenkor általában a kényelmesebb, a számunkra kielégítőbb megoldást választjuk: azt az embert, akit jobban kedvelünk, aki jobban néz ki, akinek jobban kedveljük a gondolkodásmódját, akinek a véleménye közelebb áll hozzánk – és így tovább. Most azonban tegyük félre mindezt, vizsgáljuk meg közvetlenül a kérdést, és igyekezzünk mi magunk rájönni az igazságra. Ez a kérdés számos dolgot vet fel, ezért óvatosan és puhatolózva kell megközelítenünk.

A legtöbb embernek szüksége van különféle szaktekintélyekre, aki megmondják, mit tegyen. Iránymutatást keresünk, mivel ösztönösen vágyunk a biztonságra, arra hogy ne szenvedjünk többet. Ha valaki állítólag rátalált a boldogságra, az üdvösségre, azt reméljük, ez a személy majd megmondja nekünk, hogyan érhetjük el azt mi is. Hiszen ezt akarjuk: ugyanerre a boldogságra, ugyanerre a belső csendre és öröme vágyunk, és szeretnénk, ha valaki megmondaná nekünk, mit tegyünk ebben a zavaros, örült világban. A legtöbb emberben ott él ez az alapvető ösztön, és ez határozza meg a cselekedeteinket. Vajon Istent, a legmagasabb rendű, megnevezhetetlen és szavakkal kifejezhetetlen dolgot az önfegyelem, illetve egy adott cselekvési minta által találhatjuk-e meg? El akarunk érni egy adott célt, egy adott végeredményt, és úgy gondoljuk, a gyakorlás, az önfegyelem, az elfojtás vagy a felszabadítás, a megtisztulás és a behelyettesítés által rátalálhatunk arra, amit keresünk.

Mivel is jár az önfegyelem? Miért döntünk úgy, hogy fegyelmezzük magunkat? Vajon létezhet-e egyidejűleg az intelligencia és az önfegyelem? A legtöbb ember úgy érzi, muszáj az önfegyelem valamilyen formája által megszelídíteni és irányítani a bennünk lakó vadállatot, ezt a bennünk rejtőző komisz dolgot. De vajon uralható-e ez a vad, csúf dolog az önfegyelem segítségével? Egyáltalán, mit is értünk önfegyelem alatt? Egy jutalommal kecsegtető cselekedetsort, amely megadhatja számunkra, amire vágyunk, és amely egyaránt lehet pozitív vagy negatív is; egy viselkedési mintát, amely ha szorgalmasan, serényen és buzgón gyakoroljuk, biztosítja számunkra a kívánt végeredményt. Lehet, hogy fájdalmas a dolog, de akár ezt is hajlandóak vagyunk vállalni, hogy elérjük a célunkat. Át akarjuk alakítani, le akarjuk igazni, el akarjuk pusztítani agresszívnek, önzőnek, képmutatónak,

szorongónak és rémültnek tartott éünket, a bennünk lakozó vadállatért felelős ént. De vajon hogyan érhetjük ezt el? Az önfegyelem vagy éünk múltjának intelligens megértése által, azáltal, ha megértjük, mi is az én, és hogyan alakult ki? Vajon a kényszer vagy az intelligencia segítségével elpusztíthatjuk a bennünk lakozó vadállatot?

Feledkezzünk meg egy percre arról, mit mondtak a szentek, mit mond a többi ember, és merüljünk el mi magunk a témában, mintha most először találkoznánk ezzel a kérdéssel; ekkor talán valamiféle kreatív eredményre jutunk majd, ahelyett hogy csak hiábavalóan ismételnénk mások véleményét.

Először is azt állítjuk, hogy konfliktus dül bennünk: fekete a fehér ellen, kapzsiság a nagylelkűség ellen – és így tovább. Kapzsi vagyok, ez pedig fájdalmat okoz számomra, és hogy megszabaduljak ettől a tulajdonságomtól, fegyelmeznem kell magamat. Azaz ellen kell állnom a fájdalmas konfliktusnak, amelyet jelen esetben kapzsiságnak nevezek. Azt állítom, hogy a kapzsiság antiszociális, erkölcsstelen és nem jámbor dolog – azaz felsorolom ellenállásom különféle társadalmi és vallási okait. De vajon elpusztítható vagy elvethető-e a kapzsiság a kényszer által? Először is vizsgáljuk meg, milyen folyamatok lépnek működésbe az elfojtás, a kényszer, az ellenállás során. Mi is történik, ha így teszünk, ha ellenállunk a kapzsiságnak? Tulajdonképpen mi is áll ellent? Először ezt a kérdést kell feltennünk – igaz? Amikor ellenállunk, ki az az entitás, aki így szól: „meg kell szabadulnom a kapzsiságtól”? Az entitás, aki azt mondja: „meg kell szabadulnom”, szintén maga a kapzsiság – nemde? A kapzsiság egészen eddig kifizetődött számára, most azonban fájdalmassá vált, ezért így szól: „meg kell szabadulnom ettől a dologtól”. A motiváció továbbra is a kapzsiságból fakad, mivel meg akar változni, mássá akar válni, mint ami *van*. Most a nagylelkűség vált kifizetődővé, ezért arra törekszünk; azonban az indítékunk továbbra is az, hogy ne legyünk kapzsiak – azaz a szándék nyilvánvalóan továbbra is a kapzsiságból fakad; és ez újra csak az „én” hangsúlyozásának negatív formája.

Tehát úgy találtuk, hogy a kapzsiság különféle nyilvánvaló okokból kifolyólag fájdalmat okoz számunkra.

Míg élvezzük a dolgot, míg a kapzsiság kifizetődő számunkra, semmi problémánk nincs vele. A társadalom különböző módokon arra bátorít minket, hogy legyünk kapzsiak, és ugyanezt teszi a vallás is. Míg a kapzsiság kifizetődő, míg nem fájdalmas, gyakoroljuk azt, ám amint fájdalmat okoz számunkra, ellen akarunk állni a dolognak. Ezt az ellenállást nevezzük a kapzsiság leküzdése érdekében alkalmazott önfegyelemnek, de vajon megszabadulhatunk-e a kapzsiságtól az ellenállás, a „jobbá válás”, a nemesedés, az elfojtás által? A kapzsiságtól megszabadulni vágyó „én” összes cselekedete továbbra is a kapzsiságból fakad, következésképpen egyetlen ilyen tettünk, egyetlen ilyen reakciónk sem jelenthet megoldást számunkra.

Hogy megérthessünk valamit, először is csendes, nyugodt elmére van szükségünk; különösen akkor, ha egy ismeretlen, felfoghatatlan dologról van szó – ami a kérdező esetében nem más, mint Isten. Hogy megértsünk bármilyen bonyolult kérdést – az élet vagy a kapcsolatok kérdését, illetve valójában bármilyen kérdést –, elménknél el kell jutnia egy bizonyos csendes mélységre. Vajon elérhető-e ez a csendes mélység bármilyen kényszer által? Felszínes elménk talán rákényszerítheti magát arra, hogy elcsendesedjen, ez a csend azonban egyértelműen a hanyatlás, a halál csendje. Ez a csend nem képes alkalmazkodni, nem rugalmas és nem fogékony. Azaz az ellenállás nem a megfelelő módszer.

A felismeréshez intelligenciára van szükség. Ha észrevesszük, hogy elménket eltompítja a kényszer, ha látjuk, hogy az önfegyelem pusztán egy adott cselekvési mintához való, félelem szülte igazodás, az már az intelligencia kezdetét jelenti – igaz? Hiszen ha fegyelmezzük magunkat, az arra utal, hogy félünk, hogy nem kapjuk meg, amire vágyunk. Mi történik, ha fegyelmezzük az elménket, a lényünket? Az elme ilyenkor elveszti minden rugalmasságát és alkalmazkodóképességét, és lelassul. Vagy nem ismertek olyan emberek, akik fegyelmezik önmagukat – már ha léteznek egyáltalán ilyen emberek? Az önfegyelem szemmel láthatóan hanyatlásra vezet. Hiába rejtjük el belső konfliktusainkat, azok továbbra is ott parázslanak bennünk.

Azaz láttuk, hogy az önfegyelem (ami lényegében nem más, mint ellenállás), csupán létrehoz, szokásokat teremt, a szokások, a gyakorlások pedig nyilván nem vezethetnek intelligenciára. Ha egész álló nap zongorázol vagy a kezeiddel dolgozol, az ujjaid talán roppant ügyesek lesznek, ám a

mozgást az intelligenciának kell vezérelnie, és mi most ezt az intelligenciát fogjuk alaposabban szemügyre venni.

Tegyük fel, hogy látunk valakit, akit boldognak találunk, vagy úgy véljük, eljutott valamilyen felismerésre, és látjuk, hogyan tesz bizonyos dolgokat, mi pedig – mivel ugyanezre a boldogságra vágyunk – utánozni kezdjük őt. Ezt az utánezást nevezzük önfegyelemnek – igaz? Azért utánezunk, hogy részünk legyen abban a bizonyos dologban, amivel az adott személy rendelkezik, azaz azért, mert boldognak véljük őt. De vajon rálehetünk-e a boldogságra az önfegyelem által? Szabaddá válhatunk-e valaha is azáltal, hogy betartunk bizonyos szabályokat, bizonyos viselkedési mintákat? A felfedezéshez nyilvánvalóan szabadnak kell lennünk – nem igaz? Egyértelmű, hogy ha fel akarunk fedezni bármit is, szabadnak kell lennünk. De vajon elérhetjük-e a szabadságot azáltal, hogy egy adott, önfegyelemnek nevezett módon formáljuk az elménket? Természetesen nem. Ilyenkor pusztán ismétlő gépekké válunk, akik bizonyos következtetések alapján, adott viselkedési normákhoz igazodva ellenállnak bizonyos dolgoknak. Az önfegyelem által nem tehetünk szert a szabadságra. A szabadság *piák*, az intelligencia által valósulhat meg, ez az intelligencia pedig abban a pillanatban felébred bennünk, amikor felismerjük, hogy a belső és külső kényszer minden formája megtagadja tőlünk a szabadságot.

Az első követelmény (és most nem az önfegyelem által megkívánt dolgokról beszélünk) tehát nyilvánvalóan a szabadság: és e szabadságra csakis az erény, az erkölcsi tisztaság által tehetünk szert. A kapzsiság zavarodottságot eredményez, akárcsak a harag vagy a keserűség. Ha ezt felismerjük, nyilvánvalóan megszabadulunk e dolgoktól: nem állunk ellen, de ráébredünk, hogy a felfedezés csakis a szabadság állapotában lehetséges, és a kényszer megfoszt bennünket ettől a szabadságtól, tehát megfoszt bennünket a felfedezéstől is. Az erény azonban igenis felszabadít minket. Az erkölcstelen emberek zavarodottak, és hogy is fedezhetnénk fel bármit, ha zavarodottak vagyunk? Azaz az erény nem az önfegyelem eredménye: az erény maga a szabadság, a szabadságot pedig egyetlen nem erényes, önmagában nem igaz cselekedet által sem érhetjük el. A nehézséget az jelenti számunkra, hogy a legtöbb ember túl sokat olvas, túl sok felszínes formáját gyakorolja az önfegyelemnek (mindig ugyanabban az órában kelnek fel, különböző meditációs pózokban ücsörögnek, igyekeznek meghatározott módon gondolkodni – és így tovább), mivel azt mondták nekünk, hogyha néhány éven keresztül rendszeresen elvégezzük e gyakorlatokat, a végén majd rátalálunk Istenre. Talán durván fogalmaztam, de alapvetően így gondolkodunk. Istenre azonban nem lelhetünk rá ilyen könnyen, nem igaz? Isten nem valamiféle árucikk: nem mondhatjuk azt, hogy ha ezt és ezt tesszük, akkor Jár nekünk” Isten.

A legtöbb embert olyannyira befolyásolják a különböző külső hatások, a vallási doktrínák, a hiedelmek és saját belső igényük, hogy elérkezzenek valahová, hogy elérjenek valamit, hogy csak ropant nehezen képesek újfajta, nem az önfegyelem által fémjelzett módon gondolkodni erről a kérdérről. Először is fel kell ismernünk, mivel jár az önfegyelem, hogyan szűkíti le, hogyan korlátozza az elmét, és hogyan kényszeríti adott tettekre a vágyak a külső hatások és az ehhez hasonló dolgok által; a kondicionált elme soha nem lehet szabad, következésképpen nem értheti meg a valóságot, bármilyen „erényes” kondicionálásról legyen is szó. Isten, a valóság, az igazság – nem számít, milyen néven nevezzük – csakis a szabadság által érhető el, a szabadság pedig nem valósulhat meg a pozitív vagy negatív kényszer vagy a félelem által. Ha valamiféle végeredmény elérésére törekszünk, nem létezhet szabadság, mert maga a célunk ver béklyóba bennünket. A múlttól talán megszabadulunk ugyan, a jövő azonban leláncol bennünket, és ez nem szabadság. A felfedezés csakis a szabadság állapotában lehetséges, csakis így fedezhetünk fel új eszméket, új érzéseket, új érzékelési módokat. A kényszeren alapuló önfegyelem minden formája megtagadja tőlünk a szabadságot, legyen szó akár politikai, akár vallási értelemben vett szabadságról, és mivel az önfegyelem, azaz a tettek gyakorlása, béklyóba ver minket, ily módon soha nem válhat szabaddá az elménk. Az elme ilyenkor csakis egy adott kerékvágásban mozoghat, akár a gramofon tűje.

Azaz a gyakorlás, a megszokások, és az adott minták fejlesztése által az elme csak azt érheti el, amit eleve ismer, következésképpen nem lehet szabad, és így nem ismerheti fel a mérhetetlent. Ha tudatában vagyunk ennek a folyamatnak, annak, miért fegyelmezzük folyton önmagunkat, hogy megfeleljünk a közvéleménynek, vagy hogy szenthez illő életet éljünk, ha tudjuk, hogyan igyekszünk

megfelelni embertársaink véleményének, és tudjuk, ez az azzal jár, hogy szinte megfoghatatlan módon alávetjük magunkat másoknak, eltagadjuk az igazságot, elfojtjuk önmagunkat, és igyekszünk nemesebbé válni, az már a szabadság kezdetét jelenti – és ebből a szabadságból születik meg aztán az erény. Az erény nyilvánvalóan nem azonos egy adott eszme ápolásával. Például ha arra törekszünk, hogy nagylelkűvé váljunk, az már nem erény – igaz? Azaz ha tudatában vagyunk annak, hogy nagylelkűek vagyunk, nem vagyunk erényesek – az önfegyelem azonban pontosan ezt a fajta „tudatosságot” eredményezi.

Az önfegyelem, a konformizmus, a gyakorlás kizárólag a „valaki vagyok” értelmében vett öntudatra helyezi a hangsúlyt. Az elme gyakorolja a nagylelkűséget, következésképp nem mentes a saját nagylelkűségéről alkotott tudatosságtól, így hát valójában nem is nagylelkű. Csupán új köpönyeget öltött magára, és nagylelkűségnek nevezi azt. Megfigyelhetjük az egész folyamatot: a motivációt, a végcél elérésére irányuló vágyat, az adott mintákhoz való igazodást, az e minta által elérni kívánt biztonság iránti vágyat – mindez nem más, mint az egyik ismert dologtól a másik felé irányuló folyamat, amely során soha nem hagyjuk el az elme önmagába záródó folyamatainak hatókörét. Az intelligencia azzal kezdődik, hogy felismerjük ezt a tényt, tudatában vagyunk ennek a folyamatnak, az intelligencia pedig nem erényes és nem is erkölcstelen, mivel semmiféle mintához nem igazodik. Az intelligencia szabadságot szül, és ez a szabadság nem szabadosság, és nem is zűrzavar. E nélkül az intelligencia nélkül nem létezhet erény; az erény szabadsággal ruház fel bennünket, a szabadság állapotában pedig életre kel a valóság. Ha teljes egészében megértjük ezt a folyamatot, azt tapasztaljuk majd, hogy megszűntek a konfliktusaink. Azért folyamodunk az önfegyelem, a tagadás és az alkalmazkodás különböző formáihoz, azért igazodunk különféle mintákhoz, mert szeretnénk megszabadulni a konfliktusainktól. Ha megértjük a konfliktusok kialakulásának folyamatát, szóba sem kerül az önfegyelem kérdése. Ehhez azonban nagyfokú éberségre van szükség: folyamatosan meg kell figyelni önmagunkat, és ebben az az érdekes, hogy bár talán nem minden percben vagyunk éberek, működik bennünk egyfajta belső mechanizmus, belső fogékonyság, amely az erre irányuló szándék megjelenésétől kezdve mindent rögzít, így ha elménk elcsitul, képes lesz kivetíteni ezeket a felvett „képeket”.

Azaz a szabadság nem önfegyelem kérdése. Az elfojtás soha nem vezet fogékonyságra. Rákényszeríthetünk ugyan egy gyereket bizonyos dolgok megtételére, sarokba állíthatjuk, és lehet, hogy valóban csendben is marad – belül azonban valószínűleg forrong, kibámul az ablakon, és igyekszik megszabadulni az adott helyzetből. Mi mégis pontosan ezt a kényszert alkalmazzuk. Azaz az önfegyelem kérdését, és azt a kérdést, vajon kinek van igaza a témával kapcsolatban, csakis mi magunk válaszolhatjuk meg.

És tudjátok, mindemellett még a tévedésektől is félünk, mivel sikeresek akarunk lenni. Az önfegyelem iránti vágy mélyén a félelem rejlik, az ismeretlent azonban nem ejthetjük csapdába az önfegyelem hálójával, lpp ellenkezőleg: az ismeretlennek szabadságra van szüksége, nem pedig az elme különféle mintáira. Ezért olyan fontos, hogy elcsendesítsük az elménket, ám ha az elme tudatában van saját csendjének, többé már nem csendes, és ha tudatában van saját nagylelkűségének, annak, hogy megszabadult a kapzsiságtól, akkor hiába ismeri fel magát a nagylelkűség köntösében, ez még nem lesz egyenlő a békességgel. Ezért kell megértenünk azt is, ki az, aki az önfegyelem által kontrollálja magát, és mit is kontrollál valójában ilyenkor az ember. E két entitás nem különül el egymástól, és csakis együtt léteznek: az irányító és az irányított dolog egyetlen egységet alkot.

6. A MAGÁNYRÓL

Kérdő: Kezdem felismerni, hogy roppant magányos vagyok. Vajon mihez kezdjek most?

Krishnamurti: A kérdező azt szeretné tudni, miért érzi magányosnak magát – de vajon tudjátok-e, mit jelent a magány, és tudatában vagytok-e a magánynak? Nem hiszem, mivel olyannyira lefoglaljuk magunkat a különböző tevékenységekkel, a könyvekkel, a kapcsolatainkkal és az eszményképeinkkel, hogy nem ébredhetünk tudatára a magánynak. Mit is értünk magány alatt? Ügyfajta ürességérzetet, azt az érzést, hogy semmink sincsen, hogy végtelenül bizonytalanok vagyunk, és sehová

sem kötődünk. Ez nem kétségbeesés, és nem reménytelenség, hanem inkább egyfajta üresség, egyfajta csalódottság-érzet. Biztos vagyok benne, hogy mindannyian éreztük már ezt, a boldog emberek éppúgy, mint a boldogtalanok, az aktív személyek éppúgy, mint a tudásfüggő emberek. Mind ismerjük ezt az érzést. Ez a végtelen fájdalom érzete, a fájdalomé, amelyet hiába is igyekszünk, képtelenek vagyunk elleplezni.

Közelítsük meg újra ezt a kérdést, hogy lássuk, mi is történik valójában, hogy lássuk, mit teszünk, amikor magányosnak érezzük magunkat. Igyekszünk elmenekülni az érzés elől, felkapunk egy könyvet, vezetőt keresünk magunknak, moziba megyünk, roppant aktív társadalmi életet kezdünk élni, elkezdünk templomba járni, és imádkozunk, írunk egy verset vagy festünk egy képet a magányról. Gyakorlatilag ez történik ilyenkor. Amikor tudatára ébredünk a magánynak, a magány fájdalomának és mérhetetlen félelmünknek, menekülni próbálunk, ez a menekülés pedig egyre fontosabb lesz számunkra, így fontossá válik minden tevékenységünk, fontossá válik a tudásunk, fontossá válnak az isteneink, és fontossá válnak a kikapcsolódás különböző formái is – igaz? Ha fontosságot tulajdonítunk a másodlagos értékeknek, az szenvedést és zűrzavart eredményez: a másodlagos értékek mindig az érzéki értékek, a modern civilizáció pedig pontosan az efféle menekülésen alapul. Menekülni igyekszünk a munkánk, a családjunk, a rangunk, a tanulmányaink, a művészeti alkotások által – egész kultúránk erről szól. A mai civilizáció kétségkívül ezen a menekülésen alapul.

De vajon megpróbáltatott-e már valaha egyedül lenni? Ha igen, éreztétek, milyen nehéz ez, és mennyire intelligensnek kell lennünk, hogy képesek legyünk a dologra, mivel elménk nem hagyja, hogy egyedül legyünk. Az elme ilyenkor nyugtalanra válik, és a menekülés különböző formáival igyekszik lekötöni magát. Azaz, mit is teszünk tulajdonképpen ilyenkor? Megpróbáljuk az ismert dolgokkal kitölteni ezt a rendkívüli űrt. Felfedezzük, hogyan váljunk aktívvá, hogyan éljünk aktív társadalmi életet, tanulni kezdünk vagy bekapcsoljuk a tévét. Az ismert dolgokkal, a tudással vagy a kapcsolatainkkal töltjük ki ezt az ismeretlent, ezt az ürességet – igaz? Így működünk, így létezzünk. Na már most, ha rájössz, hogy ezt teszed, vajon továbbra is úgy gondolod-e, hogy képes vagy kitölteni ezt az űrt? Vajon sikerrel járt-e már valaha ez a törekvésed? Próbálkoztál a mozival, a filmekkel, de nem jártál sikerrel, ezért *gurukat* kerestél magadnak, a könyvekhez fordultál, vagy aktív társadalmi életet kezdted élni. De vajon sikerült-e betöltened ezt az űrt, vagy csak elleplezted azt? Ha csak elleplezted, az üresség továbbra is jelen van benned, következésképp előbb-utóbb visszatér majd. Ha pedig sikerült elmenekülnöd előle, akkor bezártad magad egy menedékhelyre, vagy teljesen eltompultál. Pontosan ezt figyelhetjük meg manapság a világban.

Vajon betölthető-e valahogy ez az űr? És ha nem, vajon elmenekülhetünk-e előle? Ha tapasztalataink alapján tudjuk, hogy a menekülés egy adott formája értéktelen, vajon nem azt jelenti-e ez, hogy ugyanúgy értéktelen a többi is? Nem számít, mivel igyekszünk betölteni ezt az ürességet – az úgynevezett meditáció is csak egy menekülés, és lényegtelen, hogy a menekülés mely formáját választjuk.

Honnan tudhatjuk hát, mihez kezdjünk ezzel a magánnyal? Erre csak akkor jöhetünk rá, ha felhagyunk a meneküléssel – nemde? Csak akkor, ha hajlandóak vagyunk szembenézni azzal, ami *van*, ha nem folyamodunk a rádióhoz vagy a tévéhez, azaz ha hátat fordítunk a civilizációnak; ha szembenézünk azzal, ami *van*, akkor a magány véget ér, mivel tökéletesen átalakul, és megszűnik magánynak lenni. Ha megérted azt, ami *van*, ez válik a valósággá. Mivel az elme folyton igyekszik elmenekülni a valóságtól, igyekszik elkerülni, elutasítani azt, megteremti a saját korlátait, és mivel oly sok efféle, a felismerést gátló akadály él bennünk, nem értjük meg azt, ami *van*, következésképp eltávolodunk a valóságtól; mindezen akadályokat pedig az elme hozta létre, hogy ne kelljen felismernie azt, ami *van*. Ehhez a felismeréshez nem csak nagyfokú cselekvési képességre és tudatosságra van szükség, de hátat is kell fordítanunk mindannak, amit felépítettünk: a bankszámláinknak, a pozícióinknak, mindennek, amit civilizációnak nevezünk. Ha felismerjük azt, ami *van*, látni fogjuk majd, hogyan alakul át a magány.

7. A SZENVEDÉSRŐL

Kérdő: Mi értelme a fájdalomnak és a szenvedésnek?

Krishnamurti: Mi értelme annak, ha szenvedsz, ha fájdalmaid vannak? A fizikai fájdalomnak nyilván megvan a maga értelme és jelentősége, a kérdés azonban valószínűleg a lelki fájdalomra vonatkozott, és az efféle szenvedés értelme egészen másban rejlik, és más szinteken nyilvánul meg. De vajon miért akarjuk megtudni, mi **értelme** van a szenvedésnek? Nem mintha nem lenne értelme, és ki is fogjuk deríteni, mi az. De miért akarjuk kideríteni ezt? Amikor feltesszük magunknak a kérdést, hogy miért szenvedünk, és a szenvedés okát kutatjuk, vajon nem elkerülni igyekszünk-e a szenvedést, nem elmenekülni próbálunk-e előle? Tény, hogy szenvedünk, de abban a pillanatban, ahogy elménk elkezd ezen a tényen gondolkodni, és feltesszük magunknak a kérdést: „miért?”, máris csökkentjük a fájdalom intenzitását. Másként fogalmazva, szeretnénk enyhíteni, és magyarázatainkkal csökkenteni a szenvedést. Ettől azonban még nyilvánvalóan nem értjük meg a dolgot. A szenvedés **lényegét** csak akkor kezdhethjük el megérteni, ha megszabadulunk attól a vágytól, hogy elmeneküljünk a fájdalom elől.

Vajon mi a szenvedés? Egyfajta zavar – nemde? Egy zavar, amely egyaránt megnyilvánul a fizikai szinten, és a tudatalatti különböző szintjein. A szenvedés a zavar egy heves, számunkra kellemetlen formája. Tétélezzük fel, hogy meghalt a fiunk – a fiunk, aki köré minden reményünket építettük, de lehet szó akár a lányunkról vagy a házastársunkról is, egy számunkra kedves személyről, akit felöveztünk a reményeinkkel, akinek kedveltük a társaságát – és így tovább. És ez a személy most hirtelen eltávozott. Ennek következtében zavar keletkezik bennünk – és ezt a zavart nevezzük szenvedésnek.

Ha nem kedveljük ezt a szenvedést, feltesszük magunknak a kérdést, vajon miért is szenvedünk. „Hiszen annyira szerettem őt” – mondjuk: „ő olyan jó volt, olyan kedves, és az enyém volt”. A szavakban, a címkékben, n hitben igyekszünk menedékre lelteni, hogy elmeneküljünk a szenvedés elől. E dolgok egyfajta narkotikumként működnek – de vajon mi történik, ha másképp cselekszünk? Ha egyszerűen tudatában vagyunk a szenvedésnek, nem ítéljük el azt, és nem próbáljuk igazolni sem – egyszerűen csak szenvedünk. Ha így teszünk, képesek leszünk megfigyelni a szenvedést – igaz? Képesek leszünk felismerni a lényegét, azaz megpróbáljuk megérteni a dolgot.

Mit is jelent az, hogy szenvedünk? Nem azt kérdem, **miért** szenvedünk, nem a dolog **okát** kutatom, hanem azt, mi is történik ilyenkor valójában – nem tudom, értitek-e a különbséget. Ha egyszerűen csak tudatában vagyunk a szenvedésnek – nem a jelenséget vizsgáló, különálló megfigyelőként, hanem tudjuk, hogy a szenvedés a részünket képezi, hogy az egész énünk szenved –, akkor képesek leszünk megfigyelni a működését, és látni fogjuk, hová vezet a dolog. Ha így teszünk, nyilván leltárul előttünk ez a folyamat – nemde? Ekkor felismerhetjük, hogy a hangsúly az „énen” van, nem pedig a szeretett személyen. Ő csak arra szolgált, hogy fedezzen minket a nyomorúságunk, a magányunk és a szerencsétlenségünk elől. Mivel én senki vagyok, azt remélem, belőle majd lesz valaki. Ez a remény azonban szertefoszlott, az illető magára hagyott engem, nélküle pedig magányos és elveszett vagyok. Nélküle senkinek érzem magam, ezét sírok. Nem arról van szó, hogy eltávozott, hanem arról, hogy magamra maradtam. Erre a pontra azonban roppant nehéz eljutni – nemde? Roppant nehéz felismerni ezt, és ahelyett, hogy pusztán azt mondanánk: „egyedül vagyok, és nem tudom, hogyan szabaduljak meg ettől a magánytól” (ami újfent csak a menekülés egy formája), **tudatában kell lenni** a szenvedésnek, és megfigyelni a működését. Ezt a képzelt halálesetet csak mintegy példaként hoztam fel. Ha hagyjuk, hogy feltáruljon előttünk a folyamat, látni fogjuk, hogy azért szenvedünk, mert elveszettnek érezzük magunkat; az adott esemény arra hív fel bennünket, hogy szenteljünk figyelmet valaminek, amit valójában nem akarunk szemügyre venni, ránk kényszerít valamit, amit nem akarunk meglátni és megérteni. Számptalan ember hajlandó segíteni nekünk ebben a menekülésben: az úgynevezett válásos emberek ezrei, a maguk hiedelmeivel és dogmaival, reményeivel és fantazmagóriáikkal („ez a **karma**, ez Isten akarata”) – ők mind menekülési utat kínálnak számunkra. Ám vajon mi történik akkor, ha képesek vagyunk kiállni ezt a fájdalmat, ha nem akarunk elmenekülni, ha nem akarunk elhátarolódnival tőle, és nem igyekszünk eltagadni azt? Milyen állapotba kerül az elménk, ha ily módon figyelemmel kíséri a szenvedés folyamatát?

Vajon a szenvedés csupán egy szó, vagy valós dolog? Ha valós dolog, akkor a szónak jelen pillanatban nincs jelentősége, vagyis csak az átható fájdalomérzet van jelen. De vajon mire vonatkozik ez a fájdalom? Egy képzetre, egy tapasztalásra, valamire, amivel vagy rendelkezünk, vagy nem. Ha rendelkezünk ezzel a valamivel, örömeink, gyönyörök nevezzük; ha nem, akkor fájdalomnak. Következésképpen a fájdalom, a bánat mindig kapcsolódik valamihez. De vajon ez a valami pusztán egy szó, egy kifejezés, vagy valós dolog? A bánat mindig csak valamivel kapcsolatban jelentkezik, önmagában nem létezhet, ahogy a fájdalom sem létezhet önmagában, csakis valamivel (egy adott személlyel, egy eseménnyel, egy érzéssel) kapcsolatban. Most, hogy teljes mértékben tudatában vagyunk a szenvedésnek, felmerül a kérdés: vajon elkülönül-e tőlünk ez az érzés, azaz pusztán a szenvedést szemlélő megfigyelők vagyunk-e, vagy mi magunk vagyunk a szenvedés?

Vajon elkülönül-e tőlünk a szenvedés, ha nem létezik az azt megtapasztaló megfigyelő? Ilyenkor mi magunk szenvedünk – nemde? Nem különülünk el a fájdalomtól: mi magunk vagyunk a fájdalom. Tehát mi is történik ilyenkor? Ilyenkor nincsenek címkék, nem adunk nevet a dolognak, és így nem is söpörjük félre azt – mi magunk vagyunk ez a fájdalom, ez a gyötrelmes érzés. És mi történik ekkor? Vajon létezik-e bármiféle központ, ha nem nevezzük meg azt, ha nincs jelen a hozzá kapcsolódó Ideiem? Ha ez a központ összefügg a szenvedéssel, ükör fél tőle, ezért cselekednie kell, tennie kell valamit. De mit teszünk, ha maga ez a központ szenved? Semmit sem tehetünk, nem igaz? Mi történik akkor, ha mi maciink vagyunk a szenvedés, anélkül, hogy elfogadnánk, felcímkeznénk vagy félresöpörnénk azt? Egyértelmű, hogy ilyenkor egy alapvető átalakulás következik be. Akkor nem létezik többé a szenvedő „én”, mivel nincs semmiféle központ – amely valójában csak azért szenved, mert soha nem vizsgáltuk meg, miféle központról IN van szó. Egyik szótól a másikig, egyik reakciótól a következőig éljük az életünket. Soha nem mondjuk azt: „nosza, vizsgáljuk csak meg, mi is szenved valójában”. Az erőltetett önfegyelem által nem ismerhetjük meg ezt a dolgot, mert a megismeréshez érdeklődve, spontán megértéssel kell szemlélnünk a folyamatot. Ha így telink, felismerjük, hogy egyaránt eltűnik a szenvedésnek, fájdalomnak nevezett, elkerülni igyekezett dolog és az önfegyelem is. Amíg nem állunk kapcsolatban ezzel a rajtunk kívülálló érzékelt dologgal, nem merül fel ez a probléma, ám amint létrejön ez a kapcsolat, szembe kell néznünk vele. Amíg önmagunkon kívül állónak tekintjük a szenvedést (például azt mondjuk, azért szenvedünk, mert elvesztettük a testvérünket, mert nincs elég pénzünk, vagy egyéb külső okokat nevezünk meg), kapcsolatot létesítünk a szenvedéssel, holott ez a kapcsolat teljeséggel fiktív dolog. Azonban ha mi magunk vagyunk a szenvedés, ha felismerjük ezt a tényt, akkor minden átalakul, és új értelmet nyer. Ekkor megjelenik a *teljes, osztatlan* figyelem, megértjük, és így feloldjuk a szenvedést, következésképpen megszűnik a félelem, és nem létezik többé számunkra a „bánat” szó sem.

8 A TUDATOSSÁGRÓL

Kérdező: Mi a különbség a tudatosság és az önvizsgálat között, és ki az a személy, aki tudatos a tudatosság esetében?

Krishnamurti: Először vegyük szemügyre, mit is értünk önvizsgálat alatt. Az ember ilyenkor önmagába tekint, befelé fordul, de vajon miért teszi ezt? Azért, hogy fejlődjön, hogy valamivé, valamilyenné váljon – nemde? Máskülönben nem merülnénk el ebben a tevékenységben. Nem vizsgálgatnánk önmagunkat, ha nem élne bennünk a változás iránti vágy, a vágy, hogy másmilyenné legyünk, mint amilyenek vagyunk. Nyilvánvalóan ezért tartunk önvizsgálatot: például dühösek vagyunk, és hogy megszabaduljunk a haragunktól, hogy megváltoztassuk azt, az önvizsgálathoz folyamodunk. Az önvizsgálat esetén mindig jelen van bennünk az énkünk reakcióinak megváltoztatására irányuló vágy, és mindig lebeg valamilyen végcél a szemünk előtt; ha pedig nem érjük el ezt a célt, rosszkedvűek és levertek leszünk. Azaz: az önvizsgálat mindig elkerülhetetlenül együtt jár a lehangoltsággal. Nem tudom, észrevettétek-e már, hogy amikor önvizsgálatot tartotok, amikor magatokba tekintetek, hogy megváltoztatotok, mindig megjelenik a lehangoltság. Mindig feltámad a levertség hulláma, amely ellen küzdenetek kell – újra és újra önvizsgálatot kell tartanotok, hogy úrrá legyetek ezen a hangulaton. Az önvizsgálat folyamatából nem származik megkönnyebbülés, az önvizsgálat nem vezet

szabadságra, mert e folyamat során megpróbáljuk átalakítani azt, ami *van* – valamivé, ami nincsen. Pontosan ez történik, amikor önvizsgálatot tartunk, amikor elmerülünk ebben a sajátságos cselekedetben. E cselekvésben mindig megfigyelhető egy összeadódó folyamat, amely során az „én” megvizsgál valamit, hogy megváltoztassa azt, azaz mindig jelen van egy dualisztikus konfliktus, és így jelen van a frusztráció is. Nem létezik szabadulás; és amikor felismerjük ezt a frusztrációt, beköszönt az üresség.

A tudatosság azonban teljesen más dolog. A tudatosság Ítéletalkotás nélküli megfigyelés. A tudatosság megértést szül, mivel nincs benne Ítélezés vagy rosszallás, csak csendes megfigyelés. Ha meg akarunk érteni valamit, kritizálás nélkül kell megfigyelnünk az adott dolgot. Nem szabad Ítéleznünk, nem szabad törekednünk az adott dologra, ha gyönyörként, és nem szabad ódzkodnunk tőle, ha kellemetlen élményként értékeljük azt. Csak a tényszerű, csendes megfigyelés lehet jelen, amely során semmiféle végcél nem lebeg a szemünk előtt, egyszerűen csak pillanatról pillanatra tudatában vagyunk mindennek. E megfigyelés és a megfigyelés megértése azonban abban a pillanatban megszűnik, amikor megjelenik az Ítéletalkotás, a rosszallás vagy az önigazolás. Az önvizsgálat célja a fejlődés, ezért az önvizsgálat önző, énközpontú tevékenység. A tudatosság nem a fejlődésről szól. Épp ellenkezőleg, a tudatosság az én végét jelenti, annak minden sajátságos beállítottságával, emlékével, igényével és követelésével. Az önvizsgálatban azonosulás és rosszallás rejlik, a tudatosságban azonban egyik dolog sincs jelen, következésképpen nincs jelen a fejlődés sem. Óriási különbség van a két dolog között.

