

# A sámáni eksztázis elérésének vizsgálata

A tudományos megközelítés problémái és korlátai

**Jelige: DEK 081**

## Tartalomjegyzék

|                                                             |    |
|-------------------------------------------------------------|----|
| 1. Bevezetés.....                                           | 3  |
| 2. Vallástudományi megközelítés.....                        | 5  |
| 3. Sámánizmus.....                                          | 6  |
| 4. Megkülönböztetett tudatállapotok .....                   | 8  |
| 4.1. Terminológiai sokszínűség.....                         | 10 |
| 5. ASC-t kiváltó indukciós feltételek és módszerek.....     | 13 |
| 6. Az ASC elérése a sámánizmusban.....                      | 15 |
| 6.1. Belső tényezők, avagy sámáni pszichopatológia (?)..... | 15 |
| 6.2. Külső tényezők .....                                   | 17 |
| 6.2.1. Szociális háttér – Szociális közeg.....              | 17 |
| 6.2.2. Hitrendszer, világnézet – szellemi entitások .....   | 19 |
| 6.3. Sámán által használt tárgyak .....                     | 20 |
| 6.3.1. Köpeny, maszk .....                                  | 21 |
| 6.3.2. Fémek, csörgők, bot, dob .....                       | 22 |
| 6.3.3. Fémkorongok, tükrök.....                             | 24 |
| 6.4. Sámán által használt performatikus elemek .....        | 24 |
| 6.4.1. Ének, kántálás.....                                  | 25 |
| 6.4.2. Tánc.....                                            | 27 |
| 6.4.3. Drámajáték .....                                     | 28 |
| 7. Konklúziók és zárszó .....                               | 31 |

## 1. Bevezetés

A sámánizmus feltárására, azon belül az eksztázis értelmezési lehetőségeire vonatkozó szakirodalom változatos tendenciákat mutat. Sok esetben egymásnak teljesen ellentmondó meghatározások, értelmezések találhatók a hazai és a nemzetközi irodalomban. Tekintettel a vallástudományi pontos definíciók megalkotásának nehézségeire, a szakirodalom terjedelmére és a tanulmány kereteire, jelen dolgozat nem fog konkrét meghatározásokkal szolgálni a sámánizmust illetően, és nem kívánja megválaszolni azokat a sámánizmussal foglalkozó kutatók körében manapság népszerűvé vált kérdéseket sem, amelyek az eksztázis sámáni szertartásokban való valóságos jelenlétére, avagy szimbolikus megjelenítésére vonatkoznak. Természetesen értelmetlen lenne a sámánizmusban előforduló eksztázis technikákat feltáró és rögzítő munka elvégzése, ha magát a sámáni eksztázis jelenségét nem véljük valóságosnak és jelenvalónak. Ettől függetlenül, el kell fogadni azt a tényállást is, hogy nem minden – és talán egyre kevesebb – esetben észlelhető az eksztázis a szertartásokban.<sup>1</sup> A téma fókuszáltságának megőrzése és a tisztább kép megalkotása érdekében, ami a jelenlegi kutatásból még kimarad, az az enteogén szerekkel előidézett eksztázis számbavétele.

Ez a tanulmány egy olyan elméleti elemzés elvégzésére vállalkozik, amely egybegyűjti azokat az eksztázist elősegítő feltételeket és tényezőket, amelyek a leggyakoribbnak mondhatók a sámánizmusban. Természetesen, a feltárás meghatározott szakirodalom alapján, a teljesség igénye nélkül történik.

A vizsgálat feltevése szerint a módosult tudatállapotok (a továbbiakban ASC<sup>2</sup>) és elérésére fejlesztett technikák szerves részét alkotják a vallásgyakorlásnak. Az ASC és az állapotot befolyásoló tényezők tudományosan megközelíthető leírása lehetséges, azonban vélhetően az eltérő vallási rendszerekben kulturálisan beágyazódva találhatók meg. Az indukciós feltételek és módszerek így nem vegytiszta állapotukban, hanem a sámánizmus gyakorlatába ágyazván a kultúrával és hitrendszerrel átítatott szerves elemként jelennek meg. Ebből adódóan azt is feltételezni lehet, hogy az indukciós technikák nem választhatók szét az indukciós feltételektől, ami viszont további kérdésfeltevésekhez vezet a sámán eksztázisát illetően. Étikussá megközelítés alapján a módszereknek, technikáknak köszönhetően elviekben szellemlények, vagy az azokba vetett hit nélkül is megidézhető az

---

<sup>1</sup> Lásd erről: Hoppál, 2010.

<sup>2</sup> A tanulmány a magyar kifejezés akronímájának (MTÁ) meg nem honosodása következtében az angol megnevezés (Altered States of Consciousness) mozaikszavát (ASC) alkalmazza.

ASC<sup>3</sup>, ugyanakkor a vallástudományi vizsgálat alapján úgy tűnik, hogy a módszerek és feltételek bonyolult összefüggésrendszere ezt mégsem teszi egyértelművé. A tanulmány ennek a kérdésnek körültekintő elemzésére is kísérletet tesz az alábbi tematika alapján:

Elsőként a vallástudományi megközelítés és módszertani eljárás ismertetését eszközli, majd a pszichológiai módosult tudatállapotokra irányuló vizsgálatok elemzésével meghatározhatóvá teszi, melyek azok a tényezők és feltételek, amelyek közreműködnek az ASC elérésében. Ezek után a sámánizmus irodalmában megtalálható kifejezések bemutatása olvasható, amelyeket a sámán transz alatti eltérő tudatállapotára használnak.

A tanulmány legfőbb tárgyaül azoknak a kulturális elemeknek a fenomenológiai kiemelése és részletes leírása szolgál, amelyek a sámáni kontextusban indukciós módszerként játszanak szerepet, tehát a sámáni eksztázist előidéző technikák. Az indukciós feltételek és módszerek, tekintettel komplex összefüggésrendszerükre, egymástól nem szétválasztva négy fő kategóriába soroltan lesznek tárgyalva: a) belső tényezők – a sámán egyéni alkatának, adottságainak vizsgálata, b) külső tényezők – a szociális környezet hatásának, a hitrendszer jelentőségének elemzése, c) sámán által használt eszközök – rituális viselet; különféle hangkeltő, zenei eszközök; tükrök szerepének feltárása, d) sámán által használt performatikus elemek – ének, tánc, drámajáték, mint indukciós faktor fókuszba helyezése.

Ezek alapján az anyag utolsó része kísérletet tesz a feltevések megválaszolására, a fennmaradó problémák kezelésére. Bár, úgy tűnik, egyelőre nem lehetséges a vallási szertartásokban megjelenő ASC teljes körű feltárása, amely nehézség kifejtésre kerül a dolgozatban, azonban a leírások összevetésével, az esetleges konklúziók levonásával hozzájárulhatunk az ASC feltérképezéséhez.

A feltárandó témakör ugyan kiszélesíti az érelemzési spektrumot más, olyan tudományágak számára is, mint az etnológia és kultúrantropológia, szociológia, pszichológia, filozófia, stb., a dolgozat mégis igyekszik a vallástudományi elméleti kereteken belül mozogni. A téma újszerűsége éppen ez által konstruálódik, hiszen egyfelől léteznek az ASC-re irányuló pszichológiai vizsgálatok, valamint ismertek az etnológiai, antropológiai (sűrű) leírások a sámán eksztázisáról. Ami előrelépést jelent, az a

---

<sup>3</sup> Bár első ránézésre úgy tűnhet, nem történik tudománytalanság akkor, ha a szellemlények behatásáról beszélünk. Valójában a vizsgálat szempontjából teljességgel irreleváns, hogy valóban léteznek-e szellemlények, amik olykor megszállnak embereket és az olyan jellegzetes tünet együttesrel jár, amelyek az ASC leírható jellemzőiként formalizálódnak, avagy csupán annak az esete áll fenn, hogy léteznek kultúrák és társadalmának olyan tagjai, akik mélyen hisznek szellemi entitások létezésében, amely hit a szellemlények létét valóságos tudati élményként manifesztálja számukra.

vallástudományi megközelítés, amely más tudományterületek involválásával olyan elméleti keretet hoz létre, amelyben lehetővé válik a különféle tudományterületekről származó információk összevetése és egymásra vonatkoztatása. Ily módon más tudományágak számára is felhasználható információkhoz juthatunk, amelyek a szociálpszichológia, az antropológia számára legalább olyan hasznosnak bizonyulhatnak.

## **2. Vallástudományi megközelítés**

A vallástudomány interdiszciplináris keretei a társadalomtudomány és bölcsészettudomány határmezsgyéjén mozognak. Multidiszciplináris tudományág lévén, több résztudomány módszertani sajátosságát építi be magába, mintegy importálván a módszertant. Ezek közül a pszichológia tényfeltáró eljárására, valamint a fenomenológiai perspektíva szolgál ennek a kutatásnak alapjául, amely utóbbi lehetővé teszi az egyes elemi formák – ez esetben az eksztázis – történeti kontextusból való kiragadását és teoretikus megvizsgálását. Mindazonáltal, figyelembe véve az elméleti kereteket, mégsem célszerű a messzi filozófiai magaslatokba emelkedni, így a jelenség elérési technikáinak funkcionista megközelítése a kijelölt útvonal megtartására kényszerít.

A vallástudományi vizsgálódás szempontjából, ami elengedhetetlen, az az imént említett elméleti keretkontextus megalkotása, amiben a vizsgálat folyik. A bevezetőben elhangzottak alapján az mondható el, hogy megragadván egy jelenséget, azt kulturális kontextusba helyezvén interdiszciplináris megközelítés által egy olyan transzdiszciplináris mezőt hozunk létre, amelyben a vallástudományi értelmezés lehetőséget nyer. A megragadott jelenség az ASC és elérése, ami kulturális kontextusban – sámánizmus – a sámán eksztázisaként jelenik meg. Az etnológiai, kultúrantropológiai kutatások eredményeként a sámánizmus szakirodalmában fellelhető sűrűleírások elemzésével, illetve a szociálpszichológia, neuropszichológia, kognitív pszichológia ASC-re vonatkozó kutatási eredményeinek felhasználásával hozzuk létre azt a keretet, amelyben a különböző tudományterületek eredményeit egymással összevetvén tudjuk értelmezni. Az ún. etic-emic szempontú megközelítésben egyszerre ragadjuk meg a jelenséget belemerülvén az adott kultúrkör hitelti rendszerébe, belülről érintve a kutatási tárgyat (emic), ugyanakkor távolodván a belső vallásos meggyőződéstől a belülről szerzett ismereteket egy külső objektívebb perspektívában értelmezzük (etic). Mindezt olyan problémaérzékenységgel,

amely nem téveszti szem elől a világosság és elkülönítettség eszméjét, valamint a vallási érintettséget, azonban az igazságtartalmakat már nem vizsgálja. A vallások közötti és még inkább fölötti térben mozogván a komparatisztika reflexív tükrében lenne igazán érdembeli a vizsgálódás, azonban ez már szétfeszítené a dolgozat terjedelmi kereteit.

### 3. Sámánizmus

Mindenekelőtt lényeges egy rövid háttérismerettel szolgálni a sámánizmus-kutatás nehézségeit illetően, ami jelen tanulmányt is erősen érinti. Ennek szemléltetésére a magyar folkloristától, Voigt Vilmostól származó gondolat felvetése szolgál alapul:

*„Sok esetben azért vagyunk ma is homályban a sámánizmus egyes vonásait illetően, mivel az eddigi kutatások túlságosan elvonatkoztatott, szabványosított, normatív leírásokat tartalmaznak a konkrét adatok helyett (nem az egyes hiedelemmondákat és praktikákat közölték, hanem egy lexikoncikkszerű szokásleírást vagy mitológiát konstruáltak a hallottakból). Máskor – éppen ellenkezőleg – nem figyeltek fel igen fontos általános jelenségekre, amelyek döntőek a sámánizmus egyes fokozatainak a meghatározásában [...]” (Voigt, 2000, 24.o.)*

A fenti idézetben az egyik legfontosabb kérdésről értekezik Voigt Vilmos, történetesen az általánosítás problémájáról. A sámánizmus köztudottan eltérő formákban jelenik meg kultúránként és történetileg egyaránt. Másképpen szólva, egyáltalán nem beszélhetünk a sámánizmus homogenitásáról még olyan területileg egybetartozó kultúrák esetében sem, mint amilyen az eurázsiai, de akár a szibériai sámánizmus, ha pedig ide soroljuk a dél-amerikai, vagy indonéziai népek kultúráit, akkor végképp nem. A különböző mértékű eltérések megjelenhetnek különféle szinteken, mint amilyen a társadalmi szerep(ek) betöltése, vagy a hiedelemvilág részletei, de ide tartoznak a sámánok tárgyi világában meglévő különbözőségek is. Ami viszont teljesen egyértelmű: ahogyan nincs két egyforma sámán, úgy nincs két egyforma sámánikus kultúra sem.

