

Rüdiger Dahlke:

A MANDALÁK VILÁGA

Egzotikus kalandozás a mandalák segítségével a világban és önmagunkban

* * *

Különleges meditációs- és kifestőkönyv

* * *

Fordította: Zornánszky Károly

Lektorálta: Kisfaludy György



A mandalák világa az a könyv, amit kifesthet, ami mellett ellazulhat, meditálhat.

A mandala kört jelent. Minden körnek van középpontja – és ennek elérése a cél. Ez a könyv – egy "csináld magad!" – kifestőkönyv. A szerző a különböző mandalaformákkal ad keretet, és arra buzdít, hogy használjuk fel saját belső mintáink felfedezésére a mandalák világát, foglalkozzunk velük, formáljuk őket. Ugyanakkor egy különleges utazásra is hív, végigkísérve az olavasót a nyugati katedrálisok világától – a keleti templomokon át – egészen az indiai rítusokig.

E könyv segítségével "megélheti" önmagát, átélheti belső világának titkait.

Tartalom

A MANDALÁK VILÁGA 1

Tartalom 3

ELŐSZÓ 5

ÚTMUTATÁS 10

ELŐTÖRTÉNET 12

A VÁLASZTÁS 14

A PARADOXON 15

A SZIMBÓLUM 18

A MANDALÁK VILÁGA A VILÁG MANDALÁI 20

*A VÖRÖS FONÁL – AHOGY KINT, ÚGY
BENT 29*

KÉRDÉSEK 34

VÁLASZOK 35

AZ EMBER ÉS A KÖZÉPPONT 37

A MANDALA EREDETE 39

TEREMTÉSTÖRTÉNETEK 42

AZ ŐSPONT 47

MEDITÁCIÓ 50

A MANDALÁK HAZÁJA 54

*A MANDALÁK VIRÁGKORA AZ EMBER
VÁLSÁGKORA 55*

*SEGÉDESZKÖZÖK, AMELYEK A KÖ-
ZÉPHEZ VEZETNEK 62*

MANDALATÖRTÉNETEK 65

ÁLDOZAT 77

AZ ELÉGETÉS SZERTARTÁSA 80

*A KÖZÉP KÖRÜLI TÁNC, ÉS AZ INTEL-
LEKTUS MINT NÉZŐ 88*

A KERÉK 91

A RÓZSAABLAKOK VILÁGA Koro- kat és kultúrákat összekötő szimbolika 94

A SZÍNEK VILÁGA 123

A SZÍNEK SZIMBOLIKÁJA 135

A SZEMMANDALA 142

A FORMÁK VILÁGA 150

A SZÁMOK VILÁGA 150

GYÓGYÍTÁS RÓZSÁKKAL 160

FANTÁZIAMANDALA 164

MEDITÁCIÓ 165

A RÓZSA 174

A LABIRINTUSBELI UTAZÁS 178

A PONTOK MEDITÁCIÓJA 181

HAZATÉRÉS – VISSZATÉRÉS 197

A MEGFORDULT IDŐ 199

ILLÚZIÓK 200

A TERMÉSZET MANDALÁI 209

☞ Hiba! A könyvjelző nem létezik.

A BENNÜNK LÉVŐ PÓK 213

MEDITÁCIÓ 229

LÁTÁSGYAKORLATOK 251

A FÉLELEM ÉS AZ ÁRNYÉK VILÁGA 260

A MANDALA AZ INDIÁNOK VILÁGÁBAN 264

NAP-SZÍN-ÓRA 273

A RÍTUS VILÁGA 280

EGY MODERN GYÓGYÍTÓ RÍTUS 292

AZ ENERGIA SZINTJEI 298

MANDALAJÁTÉKOK 304

MEDITÁCIÓ A KATEDRÁLISBAN 305

FIGYELMEZTETÉS 360

HÓPELYHEK 360

TÉR AZ ÖN MANDALÁINAK 365

ELŐSZÓ

Egy kör igazi közepe egy pont. Egy pontnak azonban se kiterjedése, se fizikai helye nincs. Így a pont mind az érzékelésünk, mind a képzelőerőnk számára megfoghatatlan. Nem a mi világunkból való, mert a mi világunkban mindennek van kiterjedése és dimenziója, mert a világ: forma. A pont viszont egy másik létezési rendbe tartozik, a világon túl létezik, a szó szoros értelmében metafizikai. Egységet, egészséget, tökéletességet szimbolizál, így minden kultúrában és korban Isten szimbóluma.

A pontban benne van minden, de csak mint lehetőség, mint megvalósulatlan állapot. Kör és gömb születik belőle, ezek a pont megjelenési formái. Ami a pontban még metafizikai lehetőség, az a körben és gömbben formára lel.

A kör a pont plusz dimenziója, így a kör a középpontból él, az határozza meg, akkor is, ha ez számunkra megfoghatatlan. A pont és a kör – az Isten és a világ – az egy és a sok, a megnyilvánulatlan és a megnyilvánult, a tartalom és a forma, a metafizikai és a fizikai – fogalmi párok, és ugyanazt jelentik. Hasonlatként a mag és a kifejlett növény viszonyára gondolhatunk. Fel kell ismernünk, hogy a kicsiben, a részben bennfoglaltatik az egész, mert nekünk, embereknek a megismeréshez mindig szükségünk van a dimenzionalitásra (vagyis a térbeli kiterjedés szempontjának fi-

gyelembevételére). Azért kell az embernek a látható formák világa, hogy felismerje benne a Láthatatlant. Azért van szükségünk testre, hogy tudati tapasztalatokat szerezhessünk. A látható világ a transzcendenciával (azaz a tapasztalatfeletttel, az érzékfeletttel, a nem anyagival) való kapcsolatfelvétel eszköze. Isten a világ által nyilatkoztatja ki magát a – mondják a keresztények, míg a buddhista így fogalmaz: a nirvána és a prakriti azonos. Ugyanígy vélekedik a szufimester, Ibn Arabi is, amikor azt mondja: "Bizonyossággal nem létezik semmi más, mint Isten, a Legfelsőbb, az ő tulajdonságai és az ő cselekedetei. Minden az övé, minden tőle származik, és felé halad. Ha csak egy szempillantásra is elválna a világtól, úgy a világ abban a pillanatban eltűnne. A világ csak úgy maradhat meg, hogy ő fenntartja és megőrzi. A lényéből áradó fény pedig olyan hatalmas, hogy túllépi felfogóképességünk határait, és mi csak a teremtetését ismerhetjük fel, amely őt elfedi." (*Ibn Arabi: Utazás a hatalom urához*)

Az Isten és a világ, a valóság és az illúzió azonossága egy nagy titkot rejt magában, amely mellett sokan túl gyorsan elmennek. E paradox összefüggés helyes ismerete két extrém viselkedésmódtól óvhat meg bennünket:

Vagy elveszünk az anyagi világban (materializmus), vagy megkíséreljük a menekülést a formák világából, abban a tévhitben, hogy a spiritualitást a világon kívül találjuk meg. De a világból nem menekülhetünk, hiszen az csak a tudatunkban létezik. A világot fel kell tehát használni a Középponthoz vezető úthoz; a megváltáshoz. A világ felhasználása azt jelenti, hogy élünk benne, tudatosan megküzdünk vele, tán-

colunk, dolgozunk, játszunk, és e tevékenységeket segédeszközként használjuk fel a pont megtalálásához, amelyben egyesül a sokféleség.