Aki fejlődni akar, soha nem lehet tudatos, mivel a fejlődés együtt jár a rosszallással, és a különféle célkitűzésekkel. A tudatosság azonban a mindenféle Ítéletalkotás, tagadás vagy elfogadás nélküli megfigyelésről szól. Ez a tudatosság a külső dolgokkal kezdődik, azzal, hogy tudatában vagyunk a különféle tárgyakkal, hogy kapcsolatot létesítünk a természettel. Először is fogékonyak leszünk a különféle dolgokra, a természetre, az emberekre, azaz a kapcsolatokra, majd megjelenik az eszmékről alkotott tudatosság is. A természetre, az emberekre és az eszmékre való fogékony tudatosság nem különül el egymástól, hanem egy egységes folyamatot alkot. E tudatosság lényege minden dolog, a bennünk megszülető összes gondolat, érzés és cselekedet megfigyelése, és mivel a tudatosság nem Ítéletalkotás, ez nem valamiféle összeadódó folyamat. Az ember csak akkor alkot Ítéletet, ha rendelkezik egyfajta normával, vagyis itt egy összeadódó, a fejlődésről szóló folyamatról van szó. A tudatosság azonban azt jelenti, hogy megértjük az énkünk cselekedeteit adott emberekkel, eszmékkel és tárgyakkal kapcsolatosan. Ez a tudatosság minden pillanatban megújul, következésképp lehetetlen begyakorolni. Amikor gyakorlunk valamit, az megszokássá válik, a tudatosság pedig nem megszokás. A megszokások szerint működő elme nem fogékony, az adott cselekedetek mintájában mozgó elme tompa és rugalmatlan, a tudatosság pedig állandó rugalmasságot és éberséget követel meg. Ez nem is olyan nehéz. Gyakorlatilag mindig ez jellemző ránk, amikor érdeklődünk valami iránt, amikor érdeklődéssel szemléljük a gyermekeinket, a házastársunkat, a növényeket, a fákat vagy a madarakat. Ilyenkor Ítélezés és beazonosítás nélkül figyeljük meg a dolgokat, következésképp ebben a megfigyelésben tökéletes egység rejlik – a megfigyelő és a megfigyelt dolog egységet alkotnak egymással. Ez történik akkor, amikor őszinte érdeklődést tanúsítunk valami iránt.

Óriási különbség van a tudatosság és az önvizsgálat önkiterjesztő fejlődési folyamata között. Az önvizsgálat frusztrációt és újabb, egyre mélyebb konfliktusokat eredményez, a tudatosság során azonban megszabadulunk az én cselekedeteitől, azaz tudatára ébredünk mindennapi cselekedeteinknek, gondolatainknak, tetteinknek, és a megfigyelés által tudatosak leszünk embertársainkra is. Erre csak akkor vagyunk képesek, ha szeretünk valakit, ha mély érdeklődés él bennünk valami iránt. Ha nem csak énkünk felszínes rétegeit akarjuk megismerni, de teljes egészében meg szeretnénk ismerni önmagunkat, akkor nyilvánvalóan nem lehet bennünk rosszallás. Nyitottnak kell lennünk minden gondolatra, minden érzésre, minden hangulatra és minden elfojtásra, és ahogy egyre jobban kitágul a tudatosságunk, egyre inkább megszabadulunk minden rejtett gondolati folyamattól, minden titkos indítékunktól és törekvésünktől. A tudatosság szabadság, a tudatosság szabadságot szül, az önvizsgálat

ellenben konfliktusokra és bezárkózásra vezet, következésképp mindig frusztrációval és félelemmel terhes.

A kérdező azt is szeretné tudni, vajon ki az, aki tudatos? Vajon mi történik, amikor valamilyen beható élményben van részünk? Vajon tudatában vagyunk-e ilyenkor annak, hogy épp megtapasztalunk valamit? Vajon tudatában vagyunk-e az érzelmeinknek a harag, a féltékenység vagy az öröm pillanataiban? A megfigyelő és a megfigyelt dolog csak az élmény végeztével jelenik meg, az adott pillanatban egyikük sincs jelen: ilye-kor csakis maga a tapasztalás létezik. A legtöbb ember nem tapasztal, soha nem jut el a tapasztalás állapotába – ezért tesszük fel azt a kérdést, hogy ki a megfigyelő, és kicsoda tudatos? Nyilvánvaló, hogy ez egy rossz kérdés, nem? A tapasztalás pillanatában nem létezik sem a tudatos személy, sem tudatosságának tárgya, nem létezik a megfigyelő és a megfigyelt dolog, csakis maga a tapasztalás állapota. A legtöbb embernek rendkívül nehezebbé esik ebben az állapotban élni, mivel ehhez, kivételes rugalmasságra, fürgeségre és nagyfokú érzékenységre van szükség, ez pedig nem valósulhat meg, ha egy adott cél elérésére törekszünk, ha sikert akarunk elérni, ha kalkulálunk – e dolgok mind frusztrációt eredményeznek. Ha semmit nem követelünk meg, ha nem egy adott cél elérésére törekszünk, eljuthatunk az állandó tapasztalás állapotába. Ekkor minden mozgásba lendül, minden értelmet nyer, semmi sem elavult, semmi sem ismétlődő, mivel az, ami *van*, sohasem elavult. A kihívás mindig új. Csakis a kihívásra adott válasz lehet ré-E, a régi dolgok pedig további üledékeket hagynak maguk után, azaz emlékeket hoznak létre, és megteremtik *a/*, önmagát megfigyelése tárgyától, a kihívástól, a tapasztalástól elkülönítő megfigyelőt.

A most elhangzottakat roppant könnyen és egyszerűen kipróbálhatjátok magatok is. Csak figyeljétek meg macitokat, amikor legközelebb haragra gerjedtek, amikor feltámad bennetek a féltékenység, a kapzsiság vagy az erőszak. Ilyenkor nincs jelen az énetek, csakis az adott állapot létezik. A következő pillanatban már nevet adtok ennek az állapotnak, féltékenységnek, haragnak, kapzsiságnak nevezve azt, azaz azonnal megteremtitek a megfigyelőt és a megfigyelt dolgot, a tapasztalót és a tapasztalást. Amikor e két dolog elkülönül egymástól, a tapasztaló igyekszik megváltoztatni a tapasztalást, igyekszik visszaemlékezni arra, és így fenntartja a közte és az adott élmény között lévő elkülönülést. Ha nem adtok nevet az élménynek, azaz nem törekedtek semmiféle eredmény elérésére, nem ítéltétek, csak csendben tudatában vagytok az adott érzésnek, észreveszitek majd, hogy az érzés, a tapasztalás ezen állapotában nem létezik a megfigyelő és a megfigyelt dolog, mivel e két dolog egyésként van jelen – azaz csakis a tapasztalás létezik.

Következésképpen az önvizsgálat és a tudatosság két teljesen különböző dolog. Az önvizsgálat frusztrációt és további konfliktusokat eredményez, mivel a változás Iránti vágyból fakad, a változás pedig nem más, mint az új formában megnyilvánuló folytonosság. A tudatosság olyan állapot, amelyben nem létezik rosszallás, ítéltetés és beazonosítás, ennél fogva megszületik a megértés; a passzív, éber tudatosság ezen állapotában nem létezik sem a tapasztaló, sem a tapasztalat.

Az önvizsgálat, azaz a fejlődés, énkiterjesztésének e formája soha nem vezethet el az igazságra, mivel ez a folyamat önmagunkba zár minket; a tudatosság ellenben olyan állapot, amelyben megszülethet az igazság, a valóság, a mindennapi lét egyszerű igazsága. És ha nem értjük meg ezt az igazságot, sehová sem juthatunk el. Ha messzire akarunk eljutni, először kis lépéseket kell megtennünk, a legtöbb ember azonban rohanni akar, és anélkül akarja megismerni a távoli dolgokat, hogy megértené a közeliakat. Ha megértjük a közeli dolgokat, felfedezzük majd, hogy nem létezik távolság – a kezdet és a vég egy és ugyanaz.

9. A KAPCSOLATOKRÓL

Kérdező: Ön gyakran beszél a kapcsolatokról, de vajon mit jelentenek azok az Ön számára?

Krishnamurti: Először is, elszigeteltségben nem létezik élet. Létezni annyit tesz, mint kapcsolatban állni, és kapcsolatok nélkül nincs élet. De mit is értünk kapcsolat alatt? A kapcsolatok a két ember közötti kihívások és reakciók összességét jelentik: a kihívások, amelyek elé te állítasz engem, és amelyeket én elfogadok, amelyekre reagálok, illetve az általam felállított és általam megválaszolt kihívások. A társadalmat az emberek közti kapcsolatok hozzák létre: a társadalom nem független

tőlünk, mivel a tömeg önmagában nem különálló entitás – ezt a tömeget, a csoportot, a társadalmat te, én és a köztünk fennálló kapcsolat hozza létre. A kapcsolat a két ember közötti kölcsönhatásra való tudatosságot jelenti. Vajon mire alapulnak általában a kapcsolatok? A kölcsönös egymásrautaltságra és segítségnyújtásra – nemde? Legalábbis azt állítjuk, hogy a kapcsolatok a kölcsönös segítségnyújtásra alapulnak – ám vajon mit látunk, ha félretesszük a szavakat, az egymás előtt viselt érzelmi álcákat? A kölcsönös kielégülést – igaz? Ha nem szerzek örömet neked, megszabadulsz tőlem, ha viszont a kedvedben járok, elfogadsz engem házas társaként, szomszédként vagy barátként. Ez egyszerűen tény.

Mit is nevezünk például családnak? Nyilvánvalóan egy meghitt, bensőséges kapcsolatrendszer. De vajon létezik-e ez a mély lelki közösség a családonkban, a házas társunkkal való kapcsolatunkban? Hiszen ezt értjük valódi kapcsolat alatt – igaz? A kapcsolat félelem nélküli közösséget jelent, amelyben kellőképpen szabadok vagyunk ahhoz, hogy megértsük egymást, és közvetlen módon kommunikáljunk egymással. A kapcsolatok nyilvánvalóan azt jelentik, hogy közösségben élünk egy másik emberrel. Vajon elmondható-e ez rátok? Közösségben éltek a házas társatokkal? Fizikailag talán igen, ez azonban még nem kapcsolat. Az elszigetelődés falai mögött éltek, nem igaz? Mindkettőtöknek megvannak a maga törekvései és ambíciói. Egy fal mögött éltek, időnként átpillantotok a túloldalra, és ezt nevezitek kapcsolatnak – nemde? Lehet, hogy ti részletesebben, árnyaltabban Írnátok le ezt a viszonyt, de a tény attól még tény marad: elszigeteltségben éltek, és ezt az életet nevezitek kapcsolatnak.

Ha két ember között valódi kapcsolat van, azaz közösségben élnek egymással, az óriási hatásokkal jár. Ilyenkor nem létezik elszigeteltség, nincs felelősség és kötelesség, csak szeretet van. A felelősség és a kötelesség szavakat mindig az elszigetelten, falak mögött élő emberek hangoztatják. Aki szeret, az nem beszél ilyesmiről – egyszerűen csak szeret, és ezért megosztja másokkal az örömét, a bánatát, vagy akár a vagonát is. Vajon elmondható-e ez a ti családokra? Létezik-e valódi közösség közted és a házas társad, a gyermekeid között? Nyilvánvalóan nem. Következésképp a család pusztán egy ürügy arra, hogy továbbidd a neved, a hagyományaidat, hogy szexuális vagy pszichológiai értelemben megkapd, amire vágysz, azaz a család csupán az én folytonosságát szolgálja, és a halhatatlanság, az állandóság egy formájává vált. A családot ezenkívül használjuk még a kielégülés eszközeként is: a külső, üzleti, politikai vagy társadalmi életben kegyetlenül kihasználjuk embertársainkat, otthon pedig próbálunk kedvesek és nagylelkűek lenni. Ez abszurd! Vagy az is előfordul, hogy túl soknak érezzük a világot, békére vágyunk, és ezért megyünk haza. A világban szenvedünk, ezért otthon igyekszünk kényelemre és békére lenni, azaz a kapcsolatokat használjuk az öröm, a kielégülés eszközeiként, ez pedig annyit tesz, hogy nem szeretjük, ha a kapcsolataink bármiféle zavart okoznak az életünkben.

Azaz, akkor törekszünk a kapcsolatokra, ha azokban kölcsönös kielégülésre lelünk; és ha ez nem következik be, változtatunk a kapcsolatainkon – elválunk, vagy együtt maradunk ugyan, de máshol keresünk örömet, vagy egyik kapcsolatból a másikba vetjük magunkat, míg rá nem lelünk arra, amit keresünk, azaz a kielégülésre és a biztonság, a kényelem érzésére. Hiszen tény, hogy pontosan ilyen kapcsolatrendszereket figyelhetünk meg manapság a világban. Olyan kapcsolatokra törekszünk, amelyek által jóleső biztonságban és tudatlanságban élhetünk – ez azonban mindig konfliktusokat eredményez – nemde? Ha nem lelem örömet valakiben, ha az adott személy nem okoz számomra kielégülést, holott én arra törekszem, akkor természetes, hogy konfliktusok lépnek fel köztünk, hiszen mindketten egymás által vágyunk elérni a biztonságot, és ha ez a biztonság bizonytalanná válik, féltékenyek, erőszakosak és birtoklóak leszünk. Vagyis a kapcsolatok folyton birtoklásba és Ítékezésbe torkollanak, mindig megjelennek bennük az „én” biztonságra, kényelemre és kielégülésre vonatkozó követelése, és ez természetesen nem azonos a szeretettel.

Beszélünk ugyan a szeretetről, a felelősségről és a kötelességről, de ez nem azonos a szeretettel: kapcsolataink a kielégülésen alapulnak, és ez súlyos hatást gyakorol a civilizációnkra. Abból, ahogy a házas társunkkal, a gyermekeinkkel, a szomszédainkkal és a barátainkkal bánunk, jól láthatjuk, hogy kapcsolatainkban egyáltalán nincs jelen a szeretet. De akkor vajon mi célja a kapcsolatoknak? Miben

rejlük az értelmük? Ha szemügyre vesszük önmagunkat a másokkal való kapcsolataink tükrében, azt fogjuk látni, hogy a kapcsolatok a megnyilatkozásról szólnak – nemde? Hiszen a másokkal való kapcsolataink elárulják nekünk, vajon kellőképpen tudatosak, kellőképpen éberek vagyunk-e ahhoz, hogy tudatában legyünk a saját reakcióinknak. A kapcsolatok valójában a megnyilatkozásról, azaz az önismeretről szólnak; és e folyamat során számos kellemetlen dologgal, nyugtalanító és kellemetlen gondolatokkal és tevékenységgel szembesülünk. Mivel nem tetszik nekünk, amit látunk, elmenekülünk a kellemetlen kapcsolatokból, és a kellemeseket választjuk helyettük. Következésképpen a kapcsolatoknak vajmi kevés jelentőségük van, ha csak a kölcsönös kielégülésre törekszünk, ám kivételesen fontossá válhatnak, ha az önismeret eszközeinek tekintjük őket.

Végül is a valódi szeretet jelenlétében nem léteznek kapcsolatok – nemde? Kapcsolatok csak akkor léteznek, ha szeretünk valamit vagy valakit, és ezért elvárjuk, hogy viszonzszeressenek minket. Ha valóban szeretünk, azaz, ha teljes mértékben átadjuk magunkat valaminek vagy valakinek, nem alakul ki semmiféle kapcsolat.

Ha szeretünk, ha valóban ott él bennünk a szeretet, az csodálatos dolog. Az ilyen szeretetben nem létezik sűrűlódás, nincsenek egymástól elkülönülő személyek, csak a tökéletes egység létezik. Az ilyen szeretet az egység, a teljesség állapota. A tökéletes szeretet és lelki közösség állapotában megvalósulhatnak ezek a ritka, boldog és örömteli pillanatok. Általában azonban nem a szeretet a fontos számunkra, hanem szeretetünk tárgya, a másik személy; a szeretet helyett az az ember válik fontossá, akinek a szeretetünket adjuk. Különféle biológiai vagy verbális okokból – vagy a kielégülésre, a kényelemre és a biztonságra irányuló vágyunk miatt – a szeretet tárgya lesz fontossá, maga a szeretet pedig elhalványul. Aztán a birtoklás, a féltékenység és a követeléseink konfliktusokat szülnek, és a szeretet még inkább háttérbe szorul; és ahogy folytatódik ez a folyamat, az adott kapcsolat egyre inkább elveszti a jelentőségét és az értelmét. Azaz a szeretet egyike a legnehezebben megérthető dolgoknak. Semmiféle intellektuális készítés nem eredményezhet szeretetet, semmiféle módszer, eszköz vagy önfegyelem nem képes erre. A szeretet olyan létállapot, amelyben megszűnnek az én tevékenységei, ám ez nem következhet be azáltal, ha pusztán elfojtjuk vagy megfegyvelmezzük e tevékenységeket – vagy igyekszünk kitérni előlük. A tudatosság minden szintjén meg kell értenünk önünk tevékenységeit. Időről időre megéljük a szeretet pillanatait, amikor nincsenek bennünk gondolatok és indítékok, ám az ilyen pillanatok nagyon ritkák, ezért hát emlékezetünkkel igyekszünk ragaszkodni hozzájuk, és így falat emelünk az élő valóság és a mindennapi lét közé.

Hogy megértsük a kapcsolatokat, először azt kell megértenünk, ami *van*, azaz meg kell értenünk életünk minden apró történéseit, és azt, hogy mit is jelentenek valójában a kapcsolatok. A kapcsolatok a megnyilatkozásról szólnak, azonban mivel nem akarunk megnyilatkozni, elrejtőzünk a biztonságban, így kapcsolataink elsőkélyesednek, elvesztik jelentőségüket és szépségüket. Valódi kapcsolatok csak a szeretetben létezhetnek, a szeretet azonban nem azonos a kielégülésre való törekvéssel. A szeretet csak akkor létezhet, ha önzetlenek vagyunk, és ha közösséget élünk meg, nem csupán a partnerünkkel, de a legmagasabb rendű entitással, a valósággal is – ez pedig csakis akkor következhet be, ha megfeledkezünk az énünkről.

10. A HÁBORÚRÓL

Kérdő: Hogyan változtathatnánk meg a jelenlegi kaotikus politikai helyzetet, és hogyan oldhatnánk meg a világban tapasztalható krízist? Tehetünk-e egyénekként bármit is, hogy elkerüljük a küszöbön álló háborút?

Krishnamurti: A háború a mindennapi élet látványos és véres kivetülése – nemde? A háború csupán belső állapotunk külső megnyilvánulása, mindennapi cselekedeteink felnagyított változata. Látványosabb azoknál, véresebb és pusztítóbb, de mégis egyéni cselekedeteink kollektív eredménye, következésképpen mi, te és én vagyunk felelősek érte – de vajon mit tehetnénk, hogy véget vessünk neki? Nyilvánvaló, hogy nem vethetünk véget a háborús veszélynek, mert a háború már meg is kezdődött: már zajlik, jóllehet egyelőre főleg lelki szinten. Mivel már zajlik, nem lehetséges megállítani – túl sok a problémás kérdés, túl nagyok a gondok, és a folyamatot már nem lehet visszafordítani. De mi, akik látjuk, hogy lángok borítják el otthonunkat, megérthetjük a tűz okait, elhagyhatjuk a házat, és új otthont építhetünk magunknak más, nem gyúlékony anyagokból, olyan anyagokból, amelyek nem robbantanak ki újabb háborút. Mindössze ennyit tehetünk. Felismerhetjük, mi okozza a háborút, és ha valóban véget akarunk vetni a harcnak, elkezdhetjük átalakítani önmagunkat – mert a háború okai alapvetően bennünk rejlenek.

Még a világháború alatt felkeresett egy amerikai hölgy, és elmondta, hogy az egyik fia elesett Olaszországban, és most szeretné megmenteni a másik, tizenhat éves gyermekét, ezért tőlem kér tanácsot. Azt javasoltam neki, ha meg akarja menteni a fiát, hagyjon fel azzal, hogy amerikai legyen: hagyjon fel a kapzsisággal, a vagyon és a hatalom hajhászásával, és legyen erkölcsi értelemben egyszerű – ne csak egyszerű ruhákat hordjon, ne csak a külsőségeiben váljon egyszerűvé, de legyen egyszerű a gondolataiban és a kapcsolataiban. A hölgy így felelt: „Ez túl sok. Ön egyszerűen túl sokat kér tőlem. Ezt képtelen vagyok megtenni, mert nem áll hatalmamban megváltoztatni a körülményeimet.” Vagyis tulajdonképpen ő maga volt a felelős a fia haláláért.

Igenis megváltoztathatjuk a körülményeinket, mert mi magunk teremtettük meg őket. A társadalom a kapcsolataink eredményeképpen jön létre, és ha megváltozunk a kapcsolatainkban, megváltozik a társadalom is. Azonban ha abban bízunk, hogy a törvények és a kényszer majd megváltoztatják a társadalmat, miközben mi magunk továbbra is korrumpáltak maradunk, miközben továbbra is hatalomra, rangra és uralomra törünk, azzal a leggondosabb tudományos módszerekkel felépített társadalmat is elpusztítjuk. Azaz a belső dolgok mindig legyőzik a külsőket.

Vajon mi váltja ki a vallási, politikai és gazdasági háborúkat? Nyilvánvalóan a hit – legyen szó akár a nacionalizmusba, az ideológiákba vagy a dogmákba vetett hitről. Ha nem hit, de jóakarat, szeretet és előzékenység élne bennünk, nem lennének háborúk. Minket azonban a különféle hitek, eszmék és dogmák táplálnak, így folytonos elégedetlenségben élünk. A jelenlegi krízis példa nélkül való, és emberi lényekként vagy a mindennapi cselekedeteinkből származó folytonos konfliktusok és folyamatos háborúk útját választjuk, vagy felismerjük a háborúk okait, és hátat fordítunk e dolgoknak.

A háborúkat nyilván a hatalomra, a társadalmi rangra, a presztízsrre és a pénzre irányuló vágy, a nacionalizmus nevű betegség (azaz az a jelenség, amely során istenként imádunk egy adott zászlót) és a dogmák tisztelete (azaz a szervezett vallás nevet viselő kór) váltja ki. E dolgok okozzák a háborúkat: ha egyénekként bármely szervezett vallás tagjai vagyunk, ha hataloméhesek és irigyek vagyunk, olyan társadalmat alkotunk meg, amely pusztuláshoz vezet. Azaz, a dolog megint csak rajtunk múlik, nem pedig a vezetőinken, nem az úgynevezett államférfiakon. Mi vagyunk a felelősek, de úgy tűnik, nem ismerjük fel ezt aényt. Ha valóban felelősséget éreznénk a tetteinkért, roppant gyorsan véget vetnénk a háborúknak, ezeknek a látványos szenvedéseknek. De tudjátok, közömbösek vagyunk. Részünk van a napi háromszori étkezésünkben, van munkánk, megvan a bankszámlánk, ezért így szólunk: „az Isten szerelmére, ne zavarj bennünket ilyesmivel, hagyj már békén minket”. Minél magasabban állunk a társadalmi ranglétrán, annál jobban vágyunk a biztonságra, az állandóságra, a nyugalomra, arra, hogy békén hagyjanak bennünket, és fenntarthassuk a dolgok jelenlegi állapotát – ez az állapot azonban nem tartható fent, hiszen nincs is mit fenntartani, mert minden széthullik körülöttünk. Nem akarunk szembenézni a tényekkel, nem akarunk szembenézni azzal, hogy mi vagyunk

felelősek a háborúkért. Beszélhetünk ugyan a békéről, leülhetünk a tárgyalóasztalok mellé, belül, a lelkünk mélyén azonban hatalomra és társadalmi rangra vágyunk, és a kapzsiság vezérel minket. Áskálódunk, áthat bennünket a nacionalizmus, béklyóba vernek minket a hiedelmeink és a dogmáink, amelyekért egyaránt hajlandóak vagyunk meghalni és ölni is. Gondoljátok, hogy a hozzánk hasonló emberek képesek békét teremteni a világban? Hogy békét teremtsünk, békésnek kell lennünk; és hogy békében élhessünk, nem teremthetünk ellenségességet. A béke nem csupán egy eszménykép. Számmomra az eszményképek pusztán menekülést jelentenek: a valóságot igyekszünk elkerülni általuk, ezért az eszményképek ellentmondanak annak, ami *van*. Az eszményképek megakadályozzák a valóságon alapuló igazi cselekvést. A békéhez szeretetre van szükség, és arra, hogy felhagyjunk az „eszményi étellel”, és a valóságot felismerve cselekedjünk, megváltoztatva a bennünk és körülöttünk lévő dolgokat. Amíg mindannyian a lelki biztonságra törekszünk, nem lehet részünk a szükséges fizikai biztonságban, nem érhetjük el azt, hogy minden ember rendelkezzen kellő mennyiségű élelemmel, ruhával és mindenkinek legyen hol nyugovóra hajtania a fejét. Egy nem létező lelki biztonságra törekszünk, és ha módunkban áll, a hatalom és a társadalmi rang eszközeit használjuk fel e célunk elérésére – ezek az eszközök pedig elpusztítják a fizikai biztonságot. Ha elgondolkodtok a dolgon, felismeritek majd, hogy ez nyilvánvaló tény.

Hogy békét teremtsünk a világban és véget vessünk minden háborúnak, mindannyiunkban be kell következnie a forradalomnak. E belső forradalom nélkül minden gazdasági forradalom értelmetlen, mivel az éhezésért a lelkiállapotunk, a kapzsiság, az irigység, a rosszakarat és a birtoklási vágy által meghatározott gazdasági körülmények a felelősek. Ha véget akarunk vetni az éhezésnek, a bánatnak, a háborúknak, egy lelki forradalomra van szükségünk, ám csak kevesen vagyunk hajlandóak szembenézni ezzel a ténnyel. Hajlandóak vagyunk arra, hogy vitákat folytassunk a békéről, hogy különféle törvénytervezeteket és szövetségeket hozzunk létre, hogy megalkossuk az Egyesült Nemzetek Szövetségét, mégsem vívhatjuk ki a békét, mert nem adjuk fel társadalmi rangunkat, tekintélyünket, vagyonunkat és ostoba kis életünket. Másokra számítunk e kérdésben, holott ez tökéletesen hiábavaló, mert csakis mi magunk teremthetünk békét a világban. Egyetlen vezető, egyetlen kormány, hadsereg, egyetlen ország sem teremthet békét számunkra. A békét csakis a külső cselekedeteket kiváltó belső átalakulás hozhatja el számunkra. Ez a belső átalakulás nem azonos az elszigetelődéssel, a külső cselekedetektől való elvonulással; épp ellenkezőleg, csakis akkor cselekedhetünk megfelelő módon, ha helyesen gondolkodunk, ez pedig csak akkor lehetséges, ha ismerjük önmagunkat. Önismeret nélkül nem létezhet béke.

Hogy véget vethessünk a világban dúló háborúknak, először a bennünk dúló háborúnak kell véget vetnünk. Néhányan talán rábólintotok erre az állításra, aztán újra kiléptek a világba, és továbbra is ugyanúgy cselekedtek, ahogy az elmúlt tíz vagy húsz évben. Az egyetértések pusztán a szavak szintjén nyilvánul meg, és semmiféle jelentősége sincsen, mivel ideiglenes jóváhagyásokat mit sem változtat a világ szenvedésein, és nem vet véget a háborúknak. A háborúk csak akkor érhetnek véget, ha felismeritek a fenyegető veszélyt, és felelősséget vállaltok érte ahelyett, hogy valaki másra hagyjátok a dolgot. Ha felismeritek a szenvedést, ha látjátok, hogy azonnal cselekednünk kell, és nem halogathatjuk tovább a dolgot, akkor átalakítjátok majd önmagátokat. A béke csakis akkor köszönthet be, ha megbékéltek önmagatokkal és embertársaitokkal.

11. A FÉLELEMRŐL

Kérdő: Hogyan szabadulhatnék meg a minden cselekedetemre kiható félelemtől?

Krishnamurti: Mit is értünk vajon a félelem alatt? És mitől félünk? A félelemnek különféle formái léteznek, és nekünk nem kell mindegyiket kielemeznünk, azt azonban láthatjuk, hogy a félelem mindig akkor születik meg, ha nem értjük meg teljes egészében a kapcsolatainkat; az emberekkel, a természettel, a vagyonnal, az eszmékkal fennálló kapcsolatunkat – amíg nem értjük meg e kapcsolatokat, mindig jelen lesz bennünk a félelem. Az élet a kapcsolatokról szól: létezni annyi, mint kapcsolatban állni, és kapcsolatok nélkül nincsen élet. Semmi sem létezhet elszigeteltségben, és amíg az

elme elszigeteltségre törekszik, mindig jelen lesz bennünk a félelem. A félelem nem valamiféle absztrakció: a félelem mindig valamivel kapcsolatban létezik.

A kérdés tehát az, hogyan szabaduljunk meg a félelemtől? Először is, minden legyőzhető dolgot újra és újra le kell győznünk. Egyetlen problémát sem győzhetünk le véglegesen – a problémákat megérteni lehetséges, legyőzni ellenben nem. Ez két teljességgel eltérő folyamat, amelyek közül a második csak további zavarodottságra és félelemre vezet. Ha ellenállunk, ha igyekszünk uralni, legyőzni egy problémát, vagy védekezni próbálunk ellene, az csak további konfliktusokat szül; ugyanakkor, ha képesek vagyunk megérteni a félelmet, ha képesek vagyunk lépésről lépésre a mélyére hatolni, és teljes mértékben felfedezni azt, akkor a félelem elmúlik, és többé soha semmilyen formában nem tér majd vissza.

Mint mondtam, a félelem nem valamiféle absztrakció, és mindig csakis valamivel kapcsolatban létezik. De mit is értünk félelem alatt? Végeredményben attól tartunk, hogy nem létezzünk, hogy nem válunk valamivé vagy valamilyenné – nemde? Na már most, vajon le győzhető-e a nemléttől, a stagnálástól, vagy az ismeret lentől, a haláltól való félelem bármilyen elhatározás, döntés vagy választás által? Ez nyilvánvalóan nem lehetséges. Ha elfojtjuk, szublimáljuk vagy behelyettesítjük ezt a félelmet, az csak további ellenállást szül – nem igaz? Következésképpen a félelmet nem győzhetjük le az önfegyelem vagy az ellenállás által. Ezt a tényt roppant tisztán kell látnunk, át kell éreznünk, és meg kell tapasztalnunk: a félelmet semmiféle védekezés vagy ellenállás által nem győzhetjük le, és nem szabadulhatunk meg tőle azáltal, ha valamiféle válaszra törekszünk, vagy ha intellektuális módon, pusztán a szavak segítségével igyekszünk megmagyarázni azt.

De vajon mitől is félünk? A tényektől, vagy a tényekről alkotott *elképzeléseinktől*? Egy konkrét dologtól, vagy attól, amilyennek az adott dolgot képzeljük? Vajon a halál tényétől vagy a halálról alkotott elképzelésünktől félünk-e? Egy dolog az adott tény, és megint más a tényről alkotott elképzelésünk. Vajon a „halál” szótól félünk, vagy magától a halál tényétől? Mivel félünk a szótól, az eszmétől, soha nem érthetjük meg magát a tényt; soha nem vesszük szemügyre a tényt, és soha nem létesítünk közvetlen kapcsolatot vele. A félelem csakis akkor múlik el, ha tökéletes egységre lépünk az adott dologgal. Ha ez nem valósul meg, mindig is félelem lesz bennünk, és ez az egység csakis akkor jöhet létre, ha nincsenek elképzeléseink, ha nincs véleményünk az adott dologról, ezért hát roppant tisztán kell látnunk, vajon az adott szótól, az adott eszmétől tartunk-e – vagy magától a ténytől. Ha szemtől szemben állunk a ténnyel, nincs mit megértenünk: a tény ténnyé lesz, mi pedig képesek leszünk kezelni azt. Ha pedig az adott szóloi félünk, meg kell értenünk ezt a szót, és ehhez fi lapon meg kell vizsgálnunk a kifejezéssel kapcsolatos folyamatokat.

„Vegyük például a magánytól, a magány által okozott fáj dalomtól való félelmet. Ez a félelem nyilvánvalóan azért létezhet bennünk, mert még soha nem vizsgáltuk meg a magányt, soha nem alakítottunk ki kapcsolatot vele. Ha nyitottak vagyunk a magány tenyérére, abban i pillanatban képesek leszünk megérteni azt, azonban ha él bennünk egy elképzelés, egyfajta, a korábbi tudásunkon alapuló vélemény a magánnyal kapcsolatban, ez az elképzelés félelmet szül. A félelem egyértelműen az r I nevezésből, a tényt jelképező szimbólum kivetítéséből származik – azaz a félelem egyáltalán nem független az adott szótól.

Mondjuk, hogy reagálunk a magányra: azaz kijelent-|ük, hogy félünk attól, magányosan nem vagyunk senkik Bem. De vajon magától a ténytől félünk-e, vagy azért támad fel bennünk ez a félelem, mert van valamiféle előzetes tudásunk a tényről, azaz: rendelkezünk egy szóval, így jelképpel, egy képzetel? Hogyan is félhetnénk egy lénytől? Ha szemtől szemben állunk egy ténnyel, ha közvetlen kapcsolatunk van vele, szemügyre vehetjük, és megvizsgálhatjuk azt, következképpen nem félünk-e majd tőle. A félelmet mindig a tényekről vallott nézeteink okozzák; az, hogy elképzeljük, vajon milyen lehet, vagy mit tehet velünk az adott dolog.

A félelmet mindig a saját véleményeink, elképzeléseink, a tényekkel kapcsolatos tapasztalataink és tudásunk váltja ki. Amíg nevekkel látjuk el, és ezáltal beazonosítjuk, vagy elítéljük a tényeket, amíg a gondolkodásunk a megfigyelő szerepét betöltve ítéletet alkot róluk, szükségszerűen mindig ott él bennünk a félelem. A gondolkodás a múlt teremtménye, amely csakis a szavak, jelképek és

képzetek által létezhet; és amíg a gondolkodás hivatkozik a tényekre, amíg értelmezi azokat, mindig jelen lesz a félelem is.

Azaz a félelmet valójában az elme teremti meg, mivel az elme nem más, mint maga a gondolkodási folyamat. A gondolkodás során szavakba foglaljuk azt, amiről gondolkodunk. Szavak, jelképek és képzetek nélkül nem tudunk gondolkodni: a gondolkodás során aztán kivetítjük ezeket a képzeteket, az elme előítéleteit, előzetes tudását és nézeteit az adott tényekre, és ily módon megteremjük a félelmet. A félelemtől csakis akkor szabadulhatunk meg, ha elménk képes mindenféle értelmezés nélkül szemlélni a tényeket, ha nem látja el őket különféle nevekkal és címkékkel. Ez azonban meglehetősen nehéz dolog, mivel az elme azonnal beazonosítja az érzéseinket, a reakcióinkat és a szorongásainkat, és különböző nevekkal ruházza fel. A féltékenység érzetét a „féltékenység” szó által azonosítjuk be. De vajon lehetséges-e az, hogy e nélkül az azonosítási folyamat nélkül szemléljük az érzéseinket? Az érzéseknek ez a névadás biztosít erőt és folytonosságot: abban a pillanatban, ahogy nevet adunk a félelemnek nevezett dolognak, erővel ruházzuk fel azt – azonban ha képesek vagyunk e névadási folyamat nélkül szemlélni az adott érzéseket, látni fogjuk, hogy a félelem elenyészik. Következésképpen, ha terjesen meg akarunk szabadulni a félelemtől, meg kell értenünk ezt a névadási folyamatot, amely során különféle jelképeket és képzeteket vetítünk ki a tényekre. A félelemtől csakis akkor szabadulhatunk meg, ha ismerjük önmagunkat. Az önismeret a bölcsesség kezdete – a bölcsesség pedig azonnal véget vet minden félelmünknek.

13. AZ UNALOMRÓL ÉS AZ ÉRDEKLŐDÉSRŐL

Kérdező: A legtöbb ember rengeteg dolog iránt tanúsít érdeklődést, engem azonban semmi sem érdekel, és mivel munkanélkül is megélek, nem is dolgozom. Ön szerint lehet, hogy mégis végezni kellene valamiféle hasznos munkát?

Krishnamurti: Arra gondolsz, hogy szociális munkás leszel, esetleg politikai vagy vallási munkát végzel – igaz? Mivel nincs egyéb dolgod, úgy döntesz, hogy reformer lesz belőled! De ha nincs semmi dolgod, ha unatkozol, akkor miért nem választod inkább azt, hogy egyszerűen csak unatkozol? Miért nem éled meg az unalmat? Ha bánatos vagy, **légy** bánatos. Ne keress mindenféle kiutakat, mert az unalmad roppant jelentőségteljes lehet, ha képes vagy megérteni és megélni azt. Ha azt mondod: „unatkozom, ezért hát csinálom valamit”, egyszerűen csak igyekszel elmenekülni az unalom elől, és mivel a legtöbb tevékenységünk a menekülésből fakad, így okozod a legnagyobb kárt a társadalomnak. Ha menekülünk, azáltal sokkal nagyobb kárt okozunk, mintha megélnénk azt, ami elől menekülni igyekszünk. A kérdés tehát az, hogyan vessünk véget a menekülésnek: mivel a legtöbb tevékenységünk pusztán menekülés, roppant nehéz megállni, és szembenézni azzal, ami elől menekülünk. Következésképp engem boldoggá tesz, ha valóban unatkozol, és így szólsz: „álljunk csak meg, és vegyük szemügyre a dolgot. Miért kellene bármit is tennem?”

