Felkészülni arra, amire nem lehet…

Az ars moriendik világa

Jelige: „Wilde Jagd”

Tartalomjegyzék

Felkészülni arra, amire nem lehet… ..... - 3 -
Memento mori ..... - 6 -
„A világ híd, menj át rajta, de ne építs rá házat!” ..... - 7 -
Megkísértés a hitben ..... - 9 -
Bátorítás a hitben ..... - 11 -
A kétségbeesés általi megkísértés ..... - 12 -
A remény általi vigasztalás ..... - 13 -
Türelmetlenség általi kísértés ..... - 14 -
Türelem általi vigasztalás ..... - 15 -
Gőg általi kísértés ..... - 16 -
Alázat általi vigasztalás ..... - 17 -
Múlandó javak kísértése ..... - 18 -
A világtól való elfordulás vigasza ..... - 19 -
A halál órája: az üdvözítő vég ..... - 21 -
Napjainkban ..... - 22 -
Élő gondolkozás és gondolati tetemek ..... - 22 -
Alvás, álom és halál ..... - 25 -
Szerelem, szexualitás, halál ..... - 28 -
Összpontosítás a jelen pillanatra: az Örökkévalóságba vezető kapu megnyílása .. - 31 -
„Legyetek, midőn elmúltok!” ..... - 37 -
IRODALOMJEGYZÉK ..... - 39 -

Felkészülni arra, amire nem lehet…

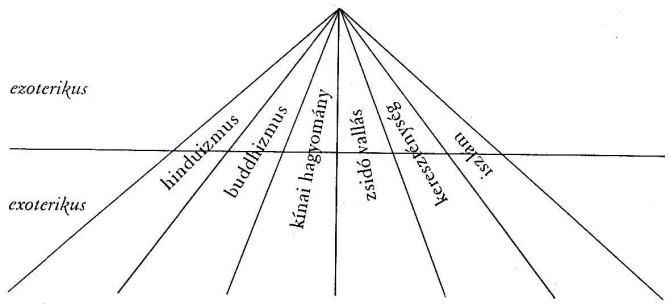
A halál az emberi sors kiemelkedően olyan eseménye, amellyel az érintettnek teljesen magára maradtan kell szembesülnie. Lényegében az individuumot érő minden hatás, legyen az örömteli, szomorú, avagy semleges, csakis egy sajátos, az ő tudati világára jellemző módon jelenik meg az azt tapasztalóban. Nem közölhetőek a kapcsolódó tapasztalatok már csak azért sem, mert az addig objektív létezőnek tartott külső (és benső) világ szűnik meg, tehát tulajdonképpen nem marad senki, akivel bármit is közölni lehetne és nem marad senki, aki bármit is közölhetne.

Az emberi lét egyik legnagyobb misztériumával („*mysterium tremendum et fascinans*") állunk szemben, amelyről több, egymást kiegészítő, vagy egymással látszólag ellentétben álló, adott esetben paradox, de mégis egyaránt érvényes kijelentést lehet tenni, anélkül, hogy teljesen feltárható és megismerhető lenne. Ugyanakkor mindenki szembesül a halállal és azzal, hogy vannak tudatfolyamatai, amelyek a halálban átalakulnak, megszűnnek, de egyébként is mindennapi létezését meghatározzák és létezésének leglényegét alkotják. Kultúráktól és koroktól függetlenül a lét és a nemlét, a lét és a tudat viszonya, élet és halál, gondolkozás és tudatfolyamatok mindig is az emberiség legfontosabb kérdései közé tartoztak, leszámítva talán modern és jelenlegi, posztmodern korunkat. Az általános elvallástalanodás és szekularizáció egyfelől oda vezet, hogy hiába a mai – elsősorban nyugati – ember technikai fejlettsége és óriási mennyiségű felhalmozott információja az élettan és egyéb tudományok köréből, létezésének ezen, talán legfontosabb kérdéseitől amennyire csak lehet, elfordul, így a halálnak is csak a drámai és rettenetes arculatát ismeri, ezért igyekszik tudomást sem venni róla, elméjének hátterébe űzi. Pedig az emberiség története során talán soha nem állt rendelkezésre ennyi elérhető megoldási lehetőség, több évszázados, akár évezredes, egykor egymástól elszigetelt vallások és filozófiai rendszerek tanításai.

Mindazonáltal megvan arra a lehetőség, hogy az említett, tévelygésnek tekinthető elúttalanodásokat elkerülve feltáruljon a különböző vallási formák, szimbólumok, dogmák örökérvényű, lényegi egysége és a bennük rejlő, történelmi koroktól, földrajzi helyektől, tudományos (vagy annak tartott) ismeretektől független transzcendentális perspektíva. Hogy ezek ne holt ismeretanyagként, puszta információkként létezzenek, hanem valóban élővé váljanak, megszólító erejük és egzisztenciális perspektíváik legyenek, ahhoz a tanítások, vallások és az említett szimbólumok, dogmák univerzális szinopszisára van szükség. Ugyanis „egykor elegendő volt egyetlen iskola, egyetlen szentkönyv, sőt annak egyetlen mondata:

azon keresztül mindent el lehetett érni. Ma az embernek, ha vissza akar jutni a szellemhez, tradíciók, iskolák, irányzatok sokaságával kell magát körülvennie."[1]A közöttük valóban létező és látszólagos különbségek abból adódnak, hogy forrásukat és végcéljukat eltérő módon közelítik meg, más-más szegmenst kidomborítva ugyanazt láttatják eltérő nézőpontból. Ez a közös, benső lényeg az, amit úgy is nevezhetünk, hogy a „vallások transzcendens egysége".

Egy igazságot több szinten meg lehet érteni, azaz egy igazság számtalan összefüggésben megközelíthető, és ezekben az összefüggésekben az adott igazság valamennyi vetülete feltárul. Ez nem jelenti azt, hogy a különböző vallásokat külső szinten egyesíteni lehet vagy kell, ugyanis az eltérő megjelenésnek mindig alapos oka van. Ezt az egységet egy benső szellemi úton kell megvalósítani, de a formák elutasítása nélkül.[2] A vallások ezen egysége a következő ábra segítségével szemléltethető:



Az ezoterikus szint jelenti a mélyben rejtőző lényegi egységet, amely ha közölhető is, csak kevesek számára felfogható[3], az exoterikus szint pedig a külső megjelenést, a doktrínákban, dogmákban, szimbólumokban, szertartásokban kifejeződő formát.

Ugyanakkor az ábra felidézi az emberiség egyik legősibb szimbólumát a hegyet, a hozzá tartozó utakkal és csúccsal, mint céllal együtt. Ebben az esetben a csúcs felé tartó utak a cél közelében egyre közelebb kerülnek egymáshoz, hasonlóságuk egyre nyilvánvalóbbá válik, ez azonban csak egy bizonyos magasság elérése után kezd feltárulni. A hegytető a tudat teljes birtoklása, a lélek magasabb rendű minőségének a kifejezője. A hegytetőre való feljutás

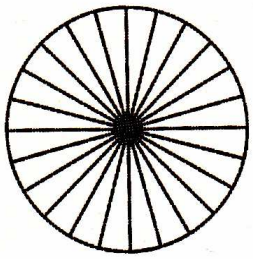
[1] László András*: Solum Ipsum. Metafizikai aforizmák*, p. 35.

[2] A legmagasabb Ideákkal elvileg bárki kapcsolatba kerülhet, és ezen közvetlen kapcsolat megteremtése jelenti a „tudást". Ezt a lehetőséget azonban a legtöbben kihasználatlanul hagyják, ezért nem is tesznek szert a „megkülönböztetés bölcsességére", ami többek között abban nyilvánul meg, hogy nem tudják mi a magasabb és mi az alacsonyabb, így a hierarchia iránti érzékük elveszik, következésképp saját helyüket sem ismerik a hierarchiában. Az Ideák helyzetét viszont egyáltalán nem érinti az a körülmény, hogy a legtöbbek számára hozzáférhetetlenek, mert az Ideák *objektív* létet és értelmet élveznek. Ez az elválasztottság egyedül a „tudással" nem rendelkező lelkek számára jelent hátrányt. (Salamon János: *A magány metafizikai struktúrája, p*. 52-53.)

[3] És nem azonos pl. a *New Age* által kiforgatott és megmásított ezoterizmussal. Az ábra magyarázatáról és a vallások transzcendens egységéről részletsebben lásd: Frithjof Schuon: *A vallások transzcendens egysége*. Kvintesszencia Kiadó, Europa centrali-orientalis Debrecen, MMV era vulgaris

zarándoklat, melynek végső célja a földi dolgokról való lemondás, a legmagasabb állapot elérése.

A világ teljességét jelképező körré kiegészítve pedig megjeleníti a Középpontot, minden dolog kiindulópontját, amely önmaga megsokszorozásával teremti a világot anélkül, hogy változást vagy csökkenést szenvedne el. A kör önmagába visszatérő jelként az egység, az abszolútum és az eredeti tökéletesség, az isteni, az égi, a szellemi tartalom jelképe. A teljesség, az egész szimbóluma; mint végtelen vonal egyszerre az idő és a végtelenség, az örök és az Egy.



A kör minden pontja csak a középpont vonatkozásában létezik, ha nincs középpont nincs kör sem. Minden pont a középpontból ered, ez megfelel a Teremtésnek, ugyanakkor pedig a kör kerülete felől a középpont felé irányulás az Istenhez való visszaútnak, történjen az egyéni vagy közösségi formák révén, ami a vallásokban, vallásokhoz kapcsolódó vagy éppen vallásokon kívüli spirituális ösvényekben realizálódik.

Mindezek figyelembe vételével harmónia teremthető a vallások között, ami inspirációt adhat az egyes konkrét vallási formákban elmélyülők számára, egyben elősegítheti ezek mélyebb megértését, feltárva a hátterüket alkotó metafizikai lényeget.

Hasonló alapokra helyezkedik a katolikus egyház II. vatikáni zsinatának LUMEN GENTIUM kezdetű dogmatikus konstitúciója, valamint NOSTRA AETATE kezdetű nyilatkozata, amelyek az Egyház és a nem keresztény vallások kapcsolatával is foglalkoznak.

A szinoptikus irányulás a hindu és buddhista bölcseletben mindig is fontos szerepet játszott. Sok más között India egyik szentéletű bölcse, Śrī Ramakṛṣṇa is többször utalt tanításaiban a vallások ezen egységére, arra, hogy minden hit Istenhez vezet.[4] A buddhizmus elterjedéséhez

[4] „ Ahogy ugyanazt a vizet a különböző nyelveken különböző nevekkel illetik, az egyiken »víznek«, a másikon »vārinak«, a harmadikon »aquának«, a negyediken pedig »pāninak«nevezik, úgy az egyetlen saccidānandát, az abszolút lét-tudat –üdvöt valakik Istenként, mások *Allah*ként, némelyek *Hari*ként, megint mások pedig *Brahman*ként invokálják.” Illetve: „Ahogy egy háztetőre fel lehet menni létra, bambuszrúd vagy lépcső segítségével, vagy különféle más módokon, ugyanúgy különbözőek az Istenhez vezető utak utak és eszközök. A világon minden vallás az Őt elérő utak egyike.” *Axis Polaris. Tradicionális tanulmányok*. II., p. 39-40.

nagymértékben hozzájárult, hogy reflektálni tudott a helyi vallási, metafizikai hagyományokra, mint a kínai taoizmus, ami a csan irányzat kialakulását eredményezte, vagy a japán sinto, amellyel kapcsolatba lépve kialakította a csan helyi változatát, a zen buddhizmust. Tibetben a helyi ősvallás, a bön és a buddhizmus kölcsönösen áthatották egymást, létrehozva a tantrikus jellegű vajrayānát.
A vallások, hitrendszerek bizonyos tanításait, szimbólumait megfelelő körültekintéssel kapcsolatba lehet hozni, ezek között analógiákat lehet felállítani, hasonlóságokat megállapítani, amelyek segítségével újra megélhetővé és egzisztenciális hatást kifejtővé válhatnak a feléjük fordulók számára. A más vallásokban található igazságok segíthetnek saját vallásunk homályosabb részeinek megvilágításában. Ilyen alapokról kiindulva vizsgálhatók az emberi élet utolsó periódusához kapcsolódó írott és szóbeli tanítások, hagyományok is.

Feltehetjük a kérdést, hogy vajon korszakunk emberének eszkatológiájában helyet kaphatnak-e az átmenet nagy rítusai, ezen belül kifejezetten az elmúlásra felkészítő, kereszténységhez kapcsolódó írott szövegek és képi ábrázolások?

Az említett korszakokon belül kifejezetten a haldoklással, a halál folyamatával, át- és túlélésével foglalkozó irodalom gyakorlatilag egyidős az írás megjelenésével. A halál és a haldoklás kérdésköre talán legkidolgozottabb formájában a tibeti kultúrában maradt fenn.
A tibeti és egyéb halottaskönyvek mögött, elég méltánytalanul, a háttérbe szorult a keresztény hitre épülő és számunkra ezért talán könnyebben megérthető Ars Moriendi, a középkori Európa vallásos irodalmának e kiemelkedő alkotása.