Az etnológusok, kulturális antropológusok egy-egy etnikum kultúrájának, avagy bizonyos vonásainak részletes feltárására törekednek, azonban egy népcsoport sámánikus kultúrájának a megismerésével – bár közelebb jutottunk a sámánizmus, mint egész feltárásához – mégsem vonhatunk le eme indukciós módszerrel az egészre vonatkozó általános következtetéseket, amennyiben tudjuk azt, hogy az egész részeinek a jellege eltérő tendenciákat mutat. Így mégsem beszélhetünk a sámánizmusról, mint olyanról,

egyetlen (vagy több, amennyiben nem az összes) sámánikus kultúra részletekbe menő megismerése által.

Ezzel szemben, mintegy kontra verzióként jelennek meg – ahogyan Voigt fogalmaz – a „túlságosan elvonatkoztatott, szabványosított, normatív leírásokat” tartalmazó megközelítések, amelyek használatával a jelenségen belüli specifikus eltérések még inkább negligálódnak, sőt a jelenség tisztán teoretikus, általánosított megragadásával odáig jutunk, ahol az elméleti modell leválik a fenomén gyakorlati realitásától, univerzalitást igényel, és önálló életre kell. S immáron félő az, hogy nem létezik az a valami, amelynek jelölésére hivatott, és a korábban alkotott elvonatkoztatott sámánizmus-modell nem tükrözi a maga valóságában a jelenség inhomogén voltát. Ezt kiküszöbölendő jelent meg az a törekvés a kutatók körében, miszerint a semmitmondó, pusztán elméleti elképzelésként létező *shamanism* terminus helyett, szabatosabb kifejezés lenne a *shamanhood*, amely utalni kíván a sámánizmus etnikumonkénti, vagy akár az egyes sámánok közti megkülönböztető jegyekre. Nevezetesen, a magyar nyelvben is kézenfekvőbb lenne – javasolja Hoppál (2005) támogatván a tendenciát – a *sámánság* kifejezés használata a „kiüresedett” *sámánizmus* helyett.

Voigt (2000) fejtegetése szerint, célravezető volna még azoknak a tudományos munkáknak a támogatása, amelyek a sámánizmus kutatási anyagát, noha tágabb keretrendszerben, ugyanakkor szintetizáló feltárásokra alapozva vizsgálják. Az ilyen jellegű szintézisek nagy előrelépést jelentenének a sámánizmus kutatástörténetét illetően, valamint más tudományterületek sámánizmust érintő munkálatainak is segítséget nyújthatnának tisztábban látni e vallási fenomén összetettségét. Valamint, Hoppál (2010) véleménye szerint, a helyi folyamatok kívülről való vizsgálata során megkísérelhető a lokális történetekben meglátni a globális tendenciákat és fordítva is érzékelhető, hogy a globális jelenségek a kisebb közösségek körében is éreztetik hatásukat.

Jelen tanulmány írásakor is gondot okozott a számos alkalommal tapasztalt túláltalánosított értekezések felhasználása és értékelése. Első megközelítésben ezt a dolgot is érhetné támadás azért, mert olyan értelmi konstrukciókkal, absztrakciókkal dolgozik, mint „az” eksztázis „a” sámánizmus. Mindazonáltal, a sámánizmusban használatos eksztázistechikák számbavétele annyiban mentesül az általánosítás vádjától, amennyiben elmondható az, hogy a megváltozott tudatállapotba való belépés képessége emberi adottság, amelyet bizonyos tényezők, körülmények befolyásolnak, és a sámánizmus meghatározó részét képezi – akár valós, akár színlelt állapotról legyen is szó. A fiziológiai, pszichológiai alap azonos, ezt színezi a helyi kultúra, az eksztázis technikák így

specialitásukat a befolyásoló tényezők dominanciája szerint nyerik el. A továbbiakban az olvasó feladata szem előtt tartani azt a tényt, hogy az általános magában foglalja az egyediségeket, és megnyilvánulása csak és kizárólag ezeken az egyediségeken keresztül valósulhat meg. Különösen igaz ez a szinte sámani közösségeként eltéréseket mutató sámánizmusra és az értelem, illetve tudományos feltárás számára olyan nehezen megfogható tudati állapotváltozásokra.

#### **4. Megkülönböztetett tudatállapotok**

A különféle kutatástörténeti korokban eltérő kifejezéseket használtak a sámán tudatállapotának jelölésére, egyben azonban mindenki egyetért: a sámán esetében a megkülönböztetett tudatállapot esete áll fenn. Ahhoz, hogy ez érthetővé váljon, tisztázni kell mit értünk megkülönböztetett tudatállapoton. Talán óvatosabb tartózkodni attól, hogy a sámánizmusban fellelhető ASC jelenségét egy konkrét definícióban rögzítsük, hiszen ahogyan az látható lesz, egy, a kultúrától és körülményektől függő, állandó mozgásban lévő jelenségről van szó. Irányadásképpen mégis körvonalaizni szükségeltetik, mire utal a megváltozott tudatállapot meghatározás.

Az ASC itt elsősorban olyan kognitív és érzelmi folyamatok jelölésére vonatkozik, amelyek az alapvető funkcióterületek – éntudat, test- és térérzékelés, időtudat, emóciók, stb. – tekintetében elérőnek minősülnek az ébrenléti, normális tudatállapottól. Normálisnak a gondolkodás és érzékelés azon megszokott állapotát nevezzük, amely (a nyugati kultúrában) az egyén napról-napra történő tapasztalatát adja. Ezt a normál tudatállapotot tekinthetjük a tudat alapmércéjének, amikor különféle megváltozott tudatállapotokról beszélünk, ehhez viszonyítva megváltozott a tudat állapota, amely eltérő belső tapasztalatokkal és érzékeléssel jár együtt. (Grom, 2007; Pratt, 2007)

A különféle tudatállapotok jelenvalóságának a vizsgálata nem kevés gondot okoz a tudományos feltárás objektivitást megkövetelő elemzése szempontjából. A módosult tudatállapotoknak vannak bizonyos leírható jellemzői, amelyek egyfelől kísérleti alanyok beszámolójából ismertek. Emellett nyilvánvaló, hogy bizonyos mértékig a külső megfigyelő számára is érzékelhető viselkedésbeli elváltozásokkal jár együtt. Ezeket a külső és belső jellemvonásokat, két tanulmányt felhasználva (Gulyás, 2002; C. Szabó, Nagy, K., Takács, A., 2002), a következőképpen fogalmazhatjuk meg:

| Gulyás:                                                                                                 |                                                                 | Szabó, Nagy, Takács:                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| az éntudat megváltozik                                                                                  | módosul a térérzékelés;<br>szokatlan nézőpontok<br>jelennek meg | változik a testkép, testhatárok<br>érzete                |
| megváltozik a figyelem szelektivitása; iránya<br>többnyire kívülről befelé irányul, úgyszólván beszűkül | az érzelmek könnyebben<br>mobilizálódnak                        | test – lélek különválnak                                 |
| a verbalitás csökken, leegyszerűsödik                                                                   | a képzeleti tervezés<br>fokozódik                               | az egyén és univerzum közti<br>határok feloldódnak       |
| csökken a realitásvizsgálat                                                                             | az időrend lényegtelené<br>válík                                | megváltozik az idő észlelet                              |
| képi gondolkodás, intuíció fokozódása                                                                   | az inkongruencia fesztelen<br>elviselése                        | a dolgok jelentése megváltozik,<br>mélyebb értelmet nyer |
| az irracionalitás kritika nélküli, passzív megfigyelése<br>és elfogadása                                | jobb agyféltekés dominancia<br>figyelhető meg                   | perceptuális torzítások,<br>hallucinációk jönnek létre   |

Ezek a jellemző sajátosságok még laboratóriumi körülmények között is nehezen ellenőrizhetők és még inkább megfoghatatlanná válnak a terepmunkák során. A vallási élmény tudományos megközelítésének a problémái az objektivitás kritériumával kezdődnek. Gryneaus (1998a) helyesen jegyzi meg, ha megállapításainkat pusztán a kutató megfigyeléseire alapozzuk, akkor egyértelműen szubjektivitásról beszélhetünk, hiszen személyes megítélésének függvénye, hogy például egy sámán szertartás során jelenlévőnek véli-e az eksztázis élményét. Ellenben, ha a kutató különféle (tudományos) módszereket alkalmazva, például interjúvolás céljából, közbeszól a szertartás menete során, akkor megzavarja a folyamatot és ebből kifolyólag a jelenség megnyilvánulását is gátolhatja. Tehát a sámánizmus esetében is, a szubjektivitást kiküszöbölendő, az eksztázis jelenlétének és mélységének a megítélését vagy klinikailag igazolható vizsgálatokhoz kell kötni, vagy annak megítélését a tudomány hatáskörén kívülnek kell tekinteni.<sup>4</sup>

Emellett a kísérleti vizsgálatok céljából mesterségesen indukált ASC is komoly kutatási nehézségeket állít elénk. Egyelőre nem rendelkezünk olyan eszközökkel, amelyek lehetővé tennék az ASC teljes feltérképezését és szisztematikus tipológiájának elkészítését. A belső élménybeszámolók és külső megfigyelések mellett a tudatállapotok

<sup>4</sup> Ehhez hasonlóan egy francia kutató (Hamayon, 1993), egyenesen azt állítja, hogy az eksztázis meghatározhatatlan terminus, amely az antropológiai kutatások szempontjából teljességgel irreleváns, s a kutatásokat gátló, empirikus adatokra nem támasztható kategória. Ezáltal a sámánizmus analízisekből elhagyható.

megfigyelésére irányuló MRI- és EEG-vizsgálatok, annak egy továbbfejlesztett változata, az ún. brain-mapping, a SPECT képalkotás, stb. áll rendelkezésünkre, amelyek nem bizonyulnak elégségesnek a cél tekintetében. Nehezíti a helyzetet az a bonyolult, ám szükségszerűnek tűnő ok-okozati összefüggés, amely az ASC-t előidéző cselekvés, maga a tudatállapot és az abban megélt élmény között fennáll. Ebben az ok-okozati láncolatban meglévő összefüggés a nyugati filozófiában ismeretes David Hume nevével fémjelzett kauzalitás elmélet azon értelmezésével vethető egybe,<sup>5</sup> miszerint bár létezik kauzalitás, de képtelenek vagyunk az ok-okozati összefüggés empirikus belátására, az észleletek időbeli egymásutániségének felállítására.<sup>6</sup> Ezzel a megrekedtséggel találjuk szemben magunkat az ASC-t illetően is. Bár egyre eredményesebb vizsgálatok folynak, mégis számos terület van, ahol még nem vagyunk képesek az összefüggéseket kellő bizonyossággal felfedni. Ennek következtében az ASC olyan gyűjtőfogalommá válik, amely magában foglalja és egyúttal összemosza az ASC állapotát, az azt előidéző módszer(ek)e)t és az állapotban megélt élmény(ek)e)t.

#### **4.1. Terminológiai sokszínűség**

A sámánizmusban megjelenő ASC megnevezésére vonatkozó terminológiai sokszínűség és tisztázatlanság szükségessé teszi a szakirodalomban használt fogalmak ismertetését és pontosítását. Némely ASC-re vonatkozó fogalmat szinonimaként, míg másokat ellentétes értelmű megjelöléseként használnak a szakirodalomban. A legtöbbet ismétlődő megnevezések közül is az eksztázis, illetve a transz kifejezés az, amivel talán a leggyakrabban találkozni, azonban még ezeken belül is találkozhatunk értelmezésbeli különbségekkel.

