

**Szin Csaba**

# **A teremtés és a tudat**

## **TARTALOM**

**Előszó**

**I. fejezet**

**II. fejezet**

**A 4 Véda és a Védikus Irodalom 36 kötetgyűjteménye  
A tudás a Védák magyarázata szerint**

**III. fejezet**

**A gyakorlat**

**IV. fejezet**

**Az én utam**

---

A mű elektronikus változatára a Creative Commons - Attribution-NoDerivs (Jelöld meg! - Ne változtasd!) licenc feltételei érvényesek: a művet a felhasználó másolhatja, többszörözheti, amennyiben feltünteti a szerző nevét és a mű címét, de nem módosíthatja, nem dolgozhatja át. A műre vonatkozó felhasználási feltételek részletes szövege az alábbi címen tekinthető meg: <http://creativecommons.org/licenses/by-nd/2.5/hu/>

## Előszó

Akik ismernek, tudhatják hogy nem vagyok egy író típus. Mégis mivel Magyarországon nincs nagyon olyan irodalom, amely teljes rendszerként mutatná be a tudatot, valamint a rendelkezésre álló irodalmak alapján csak ködös képet lehet kialakítani róla, ezért szükségét éreztem e jegyzet megírásának. A célom egy összefüggő rendszer ismertetése, és nem az egyes részterületek kibontása. Erre mindenki érdeklődésének megfelelően megtalálja az irodalmat Magyarországon is.

A magasabb tudatállapotok eléréséhez három dolog szükséges. Egyik az elméleti megértés, másik a gyakorlat, a harmadik az elmélet és gyakorlat elsajátítása után automatizmusként lejátszódik, ami nem más mint az élet értékeinek átalakulása, lefinomodása. Jegyzetem a megértést segíti elő, valamint a gyakorlathoz elérhetőséget biztosít. Ha már egyetlen ember lesz, aki olyan összefüggéseket ismer fel jegyzetem által ami elősegíti a fejlődésben, akkor én azt már a leírtak sikereként értékelem.

A jegyzetem rendkívül tömör és tárgyilagos. Senkinek nem szándékom megszabni azt, hogy hogyan olvassa, de mégis egy javaslatot tennék saját tapasztalatomból kiindulva. Aki mélyebb megértést szeretne kapni, az olvasást a lehető legnyugalmasabb helyen és állapotban tegye. Erre legalkalmasabb az esti időpont, amikor a társadalom nyüzsgése lecsillapodik. A tömörség miatt ne egyszerre olvassuk el, hanem a részek, helyenként a mondatok elolvasása után gondolkodjunk az olvasottakról, az se baj ha megpróbáljuk memorizálni. A gondolkodás, a memorizálás közben mélyebb megértést fog kapni az olvasó, olyan további összefüggésekre fog rájönni, amit első olvasásra úgy tűnik nem is tartalmaz a jegyzet. A tudás kibontja magát. Minél többet gondolkodunk a leírtakon annál magasabb szintű megértést kapunk. Amennyiben egy részt megértettünk, azt a megértést törekedjünk nem elengedni. Addig kell ismételten végiggondolni a megértett részeket, ameddig saját valóságunkká nem válnak. Amelyik fejezetet nem érti meg az olvasó, annak megértésére kérjen gondolatban segítséget.

*Annának, Magyarország királynőjének.*

## I. fejezet

Alaptételként fogadjuk el a következőkben leírtakat. A teremtés egésze, beleértve az összes létrejöhethető tapasztalattal az Abszolútumból származik, mely a puszta Létnak egy állapota. Az *Abszolútum* alaptermészetében egy mozdulat nélküli vibrálás, a tiszta intelligenciának a hullámozása. Így a teremtő, az Isten, nem egy személy, hanem a teremtés egésze mögött látszólag meghúzódó tiszta intelligencia, mely a teremtés folyamatában megjeleníti önmagát.

Ez a mozdulat nélküli vibrálás a megnyilvánulni törekvő hajlama által az ok-okozati törvényeknek megfelelően megnyilvánul, létrejön az abszolútumból a *relatív*, szubjektív természetű öltve Elmévé, objektív természetű öltve Világgá alakul. A Világban bármely objektív természetű tapasztalható dolog saját szemszögéből maga is szubjektum, természetében maga is Elme. A szubjektív a belső tapasztaló, a gondolkodó, másnéven a szubjektum. Ez képezi az élet szubjektív oldalát, ami nem más, mint az elmének a finomsága szerinti szintjei: ego, gondolatok, érzelmek. Az objektív aspektust pedig a test, érzékszervek és a környező világ képviselik. Ez az, amit a szubjektum tapasztal. Tehát a világnak létezik egy abszolút és egy relatív oldala, a relatív oldalnak pedig két aspektusa, a szubjektív és az objektív.

A kiváltó ok működésbe lendülése után kialakult, a *szubjektív aspektust* felvevő Elme első lépésekben még nem alkot formát, de saját vibrációja által létrejön a Gondolat. Ez a Gondolat nem azonos az általunk tudatosan érzékelt gondolattal, hiszen az átlag ember ezen szinteken abszolút nem tudatos még. Ezért megkülönböztetésül az egyiket nagy G-vel a másikat kis g-vel írjuk. Ezt a Gondolatot az átlag embernél nem tudatos gondolat kezdeményként, érzetként, foghatjuk fel. Ezután az Elme alacsonyabb vibráción kezd rezegni, a Gondolat formát vesz fel, kialakul a gondolat formátum, másnéven az ötlet. A gondolatot felfoghatjuk a levegőnél ritkább anyagként is. Ezután az Elme még alacsonyabb vibráción kezd rezonálni, s a gondolatokat beleérezzük az alacsonyabb megnyilvánulási formáiba, a gondolat érzéssé, érzelmévé alakul. Azt mondhatjuk, hogy a gondolat még meg nem nyilvánult érzelem, valamint azt, hogy az érzelem nem más, mint érzéssel kapcsolatos gondolat.

A szubjektív aspektussal egy időben, a megnyilvánulás *objektív aspektusában* a megnyilvánulás különböző szintjein kibontja önmagát a fizikai világ, ahol a fizikai világ rezgés-szintjével azonos rezgésszinten működő érzékszerveink szolgáltatják az érzékelés alapján a megnyilvánulás legalacsonyabb rezgésszintjéről való érzéktapasztalatokat.

Mind a szubjektív és mind pedig az objektív aspektusa a teremtésnek a megnyilvánulás egyre durvább szintjein jeleníti meg önmagát.

A szubjektum, a megfigyelő tapasztalata az objektumról, a világ objektív aspektusáról alakítja ki a tudást. Ez a tudás az alapja a különböző tudatállapotoknak.

A jegyzetben a fent leírtakat, másnéven a teremtés folyamatát fogjuk megmagyarázni, valamint a megnyilvánulás, a teremtés különböző szintjeinek, dimenzióinak a jellemzőit, tulajdonságait fogjuk megvizsgálni. Ezeknek a tudatunkban való tudatosítása után lehetőséget nyerünk a megnyilvánulás finomabb szintjeinek megértésére. Mivel az átlag ember figyelmét csak a fizikai világra fordítja, ezért tudata azonosul ezzel, s egyetlen valóságként csak ezt fogadja el, de a fentiek figyelmes, többszöri átolvasása után érthető, hogy mi ezt csak rész igazságként fogadjuk el, hiszen a megnyilvánulás többi szintjének ismerete nélkül teljes igazságot nem kapunk, a világot nem ismerjük teljes terjedelmében.

## II. fejezet

### A 4 Véda és a Védikus Irodalom 36 kötetgyűjteménye

A tudatunk szerkezetét, a teremtés szerkezetét, a teremtés folyamatát, az univerzumot összefogó és működtető törvényszerűségeket manapság számos könyvben magyarázzák, mely magyarázatok a könyvet író személy érdeklődési körétől, tudásszintjétől, gyakorlati tapasztalataitól és a megértésének mélységétől függenek.

Az elmúlt 40 évben az ezen ismeretekről szóló teljes tudást, Öszentsége Maharishi Mahes Yogi tárta fel nekünk, aki a Véda tudását Guru Devtől, a mesterétől kapta. Ezt a tudást Maharishi a 40 Véda (4 Véda és a Védikus Irodalom 36 különféle témába sorolható kötetei) alapján tárta fel nekünk, mely tudás Indiában a Védikus Családokban több ezer éven keresztül szájhagyomány útján terjedt.

Maharishi elmagyarázza, hogy a Véda önmagától létező és örökérvényű. A tiszta tudat hullámozása. A Védikus Irodalomban a tiszta tudat neve Atma. A tiszta tudat, Atma a pusztán létezik egy állapota, a pusztán létezésnek egy megnyilvánulatlan valósága, mely határtalan és egyedülálló. Ez a minden lehetőségek teljessége, végtelen csend és végtelen dinamizmus, a határtalanság és a pont értékek teljes egésze. Ez egy önmagában teljes és önmagát irányító állapot. A teremtés bármely megnyilvánulása ebből emelkedik ki, és ebbe húzódik vissza. Maharishi feltárta, hogy a Véda a természeti törvények gyűjteménye. Feltárta az önmagában teljes Véda legyőzhetetlen felépítését, valamint a Véda önmagában létező kommentárját. Elmagyarázza, hogy a Véda és a Védikus Irodalom felépítése megegyezik minden Természeti törvény struktúrájával, melyek a teljes teremtés összes törvényének és megnyilvánulásának a forrásai. A Véda és a Védikus Irodalom felépítésének tökéletes rendje fejeződik ki az emberi fiziológia és a teljes univerzum felépítésének és működésének tökéletes rendjében. Amikor a Védáról és a Védikus Irodalom különböző aspektusairól beszélünk, akkor a megnyilvánulatlan szintben rejlő megnyilvánulatlan minőségekről, erőkről beszélünk, melyek megnyilvánult minőségei fogják jellemezni a megnyilvánult szinteken munkálkodó erőket. A természetet irányító intelligencia, a természeti törvények 40 aspektusának (40 Véda) elemzésekor meg kell jegyezni, hogy minden egyes aspektus (minőség) tartalmazza magában az összes többi minőséget is.

### A tudás a Védák magyarázata szerint

A Négy Véda a Rik Véda, Sama Véda, Yajur Véda és Atharva Véda. A Védák eme négy aspektusának elmélkedése közben megértést kaphatunk a különböző tudatállapotok alapjául szolgáló tudás fogalmáról.

A tudás (Samhita) úgy alakul ki, hogy a megismerő (Rishi) a megismerés folyamatában (Devata) ismereteket szerez a megismerendő dolgokról (Chhandas). Egy szójátékkal élve amiről tudatos a tudatunk azt tudjuk. A tudás határozza meg hogy milyen tudatállapotot mondhatunk magunkénak. Tudás hogy jön létre? Még egyszer érdemes átgondolni ezt a kérdést. A tudás úgy alakul ki, hogy a megismerő intelligencia, a szubjektív mivoltunk, a megismerés folyamatában ismereteket szerez a megismerendő dolgokról, a világ objektív aspektusáról. Ha jobban megvizsgáljuk ezt a kijelentést, akkor rájövünk, hogy a megismerés a figyelemmel jár együtt. A magyar nyelv igen jól megmutatja ezt. A megfigyelő megfigyel a

megfigyelés folyamatában. Valójában ez azt jelenti, hogy ahol a figyelem, ott a tudás. Amit a figyelmünkkel átfogunk, az alkotja azt az érdeklődési kört, ami a tudást kialakítja. Ez azt is jelenti, hogy először fel kell ébrednie bennünk a tudásszomjnak ahhoz, hogy a figyelmünket egyáltalán ráfordítsuk valamire, ami tudássá alakul. Létezésünk alapján a tapasztalatszerzés körül forog. A megfigyelő, megfigyelés folyamata, megfigyelt, ugyanazt jelenti mint a tapasztaló, tapasztalás folyamata, tapasztalt. Az egyén, mint szubjektum, a tapasztaló intelligencia, a saját magától különállónak érzékelt világban, mint objektumban, mint a megtapasztalni valóban egyfolytában tapasztalatokat szerez, megismer a tapasztalás folyamatában. Minél szélesebb kört fog át a tapasztalata, a tudása annál nagyobb.

A **Rk Véda** a tudás teljességét (Samhita) képviseli.

<b>Rk Véda</b>
<p>Holisztikus (teljesség) minősége az intelligenciának</p> <p>A csendben levő dinamizmusnak, a transzcendens tudatnak az ismerete.</p> <p>A Rishi (megfigyelő), a Devata (megfigyelés folyamata), és a Chhandas (megfigyelt, megfigyelés tárgya) minőségek együttese (Samhita), a teljesség minősége.</p>

A Rk Védából, mely a teremtés teljesség értékét (Samhita) képviseli, emelkedik ki a teremtés összes aspektusa. Az első stádiumban a Rk Véda felveszi a Rishi (megismerő), Devata (megismerés folyamata), Chhandas (megismerés tárgya) minőségeket. Habár a Rk Véda nem más mint tiszta tudás, ezen értékek mint alapelvek már léteznek benne. Mikor azt mondjuk, hogy a tiszta tudás önmagára tudatos, máris három értéket különítünk el: a tiszta tudat tudatos, megfigyeli saját magát (Rishi), a tudatosságban önmagára irányultságának folyamata (Devata), az önmagára való tudatosság (Chhandas). A tiszta tudatban felébred a saját magára való tudatosság. Ugyanúgy ahogy az egy vezet a háromhoz, úgy vezet a három, a három egymásra hatása és ezen kölcsönhatásokból származó egyéb aspektusok által az örökkön távoluló lehetőségek végtelen számához. Annak ellenére, hogy a különböző minőségek kölcsönhatásai aszimmetriát, torzítást okoznak, a tiszta tudat megnyilvánulatlan marad. Mégis ez a kiemelkedés-visszaolvadás, ez a vibráció-mozdulatlanság, ez a dinamizmus-csend a megnyilvánulatlanon belül egy struktúrát, szerkezeti felépítést eredményez. A szerkezeti felépítés az eredménye a szimmetria látszólagos megtörésének. Ezen folyamatokon keresztül válik a megnyilvánulatlan intelligencia, a tiszta tudás, az Egyesített Mező megnyilvánulttá. Ez a kezdő lépése az abszolút tudatból a saját egyéni tudatunk, mint a szubjektív aspektus, és a tudatunkon kívül érzékelt világ, mint objektív aspektus kialakulásának, és a két aspektus közötti vizsgálódás, tapasztalatszerzés elindulásának.