Memento mori

A középkor egyik legjellemzőbb vonása az élet minden területét átható vallásossága, keresztény gondolatvilága: a töretlen hit és a lelket átható mély vallásos érzés. Ezen világképen belül a XIV. századra különös hangsúllyal jelenik meg az eschaton, a végső dolgok problémája, az elkerülhetetlenül bekövetkező halál, amely elől senki sem menekülhet. Megszületett a képzőművészetben és az irodalomban egyaránt ismert haláltánc allegorikus fogalma, az elmúló földi dicsőség egyszerű és hatásos ábrázolása, amely a szó és az írás mellett a fametszet adta lehetőségek kihasználásával széles körben hirdeti a halál uralmát minden rendű és rangú ember felett. A haláltánc első megjelenési formája a körtánc volt. Az ábrázolások korai periódusában az élő ember mellett még saját posthumus alakja jelenik meg, amilyenné az élő ember válik.

A következő formában váltja majd fel az individuális alakot a Halál alakja, majd harmadik, sajátosan germán jellegű ábrázolás ötvözi a halott és a Halál ábrázolását. A középkori haláltáncok története ifj. Hans Holbein fametszet-sorozatának megjelenésével (1538) zárul. Az illusztrációk lényege itt is az, hogy senki sem kerülheti el a halált. Jellegzetes motívum a majdnem minden képen visszatérő homokóra, amiről röviden most csak annyit kell megjegyezni, hogy összetett szimbolikája révén egyszerre megjelenítője a változásnak és az időbevetettségnek, de egyúttal az ezek hatalma alól való kiszabadulás lehetőségének is.

Részlet Hans Holbein haláltánc-sorozatából, a fa ágai között a homokórával. Az apát kezében lévő könyvön is a homokóra forma látható, ezen hangsúlyosan jelenik meg a homokóra négy pillére és a középpontja.[5]

A haláltánc mellett a XV. században a másik erősen elterjedt téma az *ars moriendi*. A haláltánc ábrázolásokhoz hasonlóan a fametszés és a nyomdászat lehetőségeit kihasználva sorra jelennek meg ezek a kiadványok is, amik a halálra emlékeztetésen túl már arra hivatottak, hogy az embert végső útjára készítsék fel.

„A világ híd, menj át rajta, de ne építs rá házat!"[6]

Az *ars moriendi* kifejezés azt jelenti, hogy a Meghalás Művészete. Ars, tehát egyszerre tudás, tudomány, művészet és mesterség, mégpedig a keresztény szempontból helyes és jó meghalás

[5] A kép forrása: http://www.dodedans.com/Eholbein-dans.htm (2014. április 10.)
[6] Felirat-részlet Fatehpur Sikri indiai város Buland Darwaza kapuján: http://www.eu.wikipedia/wiki/Fatehpur_Sikri, illetve: http://www.eu.wikipedia/wiki/Buland_Darwaza

mikéntjének teoretikus és gyakorlati ismerete. Kiindulópontja, hogy egyáltalán nem mindegy, milyen módon, mennyire felkészülten és tudatosan hal meg valaki. Nagyon célzatosan jelennek meg a különböző vallásokban és hagyományokban azok a figyelmeztetések, amelyek a helyes életvezetés mellett hangsúlyozzák a halál állandó szem előtt tartásának fontosságát. Általános volt az a nézet, hogy minden napját úgy kell élnie az embernek, mintha az utolsó napja lenne.

A halál pillanatát meghatározza az ezt megelőző terminális fázis, amit pedig az egyén egész élete, azaz egzisztenciális orientációja alakít ki, ezek együttesen pedig a halált követő állapot, állapotok milyenségét szabják meg. A helyes keresztény élet pedig nem más, mint Krisztus követése, ami az utolsó pillanatoknak is leghelyénvalóbb cselekedete,[7] tehát az életet egyetlen folyamatos emelkedéssé kell tenni, amely közvetlenül a halált megelőző időszakban éri el csúcspontját.

Az *ars moriendi* értekezések (több, némileg eltérő kiadásuk ismert) fanyomatokból és a hozzájuk kapcsolódó különböző szövegekből állnak, amelyek a haldoklót igyekeznek átsegíteni az őt érő megrázó változásokon keresztül. A haldoklónak öt nagy kísértéssel kell szembenéznie:

- megkísértés a hitben
- a kétségbeesés általi megkísértés
- türelmetlenség általi kísértés
- gőg általi kísértés (önelégültség vagy spirituális gőg)
- mulandó javak kísértése

A haldoklónak ezeken a kísértéseken kell úrrá lennie, hogy az üdvözítő vég következzen be. A kísértéseket és ellenpárjaikat (bátorítás a hitben, remény általi vigasztalás, türelem általi vigasztalás, alázat általi vigasztalás, a világtól való elfordulás vigasza), valamint az Imitatio Christi végpontját, a tudatosan vállalt halált a fanyomatok szimbólumok sorozatán keresztül jelenítik meg, a kapcsolódó szövegekkel és a haldokló aktív részvételét elvárva.[8] A haldoklónak utolsó óráiban a következő végrehajtandó feladatai vannak, amelyeket Krisztus is megtett a kereszten:

1. Krisztus imádkozott a kereszten: a betegnek is imádkoznia kell

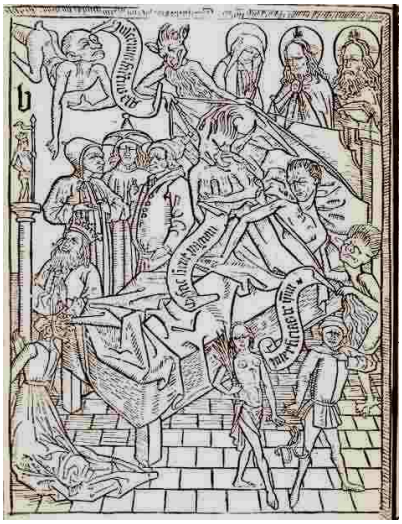
[7] *Ars moriendi A meghalás művészete,* p. 25.
[8] Kovács Dénes: Az Ars Moriendi táblák üzenete

2. Krisztus felkiáltott. Hasonlóképpen a betegnek is Istenhez kell kiáltania
3. A Megváltó könnyezett. A haldoklónak is könnyeznie kell, azaz meg kell bánnia bűneit.
4. Azután Jézus az Úrnak ajánlotta lelkét. Így kell ezt tennie mindenkinek a végső órájában.
5. Végül szabad akaratából kilehelte a lelkét, ahogy mindenkinek szabad akaratából kell meghalnia, akaratát teljesen Istenhez igazítva.

Az útmutatás kiemeli, hogy amennyiben az utolsó óráit élő már nem tud beszélni, akkor szívével cselekedje meg a fentieket, mert „jobb csendesen imádkozni a szívben, egyetlen hang nélkül kifelé, mint csak szóval imádkozni, a szív odaadása nélkül."[9]

A képeken két szféra, a mennyei és az alvilági küzd a közöttük halottas ágyában fekvő ember lelkéért, az alvilág általában a képek alsó harmadában tevékenykedik, az angyali, Krisztusi és Isteni segítség pedig a felső harmadból érkezik. Elsőként mindig a sátáni erők lendülnek támadásba, megkísértve a haldoklót, majd megjelennek a mennyei seregek és ellenfeleik kénytelenek visszavonulni.
A haldokló is aktívan részt vesz a küzdelemben, amelynek célja, hogy elkerülje az elkárhozást. Arckifejezése, külseje és szűkebb tárgyi környezete (pl. a padló mintázata) a harc függvényében változik, a megkísértések alatt szenvedő, meggyötört, majd fokozatosan kisimul, megnyugszik, ahogyan az Ég erői kerülnek győztes helyzetbe.

Megkísértés a hitben



[9] *Ars moriendi A meghalás művészete,* p. 25.

Az első kép[10] középpontjában két ördög a lepedőt próbálja ráhúzni a haldoklóra, eltakarva előle az Atya, Fiú és Szűz Mária hármasságát, mintegy „beboltozzák az eget". A lepedő, mint a „felejtés fátyla" azt a célt szolgálja, hogy a haldokló feledkezzen meg Istenről, a keresztény tanításokról, a keresztény életmódról, szűnjön meg minden transzcendens törekvése; ezzel egyúttal az égi szférákból érkező jótékony hatások is kizáratnak, aminek következménye a pokoli hatalmakkal való kapcsolat megerősödése. A démonok egyike az ég irányából érkezik, összhangban azzal a keresztény tanítással, hogy „jóllehet azonban a bukott angyalok végleg el vannak ítélve, a *végítéletig nincsenek* teljesen a kárhozat helyére, a *pokolra rögzítve*; hanem a világürben, a levegőben tartózkodnak, bejárják a földet és Isten engedelméből sokfélekép beavatkoznak a világ folyásába, nevezetesen az emberek sorsába."[11] A Szentírás több helyen megerősíti, hogy az ördögök nemcsak a föld alatt elhelyezkedő pokolban találhatók meg, hanem az égi szférában is: „Mert nem a vér és a test ellen kell küzdenünk, hanem a fejedelemségek ellen, a hatalmasságok ellen, a sötétség világának kormányzói ellen, a gonoszságnak az ég magasságában lévő szellemei ellen."[12] Továbbá: „Isten a halálból az életre vezet. Titeket is életre keltett, akik halottak voltatok vétkeitek és bűneitek miatt, amelyekben éltetek egykor ennek a világnak szokása szerint, a levegőben uralkodó fejedelemnek engedelmeskedve, annak a léleknek, amely most a hitetlenség fiaiban működik."[13]

Az ágy lábánál térdelő két koronás fő bálványimádást végez, megtagadva a Tízparancsolat első parancsolatát, szimbolizálva egyúttal, hogy „*corruptio optima pessimi*", azaz a legjobbak romlása a legrosszabb, és még a legfőbb világi hatalmak sem védettek az eltévelyedéstől. A helyes útról való letérésüket jelzi továbbá, hogy hátat fordítanak a kezeiben a szenvedés eszközeit (korbács és vesszőnyaláb) tartó és ezzel az igazi keresztény életmódot képviselő alaknak, csakúgy, mint az éppen öngyilkosságot elkövető férfi, aki *bal kézzel* vágja el saját torkát, így is hangsúlyozva tettét övező balsorsát. [14] Nemcsak bűnt követ el, hanem a vágás egyúttal azt is jelenti, hogy ezáltal saját életének legmagasabb rendű lehetőségétől, az üdvözülés lehetőségétől választja el, attól elvágja magát. Az ördögök sugallatai (a szövegszalagokban olvasható „*Nincs pokol*", „*Tégy úgy, mint a pogányok*", *Légy öngyilkos*") szintén ebbe az irányba terelik a haldoklót. Távol vannak a keresztény életmódtól az ágy másik oldalán álló filozófusok is, a haldoklótól való elfordulásuk tulajdonképpen magától a

[10] A képek forrása: http://userpage.fu-berlin.de/~aeimhof/seelefr.htm (2014. január 07.)
[11] Schütz: *Dogmatika* I., p. 316
[12] Ef. 6, 12
[13] Ef. 2,1 – 2
[14] Kovács Dénes: Az „ars moriendi" táblák üzenete.

haláltól és a haldoklástól való elfordulásukat jelzi, azt, hogy nem képesek és nem is akarnak a kérdéssel érdemben foglalkozni, a haldoklót kirekesztik körükből; üres intellektualizálásuk, a vallásról és a túlvilágról folytatott szócséplésük semmiféle valódi érvénnyel nem rendelkeznek számára.

Az *ars moriendi* kapcsolódó traktátusa kifejti, hogy bár az ördög mindent megtesz, hogy a halálán lévő embert eltérítse hitétől, de mégsem árthat annak, aki vele szemben szabad akaratát és „jóindulattal teli értelmét" használja. A hitben való megmaradás kettős haszonnal jár az ördög hamis fenyegetéseitől és szemfényvesztéseitől meg nem rettent derék keresztény számára. Egyrészt a hívőnek minden lehetséges, mert a hit képes bármit elérni, másrészt a hit mindent megad az embernek. Ennek megfelelően változik a következő ábra képi világa.

Bátorítás a hitben

A második kép súlypontja erőteljesen az égi erők irányába tolódik el. Az első képen a háttérben meghúzódó Atya, a Megváltó – Salvator[15] Mundi alakban – és Szűz Mária itt már előtérbe kerülnek, az isteni vezetés fontosságáról tanúságot tevő szentek egész sorával egyetemben. Utóbbiak közül kiemelkedik az Atya mellett helyet foglaló Mózes alakja, aki már életében találkozott Istennel. Az ágy fejtámláján galamb képében a Szentlélek is feltűnik tovább nyomatékosítva a haldokló mellett álló hírvivő angyal biztatását, miszerint „*Légy erős a hitben*". Az égi erők mozdulatlansága rendíthetetlen nyugalmat, mintegy a biztos győzelem tudatát sugározza, ellentétben a pokol képviselőivel. Az ördögök kimerülten hevernek a

[15]A salvus egyaránt jelent üdvöt és gyógyulást, Krisztus tehát egyszerre üdvözítő és gyógyító is.

földön, majdnem teljesen kiszorulnak a képből. Vereségüket mondanivalójuk is megerősíti: „*Legyőztek*”, „*Hiábavaló volt minden*”, „*Meneküljünk*”.