A világ törvénye a mozgás, a Közép törvénye a nyugalom. A világban az élet mozgás, aktivitás, tánc. Életünk állandó tánc a Közép körül, állandó körözés a láthatatlan Egy körül, akinek mi – mint kör létünket köszönjük. A Középpontból élünk akkor is, ha nem tudjuk érzékelni, csupán vágyunk rá. Ahogy a kör nem feledheti eredetét, úgy mi is vágyunk a Paradicsom után. Akármit teszünk, azért tesszük, mert a közepet keressük, a mi közepünket, a Közepet: a megnyugvás pontját.

Minden tevékenység mögött ott áll a változás utáni vágy, és benne nyilvánul meg a mindenkori helyzetünkkel való elégedetlenség. Amíg ember van a világon, mindig cselekedni, mindig változtatni fog, hisz a világon nem lehet tartós az elégedettség. Csak a Közép elérése, a Pontba való belépés vált meg, szabadít meg az elégedetlenségtől. De hol található ez a Pont? Sehol, hiszen nincs helye – mindenütt, mert ő minden lét alapja. Meg kell tanulnunk meghúzni köreinket, egyre szorosabbra húzni azokat, míg egész életünk nem forog körülötte; a Pont körül.

Nem véletlenül jelenti az ógörög "vétkezni" egyidejűleg azt is: 'elvéteni a pontot'. (Magyarul szintén! *A fordító.*) Elvéjtük a közepet, s bűnben élünk, mert kivá-lunk. Ezt a különválást kell megszüntetni, ezt a szakadékot kell áthidalni.

A láthatatlan Közép körüli szakadatlan körözés életünk alapmintája. A tánc eredetét tekintve: rituális történet. Az emberi élet rituális ábrázolása. Ezért lehet a tán-

cot, mint segédeszközt, misztikus tapasztalatok szerzésére felhasználni, ahogy ezt például a dervisek teszik De az általunk jól ismert rítusok mögött, – pl. amikor a pap körmenetkor körbejárja az oltárt – ugyanaz a szimbólumtartalom rejlik: *a közép körüli tánc*.

Ebben a könyvben is egy szertartásról van szó. Ez a könyv elsősorban nem olvasásra való, hanem olyan könyv, amely arra szólít fel, hogy rituálisan járjuk körbe a Közepet. Tehát ez egy szokatlan könyv – többet akar, mint hogy elolvassuk és megértsük –, élményekhez akar juttatni, tudati folyamatokat akar kiváltani. A *kifestő-könyv* megjelölés csak akkor lesz jogos, ha festésen – szertartást értünk, egy örök érvényű ősminta mikrokozmosz követését. Minden cselekvés jelentéktelen és értelmetlen marad, míg azt nem rítusként fogjuk fel. Csak miután tudatosan bennünk, hogy minden emberi cselekvés formába öltött kifejezése a mögötte rejlő tartalmaknak és mintáknak, kezdjük életünket mint rítust felfogni. Akkor egy csapásra felismerjük, hogy egyáltalán nem az a fontos, hogy *mit* teszünk, hanem egyes-egyedül az, hogy *azt hogyan* tesszük. A zen-szerzetesek olyan "egyszerű" tevékenységeket, mint az ülés, a menés, a teázás, a nyilazás – tesznek rítussá, és ezáltal útjuk segédeszközévé.

E könyvnek nem az az elsődleges célja, hogy a képeket szépen kifessék benne, hanem az, hogy valamit olyan tudatosan tegyenek, hogy felfedezzék a részben az egészet.

Rüdiger Dahlke szemügyre vette a legkülönbözőbb megjelenési formákat, és egyszer csak mindenben a lét ősformáját, a mandalát látta. Ebben a könyvben meghívja Önt ennek átélésére, önmagában való tevőleges kialakítására. Noha mindannyian mindig a Közép körül táncolunk, mégis meg kell tanulnunk egyre tudatosabban átélni ennek a táncnak a törvényeit, és ez a könyv sokat segíthet ebben.

Elég a szavakból, ideje, hogy továbbhaladjunk

München, 1984. november

Thorwald Dethlefsen

ÚTMUTATÁS

Ez a könyv, amit Ön éppen felütött, még egyáltalán nem befejezett! Legtöbb társával ellentétben meg szüksége van az Ön együttműködésére ahhoz, hogy igazi tartalmát és formáját megtalálja. Igen, Ön ezzel a könyvvel egy útb kezdett bele.

Ez az út sem egyenes vonalban megy az elejétől a végéig, hanem körökben és spirálokban tekereg egy Közép körül, a körül a Közép körül, ami az Öné is. E könyv útja közeledik majd a Középhez, aztán eltávolodik tőle, megérinti és újra elveszíti azt, körbe fog forogni – a mandalának megfelelően. Ha Ön együtt forog vele és követi a spirális fordulatokat, nem szédül el. Ha azonban ellenáll 'a Közép körüli tánc'-nak, kellemetlennek találja majd ezt a szembeszegülést, elszédül talán még utat is téveszt.

A külső út elméletből és gyakorlatból – itt mindenekelőtt festő- és meditációs gyakorlatokból – áll. Amikor valami festenivaló lesz, Ön mindig a következő jelle

bukkan:  Az ilyen és másféle gyakorlatokra utalást egy oldalsó vonallal jelöljük, úgy, ahogy Ön e mellett a rész mellett is látja.

A mandalák kifestésénél különböző anyagokkal kísérletezhet: rosttollal vagy színes ceruzával, olajkrétával, akvarell-, fedő-, akril- vagy olajfestékekkel különböző színeket keverhet kedvére. Néhány eljárás, mint pl. a rosttoll vagy az akril különösen alkalmas a ragyogása miatt arra, hogy alapját képezzék mandalák optikai utazásainak. Vagy ha vízfestéket használ, akkor nagyon lágy mandalák keletkeznek. Különösen partnermandalák esetében alakulhatnak ki ilyen technikákkal elmosódások és kölcsönhatások

Javasoljuk, hogy a könyvben csak színes ceruzával, akvarell- vagy zsírkrétával "fessen". A víz- és olajfesték árthat a könyvnek, a rosttoll átüthet a következő oldalra, veszélyeztetve az Ön továbbhaladását az úton. Ezeket a technikai megoldásokat a pótcsomag különálló lapjainál viszont bátran alkalmazhatja.

ELŐTÖRTÉNET

Nem az a szándékom, hogy itt és most a mandalákról szóló összes tudnivalót Ön elé tárjam. Ahol felbukkan az információ, ott a könyv arra akar ösztönözni, hogy ebbe az irányba mélyüljön el. Néhány nagy tudásterületet csak érinteni fogunk, másokat egészen elhagyunk, és megint másokat csak távolról tekintünk át. Így azután nem is fontos minden biztatást megfogadni, még csak nem is kell mindet érteni! Ennek az útnak nem a megértés a célja, hanem a mandalák *megélése*.

Ez a könyv tehát vezérfonal szeretne lenni – egyeseknek talán Ariadné-fonal a személyes labirintusban –, egy vezérfonal a saját mandalához, a világegyetem, mint mandala, megtapasztalásához.

Amennyire szükséges, szavaim kísérni fogják az útját, de ennél sokkal fontosabb az Ön készsége arra hogy tapasztalatai előtt megnyíljon, hogy útját megtalálja és a játékot velem játssza.

Legyen ez a könyv tényleg több, mint egy könyv, legyen ez egy játék! Aki úgy véli, hogy túl öreg, és már kinőtte a kifestőkönyveket, fel kellene hogy tegye a kérdést: az "út"-hoz és az "élet"-hez nem öreg-e már?

Játszani egyáltalán nem olyan könnyű. A legtöbb felnőtt már rég elfelejtett játszani, és ezt most szándékosan tenni fárasztó, hiszen akár a meditációt, a játékot is a

szándéktalanság élteti. Ezért is érzik a gyerekek gyakran úgy, hogy a felnőttek sürgősen bonyolítják, sőt zavarják a játékukat. Idővel nyilvánvalóan és kifejezetten játékrontóvá válunk.