Hultkrantz (1997) megfogalmazásában, a sámán szerepe és a sámánizmus lényege az, hogy a tehetséggel rendelkező egyén, egy intézményesült szertartás alakalmával kapcsolatot létesítsen és közvetítést eszközöljön a túlvilág és az emberek világa között, s ezáltal nyújtson megoldást a közösség életében felmerülő gondokra. Ennek az eljárásnak –

---

<sup>5</sup> Hume gondolatmenetében nem teszi egyértelművé elméletét, aminek következtében eltérő Hume-értelmezések születtek. Az egyik változat szerint Hume eredetileg tagadja a kauzalitás ontológiai létét is, míg a másik magyarázat szerint elfogadja annak létét, szkepszise csak az ok-okozati viszony megtapasztalhatóságára irányul.

<sup>6</sup> Lásd erről: E. Szabó László: Kauzalitás (<http://phil.elte.hu/leszabo/Kauzalitas/kauzalitas.pdf>)  
Letöltés ideje: 2012.11. 02.

a sámán adottságaiból és képességeiből adódóan – a technikai eszköze az eksztázis. A sámán az eksztázis állapotába belépve képes ezt a fajta kommunikációt megvalósítani. Tehát, egy már kialakult hiedelemvilágban és a rendszer fenntartásában az ASC, mint eszköz, tölti be szerepét.

A korszakalkotó Eliade (1951/2005) is az eksztázis kifejezést alkalmazta a sámán tudatállapotának megnevezésére. Az eksztázis a görög eredetű *ek-stasis* szóból származik, jelentése: kívül-lét, kívül-állás. Olyan emberi tapasztalatot jelöl, melynek során „*az egyén a mindennapi tapasztalat fölé emelkedve különlegesen intenzív transzcendencia élményre tesz szert*” (Görföl, 2009, 257. o.). Modern megfogalmazásban a módosult tudatállapot egyik fajtájának nevezhetjük, melynek ellentéte az *ensztázis* (beállás). Arvind Sharma (1995) az Eliade féle vallási enciklopédiában több megközelítési módját mutatja be az „*Ecsatsy*” szócikkben – történeti, antropológiai, fenomenológiai, szociológiai, pszichológiai, kultúrközi – melyek mind relevánsak lehetnek úgy a sámánizmus tanulmányozása, mintahogyan más vallási kontextus (pl.: szufizmus) elemzése során.

Az eksztázis kifejezéssel párhuzamosan rendszerint találkozni a sámánizmus szakirodalmában a transz megnevezéssel is. Pratt (2007) rávilágít arra, hogy a transzállapot – hasonlóan az eksztázishoz – egy nem pontosan definiált tudatmódosult állapot, amely magában foglalhat (egy részleges) öntudatlanságot, a képesség hiányát a gondolatok és cselekedetek irányítására, egy bódult, kábult állapotot, amelyben az egyén nincs környezetének (teljes) tudatában és képtelen a szándékolt ingerreakciókra. Ugyanakkor, éppen ellenkezőleg is elmondható, hogy egy kifejezetten kifinomult tudatosságra utal, amely lehetővé teszi a fizikai környezeten túli spirituális világ érzéki tudatosságát is.

Nem véletlen Pratt észrevételezése, hiszen az ASC kutatások nyilvánvalóvá teszik a tudatmódosulások olyan felosztását, ami alapján megkülönböztethetünk egészséges és patológiás állapotváltozásokat. Grom (2007) megfogalmazásában, az előbbi az egyén számára kontrollálhatónak minősül és nem bizonyul káros hatásúnak. Annak ellenére, hogy lehet önként vállalt, szándékosan generált (rituális) ASC, vagy éppen ellenkezőleg, spontán módon bekövetkező tudatváltozás, negatív irányban nem befolyásolja szignifikánsan az egyén testi-lelki jólétét. Patológiásnak akkor nevezhető a spontán vagy tudatosan előidézett ASC, ha kicsúszik az egyén ellenőrzése és irányítása alól. Ez esetben kontrollálhatatlanságának következtében komoly pszichotikus zavarokat okozhat, dezintegrációhoz vezethet.

Ezek a szóhasználatok – eksztázis, transz – a sámánizmuson belül ugyanazt a tudatmódosult állapotot jelölik, azzal a kiegészítéssel, hogy az etnológusok inkább a transz

kifejezést, míg a sámánkutatók inkább az eksztázis szóhasználatot preferálják. Meg kell jegyezni, hogy az „ugyanazt a tudatmódosult állapotot jelöli” állítással nem lehet egyértelműen, minden mást kizáróan egyetérteni. Jelen esetben is az egyszerűség kedvéért történő általánosításról van szó, amely nem tükrözi a maga egészében a valóságot. Többen, több okból indítványozták már az „*alternate*” kifejezést az „*altered*” meghatározás helyett.<sup>7</sup> Pratt (2007) kifejti, a sámáni tudatállapot nem egy meghatározott állapotot jelöl, hanem tudatállapotok egész sorát. A sámán transzot rugalmasság jellemzi, és flexibilitása, célja szerint változhat. Az általános meghatározás szerint két szélsőség között változik, amely a más világokba tett utazástól – lélekutazás – a szándékosan idézett „megszállott” transzig terjed, azaz a sámán testébe megidézett szellemlények állapotáig, amely megkülönböztetendő a nem szándékolt megszállottságtól. Ez által már világossá válik a megváltozott tudatállapot kifejezés helytelensége, amely magában foglal egyfajta statikusságot, noha inkább flexibilis, fluiditás szerű állapot változásokról van inkább szó.

A lélekutazás és megszállottság kérdéskörében zajló kutatások azt mutatják, igen eltérő nézetek uralkodnak a két jelenség viszonyáról. Vargyas (2006, 391-392.o.) szerepváltást említ, amelyben a kettő közti átmenet „*egyik pillanatról a másikra, magától értetődő természetességgel végbement* [egy brú (Közép-Vietnám) sámánszertartás alkalmával – beszúrás tőlem] *anélkül, hogy a sámán viselkedésében valami észrevehető változás lezajlott volna*”. Valamint, említést tesz a francia körökben elterjedt nézetre, amely konstatálja, megszállottság és lélekutazás oppozicionális jelenség. A megszállottság során fentről lefelé történő mozgás, passzivitás, a szellemlények inkorporációja jellemző, ezzel szemben a lélekutazásban lentől felfelé való mozgás, szellemekre való aktív ráhatás, valamint uralom alá való hajtásuk figyelhető meg. E kettő közül az utóbbit nevezi samanizmusnak.

Emellett, találkozni olyan egyedi meghatározásokkal is, amelyről úgy vélik, hogy pontosabban ráilleszthető a sámáni tapasztalatra és gyakorlatra, esetlegesen éppen úgy, mint a releváns jelenség pontos körülírása. Ilyen elnevezés a Michael Harner által preferált sámáni tudatállapot. Eszerint a sámánok azon képességük alapján különböztethetők meg más vallási, vagy kulturális vezetőktől, amelynek segítségével képesek szándékosan belépni megkülönböztetett tudatállapotokba, s mindezt egy bizonyos cél érdekében teszik. (Harvey, 2007) Nem elhanyagolható a tény, hogy ezen tudatállapotok elérése nagyfokú

---

<sup>7</sup> Ennek részletes kifejtésére a dolgozat terjedelmi keretei nem adnak lehetőséget, így csupán egy nézet megemlítésére kerül sor. Ezen kívül Charles T. Tart, Ruth-Inge Heinze munkássága emelhető ki.

koncentrációs képességet igényel, állandó lelki készenlétet, ahogyan Hoppál (2005) fogalmaz, hiszen a szándékoltság egyúttal azt is jelenti, hogy akkor lép be és ki a transzból, amikor a helyzet azt megkívánja, azaz, amikor ő úgy akarja. Emellett, azt is figyelembe kell venni, hogy a sámáni előadás alkalmával a szellemi történéseket folyamatosan recitálja a jelenlévőknek, így a fizikai valóság tudatosságát sem hagyhatja teljesen el. Tehát, a sámánra egyfajta kettős tudatosság jellemző.<sup>8</sup>

Jelen tanulmány Hultkrantz álláspontját veszi alapul, és ekképpen az eksztázist eszköznek tekinti. A módosult és megváltozott tudatállapotot szinonimaként használja, amely a sámánizmusban nem annyira spontán, mint inkább rituálisan előidézett állapotként van jelen. Az eksztázis és transz kifejezést – szintén rokon értelmű szavakként – az ASC sajátos fajtájának tekinti, amely involválhatja a lélekutazást és megszállottságot egyaránt.

## **5. ASC-t kiváltó indukciós feltételek és módszerek**

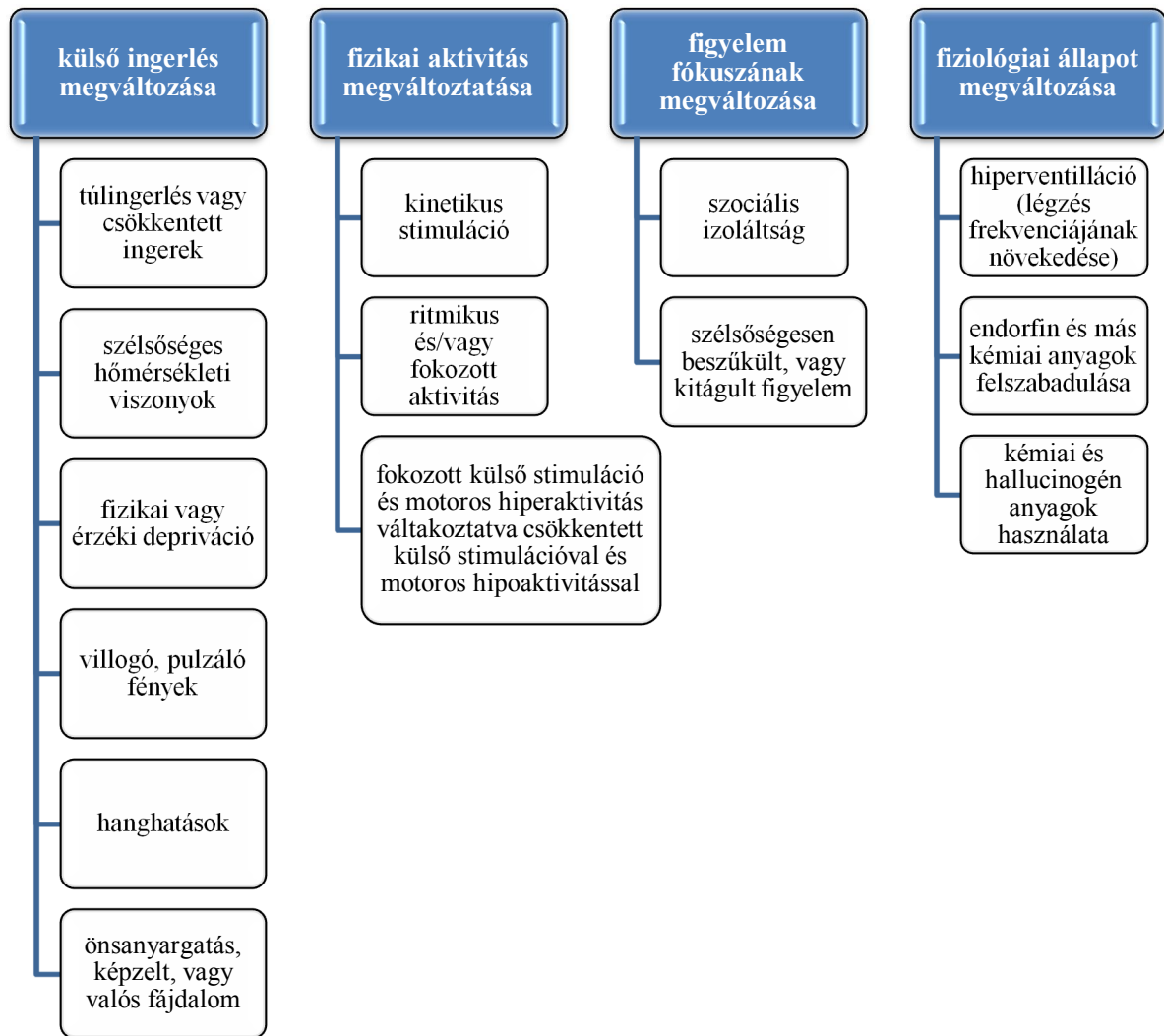
A módosult tudatállapotról folytatott értekezésből még hiányzik az a lényeges pont, ami nélkül nem haladhatunk érdemben tovább a sámán eksztázis technikáinak feltárásában. A tudat állapotait feltérképező kutatások többek között hangsúlyt helyeznek a megváltozott állapot külső-belső jellemvonásainak feltárására, amelyek az előzőekben már érintettek voltak, valamint a módosulást kiváltó tényezőket is a vizsgálatok fókuszába állítják. Alapvetően elmondható (Pratt, 2007), a módosult tudatállapotba való belépés képessége voltaképpen emberi képesség. Szabó Csaba (2008) megközelítése szerint az egyén ASC-re való fogékonysága szempontjából megkülönböztethetünk kevésbé és erősen fogékony egyéneket – és természetesen számos átmenetet. A normális éber tudatállapotot stabilizáló tényezők tartják fenn (pl: külső ingerek változékonysága, a belső és külső környezet megszokott fizikai-kémiai jellemzői, stb).