A kétségbeesés általi megkísértés

A harmadik képen a kísértés erejét az ördögök nagy száma és a mennyei szféra teljes hiánya jelzi. A legutolsó, lezáró kép kivételével itt jelenik meg a legtöbb ördög és ez az egyik olyan kép, amelyen sem a szentháromság egyik tagja, illetve egyetlen segítő szent sem jelenik meg. A beteg minden bűnét egy - egy, az adott bűnre gúnyosan, rámutató ördög képviseli. A haldokló fejénél látható az a két asszony, akikkel megcsalta feleségét, a hűtlenség és paráznaság bűnébe esve. A rájuk mutató ördög külön ki is hangsúlyozza a haldokló bűnét, a „*Házasságot törtél*” felirat áll szövegszalagjában. Az ágy közepénél álló démon a hamis esküt jelzi, összefont ujjaival és a „*Hamisan esküdtél*” felirattal. A következő ördög egy táblát emel a magasba a haldokló feljegyzett bűneivel, éppen a halálra készülő szemmagasságában, mintegy szembesítve tetteinek következményeivel, és ezzel is fokozva gyötrelmeit. Az ágy lábánál álló ördög egy meztelen alakra mutat, másik kezében egy erszényt és ruhákat tart, utalva ezzel arra, hogy a haldokló volt az, aki vagyonából kiforgatta és mindenétől megfosztotta a szerencsétlent. A tőrt magasba emelő alak és az előtte fekvő áldozat gyilkosságra utal, a mellettük látható két utolsó figura pedig a szükségben szenvedők elutasítását, a fösvénységet idézi fel. Itt sem maradnak el a „szóbeli” megerősítések: „*Loptál és öltés*”, „*Fösvény voltál*”, „*Telhetetlen voltál*”.

Az ide vonatkozó szöveg elmondja, hogy amikor a haldokló a legsúlyosabb gyötrelmek között, testi és lelki bajaival eltelve szenved, az ördög kísértése ekkor lesz a legbuzgóbb. A

halála pillanatában lévő embernek újra megjeleníti elkövetett és gyónás nélkül maradt bűneit, hogy még inkább a kétségbeesésbe taszítsa. Ez ellen csak a remény dicséretes erénye szolgál orvosságul.

A remény általi vigasztalás

A remény a kétségbeesés ellenpárja, amely a legutolsó pillanatban is bekövetkezhető változás lehetőségét adja meg a haldokló számára. Az isteni kegyelmet mindenki megkaphatja, aki valódi bűnbánatot tanúsít, hiszen Isten kegyelme végtelen. Ezt bizonyítják a haldokló ágya körül megjelenő alakok, az Újszövetség nagy bűnösei, akik vétkeik súlyossága ellenére is részesültek ebből a kegyelemből. Szent Péter, aki a Getszemáni kertben a kakas megszólalásáig háromszor tagadta meg az Emberfiát, bűne ellenére megkapta a mennyország kulcsait, amelyeket a képen a kezében is tart. A bűnbánatra hívó kakas külön is megjelenik a képen, a haldokló feje felett az ágy támláján. Péter apostol mellett áll a Krisztus követőjévé vált utcanő, akinek Jézus feltámadása után elsőként jelent meg, Mária Magdolna, fedetlen fővel, attribútumával, a balzsamos tégellyel. Mária Magdolna mellett feltűnik a Jézussal együtt, az ő jobb oldalán keresztre feszített lator, Szent Dizmász, aki halála óráján tért meg, kérve az Urat, hogy ne feledkezzen meg róla, ha majd eljön az uralma. Az ágy lábánál pedig Szent Pál tűnik fel, aki a keresztények egyik legnagyobb üldözőjéből lett maga is kereszténnyé. Az ábrázoláson az a jelenet látható, amikor a damaszkuszi úton haladva nagy fényesség vakította el, a földre esett és meghallotta Jézus hangját, ami elindította a megtérését. A haldoklót a kép középpontjában megjelenő angyal is vigasztalja: „*Te se csüggedj el*.” Az

ördögök ismét menekülnek, egyikük az ágy alá bújik, a másik azt mondja: „*Itt sosem fogok győzni*.”

A szöveg ezzel kapcsolatban megjegyzi, hogy remény egyik legfontosabb forrása a keresztre feszített Krisztus magatartása kell legyen a haldokló számára. Az *ars moriendi* Szent Bernát szavait idézi: „Figyelj és lásd: mert fejét azért hajtja le, hogy megcsókoljon minket; kezei azért vannak általverve és kinyitva, hogy adjanak nekünk; oldala azért van általdöfve, hogy szeressen minket; és az Ő egész teste azért van megfeszítve, hogy Magát teljesen nekünk adja. A remény ezért olyan erény, amely sokkal dicséretesebb valamint nagy érdem Isten előtt.”

Türelmetlenség általi kísértés

A képen a türelmetlenség által egyetlen ördög kísérti meg a haldoklót, elbújva az ágy sarkában. Joggal feltételezi, hogy terve sikerrel járt (szövegszalagjában a „*Milyen jól bevált az ötletem*” felirat áll), hiszen célpontja ezen a képen reagál legdinamikusabban tevékenységére. Az asztalt, amire egyik rokona ételt készül letenni, felrúgja, másik rokonát lábával tartja távol, miközben hevesen gesztikulál. Egészen áthatja a szenvedésből eredő harag és az egészséges hozzátartozói iránt érzett irigység. Az ördög üzenete, hogy a szenvedés igazságtalan, azt a beteg nem érdemli meg, ezért nem is kell tűrnie. Kínjait nem enyhíti egyik rokonának megjegyzése sem, aki részvétteljesen csak annyit mond: „*Nézzétek mennyit kell vezekelnie*.”

A türelmetlenséggel foglalkozó szövegrészlet Szent Jeromos mondatait idézi, aki a haldokló nyugtalanságát az Isten iránt érzett szeretetének hiányosságaival indokolja. Ez egyúttal a valódi könyörületesség hiányát is jelzi, ami együtt jár az emberbaráti szeretet (*caritas*)

megtagadásával, pedig emberbaráti szeretet nélkül senki sem üdvözíthető. Ennek elkerüléséhez, az üdvözüléshez való út megnyitásához nyújt segítséget a következő kép.

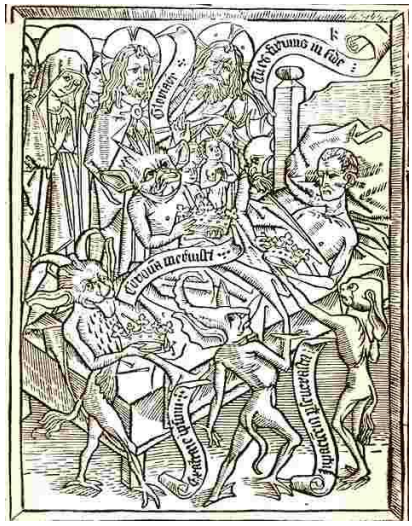
Türelem általi vigasztalás

A képen az Atya és a Fiú mellett azok a szentek jelennek meg, akik a haldokló számára a türelemmel viselt szenvedés példaképei lehetnek. Az ágy fejénél a szenvedést jelképező pálmaággal a kezében Krisztus áll, aki az emberiség megváltásáért önként vállalta a kínokat és a halált. Mellette az Atya, jobbjában a betegség nyilával. Szent Borbála szintén attribútumával, a toronnyal látható, emlékeztetve arra, hogy pogány apja egy toronyba záratta, s amelyen a Szentháromságba vetett hite jeleként a két ablak mellé egy harmadikat vágatott, jelezve apjának megtérését. Ősei hitének elhagyása miatt apja saját kezűleg ölte meg, akit ezért a bűnéért az Úr villámmal sújtott agyon. Szent Borbálát többek között a „hirtelen és készületlen halál" elleni oltalmazónak tekintik. Ismert volt az az ima, amelyben Szent Borbála közbenjárását kérték, hogy részesülhessenek a halál előtti megfelelő szentségekben.
Szent Borbála mögött Szent Lőrinc látható, kezében a rostéllyal, amelyen megégették. Halálának okán a tisztítótűzben égő lelkek védőszentjévé vált, de fontos szerepet töltött be életében a betegek és a szegények gondozása is. Ezek miatt a legnagyobb tisztelettel körülvett szentek közé tartozik[16], helyet kapott a római szentmise kánonjában is. Borbála mellett Alexandriai Szent Katalin áll, egyik kezében azzal a kerékkel, amellyel meg akarták kínozni, de angyalok megmentették és a kerék összetört, végül lefejezték, amire a másik kezében

[16] II. Fülöp német-római császár az Escorial terveiben is kifejezésre juttatta Szent Lőrinc iránti tiszteletét, az egész palotaegyüttes alaprajza a vértanú rostélyát mintázza.

tartott kard utal. Mivel utolsó imádságában a betegeknek és a haldoklóknak is segítséget ígért, a középkorban gyakran a kórházak és a jó halál patrónájaként, illetve a hirtelen haláltól megóvó szentként is megjelenik. Az ágy lábánál Szent István diakónus látható, kezében azokkal a kövekkel, amelyekkel halálra kövezték. Az ágyát körülálló alakok mind a türelem fontosságára és a szenvedés pozitív, megtisztító hatására emlékeztetik a haldoklót. Az ördögök ismét kénytelenek menekülni, „*Minden fáradozásom hiábavaló*", "*Be vagyok zárva és lebénultam*" mondják.

Gőg általi kísértés



A hetedik képen a gonoszok a gőgön és az önhittségen keresztül próbálják megkísérteni áldozatukat. A haldoklót a következőképpen dicsérik: „*Csodálatos a kitartásod a hitben*", "*Türelmet tanúsítottál a betegségedben*", „*Megérdemled a koronát*", „*Dicsőítsd meg magadat*", „*Légy büszke magadra*". Az önhittség és a gőg (amely spirituális gőg formájában is megjelenhet) legalább olyan veszélyesek az üdvözülésre, mint a hitetlenség. Ehhez kapcsolódva az ördögök kezében lévő koronák a kereszténysi értelemben vett megdicsőülést is jelentik és a második képnél már tárgyalt módon hatalmi jelképek. A mennyei szféra azonban most is óvón áll a haldokló jobbján. Az Atya áldó keze, a Fiú tekintete, Mária imádsága arra irányítják a haldokló tekintetét, hogy a kísértés csapdáját felismerje, és hagyjon fel a hiú dicsőség törekvésével. A gonoszok között feltűnő három kis ember éppen azért van a haldokló tekintetének magasságában, hogy az igazságot képviseljék, miszerint a hiú

dicsőségnek nincs sem értelme, sem jelentősége.[17] A képen igen hangsúlyos szerepe van a hármasságnak: három szent, akik közül az Úr háromszorosan is szent, három korona, és a haldokló szemmagasságában feltűnő három kis emberi alak formájában. A hármas szám a kettősség meghaladását, a dualitás és a polaritás integrálását jelképezi, a magába foglalás és a meghaladás értelmében. A három a harmónia és a Szentség száma, a maga tökéletességében a totalitást és a befejezettséget jeleníti meg. A kereszténységben az isteni tökéletesség, a komplexitás, a befejezettség szimbóluma is. A középkor folyamán a Pál apostol által előírt három teológiai erény, a Hit, Remény, Szeretet képezte a keresztény lelki élet alapját.[18]

Alázat általi vigasztalás

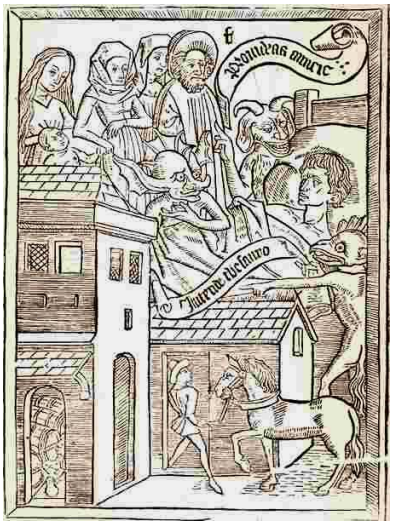
Az előző képen megjelenő égi szféra tevékenysége ismét vigaszt nyújtott a betegnek, alázattal felül tud kerekedni a gőg kísértésén. Harcának támogatására továbbra is jelen van az Atya, a Fiú, és Szűz Mária, ismét feltűnik galamb alakjában a Szentlélek, teljes formájában megnyilvánul tehát a Szentháromság. Követendő példaként a kereszténység nagy aszkétája, a démonokkal az alázatosság segítségével sikeresen megküzdő Remete Szent Antal is látható, kezében csengővel és a T alakú keresztes bottal. A vonatkozó traktátus külön megemlékezik Szent Antalról, akit nem tudott legyőzni az ördög, mert amikor a gőg által magához akarta szólítani ő az alázatosság által helyben maradt, és amikor a kétségbeesés által a mélybe akarta rántani, Antal a remény által fent maradt.