A meditációban és a játékban van valami közös. Mint ahogy a szó jelentéséből kiderül, a meditációnál a középről van szó, és a legtöbb játék is a közép körül forog. Legalábbis a gyerek a saját belsejéből játszik, s ezért merít annak a szinte határtalan energiájából és örömeiből. Az olyan játékokban, mint a körtánc, a kötélugrás, a hullahopp-karika, a pörgettyű – megnyilvánul ez az elv. E dolgok persze már mögöttünk vannak, de ha jobban mögéjük nézünk, azt látjuk, hogy a felnőtteknek is örömük telik a középpont körüli táncban, csak ők ezt megnehezítik. Vegyünk például egy vidámparkot! Ugyanaz az elv mindenütt. A bonyolult járművek részegységei is visszavezethetők a körhintára, hisz a közepük körül forognak. Aki magát e játékhoz túl felnőttnek tartja, az legalább a céllövöldében megpróbál a közepébe találni, vagy baráti körben találkozni. Sok táncban játszik a tömeg forgatónyomaték szerepet a középpont körül – legkifejezettebben a keringőben. Nem véletlenül ez a legidőtállóbb tánc, mert mind a gyerekek, mind a felnőttek egyformán élvezik a közép körüli forgást.

Ezeket a helyzeteket ábrázolják az úgynevezett mozgó mandalák.

A saját, belső mandalát újra beindítani: ez a szándékom, s ebben – mint egyébként minden könyv esetében – semmit sem tudok igazán tenni az olvasóért, amit az maga nem hajlandó megtenni. A mandala-könyv ezt különösen jól igazolja, hiszen

először elég unalmas és színtelen, s az is marad, ha Ön nem fekteti bele a saját energiáját, s nem teszi a saját könyvévé. Ha viszont ezt megteszi, akkor már visszatükrözheti az Ön belső sokrétűségét és színességét, és így az Ön, legegényibb és legsajátabb könyve lehet – esetleg az első azok közül, amit Ön alakított ki önmagának

A VÁLASZTÁS

Ha a mandalák "idegen", kifestőkönyv jellegű felépítése taszítja, ha azt korlátozónak érzi, tudatosítsa a helyzetet: ez a mi alaphelyzetünk. Folyton látszólag külső – idegen helyzetekkel találjuk szemben magunkat, melyek mint külső szabályok, előírások, kényszerek, törvények bukkannak fel. Amellett, hogy leküzdjük őket, fennáll az a lehetőség is, hogy elfogadjuk, magunkévá tegyük, mint sajátunkat, elismerjük, s hogy végül átéljük azt az érzést, hogy mindez annak a beteljesedése, ami már volt, ami van, és ami lesz. Ez az út áldozatot követel. Már most fel kell áldoznunk azt az illúziókat, hogy lehetséges valami újat teremtenünk a saját szabadságunkból. Ez a felismerés kezdetben lesújtó lehet, de a maga teljes mélységében átélve: "csak" felszabadító.

Egy guru ezt a következő képbe foglalta: A kék égen vonuló fehér felhők családja két csoportba oszlik: az egyik oldalon a felhők nagy tömege meleg déli célt tűzött ki. Ők nagyon sokat szenvednek, amikor a szél északra, nyugatra vagy keletre

fújja őket A másik oldalon van egy kis csoport, amely felismerte, hogy az ő rendeltetése mint felhőé az, hogy a szél hajtsa.

Nekik nincs céljuk, illetve csak egy, az útjuk, a rendeltetésük: a szél követése – és így mindig harmóniában vannak önmagukkal meg a céllal. De a nap végén minden felhő ugyanazon a helyen van.

Ez a felhők és az emberek választási szabadsága.

A PARADOXON

Itt, most döntse el Ön, hogy egy olvasó- és szakkönyvet tart-e maga előtt, vagy egy tapasztalati és "cselekvési" könyvet. Ha az első változat mellett dönt – a következő mottó alapján: "Először átolvasom, aztán fesse ki a feleségem, neki több ideje van" –, nehéz helyzetbe hoz. Valószínűleg az lenne a legjobb, ha most, rögtön ez után a szakasz után, befejezné az olvasást, és átengedné valaki másnak, akinek van ideje tapasztalatot szerezni, mert azt, amiről tulajdonképpen szó van: "a középhez visszavezető utat" tényleg nem tudom leírni. Nekem van egy elképzelésem róla, és bátorságom e könyv megírásához abból a reményből táplálkozik, hogy ez az elképzelés átsüt a sorokon, kiszól a képekből és a gyakorlatokból. Abban bízom, hogy azok, akik engem ezen az úton el akarnak kísérni, magukban hordják ezt az elképzelést, és fokozatosan emlékezni fognak rá, amikor a bennem lévő ötlet találkozik és szövetkezik az

övékével. Az Egyetlen, a mandalák közepe – minden intellektuális elképzelés számára elérhetetlen, és mégis ott él mindnyájunkban. Nem találjuk meg sem az akaratunkkal sem az intellektusunkkal, noha mindkettő részt vesz az út megtételében, értelmet és feladatot kapnak – ebben a könyvben is –, csak, sajnos, nem elegendőek Nyelvünk – amely gondolkozásunk leggyakoribb kifejezője – sem könnyíti meg a középpont-hoz, a lényeghez vezető utat, ellenkezőleg; úgy tűnik hogy még messzebb visz tőle, mivel egyre jobban belebonyolít minket "az ezer dolog világába". És mégis, ezáltal, ezzel egy időben segít, mert minél jobban eltávolít bennünket az úttól, annál inkább odavezet aztán. Ez paradoxonként hat, az is, mégis igazabb, mint bármely más elgondolás. Képzeljük el a következő helyzetet:

Egy lökhajtásos repülőgéppel egyre inkább eltávolodunk a Föld mandalájának egy pontjától úgy, hogy amikor visszatérünk hozzá, annál közelebb jövünk, minél messzebb mentünk el – hisz nyilvánvalóan a mandalák világában élünk.



A SZIMBÓLUM

Nyugodtan rábízhatjuk magunkat a nyelvre – tudván tudva, hogy az indirekt vezet bennünket, hiszen képekből él. A képek és mindenekelőtt a szimbólumok – a kör, a kerék és a mandala – viszont már direkt vezethetnek minket, így elsősorban ezekhez fordulunk. Az intellektus is eljöhet az utazásra, neki is meglehet a maga öröme – bár a lényeg előtt értetlenül fog állni.

A szimbólum mindig mindent tartalmaz: tudniillik a polaritás mindkét oldalát. A "Ra" például rádiumot jelent anélkül, hogy különbséget tenne annak éltető és pusztító tulajdonságai között. Más szavakkal: a szimbólum nem zár ki, hanem behatol, nem húz határokat, mint a szavak és a számok. Így aztán nem is elégítheti ki az intellektust, hiszen az a *kizárásból* és a *megkülönböztetésből* él. A szimbólum a paradoxont rejt magában, és ezért igazabb, mint minden más a Májá világában, a látszatvilágban. Tudatosan közeledünk a szimbólumhoz: a kulcs olyan közel van, hogy bálisnak tűnhet ilyen egyszerű dologgal foglalkozni, és mégis minden ilyen egyszerű.