Vajon miből fakad az unalom? Mit is nevezünk valójában unalomnak? Miért van az, hogy egyetlen dolog iránt sem érdeklődsz? Bizonyára megvannak az okai annak, hogy unatkozol: a szenvedés, a menekülés, a hiedelmek, a szüntelen tevékenységek eltompítják az elmét, és megkeményítik a szívet. Ha rájössz, miért unatkozol, miért nincs benned semmiféle érdeklődés, azzal nyilván megoldanád a problémát, és működésbe lépne ily módon felkeltett érdeklődésed – nemde? Ha nem érdekel, miért unatkozol, nem erőltethetsz érdeklődést magadra csak azért, hogy csinálj valamit – ez olyan lenne, mintha egy mókuserékben rohangálnál körbe-körbe –, bár jól tudom, hogy a legtöbb ember ilyesféle tevékenységekkel köti le magát. Azonban kideríthetjük, hogy miért is tölt el minket ez a végtelen unalom, felismerhetjük, miért vagyunk ebben az állapotban: érzelmileg és mentálisan olyannyira kimerítettük magunkat, oly sok érzetet és tapasztalást próbáltunk már ki, oly sok dologgal kísérleteztünk, hogy a végén tompává és elcsigázottá váltunk. Csatlakozunk egy adott csoporthoz, megteszünk mindent, amit ez a csoport megkövetel tőlünk, aztán továbbállunk, és kipróbálunk valami mást. Ha nem válik be a pszichológusunk, elmegyünk egy másik orvoshoz vagy egy paphoz; ha vele is kudarcot vallunk, új tanítót keresünk magunknak, és így tovább – folytonos mozgásban vagyunk. Az

állandó erőltetés és elengedés e folyamata roppant fárasztó – nemde? És az összes többi érzethez hasonlóan ez is hamar eltompítja az elmét.

Pontosan ezt tettük eddig: egyik érzet után próbáltuk ki a másikat, egyik izgatottságból a másikba vetettük magunkat, míg végül eljutottunk arra a pontra, ahol valóban kimerültünk. Most, hogy felismertük, ne folytassuk a dolgot – pihenjünk meg egy percre. Legyünk csendben, hagyjuk, hogy elménk erőt gyűjtsön, és ne kényszerítsük semmire. Ahogy a termőtalaj megújítja önmagát télen, úgy újul meg elménk is, ha hagyjuk, hogy egy időre elcsendesedjen. Azonban mindeme tevékenységek után roppant nehéz parlagon hagyni az elmét, mivel az folyton cselekedni akar, ám ha eljutunk arra a pontra, hogy valóban hagyjuk, hogy olyanok legyünk, amilyenek vagyunk (unottak, csúnyák, undokak, bármilyenek), lehetőségünk nyílik arra, hogy kezeljük az adott helyzetet.

Vajon mi történik, amikor elfogadunk valamit, amikor elfogadjuk azt, amilyenek vagyunk? Ha elfogadjuk magunkat olyannak, amilyenek vagyunk, mi jelenthet számunkra problémát? A problémák csak akkor jelentkeznek, ha nem fogadjuk el a dolgokat a maguk valóságában, és meg akarjuk változtatni őket – amivel nem azt akarom mondani, hogy a megelégedettséget hirdetném; épp ellenkezőleg. Ha elfogadjuk azt, amilyenek vagyunk, látni fogjuk, hogy a dolog, amitől rettegtünk, amit unalomnak, kétségbeesésnek vagy félelemnek nevezünk, teljesen megváltozik, és óriási átalakuláson megy keresztül.

Ezért olyan fontos, hogy megértsük a gondolkodásunk működését. Az önismeretre nem tehetünk szert más emberek, a könyvek, a gyónás, a pszichológia vagy a lélekbúvárok által. Az önismeretre mindenkinek magának kell eljutnia, mert ez a *te* életed; és ha nem szélesítjük, nem mélyítjük el az önismeretünket, bármit is teszünk, bárhogyan változtatjuk is meg külső vagy belső körülményeinket, az élet mindig csupán a kétségbeesés, az unalom és a bánat forrása lesz számunkra. Hogy magunk mögött hagyhassuk az elme önmagukba záródó tevékenységeit, meg kell értenünk őket, ehhez pedig tudatában kell lennünk az emberekkel, a tárgyakkal és az eszmékkel fennálló kapcsolataink során tanúsított reakcióinknak. E kapcsolatokban, e tükrökben aztán lassan felismerjük önmagunkat, mindenféle ítéletalkotás és rosszallás nélkül, és ahogy egyre jobban megismerjük saját elménk működését, tovább haladhatunk előre: elcsendesíthetjük elménket, és befogadhatjuk a valóságot.

13. A GYŰLÖLETRŐL

Kérdő: Ha teljesen őszinte akarok lenni, be kell vallanom, hogy gyakran megsértődöm, és néha szinte minden embert gyűlölök. Ez pedig roppant boldogtalanná és fájdalmassá teszi számomra az életet. Intellektuálisan megértem ugyan, hogy a sértődöttség és a gyűlölet ezen állapotában létezem, de képtelen vagyok kezelni a dolgot. Ön mit javasolna nekem?

Krishnamurti: Mit értesz az alatt, hogy „intellektuálisan megérted”? Mire gondolunk, amikor azt mondjuk, intellektuálisan értünk valamit? Vajon létezik-e olyasmi, hogy intellektuális megértés? Vagy csupán arról van szó, hogy az elme megéri az adott szót, az adott kifejezést, mivel csakis így tudunk kommunikálni egymással? Egyáltalán megérthetünk-e bármit pusztán mentális úton, a szavak által? Először is azt kell tisztáznunk, vajon az úgynevezett intellektuális megértés valójában nem akadályozza-e a megértést. A megértés nyilvánvalóan egységes, nem pedig valamiféle részleges dolog – igaz? Az ember vagy ért valamit, vagy nem. Ha azt mondjuk: „intellektuálisan értem az adott kérdést”, az nyilvánvalóan akadályozza a megértést, hiszen ez egy részleges folyamat, azaz: egyáltalán nem megértés.

A kérdés tehát ez: „hogyan szabadulhatok meg én, a sértődött, gyűlölködő ember ettől a problémától, hogyan tudnám kezelni azt?” Vajon hogyan kezeljük a problémákat? Egyáltalán, mit nevezünk problémának? Nyilvánvalóan valamiféle zavaró dolgot.

Tegyük fel, hogy sértődött és gyűlölködő vagyok, hogy gyűlölök bizonyos embereket, és ez fájdalmat okoz nekem. És tegyük fel azt is, hogy tudatában vagyok ennek. Vajon mitévő legyek? Ez a gyűlölet zavaró tényezőt jelent az életemben. Vajon mit tegyek, hogyan szabaduljak meg tőle – nem pusztán átmenetileg, de alapvetően és végérvényesen? Vajon hogyan érhetném el ezt?

Vagyis a gyűlölet problémát jelent számunkra, mert zavar bennünket. Ha nem zavarna, nem lenne probléma – igaz? Szeretnénk megszabadulni a gyűlölettől, mert fájdalommal, nyugtalansággal, szorongással jár, mert visszaszítónak tartjuk. Következésképpen valójában ez ellen a nyugtalanság ellen van kifogásunk – nemde? Más-más alkalmakkor különböző névvel illetjük ezt a dolgot: az egyik nap így hívjuk, a másnap pedig másképp, de a vágyuk alapvetően arra irányul, hogy megszabaduljunk ettől a zavaró, nyugtalanító dologtól. Nem így van? A gyönyört elfogadjuk, mert egyáltalán nem zavaró. A gyönyörtől nem akarunk megszabadulni, mert – legalábbis pillanatnyilag – nem kelt zavar bennünk; a gyűlölet és a sértődöttség azonban roppant zavaró dolgok, ezért meg szeretnénk szabadulni tőlük.

A fontos az számunkra, hogy semmi ne zavarjon minket, ezért igyekszünk rájönni, hogyan érhetnénk el ezt. De vajon miért akarjuk, hogy semmi ne zavarjon bennünket? Hogy ezt megtudjuk, szükségképpen léteznie kell valamiféle zavaró tényezőnek – nem? Hatalmas felfordulásokon, nyugtalanságokon, szorongásokon kell keresztülmennünk, hogy választ kapjunk erre a kérdésre – igaz? Ha semmi nem zavar meg bennünket, nem ébredünk fel, és a legtöbben talán valóban erre is vágyunk – arra, hogy megbékéljünk, hogy álomba szenderüljünk, hogy megszabaduljunk minden zavaró tényezőtől, és elszigeteltségben, elzárkózva és biztonságban éljünk. Ha nem zárkózunk el a nyugtalanság, a valódi, nem csupán felszínes nyugtalanság elől, mert meg akarjuk ismerni a dolog okát, akkor megváltozik a gyűlölettel, a sértődöttséggel kapcsolatos hozzáállásunk is. Ha nem bánjuk a dolgot, akkor már nem is fontos, hogyan nevezzük e zavaró tényezőket – igaz? Többé nem fontos a „gyűlölet” szó, nem fontosak a „sértődöttség”, a „neheztelés” kifejezések, ugye? Hiszen ekkor közvetlen módon tapasztaljuk meg az adott állapotot, anélkül hogy szavakba foglalnánk azt, vagy nevet adnánk neki.

A harag roppant zavaró tulajdonság, akárcsak a gyűlölet és a sértődöttség, és csak nagyon kevés ember tapasztalja meg a haragot közvetlen módon, anélkül, hogy nevet adna neki. Ha nem foglaljuk szavakba, ha nem nevezzük haragnak, egész más tapasztalásról van szó – nemde? A névadás által lecsökkentünk egy új tapasztalást, vagy a régi dolgok által meghatározott módon értelmezzük azt, ellenben ha nem adunk nevet az élménynek, közvetlen módon megérett tapasztalásban lesz részünk, és ez a megértés át is alakítja tapasztalásunkat.

Vegyük például a kicsinyességet. A legtöbb ember nincs tudatában annak, ha kicsinyesen jár el a pénzügyi kérdésekben, ha nem képes megbocsátani másoknak, ha egyszerűen kicsinyes. Biztos vagyok benne, hogy tudjátok, miről beszélek. De vajon hogyan szabadulhatunk meg ettől a tulajdonságunktól, ha tudatában vagyunk a dolognak? Nem arról beszélek, hogyan váljunk nagylelkűvé, mivel nem ez a lényeg. Ha megszabadulunk a kicsinyességtől, nagylelkűek leszünk – és nem lesz szükség arra, hogy *azzá váljunk*. Először is nyilván tudatában kell lennünk a kicsinyességünknek. Lehet, hogy nagylelkű adományokat adunk a társdalomnak, nagylelkűen viselkedünk a barátainkkal, mégis rettentően kicsinyesek leszünk, ha – mondjuk – a borralalóra kerül a sor, azt hiszem, tudjátok, mire gondolok; az ember általában nincs tudatában az efféle dolgoknak. De vajon mi történik akkor, ha az ember tudatára ébred van a kicsinyességének? Az akaratunk, az önfegyelmünk segítségével megpróbálunk nagylelkűek lenni, igyekszünk legyőzni e tulajdonságunkat – és így tovább. Azonban ha akaratunk megfeszítésével igyekszünk nagylelkűek lenni, az továbbra is a kicsinyességünk része, bár már egy fokkal szélesebb körben mozgunk, úgyhogy ha az imént felsorolt dolgok egyikét sem tesszük, egyszerűen csak tudatában vagyunk annak, mivel jár a kicsinyesség, anélkül hogy nevet adnánk a dolognak, látni fogjuk, hogy egy radikális átalakulás következik be.

Kérlek, tegyétek próbára a szavaimat. Először is, *szükségünk van* arra, hogy valami megzavarjon bennünket, és nyilvánvaló, hogy a legtöbb ember nem szereti ezt. Úgy véljük, rátaláltunk valamiféle mintára – a Mesterre, a hitre, bármire –, és aztán megállapodunk ennél a mintánál. Olyan ez, mintha lenne egy jól fizető hivatalnoki állásunk, és egész életünkben ugyanabban a hivatalban dolgoznánk. Nem ismerjük fel, miért fontos, hogy valami megzavarjon minket, hogy bizonytalanok legyünk, hogy ne éljünk függésben – holott nyilván csakis a bizonytalanság által válik lehetségessé a felfedezés, a felismerés és a megértés. Gazdag és gondtalan emberek szeretnénk lenni; az ilyen emberek pedig nem szeretik, ha bármi is megzavarja, vagy nyugtalanítja őket.

A megértéshez elengedhetetlen az, hogy valami megzavarjon bennünket, és a biztonságra irányuló minden törekvésünk csak hátráltatja a megértést. Úgy vélem, ha képesek vagyunk közvetlen módon, a névadási folyamat nélkül megtapasztalni egy érzést, óriási felfedezésre jutunk: ekkor többé nem harcolunk az érzés ellen, mivel ilyenkor egygyé válik a tapasztaló és a tapasztalat – ez pedig létfontosságú. Amíg a tapasztaló szavak formájába önti az érzéseket, a tapasztalatokat, addig elkülöníti magát az érzéstől, és ennek megfelelően cselekszik, az ilyen cselekvés pedig mesterséges és illuzórikus. Azonban ha megszűnik a verbalizáció, a tapasztaló egygyé válik az általa megtapasztalt dologgal. Ez az egység pedig szükségszerű, és szembe kell néznünk ezzel a ténnyel.

14. A PLETYKÁLKODÁSRÓL

Kérdező: Úgy gondolom, a pletykálokodás hasznos lehet, ha meg akarjuk nyilvánítani magunkat, különösen azért, mert így megismerhetünk másokat is. Komolyan kérdezem, miért nem használjuk a pletykálokodást a valóság megismerésének eszközeként? Engem nem lel ki a hideg a „pletyka” szó hallatán, csak azért, mert az emberek évszázadok óta elítélik a dolgot.

Krishnamurti: Azon tűnődöm, vajon miért is pletykálokodunk? Nyilvánvalóan nem azért, mert a pletykák felfedik számunkra embertársainkat. És miért is lenne erre szükség? Miért akarjuk megismerni a többi embert? Miért érdekelnek bennünket ily rendkívüli módon az emberek? Először is vizsgáljuk meg azt a kérdést, miért pletykálokodunk? Ez a nyughatatlanság egy fajtája – nemde? Az aggodalomhoz hasonlóan a pletykálokodás is nyughatatlan elmére utal. Vajon miért él bennünk ez a vágy, hogy beavatkozzunk mások életébe, hogy megtudjuk, mit tesznek, mit mondanak embertársaink? A pletykálokodás nem csupán nyughatatlan, de roppant felületes elmére, tolakodóan kíváncsi, rosszul irányított elmére is utal – nemde? Úgy tűnik, a kérdező úgy gondolja, ha érdeklődik mások iránt, ha érdeklődik embertársai viselt dolgai, gondolatai és véleményei iránt, azáltal megismerheti az embereket. De vajon megismerhetünk-e másokat, ha nem ismerjük önmagunkat? Megítélhetünk-e másokat, ha nem ismerjük a saját gondolkodásunkat, cselekedeteinket, viselkedésünket? Miért van bennünk ez a rendkívüli érdeklődés embertársaink iránt? Vajon nem egyfajta menekülés-e ez a vágy, amely arra irányul, hogy kiderítsük, mit tesznek, mit gondolnak és éreznek mások, és aztán pletykáljunk róluk? Nem kínál-e ez lehetőséget arra, hogy elmeneküljünk önmaguk elől? Vajon nem elég bonyolult, összetett és fájdalmas-e a saját életünk anélkül is, hogy másokkal foglalkoznánk, hogy beavatkoznánk az életükbe? Oly sok időnk lenne, hogy ráérnénk ilyen pletykás, kegyetlen és visszataszító módon gondolkodni másokról? Miért tesszük hát ezt? Tudjátok, gyakorlatilag mindenki pletykálokodik – de vajon miért?

Úgy vélem, elsősorban azért pletykálokodunk, mert nem tanúsítunk kellő érdeklődést a saját gondolataink és cselekedeteink iránt. Szeretnénk látni, mit tesznek mások, és – hogy finoman fogalmazzak – szeretnénk utánozni őket. Általában véve a pletykálokodás arról szól, hogy ítéletet alkotunk mások felett, de ha jóindulatúan kiterjesztjük a pletykálokodás definícióját, talán az utánzásra is vonatkoztathatjuk azt. De vajon miért akarunk másokat utánozni? Nem valamiféle rendkívüli sekélyességre utal ez? Csak az eltompult elme keresi önmagán kívül az izgalmakat, azaz a pletykálokodás által egyfajta izgatottságra vágyunk. Ez az érzet talán eltér a megszokott izgatottságtól, de a pletykálokodásban mindig jelen van ez az izgatottság és szórakozás iránti vágy. Ha az ember valóban elmélyed ebben a kérdésben, visszajut önmagához, ami azt mutatja, hogy roppant sekélyesek vagyunk, és abban keresünk izgalmat, hogy másokról beszélünk. Csak figyelj meg magad, amikor legközelebb pletykálkods valakiről: ha kellőképpen tudatos vagy, rengeteg borzalmas dolgot tudsz majd meg saját magadról. Ne próbáld meg azzal leplezni ezt, hogy azt mondd, csak érdeklődsz az emberek iránt. Ez a viselkedés nyughatatlanságra utal, egyfajta izgatottságra, sekélyességre és az emberek iránt érzett valódi, mély érdeklődés hiányára – mert annak semmi köze a pletykához.

A következő kérdés az, hogyan vessünk véget a pletykálokodásnak – nemde? Hogyan vessünk véget a dolognak, ha tudatában vagyunk annak, hogy pletykálokodunk? Mit tegyünk, ha ez már megszokássá, visszataszító, nap mint nap ismétlődő szokássá vált esetünkben? Vajon felmerül-e egyáltalán ez a kérdés? Vajon ha tudjuk, hogy pletykálokodunk, ha tudatában vagyunk a pletykálokodás minden

velejárójának, feltesszük-e egyáltalán magunknak ezt a kérdést? Vajon nem szűnik-e meg ez a tevékenység önmagától abban a pillanatban, amikor a tudatára ébredünk? A „hogyan” kérdése fel sem merül. Ez csak akkor következik be, ha nem vagyunk tudatosak – a pletykázkodás pedig pontosan a tudatosság hiányára utal. Próbáld csak ki ezt legközelebb, amikor pletykázkodni kezdesz, és látni fogod, milyen gyorsan, szinte azonnal véget vetsz a pletykáknak, ha tudatában vagy annak, miről beszélsz, ha tudatában vagy, hogy „elszaladt veled a nyelved”. Csak tudatában kell lenned annak, hogy mit mondasz, és látni fogod a dolog következményeit. Nem kell elítélned a pletykázkodást, elég, ha tudatában vagy annak, mit teszel, és látni fogod, milyen gyorsan véget vetsz ennek a tevékenységnek, mivel így feltárnak előtted a cselekedeteid, a viselkedésed és gondolati mintáid; és ebben a megnyilatkozásban felfedezed önmagadat, ami sokkal fontosabb, mint bármilyen pletyka arról, hogy mit tesznek, mire gondolnak, vagy hogyan viselkednek mások.

A legtöbb újságolvasó embert teljesen betölti a pletyka, a globális pletyka. Nem más ez, mint egyfajta menekülés önmagunk, saját kisszerúségünk és visszataszító mivoltunk elől. Azt hisszük, ha felületes érdeklődést tanúsítunk a világ dolgai iránt, egyre bölcsebbé válunk, és egyre inkább képesek leszünk kezelni a saját életünket. Mindezen tevékenységek nyilván arra szolgálnak, hogy ne kelljen szembenéznünk önmagunkkal – nemde?

Olyan szegényesek vagyunk, hogy a pletykázkodás a szórakozás, az önmagunk elől való menekülés egyik formájaként funkcionál számunkra. Igyekszünk a tudással, a szertartásokkal, a pletykázkodással, a különféle gyűlésekkel betölteni a bennünk tátongó űrt, a menekülés összes formáját igénybe vesszük, így maga a menekülés válik fontossá, nem pedig az, hogy megértsük azt, ami *van*. Ez a megértés figyelmet követel; hogy tudjuk, üresek vagyunk, és fájdalom lakozik bennünk, ahhoz rengeteg figyelemre van szükség, nem pedig menekülésre. A legtöbb ember azonban kedveli ezt a menekülést, mert ez élvezetesebb és kellemesebb a valóságnál. Ráadásul, ha igaz valónkban ismerjük magunkat, roppant nehéz kezelni a helyzetet: ez is egyike az elibénk tornyosuló problémáknak. Ilyenkor nem tudjuk, mitévők legyünk. Ha tudjuk, hogy üresek vagyunk, hogy szenvedünk, hogy fájdalom lakozik bennünk, nem tudjuk, hogyan kezeljük ezt a helyzetet, ezért a menekülés különféle formáihoz folyamodunk.

A kérdés tehát az, mitévők legyünk? Természetesen nem menekülhetünk el – ez lenne részünkről a legabszurdabb, leggyerekesebb dolog. De vajon mit tegyünk, ha szembetalálkozunk valós énünkkel? Először is, lehetséges-e az, hogy ne tagadjuk meg, és ne Ítéljük el önmagunkat, de kitartsunk mellett, amit látunk? Ez roppant terhes dolog, mivel az elme folyton a magyarázatokra, az Ítéletalkotásra és a dolgok beazonosítására törekszik. Ha azonban elménk e tevékenységek helyett kitart mellett, ami *van*, az olyan, mintha elfogadnánk a valóságot. Ha például elfogadom, hogy barna a bőröm, már véget is ért a probléma, ha azonban világosabb bőrszínre vágyom, csak problémákat teremtek. Elfogadni azt, ami *van*, a létező legnehezebb dolog: erre csakis akkor vagyunk képesek, ha nem akarunk elmenekülni, ha nem akarunk Ítélni – és az Ítéletalkotás valójában szintén a menekülés egyik formája. Következésképpen, ha teljes mértékben megértjük, miért pletykázkodunk, ha felismerjük a pletykázkodás abszurditását és a vele járó dolgok kegyetlen mivoltát, akkor nem marad számunkra más, mint a valódi énünk; az énünket pedig vagy le akarjuk rombolni, vagy meg akarjuk változtatni. Ha azonban ehelyett a megértés szándékával közelítünk az énünk felé, felfedezzük majd, hogy többé már nem létezik az, amitől rettegtünk. És ekkor lehetőségünk nyílik az én átalakítására.

15. A KRITIKÁRÓL

Kérdő: Vajon milyen szerepet játszik a kritika a kapcsolatokban? És mi a különbség a destruktív és az építő jellegű kritika között?

Krishnamurti: Először is, vajon miért kritizálunk másokat? A megértés érdekében, vagy csak egyszerű civakodásról, bírálásról van szó? Vajon megértjük-e embertársainkat azáltal, ha kritizáljuk őket? Vajon a megértés az ítéletalkotásból fakad? Ha nem pusztán felszínesen, de teljes mélységében meg akarom érteni a hozzád fűződő kapcsolatomat, vajon elkezdelek kritizálni téged? Vajon mi történik, ha tudatában vagyok ennek a kapcsolatnak, és csendben megfigyelem azt, anélkül hogy kivetném a véleményemet, az ítéleteimet, a kritikámat, anélkül, hogy beazonosítanám vagy elítélném a kapcsolatunkat? Mi történik, ha nem kritizálak téged? Az ember ilyenkor hajlamos álomba szenderülni – nem igaz? Ez azonban nem jelenti, hogy ha zsörtölődünk, akkor ne szunnyadnánk el. Ez talán már szokásunkká vált, és egyszerű megszokásból merülünk álomba. Vajon megérthetjük e mélyebben a kapcsolatainkat a kritika által? Nem számít, hogy destruktív vagy építő jellegű kritikáról van szó – ez nyilvánvalóan lényegtelen. Következésképpen a kérdés így hangzik: „milyen állapotban kell lennie az elménknek és a szívünknek, hogy megértsük a kapcsolatainkat?” Miből is áll a megértés folyamata? Hogyan értünk meg bármit is? Hogyan értjük meg a gyermekeinket, ha érdeklődünk irántuk? Úgy, hogy megfigyeljük őket – igaz? Elnézzük őket, amint játszanak, tanulmányozzuk különféle kedélyállapotaikat, és nem vetítjük ki rájuk a véleményeinket. Nem jelentjük ki, hogy az adott gyermeknek ilyennek és ilyennek kellene lennie. Egyszerűen éberen, aktívan tudatosak vagyunk – és így talán elkezdjük megérteni őket. Ha folyton kritizálunk, ha folyton közbeiktatjuk saját személyiségünket, gondolkodásunkat, véleményünket, meghatározva, milyennek kellene lennie a gyermeknek és így tovább, akkor nyilvánvalóan akadályozzuk az adott kapcsolat megértését. Sajnos a legtöbb ember azért kritizál, hogy így alakítsa, így irányítsa a dolgokat; egyfajta gyönyörrel, kielégüléssel ajándékoz meg bennünket, ha átformálhatjuk a kapcsolatainkat – a házastársunkkal, a gyermekünkkel vagy az ismerőseinkkel való kapcsolatainkat. Ez az erő érzetével ruház fel minket, úgy érezzük, mi irányítunk, és ebben kielégülésre lelünk. Nyilvánvaló azonban, hogy ily módon nem érthetjük meg a kapcsolatainkat. Ez pusztán önámítás, nem más ez, mint az a vágyunk, hogy a saját gondolkodásunk, vágyaink és kívánságaink mintájának megfelelően átformáljuk a másik személyt. Ez pedig megakadályozza azt, hogy megértsük a kapcsolatainkat – nemde?

Ott van aztán még az önkritika. Vajon eljuthatunk-e az önismeretre, ha kritizáljuk és elítéljük magunkat? Nem gátoljuk-e a megértés, a felfedezés folyamatát, ha elkezdjük kritizálni önmagunkat? Vajon feltárja-e énünket az önvizsgálat, a kritika e fajtája? Vajon hogyan ismerhetjük meg az énünket? Ha folyton elemezgetünk, rettegünk és kritizálunk, az nyilván nem segít. Énünket a folyamatos tudatosság tárja fel számunkra, és ezáltal elkezdhethetjük rosszállás és beazonosítás nélkül megérteni önmagunkat. E folyamatban szerepet kell kapnia bizonyos spontaneitásnak: nem elemezhetjük, fegyelmehetjük és alakíthatjuk folyton magunkat. Ez a spontaneitás elengedhetetlen a megértéshez. Ha folyton csak korlátozunk, irányítunk és ítélezünk, véget vetünk a gondolatok és az érzések áramlásnak – igaz? A felfedezés ezáltal az áramlás által valósul meg, nem pedig az uralomban rejlik. Amikor felfedezünk, fontos kiderítenünk, hogyan cselekszünk az adott dolgokkal kapcsolatban. Ha egy eszme, egy norma, egy eszménykép szerint cselekszünk, ha egy adott mintába kényszerítjük az énünket, ebben pedig nem rejlik megértés, így nem haladhatjuk meg az énünket. Ez csak akkor válik lehetségessé, ha képesek vagyunk Ítélezés és beazonosítás nélkül megfigyelni az énünket; ezért olyan alapvetően téves az a folyamat, amely során egy eszményképhez mérjük magunkat. Az eszményképek valójában házilag gyártott istenek, és ha egy önmagát kivetítő képzethez igazodunk, azáltal nyilván nem lelhetünk rá a szabadulásra.

Vagyis a megértésre csakis akkor juthatunk el, ha elménk csendesen éber, és megfigyeli a dolgokat, ez pedig roppant nehéz feladat, mivel örömléteket leljük az aktivitásban, a nyughatatlanságban, a kritizálásban, a rosszállásban és az ítélezésben. Ez képezi lényünk alapvető szerkezetét, mi pedig az eszmék, az előítéletek, a nézőpontok a tapasztalatok és az emlékek szűrőjén keresztül törekszünk a megértésre. De vajon megszabadulhatunk mindezen szűrőktől, hogy lehetségessé váljon számunkra

a közvetlen megértés? Ha különösen intenzív problémával van dolgunk, nyilván így teszünk: ilyenkor nem vesszük végig mindezen módszereket, hanem közvetlen módon közelítjük meg a kérdést. A kapcsolatokat csak akkor érthetjük meg, ha megértjük az önkritika működését, és elcsitul az elménk. Ha odafigyeltek arra, amit mondok, és különösebb erőfeszítés nélkül megpróbáljátok követni az általam közölni igyekezett dolgokat, akkor talán megérthetjük egymást. De ha folyton csak kritizáltok, újabb és újabb, könyvekben olvasott, másoktól hallott véleményeket hoztok fel, nem létesíthetünk kapcsolatot egymással, mivel közénk furakodik ez a szűrő. Ha mindannyian igyekszünk megismerni a problémát, és azt, mi is rejlik az adott kérdésben, ha mindannyian hajlandóak vagyunk a dolog mélyére hatolni, hogy felfedezzük az igazságot, hogy megismerjük azt, ami *van*, akkor kialakul köztünk ez a kapcsolat. Ekkor az elmétek egyaránt éber és passzív, és a kérdés igazságtartalmát veszi szemügyre. Következésképp elméteknek rendkívül rugalmasnak kell lennie, nem béklyózhatja le egyetlen eszme vagy eszménykép, egyetlen, a tapasztalataitok által megszilárdított Ítélet vagy vélemény sem. A megértés akkor válik lehetővé, ha megjelenik a passzívan éber elme e rugalmassága, mivel ekkor az elme fogékonnyá válik, és megnyílik a befogadásra. Az eszmékkal, előítéletekkel, véleményekkel és ellenvéleményekkel terhelt elme azonban nem fogékony.

A kapcsolatok megértéséhez passzív tudatosságra van szükség – és ez a tudatosság nem rombolja le a kapcsolatokat; épp ellenkezőleg: sokkal élettelibbé, és jelentőségtejtjesebbé teszi őket. A passzív tudatosság jelenlétében a kapcsolatainkban lehetőségünk nyílik a valódi gyengédség megtapasztalására, megjelenik a melegség, a közelség érzése, amely nem pusztán valamiféle benyomás vagy érzet. Ha képesek vagyunk mindennel ilyen kapcsolatot kialakítani, könnyűszerrel megoldódnak a problémáink; megoldódnak a vagyonnal, a birtoklással kapcsolatos problémák, mivel mi magunk vagyunk az, amit birtoklunk. Ha pénzt birtoklunk, mi magunk vagyunk a pénz. Ha a vagyonnal azonosítjuk magunkat, mi magunk leszünk a vagyonná, a házzá vagy a ház berendezésévé. Ugyanez a helyzet az eszmékkal és az emberekkel is: ahol birtoklás van, ott nem létezhet valódi kapcsolat. A legtöbben birtoklunk, mert ha nem birtoklunk, nincs semmink sem. Ha nem birtoklunk, ha nem töltjük meg életünket bútorokkal, zenével, tudással és egyéb dolgokkal, üres kagylóhéjak vagyunk csupán. Ez a kagylóhéj rengeteg zajt csap, mi pedig ezt a zajt nevezzük életnek, és megelégszünk ezzel az élettel. Amikor aztán valami megzavarja ezt az életet, amikor valami elszakít minket attól, szomorúak leszünk, mert ekkor hirtelen meglátjuk igaz valónkat; felfedezzük, hogy üres, jelentőség nélküli kagylóhéjak vagyunk csupán. Ha tudatában vagyunk a kapcsolatok valódi tartalmának, az cselekvést eredményez, és ebből a cselekvésből megszületik a valódi kapcsolatok lehetősége, a lehetőség, hogy felfedezzük igaz mélységüket, jelentőségüket, és megismerjük a szeretetet.

16. Az ISTENHITRŐL

Kérdő: Miért tagadja Ön Istent, amikor az istenhit arra ösztönöz minket, hogy jobb életet éljünk? Miért nem próbálja meg inkább újjáéleszteni az embereknek Isten eszméjébe vetett hitét?

Krishnamurti: Vegyük szemügyre intelligens módon, széles látókörrrel ezt a kérdést. Én nem tagadom Istent – ostobaság lenne, ha így tennék. Csakis a valóságot nem ismerő emberek engednek az értelmetlen szavak csábításának. A magukat tudónak valló emberek mit sem tudnak, azoknak pedig, akik percről percre megtapasztalják a valóságot, nem állnak rendelkezésükre eszközök e valóság kifejezésére.

A hit az igazság tagadása, a hit akadályozza az igazságot: Istenben hinni annyi, mint nem megtalálni Őt. Sem a hívő, sem az ateista emberek nem lelhetnek rá Istenre, mivel a valóság maga az ismeretlen, az ismeretlen létébe vagy nemlétébe vetett hit pedig pusztán önmagunk kivetítése, és mint ilyen, nem valóságos. Tudom, hogy te hiszel, és tudom, hogy a hitednek vajmi kevés jelentősége van az életedben. Számos hívő létezik: emberek milliói hisznek Istenben, és lelnek benne vigaszt. Először is felmerül a kérdés, vajon miért hiszünk? Azért, mert a hit kielégülést, vigaszt és reményt nyújt számunkra, és azt állítjuk, hogy értelmet ad az életünknek. Valójában azonban a hitnek nincs túl nagy jelentősége, mert hiszünk ugyan, mégis kizsákmányoljuk embertársainkat; hiszünk ugyan, mégis gyilkolunk; hiszünk egy egyetlen Istenben, mégis megöljük embertársainkat.

A gazdag ember is hisz Istenben: könyörtelenül kizsákmányolja a szegényeket, hogy aztán templomot építtessen vagy jótékonykodásba fogjon.

Azok az emberek, akik ledobták az atombombát Hirosimára, azt mondták, Isten velük volt; az Angliából felszálló pilóták szintén azt állították, hogy Isten volt a másodpilótájuk, miközben Németországot bombázták. A diktátorok, a miniszterelnökök, az államfők mindig Istenről és az ő mélységes hitükről beszélnek – de vajon az emberiség érdekében munkálkodnak-e? A magukat hívőnek valló emberek elpusztították a fél világot, és nyomorúságba taszították a Földet. A vallási háborúkhöz vezető, az emberiséget hívőkre és hitetlenekre osztó vallási türelmetlenség jól mutatja, mennyire a politikuskhoz hasonlóan gondolkoznak a vallásos emberek.

Vajon valóban arra ösztönöz-e bennünket az istenhit, hogy jobb életet éljünk? Erre nyilvánvalóan csakis a tiszta és egyszerű életre irányuló vágy készíthet minket – nemde? Ha ösztönzésre vársz, akkor valójában nem érdekel az, hogy mindenki számára lehetővé tedd ezt a jobb életet – csakis a saját ösztönzéssel törődsz, ez pedig talán merőben eltér az enyémtől, így folyton-folyvást vitázni fogunk egymással. Ha boldogan élünk együtt, nem azért, mert mindannyian hiszünk Istenben, de azért, mert mindannyian emberi lények vagyunk, akkor mindnyájunk javára megosztjuk majd egymással a termelőeszközöket. Mivel nem vagyunk elég intelligensek, elfogadjuk egy „Istennek” nevezett, felsőbbrendű intelligencia eszméjét, ez az „Isten” azonban nem ad jobb életet nekünk. A jobb élet az intelligencia által érhető el, a hit, az osztálykülönbségek, a termelőeszközök egyenlőtlen elosztása, az egymástól elszigetelt nemzetek és szuverén kormányok léte azonban kizárja az intelligenciát. Mindeme dolgok egyértelműen az intelligencia hiányára utalnak, és a jobb élet lehetőségét nem a hitetlenség, de az intelligencia hiánya tagadja meg tőlünk.

Különböző módokon mindannyian hisztek valamiben, hiteteknek azonban semmiféle valósága sincsen. A valóság az, amilyenek vagytok, amit tesztek, amit gondoltok, a hitetek pedig csupán egyfajta menekülés jelent egyhangú, ostoba és kegyetlen életetekből. Ráadásul a hit mindig megosztja az embereket, hindukra, buddhistákra, keresztényekre, kommunistákra, szocialistákra, kapitalistákra különítve el őket. A hit és az eszmék sohasem egyesítik az embereket. A hit kialakíthat ugyan kisebb csoportokat, e csoportok azonban mindig szemben állnak majd az egyéb csoportosulásokkal. Az eszmék és a hiedelmek soha nem egyesítő hatásúak, épp ellenkezőleg, elkülönítik egymástól az embereket, mivel destruktívak és bomlasztóak. Következésképpen az istenhitek csak további nyomorúságot szül a világban; bár nyújthat számotokra pillanatnyi vigaszt, valójában csak nyomorúságra, háborúkra, éhínségekre, osztálykülönbségekre és az egyének által végrehajtott kegyetlen cselekedetekre vezet, azaz teljességgel érvénytelen dolog. Ha valóban hinnétek Istenben, ha Isten valós tapasztalás lenne számotokra, mosoly ragyogná be az arcotokat, és nem pusztítanátok el az emberi lényeket.