[17] Kovács Dénes: Az Ars Moriendi táblák üzenete

[18] „Jézus kálváriájához is a hármas szám kapcsolható. Krisztus megváltó halála a beteljesedés szimbolikájára épül, amelyet a három fejez ki. Krisztus háromszor imádkozott a Getsemáné-kertben, három szöggel feszítették meg, három órakor halt meg harminchárom éves korában. Halála után három napig maradt a sírban, majd harmadnap feltámadt. A három így a megváltó halál, az új életre való feltámadás szimbóluma is." Pál József – Újvári Edit: *Szimbólumtár. Jelképek, motívumok, témák az egyetemes és magyar kultúrából*

A három angyal mintha az előző képen látott három kis emberi alak kibontakozott és az égi szférába beletagozódott formáját képviselné, egy üzenetet hoz a haldoklónak: „*Légy alázatos*.” A démonok „*Le vagyok győzve*.” kiáltással ismét menekülnek. A kép alsó sarkában a főördög „*Így büntetem meg a gőgösöket*” üzenete kettős jelentést hordoz. Figyelmezteti egyrészt a haldoklót, miközben a Pokol lángjaitól körülvéve elnyel három gőgös embert, köztük egy szerzetest, aki tonzúrát visel a fején. A szerzetes alakja ismét utal a spirituális gőg veszedelmeire. Az üzenet azonban most az ördögöknek is szól: az ördögök is gőgösök és elbizakodottak voltak és alázat nélkül próbáltak meg kísérteni, így maguk is mind a gőgös ember sorsára jutnak.[19] Maga a főördög is Lucifer, a bukott angyal megjelenítője, akinek alázuhanását a pokolba szintén elbizakodottsága okozta.

Múlandó javak kísértése



Az utolsó kísértés a haldokló anyagi javait vonultatja fel, megmutatva egy élet munkáját, amit itt kell hagynia. Háza, borospincéje, istállója, lova jelennek meg a kép alsó felében. Ezeknél is fájóbb családjának elvesztése: gyermekei, akiket fel kéne nevelnie és gondoskodásra szoruló idős szülei. A gonosz lelkek, feladatuknak megfelelően tovább fokozzák a haldokló gyötrelmeit: „*Nézd a sok kincset*”, „*Gondoskodj a tieidről*” – mondják. „A család, mint az ördögök által felhasznált eszköz a kísértésre, azt a problematikus kérdést veti fel, hogy vajon milyen szempontok mentén értelmezhető a család az anyagi javakkal egy szinten emlegetett, az üdvözülés útjában álló akadálynak?[20] Erre a kérdésre részben majd a következő kép adja meg a választ.

[19] Kovács Dénes: *Az Ars Moriendi táblák üzenete*
[20] Deák Zsuzsánna: *A meghalás művészetének képi narratívái*

A világtól való elfordulás vigasza

A kép középpontjában a gondoskodás és a gondviselés témája áll. Az ágy fejénél Mária imádkozik a keresztre feszített Megváltó lábainál. Jézus a Krisztus halálával az isteni akaratba való belenyugvást és az isteni akaratra való ráhagyatkozást is példaként állította az emberek elé, az életről való lemondáson keresztül. A Getszemáni kertben, előre látva sorsát, így imádkozott: „Atyám, ha lehetséges, múljék el tőlem ez a kehely. De ne úgy legyen, ahogy én akarom, hanem ahogy te."[21] Az isteni Gondviselésbe vetett hite a kereszten függve sem hagyta el, ezt bizonyítják utolsó szavai: „Atyám, kezedbe ajánlom lelkemet."[22]
Az Emberfia ugyanakkor egyben a Jó Pásztor is, aki nem hagyja magára nyáját. Ez a szerepe ebben az esetben annyira hangsúlyos, hogy kettős alakjában egyszerre van jelen, a Jó Pásztor a juhokkal együtt tűnik fel a kereszt másik oldalánál. A bárány szimbóluma az egész Szentíráson keresztül vonul, megtalálható Izajás könyvében[23], Keresztelő Szent Jánosnál[24], de a Jelenések könyvében is. Hasonlóképp kiemelkedő fontosságú a Pásztor alakja. Az Ószövetségben az Úr Ábelnek, a pásztornak az áldozatát fogadja el. Az Újszövetségben Krisztus a lelkek pásztora és felügyelője (*episzkoposz*) is, ez a krisztológiai cím a hierarchiába átkerülve a püspököt jelentette. A motívum (miután a pásztor alakja a korai kereszténység meghatározó képe lett) gyakran szerepel a katakombafestészetben: Krisztus a Jó pásztor

[21] Mt 26,39
[22] Lk 23,46
[23] A keresztény teológia értelmezésében Jézus Krisztus szenvedésének és megváltó tettének tipológiai előképeként:„Megkínozták, s ő alázattal elviselte, […] Mint a juh, amelyet leölni visznek, vagy mint a bárány elnémul […] bűneink miatt halállal sújtották" (Iz 53,8–10).
[24]Krisztus mint Isten báránya (*Agnus Dei*): „Nézzétek, az Isten Báránya! Ő veszi el a világ bűneit" (Jn 1,29).

alakjában kíséri a lelket a Paradicsomba vezető úton, és megóvja a démoni hatalmak támadásaitól.[25]

A Bárány és a Pásztor szimbólumának vizsgálata és kapcsolatuk mibenlétének felfejtése a világtól való elfordulás vigaszát ábrázoló kép megértése mellett az egész *ars moriendi* megértésének és alkalmazásának egyik fundamentumát képezheti.

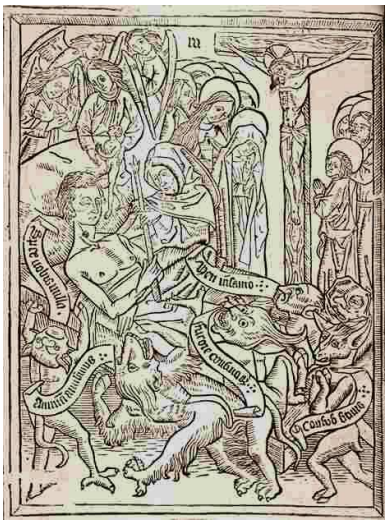
„A pásztor ismeri a juhokat, mert hozzá tartoznak, és ők ismerik őt, éppen azért, mert az övéi. Az *ismerni* és *hozzá tartozni* (a görög szövegben „sajátjának lenni": *ta ídia*) voltaképpen egy és ugyanaz. Az igazi pásztor nem úgy „birtokolja" a juhokat, mint valami dolgot, amelyet használ és elhasznál; a juhok éppen azáltal az „övéi", hogy ismerik egymást és ez az „ismerés" nem más, mint benső elfogadás. Benső egymáshoz tartozást jelent, amely sokkal mélyebbre hatol, mint a dolgok birtoklása. […] Mindezt a saját életünk világára alkalmazva kijelenthetjük: csak Istenben és Isten felől ismerhetjük meg helyesen az embert. Az empirikus és megragadható valóság határai közé szorító önismeret nem éri el az ember voltaképpeni mélységét. Az ember csak akkor ismeri meg önmagát, ha megtanulja önmagát Isten felől megérteni és a másikat csak akkor érti meg, ha Isten titkát látja benne. A Jézus szolgálatában álló pásztor számára ez annyit jelent, hogy az embereket nem szabad önmagához, a maga csekély énjéhez kötni. Arra kell irányulnia egymás megismerésének, amely őt a rá bízott „juhokhoz köti, hogy kölcsönösen bevezessék egymást Istenbe, hogy egymást odavezessék őhozzá […] A Jézus szolgálatában álló pásztornak mindig önmagán túlra kell vezetnie, hogy a másik rátaláljon teljes szabadságára; és ezért neki magának is állandóan túl kell mennie önmagán a Jézussal és a Szentháromság egy Istennel való egység felé."[26]

A Pásztor és a bárányok mögött állnak azok az asszonyok, akik már belenyugodtak férjük elvesztésébe, szintén elfogadva az isteni akaratot. Az ágy lábánál visszatér a lepellel eltakarás motívuma, mintegy keretbe foglalva a kísértések és a bátorítások sorozatát, jelezve az erők küzdelmének lezáródását. Ebben az esetben a lepel már óvó szerepet tölt be, az isteni Gondviselést jelenti, amely átveszi az eltávozótól a családtagjairól való gondoskodás feladatát. Ezzel megoldódik az előző képen felvetődő probléma, a család már nem áll az üdvözülés útjában, a haldokló figyelmének középpontjába már maradéktalanul az isteni dolgok kerülhetnek. Az angyalok is erre irányítják figyelmét, szövegszalagjaikban a „*Ne légy kapzsi*" és a „*Figyelmed ne a tieiden legyen*" feliratok állnak. A halálán lévő ember kísértéseiről szóló fejezet kiemeli, hogy aki megfelelő módon és éberen akar meghalni, annak minden múlandó és külsődleges dologról el kell fordítania figyelmét, önmagát teljesen Istennek szentelve. Az

[25] Pál József – Újvári Edit: *Szimbólumtár. Jelképek, motívumok, témák az egyetemes és magyar kultúrából*
[26] Joseph Ratzinger: *A názáreti Jézus I*., p. 236-237.

utolsó, itt is vereséget szenvedett ördög már csak annyit tud kérdezni, hogy „*Mit tudjak tenni*?”

A halál órája: az üdvözítő vég



A tizenegyedik, utolsó kép lezárja a haldokló harcát, halála pillanatának ábrázolásával. A haldokló erőfeszítéseinek sikerét, a jó halál bekövetkeztét a térfelosztás megváltozása jelzi. A haldokló ágya átkerült a képmező másik oldalára, eddigi helyét a keresztre feszített Megváltó veszi át, szimbolikusan a halál feletti győzelmet és az örök életet megjelenítve. A keresztet azok a szentek állják körül, akik tanúi voltak az Emberfia kereszthalálának: Szűz Mária, Mária Magdolna, Szent János, valamint még néhány apostol. A meghaló lelkét, amit kicsinyített emberalakként vagy gyermekként ábrázolnak, angyali kíséret vezeti, miközben egy szerzetes gyertyát ad kezébe, ami a krisztusi világosság szimbóluma.[27]: Szarva már egyik ördögnek sincs, ami szintén arra utal, hogy végleg elvesztették hatalmukat a haldokló felett, immár semmi befolyással nem rendelkeznek, vereségük véglegessé vált. Szavaik is ezt erősítik meg: „*Kiejtettük ezt a lelket a kezünkből*”, „*Szétvet a düh*”, „*Reszketek haragomban*”, „*Földig vagyunk alázva*”, „*Nem maradt semmi reményünk*”.
Fontos volt tehát az éber tudatosság, a halálra való felkészülés lehetősége, az odafigyelés, koncentráció, a figyelemnek a túlvilág felé fordulása, többek között azért is tiltották a hozzátartozóknak a haldokló siratását, nehogy a „múlandó javak kísértését” megerősítve akadályozza spirituális irányulását és javasolták, hogy olyan történeteket és imákat olvassanak

[27] „Én vagyok a világ világossága”

fel neki, amiket nagyon kedvelt, amikor még egészséges volt, elősegítve ezzel egy megfelelő mentális és lelki környezet kialakítását.

Napjainkban

Talán nem szükséges megjegyezni, hogy azaz a*rs moriendik* nem egy eltévelyedett halálkultusz jegyében születtek, hanem ismerőjüket egy teljesebb, szebb, értékesebb élettel akarták megajándékozni, hiszen csak az tudja minden napját tartalmasan élni, aki valóban tisztában van a múlandósággal. Mert „akarata ellenére hal meg az, aki nem tanult meg meghalni Tanulj meg meghalni és megtanulsz élni, hiszen nem tud élni az, aki nem tanult meghalni; és nyomorultnak neveztetik az, aki nem tud élni és nem mer meghalni."[28]
Ha ezt a felszólítást a mai, keresztény hagyományokkal rendelkező emberre is vonatkoztatjuk, akkor korszakunk már említett sajátos jellegzetességeire[29] való tekintettel először azt kell vizsgálni, hogy melyek azok a koroktól és kultúráktól független, mindig és mindenhol megtapasztalható életterületek, amelyek megfigyelése és elemzése lehetőséget nyújt ezen tanulási folyamat alapjainak lerakására.[30] Melyek tehát azok a halállal analógiában álló folyamatok, állapotok, amelyek kiindulópontként szolgálhatnak egy ilyen jellegű megismeréshez? Ezek után vethető fel majd az *ars moriendi* napjainkban való alkalmazhatóságának kérdése.