A Rk Védának a Samhita (teljességet jelentő) minősége tehát a teremtés első stádiumában felveszi a Rishi (megfigyelő), Devata (megfigyelés folyamata), Chhandas (megfigyelt) minőségeket. Ezen minőségeket fejezi ki a Sama Véda, Yajur Véda, és Atharva Véda.

A **Sama Véda** a megfigyelő minőségek összessége. Azon minőségek összessége, melyek Rishi értéket képviselnek, melyek a megfigyelő intelligenciával kapcsolatosak. A megnyilvánulás folyamán ezen értékek fejezik ki azon intelligenciákat, melyek mint megfigyelő, tapasztaló, teremtő nyilvánulnak meg. Ezek a minőségek foglalják össze az élet szubjektív oldalát.

A **Yajur Véda** azon minőségek összessége melyek Devata értéket képviselnek, melyek a megfigyelés folyamatával kapcsolatosak. A megnyilvánulás folyamán ezen minőségek megnyilvánulásai lesznek felelősek a teremtésért, a teremtés fenntartásáért és a teremtés felosztásáért.

Az **Atharva Véda** azon minőségek összessége melyek Chhandas értéket képviselnek, melyek a megfigyelés tárgyával, a megfigyeléssel, megismerttel kapcsolatosak. A megnyilvánult szinteken ezen minőségek megnyilvánulásai eredményezik a megnyilvánulás sokféleségét. Ezek a minőségek foglalják össze az élet objektív oldalát.

Sama Véda	Yajur Véda	Atharva Véda
<p>A megfigyelő intelligenciával kapcsolatos minőségek összessége.</p> <p>A megnyilvánulás folyamán ezen értékek fejezik ki azon intelligenciákat, amelyek mint megfigyelő, tapasztaló, teremtő nyilvánulnak meg.</p>	<p>A megfigyelés folyamatával kapcsolatos minőségek összessége.</p> <p>A megnyilvánulás folyamán ezen minőségek megnyilvánulásai lesznek felelősek a teremtésért, a teremtés fenntartásáért és a teremtés felosztásáért.</p>	<p>A megfigyelés tárgyával, a megfigyeléssel, megismerttel kapcsolatos minőségek összessége.</p> <p>A megnyilvánult szinteken ezen minőségek megnyilvánulásai eredményezik a megnyilvánulás sokféleségét.</p>

A megnyilvánulás szintjein fejeződik ki az intelligencia megnyilvánulatlan, vagy éppen megnyilvánult mivoltában. A megnyilvánultságtól függően 4 szintet különböztethetünk meg:

1. A tiszta lét állapota, a természet, a teremtés szerkezetét és a teremtés folyamatát irányító erőknek transzcendens, megnyilvánulatlan szintje, a személytelen Önvalónk otthona. Ez a tiszta tudat szintje.
2. Az intuíció szintje, a megnyilvánulás finomabb szintje, az intellektus legfinomabb szintje
3. A gondolkodás szintje, a megnyilvánulás durvább szintje.
4. Az érzékszervi érzékelés szintje, a megnyilvánulás legdurvább szintje.

Vannak irodalmak, melyek a megnyilvánulás szintjeit dimenzióknak hívják. Más és más irodalmakban a megnyilvánulás szintjeinek más és más neveket adnak, de mindegyikben közös, hogy a szintek a megnyilvánulás finomsága szerint vannak csoportosítva. Egy másfajta csoportosítás szerint a következők a megnyilvánulás szintjei a finomtól a durvább szintek felé haladva:

1. Abszolút, amit helyenként Istenként említenek
2. Kauzális sík, ok-okozati sík
3. Mentális sík (5. dimenzió)
4. Asztrális sík (4. dimenzió)
5. Anyagi sík (1-3. dimenzió)

Az Abszolút az a Tiszta Lét állapota, az egyesített mező, a transzcendens, az Isten. A kauzális sík az ok-okozati törvények síkja, ahol a megnyilvánulást kiváltó ok működésbe lendül. A mentális síkon a megnyilvánulás eredményeként kialakul az elme, létrejönnek a gondolatok, s a gondolatformátumok egy mentális világot építenek fel. Az asztrális sík a megnyilvánulásnak a mentálisnál durvább szintje, ez az érzelmek szintje. E típusú csoportosításnak a hiányaként megemlíteném, hogy a mentális és asztrális síkot nem lehet tisztán elválasztani egymástól, hiszen alig van gondolat érzelem nélkül és alig van érzelem gondolat nélkül. Az anyagi sík pedig egyértelmű, az érzékszervekkel érzékelhető anyagi világot jelenti.

A Tiszta Tudatnak a megnyilvánulása folyamán a következő objektív megjelenéseivel találkozhatunk:

1. egyesített mező
2. anyagi mezők és kényszerítő mezők (a kényszerítő mezők: elektromágnesesség, gyenge és erős vonzás, gravitáció; pl. az alacsony rezgésű elektromágneses mező az elektromos áram, a magas rezgésű elektromágneses mező a fény)
3. elemi részecskék
4. atomok
5. molekulák
6. DNS
7. sejtek
8. szövetek, szervek
9. egyén
10. társadalom
11. bolygók, csillagok
12. naprendszerek
13. galaxisok
14. univerzum

Ha jobban belegondolunk, akkor a megnyilvánulás különböző megjelenéseivel foglalkoznak a jelenleg ismeretes tudományágak is. A bolygókkal, naprendszerekkel, galaxisokkal foglalkozik a csillagászat. Az egyénnel és társadalommal foglalkoznak a társadalomtudományok alatt értendő ágak. A molekulákkal, DNS-el, sejtekkel, szövetekkel, szervekkel foglalkozik a biológia. Az elemi részecskékkel és az atomokkal foglalkozik a kémia és a különböző erőkkel, valamint a különböző mezőkkel foglalkozik a fizika. Egyelőre a tudomány hivatalosan még nem ismerte el a megnyilvánulások alapjánál lévő közös mezőt, az egyesített mezőt, de hamarosan ez is be fog következni.

Mint ahogy láttuk, a Tiszta Tudat az, ami megnyilvánul a megnyilvánulás különböző szintjein, mint elektromosság, mágnesesség, atomok, sejtek, bármilyen anyagi megjelenés, társadalom, stb... Vizsgáljuk meg ezeket a következő táblázat alapján a számok tükrében is.

<b>név</b>	<b>számok</b>	<b>méret</b>	<b>megjegyzés</b>
egyesített mező	1 egyesített mező létezik	$10^{-35}\text{m}$	a természeti törvények megnyilvánulatlan otthona
kényszerítő és anyagi mezők	4 kényszerítő mező 24 anyagi mező létezik	$10^{-18}-10^{-31}\text{m}$	az egyesített mező első relatív megnyilvánulásai
elemi részecskék	24 fermi elemi részecske plusz a bosonikus részecskék	$10^{-18}-10^{-31}\text{m}$	rezgő részecskék, a legkisebb vibráló megnyilvánulások
atomok	egy atomban az elemi részecskék száma pár százig mehet	$10^{-10}\text{m}$	elemi részecskék szabályos gyűjteménye
molekulák	egy makromolekulában pár ezer atom lehet	$10^{-9}\text{m}$	atomok szabályos gyűjteménye
DNS	a DNS-ben pár százmillió molekula van	$2 \times 10^{-9}\text{m}$	molekulák szabályos gyűjteménye
sejtek	24 DNS van egy sejtben	$10^{-5}\text{m}$	komplex molekulák szabályos gyűjteménye, a sejt általában tartalmazza az organizmus DNS-ét
szövetek, szervek	több milliárd sejt van a szövetekben, szervekben	$10^{-1}\text{m}$	sejtek szabályos gyűjteménye
egyén	40-50 szövet és szerv van egy emberi testben	$10^0\text{m}$	szövetek, szervek szabályos gyűjteménye
társadalom	több mint 5 milliárd ember él a földön	$10^4\text{m}$	a társadalom egyénekből áll
bolygók, csillagok	több száz társadalom van a földön	Nap: $10^9\text{m}$ Föld: $10^7\text{m}$	a földön társadalmak vannak
naprendszerek	a naprendszerünkben 1 Nap és 9 bolygó van	$10^{12}\text{m}$	csillagok és bolygók bizonyos rendezettség szerinti gyűjteménye
galaxisok	$10^6-10^{13}$ csillag van egy galaxisban	$10^{21}\text{m}$	csillagok és naprendszerek bizonyos rendezettség szerinti gyűjteménye
univerzum	$10^{11}$ galaxis van a megfigyelhető univerzumban	$10^{27}\text{m}$	az univerzum és minden ami benne található, a legkisebbtől a legnagyobbig, az egyesített mezőn belül csírában már megtalálható



A teljes átláthatóság kedvéért összefűzzük egyetlen táblázattá a megnyilvánulás szintjeit, a tapasztalás szintjeit, és a különböző szinteken levő megnyilvánulásokat, másnéven az objektív és a szubjektív aspektusok szintjeit megnyilvánulásuk szerint. A tapasztalás leírása oszlop lentől felfelé bontja ki az értelmét.

<b>5 őselem</b>	<b>Anyagi megjelenés formátumai</b>	<b>A megnyilvánulások megjelenései</b>	<b>A tapasztalás szintjei</b>	<b>A tapasztalás leírása</b>
éter	üresség, tér: az univerzum átítatottsága	tér-idő kontinuitás, mely összeköti a különböző eseményeket, helyszíneket, tárgyakat	teljes megértés: teljes értelemmé összeállítás, koordináció	a tapasztalatok egy folytonossággá állnak össze, a múlt tapasztalatai összefűződnek egy szála, az én érzet szintje
levegő	légnemű: érezhető, de nem látható, közvetítő közeg	különböző mezők: gravitáció, elektromágneses mező	érzelmi elme: ítélőképesség, vélemény, nézet alkotás	relatív minőségek társulnak a tapasztalathoz (szeretem - nem szeretem, hideg - meleg), melyeket társadalmilag elfogadott alapelvek alapján alakítunk ki
tűz	hő és fény: romboló és sugárzó, mint ahogy a tűz egyrészről felemészt a dolgokat és másrészről hőt és fényt sugároz a környezetbe	térben és időben terjedő sugárzó energia: pl. fény, hullámok (hang)	intellektus: jelentéssé összeállt tapasztalat, értelmezés	az érzékszervi érzékelés által szolgáltatott információk az elmében való felismerése utáni tapasztalat jelentéssé áll össze, szimbolikus értelmezés
víz	cseppfolyós: változó és transzformálódó: mint ahogy a víz alakot változtatva különböző formákat vesz fel	mozgó mintázatot felvevő, formát változtató energia	tapasztaló elme tudatossága: fölismerés	az anyagi összetevőkből kialakult forma fölismerése az elmében a már meglévő, elraktározott mintákkal való összehasonlítás alapján
föld	szilárd: egymástól elkülönülő: különböző formájú tárgyak kialakulása: mint pl. az agyagból különböző edényeket lehet formázni	formával rendelkező tárgyak	test és az érzékszervek	anyag szintje, az összetevők formát alkotnak, az érzékszervi érzékelés kapcsolata az anyaggal

## A teremtést létrehozó és fenntartó erők magyarázata a Védikus Irodalomban

A teremtés létrejöttéért, fenntartásáért felelős erőknek a tudását a Védikus irodalom 6 különböző kötetgyűjteménye tartalmazza, melyek összefoglaló neve a Veganda. Ezen kötetgyűjtemények pedig a Shiksha, Kalp, Vyakaran, Nirukt, Chhand és a Jyotish.

Világunk, a mozdulatlan Abszolút Létből származik, mely önmagától létező és örökérvényű. Az Abszolút lét a tiszta tudat, tiszta intelligencia hullámmozgása. A tiszta tudat a pusztán létnek egy állapota, a pusztán létezésnek egy megnyilvánulatlan valósága, mely határtalan és egyedülálló. Ez a minden lehetőségek teljessége, végtelen csend és végtelen dinamizmus. Ez egy önmagában teljes és önmagát irányító állapot. A megnyilvánulatlan Abszolút Intelligenciában benne rejlik a kifejeződés hajlama, egy látens erő, ami által az Abszolút Lét, a megnyilvánulatlan Abszolút Intelligencia vibrálni kezd. A **Shiksha** a Tiszta Tudat kifejeződési hajlama, az erő ami által a Tiszta Tudat vibrálni kezd.

A vibrálást követően egy transzformáló erő által szubjektív természetet felöltve mint Elme, objektív természetet felöltve mint világ megnyilvánul. A megnyilvánulás ezen szintjén a Tiszta Tudat az abszolútból a relatívba, másnéven a megnyilvánulatlanból a megnyilvánultba transzformálódik. Ez a transzformáló erő a Kalp. A Védikus irodalom **Kalp** fejezete leírja miként lehet az egység az alapja a különbözőségeknek, hogyan lehet a Lét az alapja a létezésnek. A megnyilvánulást úgy kell érteni, mint egy tükröződést, és nem pedig mint egy átalakulást. A tükröződés során a Tiszta Tudat megőrzi saját természetét, és az Elme mint tükörcső jelenik meg. Ha átalakulásról lenne szó, akkor amiből az Elme kialakul, elvesztené a természetét, de nem erről van szó. A Tiszta Tudat mindig saját maga marad, a változatlan, legyőzhetetlen, örökérvényű, végtelen minőségében, miközben az Elme mint saját magának a tükröződése megnyilvánul. Az Elme megnyilvánulása után következő lépésként kialakul az elme működését lehetővé tevő működési mechanizmus, valamint az érzékeken keresztüli érzékelés működési mechanizmusa. Ezután az elme és az érzékek valósága anyagivá válik és létrejön az anyag, hogy megalkossa a testet amelyen keresztül az öt érzék kifejeződik. Ez az érzékek, az idegrendszer és a test kialakulásának folyamata, mely a megnyilvánulatlan Abszolút Lét vibrálása utáni transzformációból emelkedik ki, s az örökkön táguló lehetőségekhez vezet.