De vajon mi Isten, mi a valóság? Isten nem azonos ezzel a szóval, mert a szó nem maga a valóság. Hogy megismerhessük ezt a mérhetetlen, időtlen dolgot, elménknek mentessé kell válnia az időtől, azaz meg kell szabadulnia minden gondolattól, minden Istenről alkotott elképzeléstől. Mit is tudtok Istenről vagy az igazságról? Valójában semmit sem. Csakis a szavakat, mások élményeit vagy a saját ködös tapasztalásaitokat ismeritek. E dolgok nyilvánvalóan nem azonosak Istennel, nem azonosak az időtlen valósággal. Hogy megismerhessük **az** időtlent, meg kell értenünk magát az időt, a gondolkodás, a valamivé válás és a tudás felhalmozásának folyamatát, mivel e dolgok képezik az elme háttérét, saját háttérünket pedig ugyanakkor maga a tudatos és tudattalan, az egyéni és kollektív elme képezi. Vagyis az elmének meg kell szabadulnia az ismert dolgoktól, el kell csendesednie, méghozzá önmagától – természetes módon. A csendet valamiféle folyamat, tett, gyakorlat vagy **az** önfegyelem eredményeképpen elérő elme valójában nem csendes. A kényszerített, irányított, adott keretek közé erőszakolt és elcsendesített elme nem nyugodt. Lehet, hogy egy ideig talán sikerrel hallgattatjuk el elménk felszíni rétegeit, ettől azonban még nem csendesedik el **az** elménk. A csend, a nyugalom állapota csakis akkor valósulhat meg, ha megértjük a gondolkodás működését, mivel e folyamat megértése a folyamat megszűnését jelenti, és ezzel veszi kezdetét a csend.

Az ismeretlen csakis akkor kelhet életre, ha elménk nem csupán felületesen, de a tudatosság mélyebb szintjein is tökéletesen elcsendesedik. Az elme csakis a csendet tapasztalhatja meg, az

ismeretlent soha. Ha bármi mást is megtapasztal, csupán saját vágyait vetíti ki, és az ilyen elme nem csendes; a csend mindaddig nem köszöntbe, míg elménk nem csendes, míg jelen van benne bármiféle tudatos vagy öntudatlan gondolat. A csend a múlttól, a tudástól, a tudatos és tudattalan emlékektől való megszabadulás, és az időtlen, az örökkévaló csakis akkor születik életre, ha elménk teljesen elcsendesedik, ha beáll az erőfeszítés nélküli csend állapota. Ez az állapot nem valamiféle emlékezés, mivel nincs jelen benne az emlékező, tapasztaló entitás.

Következésképpen Isten, az igazság percről percre születik meg, ez pedig csakis a szabadság és a spontaneitás állapotában következhet be, csakis akkor, ha nem próbáljuk elménket egy adott mintához igazítani. Istennek semmi köze sincs az elméhez, Isten nem valamiféle önmagunkból kivetített dolog; Isten az erény és a szabadság által születik meg. Az erény pedig annyit tesz, hogy szembenézünk azzal, ami *van* – és ez maga az üdvösség állapota. Elménknek el kell érnie ezt az üdvözült, csendes, mozdulatlan állapotot, amelyben egyetlen tudatos és tudattalan gondolatot sem vetít ki, mivel csakis így születhet meg az, ami örökkévaló.

17 AZ EMLÉKEZETRŐL

Kérdő: Ön azt állítja, az emlékezet egyfajta tökéletlen tapasztalás; de vajon mennyiben tökéletlen az Ön korábbi beszédeiről alkotott, roppant eleven benyomásom? Kérem, fejtse ki részletesebben ezt a kérdést.

Krishnamurti: Vajon mit is értünk az emlékek, az emlékezet alatt? Az ember iskolába jár, és megtelik különféle tényekkel és technikai jellegű tudással, aztán – mondjuk – mérnök lesz belőle, és arra használja a technikai tudásról alkotott emlékeit, hogy hidakat építsen – ez a tényszerű emlékezet. Létezik aztán még a pszichológiai emlékezet is: tételezzük fel, hogy mondasz nekem valamilyen kellemes vagy kellemetlen dolgot, amit én megjegyzek, és amikor legközelebb találkozunk, ezzel az emlékekkel az elmében üdvözöllek téged. Azaz: az emlékezetnek két aspektusa létezik: a pszichológiai és a tényszerű emlékezet, amelyek mindig kölcsönhatásban állnak egymással, vagyis soha nem különíthetők el egymástól teljesen. Tudjuk, hogy a tényszerű emlékezet elengedhetetlen a megélhetésünkhöz, de vajon szükségünk van-e a pszichológiai emlékezetre is? Vajon mely tényező segítségével raktározzuk el a pszichológiai emlékeket? Mitől emlékszünk a bennünket ért sérelmekre és a dicséretre? Miért őrzünk meg bizonyos emlékeket, és miért utasítunk el más emlékeket? Nyilvánvaló, hogy az ember a kellemes emlékeket őrzi meg, a kellemetleneket pedig igyekszik elfeledni. Ha megfigyeljük önmagunkat, látni fogjuk, hogy a fájdalmas emlékeket sokkal gyorsabban feledjük el, mint a kellemeseket.

Az elme nem más, mint a különböző szinteken megnyilvánuló, különböző nevekkel illetett emlékezet: az elme a múlt terméke, a múlt, azaz az emlékezet kondicionált állapotára épül, és ezzel az emlékezettel felvértezve tapasztaljuk meg az életet, az új kihívásokat. A kihívások mindig újak, reakcióink azonban mindig régiak, mivel mindig a múltból származnak. Azaz teljesen más, ha valamit az emlékeink által, illetve az emlékezetünk nélkül tapasztalunk meg. Tegyük fel, hogy találkozunk egy – természetéből fakadóan – új kihívással, és a régi dolgok által kondicionált reakcióval felelünk rá. Mi is történik? Megértés nélkül szívjuk magunkba az újat; az ilyen tapasztalást pedig mindig a múlt határozza meg. Következésképpen csak részlegesen értjük meg az új dolgokat, és soha nem juthatunk el a teljes megértésre, holott csakis a teljes megértés által érhetjük el azt, hogy az adott dolgok ne hagyják bennünk maguk után az emlékezet sebhelyét.

Régi reakciókkal felelünk az örökké új kihívásokra – a régi reakciók pedig befolyásolják és eltorzítják az új dolgokat, így soha nem érhetjük meg őket: az új dolgok egyszerűen csak felszívódnak a régi tapasztalásokban, és megerősítik azokat. Ez talán elvont okoskodásnak tűnhet, de ha alaposabban szemügyre vesszük a kérdést, könnyen megérthetjük, miről is van szó. A világ jelenlegi helyzete újfajta megközelítést, a problémák kezelésének új módját követeli meg, mivel a problémák folyton megújulnak. Mi azonban képtelenek vagyunk újfajta módon megközelíteni a problémákat, mivel hozzáállásunkat kondicionált elménk; nemzeti, helyi, családi és vallási előítéleteink határozzák meg. Korábbi tapasztalataink megakadályozzák az új dolgok megértését, így hát tovább ápoljuk, tovább

erősítjük az emlékezetünket, ezért soha nem értjük meg az új dolgokat, soha nem reagálunk teljes, egységes módon a kihívásokra. Pedig a kihívások csakis akkor hozzák meg gyümölcsüket, ha újfajta, a múltunk által nem befolyásolt módon reagálunk rájuk.

A kérdező azt szeretné tudni, vajon mennyiben minősülnek tökéletlen tapasztalásnak a korábbi beszélgetéseinkről alkotott emlékei és eleven benyomásai. Ha pusztán emlékekről, benyomásokról van szó, akkor nyilvánvaló, hogy ezek a tapasztalások tökéletlenek; ha azonban megértted az elhangzottakat, ha felismerted az igazságukat, akkor ez az igazság nem csupán egy emlék. Az igazság soha nem emlék, mivel az igazság mindig új és folyamatosan átalakítja önmagát. Azt mondod, rendelkezzel bizonyos emlékekkel a korábbi beszélgetésekről, de vajon mi végre? Ha ezeket használod iránymutatóként, az azt jelenti, hogy nem értted meg teljes mértékben az elhangzottakat. Szeretnél elmerülni e dolgokban, és tudatosan vagy öntudatlanul életben tartod a korábbi szavakat. Ha teljes mértékben megértünk valamit, azaz felismerjük a dolog igazságát, ráébredünk, hogy semmiféle emlékekkel nem rendelkezünk az adott dologról. Oktatási rendszerünk az emlékezet fejlesztéséről szól, akár csak a vallási gyakorlatok és szertartások, az olvasás és minden egyéb tudásunk. De vajon mit is értünk ez alatt? Miért ragaszkodunk az emlékekhez? Nem tudom, észrevettétek-e már, hogy ahogy az ember egyre idősebb lesz, elkezd visszatekinteni a múltra, a múltbéli örömökre, fájdalokra és gyönyörökre – a fiatalok mindig a jövőbe tekintenek. De vajon miért tesszük ezt? Miért válnak ilyen fontossá az emlékek? Azon egyszerű és nyilvánvaló oknál fogva, hogy nem tudjuk, hogyan éljünk teljes mértékben a jelenben. A jelen csak a jövő elérésére szolgáló eszköznek tekintjük, következésképpen semmiféle jelentőséget nem tulajdonítunk neki. Képtelenek vagyunk a jelenben élni, mert azt csakis a jövőbe vezető átjárónak tekintjük. Mivel folyton valamivé válunk, soha nem értjük meg magunkat teljesen, és ahhoz, hogy megértsük önmagunkat, hogy pontosan tudjuk, milyenek vagyunk a jelen pillanatban, nem kell fejlesztenünk az emlékezetünket. Épp ellenkezőleg: az emlékezet akadályozza a valóság megértését. Nem tudom, feltűnt-e már nektek, hogy csakis akkor támadnak bennünk új gondolatok, új érzések, ha elménket nem ejti foglyul az emlékezet hálója; ha két gondolat, két emlék között létrejön egyfajta folytonossági hiány, és ha sikerül meghosszabbítani ezt az intervallumot, létrejön egy újfajta állapot, amely nem azonos az emlékezettel. Mindnyájunknak vannak emlékei, és az emlékezetet a folytonosság elérésére való eszközként kezeljük, ám ameddig fejlesztjük az emlékezetünket, roppant fontos lesz számukra az „én” és az „enyém”, és mivel a legtöbb embert e fogalmak határozzák meg, az emlékek kiemelt szerepet játszanak életünkben. Ha nem lennének emlékeink, nem lenne ilyen fontos számunkra a vagyon, a család, nem lennének ilyen fontosak az eszmék, következésképpen, ha megerősítjük az „én” és az „enyém” fogalmait, azzal az emlékezetünket fejlesztjük. Ha megfigyeljük a dolgot, látni fogjuk, hogy mindig létezik egy intervallum a gondolataink, az érzelmeink között, és ebben az időtlen intervallumban, amelyet nem az emlékeink hoznak létre, ott rejlik az „éntől” és az „enyémtől” való megszabadulás lehetősége.

Vegyük szemügyre másképp is a kérdést. Az emlékezet nyilvánvalóan időbeli dolog – igaz? Az emlékezet teremti meg a tegnapot, a mát és a holnapot, a tegnap emlékei pedig befolyásolják a mát, ezáltal alakítva a holnapot is – azaz, a jövőt a múlt teremti meg a jelen segítségével. Egy időbeli folyamatról, a valamivé válásra irányuló akaratról van szó. Az emlékezet maga az idő, és azt reméljük, az idő által majd elérünk bizonyos eredményeket. Ma még csak hivatalnok vagyok, de ha elég időm és lehetőségem lesz, holnapra talán én leszek a vállalat igazgatója vagy tulajdonosa. Következésképpen szükségem van az időre, és hasonló gondolkodásmódtól vezéreltetve jelentem ki azt is, hogy „el kell érnem a valóságot, el kell jutnom Istenhez”. Azaz időre van szükségem a valóság felismeréséhez, ez pedig azt jelenti, hogy a gyakorlás és az önfegyelem által fejlesztenem kell az emlékezetemet, hogy elérjek valamit, azaz szükségem van az időbeli folytonosságra. Az idő által akarjuk elérni az időtlent, így akarunk szert tenni az örökkévalóra – de vajon lehetséges-e ez? Foglyul ejthetjük-e az időtlent az idő hálójában az emlékezet segítségével? Az időtlen csakis akkor jelenhet meg, ha megszűnik az „én” és az „enyém” fogalma, ha megszűnik az emlékezet. Ha felismerjük azt az igazságot, hogy az időtlent nem érthetjük meg, nem fogadhatjuk be az idő által, akkor elmélyedhetünk az emlékezet kérdésében. A technikai természetű emlékezetre valóban szükségünk van, az ént életben

tartó, az azonosságtudatot és folytonosságot biztosító pszichológiai emlékezet azonban káros az életre és a valóságra nézve. Ha felismerjük ezt az igazságot, megszűnik a hamisság, és többé nem hátráltatnak bennünket a tegnapi tapasztalásai.

Amikor először látunk egy gyönyörű naplementét, egy csodálatos fát, teljes mértékben kiélvezzük a látványt, és aztán később újra visszatérünk az adott helyre, mert szeretnénk újra örömeinket lelni a dologban. De vajon mi is történik ilyenkor? Többé már nem adatik meg számunkra az első alkalomhoz hasonló gyönyör, mert csak a tegnapi naplemente emléke sarkallt bennünket a visszatérésre, csak ez az emlék ösztönöz minket az élvezetre. Tegnap még nem létezett ez az emlék, csak a spontán élvezet, a közvetlen reakció, ma pedig már arra vágyunk, hogy újra átéljük a tegnapi tapasztalást. Azaz: az emlék ott áll köztünk és a naplemente között, és így nem élvezhetjük azt, nem lehet részünk a szépség teljességében. Vagy például egy barátunk mondott valamit nekünk tegnap, megbántott vagy megdicsért minket, és mi elraktározzuk ezt az emléket, és ma már ezzel az emlékekkel az elménkben köszöntjük őt. Ilyenkor valójában nem az adott személyt látjuk, mert magunkkal hordozzuk a tegnapi zavaró emlékeit. Folyton ezt tesszük, emlékekkel véve körül önmagunkat és cselekedeteinket, és így nem léteznek számunkra új dolgok, nem létezik frissesség. Így teszi életünket fáradttá, tompává és üressé az emlékezet. Az emlékezet által folyton megerősítjük az „én” és az „enyém” fogalmát, ezért ellentétek keletkeznek közöttünk. Az emlékezet a jelenbeli cselekedeteink által születik életre, ám ha a jelenben nem adunk életet neki, elhalványul és elsorvad. Nyilvánvalóan elengedhetetlen, hogy emlékezzünk a különféle tényekre és a technikai természetű dolgokra, a pszichológiai akadályként működő emlékezet azonban megakadályozza azt, hogy megértsük az életet, és egységben éljünk embertársainkkal.

18. ENGEDD ÁT MAGAD A VALÓSÁGNAK!

Kérdő: Mi a különbség aközött, hogy az ember meghajol Isten akarata előtt, és aközött, amit Ön mond a valóság elfogadásáról?

Krishnamurti: Nyilvánvaló, hogy a két dolog között óriási különbség van – nem? Ha meghajolsz Isten akarata előtt, az arra utal, hogy már eleve ismered azt, hiszen az ember nem hajol meg valami előtt, amit nem ismer. Ha ismered a valóságot, nem hajolhatsz meg előtte; ilyenkor megszűnik az én, és megszűnik a magasabb rendű akarat előtt történő behódolás fogalma. Ha meghajolunk egy magasabb rendű akarat előtt, ez az akarat csupán saját magunk kivetítése lehet, mivel a valóságot nem ismerhetjük meg az ismert dolgok által. A valóság csakis akkor születik életre, ha az ismert dolgok megszűnnek létezni. Az ismert világ az elme teremtménye, mivel a gondolatok az ismert dolgok, a múlt teremtményei, és a gondolkodás csak azt képes létrehozni, amit ismer – következésképpen, amit a gondolkodás ismer, az nem az örökkévaló. Ezért van az, hogy amikor meghajolunk Isten akarata előtt, valójában a saját magunk által kivetített dolgok előtt hajolunk meg; és ez talán kielégítő és kényelmes dolog ugyan, de nem azonos a valósággal.

A valóság megértéséhez másfajta folyamatra van szükség. A „folyamat” szó talán nem a legmegfelelőbb, de valójában a következőre gondolok: a valóság megértése sokkal nehezebb annál, mint ha egyszerűen csak elfogadnánk egy adott eszmét, vagy átadnánk magunkat annak; ehhez jóval több intelligenciára és tudatosságra van szükség. Hogy megértsük azt, ami *van*, nincs szükségünk erőfeszítésekre – az erőfeszítések elvonják a figyelmünket, és ha meg akarunk érteni valamit, ha meg akarjuk érteni azt a valóságot, semmi nem terelheti el a figyelmünket – igaz? Ha meg akarom érteni azt, amit mondasz, nem hallgathatok közben zenét, nem figyelhetek az utca zajaira, hanem minden figyelmemet neked kell szentelnem. Azaz különösen nehéz és fáradságos dolog tudatában lenni annak, ami *van*, mivel maga a gondolkodásunk vonja el a figyelmünket a valóságról. Igazából nem akarjuk megérteni azt, ami *van*. Az előítéletek, az Ítéletalkotás vagy az azonosítás szűrőjén keresztül szemléljük a valóságot, és ezt a szűrőt roppant nehéz eltávolítani, roppant nehéz szemügyre venni azt, ami *van*. A valóság nyilvánvalóan tény, maga az igazság, és minden más pusztán egyfajta menekülés. Hogy megérthessük azt, ami *van*, meg kell szűnnie a dualitás konfliktusának, mivel a „valamivé válás” negatív reakciója megtagadja tőlünk a valóság megértését. Ha például meg akarjuk érteni az

önteltséget, nem indulhatunk el az ellenkező irányba, nem zavarhatnak meg bennünket a valamivé válásra, vagy akár magára a valóság megértésére irányuló erőfeszítések. Mert mi is történik, ha önteltek vagyunk? Ha nem adunk nevet a dolognak, megszűnünk önteltek lenni, azaz a válasz magában a problémában rejlik, nem pedig valahol másutt.

Nem a valóság elfogadásáról van szó, hiszen az ember nem fogadja el azt, ami *van*; nem fogadjuk el, hogy bőrünk fehér vagy barna, mivel ez tény – az elfogadásra csak akkor van szükség, ha megpróbálunk valami mássá válni. Ha felismerjük a tény, az elveszíti a jelentőségét, azonban a múlton és ajövön való töprengésre szoktatott elme képtelen kitartani egyetlen dolog mellett, és így nem képes megérteni azt, ami *van*. Ha nem értjük meg azt, ami *van*, nem lelhetünk rá a valóságra, és e megértés nélkül az élet értelmetlen, folyamatos csaták sorozatából álló, szenvedéssel és fájdalommal kísért dologgá válik. A valóságot csakis akkor érthetjük meg, ha megértjük azt, ami *van*, ez pedig nem lehetséges, ha ítélezünk, és folyton beazonosítjuk a különböző dolgokat. Az Ítélezéssel és a dolgok beazonosításával elfoglalt elme nem képes a megértésre: az ilyen elme csak az öt fogságba ejtő dolgokat értheti meg. Ha megértjük azt, ami *van*, ha tudatában vagyunk annak, ami *van*, rendkívüli mélységek tárulnak fel előttünk, és e mélységekben rejlik a valóság, az öröm és a boldogság.

19. Az IMÁRÓL ÉS A MEDITÁCIÓRÓL

Kérdő: Vajon nem Istenhez vezet-e az ima által kifejeződésre jutó vágyakozás?

Krishnamurti: Először is vizsgáljuk meg az e kérdés kapcsán felmerülő különböző dolgokat: az imát, a koncentrációt és a meditációt. Vajon mit is értünk ima alatt? Az ima elsősorban könnyörgés, esdeklés ahhoz a dologhoz, amit Istennek, valóságnak nevezünk. Egyénekként követelünk, esdekelünk, könnyörgünk, útmutatást kérünk attól, ami Istennek nevezünk, azaz a hozzáállásunkat az határozza meg, hogy valamiféle jutalomra, kielégülésre törekszünk. Bajban vagyunk vagy bajban van a nemzetünk, ezért útmutatásért imádkozunk; vagy össze vagyunk zavarodva, és tisztánlátásért könnyörgünk, segítséget kérünk Istentől. Ez arra utal, hogy Isten – jelen pillanatban mindegy, milyen Istenről van szó – majd helyrehozza a zűrzavaros helyzetet, amit mi magunk idéztünk elő. Végül is mi teremtettük ezt a káoszt, ezt a nyomorúságot, ezt a látványos zsarnokságot, mi vagyunk felelősek a szeretet hiányaért, és aztán Istent kérjük, hogy hozza rendbe a dolgokat. Másként fogalmazva, azt akarjuk, hogy valaki más oszlassa el a zavarodottságunkat, a szenvedésünket, a bánatunkat, valaki más oldja meg a konfliktusainkat, ezért könnyörgünk Istennek, hogy hozzon világosságot és boldogságot az életünkbe.

Amikor imádkozunk, könnyörgünk, fohászunk, annak általában megvan a maga eredménye. Ha kérünk, megadatik nekünk, azonban amit kapunk, az nem teremt rendet, mivel ami megadatik nekünk, az nem eredményez világosságot, tisztánlátást és megértést. Ez csak kielégít bennünket, de nem szül megértést, mivel amikor megkövetelünk valamit, azt kapjuk, amit mi magunk vetítünk ki. Hogyan is felelhetne a valóság, hogyan is felelhetne Isten egy adott kérésre, egy követelésre? Vajon foglalkozhat-e a mérhetetlen, a kifejezhetetlen a saját magunk által teremtett kicsinyes aggodalmakkal, nyomorúságunkkal és zavarodottságunkkal? A mérhetetlen nyilván nem felelhet a mérhetőre, a kisszerűre, az apróra. Akkor hát mi az, ami válaszol nekünk? Az ima perceiben meglehetősen csendes, befogadó állapotba kerülünk, és a tudatalattink egyfajta pillanatnyi tisztánlátással ruház fel minket. Akarunk valamit, vágyunk valamire, és a vágyakozás, a szolgálalkú könnyörgés e pillanatában meglehetősen befogadó állapotba kerülünk: tudatos, aktív énünk elcsendesedik, így a tudattalan kivetíti magát, és válaszol nekünk. Ez a válasz nyilvánvalóan nem a valóságtól, nem a mérhetlentől származik – saját tudattalanunk felel nekünk. Tehát ne higgyük azt, hogy amikor imánk meghallgatásra talál, kapcsolatot létesítünk a valósággal. Mi nem juthatunk el a valósághoz – a valóságnak kell felkeresnie bennünket.

Az ima kérdésében még egy tényező, a belső hangnak nevezett válasz is szerepet kap. Mint mondtam, a fohászokodás, az esdeklés pillanatában elménk viszonylag nyugodt, csendes állapotba kerül, és amikor meghalljuk ezt a belső hangot, valójában saját hangunk vetül ki hozzávetőlegesen csendes elménkbe. Hogyan is lehetne ez a hang a valóság hangja, hogyan is érthetné meg a valóságot a

zavarodott, tudatlan, követelődző, esdeklő elme? Az elme csak akkor képes befogadni a valóságot, ha teljesen nyugodt, ha nem követelődzik, nem esdekel, ha nem kér semmit, sem magának, sem a nemzetnek, sem egy másik személynek. A követelődző, fohászokodó, könyörgő, útmutatásra vágyó ember rátalál arra, amit keres, ez azonban nem lesz egyenlő az igazsággal. Ilyenkor tudattalanunknak a tudatosba kivetülő rétegeit fogadjuk be; a bennünket vezérlő apró, halkhangnem a valóság, hanem a tudattalan válasza.

Az ima problémája ezenkívül a koncentráció kérdését is felveti. A koncentráció, az összpontosítás a legtöbb ember számára egyfajta kirekesztő folyamat. Az összpontosítást az erőfeszítések, a kényszer, az irányítás és az utánzás segítségével valósítjuk meg, azaz: a koncentráció kirekesztő folyamat. Mondjuk, hogy érdeklődést tanúsítunk az úgynevezett meditáció irányában, de a gondolataink zavarosak, ezért egy adott képre, egy képzetre vagy egy eszmére összpontosítunk, és minden más gondolatot kizárunk az elménkből. Ezt a kirekesztő koncentrációs folyamatot tartjuk a meditatív állapot eléréséhez szükséges eszköznek. Hiszen ezt tesszük – igaz? Amikor leülünk meditálni, egy adott szóra, egy képzetre vagy egy képre összpontosítunk, elménk azonban folyton elkalandozik. Folyton megzavarják minket mindenféle egyéb eszmék, gondolatok és érzelmek, mi pedig igyekszünk félresöpörni őket: azzal töltjük az időnket, hogy a gondolatainkkal viaskodunk, és ezt a folyamatot nevezük meditációnak. Vagyis igyekszünk valami számunkra érdektelen dologra összpontosítani, gondolataink azonban folyton megsokasodnak, és megzavarják a koncentrációnkat, ezért hát a kirekesztésre, a védekezésre, a gondolatok félresöpítésére fordítjuk az energiáinkat, és ha képesek vagyunk az adott gondolatra vagy tárgyra koncentrálni, azt hisszük, végre sikerült meditálnunk. Holott nyilvánvalóan nem ez a meditáció – igaz? A meditáció nem kirekesztő folyamat, a meditáció során nem kell védekeznünk, nem kell ellenállnunk a „tiltott” gondolatoknak. Az ima nem meditáció, ahogy a kirekesztő összpontosítás sem.

Akkor hát mi a meditáció? A koncentráció nem meditáció, mivel ha érdeklődünk valami iránt, viszonylag könnyű az adott dologra összpontosítanunk. A háborút, mérsárlást tervező tábornokok roppant összeszedettek; a pénzzel foglalkozó üzletemberek is összeszedettek, akár arra is hajlandóak, hogy kegyetlenül félresöpörjék az útból minden egyéb érzésüket, és teljes mértékben arra koncentrálnak, amit el akarnak érni. Az érdeklődő ember természetes, spontán módon összeszedett; ezzel szemben az efféle összpontosítás nem meditáció, csupán kirekesztés.

De akkor vajon mi a meditáció? A meditáció nyilvánvalóan megértés – a meditáció maga a megértés lényege. Hiszen hogyan is valósulhatna meg a megértés a kirekesztés által? Hogyan is meditálhatnánk, ha könyörgünk és esdeklünk? A megértésben béke és szabadság rejlik: ha megértünk valamit, megszabadulunk a hatása alól. Az összpontosítás vagy az ima önmagában még nem eredményez megértést, a meditáció alapja, legegységesebb része pedig a megértés. Nem kell hinni nekem, de ha alaposan szemügyre veszték az imát és a koncentráció folyamatát, látni fogjátok, hogy egyikük sem vezet megértésre. E dolgok pusztán makacsságra, megrögzöttségre és tévképzetekre vezetnek, ellenben a megértést magában foglaló meditáció szabadságot, tisztánlátást és egészséget eredményez.

Mit is értünk tehát megértés alatt? A megértés annyit tesz, hogy mindennek pontosan a megfelelő jelentőséget, megfelelő értéket tulajdonítunk. Tudatlannak lenni annyi, mint rosszul értékelnünk a dolgokat: az ostobaságra alapvetően jellemző, hogy nem fogja fel az értékek mibenlétét. A megértésre csak akkor juthatunk el, ha felismerjük a dolgok valós értékét. De vajon hogyan érhetjük ezt el, hogyan ismerhetjük fel a vagyont, a kapcsolatokat, az eszmék valós értékét? Ehhez meg kell értenünk magát a gondolkodót – nemde? Ha nem értjük a gondolkodót, ha nem értjük meg önmagunkat, nincs értelme a választásainknak, azaz ha nem ismerjük önmagunkat, nincs alapja a cselekedeteinknek és a gondolatainknak, így hát a meditáció az önismerettel kezdődik: nem a könyvekből, a szaktekintélyektől, a **guruktól** felesipegetett, hanem az önmagunk megismerése, az önmagunkra való tudatosság által megszerzett tudással. Ha nem értjük meg saját gondolkodásunkat, érzéseinket, ha nem ismerjük az indítékainkat, a vágyainkat, az igényeinket, ha nem tudjuk, milyen cselekvési mintákat, azaz milyen eszméket követünk, egyszóval ha nem ismerjük önmagunkat, nincs alapja a gondolkodásunknak; ha

a gondolkodó csupán kér, imádkozik vagy kirekeszt bizonyos dolgokat az elméjéből, anélkül, hogy megértené önmagát, az elkerülhetetlenül zavarodottsághoz és tévképzetekhez vezet.

A meditáció alapja az önismeret, azaz az, hogy tudatában vagyunk minden gondolatunknak és érzésünknek, és ismerjük tudatosságunk minden egyes rétegét, a mélyebben meghúzódó, rejtett tevékenységeket éppúgy, mint tudatosságunk felszínét. Hogy megismerjük e rejtett tevékenységeket, titkos indítékainkat, reakcióinkat, gondolatainkat és érzéseinket, békének kell honolnia tudatos elménkben, azaz a tudatos elmének el kell csendesednie, hogy befogadhassa a tudattalan kivetüléseit. A felületes, tudatos elmét lekötik létezésünk mindennapi tevékenységei: a pénzkereset, az, hogy megtévesszen, becsapjon és kizsákmányoljon másokat, hogy elmeneküljön a problémák elől. E tudatos elmének fel kell fognia tevékenységei valódi jelentőségét, hogy ezáltal elcsendesíthesse önmagát. Ez a csend és nyugalom nem valósulhat meg pusztán a parancsok, a kényszer vagy az önfegyelem által. A nyugalmat, a békét és a csendet az ember csakis azáltal valósíthatja meg, ha megérti elméje tevékenységeit, ha megfigyeli őket, ha felismeri saját kegyetlenségét, ha látja, hogyan beszél az alárendeltjeivel, a házastársával, a testvérével, az anyjával – és így tovább. Ha a felszínes, tudatos elme ily módon, nem a kényszer által eltompítva, vagy a vágyak parancsainak engedelmességgel, de a megértés által teljes mértékben tudatára ébred tevékenységeinek, akkor képes lesz befogadni a tudattalan és az elme egyéb rétegeinek (a faji ösztön, az eltemetett emlékek, a titkos törekvések, a titkolt, mély sebek) utalásait. Az elme csakis akkor fogadhatja be az örökkévalót, ha mindeme dolgok kivetülnek, és megértjük őket, ha teljes tudatosságunkat napvilágra tárjuk, és megtisztítjuk minden beforratlan sebtől, minden rejtőzködő emléktől.

A meditáció önismeret, és önismeret nélkül nem létezik meditáció. Ha nem vagyunk folyamatosan tudatában minden egyes reakciónknak, ha nem vagyunk teljes mértékben tudatosak mindennapi tevékenységeinkre, csupán menekülésnek tekinthető, ha bezárkózunk egy szobába, és letelepszünk meditálni a **gurunk**, a mesterünk arcképe elé, mivel önismeret nélkül nem gondolkodhatunk megfelelően, és ha nem gondolkodunk megfelelően, cselekedeteinknek semmiféle jelentősége sincsen, függetlenül attól, milyen nemes szándékok vezérelnek bennünket. Tehát az ima önismeret nélkül jelentéktelen és értelmetlen dolog, az önismeret azonban megfelelő gondolkodásmódot, és így megfelelő cselekedeteket eredményez. Ha pedig megfelelő módon cselekszünk, megszűnik a zavarodottság, azaz többé nem kell valaki máshoz fohászkodnunk, hogy vezessen ki bennünket zűrzavaros állapotunkból. A tudatos ember minden pillanatban meditál, és nem imádkozik, mert nem vágyik semmire. Az ima, a parancsolatok, az ismétlés és az ehhez hasonló dolgok által eljuthatunk ugyan egy bizonyos csendre, ám ez a csend pusztán tompaság, az elmének és a szívnek egyfajta kimerült létre történő leredukálása. Ez az állapot eltompítja az elmét, a koncentrációnak nevezett kirekesztés pedig nem vezethet el a valóságra – a valóság semmiféle kirekesztés által nem ismerhető meg. A megértés csak az önismeret által valósulhat meg, a megfelelő szándék birtokában pedig nem is olyan nehéz tudatosnak lenni. Ha érdeklődést tanúsítunk az iránt, hogy megismerjük énünk működését, ha nem csupán felszínesen, de teljesen egészében meg akarjuk ismerni lényünket, viszonylag könnyen tudossá lehetünk. Ha valóban meg akarjuk ismerni önmagunkat, meg fogjuk vizsgálni szívünket és elménket, hogy lássuk, mi rejlik benne, és ha törekszünk a tudásra, elnyerjük azt. És ekkor ítéletalkotás nélkül figyelhetjük majd meg minden gondolatunkat és érzésünket, és így eljuthatunk a nem kényszerből, nem a parancsolatokból, de a problémamentességből fakadó nyugalom állapotába. Olyan ez, mint az esti szélcsendben kisimuló vízfelszín: ha elménk megnyugszik, életre kel a mérhetetlen.

20. A TUDATOS ÉS A TUDATTALAN ELMÉRŐL

Kérdező: A tudatos elme nem ismeri a tudattalant, és fél attól, Ön pedig javarészt csak a tudatos elménkhez szól – de vajon elegendő ez? Vajon felszabadítható-e az Ön módszerével a tudattalan elme? Kérem, fejtse ki, hogyan foghatjuk fel teljes mértékben a tudattalant.

Krishnamurti: Tudatában vagyunk ugyan, hogy létezik a tudattalan elme is, azonban a legtöbb ember pusztán a tudatos szinten, az elme felszíni rétegén működik – gyakorlatilag egész életünk erre a szintre korlátozódik. Az úgynevezett tudatos elmében élünk, és soha nem fordítunk figyelmet a

mélyebb, tudattalan elmére, ahonnan időnként eljutnak hozzánk bizonyos utalások, ám ezeket az utalásokat figyelmen kívül hagyjuk, eltorzítjuk, vagy pillanatnyi tudatos érdekeinknek megfelelően értelmezzük. A kérdező azt szeretné tudni, vajon elegendő-e, ha csupán a tudatos elméhez szólunk – vizsgáljuk hát meg, mit is értünk tudatos elme alatt. Vajon különbözik-e egymástól a tudatos és a tudattalan elme? Elkülönítettük ugyan egymástól e két dolgot, de vajon igazolható-e ez az elkülönítés? Létezik-e efféle megosztottság a tudatos és tudattalan között? Van-e valamiféle konkrét határvonalon, ahol véget ér a tudatos, és elkezdődik a tudattalan? A felső rétegnek, az aktív tudatos elmének tudatában vagyunk ugyan, de vajon valóban csakis ez az egyetlen szerkezet működne aktívan mindennapjaink során? Ha kizárólag az elme felső rétegéhez intézném szavaimat, nyilván semmiféle értékkel, semmiféle jelentéssel nem bírna a mondanivalóm. A legtöbb ember mégis ragaszkodik a tudatos elme által elfogadott dolgokhoz, mivel tudatos elménk számára kényelmes, ha bizonyos egyértelmű tényekhez igazodhat – a tudattalan azonban fellázadhat, és gyakran meg is teszi ezt, így hát konfliktus alakul ki az úgynevezett tudatos és tudattalan elme között.

A problémát tehát ez a konfliktus jelenti. Valójában csupán egyetlen állapot létezik, nem pedig egy tudatos és egy tudattalannak nevezett állapot; csupán egyetlen létállapot van, bár ezt az állapotot feloszthatjuk tudatos és tudattalan részre. Ez a fajta tudatosság azonban mindig a múlt tudatossága, nem a jelené: csakis a már elmúlt dolgokra vagyunk tudatosak. A mondanivalómra a szavaim elhangzását követő percben váltok tudatossá, egy pillanattal később értitek meg a szavaimat. A jelennek soha nem vagyunk tudatában. Figyeljétek csak meg a szíveteket és az elméteket, és látni fogjátok, hogy a tudatosság a múlt és a jövő között működik: a jelen pusztán egyfajta átjáró a tegnapi és a holnap között. Következésképpen a tudatosság a múltból a jelen felé történő mozgás.

Ha működés közben figyeljük meg az elmét, látni fogjuk, hogy a múltból a jövő felé irányuló mozgás folyamatában nem kap helyet a jelen. Vagy a múlt hangsúlyos, mint az esetlegesen kellemetlen jelentől való menekülés eszköze, vagy a jövő, mivel ez jelenti számunkra a jelenből való elvágyódást. Azaz: az elme vagy a múlttal, vagy a jövővel foglalkozik, és elveti a jelent. Vagyis az elmét a múlt brahminná, indiaivá, kereszténnyé, buddhistává vagy valami mássá kondicionálja, és ez a kondicionált elme vetíti ki magát a jövőbe, következképp soha nem képes közvetlen és tárgyilagos módon szemlélni a tényeket. Az elme vagy elítéli és elutasítja a tényeket, vagy elfogadja azokat, és azonosul velük. Az ilyen elme nyilvánvalóan nem képes tényekként kezelni a tényeket. Ebben a múlt által kondicionált tudatossági állapotban léteünk tehát, és gondolataink pedig a tények kihívásaira adott kondicionált válaszok; és minél inkább a hitünk, a múltunk kondicionálásának megfelelő minták szerint reagálunk a kihívásokra, annál inkább megerősítjük ámultat. Ez a megerősítés pedig egyértelműen a múlt jövőnek nevezett folytonosságát eredményezi. Azaz: tudatosságunk, elménk ingája folyton oda-vissza leng a múlt és a jövő között. Ezt a tudatosságot nem csupán az elme felső rétegei alkotják, de szerepet kapnak benne a mélyebb rétegek is. Az ilyen tudatosság nyilvánvalóan nem képes különböző szinteken működni, mivel esik az előre-, illetve visszafelé irányuló mozgást ismeri.