Élő gondolkozás és gondolati tetemek

Pierre Hadot az ókori filozófiai praxist vizsgáló könyvében a lelkigyakorlatként felfogott fizika egyik összetevőjeként a teljesség megpillantását említi, melynek során a gondolkozásunkat az egyetemes gondolkozáshoz igazítjuk. A lelkigyakorlatok egyik komponense, a helyes gondolkozás kialakítása hozzájárul az ember önmagára eszméléséhez és a világról alkotott helyes kép megformálásához. Maga a filozófia kifejezés is eredeti értelmében szoros kapcsolatban van ezzel a megközelítéssel, hiszen nem mást jelent, mint a bölcsesség, a gondolkozás szeretetét. Ebből következhet, hogy „tehát filozófia alatt gondolkodást, pontosabban a *gondolkodás gondozását* kell értenünk, mely csodálkozással,

[28] *Ars Moriendi A meghalás művészete*, p. 57. (első fragmentum)
[29] Materializmus, ateizmus, szekularizáció és elvallástalanodás egyik oldalról, vallási mixtúrák kialakulása, elúttalanodás (deviáció és superstitio, babonaság) másik oldalról.
[30] Kihagyva viszont olyan jelentős és fontos területet, mint a betegség és a fájdalom, amelyek kihasználására − néhány speciális esettől eltekintve − nem jött létre praxis.

kételkedéssel vagy akár krízishelyzettel egybekötött kérdéssel kezdődik, és egyre tökéletesíthető fogalmiságban bontakozik ki. A gondolkodás gondozására jellemző még az elő-feltételnélküliségre, valamint fegyelmezett, kicsiszolt (szisztematikus) gondolkodásra való törekvés. Mindezt ráadásul az a meggyőződés hatja át, hogy a belátások "terapikus" hatást gyakorolnak előzetes hétköznapi vagy hamis autoritásból elfogadott meggyőződéseinkre."[31] Azonban a gondolkozásnak különböző szintjei vannak, így korántsem lényegtelen, hogy melyik és milyen módon szolgál egy praxis vagy lelkigyakorlat kiindulópontjául. A gondolkozást hétköznapi formájában nagymértékű szétszórtság, labilitás, dekoncentráltság, elkalandozó figyelem és csapongás jellemzi. Az elmében szavak, mondattöredékek, belső monológok, szubtilis képek áramlanak egymásután. Ez az asszociatív automatizmusok szintje, ahol az egymással – a hirtelen megjelenő asszociatív képzettársításon kívül - általában semmilyen lényegesebb kapcsolatban nem lévő gondolattartalmak uralatlanul, kaotikus formában, nagy gyorsasággal váltogatják egymást. A tudati kavargást itt jelentős mértékben az emóciók is befolyásolják, tovább deformálva a gondolkozást. Sajátos kettősségben egyszerre jelenik meg a koncentráltság és a dekoncentráltság hiánya: hiányzik a folyamatosan egy gondolati tárgyra irányuló figyelem és a kavargó automatizmus megállítása, a gondolati szétszóródás felszámolása. A „megtanulni meghalni" gondolati gyakorlata ezeknek az asszociatív automatizmusoknak a megállításával és a gondolkozás emocionális eredetű megbéklyózottságának megszüntetésével kell kezdődjön. Az összefogott, koncentrált gondolkozás jelenti a kezdetét azoknak a további processzusoknak, melyek utat nyitnak a Logosz, a mozdulatlan normák világa, vagy a Jó, minden lét alapja felé. Ha ez nem történik meg, akkor a gondolkozás logikusan a másik irányba tart: ha nem a lét alapja felé, akkor attól a gyökeresen ellenkező irányba, a nemlét felé. Ebben az esetben a gondolatok halott gondolatok lesznek, nem a meghalás megtanulását teszik lehetővé, hanem a meghalás passzivitását erősítik egyfajta halálerőként.

A Logosz vagy a Jó jelenlétéből egyúttal az is következik, hogy a gondolkozásnak gondolkozás feletti eredete van. Ezt a gondolkozás feletti eredetet a közönséges gondolkozás azonban nem képes tapasztalni, ennek tapasztalása és átélése nélkül pedig mindig csak a meghaló vagy a halott gondolat „tetemeit" érzékeli, úgy véli, hogy a gondolat egy előző gondolatból keletkezik, annak folytatása.

Miután a gondolkozás során egyéb tudatfunkciók (érzés, akarás, képzetalkotás stb) is jelen vannak, a gondolkozás átalakítása ezeket is érinti. Az automatikus asszociációk

[31] http://www.c3.hu/~prophil/profi044/sarkany.html (Sárkány Péter: Filozófiai praxis dióhéjban)

felszámolásával kialakítható egy rendszerezett, összefogott gondolkozás, ezzel párhuzamosan pedig egy stabil, belső egységgel rendelkező személyiség. Nemcsak az európai filozófiatörténetben, hanem gyakorlatilag minden hagyományban szerepelnek tanításként a gondolatok uralásának különböző módszerei, ami rámutat arra, hogy ez a probléma nem csak korunk embere számára jelentkezett, ebből következően pedig ezek a módszerek napjainkban is felhasználhatók valamilyen formában.

A gondolatok megfigyelése egyáltalán nem passzív tevékenység, a folyamatos figyelem fenntartása állandó aktivitást, egyfajta megszakítatlan készenlétet követel meg a nap minden órájában. Ezt a belső, tudati összetartottságot meg kell őrizni minden krízishelyzetben, az utolsó pillanatokig elmenően.

Az asszociatív kavargás megállítása a gondolkozás következő szintjén, a racionális-diszkurziv gondolkozás területén kezdődik. Ekkor egy témára történő koncentrált gondolkozás váltja fel a szétszórtságot. A gondolkozási téma és az összpontosítás és a gondolkozás megtisztításának előkészítését alkothatja az adott témához kapcsolódó szövegek olvasása. A figyelmes olvasás során az összpontosítás, a gondolkozás és az értés egy önreflexióval összekapcsolódva jelenik meg, ilyenkor az olvasó saját gondolkozásának emeltebb szintű személyes átélését valósíthatja meg. A következő fázist már egy választott téma folyamatos, többszöri átgondolása jelenti. Hogy a gondolkozás megfigyelésével és átalakításával kapcsolatos lehetőségek a ma embere számára sem vesztek el, a XX. században bizonyította a gondolkozással kiemelten foglalkozó Massimo Scaligero is, aki fentiekkel egybehangzó módon a következőket állapította meg: „Sohasem gondolunk valamit, ami nem tárgy, és a tárgy mindig valami gondolt. Amennyiben gondolt és mint ilyen van birtokunkban, absztrakt, nem létező, jele csupán és lehetősége a gondolkozásnak, vagy emlékezésnek, azaz tudás. És ilyen állapotában, azaz gondolkodással nem újjáébreszt, hanem csak szavakkal felidézve és fogalomként használva, retorika csupán, a halott kultúra szubsztanciája. Olyan emberek kulturája, akik nem gondolatokban gondolkodnak, hanem szavakban, vagy kvantitatív összefüggésekben, amelyek mindenkor felidézhetők emlékezetből a maguk mechanikus mivoltában."[32] Lényegében ez az a gondolkodás, ami halott gondolatokat, gondolati *cadaver*eket produkál: „Az eleven gondolkodás , vagy tiszta ideák szubsztanciája az, amelynek fénye felé az ember gondolkodásával és exisztenciájában törekszik, mely önmagában a gondolkodás és az exisztencia dynamis-a, az élet, amit ő valójában nem él, amelynek csupán érzeti megnyilvánulásait észleli és ezért, az élet illúziójában élve meg kell

[32] Massimo Scaligero: *Az eleven gondolkodás*, Hn., Én. p. 4.

halnia. Halála valójában látszólagos exisztálása ellenére, a gondolkodás halálával kezdődik a tükrözöttségben és az absztraktságában: ezek az embernek az élet képét adják, nem magát az életet."[33]

Alvás, álom és halál

Azt mondja a mítosz, hogy Hypnos (az Álom)[34] Thanatosz (a Halál) ikertestvére, Nyxnek, az Éj istennőjének a fia. Nyx Erebosnak, halálország sötétségének testvére és felesége, a legnagyobb istennők egyike, aki még Zeuszt is félelemmel tölti el. Tartaroszi otthonukon keresztülfolyik a Léthé, a feledés folyója és Hypnos a folyó vizébe mártott ágacskával megérintve altatja el az embereket.

A mítoszokban a lét olyan belső összefüggései és folyamatai testesülnek meg, amelyeket, mivel az emberi nyelvek kifejezhetőségén túl vannak, pusztán információként nem lehet átadni, csak szimbólumokban, azaz magasabb jelentésre visszavezethető jelképeken keresztül. A szimbólum tehát mindig valami nála magasabb jelentésre utal, végső fokon a lét – és tudatállapotok gradualitásán át a legvégsőre, a metafizikai abszolútumra, Istenre, az Egyre. Siddha Mohan Singh azt mondja Yōga sūtráiban, hogy „a teremtett dolgok minden fajtája tulajdonképpen egy jóga szimbólum". Ennek értelmében maga az emberi világ, a történelem, a lét is szimbólumok, mégpedig olyan szimbólumok, amelyek segítségével az emberi állapotnak a meghaladása válik lehetségessé. A mítoszok képisége azáltal, hogy nemcsak a racionalitásra hat, lehetővé teszi, hogy könnyebben megérthetőek, könnyebben megjegyezhetőek és könnyebben átadhatóak legyenek. Mint oly sok más szöveget, sokrétűen és több szinten lehet őket értelmezni, de az általuk megfogalmazott igazságokat nem befolyásolja, hogy hányan hisznek bennük és hányan nem, örök érvényük, perennialitásuk kikezdhetetlen. A mítoszok egyszerre szimbolikusak és valóságosak, mert ideákat fejeznek ki, a lét belső relációit, bennük ember feletti, az emberi világot is regulázó isteni világok jelennek meg, szupraracionális összefüggéseik feltárása pedig aktivitást, folyamatos intellektuális erőfeszítést igényel, amelynek következménye az emberi létállapot meghaladása lehet.

Az alvás és a halál közötti analógia sok kultúrában ismert volt. Például a kereszténységen belül is megjelent egy olyan felfogás, amely a halottat nagyon mély alvásban

[33] Massimo Scaligero: *Az eleven gondolkodás,* Hn., Én. p. 6.
[34]Pontosabban az alvással járó álomképek apja. Az ő fia a három álomisten: Morpheus, az álmok megformálója, Phobetor (vagy Ikelosz), a rémálom és a természethez, állatokhoz kapcsolódó álmok ura, Phantaszosz, a különös, fantasztikus álmok alakítója.

lévőnek tekintette. Az ókeresztény időkben többek között a nesztoriánusok és a koptok voltak, akik szerint a lelkek a világ végéig álomba merülnek (*hypnopsychitae, psychopannychitae*).

Elmondhatjuk, hogy míg az ébrenléti világ érzéktárgyai[35] minden ember számára többé-kevésbé közösek, addig az álom és a halál állapotaiban teljesen egyéni világok bontakoznak ki. Az előbbivel kapcsolatban ezt mindenki közvetlenül megfigyelheti, hiszen nem igen van két olyan ember, akiknek egyforma álmai lennének, arról nem is beszélve, hogy mindenki csak a saját álmát tudja átélően megtapasztalni, a máséba nem tud beletekinteni, abban nem tud „benne élni".

Szoros kapcsolat van továbbá az ébrenléti világ, az álomállapotok és a halál között. Azt mondják a tibeti tanítások, hogy "ha nem vagyunk tudatában a magatartásunknak, nem valószínű, hogy az álomban tudatában legyünk. Ha álomban nem vagyunk tudatosak, nem valószínű, hogy a bardóban[36] tudatosak legyünk a halál után. […] Az álmok ugyanazokból a karmikus lenyomatokból kelnek fel, mint az ébrenléti tapasztalat. Ha túl szétszórtak vagyunk ahhoz, hogy átvágjunk a mozgó tudat kitalációin és elhomályosulásain nappal, nagyon valószínű, hogy az álmainkban hasonló korlátozások kötnek meg minket. Ez a jelentése annak, ha 'nem vagyunk tudatosak az álomban.' […] Ugyanúgy lépünk be a bardóba, a köztes létbe a halál után, ahogy az álmodásba elalvás után. Ha az álombeli tapasztalásunkból hiányzik a tiszta világosság és zavarodott érzelmi állapotokból és szokásos reakciókból áll, akkor kiképezzük magunkat arra, hogy a halál folyamataihoz is hasonló módon viszonyuljunk. […] Ahogy az ébrenlétben kifejlesztett éberség és jelenlét átterjed az álomba, az álomban kifejlesztett éberség és jelenlét kiterjed a halálra."[37]

A Tibeti Halottaskönyv, a *Bardo Tödol* felsorolja azokat a köztes létbeli lehetőségeket, amelyekkel a megfelelő éberségi fokra fejlesztett tudat szembesülhet, és azokban megőrizheti összpontosítottságát. A köztes lét bardóin a törekvő által hosszas gyakorlással létrehozott, a testi hordozótól elszakadt ún. bardó-test halad át, amely párhuzamban áll az álomban mozgó, álom-testnek nevezett mentális struktúrával. Az álom-gyakorlatok között van olyan, amelyik

[35] A látás, hallás, tapintás, ízlelés, szaglás és gondolkozás tárgyai

[36] A *bardo* kifejezésnek a jelentése: „kettő között". A korai buddhista iskolák egy része (pl. a *szarvásztiváda és a szautántrika*) azt a nézetet fogadták el, hogy átmenet van a halál és az újraszületés között, tehát a halál pillanatában nem azonnal következik be az új fogantatás. A halál és az új fogantatás közötti „időszakot" köztes létnek fogták fel, amelynek meghatározása: „a halál pillanata és az újraszületés között megnyilvánuló létezési forma, amelynek célja az új születés elérése." (*Tibeti Halottaskönyv. A bardo útmutatás nagykönyve*, p. 16.) A későbbiekben újraértelmezték, kibővítették ezeket az elképzeléseket, és újabb köztes léteket kezdtek megkülönböztetni: az élet természetes bardóját, az elmélyülés, az álom, a halál, a valóság és a létesülés bardóit. (*Tibeti Halottaskönyv. A bardo útmutatás nagykönyve,* p. 25.) Ennek a felfogásnak az alapját az adta, hogy a felébredésen (*nirvāna*) kívül minden állapot köztesnek tekinthető.

[37] Tenzin Wangyal Rinpócse: *Az álom és alvás tibeti jógája*. p. 74.

kifejezetten azzal foglalkozik, hogy kapcsolatot hozzon létre az álom-test és a bardó-test között.