Ez a kiemelkedés, kibontakozás minősége, a **Vyakaran**. A teremtés bármely megnyilvánulása a megnyilvánulatlan Abszolút Létből emelkedik ki és ebbe húzódik vissza. Ezt a kiemelkedést és visszahúzódást, a teremtést és felosztást ugyanúgy, mint az univerzumban fennálló bármely kölcsönhatást törvények irányítják melyeket a Természet Törvényeinek nevezhetünk. A tiszta tudat, az összes törvényt magában foglalja. A tiszta tudat a teljes teremtés összes törvényének és megnyilvánulásának a forrása, a quantum-mechanikai szinttől a megnyilvánult szinten levő elemi részecskéken, az atomokon, sejteken, biológiai rendszereken át a földi és kozmikus életig és a teljes univerzumig. A Tiszta Tudatnak látens magában rejlő megnyilvánulatlan struktúrája, szerkezeti felépítése eredményezi a megnyilvánult szintek szerkezeti felépítését. A megnyilvánult teremtés sokfélesége és változatossága nem más mint a megnyilvánulatlan abszolút Lét egysége megnyilvánult relatív állapotaiban. Az abszolút és a relatív közösen, együtt alkotja az élet teljes igazságát. Száz százalék abszolút és száz százalék relatív létezés együttvéve képezi a száz százalékos életet a teremtésben.

Az abszolút és a relatív kapcsolata:

↑ Relatív	Szubjektív aspektusában: az elme	Objektív aspektusában: Test, érezkszervek, anyagi világ	Karma területe, a cselekvés területe (tapasztalatszerzésre való terület, tevé- kenységünk területe)	Egyéni intelligencia (szubjektív termé- zetében: elme, objektív természe- tében: világ)
↑ Abszolút	A Lét		Lét területe (a lét területe, tudatunk tiszta, torzításmentes álla- pota, Tiszta Tudat)	Kozmikus intelligencia (alaptermészetében benne rejlik a mindenható kreativitás)

Ez az ábra teljes értelmét a további oldalak elolvasása után bontja majd ki.

Bármilyen megnyilvánulás, vissza is tér az abszolútba. Ez biztosítja az egyensúlyt a természetben. Ezt az abszolúthoz való visszatérést fejezi ki a **Nirukt**. Ennek a megnyilvánulásnak, visszahúzódnak az eredményeként körfolyamat alakul ki a teremtésben. Ez a körfolyamat periódusokra osztható. Ilyen például az Abszolút – Teremtés tágulása – Teremtés visszahúzódnak, vagy Abszolút – Élet periódus – Halál periódus, de ilyen a mélyalvás – ébrenlét – álmok körfolyamat is. Ismerjük a híres mondást: Ami fenn, úgy lenn. Ez azt jelenti, hogy a teremtés bármely szintjének szerkezete ugyanaz. A mélyalvás – ébrenlét – álmok körfolyamat ismétlődése megtanít bennünket az Abszolút – Élet periódus – Halál periódus ismétlődésének jellegzetességeire, valamint az Abszolút – Teremtés tágulása – Teremtés visszahúzódnak körfolyamatának ismétlődésére. Az előző teremtések jellegzetességei, tapasztalatai jelennek meg a soron következő teremtésben. Ugyanígy az élet során összegyűjtött tapasztalatok benyomások is elraktározódnak, melyek hatnak a soron következő életperiódus alatt az Elme kialakult természetére. Az Elme az előző fejlődési periódusaiban elért tapasztalat benyomások révén veszi fel jelenlegi állapotát. Ugyanolyan ez, mint amikor az álmunkban az előző napi események jelennek meg dominánsan. Az ébrenlét folyamán összegyűjtött tapasztalatokról álmodik nagyrészt az ember, mely tapasztalat benyomásokat a mélyalvásba is belevisz, másnap az addig összegyűjtött tapasztalatok, benyomások eredőjeként ismerjük fel újból személyiségünket, s folytatjuk a napunkat.

A fent említett körfolyamat a teremtésnél azt jelenti, hogy a teremtés megnyilvánul, kiteljesedik, majd visszahúzódnak abszolút mivoltába. Amennyiben a teljes teremtés-visszahúzódnak létfolyamatát világekorszaknak hívjuk, úgy a kiteljesedés periódusát világnappalnak, a visszahúzódnak pedig világ éjszakának.

A világekorszak időtartama 8.640.000.000 földi év.

A világnappal időtartama 4.320.000.000 földi év.

A világ éjszaka időtartama 4.320.000.000 földi év.

Egy világnappal 1000 földi korszakra osztható. Egy földi korszak időtartama 4.320.000 év.

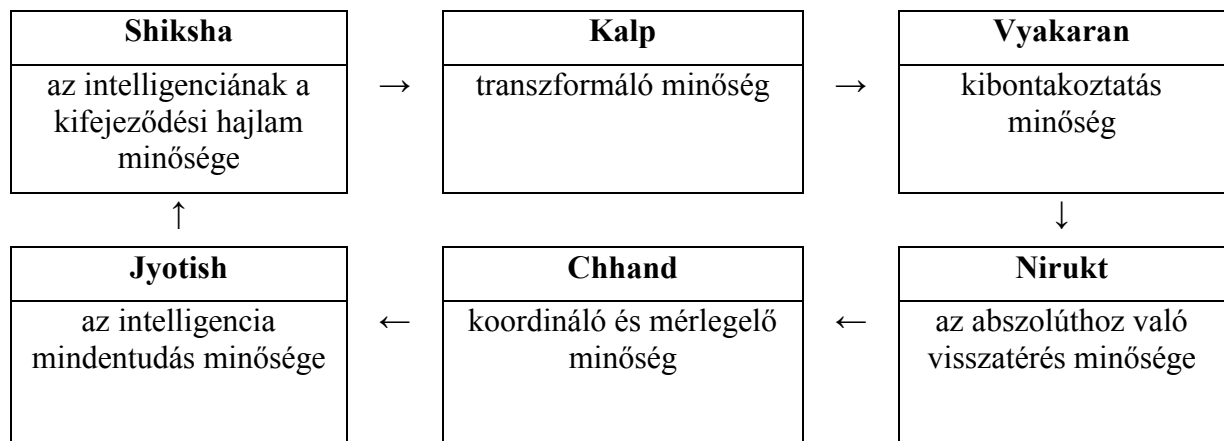
Egy földi korszak alatt megfigyelhetjük a tudat anyagba irányultságának, az anyagi világgal azonosulásának a folyamatát, majd ennek ellenkezőjét is, mikor a tudatban az intelligencia minőségei veszik át folyamatosan a dominanciát. Attól függően, hogy a kollektív tudatban az intelligencia, vagy az anyag minőségei dominálnak jobban, négy periódusra osztható fel egy földi korszak. Ezeknek a periódusoknak juga nevet adnak egyes irodalmakban.

Jelenleg a kollektív tudatban az anyagi minőségek dominálnak. Ilyenkor a társadalom nagy része legfőbb értéként a pénzt és az anyagi javakat fogadja el, figyelmét teljesen leveszi a tudati fejlődésről, az intelligenciáról, elfordul a természetet irányító intelligencia természetes irányvonalától, káosz, szenvedés, elégedetlenség jelenik meg az emberekben, s ezek következményeként az anyagi világban természeti katasztrófák sújtanak.

Amikor a kollektív tudatban az intelligencia értékei dominálnak, harmónia, boldogság, elégedettség jelenik meg általános érzésként az emberekben, s mivel a természetet irányító intelligenciával teljes összhangban élnek, gondolkodnak, cselekednek az emberek, problémák nélküli általános jólét köszönt be. Ezt nevezik földi mennyországnak.

A megnyilvánulás és az abszolúthoz való visszatérés örökös egyensúlyához egy térben és időben való koordinálást, felmérést, mérlegelést kell biztosítani, melyért a **Chhand** a felelős.

A tudatosság mindkét aspektusának (abszolút és relatív) az együttes fennállása, a mindentudást, a **Jyotish**-t eredményezi.



### **Az abszolút Lét, másnéven Tiszta Tudat, valamint az abszolút megnyilvánulásából létrejött relatív egyéni tudat közötti kapcsolat és a magasabb tudatállapotok**

A Védikus irodalom következő 6 fejezetének összefoglaló neve az Upanga, mely a Nyaya, Vaisheshik, Samkhya, Yoga, Karma Mimamsa, Védant kötetgyűjteményeket foglalja magába. Ezek rávilágítanak a különböző tudatállapotokra, bemutatják az abszolút Tiszta Tudat, valamint a Tiszta Tudat megnyilvánulásából létrejött egyéni tudat jellemzőit, feltárják az egyéni tudat működésének, a karmának a területét, valamint a Lét, az abszolút Tiszta Tudat területét. Feltárják a magasabb tudatállapotok jellemzőit, valamint ezek elérésének módját. Rendszerbe foglalják az ember által az abszolút és relatív területeken létrejöheto összes tapasztalatot.

Az abszolút, a tiszta tudat, a Lét vibrálni kezd és megnyilvánul. A tiszta tudatban felébred a saját magára való tudatosság. Ez által első lépésként mint megfigyelő a tudatosságra való ébredés folyamatával megfigyeli saját magát. Ugyanúgy ahogy az egy vezet a háromhoz, tehát az abszolút vezet a megfigyelőhöz, a megfigyelés folyamatához és a megfigyelthez, úgy vezet a három az örökké táguló lehetőségek végtelen számához, kialakul a relatív világ az abszolútból. Megfigyelőként, szubjektív természetet öltve elmévé válik, megfigyelteként objektív természetet öltve pedig anyaggá alakul. Mivel a tiszta tudat nyilvánul meg, mind szubjektív mind pedig objektív mivoltában intelligenciát képvisel. Tehát intelligencia az elme is és az anyag is. A szubjektív mivolta az alapja saját elméneknek, objektív mivolta az alapja az elménken kívül érzékelt világnak. Saját elméneknek az abszolútból való kialakulásakor

elkülönítve érzékeljük a látszólag az elménken kívül levő világot. Az abszolút tudat egyéni tudattá alakul. Ez az elkülönülés az ára az emberi tudatunknak. Az elkülönülés által jön létre a tér és jöhet létre a vizsgálódás, a tudásszerzés. Gondoljuk át ezt egy rövid példán. Vegyük pl. a színeket. A fehér papíron ha fehérrel rajzolunk akkor nem érzékelünk semmit. Ha a fehértől eltérő színnel rajzolunk, például pirossal, akkor azt elkülönülten érzékeljük a fehér háttértől. Ha csak fehér szín lenne, akkor nem lenne sem piros, sem semmilyen szín, sőt még a szín fogalma is értelmét veszítené. Ugyanez a helyzet az abszolúttal és a tudatunkkal. Az abszolútban nincs vizsgálódás, mert csak önmaga létezik, a lét. Amikor az abszolútból a tudatunk (a megfigyelő) elkülönül szubjektív mivoltában, tehát különböző lesz az abszolúttól, akkor jön létre a vizsgálódás lehetősége (a megfigyelés folyamata), s az objektív, rajtunk kívül érzékelt világ (a megfigyelt), amit másként érzékelünk magunktól. Ezt érdemes nagyon figyelmesen átgondolnia az olvasónak, mert ez az egyik alapja a különböző tudatállapotok megértésének!

Tehát még egyszer: az abszolútból, ahol nincsen megkülönböztetés, ahol minden egységként létezik, létrejön az egyéni tudat, mely elkülönülten érzékeli a látszólag tőle eltérő dolgokat, figyelme mindig valamire irányul, megkülönböztet, mindig valaminek a viszonylatában érzékel, tapasztal. Az egyéni tudat, figyelme egy bizonyos állapotában teljesen a megnyilvánulás legdurvább szintjére, az anyagi világra összpontosul, és tévesen saját magát is ezzel a rész igazsággal azonosítja. Mivel a megnyilvánulásnak ez a szintje csak egy része az egésznek, ezért nem képezheti a végső teljes igazságot. A tudat ekkor nem fogja át a megnyilvánulás összes szintjét, csak az anyagi világra összpontosul, az anyagi minőségek fokozatos áthatják, elszakad az Istenitől, elszakad a Tiszta Tudattól és elfelejti azt. A fejlődés egy bizonyos szakaszában a kifele, az anyagi világra irányuló figyelem már nem tölti el elég boldogsággal az elmét, és a tudás útjára lép. A kifele irányuló figyelem irányt vált és befele irányuló figyelemmé válik. Ekkor az anyagi értékek helyett fokozatosan az intelligencia értékei kezdenek dominálni az elmében, a figyelme már nem csak a megnyilvánulás legdurvább szintjére összpontosul, hanem fokozatosan átfogja a megnyilvánulás finomabb szintjeit is. Hogyan lehetséges ez a váltás? Az elme mindig a nagyobb boldogságot keresi. A megnyilvánulás relatív területein a boldogság értéke is csak relatív lehet. Rövidebb hosszabb ideig az elme ráakad pillanatnyi boldogság tartamra, de az állandó boldogságot nem leli. Az egyik tapasztalatról átugrik a másikra, hátha ott nagyobb boldogságot talál. Egy idő után a relatív világ kínálta lehetőségek kimerülnek, az elme a tudás útjára lép és abszolút Tiszta Tudat felfedezésével megtalálja az abszolút boldogságot. Ekkor, mivel az idegrendszer még nem elég tiszta, az elme nem tudja megőrizni az abszolút boldogságot teljes terjedelmében, és kiesik ebből az állapotból. Viszont az abszolút megtapasztalása olyan élménnyel tölti el az elmét, ami nem hasonlítható semmilyen a relatív világ kínálta boldogsághoz, így újból és újból visszavágyik az elme ehhez a Tiszta Tudat állapothoz. Minél többet időzik ebben az állapotban az elme, annál jobban áthatja, s végül mikor teljesen áthatotta, egy idő után már nem vész el. Ekkor az elme visszatalál eredeti, méltó állapotába. Ez a megvilágosodás.