Az egyén adottságainak megfelelően a tudatállapot módosulásában, illetve módosításában egyes tényezők döntő szerepet játszanak, ezek az ún. indukciós feltételek és/vagy indukciós módszerek, amelyek destabilizálják a normál állapotot. Az erre vonatkozó kísérletek megemlítésére a későbbiekben részben sor kerül, egyelőre a változás

---

<sup>8</sup> Emellett, ismert a transzállapotból való visszatérés utáni beszámoló is, amelyben a sámánnak nincs hatalmában az események folyamatos transz közbeni közvetítése. Túlvilági utazásáról tett ismertetőjét, a transz ideje alatti eszméletlensége következtében, kénytelen magához térése utánra halasztani.

előidőzésében szerepet játszó tényezők és feltételek leírása látható az alábbiakban több tanulmány összevetése alapján (Heinze, 1993; Pratt, 2007; C. Szabó, 2008; Villoldo, 1987).



Az indukciós technikák mellett a személyiségváltozók és elvárások együttesen befolyásolják az élményeket, valamint ide vehető még az erős, szélsőséges emóciók; ritualizáció; rítus befolyása; szociális alátámasztás is. A következő fejezetek azt vizsgálják, hogy ezek az indukciós feltételek közül, melyek azok, amelyek megtalálhatóak a sámánikus szertartásokban, valamint kulturális kontextusba ágyazottságok lévén, milyen formában jelennek meg.

## 6. Az ASC elérése a sámánizmusban

### 6.1. Belső tényezők, avagy sámáni pszichopatológia (?)

Az első – racionális – leírások, és itt főként az orosz tudósokra kell gondolnunk,<sup>9</sup> a sámán idegállapotára, neurotikus és elmebajos alkatára különös hangsúlyt fektettek. Szibéria északi régióiban folytatott kutatások során nyilvánvalóvá vált, hogy az olyan természeti, éghajlati sajátosságokkal rendelkezik, amelyek megterhelően hatnak az ember fizikai, pszichés, idegi és mentális állapotára egyaránt. A magyar néprajzkutató, Diószegi (1998) is értekezik egy korábbi művében arról, hogy a permanens, meglehetősen alacsony hőmérsékletnek, hideg arktikus éghajlatnak megfelelően, az életviszonyok elég zord körülmények között képzelhetők el. A táplálkozás egyoldalúsága; a kevés napfény; a természet erőivel szembeni kiszolgáltatottság érzete erősen befolyásolja és meghatározza az emberi életminőséget. Ebből kiindulván azt a konklúziót vonták le, hogy az itt lakó népek állandó nem normális körülmények között élnek, amely azt eredményezi, hogy gyenge idegállapotuk állandósulása, mintegy betegségnek tekinthető. Ez olyan megnyilvánulási formákat ölt, mint például egyes emberek erős hangulat- és tudatállapot változásai, amelyek az egyént érthetetlen cselekedetekre; hallucinációkra; esetenként tudatvesztésre; rohamszerű görcsökre kényszerítik. Harvey (2007, 157.o.) álláspontja szerint, ezt a fajta aberrált viselkedést és rendellenes idegállapot Maria Czaplicka 1914-es arktikus, avagy sarki hisztéria fogalmának megkonstruálása után, pszichotikus, skizofrén, epileptikus, neurotikus, vagy más mentális betegséggel rendelkező egyén állapotaként titulálták,<sup>10</sup> annak ellenére, hogy a sámán gyakorlottság bizonyult a hisztéria rohamok feletti kontroll megtartásában.

Diószegi (1998) és már Eliade (1951/2005) is felhívta a figyelmet a konklúzió helytelenségére. Diószegi vélekedése szerint, abból kell kiindulni, hogy azon emberek, akik ilyen körülményekhez szoktak, évezredek alatt nyilván alkalmazkodtak lakóhelyükhöz és környezetükhöz. Lehetetlen, hogy az emberi szervezetben ne alakuljanak ki a megfelelő fiziológiai, idegrendszerbeli, pszichés elváltozások. És mihelyt ezek az elváltozások állandósulnak, az ember természeteként jelennek meg, máris normálisnak

---

<sup>9</sup> Lásd: Andrej Krivosapkin, Maria Czaplicka, Vladimir Germanovich Bogoraz, stb.

<sup>10</sup> Megjegyzendő, hogy bár jobbra ezen a területen észlelhető radikálisan ez a jelenség, nem véletlen az arktikus hisztéria elnevezés sem, de mind az éghajlati, mind az idegállapotbeli szélsőséges elváltozások is megtalálhatók más területeken is. Példának okáért, a nyugati, fehér ember szemével a Góbi-sivatagban élő nomádok helyzete és életkörülménye, ebből adódóan idegállapota sem tűnik megnyugtatóbbnak.

tekinthetők. A kívülálló, aki a saját maga érzékelésén keresztül méri ezeknek az embereknek a magatartását, tévedésbe esik, hiszen míg számára rendellenes állapotként jelenik meg, addig az ott élőknek mindezek a körülmények természetesek. Értelemszerűen, – érvel Diószegi – ez nem azt jelenti, hogy ezek a hatások ne játszanának döntő szerepet a sámánikus hajlam kialakulásában, de mindenesetre nem valószínű, hogy egy évezredes sarki betegségről van szó, hanem inkább egy idegrendszerbeli sajátosságról.

Ettől függetlenül, a sámánizmus kutatók körében elterjedt nézet volt, hogy a sámánok mentális fogyatékossgal rendelkeznek. Ez az általános elképzelés, Hultkrantz (2001) megfontolása szerint, többek között, a sámánok transz és megszállottság alatti látszólag őrült viselkedésének megfigyeléséből és a tudósok általi racionális magyarázat megfogalmazásából bontakozott ki. A korábbi leírásokból egy idegileg labilis, gyengeelméjű, hisztérikus, pszichotikus egyén esztelen őrjöngése, vad dobolása és tánca sejlett fel, amit, sajnálatos módon, egyes szakirodalmak még manapság is idéznek. Azonban a svéd professzor azt is hozzáteszi, nincs olyan ma élő vezető sámánizmus kutató, aki alátámasztaná a sámánok mentális gyengeségét. Sőt, éppen ellenkezőleg, a sámánok átlagon felüli intelligenciáját, kiemelkedő képességeit, személyiségének összetett szépségét és nagyszerűségét vélik felfedezni a terepmunkák alkalmával. Hoppál pontosít (2005), a sámánok látszólagos őrült viselkedése a szertartások ideje alatt figyelhető csak meg, és azokon kívül, normál esetben, a közösség többi tagja közül legfeljebb fokozott érzékenyságüknek és erős egyéniségüknek köszönhetően tűnnek ki.

Ide vonatkozóan lehet megemlíteni egy tanulmányt, amelyben Grynæus (1998b) jól érzékelteti a személyiség-adottságokból való következtetések értelmezésének nehézségeit. Az *American Psychiatric Association* hivatalos diagnosztikai osztályozása, a DSM (*Diagnostic and Statistic Manual*) IV. kötetéhez elkészítette a *Trance and Possession Disorder* c. fejezetet, amely tervezet általános felhördülést váltott ki a bizottság tagjaiból, mondván, ezek a jelenségek nem tekinthetők kórosnak (*disorder*), hiszen adott kultúrákban teljesen természetes, mindennapi jelenséggé váltak jelen. A probléma abból ered, hogy nyugati fogalmakat használva patológizálunk más kultúrkörből származó jelenségeket, és ezzel a pszichiátria egyik filozófiai problémájába ütközünk: a „Mi a tudat(osság) természete?” kérdéshez.

Valamint, visszautalván a 4. fejezetben kifejtettekre, a sámán személye az ASC-ben folytatott viselkedése alapján nem tekinthető patológiásnak, egészen addig, amíg abnormálisnak minősülő viselkedése csupán az ASC ideje alatt áll fenn. Ekképpen, az ASC

viselkedésbeli elváltozás jellemzőjének tekinthető, kontrollálhatónak bizonyul és hétköznapi életében hosszú távon sem okoz pszichotikus zavarokat.

Ezek alapján azt a konklúziót vonhatjuk le a sámán egyéni képességeit illetően, hogy két egymással ellentétes megközelítésben – korábbi leírások és a későbbi megfigyelések – azt láthatjuk, hogy vannak bizonyos kultúrák, amelyekben egyes emberek olyan különleges hajlammal és képességekkel rendelkeznek – tűnjék az patológiásnak, vagy sem, amely egy bizonyos fajta jelenségben nyilvánul meg kiváltképp. Ezt a jelenséget nevezzünk sámáni kontextusban eksztázisnak. Jóllehet, az individuálszichológiai megközelítés önmagában nem képes pontos magyarázatot adni arra vonatkozóan, miként játszik szerepet a sámán egyéni alkata a transzállapot elérésében, a disszociációra való készség örökletes-e vagy szerzett, azonban nyilvánvalónak tűnik az egyéni hajlam szerepe, mint indukciós feltétel, az eksztázis jelenségének megnyilvánulásában.

## **6.2. Külső tényezők**

### **6.2.1. Szociális háttér – Szociális közeg**

Amennyire fontosnak bizonyul az előző fejezetben leírt egyéni belső képesség a transz elérésében, legalább olyannyira lényegesnek tekinthetők a külső kontextuális tényezők. Elmondható, hogy a transz elérésének eredményességéhez két alapvető feltétel szükséges: egyrészt az egyén alkalmassága, másrészt pedig a kulturális környezet és rendszer, amibe a jelenség illeszkedik.

Nehéz helyzetben van az, aki a valóság feltárására alkotott megismerési modellekről objektíven szeretne értekezni egy olyan kultúrában, ahol számos tudati állapot közül egyet kiemelve és kizárólagos preferenciával ellátva próbálja ismeretelméleti fogalmait megalkotni és ezeken keresztül más, eltérő kulturális megismerési eljárásokat megérteni. A nyugati világban uralkodó racionalizmus egyetlen domináns tudatállapotot tekint az éber normális kategóriába sorolhatónak. Az éber, hétköznapi, racionális tudaton – amelyen belül jelentékeny eltérések azért mutatkoznak – kívül minden egyéb értékítéletekkel telített minősítést kap, ugyanakkor a társadalom egyes tagjainak megengedett a más tudatállapotokhoz kapcsolódó intézményekhez tartozás. Míg nálunk a „megengedett” a legkifejezőbb szóhasználat, addig egyes kultúrákban – mint amilyen a sámánikus – kifejezetten értéket jelent az eltérő tudatállapotok ismerőjének és használójának lenni.