Ha alaposan szemügyre vesszük a kérdést, látni fogjuk, hogy nem egy folyamatos mozgásról van szó: két gondolat között mindig van egy rövid szünet, és bár ez az intervallum talán egy másodperc tizedre részéig sem tart, mégis óriási jelentőséggel bír az inga e mozgása során. Felismertük a tény, hogy gondolkodásunkat a jövőbe kivetített múlt határozza meg: abban a pillanatban, amikor felvállaljuk a múltat, felvállaljuk a jövőt is, mivel nincsen két, egymástól elkülönülő állapot: csak egyetlen állapot létezik, amely egyaránt magában foglalja a tudatost és a tudattalant, a kollektív és az egyéni múltat is. A kollektív és az egyéni múlt a jelenre reagálva megteremti a kollektív tudatosságot, következképpen a tudatosság a múlt eredménye, és ez képezi létezésünk háttérét. Abban a pillanatban, ahogy rendelkezünk a múlttal, rendelkezünk a jövővel is, mivel a jövő csupán a megváltoztatott múlt folytatása, ám továbbra is a múlt része. A kérdés tehát az, hogyan idézzünk elő változást a múlt e folyamatában anélkül, hogy újabb kondicionálást, újabb múltat teremtenénk meg.

Másképpen fogalmazva, a probléma a következő: a legtöbb ember elutasítja a kondicionálás bizonyos formáit, és szélesebb látókörű, jelentőségtejtesebb vagy kellemesebb kondicionálást választ helyettük. Elhagyjuk az egyik vallást, hogy egy másikat vegyünk fel, elutasítjuk a hit egyik fajtáját, és

egy másikat fogadunk el helyette. Az efféle behelyettesítés azonban nyilvánvalóan nem azonos az élet, azaz a kapcsolatok megértésével. A kérdés tehát az, vajon hogyan szabadulhatnánk meg minden kondicionálástól? Erre az ember vagy azt feleli, hogy ez lehetetlen, hogy erre egyetlen emberi lény sem képes, vagy vizsgálódásba és kísérletezgetésbe kezd, hogy felfedezze az igazságot. Ha azt állítjuk, hogy soha nem szabadulhatunk meg a kondicionálásoktól, nyilvánvaló, hogy véget ért számunkra a folyamat. Ez a kijelentés alapulhat saját szűk- vagy széleskörű tapasztalatainkon, vagy pusztán egy adott hiedelem elfogadásán is, de mindenképpen a keresés, a vizsgálat és a felfedezések tagadását jelenti. Hogy kiderítsük, vajon megszabadulhat-e az elme minden kondicionálástól, szabadon kell vizsgálódnunk és kísérletezgetnünk.

Nos, én azt állítom, egyértelműen lehetséges az, hogy elménk mentes legyen mindenféle kondicionálástól – persze ezt senkinek nem kell vakon elfogadnia. Ha pusztán a tekintélyem miatt elfogadjátok ezt az állítást, soha nem fogjátok felfedezni az igazságot: ez a kijelentés csupán újabb jelentéktelen behelyettesítés lesz számotokra. Amikor azt mondom, lehetséges a dolog, azért teszem ezt, mert számomra ez tény, és verbálisan rá is tudlak vezetni benneteket erre a tényre, azonban ha ti magatok is fel akarjátok ismerni ezt az igazságot – saját magatoknak kell megtapasztalnotok azt.

Az analízis vagy az önvizsgálat által nem juthatunk el a kondicionálás működésének teljes megértésére, mivel az elemző személy megjelenésének pillanatában maga az analízis a háttér részévé válik, következésképp jelentőségét veszti. Ez tény, ezért ezt az utat el kell vetnünk.

A vizsgálódó, az adott dolgot elemző személy maga is része a kondicionált állapotnak, így bármilyen legyen is a vizsgálata, az értelmezése, a megértése, e dolgok is a kondicionálás részét képezik. Tehát ez az út nem járható, és feltétlenül meg kell törnünk ezt a háttérrel, mivel az új kihívásoknak újfajta módon kell megfelelnünk, s ehhez nekünk magunknak is meg kell újulnunk. Hogy felfedezhessük Istent, az igazságot, ahhoz az elménknek frissnél, a régi dolgoktól mentesnek kell lennie. A múlt elemzése, a kísérletek eredményezte konklúziók, az állítások és a tagadások természetüknél fogva mind a háttér megváltozott formában való folytonosságára utalnak, és ha felismeritek e tényre, rá fogtok jönni, hogy véget kell vetnünk az elemző jelenlétének. Ekkor nem létezik majd a háttértől elkülönülő entitás, csakis a gondolatok, a tudatos és a tudattalan, egyéni és kollektív emlékezet reakciói lesznek jelen háttérként.

Az elme a múlt teremtménye, a múlt pedig a kondicionálás általjött léte – hogyan szabadulhat hát meg az elme a kondicionálástól? Ehhez nem csupán a múlt és a jövő között végzett ingamozgását kell felismernie és megértenie, de tudatában kell lennie a gondolatok közti intervallumnak is. Ez az intervallum spontán módon jön létre, nem pedig a kívánságaink vagy a kényszer általi okság törvénye.

Ha gondosan megfigyeljük, látni fogjuk, hogy bár a reakciók, a gondolatok mozgása gyorsnak tűnik, mindig jelen vannak köztük ezek a rövid szünetek. Két gondolat között mindig megjelenik a csendnek egy rövid ideig tartó, a gondolkodási folyamattól független intervalluma. Ha megfigyelitek, látni fogjátok, hogy ez a csend, ez az intervallum kívül áll az időn, és ha felfedezitek, ha teljes mértékben megtapasztaljátok azt, megszabadít benneteket a kondicionálástól – illetve nem annyira „benneteket” szabadít meg, mint inkább ott rejlik benne a kondicionálástól való megszabadulás. Vagyis a gondolkodási folyamatot a meditáció által érthetjük meg; és mi most nem csupán a gondolkodási folyamatról, és a gondolatok szerkezetéről, azaz az emlékezet, a tudás háttéréről beszélünk, de azt is igyekszünk kideríteni, vajon megszabadíthatja-e magát az elme ettől a háttértől. Ez pedig csakis akkor lehetséges, ha az elme nem teszi folytonossá a gondolatokat, ha eljut a kényszer és okság nélküli csend állapotába.

21. A SZEXUALITÁSRÓL

Kérdő: Tudjuk, hogy a szexualitás kikerülhetetlen fizikai és lelki szükséglet, és úgy tűnik, ez a nemzedékünk életét uraló káosz egyik legfőbb forrása. Hogyan kezelhetjük ezt a problémát?

Krishnamurti: Vajon miért van az, hogy mindenből problémát csinálunk? Problémát csináltunk Istenből, a szeretetből, a kapcsolatokból, problémát jelent számunkra az élet és a szexualitás is. De vajon miért? Miért van az, hogy minden tettünk borzalmas, hogy minden tettünk problémákat teremt

számunkra? Miért redukáljuk problémák sorozatává az életet, miért nem vetünk véget a problémáknak? Vagy miért nem halunk inkább bele a problémáinkba, ahelyett, hogy napról napra, évről évre magunkkal cipeljük őket? A szexualitás nyilvánvalóan lényeges kérdés, az elsődleges kérdés azonban az, hogy miért éljük meg problémának az életet? A munka, a szexualitás, a pénzkereset, a gondolkodás, az érzések, a tapasztalás – miért jelent problémát számunkra az élet minden egyes dolga? Vajon nem azért van ez így, mert alapvetően mindent egy bizonyos rögzített nézőpontból szemlélünk? Mindig egy központból a perifériák irányába gondolkodunk, de a legtöbb ember számára a perifériák jelentik a központot, így mindent csupán felületesen érintünk. Bármit teszünk is a periférián, az elkerülhetetlenül problémákhoz vezet, és életünk valójában e problémák sorozatából áll: a felszínen élünk, és beérjük ezzel az élettel, annak minden problémájával együtt. A problémák addig léteznek, amíg csupán a felszínen, a periférián élünk, és ez a periféria jelen esetben az „ént”, és az én benyomásait jelenti, amelyeket megnyilváníthatunk külsőleg, vagy szubjektívvé is tehetünk, amelyeket beazonosíthatunk a világmindenséggel, az országunkkal, vagy egyéb, az elme által teremtett dolgokkal.

Amíg az elme hatókörén belül élünk, mindig is lesznek bonyodalmak és problémák – ezen kívül mást sem ismerünk. Az elme egy érzet, egy benyomás, az elme a felhalmozott érzetek és reakciók teremtménye, és bármivel kerül is kapcsolatba, szükségképpen nyomorúságot, zavart és vég nélküli problémákat teremt. Problémáink valódi oka az éjjel-nappal gépiesen, tudatosan és tudattalanul egyaránt működő elme. Az elme a létező legfelszínesebb dolog, mi pedig nemzedékek óta az elme fejlesztésével töltjük egész életünket: igyekszünk minél okosabbá, minél nehezebben megfoghatóvá, minél agyafúrtabbá, minél hazugabbá és csalárdabbá tenni – e törekvésünket jól megfigyelhetjük életünk minden egyes tevékenységében. Az elme természeténél fogva őszintétlen és csalárd, képtelen szembenézni a tényekkel, és az elme minden probléma forrása: az elme maga a probléma.

Vajon mit is értünk a szexualitás jelentette problémák alatt? Magát a cselekvést, az aktust – vagy az aktussal kapcsolatos gondolatokat? Nyilvánvalóan nem az aktust: a szexuális aktus nem jelent nagyobb problémát számunkra, mint például az evés, azonban ha egész nap csak az evésre **gondolunk**, ha folyton ez tölti be az elménket, az már probléma. Tehát a szexuális aktus a probléma vagy az aktussal kapcsolatos gondolatok? Vajon miért gondolkodunk ezen a dolgon? Miért fektetünk rá oly nagy hangsúlyt? Hiszen nyilvánvalóan ezt tesszük. A filmek, a magazinok, a nők öltözködési szokásai, minden a szexualitással kapcsolatos gondolatokat erősítik. De miért? Miért vált ilyen központi kérdéssé a szexualitás az életünkben? Miközben oly sok dolog követeli meg a figyelmünket, mi csakis a szexualitásra gondolunk. De hát mi történik, miért foglalkoztatja ez a téma ily mértékben az elménket? Azért, mert a szexualitás a végső menekülés egyformája – nemde? A szexualitás az önmagunkról való tökéletes megfélelkezés egyik módja: az adott pillanatra legalábbis megfélelkezhetünk önmagunkról – és ezt csak így érhetjük el. Az élet minden egyéb dolga az énünkre helyezi a hangsúlyt. Az üzlet, a vallás, az isteneitek, a vezetőitek, a politikai és gazdasági cselekedeteitek, meneküléseitek, társadalmi elfoglaltságaitok, politikai pártjaitok mind-mind az énre helyezik a hangsúlyt, az ént erősítik. A szexualitás az egyetlen olyan dolog, amely nem az ént hangsúlyozza, ezért problémává válik, nem igaz? Ha ez az egyetlen dolog, amely a végső meneküléshez, az önmagunkról való tökéletes megfélelkezéshez vezet, ragaszkodni kezdünk hozzá, mert csakis ezekben a pillanatokban vagyunk boldogok. Minden egyéb kérdés rémálommá, a szenvedés és a fájdalom forrásává válik, ezért hát ragaszkodunk az egyetlen dologhoz, amely által tökéletesen megfélelkezhetünk önmagunkról – mivel ezt nevezzük boldogságnak. Azonban a ragaszkodásunk által ez is rémálommá lesz, mert később aztán meg akarunk szabadulni tőle, hogy ne legyünk a szexualitás rabszolgái. Ezért hát újra csak az elméhez fordulunk, a szűziesség, a cölibátus eszméjéhez, és az elfojtás által igyekszünk szűzies életet élni, így elménk újfent csak igyekszik elkülöníteni magát a tényektől. Ez pedig újra az énre helyezi a hangsúlyt, az énre, aki megpróbál valamilyené válni, azaz újra foglyul ejt bennünket a vajúdas, a problémák, az erőfeszítés és a fájdalom ördögi köre.

A szexualitás mindaddig rendkívül nehéz és összetett problémát jelent majd számunkra, míg meg nem értjük az adott problémáról gondolkodó elmét. Maga az aktus soha nem jelenthet problémát, a gondolatok azonban igen. Az aktus a mentőöv szerepét tölti be: kicsapongó életet élünk, vagy

belevetjük magunkat a házasságba, prostituálva ezzel feleségünket, aki egyébként szemmel láthatólag roppant tiszteletreméltó asszony, és ez elégedettséggel tölt el bennünket. A problémát nyilván csak akkor oldhatjuk meg, ha teljes mértékben megértjük az „én” és az „enyém” működését és szerkezetét. Az „én” feleségem, az „én” gyermekem, az „én” vagyonom, az „én” autóm, az „én” teljesítményem, az „én” sikereim – míg meg nem értjük, és fel nem oldjuk e dolgokat, továbbra is problémát jelent majd számunkra a szexualitás. Amíg politikai, vallási vagy bármely egyéb értelemben becsvágyóak vagyunk, amíg az énré, a gondolkodóra, a tapasztálásra helyezzük a hangsúlyt, és a saját, az országa, a pártja, vagy a vallásnak nevezett eszme előre-menetelének ambíciójával tápláljuk azt, azaz amíg jelen vannak ezek, az én kiterjesztésére irányuló tevékenységek, mindig is lesznek szexuális problémáink. Egyfelől megteremtjük, tápláljuk és kiterjesztjük önmagunkat, másfelől pedig igyekszünk megfélekedni magunkról, igyekszünk legalább egy percre elveszíteni az énünket. Hogyan is létezhetne egymás mellett ez a két törekvés? Az élet így ellentmondássá válik: egyrészt kihangsúlyozzuk az ént, másrészt igyekszünk megfélekedni róla. Nem a szexualitás a probléma: a problémát az életünkben jelentkező ellentmondás jelenti, és ezt az ellentmondást az elme nem képes áthidalni, mivel az elme maga is ellentmondásos. Ezt az ellentmondást csak akkor érthetjük meg, ha teljes mértékben megértjük mindennapi létezésünk folyamatát. Moziba járunk, hogy aztán bámuljuk a vásznon feltűnő nőket, olyan könyveket olvasunk, amelyek stimulálják ez irányú gondolatainkat, félmeztelen képekkel teli magazinokat nézegetünk, megbámuljuk a nőket az utcán, titkos pillantásokat lopunk és kapunk – mindeme dolgok körmönfont módon arra ösztönzik az elmét, hogy még jobban kihangsúlyozza az ént, ugyanakkor pedig megpróbálunk kedvesek, gyengédek és szeretetteljesek lenni. Ez a két dolog nem valósulhat meg egyszerre. A spirituális vagy egyéb értelemben becsvágyó emberek nem létezhetnek problémák nélkül, hiszen a problémák csak akkor szűnnek meg, ha megfélekedünk az énünkről, ha az én nem létezik, ez a nemlét pedig nem az akaratunktól függ, itt nem pusztán valamiféle reakcióról van szó. A szexualitás reakcióvá válik: ha az elme igyekszik megoldani egy problémát, az csak egyre zavarosabbá, nyugtalanítóbbá, és fájdalmasabbá válik. Nem a szexualitás, hanem az elme a probléma, az elme, amely azt állítja, hogy szűzies, szeplőtelen életet kell élnünk. A szeplőtelenység nem az elme teremtménye. Az elme csak elfojtani képes saját tevékenységeit, az elfojtás pedig nem egyenlő a szeplőteleniséggel, az erkölcsösséggel. A szeplőtelenység nem erény, és nem lehet fejleszteni. Az alázatosságra törekvő ember nyilván nem alázatos; bár büszkeségét talán alázatnak nevezi, attól még büszke marad, és pontosan ezért törekszik az alázatra. A büszkeségből soha nem lesz alázat, a szeplőtelenység pedig nem az elme teremtménye – egyszerűen nem válhatunk szeplőtelennek. A szeplőteleniséget csakis a szeretet által ismerhetjük meg, a szeretetnek pedig semmi köze az elméhez.

Következésképpen a szexualitással kapcsolatos, a világon oly sok embert gyötrő probléma mindaddig nem oldható meg, amíg nem értjük meg magát az elmét. Mi ugyan nem vethetünk véget a gondolkodásnak, az mégis véget érhet, ha eltűnik a gondolkodó, ez pedig csak akkor következhet be, ha teljes mértékben megértjük a gondolkodási folyamatot. Ha elkülönül egymástól a gondolkodó és a gondolat, az félelmet szül, és a konfliktus csak akkor szűnik meg, ha nem létezik a gondolkodó.

A magától értetődő dolgok megértéséhez nincs szükség erőfeszítésre. A gondolkodó az erőfeszítések által jön létre, aztán kiterjeszti magát, hogy így alakítsa, így kontrollálja a gondolatait – vagy így vessen véget nekik. A gondolkodó fiktív entitás, az elme illúziója. Ha tényként ismerjük fel a gondolatokat, nem kell gondolkodnunk e tényeken. Az egyszerű, választások nélküli tudatosság jelenlétében elkezdik feltárni önmagukat a magától értetődő tények, és így véget ér a tényszerű gondolkodás. Ekkor látni fogjuk, hogy a szívünket és elménket emésztő problémák, a társadalmi rendünkből adódó problémák végre megoldhatóvá válnak. A szexualitás többé nem jelent majd problémát, mert a megfelelő helyre kerül, és nem lesz sem tisztátalan, sem szűzies. A szexualitásnak megvan a maga helye az életünkben; azonban ha az elme túl nagy jelentőséget tulajdonít neki, problémává válik. Az elme azért cselekszik így, mert nem képes boldogság nélkül élni, így a szexualitás problémává válik számunkra, ám ha az elme megéri önmaga működését, és megszűnik létezni, azaz, ha véget ér a gondolkodás, bekövetkezik a teremtés, és valójában a teremtés tesz boldoggá bennünket.

A teremtés állapota maga az üdvösség, mert ebben az állapotban megfélekedünk önmagunkról, és megszűnnek az én reakciói. Ez nem valamiféle elvont válasz a szexualitás mindennapi problémájára – ez az egyetlen válasz. Az elme tagadja a szeretetet, szeretet nélkül pedig nem létezik szeplőtelenység; és pontosan a szeretet hiánya miatt jelent problémát számunkra a szexualitás.

22. A SZERETETRŐL

Kérdező: Mit ért Ön szeretet alatt?

Krishnamurti: A kérdés megválaszolásához a megértés által jutunk el, a megértés által fogjuk felfedezni, hogy mi nem azonos a szeretettel, hiszen mivel a szeretet maga az ismeretlen, csak az ismert dolgok kizárásával juthatunk el hozzá. Az ismert dolgokkal teli elme nem fedezheti fel az ismeretlent, ezért hát először megismerjük az ismert értékeit, szemügyre vesszük az ismert dolgokat, és amikor mindenféle ítékezés nélkül látjuk őket, megszabadul tőlük az elmenk – és ekkor megtudhatjuk, mi a szeretet. Azaz, mintegy negatív irányból fogjuk megközelíteni a szeretetet.

Mit is jelent a szeretet a legtöbb ember számára? Mit értünk az alatt, amikor azt mondjuk, szeretünk valakit? Azt, hogy birtokoljuk az adott személyt. Ebből a birtoklásból fakad aztán a féltékenység, mivel ha elveszítjük azt, akit szeretünk, üresnek és elveszettnek érezzük magunkat, következésképpen igazoljuk a birtoklást, és igyekszünk megtartani a szeretett személyt. Nyilvánvaló azonban, hogy ez a birtoklás nem azonos a szeretettel – igaz?

A szeretet nyilván nem is az érzelmesség. Érzelmesnek lenni nem azonos a szeretettel, mivel a szentimentalizmus és az érzelmek pusztán érzetek, benyomások. A Jézusról, Krisnáról, **a gurujukról** vagy bárki másról sírdogáló, vallásos emberek csupán szentimentálisak. Elmerülnek ebben az érzetben, ebben a gondolati folyamatban, a gondolatok azonban nem azonosak a szeretettel. A gondolatok az érzetek eredményei, azaz a szentimentális, érzelmes emberek nem ismerhetik a szeretetet. Újra csak felmerül a kérdés, vajon nem vagyunk-e mindannyian érzelmesek? Az érzelmesség pusztán önünk kiterjesztésének egy formája, és nyilvánvalóan nem egyenlő a szeretettel, mivel az érzelmes emberek képesek kegyetlenek is lenni, ha megválaszolatlanok maradnak az érzelmeik, ha nem nyilvánulhatnak meg az érzéseik. Az érzelmes személyek könnyen gyűlölködővé válhatnak, és háborúkra, öldöklésekre ragadtathatják magukat. A szentimentális, vallását könnyek között emlegető emberekben nyilvánvalóan nincsen szeretet.

Akkor vajon a megbocsátás lenne a szeretet? Mit is jelent a megbocsátás? Valaki megbánt bennünket, mi pedig megsértődünk, elraktározzuk ezt az emléket, majd valamiféle kényszer vagy a megbánás miatt így szólunk: „megbocsátok neked”. Először megsértődünk, aztán elutasítjuk a sértődöttségünket. De vajon melyik folyamat mit jelent? Továbbra is mi vagyunk a központi helyen, továbbra is mi vagyunk fontosak, mi vagyunk azok, akik megbocsátunk. A megbocsátás attitűdjére az jellemző, hogy továbbra is mi vagyunk a fontosak, nem pedig az a személy, aki állítólag megbántott bennünket. Azaz a megbocsátás folyamata, amelynek során először elraktározzuk magunkban a sértettséget, majd megtagadjuk azt, nem azonos a szeretettel. Ha szeretünk, nyilvánvalóan nincs bennünk ellenségesség, és teljesen közömbösek számunkra e dolgok. A rokonszenv, a megbocsátás, a birtoklás alapuló kapcsolat – egyértelmű, hogy e dolgok nem azonosak a szeretettel, hiszen mind az elme teremtményei – nemde? És míg az elmét tekintjük választott bíránknak, nem élhet bennünk szeretet, mert az elme csakis a birtokláson keresztül képes döntéseket hozni, ezért döntései pusztán a birtoklás különböző megnyilvánulási formái. Az elme csupán megrontani képes a szeretetet, de nem képes szeretetet és szépséget teremteni. Írhatunk ugyan verseket a szeretetről, de ez még nem egyenlő a szeretettel.

Az is nyilvánvaló, hogy valódi tisztelet nélkül nem létezhet szeretet, legyen szó akár a szolgálóink, akár a barátaink iránt tanúsított tiszteletről. Észrevettétek már, hogy a szolgálóink, az alárendeltjeink iránt nem tanúsítunk tiszteletet, velük nem vagyunk kedvesek és nagylelkűek? Tiszteljük a felettünk állókat, a főnökünket, a milliomosokat, a nagy házzal és magas társadalmi ranggal rendelkező embereket, azokat, akikről remélünk valamit. Az alattunk állókba azonban belerúgunk, és más nyelven beszélünk velük. Következésképpen tisztelet nélkül nem létezhet szeretet: ahol nincs könyörület, szánalom és megbocsátás, ott nincsen szeretet sem. És a legtöbb ember pontosan ebben az állapotban

létezik: nincs bennük sem tisztelet, sem könyörület, sem nagylelkűség. Birtoklóak vagyunk, és érzelmesekek, szentimentalizmusunk pedig megnyilvánulhat gyilkosságok és mézszárlások, vagy ostoba, tudatlan szándékok által vezérelt egyesülések formájában is. Hogyan is élhetne hát bennünk a szeretet?

A szeretetet csakis akkor ismerhetjük meg, ha mindeme dolgok véget érnek, ha már nincs bennünk birtoklási vágy, ha nem csupán szentimentális áhítattal adózunk valaminek. Az efféle odaadás pusztán egyfajta könyörgés, azaz továbbra is bizonyos dolgok elérésére törekszünk, csak másfajta formában. Aki imádkozik, az nem ismeri a szeretetet. Mivel birtoklóak vagyunk, mivel az érzelmessé tevő odaadás és ima által is mindig valamiféle eredmény elérésére törekszünk, természetes, hogy nincs bennünk szeretet; a szeretet pedig nyilván nem létezhet tisztelet nélkül. Talán azt állítjuk, hogy tisztelet-tudóak vagyunk, ez a tisztelet azonban csupán a feljebbvalóink iránt nyilvánul meg, csupán az opportunizmusból és a félelemből fakad. Ha valóban ismernénk a tiszteletet, egyaránt tisztelnénk a legalacsonyabb sorban élő és legmagasabban álló embereket is, mivel azonban nem ismerjük a tiszteletet, nem ismerhetjük a szeretetet sem. Oly kevés nagylelkű, megbocsátó és könyörületes ember él ezen a világon! Csak akkor vagyunk nagylelkűek, ha ez kifizetődő a számunkra, csak akkor vagyunk könyörületesekek, ha úgy gondoljuk, kapunk érte valamit cserébe. Ha e dolgok eltűnnek, ha nem kötik le többé az elménket, ha nem az elme dolgai töltik be szívünket, megszületik a szeretet; és egyedül a szeretet képes megváltoztatni a világban jelenleg uralkodó tébolyt, nem pedig a különféle rendszerek és ideológiák, legyen szó akár a bal-, akár a jobboldali eszmékről. Csakis akkor szeretünk igazán, ha nincs bennünk birtoklási vágy, ha nem irigykedünk másokra, ha nem vagyunk kapzsik, ha ismerjük a tiszteletet, a könyörületet és az együttérzést, ha figyelmesek vagyunk a házastársunkkal, a gyermekeinkkel és szerencsétlen sorsú alárendeltjeinkkel is.

A szeretetről nem lehet gondolkodni, a szeretetet nem lehet fejleszteni, a szeretetet nem lehet gyakorolni. A szeretet, a testvériség gyakorlása továbbra is az elme tárgykörébe tartozik, következőképpen valójában nem szeretet. A szeretet akkor valósul meg, a szeretetet akkor ismerhetjük meg, ha felhagyunk mindeme dolgokkal. Ekkor a szeretet többé már nem mennyiségi, de minőségi kérdés lesz: ugyan nem jelentjük ki, hogy szeretjük az egész világot, de ha tudjuk, hogyan szeressünk egyetlen embert, tudni fogjuk, hogyan szeressünk mindenkit. Mivel azonban még nem tudjuk, hogyan szeressünk egyetlen embert, az emberiség iránt érzett szeretetünk csupán fikció. Ha szeretünk, nem létezik számunkra sok vagy kevés – csak a szeretet létezik. Problémáinkat csakis a szeretet által oldhatjuk meg, és csakis így ismerhetjük meg az üdvösséget és a boldogságot.

23. A HALÁL RÓL

Kérdő: Milyen kapcsolatban áll egymással az élet és a halál?

Krishnamurti: Vajon valóban elkülönül-e egymástól az élet és a halál? Vajon miért tekintjük a halált az élettől különálló dolognak? Miért félünk a haláltól? És miért írtak már oly sok könyvet erről a témáról? Vajon tényleg létezik ez az elkülönülés, vagy csak egy önkényes, az elme által létrehozott felosztásról van szó?

Amikor az életről beszélünk, a folytonosság olyan folyamatát értjük ez alatt, amelyben mindig szerepet kap a különböző dolgok beazonosítása. „Én”, az „én házam, az „én” feleségem, az „én” bankszámlám, az „én” múltbeli tapasztalásaim – ezt értjük élet alatt – igaz? Az élet a tudatos és tudattalan emlékezet folytonosságának folyamata, annak minden küzdelmével, vitájával, eseményével és tapasztalatával együtt. E dolgok összességét nevezzük életnek, és ezzel állítjuk szembe a halált, ami véget vet ennek a folyamatnak. Mivel megteremtettük az élet ellentétét, és félünk tőle, igyekszünk fellelni az élet és a halál közti kapcsolatot: és ha valamilyen magyarázat, a folytonosságba vetett hit, vagy a túlvilági élet segítségével képesek vagyunk megtalálni a szakadék fölött átívelő hidat, elégedettek leszünk. Hiszünk a reinkarnációban vagy a gondolat folytonosságának valamely egyéb formájában, és igyekszünk kapcsolatot létesíteni az ismert és az ismeretlen között. Igyekszünk áthidalni ezt a szakadékot, és így megtalálni a múlt és a jövő közötti kapcsolatot. Hiszen ezt tesszük, amikor megpróbáljuk kideríteni, létezik-e bármilyen kapcsolat az élet és a halál között – nemde? Tudni akarjuk, hogyan hidaljuk át az élet és a vég közötti szakadékot – ez a mi legalapvetőbb vágyunk.

De vajon megismerhető-e a vég, a halál még az élet során? Ha még életünkben megismerhetnénk a halált, megszűnnének a problémáink. Azért félünk az ismerentől, mert nem tapasztalhatjuk meg azt életünk során. A küzdelmünk arra irányul, hogy kapcsolatot létesítsünk önmagunk, azaz az ismert dolgok teremtményei és a halálnak nevezett ismeretlen között. Vajon létezhet-e bármilyen kapcsolat a múlt, és az elme által felfoghatatlan, halálnak nevezett dolog között? Egyáltalán miért különítjük egymástól e két dolgot? Nem azért, mert elménk pusztán az ismert dolgok, a folytonosság területén belül képes működni? Csakis a nyomorúság, a gyönyör, a szeretet, a vonzalom és a különféle tapasztalatok emlékeivel rendelkező gondolkodókként, cselekvőkként ismerjük önmagunkat; ha nem így lenne, nem úgy gondolnánk magunkra, mint valamilyen adott formában létező lényekre. Amikor aztán ez a valami, a lényünk elérkezik a halálnak nevezett dologhoz, megjelenik az ismerentől való félelem, ezért szeretnénk bevonzani az ismeretlen az ismert dolgok tárgykörébe, és egész erőfeszítésünk arra irányul, hogy folytonossá tegyük azt. Azaz valójában nem a halált is magában foglaló életet akarjuk megismerni, hanem azt akarjuk tudni, hogyan valósítsuk meg a folytonosságot, hogyan kerüljük el a véget.

A folytonos dolgok képtelenek a megújulásra. A folytonosságban nem létezhet semmi új, semmi kreatív – ez meglehetősen nyilvánvaló. Az örökkévalóan új lehetőségét csakis a folytonosság vége teremtheti meg. Azonban pontosan ettől a végtől rettegünk, és nem ismerjük fel, hogy a megújulás, a kreativitás, az ismeretlen csak ez által a vég által válik lehetővé, nem pedig úgy, ha napról napra magunkkal cipeljük a tapasztalatainkat, az emlékeinket, a szerencsétlenségünket. Ahol folytonosság van, ott nem létezhet semmi új; nem létezhet a kreativitás, az ismeretlen, az örökkévaló, nem létezhet Isten. Folytonos entitásként soha nem lelhetjük fel az ismerent, a valódit, az örökkévalót, mivel így csak a saját magunk által kivetített dolgokra lelhetünk rá, e dolgok pedig nem valóságosak. Az újat csakis a vég, a halál által ismerhetjük meg; és ha az élet és a halál közti kapcsolatot kutatjuk, hogy összekössük a folytonost azzal, ami véleményünk szerint túl van a folytonosságon, egy önmagunk által kivetített, fiktív és valótlan világban élünk.

De vajon megtapasztalhatjuk-e még életünk során a halált, azaz a véget, a semmivé válást? Megismerhetjük-e a halált egy olyan világban élve, ahol minden folyton valamilyenné válik, ahol minden a haladásról vagy a hanyatlásról szól? Vajon leszámolhatunk-e minden emlékünkel – nem a tényszerű emlékekkel, hanem a pszichológiai biztonsághoz fűződő belső ragaszkodásunkról, a boldogság kereséséről szóló, felhalmozott emlékeinkkel? Lehetséges-e az, hogy minden áldott nap meghaljunk,

és másnap megújultan szülessünk újjá? Mert csakis így ismerhetjük meg még életünk során a halált. A megújulás csakis e halál, a folytonosság e véget érése által lehetséges, csakis így valósulhat meg az örökkévaló teremtés.

24. AZ IDŐRŐL

Kérdező: Vajon feloldható egy csapásra a múlt, vagy ehhez mindenképpen némi időre van szükség?

Krishnamurti: Mindannyian a múlt teremtményei vagyunk: gondolataink a tegnapon, és az azt megelőző sok ezer tegnapon alapulnak. Az idő teremtményei vagyunk, reakcióinkat, jelenlegi magatartásunkat a sok ezer múltbeli pillanat, esemény és tapasztalás összeadó hatása hozta létre. Azaz tagadhatatlan tény, hogy a legtöbb ember számára valójában a múlt a jelen. A gondolataink, a tetteink, a reakcióink mind a múlt teremtményei, vagyis mi magunk is a múlt teremtményei vagyunk. A kérdező azt szeretné tudni, vajon félresöpörhető-e egy csapásra a múlt, vagy ez az összeadó hatás csak bizonyos idő alatt távolítható el? Fontos, hogy megértsük a kérdést, ami tulajdonképpen így szól: ha mindannyian a múlt teremtményei vagyunk, folyamatosan változó, számtalan benyomás alkotta háttérrel, vajon félresöpörhető-e ez a háttér mindenféle időbeli folyamat nélkül?

Vajon mi a múlt? Mit is értünk múlt alatt? Nyilvánvalóan nem a kronológiai múltat, hanem a felhalmozott tapasztalatokat, a felhalmozott reakciókat, emlékeket, hagyományokat, tudást; a számtalan gondolat, érzés, benyomás és reakció tudatalatti tárházat. Ezzel a háttérrel nem érthetjük meg a valóságot, mivel az független az időtől – a valóság időtlen. Azaz, az idő által létrehozott elmével nem érthetjük meg az időtlent. A kérdező arra kíváncsi, vajon lehetséges-e felszabadítani az elmét, megszűnhet-e egyetlen pillanat alatt az idő által létrehozott elme, vagy ehhez hosszas vizsgálatra és elemzésre van szükség.

Az elme maga a háttér; az elme az idő, a múlt teremtménye, nem pedig a jövő része. Kivetítheti magát a jövőbe, és a jelent a múlt és a jövő közötti átjáróként használja, ezért bármit is tesz, bármilyenek legyenek is múlt-, jelen vagy jövőbeli tevékenységei, soha nem szabadul az idő fogságából. Vajon megszűnhet-e teljesen az elme, véget érhet-e a gondolkodási folyamat? Az elmének nyilván számos rétege van: a tudatosságnak nevezett dolgot számos, egymással kölcsönös kapcsolatban álló, egymásra kölcsönösen ható réteg alkotja – a tudatosság nem csak megtapasztalja a dolgokat, de el is nevezi, és emlékek formájában el is raktározza a tapasztalásokat. Ebből áll a tudatosság folyamata.

Vajon nem a tapasztalásra, a tapasztalatok elnevezésére, és az emlékezetben történő elraktározására gondolunk-e, amikor a tudatosságról beszélünk? Hiszen ezek a különböző szinten megnyilvánuló dolgok alkotják a tudatosságot. De vajon képes-e az idő által létrehozott elme az analízis lépésről lépésre haladó folyamata segítségével megszabadulni saját háttérétől, illetve megszabadulhat-e egyáltalán teljes mértékben az időtől, hogy közvetlen módon szemlélje a valóságot?

A háttértől való megszabaduláshoz számos szakértő szerint arra van szükség, hogy minden reakciónkat, minden komplexusunkat, minden bennünk élő akadályt megvizsgáljunk – ez pedig nyilván időhöz kötött folyamat. Ez annyit tesz, hogy az elemzőnek meg kell értenie, amit elemez, és nem szabad félreértelmeznie azt. Ha rosszul értelmezi a dolgot, rossz következtetésekre jut, és így csak egy újabb háttérrel hoz létre magának. Az elemzőnek képesnek kell lennie arra, hogy a legkisebb elhajlás nélkül elemezze a gondolatait és az érzéseit, mert ha egyetlen rossz lépést tesz, ha rossz következtetésekre jut, azzal – bár más irányvonal mentén és más szinten – egy újabb háttérrel alakít ki. Ráadásul felmerül az a kérdés is, vajon az elemző elkülönül-e magától az elemzéstől? Vajon az elemző és az elemzett dolog nem egy és ugyanaz?

Nyilvánvaló, hogy a tapasztaló és a tapasztalat mindig együtt járnak, nem pedig két, egymástól elkülönülő dologról van szó, ezért először is vegyük szemügyre, milyen nehézségeket rejt magában ez az elemzés. Szinte teljességgel lehetetlen kielemezni tudatosságunk teljes tartalmát, és e folyamat által megszabadulni, hiszen ki is az elemző? Bár az ellenkezőjét hiszi, az elemző nem különbözik elemzésének tárgyától. Talán elkülöníti magát attól, mégis a része marad. Felmerül bennünk egy gondolat, egy érzés, például dühösek leszünk, ekkor a dühöt elemző személy továbbra is része ennek a

düh nek, következésképpen az elemző és elemzése tárgya egyetlen jelenséget alkotnak, nem pedig két, egymástól elkülönülő erőt, két különálló folyamatot. Azaz: önmagunk elemzésének, feltárásának, oldalról oldalra törté nő „végigolvasásának” folyamatát, amely során megfigyelünk minden egyes reakciót – végtelenül nehéz és időigényes dolog. Következésképp nem ez az út vezet a háttérünktől való szabadsághoz – igaz? Léteznie kell egy sokkal egyszerűbb, sokkal közvetlenebb útnak, és mi pontosan erre az útra akarunk rátalálni. Ehhez pedig el kell vetnünk minden téves dolgot, és nem szabad ragaszkodnunk hozzájuk. Azaz az elemzés nem a megfelelő út, ezért meg kell szabadulnunk ettől a folyamattól.