A **Nyaya** képviseli az intelligenciának azt a minőségét, mely egyidejűleg tapasztalja és felfogja a konkrét anyagi jellemzőket és az absztrakt, az anyagi szintnél finomabb szintű jellemzőket is. A megnyilvánulás szintjeinél láthattuk, hogy a tapasztalat szerzés folyamán miként épülnek fel a tapasztalás szintjei. A tapasztalás ezeken a különböző szinteken történik. Tapasztalási szint lehet például az anyagi szint, ahol az érzékszerveinkkel rögzítjük a tapasztalatokat, lehet az elme szintje, ahol az elme fontolgat, összehasonlítgat, lehet az intellektus szintje, ahol jelentéssé áll össze a tapasztalat, de lehet az Önvalónk szintje is amely a végső megismerő, tapasztaló. A tapasztalás legdurvább szintje az anyagi szint, melyen egy dologról a legdurvább szintű tapasztalatokat gyűjtjük be, mint például egy konkrét anyagról visszavert fény fizikai tulajdonságait. Ugyanazon körülmények között bármely megfigyelt anyag ugyanazon objektív jellemzőket produkálja. A tapasztalást azonban nem csak objektív,

hanem szubjektív jellemzők is befolyásolják. Ezek a megfigyelő jellemzői. Ezért lehetséges az, hogy különböző tudatállapotban levő megfigyelők más és más tapasztalattal rendelkeznek ugyanazon objektív dolog megfigyelése folyamán.

Egy példán keresztül nézzük meg, hogyan működik a Nyaya. A látás során a megnyilvánulás legdurvább szintjén, az anyagi szinten levő virágról (egy dologról konkrét jellemzőkkel) visszaverődött fény eléri a retinát a szemben, ahol az érzékelő sejtek egy része aktívvá válik, másik része pedig passzív marad. Ezen sejteknél még nem alakul ki semmilyen virágkép, ezek vagy aktiválódnak, vagy passzívak maradnak. A virágnak bizonyos jellemzői a retinában egy bizonyos számú sejtet aktivitásra készítenek. A sejtektől az információ tömeg számos állomáson keresztül az agykéreghez jut, ahol a sejtektől származó információ tömeget együttesen a virágként érzékeljük. A virág fogalma itt már egy absztrakt jellemző, túlmutat egy konkrét jellemzőkkel bíró dolgot, hiszen a virág fogalom például érzéseket is kelthet. A tapasztalatszerzés folyamán egy, a megnyilvánulás legdurvább szintjén levő konkrét jellemzőkkel rendelkező dolog, a finomabb szinteken levő absztrakt jellemzővé finomult. Így tartja fent a Nyaya az egyensúlyt a konkrét és az absztrakt között, az anyag és az intelligencia minősége között, így fogja át, így tapasztalja tudatunk a megnyilvánulás több szintjét egyidejűleg.

A tudás: a tapasztaló, a tapasztalás és a tapasztalt, más szavakkal a megfigyelő, a megfigyelés folyamata és a megfigyelt összességeként áll össze. A tudás, a megértés a különböző állapotaiban, más szóval tudatállapotokban, különböző. Attól függően, hogy elménk jelenlegi tudatosságának állapotában az anyag vagy az intelligencia értékei dominálnak jobban, hét különböző tudatállapotot különböztethetünk meg. Az átlag ember az első három tudatállapotot ismeri, de egyetlen valóságként csak a harmadikat fogadja el, mivel figyelme erre összpontosul. Korábban láthattuk, hogy az abszolút és a relatív együtt alkotja a teljes valóságot, ezért az abszolút megismerése nélkül csak rész igazságot kapunk. Ameddig tudatunk nem fogja át a megnyilvánulás össze szintjét, addig nem mondhatjuk hogy ismerjük a végső igazságot. Az abszolúttal először a transzcendentális tudatnál találkozunk, majd később, ahogy az abszolút áthatja tudatunkat, úgy érhetjük el a többi magasabb tudatállapotot.

A hét tudatállapot a következő:

1. Mély alvás. Ebben az állapotban nincs felfogás, nincs érzékelés.
2. Álmodás. Ez az állapot hasonló a mély alváshoz, annyi különbséggel, hogy az elménk az eltárolt, ébrenléti állapotban szerzett információkkal van elfoglalva, melyekből egy illuzórikus valóságot teremt. Ebben az állapotban az ember egy képzelet szülte valóságban találja magát.
3. Ébrenlét. Az elmének ebben az ébren levő, de nem megvilágosodott állapotában a tárgyról való érzékszerezés működik, de a Tiszta Tudatról nem vagyunk tudatosak. A tárgy érzete elnyomja a Tiszta Intelligenciát. Az érzékelésben az érzékelés tárgyait, mint a valóság egy „kiszínezett” változatát, egy „előítéletekkel tévesen felruházott” változatát érzékeljük. Minél több stressz van az idegrendszerben annál távolabbi képet kapunk a valóságtól.
4. Transzcendentális tudat. Ebben a tudatállapotban csak az abszolút teljesség vagyunk, a lét Tiszta Tudat állapotában, túl a relatív aspektusokon, túl az érzékelt dolgokon (gondolatok, érzéktapasztalatok, stb...), semmilyen relatív aspektust nem érzékelünk.
5. Kozmikus tudat. Megértjük, felfogjuk mind az abszolútat, mind pedig a relatív aspektusokat. Ebben a tudatállapotban a belsőt (a nem változó, Tiszta Tudat) és a külsőt (a változót, ami nem a Tiszta Tudat), mint elkülönített értékek ismerjük fel. Ez már a megvilágosodás állapota.

6. Isten tudat. Az elmének a Tiszta Tudatról alkotott tiszta belső képe alapján a külső érzékelés egyre élesebb, kifinomultabb, tisztább. Ez olyan, mint amikor valaki stabilizálja a belső erőt, azon belső értékeket, melyek a külső értékek határozott és tiszta, torzítás és félelemmentes megismeréséhez szükségesek. Amikor valaki ezáltal eléri a tisztaságnak és tökéletességnek legmagasabb elérhető szintjét, a külső relatív értékeket a belső abszolút értékek tökéletes, dinamikus megjelenéseként érzékeli.
7. Egység tudat. A teljes megvilágosodás eme állapotában a Természeti Törvények egyesített mezeje, az Önvaló, a Tiszta Tudat válik az egyetlen tapasztalattá. A teljes egységnek ez a tapasztalása átjárja az egyéni tudatosság minden szintjét, a gondolatot, a beszédet, a cselekvést. A megkülönböztető, eldöntő minőség fennmarad, tehát az elme felfogja a tudatosság ellentétes értékeit. Fennmarad a relatív értékek vizsgálatának lehetősége, de ahelyett hogy ezeket „kis teljességként” (úgy mint virág, hegy vagy galaxis) fogná fel, mindig a TELJESÉGET, az Egyesített Mezőt látja. A belső valóságot immár semmilyen külső tapasztalat nem homályosítja el, s a külső relatív értékek érzékelése örökkön éles marad. Ebben az állapotban az élet minden területén (relatív és abszolút, objektív és szubjektív) teljes élet élhető. A virág látható, de az Önvalót nem homályosítja el, a „kis teljességek” érzékelhetők, de a végtelenség nem árnyékolódik be. Egy hasonlattal élve ez olyan, mint ahogy az aranyműves látja a formát, de tisztában van, hogy minden forma aranyból van.

A Védikus Irodalom **Vaisheshik** fejezete a cselekvés, tapasztalatszerzés összes lehetséges formáját összegzi.

A **Samkhya** összegzi az összes létrejehető tapasztalat alapjául szolgáló alapértékeket. Ha jobban átvizsgáljuk az emberi fiziológia működését, akkor azt tapasztaljuk, hogy számok kombinációi teszik lehetővé számunkra azt, hogy különböző, a számokon túli tapasztalataink legyenek. Például számokon túlmutató tapasztalat a látás, mely során az aktiválódott (1-es számmal jellemezhető) és a nem aktiválódott (0-val jellemezhető) neuronok kombinációi szolgáltatnak információt a kép kialakításához. Számokon túlmutató tapasztalatok lehetnek még pl. gondolkodni a boldogságról, megvilágosodásról, vagy érezni a boldogságot, szerelmet, szánalmat, vagy hallani és élvezni a zenét, látni a virágot és tulajdonképpen az emberi tapasztalatok igen magas számú skálája. Tapasztalat nem csak a megnyilvánulás legdurvább szintjén, a fizikai világban lehetséges, hanem a megnyilvánulás összes szintjén. A Samkhya 25 alapértéket sorol fel melyek különböző arányú kombinációi megadják a cselekvés és tapasztalatszerzés bármely lehetséges formáját a megnyilvánulás összes szintjén. A Samkhya által felsorolt 25 alapérték:

- Purusha: ami az abszolút tiszta intelligencia, a transzcendens megtapasztalásával kapcsolatos
- Prakriti: ami az egyén nem megnyilvánult természetével kapcsolatos (mint egy még ki nem csírázott, de már megduzzadt mag)
- Mahat: ami az egyéni elmének a kozmikus elmével összhangban való széleskörű, átfogó gondolkodását biztosítja
- Ahamkar: én érzés, egyéniség érzése
- Manas: egyéni elme
- 5 Karmendriyas: a cselekvés szervei által való tapasztalás (nyelv mint a beszéd szerve, kezek, lábak, a kiválasztás és a szaporodás szervei)
- 5 Gyanendriyas: az érzékelés 5 módja (látás, hallás, tapintás, szaglás, ízlelés)
- 5 Tanmatras: anyagi megjelenés formátumai (légnemű, hő és fény, folyékony, szilárd, tér másnéven üresség)
- 5 Mahabhutas: az 5 őselem (tér, levegő, tűz, víz, föld)

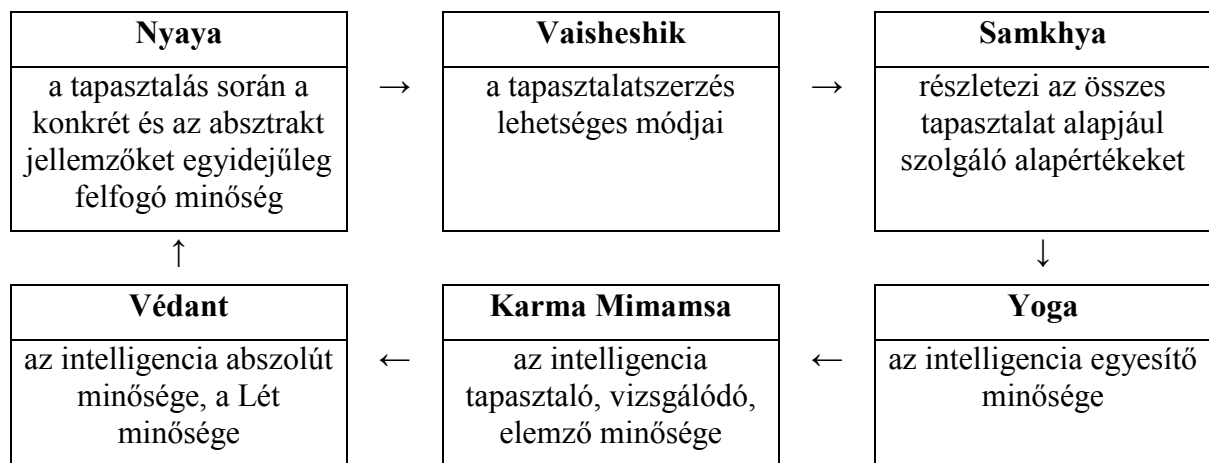
A **Yoga** által a tapasztalás átfogja a megnyilvánulás összes szintjét. A megismerő megismeri az abszolútot. Az abszolút minősége fokozatosan áthatja a megismerő elméjét. A relatívat kiegészíti az abszolút, a megismerés folyamata révbe ér. Miként megy ez végbe? A megismerés folyamatában a megismerő fokozatosan megismeri a megnyilvánulás finomabb szintjeit. Ez azt jelenti, hogy az anyagi minőségek kiegészülnek az intelligencia minőségeivel. Egy idő után a megismerő egyszer-egyszer, majd egyre sűrűbben megtapasztalja a legfinomabb szintet, a Tiszta Tudat állapotát, majd egyszer már a Tiszta Tudat állapota nem vész el. E folyamat során a megismerő ráébred, hogy bármely dolog atomokból áll, az atomok elemi részecskékből épülnek fel, az elemi részecskék egy bizonyos mező hullámzásai, s ráébred hogy ezek a mezők egy minden alapjául szolgáló egyesített mező megnyilvánulásai. Mikor a megfigyelő megtapasztalja a Tiszta Tudat állapotát ráébred, hogy ugyanez, az objektív világ alapjául szolgáló egyesített mező képviseli a saját szubjektumát jelentő intelligencia végső, torzítás mentes állapotát is, végső soron ráébred, hogy a szubjektivitás végső valósága megegyezik az objektívitás végső valóságával. A Yoga eszerint az intelligenciának az egyesítő minőségét tárja fel. A Védikus Irodalomban Patanjalinak a Yoga filozófia című könyve tárja fel ezt a területet, melyben többek közt leírja azt is, hogyan lehet a megnyilvánulás összes szintjét megtapasztalni. A megtapasztalás módszereként a meditációt említi. Hogyan tapasztalhatjuk meg, hogy mind az objektív és mint a szubjektív aspektus a Tiszta Tudatból, a Lét állapotából származik? Egy tanító által gondosan kiválasztott gondolatot felvéve a meditáció során ennek finomabb és finomabb állapotait tapasztaljuk meg. Ebben az esetben kezdetben a gondolat az objektum és a gondolkodó elme a szubjektum. A tapasztaló az elme, mely megtapasztalja a gondolatok egyre finomodó állapotait. Végül mind a gondolat, mind pedig a gondolkodó elme eljut a Tiszta Tudat állapotába, a transzcendensbe, ahol a gondolkodó összeolvad a gondolattal, megszűnik az objektum és a szubjektum különbsége, az egyéni elme kozmikussá válik, felveszi a tiszta intelligencia, a lét állapotát.