"Amikor Isten a teremtetést az egyből megalkotta, a kezében tartotta minden teremtetthez a kulcsot. Az ember feladata az lenne, hogy ezt a kulcsot megtalálja. Hogy a dolog még izgalmasabb legyen, Isten a lehető legjobban el akarta rejteni, és megkérdezte égi tanácsadóit, akik adtak is neki mindenféle tanácsot egészen a Holdig. Isten azonban így szólt:

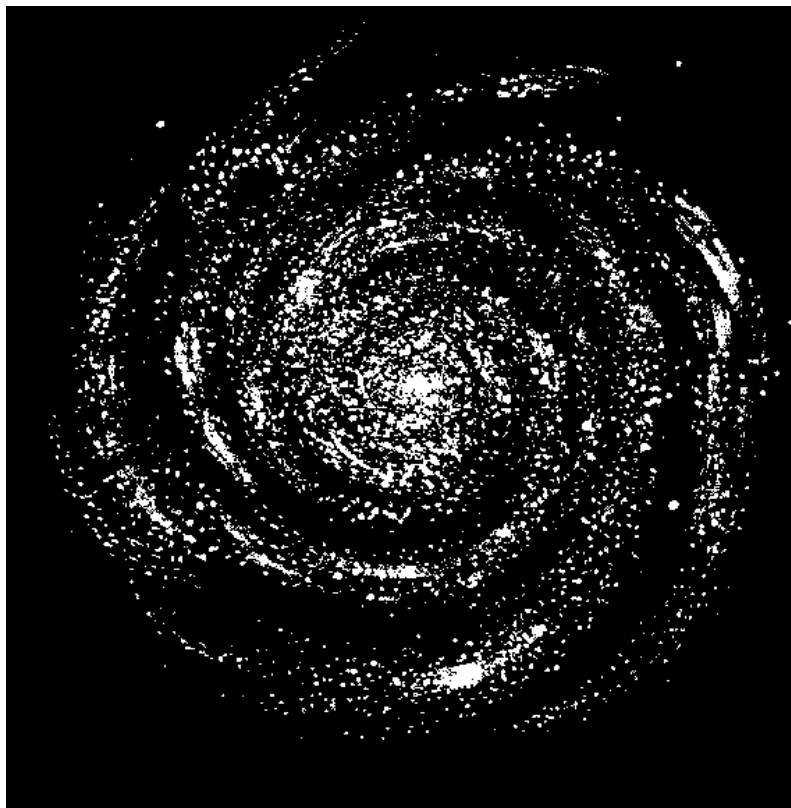
»Én mégis inkább egészen közel és egészen távol rejtem el, oda, ahol legutoljára fogják keresni.« És az ember legközepébe rejtette el."

Miközben messzire fogunk utazni – különféle kultúrákon és korszakokon át –, mégis mindig erről a közéről lesz szó, minden a Közép körül fog forogni. Mindenféle helyeken és a legkülönbözőbb köntösökben fogunk vele találkozni, s mégis mindig ugyanaz lesz – az egyetlen Közép. Nem árt, ha egy időre beleveszünk az idegenbe. Emlékezzünk a tékozló fiú példabeszédére: minden út visszavezet. Mi is át fogjuk élni, hogy minden utazás, az összes gyakorlat és tapasztalat mindig az Egyhez vezet vissza.

A MANDALÁK VILÁGA A VILÁG MANDALÁI

A formákat és szimbólumokat, amelyekkel ezen az úton találkozunk, egyre könnyebb lesz – mint sajátunkat – újra felfedezni, hiszen ezek a struktúrák univerzálisak Senki-éi és mindenkiéi – a teremtés alapkövei, mindennek a részei, és ugyanakkor maga az egész. Az Univerzum maga is egy mandala a különböző dimenziók számtalan mandalájából.

Itt egy ködspirál.

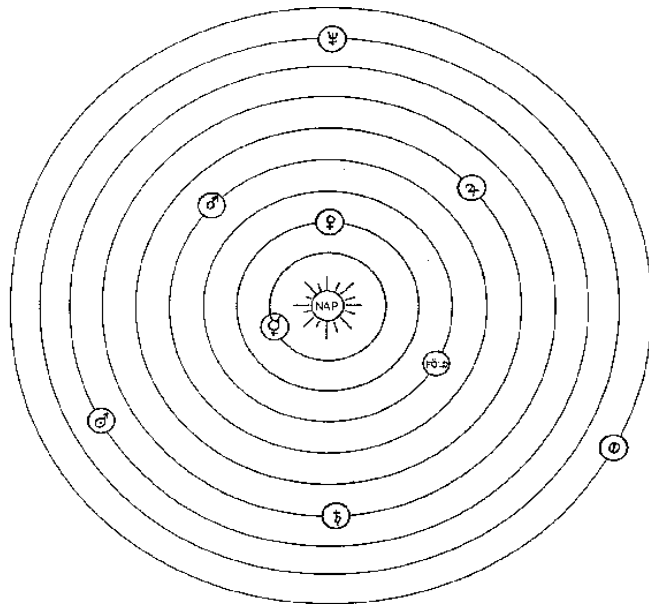


Minden mandala egyben egy univerzum is – mint az ige mondja:
az Egy és a Különböző.

Vagy:

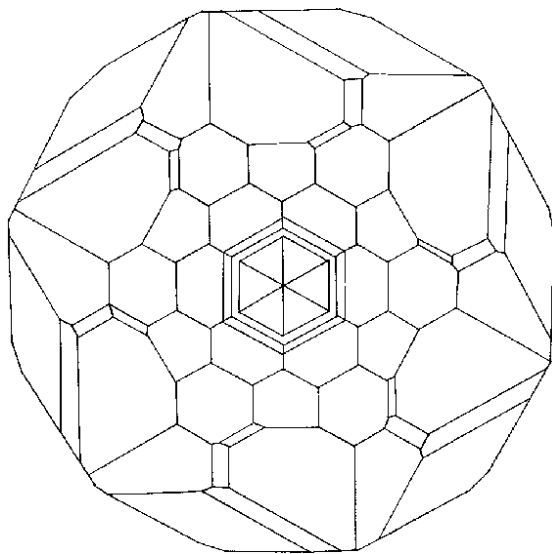
az Egyből nő ki a sokféle. Minden sokféle mögött az EGY van.

Szűkebb *Univerzumunk*, a naprendszerünk is egy mandala.

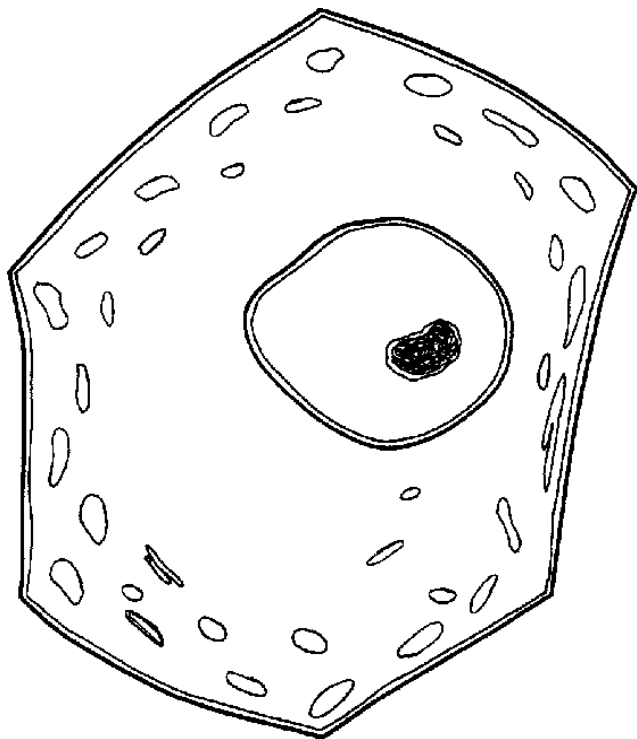


Mint már láthattuk, Földünk is egy mandala. Csökkentjük a mértéket, világtengerekre lelünk, és azok építőkövei, a vízcseppek szintén mandalák. A szilárd szerkezetek, a szárazföld és a hegységek ásványokból vannak teremtvé, s a kristályok ezek építőkövei. A kristályok pedig mandalákat képeznek.