Mi marad hát számunkra? Hiszen kizárólag ezt az utat ismerjük. A megfigyelő megfigyel (miközben egy jelenséget alkot megfigyelése tárgyával), és az elemzés segítségével ráébred arra, hogy megfigyelése tárgya nem fogja megszabadítani őt saját háttérétől. Ha ez így van, felhagyunk ezzel a folyamattal – igaz? Mi történik az analízissel, ha felismerjük, hogy nem ez a megfelelő út, ha nem csupán a szavak szintjén, de valóban rájövünk erre? Ekkor abbahagyjuk az elemzést – ugye? De akkor vajon mi marad számunkra? Csak figyelj meg a dolgot, és látni fogod, milyen gyorsan és könnyedén megszabadulhatsz saját háttéredtől. De vajon milyen úton? Vajon milyen állapotban létezik az elemzéshez, a vizsgálathoz, a boncolgathoz, a következtetések levonásához szokott elme? És milyen állapotba kerül, ha abbamarad ez a folyamat?

Azt mondják, az elme tiszta lap, folytassuk hát ezzel a tiszta lappal. Másként fogalmazva, vajon mi történik az elménkel, ha elvetettünk mindent, amit tévesnek ismertünk meg? Végül is mit vetettünk el? A háttérből származó téves folyamatokat – nemde? Egyetlen mozdulattal elvetettük ezt az egész dolgot. És ha felismerjük, hogy egy téves folyamatról van szó, és elvetjük az elemzést, annak minden következményével együtt, elménk megszabadul a tegnaptól, így képes lesz közvetlenül, minden időbeli folyamat közbeiktatása nélkül látni a dolgokat, következésképpen egy csapásra elvetheti saját háttérét.

Hogy másképp tegyük fel a kérdést, a gondolkodás az idő teremtménye – nemde? A gondolkodást a környezetünk, a társadalmi és vallási hatások teremtik meg, és a dolgok mind az idő részei. De vajon megszabadulhat-e a gondolkodás az időtől? A gondolkodást irányíthatjuk és formálhatjuk, ezzel azonban továbbra sem hagyjuk el az idő hatókörét, tehát a kérdés az, vajon hogyan szabadulhat meg az idő, a sok ezer tegnap által létrehozott elme egy csapásra ettől az összetett háttértől? Ez igenis lehetséges, mégpedig nem a jövőben, de most azonnal, erre azonban csak akkor vagyunk képesek, ha felismerjük a téves dolgokat – az elemző folyamat pedig nyilván valóan téves, bár ezenkívül semmi más nem áll rendelkezésünkre. Ha ez a folyamat leáll, mégpedig nem valamiféle kényszer hatására, hanem azért, mert megértjük, hogy elkerülhetetlenül téves eredményre vezet, azt tapasztaljuk majd, hogy elménk teljes mértékben elkülönül a múlttól – ami nem azt jelenti, hogy nem ismerjük fel a múltat, elménk azonban többé nem áll közvetlen kapcsolatban azzal. Így az elme egy csapásra megszabadíthatja magát a múlttól, azaz lehetséges a nem kronológiai, de pszichológiai értelemben vett múlttól való azonnali és tökéletes megszabadulás – és csakis ily módon érthetjük meg a valóságot.

Hogy egyszerűen fogalmazzuk: vajon milyen állapotban van az elménk, amikor meg akarunk érteni valamit; amikor meg akarjuk érteni a gyermekeinket, egy embertársunkat, a hozzánk intézett szavakat? Ilyenkor nem elemezzük, nem kritizáljuk azt, amit a másik mond, nem Ítélezünk az elhangzottak felett, egyszerűen csak figyelmesen hallgatunk – nem igaz? Elménk olyan állapotban van, amelyben a gondolati folyamatok nem aktívak ugyan, mégis roppant éberek. Ez az éberség pedig nem időfüggő – ugye? Egyszerűen csak éberek, passzív módon befogadóak, mégis teljesen tudatosak vagyunk; és a megértésre csakis ebben az állapotban juthatunk el. Ha elménk izgatott és nyugtalan, ha kérdéseket tesz fel, eleméz, és boncolgatja a válaszokat, nem létezhet számunkra megértés. A megértés intenzitásának jelenlétében azonban megnyugszik, elcsendesedik az elme. Természetesen nem szabad vakon megbíznotok a szavamban, de ha tesztek egy próbát, látni fogjátok, hogy minél inkább elemezték valamit, annál kevésbé fogjátok megérteni az adott dolgot. Esetleg megértetek ugyan bizonyos eseményeket, bizonyos tapasztalásokat, az elemzés által azonban nem lesztek képesek teljes mértékben kiüríteni a tudatosságokat. Ez csak akkor lehetséges, ha felismeritek az analitikus

megközelítés téves mivoltát. Ha tévesnek ismeritek fel azt, ami téves, elkezdtétek majd meglátni azt, ami igaz – és ez az igazság megszabadít majd benneteket a háttértektől.

25. AZ ESZMÉK NÉLKÜLI CSELEKVÉSŐRŐL

Kérdező: Ön azt állítja, az Igazság az eszmék nélküli cselekvés által érkezik el hozzánk, de vajon lehetséges-e folyton eszmék és elképzelések, célkitűzések nélkül cselekedni?

Krishnamurti: Vajon milyenek jelenleg a tetteink? Mit is értünk cselekvés alatt? A cselekedeteink – azok a dolgok, amelyeket megteszünk, vagy amelyeket meg akarunk tenni – az eszméken alapulnak. Csakis eszmékkel, eszményképekkel, ígéretekkel és különböző formulákkal rendelkezünk arra nézvést, mik vagyunk, és mik nem vagyunk. Tetteink alapját a jutalom reménye, vagy a büntetéstől való félelem képezi. Jól tudjuk ezt – nemde? Az ilyen önmagukba záródó tevékenységek pedig elszigetelnek minket egymástól. Rendelkezünk egy képpel az erényről, és e kép alapján élünk, e kép alapján cselekszünk a kapcsolatainkban. A kollektív vagy egyéni kapcsolatok csupán az eszményképek, az erény, a különféle eredmények elérésére irányuló cselekvéseket jelentik számunkra.

Amikor cselekedeteink egy eszményképen, azaz egy eszmén alapulnak (olyanokra gondolok, mint például: „bátornak kell lennem”, „követnem kell a jó példát”, „irgalmasnak kell lennem” – és így tovább), az adott eszme formálja és irányítja a tetteinket. Mindannyian olyanokat mondunk, hogy „követnem kell ezt az erényes példát”, azaz tulajdonképpen azt jelentjük ki: „e példa szerint kell élnem”, tehát az adott eszme határozza meg a cselekedeteinket. A tett és az eszme között azonban ott tátong egy szakadék, ott található egy időbeli folyamat – nemde? Másként fogalmazva, valójában nem vagyunk könyörületesek, nem él szeretet és megbocsátás a szívünkben, de úgy érezzük, könyörületesnek kéne lennünk. Azaz, szakadék van aközött, amilyenek vagyunk, és aközött, amilyenek lennünk kellene, és mi folyton igyekezünk áthidalni ezt a szakadékot. Erről szólnak a cselekedeteink.

De vajon mi történne, ha nem léteznének ezek az eszmék? Ekkor egy csapásra áthidalnánk ezt a szakadékot – igaz? Ekkor olyanok lennénk, amilyenek **vagyunk**. Hiszen amikor azt mondjuk: „csúnya vagyok; vajon mit tegyek, hogy széppé váljak?”, ez a cselekedetünk egy adott eszmén alapul. Vagy azt mondjuk: „nem érzek együtt embertársaimmal, de együtt érzővé kell válnom”, azaz bevezetjük a cselekedetektől független eszmék fogalmát. Következésképpen soha nem az alapján cselekszünk, amilyenek vagyunk, hanem az alapján az eszménykép alapján, amit el akarunk érni, amit meg akarunk valósítani. Az ostoba emberek mindig arról beszélnek, hogy előbb-utóbb majd okosak lesznek; folyton ezen munkálkodnak, ezért küzdenek, egy pillanatra sem tartanak szünetet, hogy azt mondják: „ostoba vagyok”. Tehát az ezen eszmén alapuló cselekedeteik valójában egyáltalán nem is cselekedetek.

A cselekvés tetteket, mozgást jelent, azonban ha különféle eszmékkel rendelkezünk, csak ideológizálgatunk, csak a cselekvéssel kapcsolatos gondolati folyamatokig jutunk el. De vajon mi történik, ha nem élnek bennünk efféle eszmék? Ilyenkor egyszerűen olyanok vagyunk, amilyenek: szívtelenek, haragtartók, kegyetlenek, ostobák és meggondolatlanok. És vajon mi történik, ha felismerjük, hogy szívtelenek és ostobák vagyunk, mi történik, ha tudatában vagyunk annak, hogy ez így **van**? Vajon nincs-e ilyenkor jelen bennünk a szívjószág, az intelligencia? Vajon ha nem csupán a szavak szintjén, nem mesterséges módon, de valójában teljes mértékben felismerjük a szívtelenségét, ha ráébredünk arra, hogy szívtelenek vagyunk, ha meglátjuk azt, ami **van**, nincs-e jelen e cselekedetünkben a szívjószág és a szeretet? Vajon nem válunk-e ekkor azonnal könyörületesebbé? Ha felismerjük, hogy tisztának kell lennünk, minden roppant egyszerű lesz: egyszerűen fogjuk magunkat, és megtisztulunk. De mi történik akkor, ha a tisztaság csupán egy eszme számunkra? Ilyenkor vagy elhalasztjuk a megtisztulást, vagy csak felületesen tisztulunk meg.

Az eszméken alapuló cselekedetek roppant felszínesek, és valójában egyáltalán nem is nevezhetők cselekedeteknek, pusztán fogalomalkotásnak – a fogalomalkotás pedig nem más, mint egy gondolati folyamat.

Az emberi lényeket átalakító, megújulást, megváltást és átalakulást eredményező cselekedetek nem az eszméken alapulnak. Az ilyen tetteket nem befolyásolja a jutalom vagy a büntetés ígérete. Az

ilyen cselekedetek időtlenek, mivel nem kap szerepet bennük az elme, nem kapnak szerepet bennük az időbeli, számító, megosztó és elszigetelő folyamatok.

A problémát azonban nem lehet ilyen könnyen megoldani, bár a legtöbben egyszerű „igen” vagy „nem” válaszokat vártok a kérdéseitekre. Roppant könnyű egyszerűen megkérdezni, mit értek én egy adott dolog alatt, aztán hátradőlve várni a magyarázatot, az azonban már sokkal nehezebb, ha nektek magatoknak kell megtalálni a választ, ha tisztán és romlatlanul gondolkodva olyan mélyre kell ásnotok magatokat a kérdésben, hogy végül megszűnjön az adott probléma. Ez csak akkor lehetséges, ha a problémával szembenézve valóban elcsendesedik az elmétek. Ha képesek vagytok szeretni, a probléma oly gyönyörű is lehet, akár egy naplemente; **ha** azonban ellenségesen viszonyultok hozzá, soha nem juttok el a megértésre. A legtöbb ember ellenséges érzületekkel viseltetik a kérdések iránt, mivel tartanak a végeredménytől, tartanak attól, vajon mi történik, ha elmélyednek az adott kérdésben, így nem képesek felmérni a problémákat, és minden kérdés elveszti számukra a jelentőségét.

26. A RÉGIRŐL ÉS AZ ÚJRÓL

Kérdező: Amikor Önt hallgatom, minden olyan tisztának és újnak tűnik számomra, azonban amikor hazatérek, újra beköszönt a régi, tompa nyughatatlanság állapota. Vajon mi a baj velem?

Krishnamurti: Vajon mi is történik velünk életünk során? Folyton kihívásokkal és reakciókkal van dolgunk. Az élet, a létezés folyamatos kihívások és reakciók sorozata – nemde? A kihívások mindig újak, a reakciók azonban mindig régiek. Tegyük fel, hogy találkoztunk egymással tegnap, és aztán eljössz hozzám ma is: az eltelt idő alatt megváltoztál, más lettél, megújultál, bennem azonban még továbbra is a tegnapi énedről alkotott kép él, következésképpen beolvasztom az újat a régibe. Ha nem a megújult éneddel találkozom, hanem a tegnapi énedről alkotott képemmel, kondicionált módon reagálok az új kihívásra. Amikor eljössz hozzám, egy kis időre megszűnsz brahmin, keresztény, előkelő kasztba tartozó személy lenni, és mindenről megfeledkezel; csak figyelsz, lekötöd magad, és igyekszel választ találni a kérdéseidre. Amikor aztán visszatérsz a mindennapi életedbe, újra azonosulsz a régi éneddel: visszatérsz a munkádhoz, a kasztodhoz, a rendszeredhez, a csaláodhoz. Másként fogalmazva, az új mindig beolvad a régibe, a régi szokásaidba, eszméidbe, hagyományaidba és emlékeidbe. Az új soha nincs jelen, mivel mindig a régi dolgokkal eltelve szembesülsz vele. A kihívás új, te azonban a régi módon reagálsz rá. A kérdés jelen esetben az, hogyan szabadítsuk meg gondolkodásunkat a régi dolgoktól, hogy az folyton megújulhasson. Hogyan reagálhatunk új módon, ha megpillantunk egy virágot, egy arcot, egy mosolyt, egy fát, ha feltekintünk az égboltra? Miért nem megújult módon reagálunk e dolgokra? Miért van az, hogy a régi magába olvasztja, és megváltoztatja az újat; miért tűnnek el az új dolgok, amikor hazaérsz?

A régi reakciók a gondolkodótól származnak. A gondolkodó mindig régi – igaz? Mivel a gondolkodásunk a múlton alapul, amikor valami újjal találkozunk, valójában a gondolkodó, a tegnap tapasztalata találkozik az adott dologgal. A gondolkodó soha nem új. Vagyis újra visszatértünk a már többször felmerült kérdéshez, ahhoz, hogy hogyan szabadíthatnánk meg elménket a gondolkodótól, azaz önmagától? Hogyan irtsuk ki az emlékezetet – nem a tényszerű, de a pszichológiai értelemben vett, a tapasztalatok felhalmozásából származó emlékezetet? Ha nem szabadulunk meg a leülepedett tapasztalatoktól, nem vagyunk képesek befogadni az új dolgokat. A gondolatok felszabadítása, a gondolati folyamatoktól való megszabadulás roppant nehéz dolog, mivel a hiedelmeink, a hagyományaink, az oktatási módszereink mind az utánzás, a memorizálás, az emlékezet feltöltésének folyamataira épülnek. Ez az emlékezet folyamatosan reagál az új dolgokra, és ezt a reakciót nevezzük gondolkodásnak; azaz tulajdonképpen a gondolkodásunk találkozik az új dolgokkal. Akkor hát vajon hogyan is létezhetnének számunkra valóban új dolgok? Új dolgok csak akkor létezhetnek, a megújulás csak akkor lehetséges, ha nincsen jelen az emlékezet; az emlékezet pedig mindaddig jelen van bennünk, míg egy adott tapasztalás be nem fejeződik, le nem zárul, azaz mindaddig, míg teljes mértékben meg nem értjük az adott tapasztalatot. Ha egy tapasztalás teljessé válik, semmi sem marad utána – épp ebben rejli az élet szépsége. A szeretet nem valamiféle visszamaradt üledék, a szeretet nem egy tapasztalat, hanem egy létállapot. A szeretet örökké új. A kérdés tehát az, vajon képesek vagyunk-e folyamatosan,

akár az otthonunkba is befogadni az új dolgokat? Nyilvánvalóan igen. Ehhez azonban be kell következnie egy forradalomnak a gondolatainkban és az érzéseinkben: csakis akkor lehetünk szabadok, ha minden pillanatban végiggondolunk minden egyes eseményt, ha minden reakciónkat megértjük, ahelyett, hogy csak egy futó pillantásra méltatnánk őket. A felhalmozódott emlékektől csak akkor szabadulhatunk meg, ha minden gondolatunk, minden érzésünk teljes és befejezett. Másként fogalmazva, ha minden gondolatunkat és érzésünket végiggondoljuk, megtapasztaljuk, hogy létezik egy rövid szünet az egyik gondolat vége és a másik kezdete között, és ebben a rövid csendben bekövetkezhet a megújulás, és megvalósulhat a kreativitás.

Ez nem valamiféle elméleti okoskodás. Ha minden egyes gondolatodat és érzésedet megpróbálsz végiggondolni, rájössz, hogy ez a hozzáállás roppant gyakorlati és a mindennapi élet során, mivel így megújulhatsz – és ami új, az örökké tart. Újnak lenni annyit tesz, mint kreatívnek lenni, kreatívnek lenni pedig annyit tesz, mint boldognak lenni; a boldog emberek nem törődnek azzal, vajon gazdagok-e vagy szegények, nem foglalkoznak azzal, melyik társadalmi osztályba, melyik kasztba tartoznak, melyik ország polgáraként élik az életüket. A boldog embereknek nincsenek vezetőik, nincsenek isteneik, nincsenek templomaik és egyházaik, következésképpen nem vitatkoznak másokkal, és nincs bennük ellenségesség.

A jelenlegi kaotikus helyzetben nyilvánvalóan ez jelenti problémáink legpraktikusabb megoldási módját – nemde? Azért vagyunk tudatosságunk különböző szintjein olyan antiszociálisak, mert nem vagyunk a SZÓ általam használt értelmében véve kreatívak. Hogy gyakorlatiasan és hatékonyan kezelhessük társadalmi és egyéb kapcsolatainkat, boldognak kell lennünk, ez pedig nem lehetséges, ha soha semmi nem ér véget, ha folyton a valamivé válás állapotában vagyunk. A végben megújulás, újjászületés, újdonság, frissesség és öröm lakozik.

A régi mindaddig magába olvasztja, és elpusztítja az újat, amíg jelen van saját háttérünk, amíg az elmét, a gondolkodót saját gondolatai befolyásolják, és ha meg akarunk szabadulni ettől a háttértől, a kondicionálásunktól, az emlékezetünktől – meg kell szabadulnunk a folytonosságtól. A folytonosságtól pedig mindaddig nem szabadulhatunk meg, míg le nem zárjuk a gondolatainkat és az érzéseinket, és ez csak akkor lehetséges, ha egészen a végéig nyomon követjük minden egyes gondolatunkat és érzésünket. A szeretet nem megszokás, nem emlékezet, a szeretet mindig új. Új dolgokkal csakis friss elmével találkozhatunk, elménk pedig csak akkor lehet friss, ha megszabadul az emlékezet hordalékától. Az emlékezet egyaránt lehet tényszerű és pszichológiai értelemben vett emlékezet is, és én most nem a tényekre vonatkozó, hanem a pszichológiai emlékekről beszélek. Amíg nem értjük meg teljes mértékben a tapasztalásainkat, folyton jelen lesz bennünk az emlékezet, a régi dolgok, a tegnapi, a múlt hordaléka; a régi folyton magába olvasztja, és így elpusztítja majd az újat. Csakis a régi dolgoktól mentes elme reagálhat megújult módon az újra, a valódi öröm pedig pontosan e találkozásokban rejlik.

27. A NÉVADÁSRÓL

Kérdő: Hogyan lehetünk tudatában az érzelmeinknek, ha nem adunk nevet nekik, ha nem címkézzük fel őket? Ha tudatos vagyok egy érzésre, úgy tűnik, rögtön azután tudom, miről van szó, hogy feltámad bennem az adott érzélem. Vagy Ön valami másra gondol, amikor azt mondja, ne lássuk el nevekkal az érzéseinket?

Krishnamurti: Egyáltalán, miért adunk nevet bárminek is? Miért címkézzük fel a virágokat, az embereket, az érzéseket? Vagy azért, hogy leírassuk valahogy az adott virágot, hogy beszélni tudjunk az adott érzésről, vagy azért, hogy azonosuljunk vele – nemde? Azért adunk nevet az érzéseknek, hogy beszélni tudjunk rólunk, hogy például azt mondhassuk: „dühös vagyok”. Azért azonosítjuk magunkat az adott érzéssel, hogy megerősítsük vagy feloldjuk azt, vagy hogy egyáltalán kezdjünk vele valamit. Nevet adunk mondjuk a rózsának, hogy beszélhessük róla, vagy azért, mert úgy gondoljuk, a névadás által megértjük majd azt. Azt mondjuk, „ez egy rózsza”, vetünk rá egy futó pillantást, és továbbállunk. Azt hisszük, a névadás által megértettük az adott dolgot: be kategorizáltuk azt, és úgy véljük, ezáltal megértettük a virág lényegét és szépségét.

Ha nevet adunk valaminek, azzal csak be kategorizáljuk az adott dolgot: azt hisszük, ez maga a megértés, és nem is vesszük közelebből szemügyre azt, aminek nevet adunk. Ha azonban semmiféle névvel nem illetjük az adott dolgot, **rá vagyunk kényszerítve** arra, hogy alaposabban szemügyre vegyük a szóban forgó tárgyat vagy érzést. Vagyis újfajta hozzáállással, újfajta minőséggel vizsgáljuk meg, például az adott virágot, és úgy tekintünk rá, mintha soha életünkben nem láttunk volna még ilyesmit. A névadás módszerével roppant kényelmesen megszabadulhatunk a dolgoktól és az emberektől – elég, ha annyit mondunk, hogy az adott személyek németek, japánok, amerikaiak vagy hinduk, és máris felcímkéztük őket, hogy aztán elpusztíthassuk ezeket a címkéket. Ha nem látjuk el címkékkel az embereket, muszáj rájuk tekintenünk, és így már sokkal nehezebb megölni bárkit is. A címkét elpusztíthatjuk egy bombával, és úgy érezzük, jogosan cselekedtünk, de ha nem címkézzük fel az adott dolgot, és így szemügyre kell vennünk azt (legyen szó akár egy emberről, egy virágról, egy eseményről vagy egy érzelmről), akkor rá vagyunk kényszerítve, hogy elgondolkodjunk a hozzá fűződő kapcsolatunkon, és az ezt követő cselekedeteinken. Azaz a névadás, a felcímkézés által roppant kényelmes módon osztályozhatunk, megtagadhatunk és elítélhetünk bármit. Ez a kérdés egyik oldala.

Vajon honnan ered ez a névadási folyamat, mi az a központ, amely folyamatosan nevekkal és címkékkel lát el minden dolgot? Hiszen mindannyian érezzük, hogy létezik egyfajta központ, amelyből cselekszünk, amelyből ítélkezünk, és amelyből nevet adunk a dolgoknak – nemde? De vajon mi ez a központ? Néhányan szeretnék azt hinni, valamiféle spirituális esszenciáról vagy Istenről van szó. Derítsük hát ki, mi ez a neveket adó és ítélkező központ. Nyilvánvalóan az emlékezetről van szó. Az érzetek beazonosított, lezárt sorozatáról, azaz a jelen által megelevenedő múltból. Ez a központ a jelenből táplálkozik, méghozzá a névadás és az emlékezés folyamata által.

Ha a végére járunk a kérdésnek, rögtön látni fogjuk, hogy amíg létezik ez a központ, nem lehet részünk a megértésben. A megértés csak e központ szétesztésével következhet be, mivel ez a központ végeredményben maga az emlékezet: a különféle, névvel és címkével ellátott, beazonosított tapasztalatokról alkotott emlékek összessége. Ezekből a felcímkézett tapasztalásokból, ebből a központból fakad az elfogadás és az elutasítás, az adott dolgok létének vagy nemlétének a tapasztalásról alkotott emlékekhez fűződő érzetek, azaz a gyönyör vagy a fájdalom alapján történő megállapítása. Ez a központ maga a **szó**. De vajon létezik-e ez a központ, ha nem nevezzük meg? Másként fogalmazva, képesek vagyunk-e egyáltalán gondolkodni, ha nem szavakban, ha nem szavak által gondolkodunk? A gondolkodás a szavak által valósul meg – vagy a verbalizáció kezd el reagálni a gondolkodásra. Ezt a központot a gyönyör és a fájdalom számtalan, szavakba foglalt tapasztalata alkotja. Kérlek, vegyétek szemügyre ti magatok a dolgot, és látni fogjátok, hogy a szavak, a címkék sokkal fontosabbá váltak számunkra, mint maga a tartalom: a szavak éltetnek bennünket.

Az Isten vagy igazság szavak – vagy az általuk képviselt érzések – roppant fontossá váltak számunkra. Amikor kimondjuk az „amerikai”, „keresztény”, „hindu”, vagy „harag” szavakat, mi

magunk válunk az e szavak által képviselt érzésekké. Azt azonban nem tudjuk, milyen érzésekről van szó, mivel maguk a **szavak** váltak fontossá számunkra. Vajon mit jelentenek az adott szavak, amikor buddhistának vagy kereszténynek nevezed magad, milyen általad soha meg nem vizsgált jelentés rejlik e szavak mögött? Mindig maga a központunk az adott szó, az adott címke. Ha a címke nem számít, ha csak a címke mögötti tartalom fontos, akkor képesek vagyunk megvizsgálni a szóban forgó kérdést, azonban ha azonosulunk az adott címkével, és ragaszkodunk hozzájuk, akkor megrekedünk ezen a szinten. Mi pedig azonosulunk ezekkel a címkével: a házunkkal, az adott formával, a nevekkel, a bútorokkal, a bankszámlánkkal, a nézeteinkkel, a stimulánsainkkal – és így tovább. Mi magunk vagyunk az e nevek által képviselt dolgok. A **dolgok**, a nevek, a címkék lettek fontossá – azaz: ez a központ azonos magukkal a szavakkal.

Ha nincsenek szavak, nincsenek címkék, nem létezik ez a központ sem – igaz? Eloszlik, és marad az üresség; de nem a félelemből fakadó üresség – ez valami egészen más dolog. Úgy érezzük, semmivé válunk: teljesen megújulunk, mivel eltávolítottuk az összes címkét, vagy inkább azért, mert megértettük, miért is címkézzük fel az érzéseket és az eszméket – igaz? Megszűnik az a központ, amelyből eddig cselekedtünk, feloldódik a központ, amely azonos magával a szavakkal. A címke eltűnt, és vajon hová lettél te, mint központ? Továbbra is jelen vagy ugyan, ám végbement benned egy átalakulás. Ez az átalakulás kissé ijesztő, következésképpen nem haladunk tovább a megkezdett úton, hanem rögtön elkezdjük megítélni, eldönteni, vajon tetszik-e nekünk a dolog, vagy sem. Nem folytatjuk az elkövetkező dolgok megértését, hanem ítéleteket alkotunk, azaz máris újra rendelkezünk egy központtal, amelyből a cselekedeteink származnak. Következésképp az ítéletalkotás megkezdésének pillanatában újra elakadunk, és a „tetszik” és „nem tetszik” kifejezések válnak fontossá számunkra. De vajon mi történik akkor, ha nem címkézzük fel a történéseket? Ilyenkor sokkal közvetlenebb módon vesszük szemügyre az érzelmeket és az érzeteket, következésképpen teljesen más kapcsolatban állunk velük – akár csak a névvel nem illetett virág esetében. Ilyenkor **rá vagyunk kényszerítve** arra, hogy újfajta módon szemléljük az adott dolgot. Ha nem adunk nevet az emberek egy csoportjának, muszáj szembenéznünk minden egyes egyénnel, és nem kezelhetjük őket arctalan tömegként, így sokkal éberebbek, figyelmesebbek és megértőbbek leszünk, mélyebben átérezzük a szánalmat és a szeretetet – azonban ha újra tömegként kezeljük őket, megszűnik ez az érzés.

Ha nem címkézzük fel az érzéseinket, abban a pillanatban tekintetbe kell vennünk őket, ahogy feltámadnak bennünk. De vajon különböznek-e ezek az érzések maguktól a címkéktől, ha nevet adunk nekik, vagy maguk a címkék váltják ki az adott érzéseket? Kérlek, gondoljátok végig ezt a kérdést. A névadás, a felcímkézés során a legtöbb ember felerősíti az adott érzéseket, a névadás pedig rögtön az érzés megjelenésével egyidejűleg bekövetkezik. Ha lenne egy rövid szünet a két dolog között, kideríthetnénk, vajon különbözik-e az érzés a címkétől, és így a névadási folyamat nélkül is képesek lennénk kezelni az érzéseinket.

A kérdés tehát az, hogyan szabaduljunk meg egy felcímkézett, mondjuk a „harag” névvel ellátott érzéstől – igaz? Nem az, hogyan szelídítsük meg, hogyan fojtsuk el, hogyan tegyük nemesebbé ezt az érzést, hiszen ez mind ostoba és éretlen dolog, hanem az, hogy hogyan szabaduljunk meg tőle teljes mértékben? Ehhez ki kell derítenünk, vajon nem fontosabb-e az adott szó, mint maga az érzés. A „harag” szónak nagyobb jelentősége van, mint magának az érzésnek, azonban ahhoz, hogy erre rájőjjünk, léteznie kell egy rövid szünetnek az érzés és a névadási folyamat között. Ez a kérdés egyik oldala.

Vajon mi történik akkor, ha nem adunk nevet az érzéseknek, azaz, ha a gondolkodás nem pusztán a szavak által működik, ha – a legtöbb embertől eltérően – nem a szavak és képek által gondolkodunk? Ilyenkor az elme nyilvánvalóan nem pusztán a megfigyelő szerepét tölti be. Ha az elme nem a szavak, képek és jelképek által gondolkodik, nem létezik a gondolattól, azaz a szavaktól elkülönült gondolkodó. Ilyenkor az elme elcsendesedik, nem valamilyen kényszer által lesz csendes, egyszerűen csak elcsendesedik, nem igaz? Az érzések csak akkor bírnak folytonossággal, ha nevet adunk nekik, és ezáltal erővel ruházzuk fel őket – ilyenkor elraktározódnak abban a bizonyos központban, ahonnan újabb címkével látjuk el őket, hogy tovább erősítsük őket, vagy hogy beszélni tudjunk róluk.

Ha az elme többé már nem tölti be a központ, a szavakból és múltbéli tapasztalatokból (azaz elraktározott és osztályozott emlékekből és címkékből) álló gondolkodó szerepét, akkor nyilvánvalóan elcsendesedik. Többé nem béklyózza le semmi, és nem tölti be az „én” (az „én” házam, az „én” sikereim, az „én” munkám), a központ szerepét, azaz e szavak nem ösztönzik tovább az érzéseket, így nem erősítik tovább az emlékezetet. Ha e dolgok egyike sem következik be, az elme elcsendesedik. Ez az állapot nem a tagadás állapota; épp ellenkezőleg, hogy eljussunk e pontra, keresztül kell mennünk mindezen folyamatokon, és ez óriási vállalkozás, mert nem csupán arról van szó, hogy kisiskolásként megtanuljunk, és ismételgessünk néhány kifejezést – „elnevezni” vagy „nem nevezni el”. Ha végigcsináljuk, és megtapasztaljuk ezt a folyamatot, ha látjuk, hogyan működik az elme, és így eljutunk arra a pontra, ahol többé már semminek nem adunk nevet, azaz többé már nem létezik a gondolatoktól független központ – az a valódi meditáció.

Ha az elme valóban csendes és nyugodt, életre kelhet bennünk a mérhetetlen. A valóság fellelésére irányuló összes többi kísérlet csupán egy általunk kivetített, következésképp valótlan folyamat. E valós folyamat azonban roppant nehéz, és sok vesződséggel jár, és e folyamat során az elmének folyamatosan tudatában kell lennie a benne lezajló összes eseménynek. Hogy eljussunk erre a pontra, egyetlen percig sem Ítélezhetünk nem mintha ezzel véget is érne a dolog. E folyamat soha nem ér véget, mivel továbbra is folyamatosan valami rendkívüli dolog történik. Ez nem egy egyszerű ígéret – ezt a folyamatot nektek magatoknak kell megtapasztalnotok, egyre mélyebbre és mélyebbre merülve el önmagatokban, hogy a központ összes rétegét feloldjátok; és csak rajtatok áll, milyen gyorsan teszitek meg ezt. Rendkívül érdekes dolog megfigyelni az elme működését, azt, milyen mértékben függ a szavaktól, hogyan ösztönzik a szavak az emlékezetet, és hogyan idézik fel újra, hogyan támasztják fel a halott emlékeket. E folyamat során az elme vagy a múltban, vagy ajövőben él, így a szavak neurológiai és pszichológiai értelemben egyaránt hatalmas jelentőséggel bírnak. És kérlek, ne tőlem, vagy valamilyen könyvből igyekezzetek elsajátítani ezt a rendkívüli folyamatot – ez egyszerűen lehetetlen. A könyvekben leírt, mások által megtanított dolgok nem valódiak; ti azonban megtapasztalhatjátok mindezt, megfigyelhetitek önmagatokat cselekvés és gondolkodás közben, láthatjátok, hogyan gondolkodtok, milyen gyorsan nevet adtok a bennetek feltámadó érzéseknek – és ha megfigyelitek ezt a folyamatot, azáltal megszabadítjátok az elmét saját központjától, és csendes elmétek ekkor képes lesz befogadni az örökkévalót.

28. AZ ISMERTRŐL ÉS AZ ISMERETLENRŐL

Kérdő: Elménk csak az ismert dolgokat ismeri, de akkor vajon mi ösztönöz bennünket az ismeretlen, a valóság, Isten felfedezésére?

Krishnamurti: Vajon az elménk ösztökél-e bennünket az ismeretlen felé? Vajon valóban létezik bennünk ilyen késztetés az ismeretlen, a valóság, Isten megismerésére? Kérlek, gondoljátok át alaposan a dolgot. Ez nem pusztán egy szónoki kérdés, próbáljuk hát megtalálni rá a választ. Valóban ott él mindnyájunkban az ismeretlen felfedezésére irányuló vágy? És vajon hogyan lelhetünk rá az ismeretlenre, ha nem ismerjük azt? Vajon ez a késztetés az ismeretlen felfedezésére irányul – vagy pusztán az ismert utáni vágy kiterjesztéséről van-e szó? Értitek, mit akarok mondani ezzel? Számos dolgot ismerünk ugyan, ám ezek nem nyújtanak számunkra boldogságot, kielégülést és örömet, ezért hát valami *másra* vágyunk, amitől több örömet, boldogságot vagy életerőt kapunk. De vajon törekedhet-e az ismert, azaz az elme (mivel az elme maga az ismert, hiszen az elme a múlt teremtménye) az ismeretlen megismerésére? Ha nem ismerjük a valóságot, az ismeretlent, vajon hogyan próbálhatnánk fellelni azt? Nyilván az ismeretlennek kell elérkeznie hozzánk, mivel mi nem eredhetünk a nyomába; ha mégis ezt tesszük, valójában csak az általunk kivetített ismert dolgokat üldözzük.

A kérdés tehát nem az, vajon mi sarkall bennünket az ismeretlen megismerésére – ez elég egyértelmű. A biztonság, az állandóság, a megalapozottság, a boldogság iránti vágyunkról van szó, arról a vágyról, amely arra irányul, hogy elmeneküljünk a nyugtalanság, a zavarodottság és a fájdalom elől. Ez egy nyilvánvaló késztetés. És ha jelen van bennünk ez a késztetés, nagyszerű menekülési módokat találunk magunknak Buddhában, Jézusban, a politikai jelmondatokban vagy az ehhez hasonló

dolgokban. Ez nem a valóság, ez nem az ismeretlen, nem a megismerhetetlen. Következésképpen véget kell vetnünk az ismeretlen keresésének, véget kell vetnünk ennek a készítésnek, vagyis meg kell értenünk az ismert dolgok összeadódó hatását, azaz magát az elmét. Az elmének meg kell értenie önmagát, mint az ismert dolgok összességét, mivel ezen kívül semmi mást nem ismer. Az ember nem gondolkodhat valami olyasmiről, amit nem ismer – csakis az általunk ismert dolgokról tudunk gondolkodni.

A nehézséget az jelenti, hogy az elme ne haladjon tovább az ismert dolgok irányába, ez pedig csak akkor lehetséges, ha megéri önmagát, és megéri a múltból eredő, a jelenbe kivetülő és a jövő felé tartó mozgását. Nem más ez, mint az ismert folyamatos mozgása; de vajon véget érhet-e ez a folyamat? Ez csak akkor következhet be, ha az elme megéri saját működését, ha megéri önmagát, céljait, törekvéseit és igényeit – nem csupán a felszíni igényeket, de mély, belső készítéseit és indítékait is. Ez azonban meglehetősen nehéz és fáradságos feladat, és nem oldható meg egy beszélgetés, egy tanítás meghallgatása vagy egy könyv elolvasása által. Épp ellenkezőleg: ehhez folyamatos éberségre és figyelemre van szükség, arra, hogy folyton tudatában legyünk minden egyes gondolatunknak – nem csak akkor, amikor ébren vagyunk, de álmunkban is. Egy teljes, tökéletes folyamatról van szó, nem pusztán egy alkalmankénti, részleges tevékenységről.