Mikor a megismerés folyamata révbe ér az egységben, a megismerőnek, a megismerés folyamatának és a megfigyeltnek a fogalma azonnal kiemelkedik. Ennek eredményeként felbukkan egy dinamikus aktivitás, a Karma, mely a tevékenységek vizsgálatának területe, egy tapasztalatszerzésre való terület. Ezen területen folytatott tapasztalatszerző, analizáló, vizsgálódó minőség pedig a **Karma Mimamsa**. A karmát sokan félreértelmezik. A karma cselekvést jelent. Minden ami cselekvés, az karma. Karma a beszéd, a gondolkodás, és a fizikai cselekvés is. A cselekvés nem más, mint bizonyos rezgésszámú rezgés, vibráció keltése. Egy alma felemelése is bizonyos vibrációt kelt, mely a levegőben tovaterjed. Amikor vibrációt keltünk, az tovaterjed, majd beleütközik a falba és visszaverődik a cselekvőre. A hatás és az ellenhatás egyenlő. Van amikor közélről verődik vissza, ilyenkor a visszahatás gyorsan megérkezik, van viszont amikor távolról verődik vissza, mint például egy távoli csillagról, ilyenkor pedig az ellenhatás később érkezik meg. Valakinek a cselekvése által keltett hatás mindig visszaverődik a cselekvőre, mert ő volt az, aki előidézte ezt. A cselekvés maradványaként tapasztalat-benyomások keletkeznek. A tapasztalat-benyomások a karma, a cselekvés legfinomabb maradványai. Az elme legfinomabb szintjén, ahol a Lét elmévé válik, tartják fenn létezésüket. Ezen a finom síkon kezdődik el a teremtés, és a karma, másnéven a cselekvés által keltett benyomások hatására a Lét felveszi az elme szerepét. Minél erősebb egy tapasztalat-benyomás, annál nagyobb kötő ereje van. A relatív szinteken nem tudunk kibújni a karma alól, sem a karma hatása alól, viszont csökkenteni tudjuk a tapasztalat-benyomások kötő erejét. Ekkor a megnyilvánulás legfinomabb szintjén, az ok-okozati törvények ugyanúgy fenntartják létezésüket, mi csak annyit teszünk, hogy az elmében egy olyan helyzetet teremtünk, mely során a cselekvés nem hagy olyan erős benyomást bennünk. A karma filozófiája megtanít bennünket arra, hogy ha a tiszta tudat megfelelőképpen áthatja elménket, akkor a cselekvés által létrejött benyomások nem fogják elnyomni az elme alap természetét. Az elme alaptermészete nem a vándorlás. Ezen sokan még csak nem is gondolkodtak. Az elme alaptermészete a tiszta



boldogság tudat. Mikor ezzel átítatódik az elme, a cselekvés a lét szintjéről működik, és a karma elősegíti az élet evolúciós irányát.

A Yoga és a Karma Mimamsa együtt a **Védant** teljesen ellentétes minőségeként találja magát. A Védant a magára hagyott teljesség, amely teljesen éber, maga a lét. Az a teljes minőség mely magasabb rendű, több, mint szimplán a tudatosság részeinek gyűjteménye. A lét természetében megnyilvánulatlan, a karma az, amely miatt megnyilvánul. A lét abszolút, tiszta tudat, míg a karma a tudatos elmén alapul. A lét, a tiszta tudat, a karma következtében nyilvánul meg, veszi fel az elme szerepét. A lét természetében végtelen egység, a karma az, ami az egységen belül kialakítja a különbözőségeket. Így annak ellenére, hogy a lét az eredete a karmának, mégis természetében a karma teljesen ellenkezője a létnek.



**A valóság két értéket egyszerre tartalmazó szerkezetének a tudása a Védikus Irodalomban, azaz a megnyilvánult és a megnyilvánulatlan együtt képviseli a teljes valóságot.**

A Védikus Irodalom következő kétszer hat csoportba osztható kötetgyűjteményeinek összefoglaló neve Upa-Véda. Ezek megmutatják nekünk a világ valódi arcát. Felhívják figyelmünket, hogy az anyagi világ egyetlen valóságának látszata nem a teljes valóság. A valóság két értéket egyszerre tartalmaz szerkezetében: elsődleges-másodlagos. A teljes valóságot a megnyilvánult és a megnyilvánulatlan együtt képviseli. Amikor a Tiszta Intelligencia, a Tiszta Tudat megnyilvánul anyagi világgént, akkor az intelligencia a háttérbe vonul. Az anyagi teremtés lesz az elsődleges, de mögötte mindig is ott áll az intelligencia. A Chandras, a megnyilvánulás sokrétősége elrejt a Vedát, ezért a Véda mögöttes lesz és nem elsődleges. Az Upa-Véda jelentése mögöttes, másodlagos Véda, ezért kapta ez a csoport ezt a nevet. Ezen aspektusok továbbá rávilágítanak a különbségek egysége fogalom mögött levő tartalomra, és a valóság három az egyben alapszerkezetére, melyet a Samhita, Rishi, Devata, Chhandas aspektusokkal határoztunk meg.

A fent említettek teljes megértése, és ezen elvek elsajátítása tökéletes egészséghez vezet, tökéletesíti az oktatást, a kormányzást, a gazdaságot, felvirágoztatja az élet minden oldalát.

A **Gandharva Véda** az intelligenciának a harmonizáló, összehangoló minősége. A részeknek a harmonikus egységhez hangolásának a tudománya, az egyénnek a természettel teljes összhangba hangolásának az ismerete.

A **Dhanur-Véda** bemutatja azt, hogy hogyan tartja fent az intelligencia változatlan, önmagában teljes, tiszta természetét, miközben a megnyilvánult teremtésben támogatja a változást, elősegíti a transzformációt. Ez a minőség biztosítja minden változás tökéletes egyensúlyát,

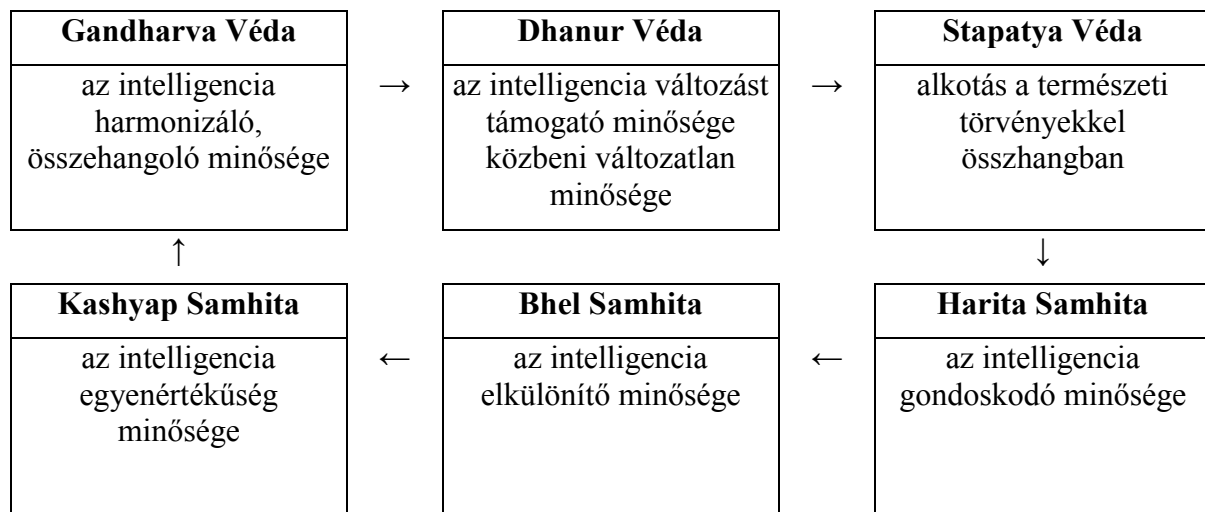
rendjét, folyamatosságát és evolúciós irányát. Egy példával illusztrálva ezt, az emberi fiziológiában ennek a tulajdonságnak a megnyilvánulásaként megfigyelhetjük, ahogy a test egysége fennmarad, miközben sejtjei folyamatosan elhalnak és helyettük újak keletkeznek.

A **Stapatya Véda** a természeti törvényekkel összhangban való alkotás tudománya. Mind az egyéni mind pedig a kozmikus szinteken a Stapatya Véda képviseli annak a tudományát, ahogy tökéletes rendet, a természeti törvényekkel való harmonizáltságot hozunk létre a dolgok szerkezetében. A teljesség tökéletességének létrehozása a részekből a mindentudás által. Tökéletes rendet teremt a részek között, és a részek és az egész között. Ez a rend jellemzi a teremtés összes aspektusát és a megnyilvánulás minden szintjét.

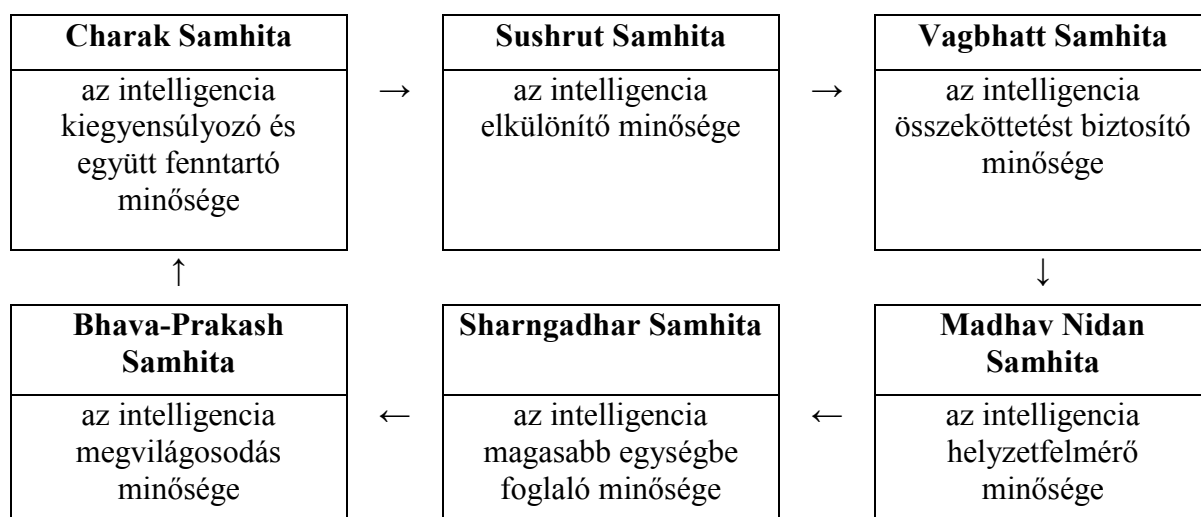
A **Harita Samhita** az intelligenciának a gondoskodó, fenntartó minősége. Ez az erő biztosítja a részek fennmaradását a teljesség mindentudása által.

A **Bhel Samhita** bemutatja, ahogy az intelligencia a fejlődés folyamán egyensúlyt tart az alkotó és romboló erők között. A Védikus irodalomban a Bhel a természeti törvényeknek a védelmet nyújtó aspektusa. Elkülöníti a változás folyamatában a nem kívánt elemeket, mely által fenntartja az egyensúlyt.

A **Kashyap Samhita** azt a minőséget fejezi ki, ahogy az intelligencia fenntartja mindkét oldal (rész és egész, csend és dinamizmus) egyensúlyát, s ahogy biztosítja a részek teljesen egyenértékű kezelését.



A Védikus Irodalom Upa-Véda csoportjába tartozó következő 6 kötetgyűjteménye bemutatja, hogyan küszöböli ki az intelligencia az intellektus azon hibáját, ahogy az élet területeit elkülönülten érzékeli az élet teljes, holisztikus mivoltától. Ezen kötetek nevei Charak Samhita, Sushrut Samhita, Vagbhata Samhita, Madhav Nidan Samhita, Sharngadhar Samhita, Bhava-Prakash Samhita. Ezek többek között tartalmazzák a tökéletes egészség tudását, valamint a tökéletes koordináció tudását.



A **Charak Samhita** alaptémája az intellektus hibájából adódó határtalan érzékelés és a relatív, korlátozott érzékelés közötti elkülönülés megszüntetése. Megmutatja, hogyan kerülhető el a határtalanság elvesztése. Az ember elméje, mikor a Tiszta Tudat minőségével megfelelőképpen átítatódott, akkor az érzékelés során tudatos lesz egyidejűleg az érzékszervek által a relatív világról szolgáltatott érzéktapasztalatokról, valamint a tudat torzításmentes abszolút Tiszta Intelligencia minőségéről is. Ekkor az elme már tudatos a határtalanságról, a tiszta Önvalóról, és nem csak a korlátozott állandóan változó relatív értékekről. A Charak Samhita továbbá bemutatja a megnyilvánulás összes szintjét figyelembe véve az összes olyan tényezőt, mind az elme és mind a test szempontjából, ami hozzájárulhat az egyén tökéletes boldogságának eléréséhez, és az egyensúlyának fenntartásához. Ennek a tudásnak a neve Ayur-Véda. Mivel a gondolkodást az idegrendszer fizikai állapota jelentősen befolyásolja, ezért bármely olyan tényező, ami az idegrendszer állapotára hat, a meditációt, a gondolkodás folyamatát is befolyásolja. Ezért foglalkozik számos könyv a test és az idegrendszer tökéletes egyensúlyban való tartásával, és az ezt befolyásoló helyes étkezéssel, tevékenységekkel, stb...