Itt egy ilyen kristálymandala.

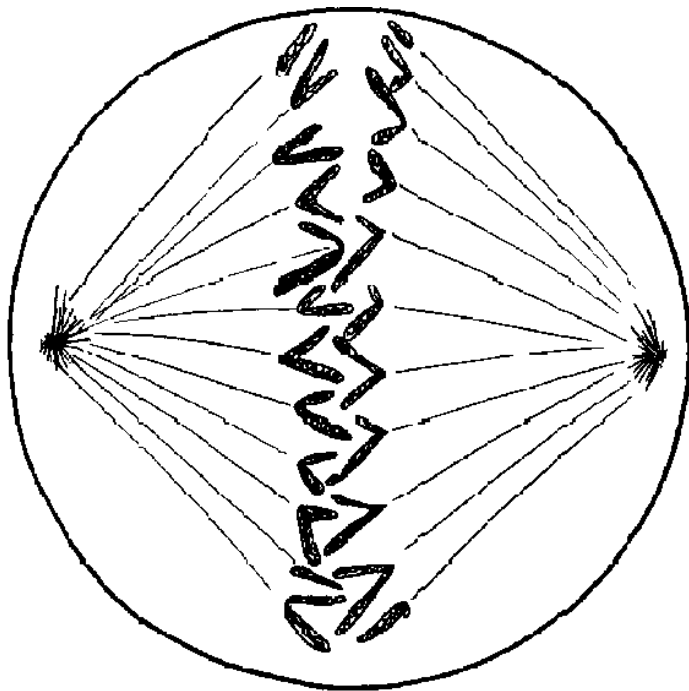


Minden, ami él – növények, állatok és emberek –, sejtekből áll, és minden sejt egy mandala.

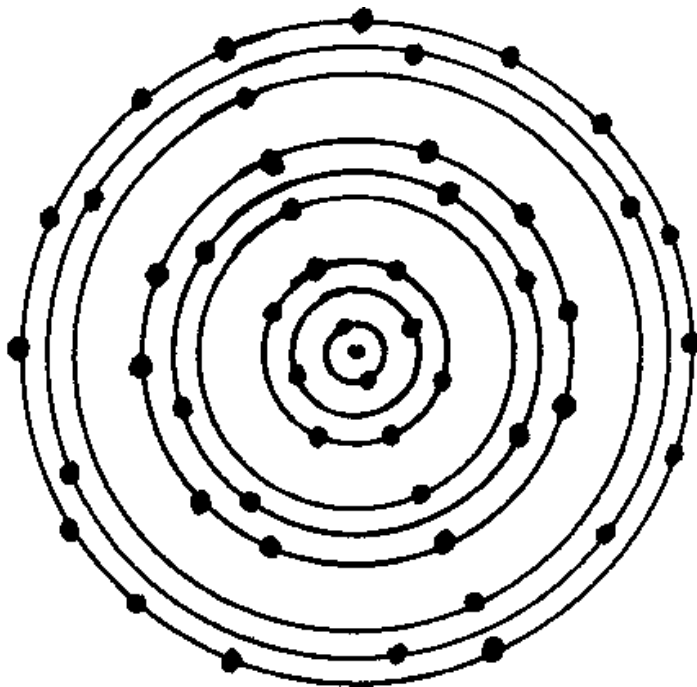


Minden sejtnak van egy magja, és az egy mandala. Ennek a magnak az osztódása két új sejtmandalához vezet. Így nő a mandalák élővilága.

Íme egy sejtmag az osztódásnál.



Minden sejt és kristály, meg egyáltalán minden ezen a bolygón atomokból áll, és minden atom egy mandala.



Az atom után már túl kicsi lesz a mérték, és így nem ismerjük fel a további struktúrákat. Hasonlóan járunk, ha a dolgok túl nagyok lesznek. Még nem is olyan régen ismeretlen volt számunkra az atomok mandalastruktúrája és tovább, visszafelé a sejt meg a ködspirál. Nem is létezett volna ezért?

De egészen biztosan létezett – a gótikus rozettákban, a rózsablakokban ábrázolva már megtaláljuk, sőt létezett korábban is, mint az alább látható kelta motívum mutatja.



A VÖRÖS FONÁL – AHOGY KINT, ÚGY BENT

Akárhova is hatolnak be modern kutatásaink, mindig "csak" ugyanarra az alapmintára lelünk, amit magunkban is megtalálhatunk. *Ahogy fent, úgy lent – ahogy kint, úgy bent.* Ezt az időtlen ezoterikus törvényt nemcsak a világban, de a mandalában is megélhetjük, hisz mindenekelőtt a saját élményről van itt szó. Témánk megkönnyíti ezt az átélést. Igazából nehéz a mandalába úgy belemélyedni, hogy az ne érintsen meg minket. Éppilyen nehéz egy gótikus katedrális rozettáját anélkül megtekinteni, hogy az ne hasson ránk, vagyis: majdnem lehetetlen mandalákat készíteni anélkül, hogy ne induljon meg belülről az ember. A mandala mozgás, az élet kereke, az univerzum leképezése, mindig egy központból indul ki, kifelé törekszik, s a sokféleségből egyidejűleg halad egy Közép felé. Ezt az alapmintát minden ember felismeri, mert magában hordja. Könnyű az embernek megnyílnia e megértés felé, és mi most ezen a könnyű úton fogunk haladni.

Ha ezt a könyvet a magáévá teszi, ha ezen keresztül akarja keresni az útját, akkor mostantól fogva már "csak" arra kell ügyelnie, hogy a tartalom és a forma összhangban maradjon.

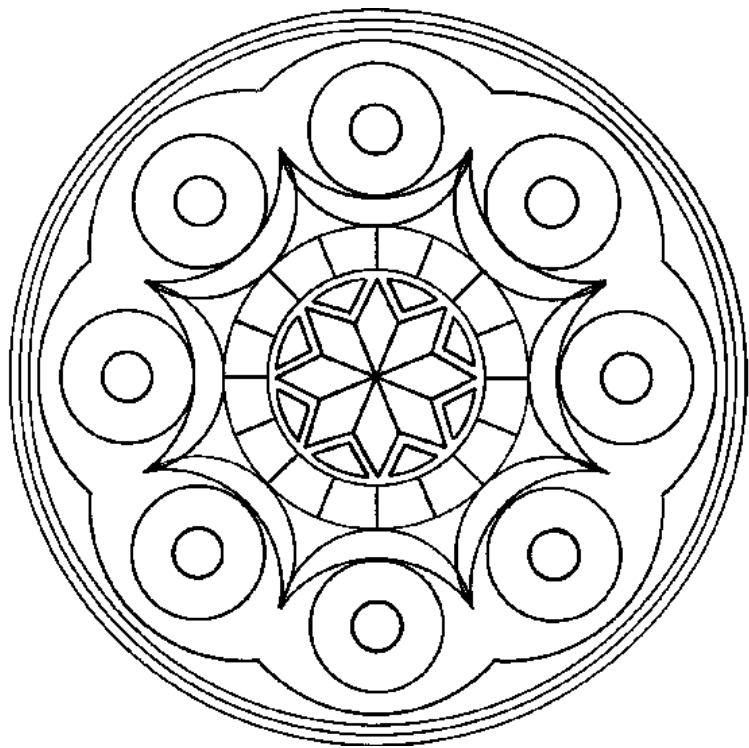
Vegye a soron következő feladatokat tényleg úgy, ahogy jönnek: ne értékelje őket. ("Ez nekem túl gyerekes. Ez nekem túl játékos.") Nem tud eléggé "gyerekes" és "játékos" lenni.