Ezenkívül rendelkezünk kell a megfelelő *szándékkal* is, azaz véget kell vetnünk annak a babonának, hogy belül mindannyian vágyunk az ismeretlenre. Illúzió lenne azt hinni, hogy minden ember Istent keresi – ez egyszerűen nem igaz. Nincs szükség arra, hogy *keressük* a fényt – ha véget ér a sötétség, az a fény felragyog majd bennünk, a sötétség által ugyanakkor soha nem lelhetünk rá. Csak annyit tehetünk, hogy eltávolítjuk a sötétségért felelős korlátokat, ez pedig a *szándékunktól* függ. Ha azért távolítjuk el e korlátokat, hogy meglássuk a fényt, valójában csak a „fény” szóval helyettesítjük a sötétséget. Még ha meg is próbálunk a sötétség mögé pillantani, valójában az sem más, mint a sötétség elől való menekülés.

Nem azon kell elgondolkoznunk, vajon mi készítet minket az ismeretlen megismerésére, hanem azon, mi az oka ennek a zavarodottságnak, ennek a felfordulásnak, ennek a küzdelemnek és ellenségességnek – azaz létezésünk mindezen ostoba velejáráinak. Ha e dolgok nincsenek jelen az életünkben, megjelenik a fény, anélkül hogy keresnünk kellene azt. Ha véget ér az ostobaság, megjelenik az intelligencia; az intelligenciára vágyakozó ostoba ember azonban továbbra is ostoba marad. Az ostobaságból soha nem válhat bölcsesség – a bölcsesség és az intelligencia csak az ostobaság megszűnésével köszönt be. Ha az ember ostoba, és megpróbál *intelligenssé válni*, nyilvánvalóan soha nem lehet bölcs. Hogy megismerjük az ostobaságot, meg kell vizsgálnunk azt, nem csupán felszínesen, de alaposan: el kell mélyednünk benne, szemügyre kell vennünk az ostobaság minden egyes rétegét, és ha végül megszűnik ez az ostobaság, megjelenik a bölcsesség.

Következésképp nem az a fontos, hogy kiderítsük, vajon létezik-e valamilyen, az ismertnél több és nagyobb dolog, ami az ismeretlen felé hajt bennünket, hanem az, hogy felismerjük, mi hozza létre bennünk a zavarodottságot, mi a felelős a háborúkért, az osztálykülönbségekért, a sznobizmusért, a hírnév iránti vágyért, a tudás felhalmozásáért, miért igyekszünk folyton menekülni a zene, a művészetek és oly sok egyéb dolog által. Nyilván roppant fontos, hogy a maguk valójában lássuk e dolgokat, és aztán visszatérjünk önmagunkhoz, mivel csakis erről a pontról léphetünk tovább, és így viszonylag egyszerűvé válik az, hogy elvessük az ismert dolgokat. Ha az elme elcsitul, ha többé nem vetíti ki magát reménykedve a jövőbe, ha valóban csendes, nyugodt és békés, életre kelhet az ismeretlen. Nem kell keresnünk az ismeretlent – az ismeretlent nem hívhatjuk meg magunkhoz. Csak az ismert dolgokat hívhatjuk meg, egy ismeretlen vendéget nem. Az ismeretlent, Istent, a valóságot nem ismerjük, ezért annak kell elérkeznie hozzánk. És ez csak akkor következhet be, ha már előkészítettük a talajt, de ha ezt annak érdekében tesszük, hogy az ismeretlen megérkezzen hozzánk, hiábavaló minden igyekezetünk.

A kérdés tehát nem az, hogyan leljük meg az ismeretlent, hanem az, hogyan értsük meg az elme, azaz az ismert dolgok összeadódó folyamatait. Ez egy roppant nehéz, állandó figyelmet és tudatosságot megkövetelő feladat: soha nem kalandozhat el a figyelmünk, nem azonosíthatjuk magunkat

semmivel, és nem ítékezhetünk – *egységben kell léteznünk azzal, ami van*. Csakis így érhetjük el az elme csendjét: semmiféle meditáció, az önfegyelem egyetlen formája sem csendesítheti el az elmét a szó valódi értelmében. A tó vize csak akkor csitul el, ha már nem fúj a szél – a víztükröt nem lehet lecsendesíteni. Nem az a feladatunk, hogy az ismeretlenre törekedjünk, hanem az, hogy megértsük a bennünk lévő zavarodottságot, szenvedést és zűrzavart – és ekkor csendben bekövetkezik az az állapot, amelyben rálelünk az örökre.

29. AZ IGAZSÁGRÓL ÉS A HAZUGSÁGRÓL

Kérdő: Hogy lehetséges az, hogy Ön szerint az igazság hazugsággá válik, ha sokat ismételtetjük? Valójában mi is a hazugság? Miért rossz dolog hazudni? Vajon nem jelent-e ez mély és nehezen megfogható problémát létezésünk minden szintjén?

Krishnamurti: Valójában két kérdést tettél fel egyszerre, ezért vizsgáljuk meg először az elsőt, azt, hogy hogyan válik hazugsággá a túl sokat ismételtetett igazság. Mit is ismételtetünk? Vajon megismételhető-e a megértés? Tegyük fel, hogy megérték valamit – de vajon megismételhetem ezt a megértést? Képes vagyok szavakba önteni a dolgot, tudok beszélni róla, de maga a tapasztalás ettől még nem ismétlődik meg – nem igaz? Foglyul ejtenek bennünket a szavak, és elveszik számunkra a tapasztalásjelentősége. Vajon megismételhető-e a tapasztalás? Talán *szereznénk* megismételni, él bennünk ez a vágy, vágyunk az adott érzésre, de ha egyszer megtapasztaltunk valamit, az élmény véget ér, és *lehetetlen* megismételni azt. Csakis az adott érzetet és a hozzá kapcsolódó, annak életet adó szót ismételtetjük meg. Sajnos, mivel a legtöbb ember propagandista, megragadunk a szavak ismételtetésénél, azaz a szavak éltetnek bennünket, és megtagadjuk az igazságot.

Vegyük például a szeretet érzését – vajon megismételhető-e ez az érzés? Vajon igazság-e számunkra a „szeresd felebarátodat” kifejezés? Csakis akkor, ha valóban szeretjük felebarátainkat; a szeretetet pedig nem ismételtetjük meg, csakis az egyes szavakat. A legtöbb embert mégis boldoggá és elégedetté teszi, ha egyszerűen ismételteti az olyan kifejezéseket, mint: „szeresd felebarátodat”, vagy: „ne légy kapzsi”. Azaz: embertársaink vagy saját tapasztalásaink igazsága nem válik valósággá a pusztán ismételtetés által. Épp ellenkezőleg: az ismétlés akadályt jelent a valóság számára – az eszmék egy szerű ismételtetése nem azonos a valósággal.

A nehézséget az jelenti, hogy anélkül értsük meg ezt, hogy ellentétpárokból gondolkodnánk. A hazugság nem az igazság ellentéte. Nem úgy ismerhetjük fel a most elhangzott dolgok igazságát, ha valamivel szemben, valamivel ellentétben, a hazugság és az igazság fogalmaiban gondolkodva szemléljük azt; egyszerűen fel kell ismernünk, hogy a legtöbb ember mindenféle megértés nélkül ismételtet bizonyos dolgokat. Beszélgetünk például arról, hogyan adunk nevet az érzéseinknek, és mi történik, ha nem nevezzük meg őket. Biztos vagyok benne, hogy sokan közületek egyre csak ismételtetik majd az elhangzott dolgokat, mivel azt hiszitek, ez az „igazság”. A közvetlen tapasztalásokat azonban soha nem ismételtetnétek; talán beszéltek róluk, de ha *valódi* tapasztalásról van szó, a tapasztalás mögött rejlő érzés már a múlté, és a szavak mögött rejlő érzelmi tartalom mára már semmivé enyészett.

Vagy vegyünk – mondjuk – a gondolkodó és a gondolat egységének fogalmát. Ez a képzet igaz lehet számotokra, ha közvetlen módon megtapasztaltátok. De ha megismétlem a dolgot, az már nem lesz igaz – ugye? És az igaz szót jelen esetben a „téves” ellentétéként használom. A dolog így már nem lenne valós, pusztán jelentőség nélküli, értelmetlen ismétléssé válna. Tudjátok, az ismétlés által dogmákat teremtünk, templomot építünk magunknak, és menedékre lelünk ebben a templomban. Az igazság helyett maguk a szavak válnak „igazsággá”.

A szavak azonban nem azonosak a dolgokkal. Számunkra az adott dolog maga egyenlő az adott *szóval*, és ezért kell különösen odafigyelnünk arra, hogy ne ismételtessük papagáj módjára azokat a dolgokat, amelyeket valójában nem értünk. Ha megértünk valamit, képesek leszünk beszélni róla, de a szavak és az emlékek elveszítik érzelmi jelentőségüket. Következésképp, ha ezt megértjük, megváltozik a szókincsünk, a szóhasználatunk is.

Mivel mi az önismeret által az igazságra törekszünk, és nem csupán propagandisták vagyunk, fontos, hogy megértsük ezt. Az ismételtetéssel az ember a szavak és az érzetek büvkörébe vonja önmagát, és az illúziók fogságába esik. Hogy megszabaduljunk, feltétlenül közvetlen módon kell megtagasztalnunk mindent, ehhez pedig tudatosnak kell lennünk önmagunkra az ismétlés, a szavak és az érzetek folyamata során. Ez a tudatosság rendkívüli szabadsággal ruház fel bennünket, és lehetővé teszi számunkra a megújulást és a folyamatos tapasztalást.

A másik kérdés az volt, mik is valójában a hazugságok, mi a baj velük, és hogy vajon nem jelentenek-e mély és nehezen megfogható problémát létezésünk minden szintjén?

Vajon mi is a hazugság? Egy ellentmondás – egy önellentmondás – nemde? Az ember tudatosan és öntudatlanul, szándékosan és szándékolatlanul is ellentmondhat önmagának, és ez az ellentmondás egyaránt lehet roppant megfoghatatlan és nyilvánvaló is. Ha az ellentmondás túl nagy, az ember vagy kiegyensúlyozatlanná válik, vagy felismeri ezt a szakadékot, és nekilát helyrehozni a dolgot.

Hogy megértsük, mi a hazugság, és miért hazudunk, nem szabad az ellentétpárok fogalmaiban gondolkodva vizsgálunk a kérdést. Vajon képesek vagyunk-e arra, hogy ellentmondásoktól mentesen vizsgáljuk meg a bennünk lakozó ellentmondások kérdését? A nehézséget az okozza számunkra, hogy könnyűszerrel elítéljük ugyan a hazugságokat, de nem tudni, vajon képesek vagyunk-e az igazság és a hamisság fogalmaitól mentesen végiggondolni, mit is jelentenek az ellentmondások – igaz? Miért mondunk ellent önmagunknak? Miért élnek bennünk ezek az ellentmondások? Vajon nem azért, mert igyekszünk adott normák, adott minták szerint élni, mert folyamatosan e normákhoz mérjük magunkat, folyamatosan igyekszünk valamilyennek látszani saját magunk vagy mások előtt? Ott él bennünk a vágy, hogy megfeleljünk egy adott mintának, és ha e minta szerint próbálunk élni, megjelenik az ellentmondás is.

De vajon miért igyekszünk efféle minták, normák, eszmék szerint élni? Egyértelműen azért, hogy biztonságban legyünk, hogy népszerűvé váljunk, hogy jó véleménnyel legyünk önmagunkról – és így tovább. Ebből fakadnak az ellentmondások. Amíg egy adott mércéhez mérjük önmagunkat, amíg igyekszünk valamilyennek lenni, mindig is ellentmondásokban lesz részünk, következésképpen mindig jelen lesz ez a szakadék az igaz és a hamis között. Úgy vélem, ha csendben elgondolkodtok a dolgon, ti magatok felismeritek majd az igazságot e kérdés kapcsán. Nem az a kérdés, létezik-e az igaz és a hamis, hanem az, hogy miért vannak bennünk ellentmondások? Azért, mert megpróbálunk valamilyenné: nemessé, jóvá, érényessé, kreatívvá vagy boldoggá válni – igaz? Az ellentmondás magában ebben a vágyban rejlik: szeretnénk valamilyennek lenni, ugyanakkor nem szeretnénk másmiyenek lenni. Ebben rejlik a pusztító ellentmondás. Ha képesek vagyunk teljes mértékben azonosulni valamivel, megszűnik az ellentmondás: ha teljes mértékben azonosítjuk magunkat valamivel, bezárkózunk önmagunkba, ellenállás születik bennünk, ez az ellenállás pedig kiegyensúlyozatlanságot szül – ez egyértelmű.

De vajon miért vannak ellentmondások bennünk? Például azért, mert valami olyasmit tettünk, amiről nem akarjuk, hogy kitudódjék, vagy mert olyan gondolatok támadtak bennünk, amelyek nem ütnek meg egy adott mércét, és ettől egy nekünk nem tetsző, ellentmondásos állapotba kerülünk. Ha különböző normákhoz mérjük magunkat, megjelenik a félelem, és ebből a félelemből származnak az ellentmondások. Ellenben ha nem akarunk valamilyenné válni, nem lesz bennünk félelemérzet, nem lesz bennünk ellentmondás, és sem tudatos, sem tudattalan szinten nem élnek majd bennünk hazugságok – nincs mit elfojtatnunk, nincs semmi, ami kitudódhatna. Mivel a legtöbb ember élete különféle hangulatok és pózok sorozatából áll, mindig a kedélyállapotunknak megfelelően színlelünk – ez pedig ellentmondás. Ha megszűnnek a kedélyállapotaink, olyanok leszünk, amilyenek valójában vagyunk. Igazából ez az ellentmondás a fontos, nem pedig az, hogy füllentünk-e néha vagy sem. Amíg ez az ellentmondás fennáll, létezésünk felszínes lesz, és így mindig ott rejtőznek majd bennünk a felszínes félelmek, amelyektől őrizkednünk kell, ezeket pedig követik majd a kegyes hazugságok – és így tovább. Tehát ne azt kérdezzük, mi az igazság, és mi a hazugság, ne ezzel az ellentétpárral törődünk, hanem vizsgáljuk meg a bennünk élő ellentmondások kérdését. Ez rendkívül nehéz feladat, mivel olyannyira függünk a különböző érzetektől, hogy életünk legnagyobb része ellentmondásossá válik.

Az emlékektől, a véleményektől függünk, és rengeteg elleplezni kívánt félelem van bennünk – e dolgok pedig ellentmondásokat szülnek bennünk, és amikor ezek az ellentmondások már elviselhetetlenné válnak, elveszítjük a fejünket. Békére vágyunk, de minden cselekedetünk háborút szül, nem csupán a családi körön belül, de az egész világban. Ahelyett hogy megértenénk, mi okozza a konfliktusokat, folyton meg próbálunk valamilyenné válni, egyre nagyobb szakadékot teremtve ez által.

De vajon megérthetjük, hogy miért élnek bennünk ezek az ellentmondások – nem csupán felszínesen, de mély, pszichológiai értelemben is? És ami a legfontosabb, vajon tudatában vagyunk-e egyáltalán annak, hogy ellentmondásos életet élünk? Békére vágyunk, mégis nacionalisták vagyunk; szeretnénk megszüntetni a társadalmi szenvedéseket, mégis mindannyian individualisták és korlátoltak vagyunk, és csak magunkkal törődünk. Folyamatos ellentmondások közepette élünk – de vajon miért? Nem azért, mert az érzetek rabjai vagyunk? Ezt a kijelentést nem tagadnunk vagy elfogadnunk kell. Hogy ezt belássuk, teljes mértékben meg kell értenünk, mivel járnak a különféle érzetek, azaz meg kell értenünk magukat a vágyainkat. Rengeteg dologra vágyunk, és e vágyak mind ellentmondásban vannak egymással. Oly sok egymásnak ellentmondó álarcot hordunk: aszerint váltogatjuk az álarcainkat, hogy mikor melyik megfelelőbb, kifizetődőbb számunkra, hogy mi kor melyik okoz nagyobb gyönyörűséget nekünk. Ebből az ellentmondásos állapotból származnak a hazugságok, amelyekkel aztán szembeállítjuk az úgynevezett „igazságot”. Az igazság azonban nyilvánvalóan nem a hazugság ellentéte, mert minden ellentét magában hordozza a párját is, következésképp az általunk igazságnak nevezett dolog nem az igazság. Ezért, hogy teljes egészében megérthessük ezt a kérdést, tudatában kell lennünk az életünket átszövő összes ellentmondásnak. Amikor azt mondjuk: „szeretlek”, ezzel együtt jár számunkra a féltékenység, az irigység, a szorongás és a félelem is – ez pedig ellentmondás. Ezt az ellentmondást kell megértenünk, és ez csakis akkor lehetséges, ha mindenféle Ítéletalkotás nélkül vagyunk tudatában a dolognak – ha egyszerűen csak szemügyre vesszük azt. És ahhoz, hogy passzívan szemlélhessük ezt a kérdést, meg kell értenünk magát az Ítélezés folyamatát is.

Nem könnyű dolog passzív módon szemlélni bármit is, de e megértés által elkezdhetjük teljes egészében megérteni az érzéseinket és a gondolkodásunkat. Ha tudatában vagyunk a bennünk élő ellentmondások jelentőségének, rendkívüli átalakulás következik be: ekkor valóban önmagunk lehetünk, ahelyett, hogy megpróbálnánk valamilyenné válni. Többé nem a különböző eszmék vezérelnek majd minket, és nem törekszünk a boldogság elérésére. Azok leszünk, akik valóban vagyunk, és ha eljutunk idáig, minden ellentmondás megszűnik.

30. ISTENRŐL

Kérdő: Ön felismerte a valóságot – kérem, mondja el nekünk, micsoda Isten?

Krishnamurti: Miből gondold, hogy én felismertem a valóságot? Ezt csak akkor tudhatnád, ha te magad is eljutottál volna erre a felismerésre. És ez nem pusztán valamiféle agyafűrt válasz: ahhoz, hogy ismerjünk valamit, egyé kell válnunk az adott dologgal. Jelen esetben arra lenne szükség, hogy te is megtapasztald ezt az élményt, ilyenformán teljességgel jelentéktelen az a kijelentésed, miszerint én felismertem a valóságot. És vajon mit számít az, hogy ez így van-e vagy sem? Nincs igazam? Még ha én lennék a legtökéletesebb emberi lény, akkor sem lenne értelme annak, hogy a szavaimat hallgassátok, ha nem az igazságot közölném veletek – nemde? Nyilvánvaló, hogy a felismerésemnek semmi köze sincs ahhoz, amit nektek mondok, és az az ember, aki azért bálványozza a másikat, mert az felismerte a valóságot, valójában a tekintélyt bálványozza, következésképp soha nem lelhet rá az igazságra. Egyáltalán nem fontos, hogy megértsük, mit is ismert fel az adott ember, sőt még csak az sem, hogy ismerjük őt, nem igaz?

Tudom, minden tradíció azt mondja: „keressétek a megvilágosodott emberek társaságát” – de vajon honnan tudhatjátok, hogy valaki megvilágosodott-e, hogy eljutott-e erre a felismerésre? Legfeljebb úgy jöhetnétek rá erre, ha folyton az adott személy társaságában időznétek, és manapság még ez is roppant nehéz dolog. Alig néhány, a szó valódi értelmében vett jó ember akad – olyan emberek, akik nem keresnek semmit, akik nem törekednek semmire. Azok, akik törekednek valamire, akik el

akarnak érnei valamit, kizsákmányoló, így roppant nehéz olyasvalakit találni, akit valóban szerethetnénk.

Eszményítjük a felismerésig eljutott személyeket, és azt reméljük, kaphatunk tőlük valamit – ez azonban nem valódi kapcsolat. Hogyan is kommunikálhatnának velünk ezek az emberek, ha nincs bennünk szeretet? Ez jelenti számunkra a nehézséget. Beszélgetéseink során valójában nem szeretjük egymást, és gyanakvóak vagyunk a másikkal szemben. Ti akartok valamit tőlem: a tudásra, a felismerésre vágytok vagy egyszerűen csak velem akartok lenni, és mindez arra utal, hogy nincs bennetek szeretet. Kapni akartok valamit, ezért igyekeztek kizsákmányolni engem. Ha valóban szeretnénk egymást, megvalósulna közöttünk az azonnali kommunikáció, és ekkor nem számítana, hogy ti eljutotatok-e a valóság felismerésére, én pedig nem, nem számítana, milyen társadalmi osztályból származunk. Mivel azonban elsorvadt a szívünk, szörnyen fontossá vált számunkra Isten; azaz azért akarjátok megismerni Istent, mert elveszítettétek a szívetekben felcsendülő dalt, ezért meg akarjátok találni az énekest, hogy megkérjétek, tanítson meg benneteket dalolni. Az énekes valóban megtaníthatja nektek az éneklés technikáját, maga a technika azonban nem vezet el benneteket a teremtéshez. Attól, hogy tudjátok, hogyan kell énekelni, még nem lesztek zenészek; lehet, hogy ismeritek ugyan egy adott tánc minden egyes lépését, de ha a szívetekben nem él a teremtés, pusztán gépekként fogtok működni. Ha csak egy adott eredmény elérésére törekedtek, nem vagytok képesek a szeretetre. Nem léteznek eszményképek, mert az eszményképek csupán egyfajta eredmények. A szépség nem valamiféle eredmény, a szépség maga a valóság, mégpedig a ma – és nem a holnap valósága. Ha él bennetek a szeretet, megértitek majd az ismeretlent, megismeritek Istent, és nem lesz szükségetek arra, hogy valaki mástól halljatok e dolgokról, és épp ebben rejlik az élet szépsége. Ez maga az örökkévalóság. Mivel azonban nincs bennünk szeretet, azt akarjuk, hogy egy másik személy, vagy Isten ruházzon fel minket azzal. Tudjátok ti, mennyire más lenne ez a világ, ha valóban ott élne bennünk a szeretet? Valójában boldog embereknek kellene lennünk, és nem lenne szabad a különféle tárgyakban, a családban, az eszményképekben keresni a boldogságunkat. Boldognak kellene lennünk, és így nem uralnák életünket a tárgyak, az emberek és az eszményképek, mivel ezek mind csak másodlagos dolgok. De nem él bennünk a szeretet, és nem vagyunk boldogok, ezért különféle dolgokba próbálunk befektetni, azt gondolván, így majd elnyerjük a boldogságot, és Isten is e dolgok egyike.

Azt akarod, mondjam el nektek, milyen a valóság. De vajon szavakba foglalható-e a leírhatatlan? Vajon mérhető-e a mérhetetlen? Képes vagy-e a markodba zárni a szelet – és ha igen, vajon valóban a szelet markolod-e majd? Vajon a valóságot kapod-e eredményül, ha megméri a mérhetetlent? Ha szavakba öntöd azt, vajon a valóságot adod-e vissza? Nyilván nem, mivel abban a pillanatban, amint leírunk valami leírhatatlan dolgot, az megszűnik valóságnak lenni. A megismerhetetlen abban a pillanatban megszűnik megismerhetetlennek lenni, amint átfordítjuk az ismertbe. Mégis, folyamatosan erre szomjazunk. Folyton csak *tudni* akarunk, mert így képesek lennénk továbbra is ugyanúgy létezni, mint eddig, és azt hisszük, így képesek lennénk megragadni a végső boldogságot, az állandóságot. Tudni akarunk, mert nem vagyunk boldogok, mert nyomorúságosan erőlködünk, mert kimerültek vagyunk és elkorcsosultunk. Azonban ahelyett, hogy felismernénk ezt az egyszerű ténnyt – hogy valóban elcsigázottak, tompák és zavarodottak vagyunk –, az ismert dolgok előtt az ismeretlenbe akarunk menekülni, ami azonban újra csak ismertté válik, és így soha nem lelhetünk rá a valóságra.

Következésképp ahelyett, hogy azt kérdeznék, ki ébredt rá a valóságra, vagy hogy micsoda Isten, inkább annak kellene szentelnetek minden figyelmeteket és tudatosságotokat, ami *van* – nemde? így rálelhetek az ismeretlenre, vagyis inkább az érkezik el hozzátok. Ha megértitek, mi az ismert, meg tapasztalhatjátok a természetes, nem kikényszerített csend különleges állapotát, a valóság megjelenésének előfeltételét képező kreatív ürességet. Ezt az állapotot nem tapasztalhatja meg az, aki „valamivé válik”, aki küzd és erőlködik; ez az állapot csak ahhoz érkezik el, aki egyszerűen csak *van*, és megérti azt, ami *van*. Ha ez bekövetkezik, látni fogjátok, hogy a valóság nem valahol a távolban rejlik, hogy az ismeretlen nem a messzeségben található, hanem abban, ami *van*. Ahogy minden kérdés válasza ott rejlik magában a kérdésben, a valóság is ott lakozik abban, ami *van* – és ha ezt megértjük, megismerjük majd az igazságot.

Rendkívül nehéz feladat tudatában lenni a tompasághoz, az irigységhez, a rosszakarathoz vagy a becsvágyhoz hasonló dolgoknak. Maga a tény, hogy tudatában vagyunk annak, ami *van*, egyenlő az igazsággal – és nem az erőfeszítéseink, de az igazság révén válunk szabaddá. Azaz, a valóság nincs messze tőlünk, mi mégis a távolba helyezzük, mivel igyekszünk azt önmagunk folytonosságának érdekében felhasználni. A valóság itt és most létezik. Az örökkévaló, az időtlen most van, és a *most*-ot csak akkor érthetjük meg, ha nem vergődünk az idő hálójának fogságában. Hogy megszabaduljunk az időtől, cselekednünk kell, az elme azonban lusta és rest, így folyton újabb akadályokat teremt számunkra. A szabadság csak a megfelelő meditáció, azaz a tökéletes, nem pedig a folytonos cselekvések által érhető el, e cselekvéseket pedig csakis akkor érthetjük meg, ha az elme megérti a folytonosság, azaz az emlékezet (nem a tényekre vonatkozó, hanem a pszichológiai értelemben vett emlékezet) működését. Amíg működik az emlékezet, az elme nem értheti meg azt, ami *van*. Azonban ha megértjük a vég jelentőségét, elménk és egész lényünk rendkívül kreatívvá és passzív módon éberré válik, mivel a végben ott rejlik a megújulás, míg a folytonosság csupán hanyatlást és halált tartogat számunkra.

31. AZ AZONNALI FELISMERÉSRŐL

Kérdő: Felismerhetjük-e egy csapásra, minden előzetes felkészülés nélkül az Ön által említett igazságot?

Krishnamurti: Vajon mit értesz igazság alatt? Kérlek, ne használjunk olyan szavakat, amelyeknek a jelentésével nem vagyunk tisztában; választhatunk az „igazság” helyett egyszerűbb, közvetlenebb kifejezést is. Vajon képes vagy-e közvetlen módon megérteni egy problémát? Mert ez itt a kérdés, nem? Képes vagy-e most azonnal megérteni azt, ami *van*? E megértés által megértheted az igazság jelentőségét; annak a kijelentésnek azonban vajmi kevés értelme van, hogy az embernek meg kell értenie az igazságot. Vajon lehetséges-e az, hogy közvetlen módon, teljes mértékben megértsünk egy adott problémát, és ezáltal megszabaduljunk tőle? Mert erről szól a kérdésed, ugye? Vajon megérthetünk-e egy csapásra teljes jelentőségében egy krízist, egy kihívást, hogy így megszabaduljunk tőle? Amit megértünk, az nem hagy nyomot bennünk, következésképpen a megértés, az igazság felszabadít bennünket. Tehát vajon megszabadulhatunk-e a problémáktól, a kihívásoktól? Az élet kihívások és reakciók sorozata – nemde? Ha kondicionált, korlátozott és tökéletlen módon felelünk a kihívásokra, az adott helyzet otthagya bennünk a nyomát, és a további kihívások csak tovább erősítik azt. Azaz folyton újabb dolgok, újabb emlékek rakódnak le bennünk, újabb és újabb sebhelyeket szerzünk, és e sebekkel terhelten reagálunk az új kihívásokra, azaz valójában soha nem lehet részünk az újban. Így hát soha nem jutunk el a megértésre, és soha nem szabadulhatunk meg a kihívásoktól.

A kérdés tehát az, vajon megérthetjük-e tökéletesen és közvetlen módon a kihívásokat, érzékelhetjük-e a jelentőségüket, az árnyalataikat, a mélységüket, szépségüket és csúnyaságukat, hogy megszabadulhassunk tőlük. A kihívások, a problémák mindig újak – igaz? A tegnapi problémák mára már óriási változáson mentek át, és megújultak. Mi azonban a régi módokon, átalakulás nélkül reagálunk rájuk, és pusztán a gondolatainkat változtatjuk meg.

Hadd fogalmazzak másképp. Tétélezzük fel, hogy tegnap találkoztunk egymással, mára azonban megváltoztál. Átestél egy változáson, bennem azonban továbbra is a rólad alkotott tegnapi képem él, következésképp nem érthetlek meg *téged*; csak ezt a bizonyos múltbeli képet érthetem meg. Ha meg akarlak érteni téged, aki megváltoztál, el kell távolítanom magamból ezt a képet, meg kell szabadulnom attól. Más szavakkal, hogy megértsük a mindig új kihívásokat, megújult módon, a tegnapi üledéke nélkül kell szembenéznünk velük, azaz búcsút kell mondanunk a múltnak.

Végeredményben mi is az élet? Valami folyton megújuló dolog, nem igaz? Egy folyton változó, új érzéseket megteremtő dolog. A ma soha nem olyan, mint amilyen a tegnapi volt, és pontosan ebben rejlik az élet szépsége. Vajon képesek vagyunk-e új módon reagálni minden egyes problémára? Képes leszel újfajta módon reagálni a feleségedre, a gyermekeidre, a kihívásokra, amikor hazatérsz innen? Erre csak akkor leszel képes, ha megszabadulsz a tegnapi terheitől. Tehát a problémák, a kapcsolatok igazságának megértéséhez meg kell újulnunk, azaz minden egyes kihívás pillanatában tudatában kell

lennünk összes múltbeli reakciónknak, és ha tudatában vagyunk a tegnap hordalékának, látni fogjuk, hogy ezek az emlékek mindenféle erőfeszítés nélkül elmaradnak tőlünk, és így frissé lesz az elménk.

Vajon felismerhetjük-e egy csapásra, mindenféle előkészület nélkül az igazságot? Én azt mondom, igen – és nem csak a pillanatnyi szeszély, vagy valamiféle tévképzet mondatja ezt velem: tégy egy próbát, és te is meglátod majd. Végy bármilyen kihívást, bármilyen apró történést (nem kell valamilyen komoly krízisre várnod), és figyelj meg, hogyan reagálsz rá. Légy tudatában a reakcióidnak, a szándékaidnak és a magatartásodnak, és meg fogod érteni őket, meg fogod érteni a hátteredet. Biztosíthatlak arról, hogy azonnal képessé válsz erre, amint teljes figyelmedet a kérdésnek szenteled. Ha a háttered jelentésének teljes megértésére törekszel, az feltárul előtted, és egy csapásra felfedezed majd az igazságot, eljutsz az adott probléma megértésére. A megértés a mából, a mindig időtlen jelenből születik meg. Bár talán lesz majd holnap, most ma van, és ha csupán elhalasztjuk a dolgokat, ha a holnap befogadására igyekszünk felkészülni, megtagadjuk magunktól a *most* megértését. Azt, ami *van*, nyilván csak a jelenben érthetjük meg – nemde? Ehhez pedig arra van szükség, hogy semmi ne zavarjon meg bennünket, semmi ne vonja el a figyelmünket – teljes szívünket és elménket a megértésnek kell szentelnünk, és az adott pillanatban kizárólag ezzel foglalkozhatunk. Ha így teszünk, a valóság feltárja előttünk teljes mélységét, teljes jelentőségét, és ezáltal megszabadulunk az adott problémától.

Ha meg akarjuk ismerni az igazságot, mondjuk a vagyonnal kapcsolatban, ha meg akarjuk érteni a vagyon lélektani jelentőségét, ha valóban közvetlen módon akarjuk megérteni a vagyont, vajon hogyan fogjunk hozzá a dologhoz? Nyilvánvaló, hogy magunkhoz közelállónak kell éreznünk a problémát, nem tarthatunk tőle, és semmiféle előre kialakult nézetek és válaszok nem állhatnak közénk és az adott kérdés közé. Ha kész válaszokkal rendelkezünk, ha ítélezünk, ha ellenszenvet érzünk a dolog iránt, akkor csak elhalasztjuk a kérdést, és arra készülünk fel, hogy holnap értsük meg azt, amit csak *most* lehet megérteni – következésképp soha nem jutunk el a megértésre. Az igazság befogadásához semmiféle előkészületre nincs szükség: az előkészületek időbeli folyamatok, és nem az igazság megértését szolgálják. A megértés nem folyamatos, hanem pillanatról pillanatra valósul meg, minden visszamaradt üledék nélkül.

Attól tartok, ez túl bonyolultnak tűnik számodra – igaz? Ha azonban kipróbálsz a dolgot, látni fogod, milyen egyszerű és könnyen megérthető, amit mondtam. Ha elmélyedsz egy álomban, és medítálni kezdesz az elhangzottakról, minden roppant bonyolulttá válik; azonban ha nincsenek akadályok kettőnk között, megértjük majd egymást. Ha nyitott vagyok feléd, közvetlen módon foglak megérteni téged – és ahhoz, hogy megnyíljunk egymás felé, nincs szükségünk időre. Vajon megnyílhatunk-e az idő által? Vajon megnyílhatunk mindenféle előkészületek, rendszerek vagy az önfegyelem által? Nem. Csakis a megértésre irányuló szándék által válhatunk nyitottá. Azért akarok megnyílni, mert nincsen rejtegetnivalóm, mert nem félek – így hát nyitott vagyok, és létrejön az azonnali egység, megszületik az igazság. Hogy befogadjuk az igazságot, hogy megismerjük a szépségét és a velejáró örömet, a jelenben kell készen állnunk a befogadásra, és e képességünket semmiféle elmélet, félelem és előre gyártott válasz nem tompíthatja el.

32. AZ EGYSZERŰSÉGRŐL

Kérdő: Mi az egyszerűség? Vajon az egyszerűség azt jelenti, hogy képesek vagyunk tisztán látni a lényegi dolgokat, és minden mást elvetünk?

Krishnamurti: Először is lássuk, mi *nem* jellemző az egyszerűsége. Kérlek, ne hördüljete fel, hogy: „Ez tagadás! Mondj inkább valami pozitívat!” Ez éretlen és meggondolatlan reakció. Azok az emberek, akik a „pozitív” dolgokat kínálják nektek, kizsákmányolók: van valamijük, amire vágytok, és e dolog által kizsákmányolnak benneteket. Itt most semmi ilyesmi nem fog történni, ellenben megpróbáljuk kideríteni az igazságot az egyszerűséggel kapcsolatban. Ezért hát félre kell tennetek minden eszméteket, és megújult módon kell megvizsgálnotok a kérdést. Aki sokat birtokol, az fél a forradalomtól, legyen szó akár belső, akár külső, társadalmi forradalomról.

Derítsük hát ki, mi nem jellemző az egyszerűsége. A bonyolult elme nyilván nem egyszerű. Az okos elme nem egyszerű, az adott célok, a jutalom érdekében munkálkodó; a félelem hajtott elme sem egyszerű – igaz? Éppígy nem egyszerű a tudással terhelt, a hiedelmekkel megnyomorított, vagy az önmagát valami nálánál nagyobb dologgal azonosító, és ezen azonosság megtartásáért küzdő elme sem. Úgy gondoljuk, az az egyszerűség, ha valakinek csak egyetlen ágyékkötője van; az egyszerűség külső jegyeire vágyunk, és hagyjuk magukat félrevezetni e jegyek által. Ezért van az, hogy a gazdagok olyannyira bálványozzák a világi életről lemondó embereket.

Vajon mi az egyszerűség? Lehet-e egyszerűség az, ha elvetjük a lényegtelen dolgokat, és csak a lényegi dolgokra törekszünk – azaz lehet az egyszerűség egy választási folyamat? Vajon az egyszerűség valóban a lényeges és lényegtelen dolgok közti választást jelentené? Miből is áll vajon ez a választási folyamat? Milyen entitás jut választásra? Az elme – igaz? Nem számít, milyen névvel illetjük, az elméről van szó. Azt mondjuk: „ezt és ezt fogom választani, mert e dolgok lényegesek és nélkülözhetetlenek”. De vajon honnan tudjuk, mi nélkülözhetetlen? Vagy egy mások által megalkotott minta mondatja ezt velünk, vagy a saját tapasztalatunk. De vajon bízhatunk-e a tapasztalatban? Amikor választunk, a vágyaink vezérelnek minket – nemde? És azt nevezzük lényegi, nélkülözhetetlen dolognak, ami kielégülést nyújt számunkra – azaz újra visszajutottunk ugyanahhoz a folyamathoz. De vajon képes-e a zavarodott elme eldönteni, mi fontos, és mi nem fontos? Hiszen az ilyen elme választásai szintén zavarosak lesznek.