A hindu ortodox *darśanák* (doktrinális körök vagy „filozófiai rendszerek") is részletesen foglalkoznak az ébrenlét és az alvás különböző szintjeivel valamint a hozzájuk kapcsolódó tudatállapotokkal. Általánosan ismert az a hármas felosztás, amely megkülönbözteti az ébrenléti tudatosságot (*jāgrat*), az álomteljes alvást (*svapna*) és az álomnélküli mélyalvást (*suṣupti*). Az *Upanisadok*hoz visszanyúló *Vedānta* visva, taidzsasza és prádnya megnevezéssel írja le ugyanezeket az állapotokat. Az *Upanisadokon* alapuló rendszert továbbfejlesztő Szurésvara minden egyes szintet összekapcsolt az eredeti hármassággal, így háromszor három, összesen kilenc állapotot különböztetett meg.[38] Ismert továbbá egy negyedik állapot is, amit egységesen úgy neveznek, hogy *Turīya*. Ez a negyedik fokozat annak a tudatállapotnak felel meg, amely az említett tudatszintek között, az egyikből a másikba való átmenet pillanatában jön létre. Ezek a pillanatok hordják magukban az ébrenléti és álomtudat azon lehetőségeit, amelyek analógiában állnak a *Bardo Tödol*ban felsorolt halál utáni lehetőségekkel.

A tudati éberség tehát nagymértékben meghatározza az ébrenléti világ működését, mint ahogy az alvás állapotaiban és a halál pillanatában, valamint a *post mortem* állapotokban jelenlévő tudati éberség befolyásolja, hogy az ott megjelenő világok melyikébe tagozódik bele az alvó, illetve meghaló ember.

„Az álomteljes alvásban és az álomnélküli mélyalvásban […] egyfelől eltávolodik az ember tudati mivolta a testtől, másfelől – mert jelenlegi exisztenciális nívóján csak a testiséghez láncolva tud felgyúlni – kialszik és visszahanyatlik a legmélyebb szomatikus materialitásba. Vagyis: egyszerre van (különböző relációk szerint) közelebb testiségéhez és távolabb testi lététől az emberi tudatosság, amikor elhagyja ébrenléti *status*át."[39] Azok számára akik az említett éberséget nem fejlesztették ki, majdnem kizárólag csak a tudatosság elhomályosult fokozatai aktualizálódnak: „A *Lōkák* elveszítésén túlmenően a megvilágosodási princípiumok és aspectusok elveszítése és elfeledése is hozzátartozik a fentebbi tudatállapotokhoz. Elvész a kapcsolat a *Dhyāni* – Buddhákkal, a *Dhyāni* – Bódhiszattvákkal és „kísérőikkel", elvész a kapcsolat az „emberi" *Samyaksambuddhá*kkal."[40]

[38] Sankara: *A Védánta filozófiája és más bölcseleti rendszerek*, p. 125-127.
[39] László András: *A mindenség fénye az emberben,* p. 51-52.
[40] László András: *A mindenség fénye az emberben,* p. 53-54.

Az ortodox kereszténység oldaláról Pavel Florenszkij atya az alvást és az álomképeket hasonlóképpen a látható és láthatatlan világot elválasztó és egyben összekötő képeknek tartja."[41]

A fentiekből következően a különböző emberfeletti létfokokkal való kapcsolat lehetőségét csak a megfelelően előkészített és kondicionált tudat tudja kihasználni, ennek hiányában az alvás (és természetesen a halál is) a tudatosság elveszítettségét és a tudati széthullásnak a megvalósulását eredményezi.

Ahogy elalvásunk során fokozatosan megfeledkezünk környezetünkről és elenyészik a külvilág tapasztalata, úgy felébredéskor is elfeledkezünk álmainkról és elenyészik az álomvilág tapasztalata. Az alvásban jelenlévő, magasabb létfokozatok általi érintettség mindazonáltal töredékes formában, sokszor úgynevezett „jó ötletként" ébredés után egy ideig visszamaradhat. A tudománytörténet említi pl. Kekulé német kémikus álmát, aki miután hosszasan kísérletezett a benzol szerkezetének a megállapításával, álmában egy saját farkába harapó kígyót látott (más források szerint kergetőző, majd egymást farkuknál megragadó és kör alakba rendeződő majmokat), és ez vezette rá arra a felismerésre, hogy a benzolnak gyűrűs szerkezete van.

Szerelem, szexualitás, halál

A szexualitás elsődleges jelentése túlmutat a kozmológiai szinten és a metafizikumban gyökerezik.[42] Éppen ezért is lehet szintén analógiákat felállítani a szerelem, a szexualitás és a halál között, hiszen ugyanúgy önmagukon túlmutató tapasztalatok tárulhatnak fel ezekben a folyamatokban, mint az alvás és álmodás különböző szintjein. A mítoszok kozmológiai szintjén ez a kapcsolat jelenik meg azokban a női istenségekben, akik egyszerre a szerelem, a vágy, a termékenység valamint a halál és a pusztulás úrnői, mint a skandináv mitológiában Freyja, Mezopotámiában Istar/Inanna vagy Egyiptomban Sehmet – Hathor.

Természetesen ezeknek a tapasztalatoknak teljes mélységű átélése szintén nem mindenki számára áll fenn, ugyanis ezen a területen is igen kevesen rendelkeznek olyan, eleve adott, vagy egy praxis során kialakított képességekkel, hogy ezt a lehetőséget ki tudják használni. Több megfigyelés is azt igazolja, hogy ezekben a folyamatokban sokkal inkább egy dekoncentráció valósul meg, mintegy az ébrenléti tudatosság „rövidzárlatával". „A halálnál semmi sem hasonlít jobban a fizikai szerelemhez. Legyen akár fizikai, akár morális, a

[41] Pavel Florenszkij: *Az ikonosztáz,* p. 19-21.
[42] Mint ezt Julius Evola igen mélyrehatóan megvilágítva bemutatta *A szexus metafizikája* című művében.

szerelem a halál pozitív képmása. A spasmus a halál birodalmába való pillanatnyi betörés: a természet által az élőlénynek adott ízelítő a halálból. Az ölelésben ketten a halálba dobjuk magunkat, de azzal a képességgel, hogy visszatérjünk és emlékezzünk."−Valójában azonban a férfiak és a nők igen nagy többségének ezen emlék relatív, miként az egy pillanatra elért tudatállapotuk is zavaros és perifériku s."[43]

„Az ölelés határpontján a közönséges tudat majdnem olyan kevéssé tudja érintetlenül fenntartani magát, mint amennyire nem tudja világosan átlépni az álmodó alvás küszöbét, amellyel egy analóg állapotváltozás, egy analóg szintáttörés következik be."[44]

„Az orgazmusnak az a varázsa, hogy amikor eljön, az ember teljességgel arra koncentrál, míg valami roppant megkönnyebbülés el nem borítja az egész testét-lelkét – s amikor vége van, lehetetlen pontosan leírni vagy elkapni az érzés maradékait. Így aztán az ember újra nekikezd, és megint teljesen újnak, elsőnek érződik, de aztán elmúlik a pillanat, s ugyanolyan megfoghatatlan, mint mindig: mintha teljes *amnézia* állna be abban a pillanatban, mikor az ember megpróbálja elmagyarázni."[45]

Az ölelés csúcspontján bekövetkező különleges változások az agyban lezajló bizonyos idegi folyamatokban is jelentkeznek: „Kutatók szerint életünk során átlagosan 5 órát, 26 percet és 32 másodpercet kómában töltünk. Ez meglehetősen bizarrul hangzik, ám magyarázatuk nagyon is kielégítő. […] Már a 17. és 18. századi írók is úgy említik az orgazmust, mint egyfajta „halált", és a franciák mind a mai napig használják a „kis halál" („la petite mort") elnevezést. Régen szentül hitték, hogy az túl sok szex halálhoz vezethet, legtöbb erre vonatkozó utalást a *Canterbury mesékben* találunk, de sok egyéb helyen is megemlítik. Logikusan következtethettek hát az orgazmus közben tapasztalható furcsa jelenségekből arra, ez a halál egy fajtája.[46] Sok évszázaddal később aztán kutatásokkal sikerült alátámasztani ennek logikus eredetét, ugyanis minden egyes átélt orgazmus során körülbelül 3 másodpercre kómába zuhan az ember, és egyfajta „halál" állapotában éli át a gyönyört. Az agy idegi aktivitása lelassul és az orgazmus pillanatában az agy szabályosan kikapcsol."[47] Ha nem is olyan villámcsapásszerű hevességgel, mint a gyönyör pillanatában, de azért jól kivehetően, az

[43] Julius Evola: *A szexus metafizikája*, C. Mauclairt idézi (C. Mauclair, *Magie de l'amour*, cit. 145. p.;cfr.)
[44] Julius Evola: *A szexus metafizikája* p. 135.
[45] Shere Hite: *Hite riport. A nők szexuális életéről,* p. 92.
[46] „Banális lenne, ha például megemlítenénk azon ismert analógiákat, amelyeket az ölelés és orgazmus fenomenológiája (a nyögésekben, bizonyos mozdulatokban, kiáltásokban) a szenvedés fenomenológiájával mutat. Azt is tudjuk, hogy – különösen a nőt illetően – különböző nyelvek szerelmesek bensőséges zsargonjában a teljességgel elért *spasmusra* a „meghalni kifejezést használják […]; miközben épp a *spasmus* szó specifikusan a szenvedésre és a fizikai fájdalomra is utal. Van igazság ama megállapításban, hogy „a kéj a szó legszorosabb értelmében vett haláltusa". Evola p. 125
[47] http://tabu.origo.hu/20060707orgazmus1.html. (2013.06.25) Itt nem a számszerű adatok a fontosak, hanem maga a jelenség, a pillanatnyi tudatkiesés, amire még a bulvár jellegű megközelítés is ráirányítja a figyelmet.

elsodró, elemi erejű vágyakozás és az ezzel járó megrázkódtatottság a nem fizikai, morális szerelemben is jelen van. Ez olyan fokú lehet, hogy a szerelmesek egymás iránti vágya képes áthágni mindenféle erkölcsi és neveltetésbeli korlátot, végső fokon pedig az egymás iránti önfeláldozásban vagy az elvesztett társ utáni bánkódásban akár az élethez való ragaszkodást is. Ez az életen túlmutató, pusztító jellegű, az életet is legyőzni akaró szenvedély jelenik meg Trisztán és Izolda történetében is.[48]

A mélyen átélt szerelem és szexualitás sem azonos azonban a puszta halálvággyal, intenzitásukban éppenhogy a halál meghaladásának lehetősége tárul fel, a szeretett és ölelt társsal történő eggyé válás akarata a minden dualitásokon (ebbe természetesen beletartozik a lét és nemlét, élet – halál kettősége is) túli teljes egység megvalósítására irányul. A szerelemben és a szexualitásban tehát az élet és a halál feletti győzelem elővételezettsége tapasztalható meg,[49] ezért is használták fel a szexualitást és a nemek polaritásában rejlő transzmutációs lehetőségeket egyes vallásokon belül (elsősorban ezek aszketikus irányultságú területein) a végső, emberfeletti célok megvalósításához. A talán legkorábbi, ilyen felfogásban íródott buddhista szöveg, a *Mahájánaszútrálankárája* szerzője, Aszanga a következőket írja: „A szexuális unióban végrehajtott visszafogás (*parávritti*: visszatérés), valamint a Buddhaboldogság élvezete és a női partner tisztátalan gondolatoktól mentes szemlélete által a legmagasabb szellemi állapot (*vibhutvam*: mindenhatóság) elérhető."[50]

A hinduizmus egyes irányzataiban a törekvőnek első pillantásra megdöbbentőnek, visszataszítónak és félelmetesnek tűnő gyakorlatok során kell szembesülnie istennőjének a szexualitáson keresztül (is) feltáruló pusztító arculatával. Otthonává kell tennie egy sírkertet, hogy a halállal a legközvetlenebb módon szembesüljön és megismerje istennőjének feloldó, megsemmisítő erejét. A hindu vallásgyakorlatban az utóbbi századokban az istennő ábrázolásának egy sajátos típusa emelkedett ki, amely a sírkert szexuális szimbolikáját a kétnemű istenség elgondolásával ötvözi. A kép a „fordított ölelés" pózában, férfi hullához hasonló alakon a férfi hímvesszőjét lovaglóhelyzetben hüvelyébe fogadva ábrázolja az istennőt. Az istennőt több szöveg gyönyörű, teltmellű *Kāliként* írja le, akit a „tér öltöztetett fel", (vagyis mezítelen), csípőjét pedig halott férfiak kezéből készített füzér teszi csodássá, mosolygó szája sarkaiból pedig két vérerecske csordogál. Ekkor a teremtő istenséggel, *Mahākāláv*al ülő helyzetben egyesül és áldozó kardot lenget: közben mindketten hullát

[48] Denis de Rougemont: *A szerelem és a nyugati világ,* p. 28-30

[49] „Az orgazmus robbanás, amely kitisztítja az elmémet, az egész testemből összegyűjtött élettel telítő és ihlető erő – mint eggyéválni a világegyetemet irányító ritmusokkal, mint személyes üzenetet kapni, hogy az élet jó és gyönyörű.". (Shere Hite: *Hite riport. A nők szexuális életéről,* p. 136)

[50] Soós Sándor: *A nyolcvannégy mahásziddha legendája*, p. 19.

használnak ágyként. Az ábrázolások számos változata létezik. Egy tantrikus értekezés, a *Karpūrādistotra* egyértelműen kijelenti, hogy a *sādhaká*nak ezeken éjszaka kell meditálnia, amikor is női partnerével szexuális egyesülést folytat. Ehhez az ábrázoláshoz a *sāṅkhya*, az egyik tradicionális hindu *darśana* szerint fűztek metafizikai magyarázatokat.[51]

Az elemésztő, a maguk teljes valóságában megjelenő erőkkel történő szembenézés efféle gyakorlatai a buddhizmus, és talán megkockáztathatjuk a kijelentést, hogy a korai keresztény aszkézis számára sem voltak ismeretlenek. A buddhizmus hinayāna irányzata által kidolgozott *satipaṭṭhṭāna* gyakorlatsor egyik eleme a *maranānussati* vagy temetői kontempláció (*contemplatio mortis*), melynek során a holttestek feloszlásának és megsemmisülésének fázisait kellett megfigyelni és összekapcsolni a törekvő saját testének és vélt énjének felbomlásával, azaz állandótlanságával, végső soron nemlétével. A tibeti buddhizmusban az ilyen jellegű gyakorlatokhoz többek között *Kāli* ottani változata, *Lha-mo* kapcsolódott, a félelmetes, megnyúzott emberek bőrét viselő, vérfertőzésből származó gyermekkel terhes (akit később megöl és szintén meg fog nyúzni), háromszemű, emberi koponyából készült csészéjéből vért ivó istennő.