A sámánikus kultúra a sámán személye köré szerveződik. A közösség számára egy, a sámán által közvetített, de általuk meg nem tapasztalt tudásról, kialakított világképről, rendszerről és annak sajátos törvényszerűségeiről van szó, amelyben hisznek. Míg a sámán esetében elmondható, hogy alkata lehetővé teszi és egyúttal – kényszerítő erejénél fogva – megköveteli az ASC-be való belépést. Ezen állapotokban szerzett élményeiből bontakozik ki az általa tapasztalt világkép, amelyet közvetít a társadalom felé. A későbbiekben, amikor a hiedelemrendszer rögzült, a közérdek szempontjából nyilván elvárt a rendszer fenntartása és működtetése. Vagyis, a túlvilág és e világ között való közvetítés szerepének a betöltése már közösségi elvárásként jelenik meg az erre alkalmassággal rendelkező személyek esetében, így módon képességük lehetőség egy szociálisan elismert szerep betöltésére.

Gulyás Anna értekezésében több ízben elemzi (2002), hogy a szocializáció során számos ASC-t kiváltó, kontrolláló technika tanulható. A megszerzett tapasztalatokat kezelendő, egymástól elkülöníteni és egymásra vonatkoztatni tudó eljárás elsajátítható, illetve a tudatállapotok közötti váltás, a felmerülő ellentmondások kezelése-feloldása megtanulható. Pszichiátriai értekezésében Grynaeus (1998b) is az mellett foglal állást, hogy megfelelő egyéni és szociális tanulás útján a megváltozott tudatállapotok rituális körülmények között előidézhetők. A szociálpszichológia foglalkozik azzal a kérdéssel, hogy a különféle kultúrákban a különböző személyiségű, temperamentumú egyének a szocializációs folyamataik révén miként nevelődnek bele kultúrájukba, normarendszerükbe, amely természetes eljárás során utánzási, szereptanulási és identifikációs folyamatok segítik. Az identifikáció valós személyek által, illetve szimbolikus modellekkel is végbemehet, amely nem valódi lényekre utal. A sámán esetében tudjuk azt, hogy tanulási és beavatási procedúra végbemehet külső és belső módokon, azaz szerepének eltanulásában segíti őt a hagyomány, az idősebb sámán(ok), valamint a nem emberi szellemi entitások (Diószegi, 1998), ez utóbbi nevezhető a Grynaeus fiele tanulmány szerint az identifikáció szimbolikus modellének.

Valamely pozíció betöltőjétől elvárják szereppartneri (a közösség tagjai), hogy a pozíció szerepének megfelelően viselkedjék, s ehhez megfelelően „*attitűdöket, értékeket, emocionális reakciókat, szankciókat, készségeket és technikákat*” (Grynaeus, 1998b, 220-221.o) tegyen magáévá. A szerző a szereptanulást elősegítő tényezők közül kiemel néhányat. Ezekből a számunkra releváns elemek: az elvárások, pozíciók tisztázottsága a szociális rendszerben; tanulás már a pozíció átvétele előtt (belenevelődés); a „nyereségek” és „költségek” kedvező aránya; megszabadulás előző szerepétől, szociális kötődéseitől; személyes adottságok, tulajdonságok.

A sámán esetében is számolni kell ezekkel a külső szociális tényezőkkel, amelyek a későbbiek során megkönnyítik az ASC elérését. Látható tehát, hogy amely kultúrában a megváltozott tudatállapot értéket jelent, és ezzel együtt el is várt a társadalom bizonyos tagjaitól, ott a megváltozott tudatállapot elérése nem ütközik társadalmilag gátló konvenciókba. Éppen ellenkezőleg, az elérést segítő szociális támogatottság, szereptanulási tényezők jellemzőek, ami pedig az ASC könnyebb elérésének feltételét biztosíthatja.

### **6.2.2. Hitrendszer, világnézet – szellemi entitások**

Az előzőekben Hultkrantz-ot idézve kifejtésre került, hogy a sámáni hitrendszer értelmében az egész kultúra lényegi eleme az e világ és a túlvilág közötti kapcsolat megteremtése és ápolása. A túlvilággal kapcsolatba kerülni az eksztázison keresztül lehet, ily módon az eksztázis a hitrendszerben helyet foglaló szellemlények érdembe vételével nyeri el értelmét. Diószegi konstatálja (2006), hogy a sámán képességei és az ennek következtében betöltött társadalmi szerep szoros összefüggésben áll a hitrendszerben helyet foglaló szellemlényekkel. Nekik köszönhető a sámán hivatása, ők választották ki a szerep betöltésére, kényszerítették annak elfogadására, majd ahhoz szükséges erővel látták el. A sámán beavatásakor, amíg ő öntudatlan állapotban fekszik, a szellemlények feldarabolják testét acélból, hogy meggyőződjenek róla valóban alkalmas-e a szerep vállalására, amit az átlagos egyénhez képest többlet számú csont jelöl. Amennyiben alkalmasnak bizonyul a sámánlétre, akkor ezt közössége előtt is bizonyítania kell egy beavató rítus alkalmával. Ezáltal képességei és tudása legitimálódik önmaga, a közösség és a túlvilági lények számára.

A szellemlények hatása a legszemléletesebben a sámán beavatása előtt és beavatásának ideje alatt figyelhető meg. Egyes sámánikus kultúrákban a sámán már sámánnak születik, amelynek bizonyos látható jelei vannak: magányos természet, többlet csont, legfőképpen ujj, vagy fog, stb. Ekkor a kiválasztott még hivatalosan nem sámán, még csak számítani lehet az elhívásra. Másokat kijelölnek a sámánságra, és a hozzá szükséges erőt meg kell szerezniük valamely módon. Az elhívás során a leendő sámánt az őt kiválasztó szellemek gyötrik betegségekkel, kízó álmokkal, időnkénti tudatvesztéssel. A szellemek ezúton kényszerítik a hivatás elfogadására. Amennyiben a kiválasztott elfogadja a ráruházott szerepet, mély öntudatlan állapotba kerül, ami napokig

is eltarthat, és beavató álmokban részesül. A beavatás során a leendő sámán (akár többször is) „meghal”, majd azt követően újjászületik. Ezzel az aktussal születik meg az a sámán, aki immáron képességeinek teljében van, s hatalmában áll mindaz, ami fölött a beavatás révén elnyerte a jogosultságot. (Diószegi, 1998; Vitebsky, 1996) Úgy tűnik, a sámán első transz élménye nem – vagy legalábbis egyes esetekben nem – egy tudatosan előidézett eksztázis, hanem „...a jelölt oly vad lerochanása, hogy tökéletesen megsemmisíti a jövőendő sámán egyéniségét. Ezután építik fel újra a sámánt, akinek új képességei nem csupán a külső segítségből fakadnak, hanem egy új belső világ kialakulásának megnyilvánulásai lesznek.” (Vitebsky, 1996, 59.o.) A hitrendszerre vonatkozóan fontos látni azt, hogy a szellemlények fenyegetései, a beavatás során megélt kínszások által kiváltott erős affektusok, szélsőséges emóciók, kiváltképp a félelem is közreműködnek a transz indukálásában, megélésében.

A fentiek értelmében az mondható el, hogy a sámán módosult tudatállapotának megélését a közösség hitvilága irányítja, voltaképpen innen indul ki minden, ami a sámáni ASC-t illeti.<sup>11</sup> Mindez a későbbiekben válik még inkább érdekessé, amikor a gyakorló sámán a szellemlények megidőzésén dolgozik, és ennek érdekében tudatmódosító technikákat alkalmaz, ugyanakkor tudatmódosulásának megélése az adott hitrendszer szellemlényeinek a függvénye is egyben. Bonyolult kölcsönhatás figyelhető meg, ami bizonytalanná teszi, hogy a technikák alkalmazása, vagy a szellemek hatása az, ami a transzt kiváltja. Az elsődlegesség kérdése nem válaszolható meg egyértelműen. Ezen a ponton válik világossá, hogy az ASC előidőzésének vannak indukciós feltételei és indukciós módszerei, amelyek holisztikus rendszert alkotván nem választhatók el egymástól. Ennek további szemléltetésére a performatikus elemeknél visszatérünk.

### 6.3. Sámán által használt tárgyak

Az eksztázis elérésének alapját tehát lényegében a belső és külső feltételek szolgáltatják. Ezek szükségesek, de a sámánizmus rendszerében önmagában nem elégséges feltételei a megváltozott tudatállapotnak. Ha a külső és belső feltételek adottak az ASC

---

<sup>11</sup> Somfai ide-, illetve a transz minőségére vonatkozóan észrevételezi, hogy a sámán ASC-je is a hitrendszernek megfelelő tendenciákat mutat. Ha a szellemi megszállás az elterjedt transz-forma az adott területen, akkor a sámán ennek megfelelően ezt fogja átélni. Ezzel szemben ott fogunk a sámán által megélt klasszikus lélekutazással találkozni, ahol az az ismert. (Somfai Kara, 2011)

indukálásához, akkor lehet az indukciós módszereket és tényezőket is számításba venni. A sámán rendszerint eszközöket használ a megfelelő tudatállapot elősegítésére, amelyek egyúttal a kulturális rendszer szimbolikus jeleit is tartalmazzák, mintegy mikrokozmoszt hozván létre. Valamint a performansz szerves elemét is képezik, akár jelmezként, akár színészi kellékekként. A sámán által használt tárgyak közül, amelyek elősegítik az eksztázis elérését, első sorban a jelmez kerül az elemzés fókuszába, annak szimbolikus világával, értelmezésével jelen esetben nem foglalkozunk.

### **6.3.1. Köpeny, maszk**

A sámán viselete jelentőséggel bír szerepének betöltése, valamint az eksztázis elérésének céljából egyaránt. A sámán rituális ruhatárát a köpeny, sapka, vagy maszk, öv, kesztyű, lábbeli alkotja. (Hoppál, 2005) Már Eliade-től tudjuk (1951/2005), hogy egyes kultúrákban (pl: lebed tatárok) nincs ugyan külön sámán öltözet, azonban mégis jellemző valamiféle megkülönböztető kiegészítő használata (pl:kelme), ami nélkül nem képzelhető el a sámánizálás.

A sámáni viselet nem pusztán művészi dekorációval ellátott jelmez, hanem szimbolikus jelentések hordozója, melynek elkészítésére gondot kell fordítani. Diószegi (1998) felhívja rá a figyelmet, hogy az öltözk megalkotása során ügyelni kell arra is, hogy az minden apró részletében a segítő szellemeket idézze. Ha a segítők madár alakban jelennek meg, akkor a köpenynek is madár alakúnak kell lennie és a fejviseletnek is tollakból kell állnia. Míg más esetekben az öltözet elejtett vad bundájából készül a segítő szellem megjelenési formájának megfelelően. Emellett, vannak feljegyzéseink olyan esetekről (Eliade, 1951/2005), amelyeknél a jelöltnek meg kell álmodnia jövőendő öltözéke lelőhelyét és magának kell elmennie érte, ily módon haszonállatért cserébe megvásárolnia az elhunyt sámán rokonaitól.

A viselet segítőszellem idéző jellege – és ezáltal ASC elősegítő szerepe – azért lényeges, mert megszenteltsége folytán szellemi erő, elsősorban a sámán segítőszelleme hatja át. Miután áthatják a szellemek, az öltözk ugyanolyan félelem és tisztelet tárgyává válik, mint minden más szellem lakta hely. A sámán a rituális ruha felöltésének pusztán tényével túllép a profán téren és előkészül arra, hogy kapcsolatba lépjen a szellemvilággal. Az előkészület szinte konkrét bevezetés ebbe a világba, hiszen a (be)öltözködést hosszas

nekikészülődés előzi meg. Ezt felöltvén a sámán már az ekstázishoz közeli állapotba kerül, öltözete egyfajta szentségként szolgál önmaga és közössége számára, ahogyan Eliade nevezi, már önmagában is hierophaniát alkot. Véleményében kifejti, *„külön a sámán-élményhez alkalmazott öltözék lényege az, hogy az élményre ne a sámán hétköznapi viseletében kerüljön sor. Az öltözék önmagában is a környező profán világ terétől minőségileg különböző vallási mikrokozmoszt képvisel.”* (Eliade, 2005, 144. o.)