Következésképp a lényegi és lényegtelen dolgok között hozott döntés nem azonos az egyszerűséggel: ez valójában egy konfliktus, és a konfliktusok közt vergődő, zavaros elme soha nem lehet egyszerű. Ha megfigyelitek e dolgokat, és felismeritek téves mivoltukat, ha tudatában vagytok az elme trükkjeinek, és elvetitek őket, ti magatok is tudni fogjátok, mi is az egyszerűség. A hit által lebélyőzött elme nem egyszerű. A tudás által megnyomorított elme nem egyszerű. Az Isten, a szexualitás – vagy például a zene – által megzavart elme szintén nem egyszerű, éppúgy, ahogy nem egyszerű a munka, a szertartások vagy az imák megszokásai által gúzsba kötött elme sem. Az egyszerűség nem más, mint az eszmék nélkül történő cselekvés – ez azonban nagyon ritka jelenség, mivel ez maga a kreativitás. Amíg nem valósul meg a teremtés, addig a rosszindulat, a nyomorúság és a pusztítás központjai vagyunk. Az egyszerűség akkor érkezik majd el hozzánk, ha megértjük a létezés és a kapcsolatok működését; éppúgy, ahogy a virágok is mindig a megfelelő időben bontják ki szirmaikat. Mivel azonban soha nem gondolkodtunk el e folyamatokon, soha nem figyeltük meg őket, nem is ébredtünk a tudatukra; értékeljük ugyan a szegénység külső megnyilvánulásait, ez azonban nem azonos az egyszerűséggel. Az egyszerűsége nem lelhetünk rá, az egyszerűség nem a lényegi és lényegtelen dolgok közti választást jelenti. Az egyszerűség csakis akkor valósulhat meg, ha az én megszűnik, ha az elmét többé nem verik béklyóba a különféle elméletek, következtetések, hiedelmek, ha nem köti gúzsba a fogalomalkotási folyamat. Csakis az ilyen elme lelhet rá az igazságra, csakis az ilyen elme képes befogadni a mérhetetlent, a megnevezhetetlent – és ez az egyszerűség.

33. A FELSZÍNESSÉGRŐL

Kérdő: Hogyan komolyodhatnak meg a felszínes emberek?

Krishnamurti: Először is tudatára kell ébrednünk annak, hogy felszínesek vagyunk – igaz? De vajon mit is jelent a felszínesség? Alapvetően azt, hogy függünk valamitől – nemde? A stimulánsoktól, a kihívásoktól, a másik személytől, a pszichológiai értelemben vett, bizonyos értékektől, élményektől vagy emlékektől való függés – e dolgok mind részei a felszínességnek. Vajon nem vagyunk-e felszínesek, ha minden egyes nap vagy minden héten kényszeresen el kell mennünk a templomba, hogy emelkedett lelkiállapotba kerüljünk, hogy segítséget kapjunk? Vajon nem vagyunk-e felszínesek, ha bizonyos szertartásokat kell végrehajtanunk azért, hogy megőrizzük az egység érzetét, vagy visszanyerjük egy érzést, amellyel valaha rendelkezünk? Vajon nem vagyunk-e felszínesek, ha egy országnak, egy tervnek vagy egy adott politikai csoportosulásnak szenteljük az életünket? Nyilvánvaló, hogy ez a függés nem más, mint az önmagunk elől való menekülés egy formája; ha azonosulunk egy nálunk nagyobb dologgal, azáltal megtagadjuk önmagunkat. Ám nem tagadhatjuk meg önmagunkat: ahelyett, hogy a világmindenséggel, Istennel, egy politikai párttal vagy valamely egyéb dologgal való azonosulásra törekednénk, inkább meg kell értenünk magunkat. Ez az azonosulás sekélyes gondolkodásra vezet, a sekélyes gondolkodásból pedig rosszindulatú tevékenységek fakadnak, mind egyéni, mind világméretben.

Az első kérdés az, vajon felismerjük-e ezen cselekedeteinket? A válasz pedig az, hogy nem, mivel igyekszünk igazolni őket. Azt mondjuk: „Vajon mit tennék, ha nem így cselekednék? Csak még rosszabb helyzetbe kerülnék, mert összeroppanna az elmém. Így legalább küzdök azért, hogy jobbá váljak.” Azonban minél inkább küzdünk, annál felszínesebbé válunk, és először is épp ezt kell felismerünk – nemde? Ez az egyik legnehezebb dolog: felismerni azt, hogy kik vagyunk, elismerni, hogy ostobák, sekélyesek, szűk látókörűek vagy éppen féltékenyek vagyunk. Ha felismerjük, milyenek is vagyunk valójában, akkor már van honnan elindulnunk. A sekélyes elme nyilván igyekszik elmenekülni az elől, ami **van**: hogy ne akarjunk menekülni, ahhoz fáradtságos vizsgálatba kell fogunk, és meg kell tagadnunk a restségünket. Az elmélyülés folyamata abban a pillanatban megkezdődik, amikor felismerjük, hogy sekélyesek vagyunk – feltéve, hogy nem akarunk kezdeni valamit ezzel a sekélyességgel. Ha elménk így szól: „kisszerű vagyok, és meg fogom vizsgálni, meg fogom érteni ezt a kisszerűséget, ezt az elsekélyesítő hatást”, lehetőségünk nyílik az átalakulásra – ha azonban a kisszerű elme elismeri saját kisszerűségét, és megpróbálván változtatni azon, olvasni vagy utazgatni kezd, különböző emberekkel találkozik, vagy szüntelenül, majomszerűen aktív tevékenységekbe fog, továbbra is kisszerű marad.

Újfént láthatjuk hát, hogy a valódi forradalom csak akkor következhet be, ha megfelelő módon közelítjük meg ezt a kérdést. A megfelelő megközelítés által rendkívüli bizonyosságra tehetünk szert, és biztosíthatlak benneteket, ez a bizonyosság akár a hegyeket is képes elmozdítani – ez a bizonyosság képes elmozdítani saját előítéleteink és kondicionálásunk hegységeit. Ha tudatában vagytok elmétek kisszerűségének, ne próbáljatok meg elmélyültté válni. A kisszerű elme rendelkezhet hatalmas tudással és rengeteg információval is, és képes elismételni bizonyos frázisokat – mindannyian ismerjük a felületes, ám aktív elme efféle hívságait. De ha tudjuk, hogy sekélyesek és felületesek vagyunk, ha tudatában vagyunk ennek a sekélyességnek, és ítéletalkotás nélkül megfigyeljük elménk tevékenységeit, hamarosan látni fogjuk, hogy a sekélyesség minden erőfeszítés, minden aktív cselekedet nélkül megszűnik. Ehhez azonban türelemre és éberségre van szükségünk, nem pedig az adott eredmény elérésére irányuló heves vágyra – hiszen csakis a sekélyes elme vágyik efféle eredményekre.

Minél inkább tudatában vagytok ennek a folyamatnak, annál jobban megismeritek majd az elme tevékenységeit. Azonban anélkül kell megfigyelnetek e tevékenységeket, hogy megpróbálnátok véget vetni nekik, mert ahogy elkezdtek erre törekedni, újra foglyul ejt benneteket az „én” és a „nem én” dualitása – és így soha nem szűnik majd meg ez a probléma.

34 A JELENTÉKTELENSÉGRŐL

Kérdező: Mivel kellene foglalkoznia az elmének?

Krishnamurti: Íme egy remek példa arra, hogyan alakul ki a konfliktus aközött, aminek lennie *kellene*, és aközött, ami *van*. Először megállapítjuk, minek *kellene* lennie, megteremtjük ezt az eszményképet, aztán megpróbálunk e minta szerint élni. Azt mondjuk, az elmének a nemes dolgokkal, az önzetlenséggel, a nagylelkűséggel, a jósággal, a szeretettel kellene foglalkoznia – ez a minta, ez a hit a *kellene*, és mi igyekszünk e minta szerint élni. Azaz kialakul a konfliktus a *kellene* kivetítése és a valós helyzet között, és azt reméljük, e konfliktus által majd átalakulunk. Amíg küzdünk azzal, amit tennünk *kellene*, erényesnek és jónak érezzük magunkat, de vajon mi a fontos: az, aminek lennie *kellene* – vagy az, ami *van*? Mivel is foglalkozik az elménk – nem elvont értelemben, hanem valójában? Jelentéktelen dolgokkal, nem igaz? A külső megjelenésünkkel, a becsvággyal, a kapzsisággal, az irigységgel, a pletykákkal, a kegyetlenséggel. Az elme a jelentéktelen dolgok világában él, és a jelentéktelen elme által létrehozott nemes minták szintén jelentéktelenek – nemde? A kérdés tehát nem az, mivel kellene foglalkoznia az elmének, hanem az, vajon képes-e megszabadulni az elme a jelentéktelen dolgoktól. Ha egy kicsit is tudatosak vagyunk, ha egy kicsit alaposabban megvizsgáljuk a kérdést, felismerjük a saját jelentéktelenségeinket: az elme szakadatlan locsogását, a különféle dolgok felett érzett aggodalmat, felismerjük, hogy folyton bizonyos eredményekre és a saját előrejutásunkra törekszünk. Nagyon is jól tudjuk, hogy e dolgok kötnek le bennünket. Vajon megváltoztatható ez? Ez itt a kérdés – igaz? Ha azt kérdezzük, mivel kellene foglalkoznia az elmének, azzal csak saját éretlenségünket bizonyítjuk.

Vajon megszabadulhat-e elménk ettől a mintától, ha tudjuk, hogy elménk jelentéktelen és jelentéktelen dolgokkal foglalkozik? Vajon nem arról van-e szó, hogy az elme természeténél fogva jelentéktelen? Hiszen az elme az emlékezet teremtménye – igaz? De vajon miféle emlékezeté? A fizikai és pszichológiai értelemben vett túlélésre vonatkozó emlékezeté, amely arról szól, hogyan éljünk túl bizonyos tulajdonságok és erények kifejlesztése, és a tapasztalatok elraktározása által és azáltal, hogy elménk megállapodik a saját tevékenységeinél. Ez vajon nem jelentéktelen dolog? Az emlékezet, az idő által létrehozott elme maga is jelentéktelen – akkor hát vajon hogyan szabadulhatna meg saját jelentéktelenségétől? Egyáltalán, lehetséges ez? Kérlek, vegyétek észre, milyen fontos kérdés ez. Vajon megszabadulhat-e elménk, ez az énközpontú tevékenység saját tevékenységeitől? Nyilvánvalóan nem: bármit is tesz az elme, minden cselekedete jelentéktelen lesz. Elmélkedhet Istenről, kiagyalhat mindenféle politikai rendszereket és kitalálhat különböző jótékony dolgokat, de továbbra is megmarad az idő hatókörén belül, és továbbra is kötni fogják saját korlátai. Vajon kitörhet-e az elme e korlátok közül? Vagy ezek a korlátok csak akkor omlanak le, ha az elme elcsendesedik, ha megszűnik aktívnak lenni, ha felismeri, hogy továbbra is jelentéktelen tevékenységekkel foglalkozik, bármilyen nagynak és nemesnek is képzeletben e tevékenységeket? A jelentéktelenségek csakis akkor szűnhetnek meg, ha elménk felismeri őket, és tudatukra ébredve elcsendesedik. Ameddig azt vizsgáljuk, vajon mivel kellene foglalkoznia az elmének, azt továbbra is jelentéktelen dolgok kötik majd le – legyen szó akár az imáról, akár arról, hogy felépítünk egy templomot, vagy arról, hogy rendszeresen az oltár elé járulunk. Az elme alapvetően kisszerű és apró, és pusztán azáltal, hogy ezt megállapítjuk, még nem múlik el a kis-szerűsége. Ha azonban megértjük és felismerjük az elme kisszerű tevékenységeit, a tudatosan vagy öntudatlanul megalkotott jelentéktelenségek felismerésének e folyamata által elcsendesedik az elménk. Ebben a csendben lakozik a kreativitás állapota, és az átalakulást csakis ez az állapot idézheti elő.

35. AZ ELME CSENDJÉRŐL

Kérdő: Miért beszél Ön oly gyakran az elme csendjéről, és valójában mi is ez a csend?

Krishnamurti: Vajon nem szükségszerű-e a megértéshez az elme csendje? Ha valamilyen problémánk van aggodalmaskodni kezdünk – igaz? Elmélyedünk a kérdésben, elemezzük és darabokra szedjük azt, abban a reményben, hogy így megértjük majd a dolgot. De vajon eljuthatunk-e a megértésre az erőfeszítések, az elemzés, az összehasonlítás vagy a mentális küzdelem bármely egyéb formája által? A megértés nyilván csak akkor következhet be, ha elcsendesedik az elme. Azt állítjuk, minél jobban küzdünk az éhezés, a háborúk, az emberi szenvedések felvetette kérdésekkel, minél nagyobb konfliktust okoznak nekünk e problémák, annál jobban megértjük majd őket – de vajon igaz-e ez? A háborúk már évszázadok óta folynak, és folyton jelen vannak az egyének és a társadalmak közti külső és belső konfliktusok is. Vajon megoldhatjuk-e ezeket a problémákat újabb konfliktusok, újabb küzdelmek, vagy más, agyafúrt erőfeszítések által – vagy csak akkor érthetjük meg e kérdéseket, ha közvetlen módon szembenézünk a tényekkel? Ez pedig csak akkor lehetséges, ha semmiféle zavaró tényező nincsen az elme és az adott tények között, ezért hát roppant fontos, hogy a megértés érdekében elcsendesedjen az elménk – nemde?

Most elkerülhetetlenül felteszitek majd a kérdést: „De vajon hogyan csendesíthetjük el az elménket?” Ez az első reakciótok – igaz? Azt kérditek: „vajon hogyan nyugtathatnánk meg feldúlt elménket?” Létezik-e bármilyen rendszer, amely elcsendesíti az elmét? Megoldható-e ez bármilyen formula vagy az önfegyelem által? Igen, megoldható; de beszélhetünk-e valódi csendről, valódi nyugalomról, ha elcsendesítjük, ha csendessé *tesszük* az elménket? Vagy ilyenkor egyszerűen foglyul ejtjük azt egy eszme, egy formula, egy frázis által? Az ilyen elme valójában halott, nem? Ezért van az, hogy a legtöbb úgynevezett spirituális ember halott – betanították elméjüket arra, hogy maradjon csendben, és ennek érdekében bebörtönözték önmagukat egy adott formula keretei közé.. Az ilyen emberek elméje azonban nyilvánvalóan nem csendes, pusztán elnyomott és lebéklőzött.

Az elme csak akkor csendesedik el, ha felismeri az igazságot, és csak ekkor következhet be a megértés: azaz, ha meg akarjuk érteni egymást, el kell csendesednünk, nem élhetnek bennünk ellenséges reakciók és előítéletek, félre kell tennünk minden következtetésünket és tapasztalatunkat, és szemtől szemben kell állnunk egymással. A megértésre csakis akkor juthatunk el, ha elménk megszabadul minden kondicionálástól. Ha felismerjük ezt az igazságot, elménk magától elcsendesedik majd, és fel sem merül a kérdés, hogyan kényszeríthetjük csendre azt. Az elmét csakis az igazság szabadíthatja meg a fogalomalkotási folyamattól, és hogy meglássa az igazságot, elménknek fel kell ismernie a tény, miszerint mindaddig nem lehet része a megértésben, amíg zaklatott és nyugtalan. Az elme csendje és békéje nem valósítható meg az akaraterő vagy a vágyainkból fakadó cselekedetek által; ha mégis erre törekszünk, elménk fogságba esik, elszigetelődik és meghal, következésképpen képtelen lesz alkalmazkodni, elveszti rugalmasságát és fürgeségét – az ilyen elme pedig nem kreatív.

A kérdés tehát nem az, hogyan csendesíthetjük el az elmét, hanem az, hogyan ismerhetjük fel az igazságot minden elénk kerülő problémában. Az elme olyan, akár a szélcsend idején kisimuló vízfelszín. Elménk nyugtalan, mert problémáink vannak, és hogy elkerüljük ezeket a problémákat, elcsendesítjük az elménket. Az elme azonban már kivetítette e problémákat, és azok nem függetlenek tőle – és amíg az elme kivetíti magából a fogékonyság képzetét, amíg törekszik a csendre, nem juthat el a csend állapotába. Ha azonban felismeri, hogy a megértés csakis a csend által valósulhat meg, azonnal elcsendesedik. Ez nem valamiféle kikényszerített, az önfegyelem által megvalósított csend: ezt a csendet a nyugtalan elme soha nem értheti meg.

Az elme csendjének elérésére törekvő emberek közül sokan felhagynak az aktív élettel, és elvonulnak egy kis faluba, egy kolostorba vagy valahová a hegyekbe, vagy visszavonulnak az eszmék világába, bezárkóznak egy adott hiedelembé, egy meggyőződésbe, és elkerülik a „problémás” embereket. Ez az elszigeteltség azonban nem azonos az elme csendjével. Az elme csendjének állapota nem valósulhat meg azáltal, ha bezárkózunk egy eszmébe vagy elkerüljük az életünket bonyolulttá tevő embereket – ez a csend nem az elszigetelődés, a felhalmozás folyamata által következik be, hanem azáltal, ha teljes egészében megértjük a kapcsolatainkat. A felhalmozás megőregíti az elmét, az elme

békéje pedig csakis akkor valósulhat meg, ha elménk friss és új, és mentes ettől a felhalmozási folyamattól. Az ilyen elme nem halott: valójában az ilyen elme a legaktívabb elme. A legaktívabb elme a csendes és nyugodt elme, azonban ha kipróbáljátok a dolgot, ha alaposan megvizsgáljátok azt, látni fogjátok, hogy ebben a csendben és nyugalomban nincs jelen a gondolatok kivetítésének folyamata. A gondolatok minden szinten az emlékezet reakciói, és a gondolkodás soha nem juthat el a kreativitás állapotába. A gondolkodás kifejezheti ugyan a kreativitást, de soha nem lehet kreatív. Ha megvalósul az elme ezen erőfeszítés nélküli csendje, felismerjük, hogy ebben a nyugalomban olyan különleges aktivitás és cselekvés rejlik, amelyet a nyugtalan elme soha nem ismerhet meg. Ebben a csendben nincsenek szavak, nincsenek eszmék és nincsenek emlékek, ez a csend a kreativitás olyan állapota, amelyet csakis akkor tapasztalhatunk meg, ha teljes mértékben megértjük az „én” működését. E nélkül a megértés nélkül nincs értelme a csendnek; az örökkévalót, az időtlent pedig csakis ebben az erőfeszítés nélküli csendben fedezhetjük fel.

36 AZ ÉLET ÉRTELMEÉRŐL

Kérdező: Élünk ugyan, de nem tudjuk, miért, és az élet sok ember számára értelmetlennek tűnik. Elárulná nekünk, mi értelme és célja van az életnek?

Krishnamurti: Vajon miért teszed nekem fel ezt a kérdést? Miért kérsz arra, hogy áruljam el neked az élet célját és értelmét? Vajon mit értünk élet alatt, és vajon van-e bármi értelme, bármi célja az életnek? Vajon nem maga az élet-e az élet célja és értelme? Miért vágyunk ennél többre? Azért, mert olyannyira elégedetlenek vagyunk az életünkkel, mert az életünk oly üres, oly talmi, oly egyhangú, mert folyton ugyanazokat a dolgokat tesszük újra és újra, hogy valami többet akarunk, valamit, amit túlmutat jelenlegi cselekedeteinken. Mivel mindennapi életünk oly üres, színtelen és értelmetlen, oly unalmas és elviselhetetlenül ostoba, úgy gondoljuk, az életnek van valamiféle mélyebb, teljesebb értelme is – és ezért tesszük fel ezt a kérdést. Nyilvánvaló, hogy a gazdag életet élő emberek, azok, akik olyannak látják a dolgokat, amilyenek, akik elégedettek azzal, amijük van, akik nincsenek összezavarodva: ők tisztán látnak, így nem kérdik, mi az élet célja és értelme. Számukra maga az élet jelenti a kezdetet és a véget. A nehézséget az okozza, hogy – mivel életünk oly üres – szeretnénk találni magunknak egy célt, amelyért aztán küzdhetünk. Az ilyen életcél azonban pusztán egy mindenféle valóságot nélkülöző intellektuális folyamat lehet: az élet célját kereső ostoba, tompa elme és üres szív csakis üres célokra lelhet. Következésképp a cél az, hogy gazdaggá tegyük az életünket – azonban ez alatt nyilvánvalóan nem a pénzben kifejezhető gazdagságot, hanem a belső gazdagságot, ezt a roppant rejtélyes dolgot értem. Amikor azt mondjuk, az élet célja a boldogság, az élet célja az, hogy megtaláljuk Istent, ez a vágyunk nyilvánvalóan nem más, mint az élet elől való menekülés, és ez az Isten pusztán valamiféle ismert dolog. Csakis az ismert dolgok felé törhetünk utat magunknak; ha utat törünk az általunk Istennek nevezett dologhoz, egyértelmű, hogy valójában nem Istenről van szó. A valóságot kizárólag az élet, nem pedig a menekülés által érthetjük meg. Ha az élet célját és értelmét keressétek, valójában menekülni próbáltok ahelyett, hogy megértenétek az életet. Az élet egyenlő a kapcsolatokkal, a kapcsolatokon belüli cselekedetekkel, és ha nem értjük meg a kapcsolatainkat, vagy ha a kapcsolataink zavarosak, igyekszünk valamiféle teljesebb értelmet találni magunknak. De vajon miért ilyen üres az életünk? Miért vagyunk ily magányosak és kiábrándultak? Azért, mert még soha nem tekintettünk önmagunkba, és soha nem értettük meg magunkat. Még soha nem vallottuk be magunknak, hogy ez az élet minden, amink van, ezért teljes mértékben meg kellene értenünk azt. Inkább igyekszünk elmenekülni önmagunk elől, és ezért keressük az élet célját és értelmét a kapcsolatainkon kívül. Ha elkezdjük megérteni a cselekvést, azaz, ha elkezdjük megérteni az embertársainkkal, a vágyonnal, a hiedelmekkel és az eszmékkel fennálló kapcsolatainkat, ráébredünk, hogy e kapcsolatok magukban hordozzák a jutalmukat. Nem kell keresnetek. Olyan ez, mint amikor törekedni próbáltok a szeretetre. A szeretetre nem törekedhetünk, a szeretetet nem ápolhatjuk, nem fejleszthetjük – a szeretetet csakis a kapcsolatainkon belül lelhetjük fel, és csakis azért vágyunk megismerni az élet értelmét, azért vágyunk valamiféle életcélra, mert nem él bennünk szeretet. Ha ott él bennünk a saját örökkévalóságával azonos szeretet, nem keressük Istent, mert a szeretet maga Isten.

Elménk telve van az életünket kiüresítő formalitásokkal és babonás motyogással, és ezért keresünk magunknak valamilyen rajtunk kívül létező, felettünk álló életcélt. Hogy ráleljünk az élet céljára és értelmére, fel kell fedeznünk önmagunkat; mi azonban tudatosan vagy öntudatlanul igyekszünk elkerülni azt, hogy valóban szembe kelljen néznünk a dolgokkal, ezért azt akarjuk, hogy Isten mutassa meg számunkra az önmagunk megismeréséhez vezető utat. Az élet értelmére és céljára vonatkozó kérdést csak azok az emberek teszik fel, akikben nem él a szeretet – a szeretetet pedig csak a cselekvés, azaz a kapcsolatok által lelhetjük fel.

37 A ZAVARODOTT ELMÉRŐL

Kérdő: Végighallgattam az Ön összes előadását, és elolvastam az összes könyvét. A lehető legőszintebben kérdezem Öntől, mi célja lehetne az életemnek, ha – amint Ön mondja – véget kell vetnünk a gondolkodásnak, el kell fojtanunk minden tudásunkat, és meg kell szabadulnunk minden emlékünktől? Milyen kapcsolatban állhat ez a létállapot a világgal, amelyben élünk? Milyen viszonyban állhat ez az állapot szomorú és fájdalmas létezésünkkel?

Krishnamurti: Szeretnénk megismerni ezt az állapotot, amely csak akkor valósulhat meg, ha megszűnik minden tudás, ha megszűnik a felismerő, a gondolkodó entitás; szeretnénk tudni, milyen kapcsolatban áll ez az állapot a mindennapi tevékenységek és törekvések világával. Azt tudjuk, milyen az életünk jelenleg: szomorú, fájdalmas, félelmeimmel teli, és állandótlan – ezt az életet jól ismerjük. Szeretnénk tudni, milyen kapcsolatban áll az a másik állapot ezzel az élettel; és azt is, vajon mi célja lehet az életemnek, ha félretesszük a tudást, ha megszabadulunk az emlékeinktől.

Vajon mi az élet célja jelenlegi tudásunk szerint – nem elméleti, de gyakorlati értelemben? Mi célja van mindennapi létezésünknek? Csak annyi, hogy túléljünk, a túléléssel járó minden nyomorúsággal, bánattal és zavarodottsággal, a háborúkkal és a pusztítással együtt – nemde? Kitalálhatunk ugyan mindenféle elméleteket, kijelenthetjük, hogy: „ennek és ennek nem szabadna léteznie, inkább valami másnak kellene léteznie helyette”, ezek azonban nem tények, csak elméletek. Nem ismerünk mást, csak a zavarodottságot, a fájdalmat, a szenvedést és a vég nélküli ellenségeskedést. És ha egy kicsit is tudatosak vagyunk, azt is tudjuk, hogyan jönnek létre e dolgok. Az élet célja az, hogy minden nap, minden pillanatban elpusztítsuk és kizsákmányoljuk egymást, egyénekként és csoportokként egyaránt. Magányunkban és nyomorúságunkban igyekszünk kihasználni másokat, igyekszünk elmenekülni önmagunk elől a szórakozás, az istenek, a tudás, a hit és az azonosulás különféle formái által. Ez jelenlegi életünk tudatos vagy öntudatlan célja. De vajon létezik-e valamiféle mélyebb, szélesebb látókörű cél is, valami olyasmi, ami nem a zavarodottságból és a vagyongyűjtésből fakad? És vajon van-e bármiféle kapcsolat az általam oly gyakran említett erőfeszítés-mentes állapot és a mindennapi élet között?

Nyilvánvalóan nincs – hogy is lehetne? Ha elménk zavarodott, magányos és kétségbeesett, hogyan is állhatna bármiféle kapcsolatban egy rajta kívül álló dologgal? Hogyan viszonyulhatna az igazság a hamissághoz, a tévképzetekhez? Nem akarjuk beismerni ezt a tényt, mert a reményeink és a zavarodottságunk miatt hiszünk valamiféle nagyobb, nemesebb dologban, és azt állítjuk, e dolog kapcsolatban áll velünk. Kétségbeesetten keressük az igazságot, és azt reméljük, ha felfedezzük, elmúlik a kétségbeesésünk.

Láthatjuk tehát, hogy a zavarodott, a bánat által ösztökélt, saját üressége és magánya tudatában lévő elme soha nem lelheti fel a rajta kívül álló dolgokat: e dolgok csak akkor valósulhatnak meg, ha elosztatjuk vagy megértjük a zavarodottság és a nyomorúság okait. Minden, amit valaha is mondtam, arról szól, hogyan érthetjük meg önmagunkat, mivel önismeret nélkül semmi más sem létezik, és minden csak illúzió. Ha pillanatról pillanatra megértjük önmagunkat, látni fogjuk, hogy saját zavarodottságunk elosztatása által életre kel ez a bizonyos másik állapot, és ha megtapasztaljuk ezt az állapotot, az kapcsolatot teremt majd mindennapi létünkkel. De hogyan is tapasztalhatnánk meg a szabadságot, a világosságot, ha nem lebbentjük fel a fátylat, és nem merészkedünk elő a sötétségből? Ám ha megtapasztaljuk az igazságot, kapcsolatba hozhatjuk azt a világgal, amelyben élünk.

Hogyan is tapasztalhatnák meg a szeretetet, ha csak a folytonos vitákat, a nyomorúságot és a konfliktusokat ismerjük? Hiszen a szeretet nem azonos e dolgokkal; ám ha egyszer megtapasztaljuk a szeretetet, többé már nem kell a miatt aggódnunk, hogy ráleljünk erre a kapcsolatra, mert ekkor működésbe lép a szeretet és az intelligencia. De ahhoz, hogy megtapasztaljuk ezt az állapotot, meg kell szünnie a tudásnak, a felhalmozott emlékeknek, az önazonos, énközpontú tevékenységeknek, hogy elménk többé semmiféle benyomást ne vetítsen ki önmagából – és e tapasztalás által megszületnek majd az e világbeli cselekedetek is.

Egyértelmű, hogy ez a létezés célja: az, hogy meghaladjuk az elme énközpontú tevékenységeit. Ha megtapasztaljuk ezt az elménk által fel nem mérhető állapotot, akkor e tapasztalás életre hívja majd a belső forradalmat is. Ha ott él bennünk a szeretet, megszűnnek a társadalmi problémák, hiszen a szeretet jelenlétében nem léteznek problémák. Mi azonban nem tudjuk, mi a szeretet, nem tudjuk, hogyan szeressünk, ezért különféle filozófiai rendszerek segítségével próbáljuk megoldani társadalmi problémáinkat. Ám én azt mondom, e problémákat egyetlen rendszer sem képes megoldani, legyen szó akár a jobb-, akár a baloldali rendszerekről. E problémák csakis akkor oldódhatnak, csakis akkor szűnhet meg a zavarodottságunk, a nyomorúságunk, önpusztító magatartásunk, ha megtapasztaljuk ezt a bizonyos, nem önmagunk által kivetített állapotot.

38. AZ ÁTALAKULÁSRÓL

Kérdező: Mit ért Ön átalakulás alatt?

Krishnamurti: Nyilvánvaló, hogy radikális forradalomra van szükségünk – a világ jelenlegi helyzete, az életünk forradalom után kiált, éppúgy ahogy forradalom után kiáltanak a mindennapi események, a törekvéseink, a szorongásaink és a problémáink is. Alapvető, radikális átalakulásnak kell bekövetkeznie, mert már minden összeomlott körülöttünk. Látszólag ugyan minden rendben van, valójában azonban a lassú hanyatlás, a pusztulás korát éljük, és a pusztítás hulláma lassan maga alá gyűri az életet.

Tehát forradalomra van szükségünk, azonban nem egy eszméken alapuló forradalomra. Az ilyen forradalom csupán a korábbi eszmék folytatódása, nem pedig alapvető átalakulás. Az eszméken alapuló forradalmak csak vérontást, széthullást és zűrzavart eredményeznek. A káoszból pedig nem teremthetünk rendet: ha az ember szándékosan káoszt teremt, nem remélheti, hogy abból majd rend születik. Nem mi vagyunk Isten kiválasztottjai, akik rendet teremtenek a zűrzavarból. Ez a téves gondolkodásmód csak azokra az emberekre jellemző, akik egyre nagyobb zűrzavart kívánnak teremteni, hogy aztán a káoszból létrehozassák a rendet, mert attól a perctől kezdve, hogy hatalomra jutnak, azt állítják, tudják, hogyan teremtsenek rendet a káoszból. Azonban ha felismerjük a jelenlegi katasztrofális helyzetet, ha látjuk a folytonos háborúkat, a társadalmi osztályok és az egyes emberek közötti szüntelen konfliktusokat, a borzalmas gazdasági és társadalmi egyenlőtlenségeket, a termelőeszközök és a javak egyenlőtlen eloszlását, a boldog és nyugodt emberek, illetve a gyűlölködés, a konfliktusok és a nyomorúság fogságában vergődő emberek közt tátongó hatalmas szakadékot, nyilvánvalóvá válik számunkra, hogy forradalomra, teljes átalakulásra van szükségünk – nemde?

De vajon ez az átalakulás, ez a radikális forradalom valamiféle végső cél, vagy egy percről percre lejátszódó folyamat? Tudom, hogy szeretnénk, ha e forradalom valamilyen végcél lenne, mert sokkal egyszerűbb számunkra, ha erre az átalakulásra valamiféle, a távoli jövőben bekövetkező dologként gondolunk. Végül majd átalakulunk, végül boldogok leszünk, végül majd rálelünk az igazságra – addig pedig éljük csak tovább jelenlegi életünket. A jövő fogalmaiban gondolkodó elme azonban nyilvánvalóan képtelen a jelenben cselekedni, következésképp az ilyen elme nem törekszik az átalakulásra – épp ellenkezőleg, igyekszik elkerülni azt. De vajon mit is értünk átalakulás alatt?

Az átalakulás soha nem a jövőben következik be, az átalakulás csakis **most**, ebben a pillanatban lehetséges. Tehát mit is értünk átalakulás alatt? A válasz roppant egyszerű: azt, hogy az igazat igaznak, a hamisat pedig hamisnak ismerjük fel; azt hogy meglássuk az igazságot abban, ami hamis, és meglássuk az igaznak elfogadott dolgok hamis mivoltát. Ha a hamisat hamisnak, az igazat pedig igaznak ismerjük fel, az maga az átalakulás, mivel ha tisztán látunk, az igazság felszabadít bennünket;

ha valamiről felismerjük, hogy hamis, elmarad tőlünk az adott dolog. Ha felismerjük, hogy a szertartások csupán hiábavaló ismételtetések, ha felismerjük e tény igazságát, és nem alkotunk ítéletet róla, végbemegy egy átalakulás – igaz? Ha felismerjük, hogy az osztálykülönbségek tévesek, hogy konfliktusokat és nyomorúságot szülnek, és megosztják az embereket, ha felismerjük ezt az igazságot, az felszabadít bennünket. Mivel oly sok hamis dolog vesz körül minket, ha minden pillanatban felismerjük ezt a hamisságot, bekövetkezik az átalakulás. Az igazság nem adódik össze, nem halmozódik fel, az igazság csakis percről percre létezik. Egyedül az emlékek adódnak össze, csak az emlékek halmozódnak fel, és az emlékezet által soha nem lelhetünk rá az igazságra, mert az emlékezet az idő, azaz a múlt, a jelen és a jövő teremtménye. Az idő, a folytonosság soha nem lelhet rá az örökkévalóra: az örökkévalóság nem azonos a folytonossággal. Ami maradandó, az nem lehet örökkévaló, mert az örökkévalóság a most-ban rejlik, a most pedig nem a múlt tükörképe, és nem is a múltnak a jelenen keresztül a jövő felé irányuló folytatása.

A jövőbeni átalakulásra vágyó, az átalakulást egyfajta végcélnek tekintő elme soha nem lelhet rá az igazságra, mivel az igazságnak percről percre kell megszületnie, és minden pillanatban meg kell újulnia – az igazságot nem fedezhetjük fel a felhalmozás folyamata által. Hogyan is fedezhetnénk fel az újat, ha leterhel és megnyomorít bennünket a régi? Ez csak akkor lehetséges, ha megszabadulunk e tehertől. Ahhoz, hogy a jelenben, percről percre, pillanatról pillanatra felfedezhessük az újat, az örökkévalót, különlegesen éber elmére van szükségünk, olyan elmére, amely nem törekszik semmiféle eredményre, amely nem akar „valamilyenné válni”. A valamilyenné válni igyekvő elme soha nem ismerheti meg az elégedettség áldását; és most nem az önelégültség okozta elégedettségről, nem az elért eredmények kiváltotta elégedettségről beszélek, hanem arról az elégedettségről, amely csak akkor valósulhat meg, ha az elme meglátja az igazat és a hamisat abban, ami *van*. Ezt az igazságot minden percben újra és újra fel kell ismernünk, és ha megpróbáljuk szavakba önteni az adott pillanatot, azzal csak elhalasztjuk ezt a felismerést.

Az átalakulás nem valamiféle végcél, nem valamiféle eredmény. Az eredmények üledéket hagynak maguk után, az eredmények feltételezik az okot és az okozatot. Ahol ok van, ott szükségképpen megjelenik az okozat is, amely nem más, mint az átalakulás iránti vágyunk eredménye. Ha vágyunk az átalakulásra, továbbra is a valamivé válás fogalmai szerint gondolkodunk – és ami valamivé válik, az soha nem ismerheti meg azt, ami létezik, azt, ami *van*. Az igazság a pillanatról pillanatra történő létezés, a folytatólagos boldogság pedig nem boldogság. A boldogság az időtlen létezés állapota. Ez az időtlen állapot csakis akkor következhet be, ha valamiféle hatalmas elégedetlenség él bennünk – és most nem arról az elégedetlenségről beszélek, amely különböző menekülési utakat talál magának, hanem a megnyilvánulási lehetőség nélküli elégedetlenségről, amely már nem törekszik a beteljesedésre. A valóság csakis e legfőbb elégedetlenség állapotában születhet életre. E valóságot nem vásárolhatjuk meg, nem bocsáthatjuk áruba, nem ismételtethetjük meg, e valóságot nem önthetjük szavakba, és nem vethetjük papírra. Erre a valóságra minden egyes pillanatban újra és újra rá kell lelnünk, a mosolyokban, a könnyekben, a fák rozsdaszínű levelei alatt, az elkóborló gondolatokban és a szeretet teljességében.

A szeretet nem különbözik az igazságtól, a szeretet azonos az igazsággal. A szeretet az az állapot, amelyben teljesen megszűnik az idő, és megszűnnek a gondolkodási folyamatok. A szeretet átalakulást szül, szeretet nélkül pedig minden forradalom értelmetlen, mivel a szeretet nélküli forradalom csak pusztítást, hanyatlást, és egyre növekvő szenvedést eredményez. Ahol szeretet van, ott bekövetkezik az átalakulás, mert a szeretet nem más, mint maga a pillanatról pillanatra történő átalakulás.