Ne próbáljon meg ügyeskedni, mandalákat kihagyni vagy átugrani. Ehelyett haladjon lépésről lépésre a könyv labirintusán keresztül, tudatosan festve, olvasva, alakítva azt, ami maga is egy mandala, és fonjon így belső útvesztőjébe egy vörös fonalat.

Fesse hát bele az útját ebbe a francia útvesztőkertbe! És élje meg a rövidítések, a javítások, az utak és a kerülők jelentőségét!



Fesse ki a mellékelt fantáziamandalát belülről kifelé. Kövesse spontán ötleteit és elképzeléseit, ami a színt és anyagot illeti. Az előrajzolt alakzat vagy támpontként és útmutatóként szolgálhat. Még ha tökéletlennek vagy hibásnak tűnik is, először fogadja el, és tapasztalja meg, hogy mi lesz belőle. Ahogy a rajzmintalap technikailag tökéletlen lehet, éppúgy lehet az Ön kivitelezése is technikailag hiányos – engedje meg ezt magának –, itt nem a technika a fontos. A mintákat szándékosan nem szakemberek készítették. Ön is mondjon le arról, hogy átengedje a szakértőknek a kivitelezést; **MAGÁRÓL** van szó.



KÉRDÉSEK

Gondoljon vissza még egyszer arra, hogyan festette ki – valószínűleg első – mandaláját, és hogyan élte meg önmagát eközben!

Nézze meg, hajlamos-e arra, hogy a megadott struktúrákon és határokon belül maradjon, átlépi vagy berzenkedik ellenük!

Megengedi-e magának, hogy hibákat kövessen el?

Vagy haragszik ilyenkor magára?

Vagy keres magának valakit, akin kitöltheti az elégedetlenségét?

A központból indul szívesebben vagy inkább kívülről? Vagy máshonnan?

Hagy időt magának? Vagy hajtja magát?

Milyen szintet használt?

Tetszik a műve? Vagy elégedetlen vele?

Magára ismer benne? Lenne kedve felismerni önmagát egy képében?

Van kedve tovább csinálni? Vagy már sok volt?

Megpróbálja egészen tudatosan, hogy önmagával legyen? És mindenekelőtt őszintén?
Kit tudna egyáltalán áltatni önmagán kívül?

VÁLASZOK

Mint már bizonyosan sejti, a mandala számtalan kérdésre tud válaszolni. Kérdésekre Önről, Istenről és a világról. Mindent kiolvashat belőle, ha már lesz hozzá szeme. Teljesen mindegy, hogy azt, ami érdekli, a horoszkópból, a kávézaccból, a Ji Csingből, az öröklési szubsztanciából (DNS) vagy egy mandalából olvassa ki. Csak tudnia kell, hogy hogyan. Az első mandala után még nem fogja tudni, de minél intenzívebben foglalkozik a mandalákkal, annál inkább kifejlődik Önben a látás, az értelmezés képessége. Ezt a folyamatot még csak feltartóztatni sem tudja. És ez a képesség, amelyben az intellektus és az intuíció részt vesz, se jó, se rossz... végül is itt nem ez az érdekes! Jóllehet, természetesen örülnénk, ha többet tudnánk, mint a többiek, és

jobb lenne az áttekintésünk. Minket sokkal inkább a valódi áttekintés érdekel, az út a Létezőhöz, bár ez eleinte kevesebb örömet szerez, sőt meredeknek és keservesnek is tűnhet.

Ha a mandalával foglalkozunk, akkor egy *tökéletes* formával van dolgunk. Ha valóban átadjuk magunkat ennek a foglalatosságnak, akkor az ki fog hatni a tökéletességünkre, még ha ez kezdetben külsőleges is. Valami hasonlót tapasztalunk a hatha jóga testi gyakorlatainál is, amelyek úgy keletkeztek, hogy a fejlett emberek ilyen testtartásokat vettek fel spontán, mert a tökéletes belső tartásnak ezek feleltek meg. Ezért nem rossz a ma megkezdett fordított út sem. Az ember egy tökéletes külső tartást (ászana) vesz fel, abban a reményben, hogy a hozzá tartozó belső majd ennek megfelelően változik. Valóban: maga a lótuszülés mint testtartás – mindenki kipróbálhatja – harmonizálóan hat a testre és a szellemre.

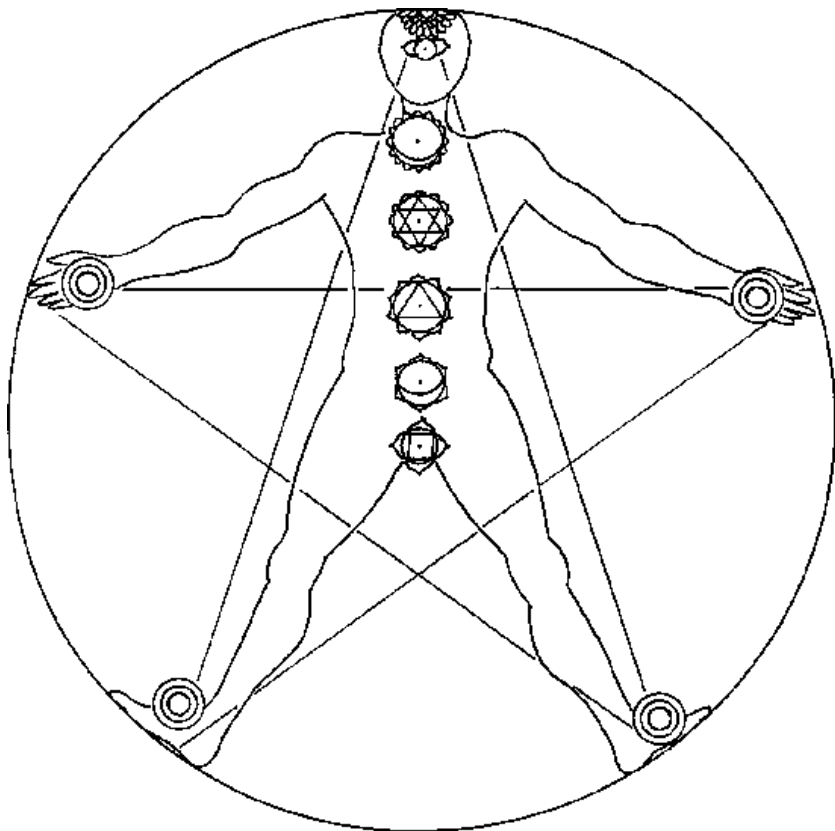
Ha tehát egy mandala ábrázolásával foglalkozunk, úgy annak tökéletes struktúrája hasonlóan hat majd a mi struktúránkra.

AZ EMBER ÉS A KÖZÉPPONT

Az emberi test sejtekből áll, az pedig atomokból van felépítve. Testünk tehát végeredményben számtalan mandalából tevődik össze. De azt, mint egész is, mandalaként foghatjuk fel. Kitárt karokkal és lábakkal az ember egy ötágú csillagot képez, és minden csillag egy mandala. Minden embernek, mint csillagmandalának, van egy jól kivehető közepe, és mindannyian szüntelenül keressük azt. Valamikor meg fogjuk találni.

A középpont – akár érezzük tudatosan, akár nem – felismeri azt a mandalastruktúrát kívül, ami lényével azonos.