Összpontosítás a jelen pillanatra: az Örökkévalóságba vezető kapu megnyílása

> *„Aki a jelent a maga pontszerűségében képes lenne megragadni, azonnal rálépne az időbeliség elhagyásának útjára, mert az idő meghaladása a jelen transzcenzionális intenzifikációján alapul."*[52]

Teológusok és filozófusok mindig is kivételesen fontosnak tartották a jelen pillanat kérdését. Pierre Hadot a jelen pillanatra való összpontosításban a lelkigyakorlatok lényegét látja.[53] Az ókori filozófusok tanulmányozása nyomán úgy véli, hogy a pillanatra összpontosító szellemi éberség nyitja meg szellemünket a kozmikus tudatra, mivel feltárja, hogy létünk minden

[51] E szerint: „Az éberen ülő, vonagló és taglejtéseket tevő istennő a valóság mozgási energiája, a *prakṛiti*nek hívott aktív teremtés. A beléje hatoló, őt folyamatosan megtermékenyítő és cselekvésre késztető férfiprincípium a *puruṣa*, az „úr", aki bár távoli, mégis látható, és felébreszti, majd minőségekkel elárasztja a teremtést. Amikor a *puruṣa* maga is élettelen holttesten fekszik, az utóbbi a másik énjét képviseli; ez teljesen visszavonult, minden létezés felett álló, kvalitásnélküli szenvedélymentes állapot, amely időn kívüli és a teremtésben megelőzi a szexuális pár kivetülését. A férfi feje az istennő aktivitásának teremtő mintáit szimbolizáló *yantrán* nyugszik, ami azt sejteti, hogy a holttest a *sādhaka* saját testéhez hasonlítható. Philip Rawson: Sírkertek és rettegés (*Tradíció. A Metafizikai Tradicionalitás Évkönyve,* p. 199-208.)

[52] László András: *Solum Ipsum,* p. 130.

[53] Pierre Hadot: *A lélek iskolája*, p. 17.

eseménye és mozzanata a világ egyetemes törvénye felől is szemlélhető. Ugyanakkor a jelen pillanat értékének a felismerése szorosan összefügg a halál filozófiai gyakorlásával.[54] Marcus Aurelius tanításai kapcsán pedig hozzáteszi, hogy a „valóság teljes egésze jelen van minden pillanatban".[55]

A tradícióknak bármelyik, akár a ciklikus, akár a lineáris időfelfogását tekintjük, az idő hatalma alóli kiszabadulás egyik legfontosabb lehetőségét a jelen pillanat megragadása jelentette. Az idő múlása a pusztulást jelenti, minden ami létezik időben a megszűnés felé tart. Ez alól csak magának az időnek a forrása jelent kivételt, ahonnan az idő maga is származik. A forrás pedig Isten, az abszolútum, a változatlan, az Idő ura és teremtője. Ebből következően a pillanat az időben ugyanazt a kiemelt szerepet tölti be, mint a pont a térben. Ugyanúgy ahogy Isten tér feletti pozícióját a térben nem lokalizálható, de magát a teret megteremtő pont (mint a kör középpontja esetében) reprezentálja, az időben időfelettiségét a pillanat nyilvánítja meg. A különböző történeti civilizációkban pedig alapvető törekvése volt a Középpontra és a Középpont felé irányulás, ami a tér- és idő kényszereit meghaladó szent terek és szent idők kialakítását is magában foglalta.

A ciklikus felfogás ennek értelmében az időt egymásba ágyazódó, különböző tartamú és minőségi jellemzőket magában foglaló egységekre bontja, amelyek meghatározott rend szerint, egymást követve ismétlődnek. A kozmikus ciklusok legalaposabban kidolgozott, indiai tanításainak alapját a négy *yuga* jelenti, amelyek egy *mahāyugát* alkotnak. 71 *mahāyuga* egy *manvantarát* képez, 14 *manvantara* pedig egy *kalpá*t, ami *Brahmā,* a Teremtő egy napját jelenti. A *Brahmā* életének megfelelő ciklus a *para.* A *parák* láncolata a *mahākāla,* a minden ciklust felölelő „egyetemes idő".[56]

Az egyes ciklusok közötti átmenet nem zökkenőmentes, a ciklus törvényeinek alávetett létezők számára mindig valamilyen megrázkódtatottság formájában, külső világuk valamilyen mértékű krízisében nyilvánul meg, amely akár a világ teljes felbomlását is jelentheti. Az egész emberiség mitikus hagyományának egyik legfontosabb részét képező vízözön-monda ind-hindu kultúrkörben ismert változata részletesen leírja az egyes ciklusok közötti átmenetek jellegzetességeit. Ezek szerint a megnyilvánult formák feloldódása egy *manvantara* végén kozmikus értelemben kisebb mérvű lesz, mint az a feloldódás, ami egy *kalpa* végén fog végbemenni. „Ugyanakkor a vízözön hullámai a *svar*t (az „olümposzi egeket") semmiképpen nem érik el, és talán a *bhuvar*t (az „atmoszferikus" szférakat) sem; azt mindenesetre tudjuk,

[54]Pierre Hadot: *A lélek iskolája*, p. 40.
[55]Pierre Hadot : *A lélek iskolája*, p. 135.
[56]Georgel, Gaston: *Az emberiség négy korszaka*, p. 278-280.

hogy *Dhruva* (a Sarkcsillag) az egész kalpa alatt érintetlen marad. A föld (*bhur*) teljesen elmerül."[57] Ezeknek az univerzális katasztrófáknak megvan az individuális párjuk, amelyek az egyén világában legmarkánsabban a haldoklás folyamata során nyilvánulnak meg.
A ciklusok és jellemzőik megismerése azért szükséges, mert ez teszi lehetővé a rajtuk való túllépést az időtlen örökkévalóság irányába. Bennük kozmikus erők és ritmusok működnek, minőségek vannak jelen, olyan kozmikus erők, ritmusok és minőségek, amelyek megtalálhatók az egyes individuumok benső világában is. Mivel a legtöbb létezőben ezek az erők és minőségek mindössze potencialitásként és nagyon mélyen, erősen lekötött formában rejtőznek, a ciklusok megismerése teheti lehetővé ezek átemelését az aktualitásba. Az univerzumot ugyanaz a teremtő akarat hozza létre, ami az egyént, a ciklusok pedig, mivel különböző mulandósági és állandósági fokozatokat szimbolizálnak, lépcsőfokoknak tekinthetők, amelyeken a teremtmény megkezdheti a visszatérést önnön lényege, tér- és időfeletti középpontja irányába.

Maradva egy emberi életnél, a különböző életkori sajátosságok szintén korszakokra tagolják, és befejeződésénél a haldoklásnak szintén fázisai, „ciklusai" állapíthatók meg, amelyek éppúgy a megszokott tapasztalati világ szétesésével és megrázkódtatottsággal járnak, mint a ciklusok közötti átmenet krízisei a bennük élők számára.
A ciklusok doktrinájához Indiában is szorosan hozzátartozik a pillanat (*kṣaṇa*), mint az idő tovább nem osztható végső minimuma, amelynek kontrollja egy megkülönböztető *gnósis*hoz vezet.[58]

Áttérve a lineáris időfelfogásra és azon belül a kereszténység megközelítésére, az idő itt a közönséges ember életében *kronos*ként, sorsszerű, megállíthatatlan folyamatként, a létezés lineáris, fizikai idejeként van jelen. Amikor Isten az időben megnyilvánítja magát, amikor az Ige testté lesz, az idő szoteriológiai funkciót kap és *kairos*sá, minőségi, értékkel teli idővé válik. A történelmi idő minden eseménye mögött Isten áll, abba bármikor beavatkozhat, az isteni megnyilvánulás jelei már a történelmi változásokban is felfedezhetők, így a megváltás az áramló idő bármelyik pillanatában bekövetkezhet.

A pillanat jelentőségét kutatva megfogalmazódhat az a kérdés, hogy vajon *a halál pillanata* még az élethez vagy már a halálhoz tartozik vagy egyikhez sem, lévén minden pillanat küszöb, ami egyszerre elválasztja és összeköti a megelőző és következő fázisokat?[59]

---

[57] A. K. Coomaraswamy: *A vízözön a hindu hagyományban*. Axis polaris. Tradicionális tanulmányok, VI. p. 33-41.
[58] Ananda K. Coomaraswamy: *Idő és örökkévalóság*, p. 18.
[59] Az indiai metafizika a Jīvan mukta (az életben megszabadult) és a Videha mukta (a halál után megszabadult) mellett ismerte a Jīva-videha muktát, aki a halál *pillanatában* éri el a megszabadulást és lép ki a *szaṁszárából.*

Erre próbál meg választ keresni Boros László teológus, A halál misztériuma című művében, ami a XX. század egyik jelentős teológiai kísérletének tartható. Tétele: „A halálban tárul fel az ember első teljesen személyes tettének lehetősége; a halál ezért lényegében a tudatossá válás, a szabadság, az Istennel való találkozás és az örök sorsra vonatkozó döntés ontológiailag kitüntetett helye”[60]. Ez az úgynevezett „végső-döntés-hipotézis” (Entscheidungshypothese), amelyet módszertani meghatározás, filozófiai és teológiai megalapozás során három lépésben fejt ki. Véleménye szerint a halálban jut egzisztenciánk legmélye is nyugalomra, megszűnik a jövőre irányultsága, hiszen nincsenek már elvégzendő feladatai, megtörténik a teljes eloldódás és önmagunk átadása a jelennek. Ebben a totális jelenben találunk rá saját egzisztenciánk legbelső tartalmára, megszabadulván a testhez és a világhoz fűződő régi kapcsolódásrendszerünktől. Így a halálban lesz teljes a szabadságunk és önmegvalósításunk. A jelen pillanat teljességét csak a halálban lehet megélni, ahol megszűnik az emberi élet jövőre irányultsága, az egzisztenciális késztetések nyugalomba kerülnek. A halál lesz a totális jelen állapota. Ekkor születhet meg első valóban szabad, mindentől és mindenkitől független döntésünk, amely egyben az utolsó is. Itt foglalhatunk véglegesen állást Krisztus mellett, az elkárhozást vagy az üdvösséget választva. A végső döntéshez természetesen az egzisztencia egésze, az élet során megtett aktusok, előzetes döntések, választások adják meg az alapot.

Az idő összetett szimbolikája az archaikus időmérő szerkezetekben (homokórák, napórák, de ide sorolhatjuk a toronyórákat is) mindenki számára látható módon nyilvánul meg. A különféle órák egyszerre jelképezik az időt, az idő múlását és az idő időfeletti forrását. A középkorban különösen a korábban már említett homokóra volt elterjedt időmérő eszköz, amelynek két része az élet és a halál ciklikus változására utal, ezzel összefüggésben a földi dolgok mulandóságára, ugyanakkor ennek tudatában a mértékletesség és önuralom erényére is. „A homokóra primer formája, a két − csúcsaival egymásra helyezett kúp − azonnal felidézi bennünk a változásnak alávetett *axis huius* mundi … rotációját, a *Precessió*t és a négy világkorszakból álló Kalpák doktrináját. A Kalpát alkotó kvaternitást, az Aranykort, Ezüstkort, Bronzkort és a Vaskort szimbolizálja az a négy pillér is, amely néhány hagyományos homokóratípusnál az egymásra fordított kúpok alapjaihoz rögzül. A *Négy* minden kultúrkörben az Anyaghoz kötöttség és az Időbe vetettség Folyó Tartamának szimbolikus száma.

[60] Boros László*: A halál misztériuma*, p. 21.