Verebélyi gyűjtésében kiemeli (2007), a maszk és „álöltözet” többféle funkciót tölthet be a szokásokban, s a következőket veszi sorra: a valódi személy leleplezésének, elrejtésének eszköze; színházi, dramaturgiai kellék; a hétköznapi életvilágtól való különbözőség megjelenítésének eszköze; átöltözés. A sámán esetében ezek közül többet is említhetünk, de ami jelen esetben releváns az a láthatatlanság biztosítása. Ennek a sámán több szempontból is hasznát veszi rituáléja során, azonban a szellemek világban életbevágó rejtőzködésre most nem térünk ki. Van der Leeuw (2001) azt hangsúlyozza, hogy az álarcos tánc megszabadítja az embert személyiségétől, ami azért lényeges, mert az ASC indukciós feltételei közt a szociális izoláltság is szerepet kap. Önmagát elrejtve, vagy épp „levetközvén” pillanatnyilag kikerül a racionális világ szociális hálójából – paradox módon szerepének köszönhetően éppen ezáltal épül bele – s lehetősége nyílik megszokott tudatállapotának elhagyására.

### **6.3.2. Fémek, csörgők, bot, dob**

A sámán eszköztárának szintén lényeges részét képezik az olyan kisebb tárgyak, mint fémfüggők, csörgők, tükrök, a sámán bot és dob. Ezek szintén több funkciós eszközök, és itt szintén csak a releváns rendeltetésük kerül vizsgálat alá, mellőzve a múzeumi értékű művészeti alkotás jellegét, szimbolikát, a szellemvilágban elengedhetetlen védő és elriasztó szerepet, jóslási segédeszköz mivoltát, és így tovább.

Ezek az eszközök a ritmus, és hangszeres zenealkotás elemei, amely zenei aspektus a sámánizmus részét képezi. Az eliadei értelemben „az ekstázis ősi technikái” közül a ritmus megalkotása az elsődleges technika, ami előidézi a transzot. Az olyan kisebb eszközök, mint fémcsörgők és csengők a sámán öltözetén – különös tekintettel az övre – vannak elhelyezve, így a sámán mozgását követve összhangban vannak táncának ritmusával. Emellett, a sámándob talán a legfontosabb eszköz, mert egyrészt a

leghatásosabb hangingert képes kelteni, illetve a sámán háttas állataként is használja az utazásai alkalmával, amely megkönnyíti számára a más világokba tett utazást. Egyes beavatatlan vagy kisebb tudású sámánok (még) nem rendelkezik(nek) sámándobbal, ők a dob helyett sámánbotot használnak, amely épp úgy szolgál „utazási eszközként”, mint a ritmikus zene megteremtőjeként. (Eliade, 1951/2005)

Amíg egyesek azt kérdezik, lehetséges-e a transz elérése drogok nélkül, addig mások úgy teszik fel a kérdést: lehetséges-e a transz elérése zene nélkül? Nem véletlen a kérdésfeltevés ezen formája, hiszen a kutatások kimutatták a ritmikus hangkeltés erős hatását a tudatra. Egy magyar kutatócsoport által végzett kísérletben az alanyok „az alvilágba tettek utazást” dob kísérettel és kíséret nélkül. Az eredmények azt mutatják, hogy dob kíséret nélküli élményeik nem változnak meg lényegesen az éber állapothoz képest. Ezzel szemben, a dob kísérettel tett tudati utazásuk alkalmával szubjektív élményeik szignifikánsan megváltoznak az éber állapothoz képest, tehát a ritmikus dobolás önmagában is képes a tudat állapotát megváltoztatni. (C. Szabó, Takács, A., 2006)

Jóllehet egyes szibériai sámánok dobjukat nem ritmikus, hanem éppen ellenkezőleg, aritmikus hangok létrehozására használják, mások viszont jellemzően egy meghatározott ritmust használnak, amelyről úgy vélik, szükséges a sámáni tudatállapot eléréséhez. Abban már eltérnek a vélemények, hogy ez a ritmus 3–4 ütés másodpercenként vagy 4–7 ütés másodpercenként kell, hogy legyen. A transz táncok gyakran ugyanezt a mintát követik. (Harvey, 2007) Emellett, Villoldo és Krippner (1987) arról értekezik, hogy jelentős agyhullám változás figyelhető meg az ütem gyakoriságának megváltoztatásával (pl: 2 ütésről 4-re való átállás másodpercenként). Kísérleti alanyok beszámoltak a csukott szemmel történt auditív és vizuális képek széles változatosságáról. Ugyanakkor, a dobolás ritmusa akkor bizonyul a leghatékonyabbnak, ha megegyezik a theta agyhullámmal, ami 4–7 ütemet jelent másodpercenként.

Gilbert Ruget (1985) tanulmányában arra a következtetésre jut, hogy bár valóban rendelkezik a dobolás neurológiai hatással, ami transzállapotot eredményezhet, de ez a reakció semmiképpen sem tekinthető önkéntesnek, vagy szükségszerűnek. Könnyebben előfordul ez a válaszreakció, ha az alany elsődleges elvárásai az ilyen válasz kiváltásának ösztönzését célozzák. Valamint nem elhanyagolható ténynek véli, hogy a zene és ritmus hatása jobbra csak más hatások kontextusában éri el a tőle várt működést.

### 6.3.3. Fémkorongok, tükrök

Számos feljegyzésben olvashatunk a sámánra aggatott, tükörként funkcionáló kerek fémkorongok szerepéről. Mintahogyan minden sámáni kellékről, így a tükrökről is elmondható, hogy egyszerre több cél érdekében is felhasználhatók. Például a tuvai sámán jövődőlésre, diagnosztizálásra használja, annak felderítésére, hogy a szellemvilágban mi az a kiváltó ok, ami a fizikai világra való ráhatással problémát okoz. A burjátok a gyógyító energia koncentrálására használják, mások a halott lelkének megtalálására, de a szellemek elriasztására, jóslásra, a dob helyettesítésére egyaránt alkalmazhatók. (Hoppál, 2005; Pratt, 2007)

Az említett funkciók mellett nyilvánvalóan elenyészőnek tűnik, ugyanakkor kétségtelen, hogy egy sötétben tűz körül táncoló sámánra függesztett tükrökben a lobogó lángok változatos fényeffektekkal gazdagítják a sámáni előadást, látványhatásuk vitathatatlan. Az 5. fejezetben leírt indukciós módszerek között a villogó, pulzáló fények is megemlítésre kerültek, így feltételezhető, hogy a fémkorongok és tükrök is szerepet játszanak az ASC elősegítésében.

Természetesen hatásuk elenyészőnek bizonyul például a dobolás indukciós módszere mellett. Illetve, a fent leírt rendeltetések tudatában látható, hogy elsődleges funkciójuk nem a transz elősegítése, sőt még csak az sem állítható teljes bizonyossággal, hogy a többi jelentős rendeltetés mellett a sámán tudatában lenne a tükrök kiváltotta fényeffektek ASC elősegítő hatásának. A legtalálóbban azt mondhatnánk, hogy inkább csak egyfajta halvány színezete ez az összképnek.

### 6.4. Sámán által használt performatikus elemek<sup>12</sup>

A sámánizmust kutatók foglalkoznak a transz valóságos vagy szimbolikus jelenvalóságával, azonban a sámánok és közösségük számára lényegesebbnek bizonyul az a tevékenység, amit a sámánok a transz állapotában művelnek, mint a transzba való tényleges belépésük, vagy tapasztalatuk. A korábbi leírások erősen összpontosítottak a sámáni trükkökre (pl: hasbeszélés, zsonglörködés, stb), majd ennek következtében megállapításaikban arra a következtetésre jutottak, hogy minden, amit a sámán, mint

---

<sup>12</sup> A sámáni szertartásban, mint színelőadásban megjelenő előadó művészeti elemek, amelyek a vallásos jellegű rituálét egyúttal performanszá formálják.

előadóművész nyújtott a közönsége számára csupán a show kedvéért történt. Minden bizonnyal elmondható, hogy sok sámán használja ki színészi képességeit a csalás és szórakoztatás, a túlvilági szellemek megtévesztése érdekében. (Harvey, 2007)

Természetesen a csaláson túl tudjuk azt is, hogy lényegesen fontos az, hogy szemléltessék a közönség számára a szellemekkel vagy egyéb természetfeletti lényekkel való összekapcsolódást. Az előadás egy rituálé, mint egész, azon belül az elenyészőnek tűnő részletek figyelembe vétele szükséges. Az ének dallama, a tánc egyes mozdulatai mind jelzésértékkel bírnak a közönség számára, emellett a sámánok drámajátékukban bemutathatják túlvilági utazásukat, szellemi harcukat olyan egyéb kulturálisan felismerhető cselekedetek végrehajtásával, mint amilyen a remegés, állathangok kiadása, állatok mozgásának utánzása, földre zuhanás, és így tovább. A különös cselekedeteket bizonyos dolgokkal társítják, vagy éppen értelmezik, például ismert a bikaviadal mímélése, amely a sámán bika alakban való viaskodására utal. (Diószegi, 1998) A következőkben a sámán által használt performatikus elemek bemutatására kerül sor és azok tudatmódosító hatásának elemzésére.

#### **6.4.1. Ének, kántálás**

A dobolás, csengők és csörgők mellett a sámánok éneket, kántálást is használnak a ritmikus hangok létrehozására. Az ének a sámáni repertoár részét képezi, amelyet sok esetben más ritmikus ismétlődésekkel kombinálnak, de olykor önmagában is az előadás központi alkotóját képezheti. Ismert az érthető, vagy a kívülálló számára érthetetlen kifejezések használata, az ismétlődő fonémák kántálása, mormogás, kurjongatás egyaránt. (Harvey, 2007)

Somfai Kara beszámol arról, hogy a szakrális szövegek nem pusztán beépülnek a szertartás menetébe, hanem annak szerves részeként kapcsolódnak a szertartás többi eleméhez (tánc, öltözet, szakrális tér, stb.). Különböző műfajokat hozhatnak létre, mint amilyen az ima (az ősök szelleméhez), az áldozati vagy gyógyító ének, a szellemidézés, vagy a démonűzés. (Somfai Kara, 2011) A rituálé célja; a sámán tevékenységi és hatóköre; a szellemi segítők mibenléte meghatározza a szertartás verbalitásának jellegét. Például a segítőszellem függvénye az, hogy a sámán milyen formáját használja a megidézésnek. Az állatsegítők esetében minden bizonnyal az adott állatszellemből megfelelő állathangon szólal meg, vagy a beavatásakor kapott megidéző szöveg és/vagy dallam éneklése szükségeltetik a megfelelő szellem hívására.

Somfai Kara leírásából kiderül, hogy a sámán ima a szakrális tér verbális létrehozását eszközli és egyúttal a kapcsolatot is megteremti a szellemvilággal. A sámán éneklésbe, dúdolásba kezd és igen hosszú ideig is eltarthat, mire többek között a dal és ritmus hatására transzba esik. Transzbaesése egyben a szellem testbe szállása is, ekképpen a transz beállta és a dallam, a ritmus, a hangszín, stb. megváltozása jelzi a jelenlévőknek a szellem megérkezését. Hoppál (2005) hangsúlyt fektet arra, hogy a segítőszellem megjelenését eltérő dallam és ritmus jelzi, ami rávilágít a ritmus, a szavak, a melódia és rituális szövegkörnyezet között fennálló szoros összefüggésre. A transzbaesés, a megszállás után már a szellem veszi át a szót, amelyet Somfai Kara álláspontja szerint a sámán transzban énekel el és sok esetben tolmács közvetít. Ezzel szemben Vargyas (2006) arról győződhetett meg kutatása során, hogy egy brú sámán saját elmondása szerint, csupán addig van transzban, amíg a szellem megszállja testét, utána a sámán „többé nem érez semmit”. Tehát a transz ideje néhány pillanatra redukálódik, majd színjáték kezdődik el, amely során a sámán a szellemmel folytatott párbeszéd szövegét hallatja.