A **Sushrut Samhita** az intelligencia elkülönítő minősége, ami arra utal, hogy nincsenek összevegyítve a különböző aspektusok. A Sushrut Samhita minőség az, ami úgy teszi elkülöníthetővé a természeti törvények különböző aspektusait, hogy köztük a mindentudás alapján különbséget tud tenni. A Sushrut szó azt jelenti jól hallható, azaz minden hang, minden szótag tisztán elkülöníthető a többitől ugyanúgy, mint az emberi fiziológia részei, vagy a természeti törvények aspektusai, mégis működés közben tökéletes harmóniában vannak. Ez a minőség teszi lehetővé a beazonosítást, a tiszta érzékelést, a megfigyelést.

A **Vagbhata Samhita** az intelligencia összeköttetést biztosító minősége, ez által jön létre a kommunikálás, közlés, összeköttetés a részek között, és a részek és az egész között.

A **Madhav Nidan Samhita** az intelligencia helyzetfelmérő minősége, mely lehetővé teszi hogy egy bizonyos részt a többi rész, valamint az egész összefüggésében lássunk.

A **Sharngadhar Samhita** az intelligencia magasabb egységbe foglaló minősége, mely minőség a részeknek nagyobb csoportokba, részegységekbe, egységbe foglalását fejezi ki. A Védikus Irodalom Sharngadhar Samhita része Shívára is hivatkozik, akinek fején Hold van, mely szimbolikus jelentésében a gyógyító és tápláló növényeket, ásványokat foglalja össze.

A **Bhava-Prakash Samhita** az intelligenciának a megvilágosodás minősége.

## **A transzformáció tudása a Védikus Irodalomban, azaz az intelligencia transzformációja az anyagtól a Tiszta Tudatig, valamint a Tiszta Tudattól az anyagig.**

A Védikus Irodalom Bramana néven szereplő 6 kötetgyűjteménye bemutatja a transzformációnak a tudását, valamint az intelligencia strukturálódását a megfigyelő intelligencia, a megfigyelés folyamata, és a szerezhető tapasztalatok teljes skálája szempontjából. Bemutatja hogyan történik a transzformáció a megnyilvánulás különböző szintjei között, az abszolútól a relatív legdurvább megjelenési szintjéig, és a durva anyagi szintről a Tiszta Tudatig. A Tiszta Tudatból az anyagig történő transzformáció a strukturálás, más néven egy szerkezeti felépítés létrehozása a megnyilvánulás egyre durvább szintjeire való átlépéssel. Az anyagi szintről a Tiszta Tudatig való transzformáció pedig a transzcendentálás, más néven a megnyilvánulás szintjeinek egyre finomabb szintjeire való átlépés. A 6 kötetgyűjtemény az Upanishad, Aranyak, Brahmana, Itihas, Puran, Smriti. A 6 kötetgyűjtemény között az egyiknek szintén Brahmana a neve.

Az **Upanishad** a transzcendentáció tudását tartalmazza. A transzcendentálás folyamán a durva megnyilvánulási szintektől a finom szintekig lehet eljutni, majd a legfinomabb szint átlépésével magába a Tiszta Tudatba. Ez a transzformáció mechanizmusa, a transzformáció tudása, a relatív anyagi teremtéstől a finomabb, majd még finomabb szinteken keresztül az abszolút Tiszta Tudatig. Az érzékszervi érzékeléseink folyamán ez a folyamat megy végbe. A megnyilvánulás legdurvább szintjén működnek az érzékszerveink. Nézzük meg most az érzékelések közül a tapintás folyamatában, hogyan is zajlik ez le. A tapintás folyamán a tárgyat érzékeljük. A testünk felületén, a bőrben levő idegvégződések aktiválódnak a tárgy érintése közben, mely impulzus idegszálakon az agyunkba jut. E folyamat során az idegrendszer felismeri az érintett tárgy alakját, mintázatát, finomabb és finomabb jellemzőit, majd a tárgynak egyre absztraktabb tulajdonságairól leszünk tudatosak, s agyunk azonosítja a tárgy létét, mint például pohár, vagy toll, stb... Ezután a tárgyhoz érzelmi vagy intellektuális jelentést párosítunk, ami a tapasztalás legfinomabb szintjén már számunkra személyes jelentést nyer. Végül teljesen elengedjük a tárgyról való gondolatot. Ha elég tiszta az idegrendszerünk, az a gondolat miszerint a tárgy egy tőlünk különálló valóságot képvisel transzcendálódik és visszaérkezünk a Tiszta Tudat állapotába. Erről az átlag ember már nem tudatos, viszont a kozmikus tudat állapotában ez tudatosan megtapasztalható. A megvilágosodás állapotában a tárgyakat egységként érzékeljük és nem mint tőlünk különálló valóságot. Hasonlóképpen működik a folyamat az összes érzékszervünkkel szerezhető tapasztalattal kapcsolatban.

A **Brahmana** a transzformáció tudását tartalmazza a Tiszta Tudatból az Anyagig. Ebben az esetben az Upanishadnál leírtaknak pont a fordítottja történik, a Brahmana Tiszta Intelligenciát az anyagi teremtésbe transzformálja. Nézzük meg egy példán keresztül, hogyan alakul ki a Tiszta Tudatból az anyagi teremtés. Az abszolút Tiszta Tudat megnyilvánul, a karmikus hatások egy nagyon finom vágykezdeményként betörnek a tudatosságunk szintjére. Ez vággyá alakul, melyről a megnyilvánulás még egy viszonylag finom szintjén elkezdünk gondolkodni, majd beszélünk róla, később ezek alapján elkezdünk cselekedni és megépítjük a házunkat. A megnyilvánulás durva szintjén, az anyagi szinten megnyilvánul, azaz létrejön a ház anyagi mivoltában.

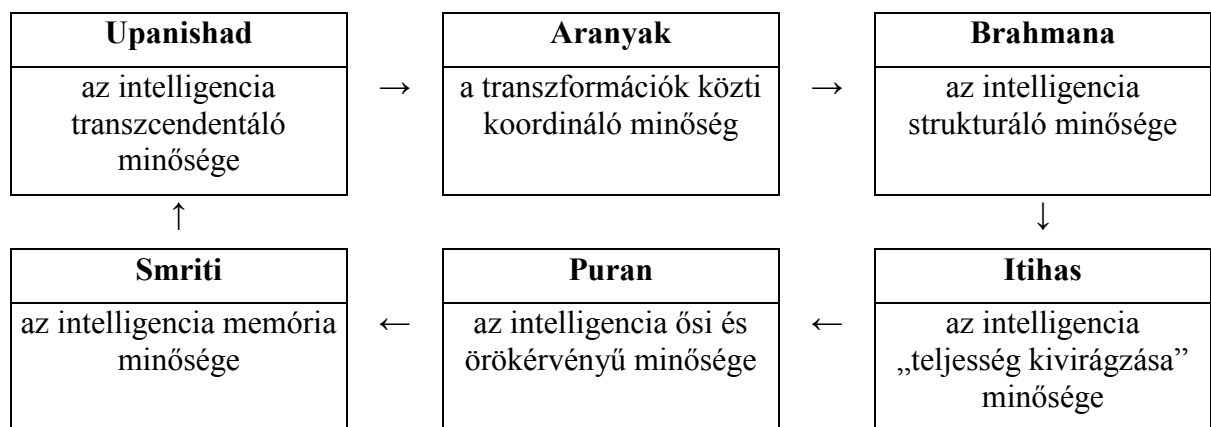
A durva megnyilvánulási szintektől a finom szintekig, valamint a finom szintektől a durva szintekig való transzformáció, azaz az absztraktból a konkrétba, valamint a konkrétból az absztraktba mozgás, nem egymástól elkülönülten történik, hanem egymással teljes összhangban, fenntartva a teremtésben a teljes egyensúlyt. Egymással folyamatos kölcsönhatásban állnak. A felfogás, megértés, tapasztalás, azaz a durva szintről a finom felé való transzformáció teljes egyensúlyban történik a teremtéssel, azaz a finom szintről a durva szint felé való transzformációval. A két különböző irányú transzformáció közötti koordináló erő az

**Aranyak**, mely maga is transzformál azáltal, hogy megmozdítja, előlépteti mind a durva szinteket a finom felé, mind pedig a finomakat a durva felé, elősegítve mindkét folyamatot.

A megnyilvánult teremtő minőség egyre csak tágul, terjeszkedik, de addig nem elégedett ezzel a terjeszkedéssel, míg a transzcendens minőség át nem hatja a cselekvés területét. A transzcendens minőség a végtelen csend tulajdonságával aktívvá válik ennél a pontnál, és ekkor a megnyilvánult teremtő minőség kreativitása eléri teljes potenciálját. Az abszolút és a relatív, a kint és a bent összeolvad. A cselekvés területét áthatja a végtelen potenciállal rendelkező, mindentudást felölelő korlátlan, transzcendens intelligencia, létrejön a tökéletes természeti törvényekkel maximálisan támogatott adminisztráció. Ezt a tudást tartalmazza a Védikus Irodalom **Itihas** nevű kötetgyűjteménye, melynek két ismert könyve a Ramayana és a Mahabharata. Ezek a könyvek bemutatják a természeti törvényekkel teljes összhangban levő legmagasabb szintű adminisztráció, kormányzás tudományát, valamint élő példákon keresztül a szerezhető tapasztalatok teljes skáláját (a teljességnek a kivirágzását), valamint a természeti törvényeknek a gondolkodásban és a cselekvésben való kifejeződését. Aki Védikus Irodalmat olvas, az sokat találkozhat a Ram szóval. Ram névvel dicsőítik azt az uralkodót, aki a természeti törvényekkel teljes összhangban levő kormányzást valósítja meg. A megvilágosodás állapotában a Tiszta Tudat értéke teljesen áthatja a gondolkodás, beszéd, cselekvés területét, az elme teljes minőségében átítatódik ezzel az értékkel. Ebben az állapotban az elme természeténél fogva a természeti törvényekkel teljes összhangban gondolkodik, beszél és cselekszik. Az Itihas bemutatja az intelligencia strukturálódását az egyéni szintektől a kozmikus szintekig, az összes megfigyelhető érték (Chandras) szempontjából.

A Veda magától létező és örökérvényű, mely a tudatos ellentétes irányú kiegyensúlyozással minden irányú. A **Puran** a tapasztalás összes lehetséges módjának (Devata) a szempontjából mutatja be az intelligencia strukturálódását az egyéni szintektől a kozmikus szintekig a természeti törvények ősi és örökérvényű minőségével összefüggésben. Ez a minőség saját fiziológiánkban a megfigyelés, feldolgozás és helyesbítő reakció adásában jelenik meg, biztosítja, hogy a kívánt tevékenység, az egyéni szükségletek, és környezeti kívánalmak szerint menjen végbe.

Ahhoz, hogy minden transzformáció és kibontakozás tökéletes rend szerint menjen végbe, biztosítani kell, hogy a Természeti Törvények struktúráját és funkcióit tartalmazó tudás, a memória, a teremtés minden szintjén jelen legyen. A Természeti Törvényekkel való élő kapcsolat az alapja a teremtés tökéletes végbemenetelésének, valamint ez az alapja a spontán helyes cselekvésnek. A Smriti, az intelligencia memória minősége, mely figyelembe veszi az összes természeti törvényt, és közben egy tökéletes automatizmust biztosít. A **Smriti** a memória minőséggel összefüggésben bemutatja az intelligencia strukturálódását az individuális, egyéni szintektől a kozmikusig, az összes lehetséges tapasztaló intelligencia (Rishi) szempontjából.



**A Védikus Irodalom következő 6 aspektusa bemutatja, ahogy a Tiszta Intelligencia kiemelkedik a mindenütt jelenlevő, önmagát meghatározó, holisztikus TELJESSÉG értékével, az egység és a különbözőségek, az egész és a részek egybeolvadásaként.**

A Védikus Irodalom következő 6 aspektusának összefoglaló neve Pratishakhya. Ez az intelligenciának az a minősége, mely az összes részt összefogva egy teljességet alkot, mely így több lesz, mint pusztán a részek összessége. Az intelligenciának azt a minőségét fejezi ki, mely a különbözőségek mögött meghúzódó egység.

Az élet a különböző tudatállapotokban különböző. A teljesen nulla szintű tudatosságtól, a nulla intelligenciától, a mélyalvástól, a végtelen, határtalan szintű, teljesen éber intelligenciáig, az egység tudatig terjedhet a tudatosság. Mindenképpen szükséges, hogy megértsük az élet különböző szintjeit. Ezek megismerése után megértjük mi is az, ami áthatja ezen szinteket, mi az ami teremt. Ahogy már megmagyaráztuk, az életnek, a teremtésnek, van egy abszolút oldala, és van egy relatív oldala különböző szintű megnyilvánulásokkal. Az abszolút lét az, ami a relatív oldal különböző szintű megnyilvánulásaiban kibontja magát. A relatív oldalt az érzékszerveinkkel érzékeljük. A meditációinkban, amikor transzcendáljuk a gondolat legfinomabb szintjét is, akkor pedig megtapasztaljuk az abszolút oldalt. A tapasztalatnak ez a két lehetséges aspektusa. Rendszeres meditációval eltöltött bizonyos idő után az abszolút oldalt mind az ébrenlét, mind az álmodás, mind pedig a mélyalvás során is kezdjük megtapasztalni. Az abszolút kezdi áthatni a relatív élet minden szintjét. Az az abszolút, melyet meditációinkban saját tapasztalatunknak tudhatunk be. Ennek az abszolút létnek a megtapasztalása, újbóli megtapasztalása, majd egyre mélyebb és mélyebb megtapasztalása egyre jobban áthatja elménket, majd az elménk saját természetévé válik. Ekkor elménk felemelkedik a kozmikus tudatba. Ekkor 200%-os életet kezdünk élni, megéljük az élet relatív és az élet abszolút oldalát is. A 200%-os élet a belső csend és a külső aktivitás teljességét jelenti. Ezután az aktivitásban a belső csend egyre csak nő és nő, az életképünk megváltozik, a különbözőségek közepette egyre jobban felismerjük az egységet. Mikor az egység egyre jobban és jobban dominálni kezd a különbözőségek közepette, akkor valami kifejlődik, ami hatására szüntelenül fennmarad a mindent átható egység a különbözőségek mellett. Ez egy olyan állapot, ahol az egység elválaszthatatlan a különbözőségektől. A különbözőségek egysége válik élő valóságunkká. Ezt hívjuk Isten Tudatnak. A Kozmikus Tudat az a talaj amin az Isten Tudat kifejlődhet. Amikor az egység dominál a különbözőségek közepette, akkor Istent az érzékszervi szinten tudjuk realizálni. Azt az Istent, aki az élet mind abszolút és mind pedig relatív oldalának legfelsőbb parancsnoka. Egy kicsit más mint az abszolút, és egy kicsit más mint a relatív, hiszen ő az aki mindkettő mögött áll. Valahol a megnyilvánult és a megnyilvánulatlan között áll, mindkettőt felügyelve. Erre az Istenre akkor tudunk ráébredni, amikor az abszolút lét teljesen áthatotta a tudatunkat, és amikor az élet relatív oldalán elnyertük a legfinomabb észlelés, érzékelés képességét. Mikor ezt a kettőt elnyertük, akkor tudunk ráésmélni Istenre, ekkor értjük meg Istent.