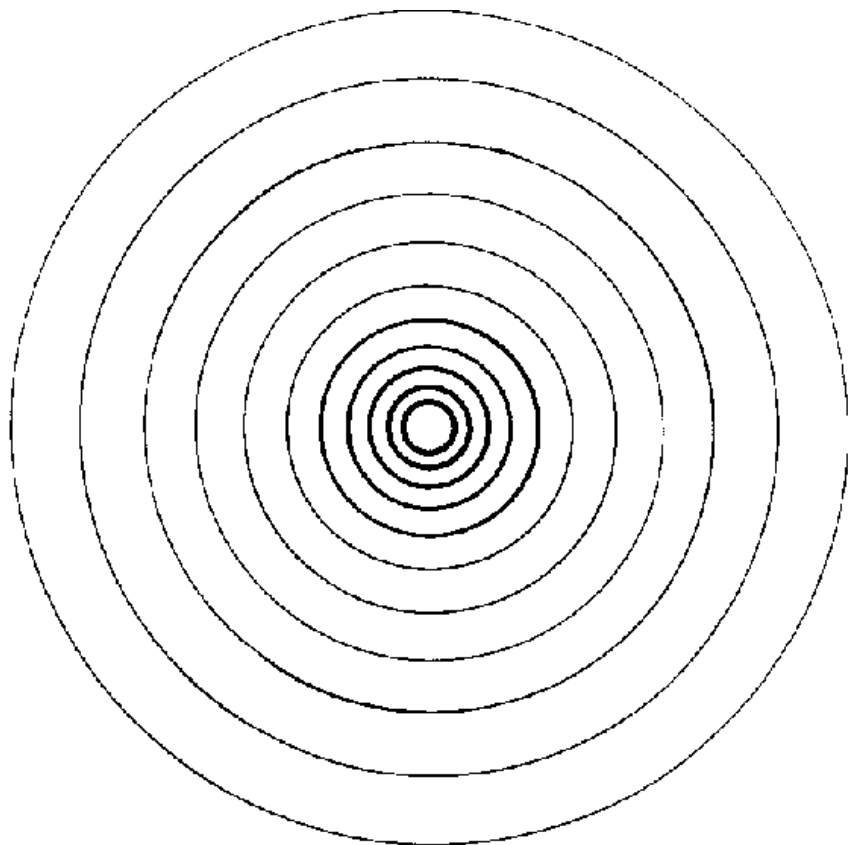
Középpontunk tudatos élménye leírhatatlan boldogság: ez minden *meditáció* célja. Végző soron minden meditáció egy saját középpont körüli keringés – és így egy mandala, s minden mandala egy saját középre való emlékezés – és így meditáció



A MANDALA EREDETE

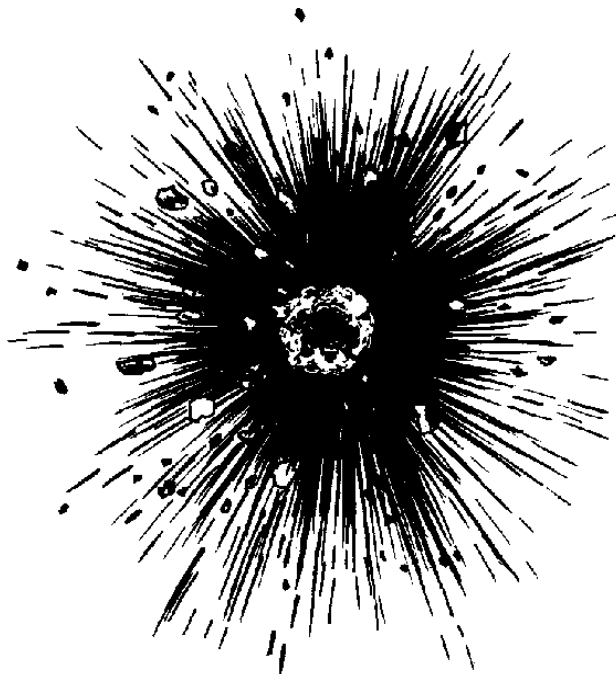
Nehéz a mandala történetéhez bármit is hozzátenni mert a történet időt feltételez, a mandala viszont – ahogy az alakja ezt nekünk majd megtanítja – lényegében időn és téren kívüli. A mandala története mint minden rendes történet a keletkezéssel kellene hogy kezdődjön. De már itt kérdésessé válik. A mandala nem sorolható be az időbe, alig lehet az időben tanulmányozni, folyton arra hajlik, hogy bevonjon minket a középebe, és ott, a *középpont*ban bizony megszűnik a tér és az idő.

Megkísérhetjük természetesen a mandalák első felbukkanásának idejét meghatározni, de ez is nehézségekbe ütközik, hovatovább lehetetlen: egy meteorit becsapódása az őstengerbe például lehetne egy nagyon korai mandala.



Be kell vallanunk: a mandala idősebb mint mi magunk. Igen olyan idős, mint a teremtés. Nem azt mesélik tudósaink, hogy az egész egy ősrobbanással kezdődött?

És egy robbanás képe nem egy mandala?



TEREMTÉSTÖRTÉNETEK

A tudósaink valóban utána tudnak mérni, hogy univerzumunk az ősrobbanás óta szakadatlanul csak terjeszkedik. Még meghökkentőbb, hogy ezzel a hindu hagyományok már évezredek óta tisztában vannak. A teremtést Brahma légzésritmusaként írják le. Aki be- és kilélegzi, állandó váltakozásban keletkezteti és elmulasztja azt.

Ha e tudósítás ciklikus jellegét nézzük, megállapíthatjuk, hogy a Védák még messzebbre tekintenek, mint a mi modern tudományunk, mert a teremtésben minden ciklusokban fejlődik.

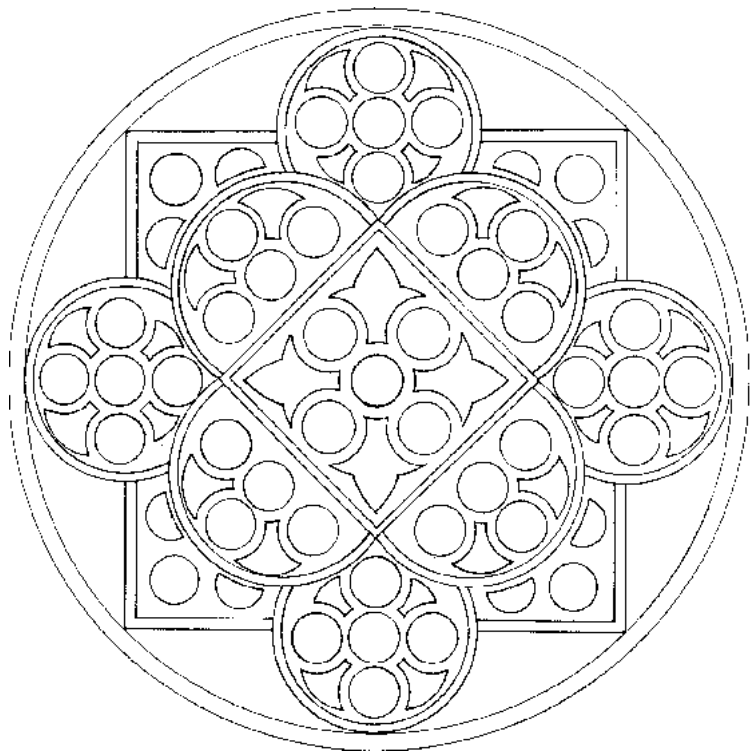
Ha más teremtésmítoszokat veszünk szemügyre, mindig ugyanarról van szó, csak azt más szavakkal fogalmazzák meg, ezen nem kell csodálkoznunk, hiszen a sok nyelv ellenére csak *egy* igazság van.