Fontos sarkpont ez a transz indukció megértésében. A ritmikus ismétlések ASC előidéző hatásáról már szó esett a korábbiakban, amely alól az ének, a dal sem kivétel. A szövegek dallama meghatározott ritmussal és ritmusváltozásokkal jár együtt. Ezek többnyire teljes összhangban vannak a sámán mozgásával és az egyéb hanghatások keltésével. A szöveget megszakító kurjantások és hatásszünetek az erős benyomást még inkább fokozzák mind a jelenlévők, mind a sámán számára, amely újabb lépés az eksztázis megélésének irányába. Emellett világos, hogy az ének lényeges szerepet kap a segítők megidézésében is, sőt, elsősorban abban kap szerepet. Vargyas leírásából feltűnik, hogy az ének a szellem meghívását szolgálta a brú sámán előadásában. A sámán az énekléssel nem egy öngerjesztett állapotot produkált, hanem egy külső behatás, a szellem megérkezésének és testbe szállásának eredményeként esett transzba. Erre utal, hogy csupán ez idő alatt volt érzékelhető a transz állapota. Ez pedig felveti a kérdést, hogy a dal hatására, vagy a szellem megérkezésének és testbe szállásának hatására esik transzba a sámán.

A 6.2.2. fejezetben ez a kérdés már említésre került a hitrendszerben szerepet betöltő szellemlényekkel kapcsolatban. Újból az adott kontextus egyes elemeinek, az indukciós feltételeknek és módszereknek szoros összefüggése és összefonódása az, amire itt fény derül. Inkább a bevezetőben felvetett probléma az, amire ezzel kapcsolatban ki kell térni, miszerint a tudományosan megragadható ASC indukciós feltételek és módszerek mellett, mennyiben szükséges a szellem megjelenése a transzba eséshez. Ennek a megválaszolását azonban a következő két alfejezet végére kell hagyni.

#### 6.4.2. Tánc

A tánc a sámáni előadás leglátványosabb része, amit már az egészen korai feljegyzések is említenek, viszont régebbi videofelvételek hiányában csak az utóbbi néhány évtizedből maradtak fenn igazán értékes anyagok a sámán rituális táncára vonatkozóan. Ezekből az adatokból kitűnik az, hogy – szemben a kezdetleges állításokkal – nem eszeveszett ugrálást művel a sámán közönsége előtt, hanem nagyon is jól koordinált mozgássorról van szó, ami összhangban áll a zene és ének ritmusával. Egy régebbi filmfelvételen például jól megfigyelhető a sámán mozgásának jelképes értelmekkel ellátott logikája, amely meghatározott mozdulatokat és lépéseket követ, mely mozdulatok jelzésértékkel bírnak a közönség számára. (Hoppál, 2005)

A tánc értelem szerűen a zene és ritmus ütemét követi. A zenei ritmus változása és fokozódása, ezáltal a tánc ritmusának változásával és fokozódásával jár együtt a sámán rituáléja során. Ahogyan az 5. fejezetben összegyűjtésre került, a fizikai aktivitás megváltoztatásával előidézett ASC indukciókban hangsúlyt kap a ritmikus és/vagy fokozott aktivitás; a fokozott külső stimuláció és motorikus hiperaktivitás váltakoztatva csökkentett külső stimulációval és motoros hipoaktivitással. A sámán esetében ez azt jelenti, hogy túlfokozott táncát csendesebb, vagy szünetekkel megszakított mozgás jellemzi. Ahogyan a sámánizmus maga is különböző formákban jelenik meg, ekképpen a sámán rituális tánca is nagy változatosságot mutat. Eltérő jelentőséggel, mozdulatsorral, intenzitással rendelkezhet.

Ami a tánc intenzitását illeti, Bányai Éva ún. aktív–éber (dinamikus) hipnózis kísérleteiben beigazolódni látszik, hogy valóban, az aktiváció fokozódásakor spontán tudatállapot módosulás következik be, amit ő párhuzamba állít a sámánok szenzoros túlingerlés és aktivitásfokozó eljárásának eredményeként fellépő eksztázis állapotával.<sup>13</sup> (Bányai, 2006) Az aktivitásfokozás értelem szerűen a kinetikus stimulációval parallel fiziológiai állapot megváltozással is együtt jár. A megfeszített mozgás hiperventillációt eredményez, amelynek következtében az agyban oxigénhiány lép fel, ami pedig

---

<sup>13</sup> Nem lehet kitérés nélkül átsiklani a sámán transzának hipnózissal való egybevetésén. A hipnózis hagyományos formáiban a tudatmódosulás nem egy eksztatikus, hanem éppen ellenkezőleg, egy álomszerű állapot kialakulásához vezet, ezáltal kevésbé alkalmas a sámántransz modellálására. Azonban a Bányai által kidolgozott hipnózis módszer, ahogyan az elnevezés is mutatja, nem egy mesterségesen idézett relaxált állapotot hoz létre, hanem egy kerékpár-ergométer hajtásával az ehhez illeszkedő aktivitásfokozó hipnózisindukció alkalmazásával egy felfokozott állapotot indukál. A laboratóriumi körülmények között aktivitásfokozással kiváltott ASC már alkalmasabbnak tűnik a sámán eksztatikus tudati tapasztalatának kísérleti modellálására. (Bányai, 2006)

hipoglikémiával<sup>14</sup> párosulhat. A túllégzés – csak mint a megerőltetés egyéb formái – hallucinációs élményekhez vezethetnek. (Heinze, 1993) Ezekből kiindulván elfogadhatónak látszik, hogy a sámántánc szerepet játszik a tudatállapot változásban. Ami egyébiránt kétségtelennek is tűnik, azonban a gyakorlatban ez nem minden esetben történik így.

Deniela Berti nepáli kutatásai alkalmával öt sámán szertartáson vett részt, amelyek analízise arról árulkodik, hogy a rituálé során használt ének, zene és tánc, amelyekkel a ritmust idézik meg, eltérő fontossággal vannak jelen a szeánszban. Megfigyelései azt bizonyították, hogy a transz elérésében egyszer sem a tánc volt a primer eszköz, hanem a dobolás technikája. A tánc nem előidézi a transzot, hanem a transz készíteti a sámánt akaratlan mozdulatokra, remegésre. A remegés megidézésének három fázisát írja le: (1) kezdeti akaratlagosan végzett remegés; (2) a dob-verés okozta remegés; (3) majd végső soron az automatikussá vált remegés. A sámán csupán akkor kezdett rituális táncába, amikor a remegés már elérte utolsó fázisát, azaz teljesen automatikussá vált. (Berti, 1995)

Az itt tárgyalt adatok alapján elmondható, hogy a kutatások azt bizonyítják, az ASC előidézésében szerepet játszik az aktivitás fokozás, illetve a fiziológiai állapot megváltoz(tat)ása, amit a sámánizmusban a sámán rituális tánca és a közben fellépő túllégzés eredményez. Ugyanakkor, a táncal kapcsolatban is felmerül, hogy valójában nem minden esetben a tánc váltja ki az eksztázist, hanem az egyébiránt létrejött ASC monoton, aktív mozgásra készíteti a sámánt.

#### 6.4.3. Drámajáték

*„Az előadás mindig este zajlik, a színház egy kúp alakú sátor, vagyis jurta, a színpad pedig a tűz körüli tér, ahol a sámán a szellemeket megidézi. A közönség a nemzettség meghívott tagjai, akik áhítattal és megilletődve várják a szellemek jöttét. A „színpadi világosító” és „díslettervező” a sámán segítője, aki eléri, hogy a tűz különleges árnyékokat vessen a sátor falára. [...] A sámán maga a színész, táncos, énekes és egy teljes zenekar egy személyben.”* (Diószegi, 2006, 36.o.)

A sámán tevékenységét többen egybevetik a művészettel és annak kezdetével, hiszen ahogyan Diószegi leírása is szemlélteti, szertartásai alkalmával a sámán hangszeren

---

<sup>14</sup> A hipoglikémia alacsony vércukorszintet jelent, amely egy valamilyen okból kialakult állapot, ami legrosszabb esetben eszméletvesztéssel jár.

játszik, énekel, táncol, improvizál, végigjátssza a sokszor több órás szertartást. A szertartás egy jól felépített előadás, ami a hagyomány előírását követi. (Hoppál, 2005) A kérdés arra irányul, ha színészi előadásról van szó, akkor hogyan lehetséges az ASC megidézése.

A sámán színészként megjeleníti a másvilági utazás minden mozzanatát, szellemi utazását színpadias mozdulatokkal segíti, levegőbe ugrálással, a hegymászás nehézségeinek eljátszásával, a felállított szimbolikus létra megmászásával, és valójában ennek a szimulálásnak a következtében, a szerep hatása alatt valóban átélheti a megváltozott tudatállapotot. Tulajdonképpen az a tény, hogy a sámán egy kulturálisan előírt és meghatározott szerepet játszik, melynek része a drámai előadás, nem zárja ki a transzjelenséget. Vargyas – a brú sámánnal készített interjúból levont konklúziójában – kellő körültekintéssel reagál Hamayon azon állítására, miszerint „*minden társadalmi szerep idegfeszültséget, energiaráfordítást, mentális koncentrációt, és bizonyosan valamiféle minimális átélést kíván meg*”. (Vargyas, 2006, 379.o.) Vargyas az előadó művészet és a sámáni előadás egybevetésével megállapítja, bár valóban mindkét tevékenység alkalmazójára jellemző az idegfeszültség, energiaráfordítás, átélés, azonban különbséget kell tenni a színész által megélt lámpaláz és a sámán által átélt transz között, még ha a különbség nem is oly szembeötlő és jól megfogható. A brú sámán transza „enyhe”, kontrollált és rövid ideig tartó, ellenben a lámpalázzal, ami bár tarthat rövid ideig, de kontrollálhatónak aligha mondható. Hamayon (1993) kételkedése során azt a megállapítást teszi, hogy a sámán annyiban van transzban, amennyiben egy színész szerepe hatására elhiszi, hogy ő maga a megtestesített szereplő. Ez a kijelentés azért érdekes, mert ezzel voltaképpen nem állítottunk semmit. Nyilvánvaló, hogy egy kellő talentummal megáldott színész személyisége rendelkezik annyi flexibilitással, hogy – lámpaláza mellett, vagy inkább helyett – ő maga is képes a szerep hatása alatt pillanatnyi tudatállapot változásra, melyben azonosulni tud az eljátszott szereplővel. Ily módon a szintén tehetséges sámán, hasonlatos a színészhez, és képes ASC-be kerülni, az eljátszott eseményeket tudatilag valóságosan, valóságosnak megélni.

A drámajátékkal kapcsolatban Harvey és Wallis (2007) említést tesz Schieffelin kérdésfeltevésére, amivel szerintük megnehezíteti a sámáni drámajáték értelmezését. A kérdés így hangzik: Ki az előadó, a sámán, vagy a szellem? Tudniillik, ismeretes például a szellem előadása az új-guiena-i kauliknál. A szerzők által felvetett dilemmából kiindulva feltételeznünk kell, hogy amennyiben a szellem előadásáról van szó, akkor a transzállapot is jelen van, hiszen a kapcsolat, a szellem megnyilvánulása ASC-n keresztül lehetséges. Ezáltal pedig felvetődik az a kérdés is, hogy a sámáni átélés segíti elő a transzállapot

bekövetkezését, vagy a szellem tartja eksztázisban a sámánt jelenléte és drámajátéka idejére. Egyfelől az látható, hogy a sámán drámajátékon keresztül megélt transza egyéni képességeinek és szociális háttérének támogatottsága révén megvalósulhat. Másfelől pedig, a hitrendszerbeli szellemlények megjelenése, a sámán testének használata is hozzájárulhat a sámán által megélt ASC-hez. A mímelt jelenetek más hatások kontextusában képesek tudati változást eredményezni, amelyet a közösség hitvilága konfirmál. Marad tehát a kérdés, a performansz esetében mi indukálja a transzt.

A 6.4. fejezet és alfejezeteinek összegzéseként, idesorolván a hitrendszer szellemlényeivel foglalkozó részt is, megállapítható, hogy a performansz fő alkotóelemei szorosan összefonódva holisztikus rendszert alkotnak egymással és a hitvilág szellemlényeinek megjelenésével egyaránt. Sok esetben nem eléggé egyértelmű, hogy az ének váltja ki a transzt, vagy az ének a szellemlényeket idézi meg, ami kiválja a transzt; a tánc indukálja az eksztázist, vagy az eksztázis készletét aktív mozgásra a sámánt; a sámán mutatja be az előadást, vagy a szertartásra megidézett szellem játssza el a rituálét.