A 6 Pratishakhya:

**Rk Véda Pratishakhya**

**Sama Véda Pratishakhya (Pushpa Sutram)**

**Shukl-Yajur-Véda Pratishakhya**

**Krishn-Yajur Véda Pratishakhya (Taittiriya)**

**Atharva Véda Pratishakhya**

**Atharva Véda Pratishakhya (Chaturadhyayi)**

### III. fejezet

#### A gyakorlat

A folyamat, mely a figyelmet a transzcendentális Lét szintjére vezeti, a Transzcendentális Meditáció rendszereként ismeretes. A Védikus Irodalom részét képező Bhagavad-Gítá című könyv elég világosan rámutat erre. A Védikus Irodalom egy másik része a Yoga. Ennek a tudását Patanjali az elme hullámvásáinak lecsillapításáról, a meditációról, az ő szavai szerint a jógáról írt könyve fejt ki. Könyvében szintén megerősíti a Transzcendentális Meditáció fontosságát, melyet a magasabb tudatállapotok elérésének eszközeként ír le. Könyvének bevezetésében a következőket írja az elmének az állapotairól és a meditációról:

„A jóga a mi jelenlegi értelmezésünkben koncentrációt, figyelmet jelent. A figyelem az elmének egy jellemzője melyet 5 csoportra oszthatunk. A következőkben tárgyalt csoportok a figyelem koncentrátsága alapján lettek kialakítva: Ksipta, Mudha, Viksipta, Ekagra és Niruddha.

A Ksipta, az állandóan nyugtalan, melynek nincs meg a türelme, intelligenciája, ami a finomabb szintekről való elmélkedésben szükséges, nem tud felfogni egy nehezen megfogható, finom elvet. A nyugtalan elmében irigység, rosszhiszeműség van jelen. Ez az elme is képes időről-időre koncentrálni, de ez nem azonos a jogi koncentrációval.

A második a Mudha, elfogult, bódult, kábult elmét jelent, melynek tudatát rögeszmék, elfogultság jellemzi, szintén nem fog finomabb elveken elmélkedni. Az ilyen embert a családdal, vagyonnal való gondolatok kötik le.

A harmadik a Viksipta, néha nyugodt, néha zaklatott elme, mely különbözik az első, a nyugtalan elmétől. A legtöbb spiritualitással foglalkozó emberre ez jellemző. Az ilyen elme néha nyugodt, máskor pedig zaklatott. Amikor ideiglenesen nyugodt, mikor finomabb szintű információkhoz jut képes arra, hogy megértse a finomabb szintek valódi természetét, és el tud elmélkedni rajtuk egy ideig. Az intelligenciájukban levő különbségek miatt rengeteg csoportját alakíthatjuk ki ennek az elme csoportnak. Ilyen elmével is lehet koncentrálni, de ez nem lesz tartós, mivel az ilyen elme alapállapota csak néha nyugodt. A nyugtalan és a zaklatott elmének a figyelme a nyugtalanságra irányul.

A negyedik, az Ekagra, az egy pontra irányított figyelem, melyben az elme csak egyetlen gondolattal foglalkozik. Ilyenkor egy gondolat eltűnése után, folyamatában ugyanolyan gondolatok merülnek fel. Ha az elme megszokja, hogy ugyanazzal az egyetlen gondolattal van elfoglalva, még az álmodás állapotában is, akkor tudjuk igazán csak egy pontra irányított-nak hívni. Az elmének ebben az állapotában eljutunk a Samprajnata-Samádhi-hoz. A Samádhi vagy koncentráció az igazi jogi Samádhi, mely a megváltáshoz vezet.

Az ötödik állapotban (Niruddha) a gondolkodási folyamat, tetszés szerint meg van fékezve. Ez az elme végső állapota, melyben az elme teljesen nyugodt, mentes minden gondolattól. Az ilyen koncentrációt Asamprajnata-nak hívjuk. Gyakorlás által minden gondolat kizárható az elméből.

A jóga az elme hullámvásáinak a teljes lecsillapítása, a jóga a legfelsőbb mentális hatalom. A Mahabharatában a következőket találjuk: „Nincs a Samkhya-hoz fogható tudás, és nincs a jogához fogható hatalom”. Hogy hogyan lehet az elme hullámvásáinak teljes lecsillapítása, a mentális erő forrása? A hullámvásák lecsillapítása az elmének egy bizonyos dologra való

rögzítését, koncentrációját jelenti, mely gyakorlása által elsajátítjuk azt a képességet, hogy az előbb említett dologról való elmélkedés alatt, az elmét nyugodt, zavartalan állapotában hagyjuk. Ahogy nő az elmének a nyugalma, úgy növekszik a mentális erő is. E nyugalmi állapotnak a csúcsa a Samadhi, ebben a nyugalmi állapotban a személyes Én tudat eltűnik. Habár a vallásos és filozófiai könyvek alapos tanulmányozása hozzásegíthet a gyötrelmeink, szenvedéseink okainak megértéséhez, és megmutathatja a tőlük való szabadulás különböző módjait, de nem segít a hiányzó mentális erő elérésében. Az Upanisadok azt tanítják, hogy aki ismeri a Brahman mennyei boldogság érzetét, az nem fél semmitől. Ez által a halál körüli tévesen értelmezett komor mizériát elvetve megszabadulhatunk a gyengeségünket tápláló félelemérettől. Aki a koncentrációs technika által megvalósítja az érzékszervei feletti uralmat, és minden tekintetben elsajátítja az erkölcsösséget, az megszabadulhat a gyötrelmekről is. Aki sikeresen tudja kezelni a koncentrációt, már az életében teljes szabadságot élvezhet. A teljes szabadság elérése, csak koncentrációs folyamat által érhető el. A szabadság az egyik legfőbb értéke a koncentrációs folyamatnak. Az Uatha Upanisadban le van szögezve: „Sem azok, akik nem tudnak megszabadulni az erkölcstelenségtől, sem azok, akiknek elméjük nyugtalan, nem tudják elérni ezt sima tanulással.” A Sastrákban benne van, hogy a koncentráció által elérhető tudás az önvalóról, a másik legfőbb érték. A folyamat eredménye a Boldogság, az önvaló megismerése, és az elért nyugalom állapota békét teremt a szenvedés megszűnése által, mely béke a boldogulás legfelső formája. Ezen a világon bárki, aki magasabb tudatállapotot kíván elérni, így vagy úgy, de ezt az utat követi.”

Mi is történik a meditáció folyamán? A teremtés leírásánál azt láthattuk, hogy az elme egyre durvább és durvább szinteket tapasztal, a meditációban viszont egyre finomabb és finomabbakat. Ami egyre finomabb lesz, az nem más mint az elme vibrációja. A vibráló tudat egyre csendesebb lesz, majd mégcsendesebb, és végül teljesen nyugodt, vibráció mentes. Ez a Tiszta Tudat állapota, ami nem más mint a világon minden teremtettnél a forrása. Ez tiszta intelligencia, a lét állapota. Tehát ami a meditációban történik az nem más, mint ahogy a teremtés vibráló állapotának kevésbé, majd teljesen vibráció mentes állapotába jut el az elménk, majd a vibrációmentes állapotot elérve egybeolvadunk a teremtés alapját szolgáló intelligenciával. Ez a Tiszta Tudat a teremtés alapja, ezért ez univerzális, kozmikus. Ebből kijöve az elme individuális, egyéni lesz. Az egyéni elmének az első állapota az univerzálisból kijöve a boldogság tudat. A legfinomabb szinten levő egyéni elme természete és a kozmikus elme természete nagyon közel áll egymáshoz. A kozmikus, univerzális elme Tiszta Tudat állapota transzcendentális természetű tiszta boldogság, a relatív világnak első, legfinomabb egyéni elme állapota pedig egy boldogságteljesség. A különbség csak annyi a kettő között, mint a szaharin és a cukor között. A meditáció egy haladó szintjén a személyiség kiterjedését lehet érezni, mintha egyre nagyobbak és nagyobbak lennének, s a végén végtelenek. Ez a kiterjedés tapasztalata nem más, mint az individuális elmének a kozmikus elme állapotának a felvétele. Így veszi fel az egyéni elme a végtelen, határtalan tudatosságot, így válik univerzálissá, kozmikussá. Mikor sikerült ezt a kozmikus állapotot felvennie az elmének, egy idő után kellőképpen átítatódik ezzel a minőséggel. Elménk ekkortájt már sem a mélyalvás, sem az álmodás és sem az ébrenlét folyamán nem veszíti el a Tiszta Tudat állapotát. Ez a kozmikus elme állapota. Mivel a meditáció során belemerülünk a tiszta boldogság állapotába, egy idő után ezzel a boldogság állapottal is átítatódik elménk, már nem csak a meditációnk során, hanem napközben is érezni kezdünk boldogság hullámokat. Mi az elmondottakra a bizonyíték? Bármely ország meditálói ugyanarról a boldogság érzésről számolnak be. Miért? Azért mert ugyanaz a spirituális egység terjeszkedik, bontja ki magát mindenhol a teremtés folyamatában, az a tiszta boldogság amely egy és ugyanaz mindenki számára mindenhol. A másik dolog ami mindenki számára egy és ugyanaz, az nem más mint az abszolút Lét állapota, a legfinomabb, transzcendentális aspektusa életünknek. Mindaddig, míg elménk csak az átlagembereknél tapasztalt három relatív szintű alap tudatállapotot tapasztalja meg, a



mélyalvást, az álomállapotot és az ébrenlét állapotát, addig létezésünk nagyon ingoványos talajon áll. Ahhoz, hogy elménk stabil legyen, elengedhetetlen hogy megbarátkozzunk a transzcendentális tudat állapotával, mely állandó, melyben semmilyen változás nem tapasztalható. Honnan tudhatjuk, hogy elménk kezd ezzel megbarátkozni? Egyre inkább belső éberséget kezdünk érezni akár ébrenlét során, de akár álomállapotban, vagy mélyalvás során is, valamint a napi tevékenységünk során boldogság hullámok járnak át. Ezek a tapasztalatok mind azt mutatják, hogy elménket kezdi áthatni a Tiszta Tudat, az abszolút Lét.

Mi a haszna az e jegyzetben leírtaknak? Nézzük meg egy példán keresztül. Tudjuk a megnyilvánulás szintjeit megvizsgálva, hogy a jég vízből van, a víz atomokból áll, az atomok finomabb szinteken kényszerítő erők, s mindezek a tiszta intelligencia megnyilvánulásai. Amíg az ember csak a jeget ismeri, csak ezen a szinten tud alkotni, tud mondjuk jégszobrot készíteni. Amikor már a jég és víz közötti kapcsolatra is rájött, felfedezte a halmazállapotokat és ezek jellemzőit, meg tudta alkotni a légkondicionálót, ami a folyékony és gáz halmazállapotok átalakulása folyamán levő hőelvonást, hőleadást aknázza ki. Amikor rájön a finomabb szinten levő atom jellegzetességeire, meg tud alkotni már egy atomerőművet is. Ha megismerjük a Tiszta Tudat jellegzetességeit, minden teremtés alapjánál levő intelligencia jellegzetességeit, akkor erről a szintről tudunk funkcionálni, alkotni, ennek a határtalan teljességnek a minőségét, tulajdonságait használhatjuk fel a mindennapi tevékenységünk során. Akinek elméje átítatódott a Tiszta Tudat minőségével, aki tisztában van a teremtés folyamatával, a teremtést irányító erők jellegzetességeivel, működésével, az abszolút jellemzőivel, a természetet irányító intelligencia törvényeivel, az a relatív szinteken gondok nélkül elboldogul a természet teljes támogatásával. Ez az ember a relatív világ bármely helyzetét teljesen természetesen, könnyedén veszi, bármire fordítja a figyelmét, azt a teremtéssel teljes összhangban tudja kezelni. Mivel ebben a relatív világban, a tér-idő rendszerben, a relatív egyéni tudatunkkal mindent átfogni, átlátni egyidejűleg képtelenek vagyunk, nem tudjuk átlátni gondolataink, tetteink teljes következményét. Mivel figyelmünket mindig valamire irányítani kell, ezért nagyon fontos hogy relatív tudatunkat megfelelőképpen hassa át az abszolút, és így az abszolút teljes támogatásával elő sem fordulhat, hogy ne megfelelőképpen gondolkodjunk, döntsünk, beszéljünk, cselekedjünk. Akinek elméje nincs átítatva kellőképpen az abszolút minőségével, az csak sodródik a társadalom és a magasabb intelligenciák által szabta korlátok között, s amikor tudtán kívül eltér a természetet irányító intelligencia természetes irányvonalától, akkor betegségként, balesetként, természeti katasztrófaként és egyéb balszerencseként éli meg ezeket a rossz döntéseket. Nagyon fontos, hogy életünk során kiegyensúlyozzuk elménket, mind az abszolút, mind pedig a relatív mivoltában. Aktivitás és passzivitás. Cselekvés és meditáció. Aki ezt nem így kezeli, így vagy úgy, de egyensúlytalanságba kerül. Sokan küszködnek anyagi problémákkal, sokan küszködnek partnerkapcsolati problémákkal és sok egyéb mással. Ezek mindegyike az elmének a kiegyensúlyozatlanságára vezethető vissza. Aki medítál, egy idő után azt veszi észre, hogy egyre kevesebbet aggódik a körülötte levő helyzetek, dolgok miatt. A meditáció, az abszolút megismerése stabilitást biztosít. A meditáció gyakorlása során elménk a gondolkodás finomabb szintjeit megismeri, ennek során megvetjük a lábunkat ezen szinteken, megismerjük ezen szintek törvényszerűségeit, és elménk ezen szintekről tud működni. Ez által akkor is megtartja az egyensúlyát mikor a megnyilvánulás durva szintjein folyik az aktivitás, folyik a folyamatos változás.