Az órában lefelé gravitáló homok egy világkorszak összes teremtési – projekciós megnyilvánulásának analogonja. […] A homokóra megfordításával a makrociklusok szintjén a teremtési – projekciós fázis (Szristi) visszavonása, azaz eltörlése valósul meg, vagyis az „égi" pólus magához vonzza minden korábbi manifesztációját."[61]

Mivel a homok felfelé áramlása fizikailag lehetetlen, ezért kell az órát megfordítani, jelezve az égi síkra történő visszaáramlást. Az ég irányába történő mozgás a lélek világtól való elfordulását szimbolizálja, az Isteni Kezdethez való visszatérést. „Az 'alsó térfél' vagy tehetetlenségből, vagy súlyból, vagy pedig kavarodásból és elillanásból áll; a 'homokóra megfordítása', azaz a másik vonzási pólus választása vagy az irányváltás a felkavart lélek lecsendesítését és a fásult lélek kinyílását jelenti."[62]

Visszatérve Hans Holbein képéhez, tehát az apát kezében megjelenő homokórán tisztán kivehető a négy pont, ahol a négy pillér az alapokhoz rögzül, valamint a középpont.

A fentiek alapján úgy tűnik, hogy az Ars Moriendi képeinek megkomponálásában fontos szerepet kapott a homokóra szimbolikája, vagy pontosabban: a homokóra és az Ars Moriendi táblaképeinek megszerkesztésekor ugyanazok a princípiumok érvényesültek. A kapcsolódási pont, amely körül a világ megfordul maga a haldokló. Számára fokozatosan megszűnik az idő (nincs jövője), és saját környezete összezsugorodásán kezdve egyre inkább a tér is (a halottas ágyán kívül nincs egyéb). Az ő feladata a világok forgatása, melynek során a kísértéseket leküzdve saját idő- és térfeletti Centruma, a menny felé tartva megszabadul a földi élet meghatározottságai, így az idő- és térbeliség kényszerei alól is.

[61] *Orosz László Wladimir: A Jelen és az Idő*, p. 28- 29.
[62] Fritjof Schuon: Néhány észrevétel a homokóra szimbolikájához. *Arkhé* II.,

A homokóra szimbolikája, mint szerkesztőelv a Remény általi vigasztalás képén

A forgást a ritmikusan megjelenő és változó kísértések leküzdése jelenti, amelyek az alsó térfélből érkeznek és bár a haldokló folyamatos segítséget kap a felső térfélből (a lefelé áramló homokszemek szimbólumának megfelelően), de rajta múlik mennyire képes ezzel a segítséggel élni. Végső soron neki kell a hitben való megingást szilárd hitté, a kétségbeesést reménnyé, a türelmetlenséget türelemmé, a gőgöt alázattá változtatnia, neki kell lemondania a világi javakról, mert hiába tették meg ezt őelőtte sokan, lényegében ez a saját helyzetén mit sem változtat, mert mindezt neki is meg kell tennie, hogy megváltása valóban bekövetkezzen. „Az embernek 'meg kell halnia a világ számára', de az is megtörténhet, hogy a 'világ hal meg az ember számára', amikor rátalált a 'szűk kapu' üdvözítő misztériumára…A 'szűk kapu' üdvözítő voltát nem egy ösvény, hanem a Centrum vagy a Jelen, azaz a világ vagy az élet és az 'Isteni Dimenzió' közötti kapcsolódási pont tárja fel: a Centrum az Isteni Tengely alatt helyet foglaló szent pont, és a Jelen az az áldott pillanat, mely visszavezet bennünket az Isteni Kezdethez."[63]Ezt a kapcsolódási pontot képviselheti az angyal, aki mindig a vigasztalás képein jelenik meg, a haldokló ágya mellett, ugyanazon a helyen. Ő nyilvánítja ki, hogy az adott kísértés legyőzetett, az égi és a földi középpont ismét egybeesik, azaz tulajdonképpen egy; a kísértés legyőzésével megtörtént a „megfordítás", a kísértés vigasztalássá transzmutálódott. Különösen élesen jelenik meg ez a Remény általi vigasztalás képén, ahol az ágy lábánál a „nagy megforduló", Szent Pál látható (akin a kereszténység sorsa is megfordult), és éppen megfordulásának pillanatában.

[63]Fritjof Schuon: Néhány észrevétel a homokóra szimbolikájához. *Arkhé* II.

A sorozatot lezáró, Üdvözítő Véget megjelenítő kép az utolsó fordulat utáni állapotot ábrázolja. A mozgás megállt, a földi dolgok „égbe emelése” megtörtént. Mivel a pokol világa legitim módon nem kerülhet az égbe, az ábrázolás sem helyezheti át a démonokat a mennyei szférába (mint ahogy a homok sem áramolhat felfelé), ezért más megoldással él.
A haldokló helyzete fordul meg, eddigi pozíciójából átkerül a kép másik oldalára, a megfeszített Krisztus *jobbjára*. A jobb oldal a pozitív értékek hordozója, a szoláris, aktív minőségeké és egyben a spirituális uralom szimbolizálója is. Az Utolsó ítélet-ábrázolásokon a jobb mindig a menny, a bal pedig a pokol oldala; ez a hagyomány is evangéliumi eredetű: „A juhokat jobbjára állítja, a kosokat pedig baljára. Aztán így szól a király a jobbján állókhoz: Gyertek Atyám áldottai, vegyétek birtokba a világ kezdetétől nektek készített országot” (Mt 25,33–34).

„Legyetek, midőn elmúltok!”[64]

Felhasználható-e tehát korunkban az *ars moriend*i az ember életének kiteljesítésére és halálának megkönnyítésére?
Egyfelől azt lehet mondani, hogy semmilyen formában sem; nem lehetséges semmiféle komolyan vehető széles körű, közösségi alkalmazás. Lezárultak azok a korszakok, amelyekben a végső kérdésekhez való viszony lehetővé tette érdemi használatát. A vallásos világkép felbomlásával alapjait vesztette el, mindössze kultúrtörténeti érdekesség lett belőle, az is csak egy szűk réteg számára, akikben valószínűleg fel sem vetődik az alkalmazhatóság kérdése. A megjelenített alakok és szimbólumok egy mai profán világban már nem alkotják a mindennapok részét, nincs mozgósító erejük.
Másfelől viszont saját, egyéni életében mindenki számára lehetőség van arra, hogy ezeket a szimbólumokat megismerje és életének aktív részévé tegye. Ma is naponta kerülhet bárki olyan helyzetbe, amikor kétségbe esik, türelmetlen lesz, vagy éppen minden figyelmét az anyagiakért való aggódás köti le. A nagy kísértések tehát továbbra is jelen vannak a hétköznapokban csakúgy, mint az említett halál-analóg folyamatok. Ezeknek a felhasználása tehát elvileg mindenki számára lehetséges, de nyilván kevesen vannak olyanok, akik ezzel a lehetőséggel valóban élhetnének, esetleg élnek is. Figyelembe vehető továbbá, hogy a Tibeti Halottaskönyv szerint a halott tudata annyira képlékennyé válik, hogy a bardóban gyökeresen megváltozhat a szemlélete, emlékezőképessége pl. kilencszer jobb lesz, mint életében.

[64] *Jézus rejtett szavai*. Tamás evangélium, 42. logion

Így, bár múlttá vált az a kultúra és környezet, amelyben fontos szerepe volt a túlvilágra orientálódásnak és magára maradt a kereső, de a lényeget tekintve ez így is volt mindig: a legfontosabb lépéseket mindenkinek saját magának és saját magában kell megtennie.

IRODALOMJEGYZÉK

Arkhé II., Nyíregyháza: Kötet kiadó, Én.
Ars Moriendi A meghalás művészete, Budapest: Arcticus kiadó, 2004. Ford. Virág László
Axis polaris. Tradicionális tanulmányok, II.Stella Maris Kiadó, Hn., Én
Axis Polaris. Tradicionális tanulmányok, VI. Stella Maris Kiadó, Hn., Én
Boros László: A halál misztériuma, Budapest: Vigilia Kiadó, 1998.
Corpus Hermeticum, Lectum Kiadó: Szeged, 2010.
Deák Zsuzsánna: A meghalás művészetének képi narratívái,
http://etdk.adatbank.transindex.ro/pdf/mit_deak.pdf (2012-11-06)
Denis de Rougemont: A szerelem és a nyugati világ. Helikon Kiadó, 1998. Hn.
Frithjof Schuon: A vallások transzcendens egysége. Debrecen: Kvintesszencia Kiadó,
Europa centrali-orientalis, MMV era vulgaris
Gelle Zsóka: Kunga Rangdöl alászállása a poklok birodalmába,
http://www. manilama.blogspot.hu/2006/04/gelle-zska-kunga-rangdl-alszllsa-html (2012-11-06)
Georgel, Gaston: Az emberiség négy korszaka. Budapest: Stella Maris Kiadó, 2000.
Hegyi Dolores: Polis és vallás. Bevezetés a görög vallástörténetbe. Osiris Kiadó, Bp., 2002.
Hennezel, Marie de - Leloup, Jean-Yves: A halál művészete, Budapest: Európa Könyvkiadó, 1999
Hosszú Lándzsa. A fekete lábú főnök emlékezései. Budapest: Szenzár Kiadó, 2002.
http://tabu.origo.hu/20060707orgazmus1.html. (2013.06.25)
http://uj.katolikus.hu/konyvtar.php?h=133 (2014. március 15.)
http://www.ppek.hu/k28.htm
http://www.sacred-texts.com/pag/mm/mm02b01a.htm
Huizinga, Johan: A középkor alkonya, Magyar Helikon, 1976. Hn.
Jézus rejtett szavai. Budapest: Holnap Kiadó, 1990. Ford.: Hubai Péter
Joseph Ratzinger XVI. Benedek: A názáreti Jézus I. Budapest: Szent István Társulat, 2002.
Julius Evola: A szexus metafizikája. UR Könyvkiadó, 2000. Hn.
Kaczvinszky József: A hét beavatás•„F”napló•Yoga aforizmák, Debrecen: Kvintesszencia kiadó,
2003.
„Kellene, aki megfogná a haldokló kezét”,
http://www.elitmed.hu/kiadvanyaink/lam_lege_artis_medicin/_kellene_aki_megfogna_a_
haldoklo_kezet-3378/
Kempis Tamás: Krisztus követése, http://www.ppek.hu/k28.htm (2012-11-06)
Kovács Dénes: Az Ars Moriendi táblák üzenete.
http://www.kharon.hu/?t=2010-4_kovacs-ars#mc (2012-11-06)
László András: A mindenség fénye az emberben. Érpatak: Sophia Perennis Kiadó, 2004
László András: Solum Ipsum. Metafizikai aforizmák. Kötet kiadó, 2000. Hn.
Lucien Regnault: Így éltek a 4. századi egyiptomi szerzetesek. Budapest:
Bizantinológiai Intézet Alapítvány, 2004.
Magyar Művelődéstörténeti Lexikon, III. kötet, Budapest: Balassi Kiadó, 2005.
Maspero, Henri: Az ókori Kína. Budapest: Gondolat Kiadó, 1978.
Massimo Scaligero: Az eleven gondolkodás. Hn., Én.
Mircea Eliade: Képek és jelképek. Budapest: Európa Könyvkiadó, 1997.
Mircea Eliade: Misztikus születések. Budapest: Európa Könyvkiadó, 1999.
Orosz László Wladimir: A Jelen és az Idő. Debrecen: Stalker Stúdió, 2001.
Pál József – Újvári Edit: Szimbólumtár. Jelképek, motívumok, témák az egyetemes
és magyar kultúrából Budapest: Balassi Kiadó, 2001.
Pavel Florenszkij: Az ikonosztáz Typotex Kiadó, Bp. 2005.
Pierre Hadot: A lélek iskolája. Lelkigyakorlatok és ókori filozófia. Budapest: Kairosz Kiadó,

2010.
Plótinosz: Az Egyről, a szellemről és a lélekről. Budapest: Európa Könyvkiadó,1986.
Puskely Mária: A keresztény szerzetesség történeti fogalomtára. Kairosz Kiadó, 2006. Hn.
Sághy Marianne: Angyali élet. Az egyiptomi szerzetesség hatása Itáliában és Galliában a 4–5. században. Ókor, 2005. 1-2.
Salamon János: A magány metafizikai struktúrája. Máriabesnyő-Gödöllő: Attraktor Kiadó, 2003.
Sankara: A Védánta filozófiája és más bölcseleti rendszerek. Farkas Lőrinc Imre Kiadó, 1996. Hn.
Sárkány Péter: Filozófiai praxis dióhéjban http://www.c3.hu/~prophil/profi044/sarkany.html
Schütz Antal: Dogmatika I-II., Esztergom: Pax Kiadó, 2008. (reprint)
Shere Hite: Hite riport. A nők szexuális életéről. Magyar Könyvklub, Bp., 2000.
Simon Róbert: Etűdök a halálról. Túlvilági utazás a mazdaizmusban és az iszlámban. Budapest: Corvina Kiadó, 2013.
Soós Sándor: A nyolcvannégy mahásziddha legendája. A Tan Kapuja Buddhista Egyház, 2000. Hn.
Szertartás a halottakért. Tibeti halálmeditációk, Hn.: Farkas Lőrinc Imre Kiadó, 1998. Szerk. Bánfalvi István
Szvámi Véda Bhárati: A meditáció és a meghalás művészete. Budapest: Filosz Kiadó, 2010.
Tenzin Wangyal Rinpócse: Az álom és alvás tibeti jógája. Budapest: Bioenergetic Kiadó, 2008.
Tibeti Halottaskönyv A bardó útmutatás nagykönyve, Hn.: Cartaphilus Könyvkiadó, 2009.
Tradíció. A Metafizikai Tradicionalitás Évkönyve. Debrecen: Kvintesszencia Kiadó, 2005.