Tekintettel arra, hogy az ASC kiváltása vallási elkötelezettség nélkül is lehetséges bizonyos módszerek alkalmazása által, amennyiben az indukcióhoz szükséges feltételek is adottak, úgy tűnik nincs szükség a szellemlények behatására. Ugyanakkor, figyelembe véve, hogy a sámánikus kultúra esszencialitását képezi az a hitrendszer, amelyben a szellemlények központi szerepet töltenek be, félő, ha kivonatolnánk a szellemlényeket és a világba történő behatásukat, értelmét vesztené az eksztázis jelensége is. Ily módon étikus megközelítés alapján bár állítható, hogy az ASC eléréséhez nincs szükség szellemlényekre, a sámán és környezete számára mégis elengedhetetlennek bizonyul a szellemlények megjelenése és részvétele az eksztázis során.

Ahhoz, hogy érthetővé váljon a technikák alkalmazása, vagy a szellem megérkezése indukálja-e az ASC-t, annak az ok-okozati láncolatnak az átlátására lenne szükség, ami az eksztázist elősegítő módszer, maga az eksztázis állapota és az abban megélt érzékelfogás között fennáll. Az ok-okozat közötti tapasztalati együtt járás a Lazarsfeld (1959) által felállított kritériumok alapján akkor lehetséges, ha az ok időben megelőzi az okozatot, valamint a két változó közötti empirikus összefüggést harmadik változó nem magyarázza. Azonban, ahogyan a pszichológiai vizsgálatokkal kapcsolatban kifejtésre került, egyelőre nem vagyunk képesek az ASC jelenségéhez köthető ok-okozati összefüggéseket felfedni, így a sámán eksztázisának indukciójakor sem tudunk bizonyossággal szolgálni az egyes performatikus elemek és a szellemlények érzékelésének időbeliségét illetően. Ebből adódóan a kérdés megválaszolatlan marad, ugyanakkor a

változók alkotta komplex rendszer fennállásából kifolyólag, talán nem is szükséges eldöntendő kérdésként kezelni a dilemmát, mintha az egyik álláspont kizárná a másikat.

## **7. Konklúziók és zárszó**

A vallástudományi vizsgálat elméleti keretein belül pszichológiai aspektusból leírható melyek azok a tényezők, amelyekkel jellemezni lehet a megváltozott tudatállapotot és ennek milyen elősegítő feltételei és módszerei ismertek. Az etnológiai és antropológiai leírások alapján feltárható, hogy ezek a tényezők miként jelennek meg a sámánizmus rendszerében. Ezek alapján, a tanulmányban megállapíthatóvá vált, hogy a sámán egyéni alkata és tudati képességei jelentősen szerepet játszanak az eksztázis elérésében, mint az eksztázisra való hajlam. Ahol a módosult tudatállapot értéket jelent és az elérését segítő szociális támogatottság a jellemző, ott a szocializáció során számos tudatmódosulást kiváltó technika megtanulható. A hitrendszer, ehhez hasonlóan, szintén támasztékul szolgál a sámán képességeinek kibontakoztatásában. A sámán rituális viseletével létrehozott szociális izoláltság, az öltözet hierophania jellege, a segítő szellemek megidézése révén játszik indukciós szerepet. Az olyan eszközök, mint fémcsörgők, sámán dob a ritmikus zene létrejöttében vesznek részt, a monoton ritmusról pedig a vizsgált kutatások azt bizonyítják, hogy tudatmódosító hatással bír. A tükrök használata a fel-felvillanó fényhatásokkal hozzájárulhat az ASC kiváltásához, de ennek jelentősége nem túl szignifikáns. Az ének, tánc és drámajáték egymással koherens viszonyban állván, és holisztikus rendszert alkotván a többi indukciós faktorról, különösen a sámán egyéni képességeivel, a szociális háttérrel, valamint a hitrendszerrel és a benne helyet foglaló szellemlényekkel szintén tudatmódosító jelleggel rendelkeznek. A tanulmány az eksztázist elősegítő feltételek és tényezők kategorizálását egy rendszeren belül tárgyalta, amelynek oka a kettő szoros és meglehetősen sokrétű összefüggésrendszere. Mindezek függvényében elmondható, hogy a tanulmány vizsgálati eredményei igazolták a bevezetőben megfogalmazott állításokat.

A feltevések szerint az ASC, mint a vallásos hit által jellemzett funkcióterület változás, az adott hitrendszerbe ágyazottan jelenik meg. Ennek következtében az azt elősegítő tényezők sem választhatók el az adott kulturális kontextustól, és bár valóban létezik az ASC előidézésében szerepet játszó indukciós faktorok kvázi objektív általános

leírása, az csupán – legalábbis a sámánizmus estében – az adott kulturális kontextusban, egyediségében képes megnyilvánulni, magára öltvén a hitrendszerben szerepet betöltő legapróbb – akár csak szimbolikus – részleteket is. Ily módon az indukciós feltételek és módszerek, mint a kultúrából és hitrendszerből merítő összetevők jelennek meg és azok szétválaszthatatlansága szembeötlő. Az előző fejezet elemzései alapján elég nehéz, hanem képtelenség megállapítani, hogy az ének, tánc, drámajáték, mint indukciós módszer, vagy mint a szellemlények hatására létrejövő transzállapot melléktermékeiként jelennek meg a sámán szertartása során. Következésképpen, a transz jelensége mögött meghúzódó kauzális összefüggések (tudományos) feltárása egyelőre még várat magára. A tanulmány vizsgálata alapján elmondható, hogy a sámánizmus kulturális jegyei, beleértve a szellemlényeket, nem vitathatók el egy pusztán étikus megközelítés alapján, a vallásos jelenségek nem redukálhatók le pusztán pszichikus jelenségekké.

Fontos újból hangsúlyozni, hogy ahogyan az egész részeinek az összege sem feleltethető meg az egésznek, ugyanígy, abból az eljárásból levont következtetések sem használhatók fel kivetések nélkül, amelyek a részek egyenkénti megvizsgálásával, az egyes indukciós módszereket kiragadva, analizálva, majd visszailllesztve a kontextusba próbálják meg az egész rendszer egybevetett értelmezését. Valahányszor ezt a módszert kell egy kutatás során alkalmazni, mintahogyan jelen tanulmányban is történt, fel kell hívni a figyelmet arra, hogy a kiragadott tényezők önmagukban nem, együttes hatásukban viszont annál inkább jeltősnak bizonyulnak. Ezáltal az eksztázis elősegítő egyes tényezőinek befolyása is a többi faktor függvényében éri el hatásfoka maximumát.

## Irodalomjegyzék:

- Bányai, É. (2006). Az ekstázis kialakításának kísérleti modellje: aktív-éber (dinamikus) hipnózis. In H. M., B. Szathmári, A. Takács (Ed.), *Sámánok és kultúrák* (pp. 90-113). Budapest: Gondolat.
- Berti, D. (1995). Observations on Shamanic Dance. In M. Hoppál, K. Tae-gon & O. J. v. Sadovszky (Eds.), *Shamanism in Performing Arts* (pp. 63-76). Budapest: Akadémiai K.
- Diószegi, V. (1998). *Samanizmus*. Budapest: Terebess.
- Diószegi, V. (2006). Samanizmus. In H. M., B. Szathmári, A. Takács (Ed.), *Sámánok és kultúrák* (pp. 29-37). Budapest: Gondolat.
- Eliade, M. (1951/2005). *A samanizmus: Az ekstázis ősi technikái*. Budapest: Osiris.
- Görföl, T. M.-T., A. . (2009). Világvallások: Akadémiai lexikonok (pp. 257). Budapest: Osiris.
- Grom, B. (2007). *Religionspsychologie*. München: Kösel-Verlag.
- Grynaeus, T. (1998a). Befolyásolja-e a tömjénfüst a tudatállapotot? . In P. Éva (Ed.), *Ekstázis, álom, látomás: vallásethnológiai fogalmak tudományközi megközelítésben*. (pp. 265-269.). Budapest és Pécs: University P.
- Grynaeus, T. (1998b). A megváltozott tudatállapotok pszichiátriai értékeléséről. In P. Éva (Ed.), *Ekstázis, álom, látomás: vallásethnológiai fogalmak tudományközi megközelítésben*. (pp. 213-228). Budapest és Pécs: University P.
- Gulyás, A. (2002). Kultúrák és tudatállapotok. . In E. Csonka Takács, Czövek J., Takács A. (Ed.), *Mir-Susné-Xum: tanulmánykötet Hoppál Mihály tiszteletére*. (pp. 892-908.). Budapest: Akadémiai K.
- Hamayon, R. (1993). Are Trance, Ecstasy and Similar Concepts Appropriate in the Study of Shamanism? . *Shaman*, 1-2., 3-25.
- Harvey, G., Wallis, R.J. . (2007). *Historical dictionary of shamanism*. Lanham, Md.: Scarecrow Press.
- Heinze, R.-I. (1993). Shamanic States of Consciousness: Access to Different Realities. In H. H.M., Hoppál, M., (Ed.), *Shamans and Cultures* (pp. 169-178.). Budapest: Akadémiai K.
- Hoppál, M. (2005). *Sámánok Eurázsiaiban*. Budapest: Akadémiai K.
- Hoppál, M. (2010). *Sámánok világa*. Budapest: Püski.
- Hultkrantz, Á. (1997). Some Points of View on Ecstatic Shamanism, with Particular Reference to American Indians. *Shaman*, 5(1), 35-46.

- Hultkrantz, Á. (2001). Shamanism: Some Recent Findings from a Comparative Perspective. In J. Pentikainen, Saressalo, H., és Taksami, C.M. (Ed.), *Shamanhood symbolism and epic*. (pp. 1-10.). Budapest: Akadémiai K.
- Lazarsfeld, P. F. (1959). Problems in Methodology. In L. B. Robert K. Merton, Leonard S. Cottrell, Jr. (Ed.), *Sociology Today*. New York: Basic Books.
- Pratt, C. (2007). *An encyclopedia of shamanism* (1st ed.). New York: Rosen Pub. Group.
- Rouget, G. (1985). *Music and trance*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Sharma, A. (1995). Ecstasy. In M. Eliade (Ed.), *The Encyclopedia of Religion* (Vol. 5-6, pp. 11-17).
- Somfai Kara, D. (2011). Spirit Invocation and Altered State of Consciousness. In H. M., Péter, S. Szabó (Ed.), *Science of Religion in Hungary* (pp. 150-162). Budapest: King Sigmund Collage.
- Szabó, C. (2008). Módosult tudatállapotok. In V. Csépe, Györi, M., Ragó, A. (Ed.), *Általános pszichológia 3. Nyelv, tudat, gondolkodás*. Budapest: Osiris.
- Szabó, C., Nagy, K., Takács, A. . (2002). A transz jegyei a verbális beszámolókbán In E. Csonka Takács, Czövek J., Takács A. (szerk): (Ed.), *Mir-Susné-Xum: tanulmánykötet Hoppál Mihály tiszteletére*. (pp. 920-932.). Budapest: Akadémiai K.
- Szabó, C., Takács, A. (2006). Utazás az alsó világba. In H. M., B. Szathmári, A. Takács (Ed.), *Sámánok és kultúrák* (pp. 132-146). Budapest: Gondolat.
- Van der Leeuw, G. (2001). *A vallás fenomenológiája*. Budapest: Osiris.
- Vargyas, G. (2006). Ének a segítőszellemhez. In H. M., B. Szathmári, A. Takács (Ed.), *Sámánok és kultúrák* (pp. 361-396). Budapest: Gondolat.
- Verebélyi, K. (2007). Maszk és maskara. In P. Éva (Ed.), *Maszk, átváltozás, beavatás*. Budapest: Balassi K.
- Villoldo, A., Krippner, S. (1987). *Healing states*. New York: Simon & Schuster.
- Vitebsky, P. (1996). *A sámán*. Budapest: Helikon.
- Voigt, V. (2000). A sámánizmus mint etnológiai kutatási probléma. . In V. Voigt (Ed.), *Világnak kezdetétől fogva*. (pp. 15-30). Budapest: Universitas. .