Számunkra ezt a technikát Maharishi Mahes Yogi őrizte meg és adta át a magyarországi TM szervezeten keresztül, mely technika a mai napig elérhető és elsajátítható! A magyarországi szervezet telefonszáma: 06-1 2250393.

## IV. fejezet

### Az én utam

Életem első stádiumában teljesen az anyagi dolgok felé irányult a figyelmem. A céljaim között a pénzszerzés, karrier, házépítés, autóvásárlás, az anyagi élet, „az amerikai világálmom” hajszolása, a világi javak teljes élvezése, külföldi nyaralások szerepeltek. Elégedett voltam az életemmel, fel sem merült bennem hogy más út is létezik. Úgy voltam vele, hogy ezt kínálja az élet, ezt kell szeretni, ebben kell jónak lenni. Jó is voltam a lumpolásban, bulizásban, össze is gyűjtöttem a legjobb autókat, házat, beutaztam a fél világot.

Azt már nem tudom, hogy azért kezdtem el meditálni mert kezdett kevés lenni ez az élmény, vagy a meditáció hatására kezdtem úgy érezni, hogy eddigi életemmel valami nem stimmel, de egy biztos: az eddigi életem kezdett kiüresedni, érdeklődésem fokozatosan a spirituális irodalom felé fordult. Kezdtém rájönni, hogy a világi élet által kínált boldogság pillanatok igen rövidek és múlandóak. Az egyre kecsegtetőbb anyagi dolgok megszerzése csak a megvásárlás pillanatáig, és talán még egy-két hétig voltak érdekesek. Feltettem a kérdést: Mi az amit nem jól csinállok? Velem van a baj? Jöttek az okosabbnál okosabb baráti vélemények: Az a baj veled, hogy hirtelen gazdagodtál meg! Jó dolgokban azt sem tudod már hogy mit kezdj magaddal!

Ekkortájt több irodalom elolvasása által ráébredtem, hogyan működik az érzékelés (látás, hallás, tapintás, ízlelés, szaglás) folyamata, hogyan alakulnak ki az érzéktapasztalatok az emberben a világról. Ekkor még egyetlen valóságként fogadtam el az anyagi világot. Közben, ahogy figyelmem egyre jobban elfordult az anyagi világtól, gondolataimat sikerül már lecsendesíteni a meditációban (sokszor még csak a fáradtságom miatt) megtapasztaltam a megnyilvánulás finomabb szintjeit. Ezután először sikerült megfejtetni mi is az énézés. Rájöttem, hogy ezt az énézést a világról szerzett saját tapasztalataim (az öt érzékszerv által begyűjtött érzékelésből származó információk összessége, érzékbenyomások) és az ehhez fűződő gondolataim és érzelmeim alakítják ki. Mivel mindenhol azt olvastam, hogy az emberben az Isteni az, ami nem változik, ekkor még úgy gondoltam, hogy ez az énkép az egyetlen állandó ami nem változik bennem. Ebben a tévhitben ringattam magam sokáig, bár igen büszke voltam a felfedezésemre, később azonban rá kellett ébrednem hogy a mélyalvás alatt az énképepről nem vagyok tudatos, tehát ez nem lehet az egyetlen állandó bennem amit Istenként emlegetnek. Közben tapasztalati szinten meditáció közben megkaptam a transzcendens érzést, eljutottam a Tiszta Tudatig megtapasztalásáig. A transzcendens érzést úgy írnám le, hogy a gondolataim lecsendesedése után, egy láthatatlan erő behúzott egy hirtelen kitáguló rendkívül kellemes fényű világba, ahol addig nem érzett boldogság érzetet tapasztaltam. Pár hónappal később először megkaptam meditáción kívüli is, éber tudatállapotban a tiszta tudat, a transzcendencia állapotát. Annyit éreztem hogy ebben az állapotban egy tökéletes boldogság fog el, nem is akartam kikerülni ebből. Ezt követő percek, órák tökéletes gyönyörben teltek, gondolataim tiszták voltak, minden kérdésem feltevésének pillanatában meg is érkezett a fejemben a tiszta válasz is. Egy tanulás nélküli tudás birtokosának éreztem magam. Megértettem több kirívó élethelyzetemet, amit akkor rosszul oldottam meg, most kívülről láttam magam ugyanezekben a helyzetekben, s láttam a helyes megoldást is. Sajnos utána, másnap ez az állapot visszazökkent a mindennapi kerékvágásba, bár bennem maradt valami kitörölhetetlen élmény.

További kutatásaimnak, vagy a fejlődés kegyelmének köszönhetően megértettem a megnyilvánulás szintjeit. A megnyilvánulás szintjeinek kicsit alaposabb vizsgálata után, értelmet nyert a transzcendens, Tiszta Tudat, a bennünk levő változatlan, Isten fogalma is. A megnyilvánulás legdurvább szintjét a számunkra egyetlen valóságként érzékelt materiális világ képezi, amely valójában az a forma, amit a tudat felvesz amikor az öt érzékszerven keresztül kivetíti magát. Ez hogyan lehetséges? Az öt érzékszervünk köztudottan csak bizonyos hullámhosszak, frekvenciák stb... érzékelésére alkalmas. A látás csak egy bizonyos hullámhossz tartományban képes érzékelni a világ dolgait. Se ez alatti, se e fölötti tartományban nem látunk. Nem látjuk például a távirányító által kibocsátott jelet. Ugyanígy a hallás is csak egy bizonyos frekvenciatartományon belül képes érzékelni a hangokat. Se ez alatti, se e fölötti frekvenciatartományban nem hallunk. Nem halljuk például az ultrarövid hangokat. A tapintás folyamán csak az alacsony rezgésű anyagot tudjuk kitapintani. Csak az átlagon felüli képességgel rendelkezők tudják kitapintani a magasabb rezgésű energiamezőket. Ezen fonálon elindulva beláthattam, hogy a megnyilvánult világnak csak egy töredék részéről szolgáltatnak információt érzékszerveink. Az érzékszerveink által begyűjtött információk bennünk érzékbenyomásokat, érzék tapasztalatokat alakítanak ki. Ezen érzékbenyomások alapján a tudatunkban, képalkotó képessége által megjelenik az általunk egyetlen valóságnak tartott világ képe, melyek tudatunk magából kivetít, s egyetlen valóságként fogad el. Nézzük meg milyen lenne ez a világkép, ha érzékszerveink más tartományokra lennének behangolva. A látás folyamán más hullámhossz tartományban levő megnyilvánulásokat látnánk, így tehát nem az anyagnak a formáját, hanem ennek más hullámhosszú mezőit látnánk, pl. energiamezőket. A hallásnál, tapintásnál, stb... ugyanúgy más tartományú megnyilvánulásokat érzékelnénk. Az érzékszervekkel így begyűjtött érzékbenyomások alapján, tudatunkban értelemszerűen más kép jelenne meg, és a magából kivetített kép különbözne az általunk egyetlen valóságként elfogadott világtól. Megértettem, hogy számunkra anyagi testünk ad otthont a világ bizonyos frekvenciatartományáról szóló információk begyűjtésére szolgáló érzékszerveinknek, mely anyagi testünk értelem szerint ugyanazon rezgésen létezik mint az érzékszerveink által vizsgált része a megnyilvánult univerzumnak. Ezután a megnyilvánulás egy finomabb szintjét, a gondolkodás szintjét vizsgálva megtaláljuk az átlag embernél az intelligencia tudatosnak mondott szintjét. Elmondhatjuk, hogy a tudatunk arról tudatos amit tud, amit megismer. Mit is jelent ez? Ezen a szinten a megnyilvánulás legdurvább szintjéről az érzékszerveink által begyűjtött információkból kialakított érzékbenyomásokhoz gondolatokat társítunk. Máshogy kifejezve, az öt érzékszervünk által érzékelt képek, hangok, illatok, ízek, stb... kialakítanak bennünk egy bizonyos érzékbenyomást, melyről elkezdünk gondolkodni. Tudatunknak ez a gondolatokkal, érzelmekkel, érzékbenyomásokkal átszőtt része az amit általában az emberek az én vagyokkal, az énérettel azonosítanak. Ez az intelligenciának azon szintje, mely gondolatokkal, érzelmekkel, érzékbenyomásokkal van felöltöztetve. Megértettem, hogy ha a megnyilvánulás még finomabb szintjét szeretnénk megérteni, akkor az intelligenciáról el kell távolítanunk a ráakódott tudatos gondolatokat, érzelmeket, érzékbenyomásokat, fizikai világképeket. Így eljutunk az átlagemberben egy már nem tudatos szinthez. Ezt hívják sokan helytelenül tudatalattinak, melyre a helyes szó inkább a tudatfölötti lenne. Ez a szint mentes a tudatos gondolatoktól, érzelmektől, érzékbenyomásoktól, anyagi világképtől. Az intelligencia itt már csak nagyon finom érzetekkel, intuíciókkal van felöltöztetve. Ezek alakulnak át később tudatos gondolatokká. Úgy voltam vele, ha kíváncsi vagyok a Tiszta Tudatra, a Transzcendencia szintjére, Istenre, akkor az előző vezérfonalunkon tovább haladva el kell távolítani az intelligenciáról a megnyilvánulás bármely szintjén ráakódott öltözetet, minden érzetet, intuíciót, minden érzelmet, gondolatot, minden érzékbenyomást, minden kialakított világképet, s ekkor megkapjuk az intelligencia tiszta, mindentől mentes állapotát. Ez az Önvalónk állapota, a Tiszta Tudat állapota. Ekkor megtaláltam a bennem levő Isteni Intelligenciának az elméletét is. Miután kaptam egy bizonyos

tudást, képet a világ színpadáról, figyelmem észrevétlenül eltolódott az intelligencia finomabb szintjeinek irányába, már láttam a különbséget az anyag és az intelligencia között, többet már nem a testemmel, hanem az intelligenciával azonosítottam magam.

Esti, lefekvés előtti elmélkedéseim következtében, ez a valósághoz már közelebb álló világkép kezdett egyre jobban belém rögződni, bár néha még kicsúszott a látókörömből. Rájöttem hogy amiről sokat gondolkodok, az egy idő után valóságként csapódik le a tudatosságban, így már csak azzal kellett törődni, hogy a megértés után ezt a vezérfonalat többé ne veszítsem el. A transzcendens érzésnek a folyamatos hajszolása után rá kellett ébrednem egy fontos dologra: nem csak a világi vágyak hajtása fogja vissza az embert a fejlődésben, hanem a megvilágosodás hajtása is, ez is vágyként jelenik meg az emberben, ez is gondolatokat szül, amit utána csak le kell csillapítani. El kell engedni ezt a vágyat is ugyanúgy, mint az összes többit. Ezután ráébredtem, hogy az idegrendszerben levő stresszek kitisztítása után a szív-értékek kicsiszolódása, kifinomodása következik.

Ekkortájt egyik éjszaka arra ébredtem, hogy korona csakráim teljesen megnyílt, addig nem éreztem sugárszerű, folyamatos energiaáramlás indult meg belőlem. Pár napra rá megtapasztaltam ébrenlét állapotban, hosszasan, újból a transzcendencia állapotát, úgy hogy közben újból rátaláltam a korábban érzett rendkívüli éberségre, és a mindentudás állapotára. Ekkor már tisztában voltam velem, mi is az utam. Ezen a ponton megértettem, hogy a gondolatok, érzelmek, érzések, érzetek lecsillapításával megtapasztalt tiszta tudat állapotának megtapasztalása nem a végcél. A végcél ennek a tiszta tudat állapotnak a fennmaradása, az innen való gondolkodás és cselekvés. Ez az élet művészete. A transzcendensnek az éber tudat-állapotban való megtapasztalása után, már mind elméletben, mind pedig gyakorlatban tisztában voltam a világ két ellentétes értékével, az abszolúttal és a relatívval. Megértettem, hogy a világ relatív aspektusában levő szubjektív és objektív oldalnak ugyanaz a kiindulópontja. Ez nem más mint az intelligencia Tiszta Tudat állapota. Megértettem és megtapasztaltam a gyakorlatban is a kozmikus elméből az egyéni elme kialakulásának folyamatát. Mikor megtapasztaltam a kozmikus intelligenciát, a Tiszta Tudatot, arra gondoltam, hogy de hiszen ez vagyok én, ez az én Önvalóm. Ha ez vagyok én, és ez az alapja mindennek a világon, akkor alapjában véve semmi sem különbözik tőlem. Mindent ugyanaz az intelligencia épít fel, ami én vagyok, s ezzel megtaláltam a különbözőségek egységét. A tapasztalati szinten továbbra is megmaradt az érzékelés, de mögötte fennmaradt egy állandó boldogságérzet, egy állandó intelligencia jelenléte, s a korábban nem is érzékelt belső feszültség teljesen levált rólam. Az érzékelés sem volt már a régi. Láttam, hallottam, tapintottam, de ezek egyike sem hagyott a korábban megszokotthoz hasonló mély lenyomatot az elmében, mivel ott már más foglalta el ezeknek a helyét...

Békesség e jegyzet olvasóinak.

csabaszin@globonet.hu