A János evangéliumában ez áll: "Kezdetben vala az ige." Az indiai vallásban ez a Hang volt. A szó mögött is egy hang van és amögött egy mandala, mert ott is egy centrumból terjednek szét – gömb formában – a hanghullámok, és így ugyanaz a kép keletkezik, mint a vízbe dobott kő esetében – csak ami ott idő, az itt tér.

Más mítoszokban minden a fénnel kezdődik. Nos, minden szikra, minden fény egy mandala hiszen azok rezgései is egy középpontból terjednek szét *minden irányba*.

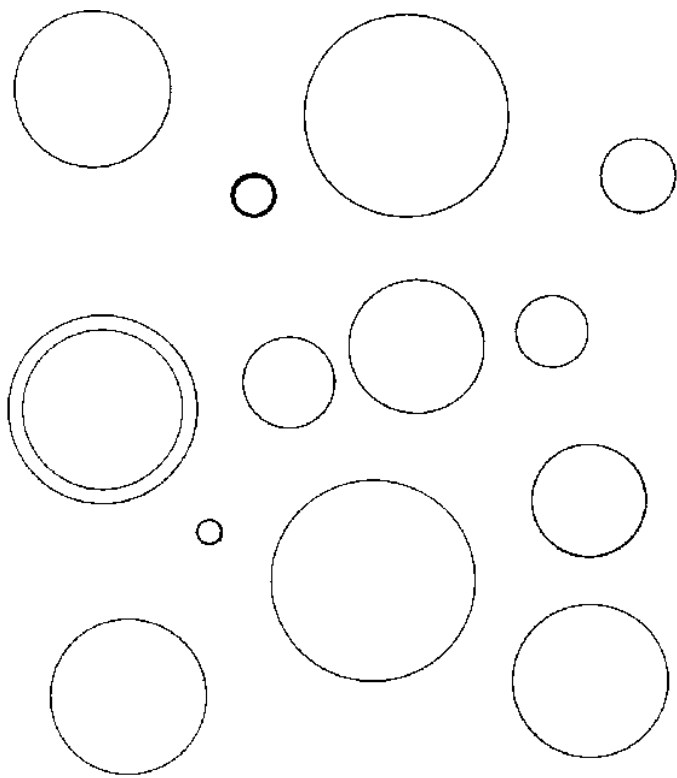
Differenciált teremtéstörténetet ábrázol sok gótikus rozettaablak is – szimbolikus képek segítségével. A gótika építőmesterei tudatosan használták a mandalát, mert aligha van alkalmasabb egy szimbólumnál a teremtés szakaszos jellegének és a transzcendencia (a középpont) meg a polaritás (a rózsza széle) kapcsolatának kifejezésére. Jó példa erre a lausanne-i székesegyház rózsája. A következő rajz visszaadja a kő-, és részben még az ólomkeretstruktúrát is.

Figyeljen a festésnél arra, hogy a mandala minden formája a középből indul ki, és a kapcsolatot ezzel a képzelt középponttal mindvégig megtartja.



Akárhogy is csűrjük-csavarjuk a teremtést, a mandala *előtt* nincs semmi. Még inkább találunk a mandala által valamit az űsrobbanás előtt, mert az a tudományos kérdés-feltevés számára, annak örök "miért?"-je miatt nem érdekes. "Miért robbant oly hirtelen?" A kutatók továbbra is a tudományos Zen-koánjukkal foglalkoznak. Mi volt előbb: a tyúk vagy a tojás? Ahogy a Zen-koánnak nincs logikus megoldása, úgy a tudományos koánnak sincs. A megoldás sokkal inkább a mandala közepében van, és csak tapasztalat által érhető el.

Kísérlelje meg a következő körökbe és szappanbuborékokba a *középpontokat* berajzolni. (Ez a Megnyilvánult Bindu ősi jele. *A lektor.*)



AZ ÖSPONT

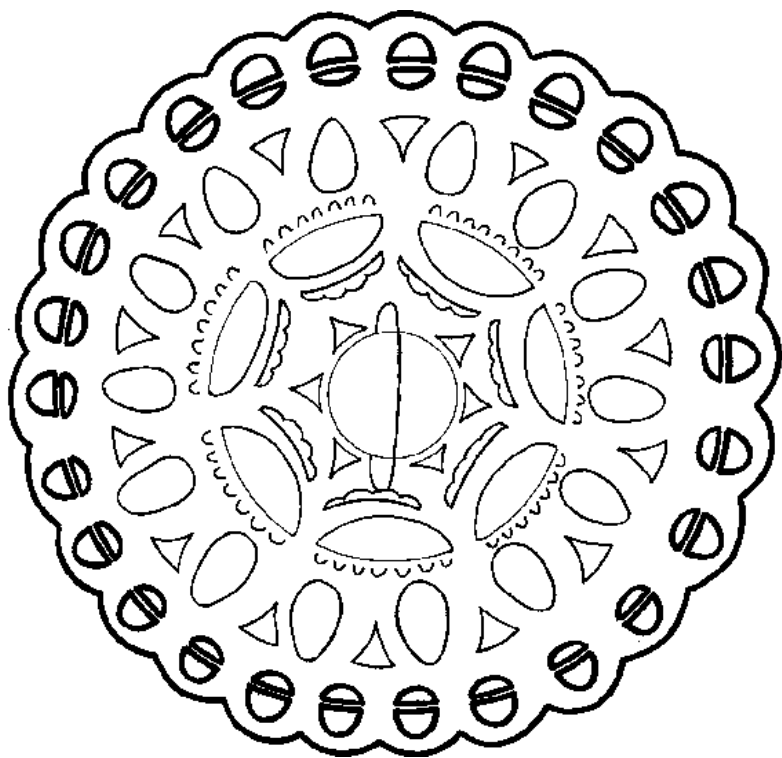
Egy középpontot meghatározni, egy igazi pontot ábrázolni nemcsak nehéz, hanem lehetetlen is. Jóllehet, minden forma a pontból van levezetve, a pontnak még sincs formája. A meghatározás szerint a pontnak nincs térbeli kiterjedése, az ideák világába tartozik, nem a formákéba. A pontot egyáltalán nem tudjuk észlelni, ahogy a tiszta fehér fényt se látjuk. Amit általában pontnak hívunk, az túl van az ideán. A ceruza pici grafitjának, amivel a pontot rajzoljuk, már van térbeli kiterjedése, és így már nem pont, hanem inkább kör vagy még inkább gömb. Így keletkezik a pontból egy gömb, ha térré fűjjük fel. Ha még időt is adunk hozzá, akkor megkapjuk teremtésünket, a Májá világát; ha a teret és az időt, a két nagy ámitót – ahogy az indiaiak nevezik őket – kivesszük belőle, akkor a csalódások világa összeesik egy őspontba. Újra felfedezzük, hogy a teremtés "csak" egy mandala.

Ha a pontot tovább húzzuk a síkban, kapunk egy egyenest és egy távolságot. Ha ezt az egyenest vég nélkül tovább húzzuk, kialakul egy kör, a földkerekség – amiről tudjuk, hogy mandala.

Az egyik – anyagilag nem is létező – középpont minden idők mandalaiban közös. Benne békülnek ki az ellentétek, benne szűnik meg a polaritás. Ez minden mandala lényege, még ha mi a mandala kifejezésen rendszerint éppen a másikat, a lényegtelen, a változót értjük is, azt, amit láthatunk. Ezt a hibát gyakran elkövetjük:

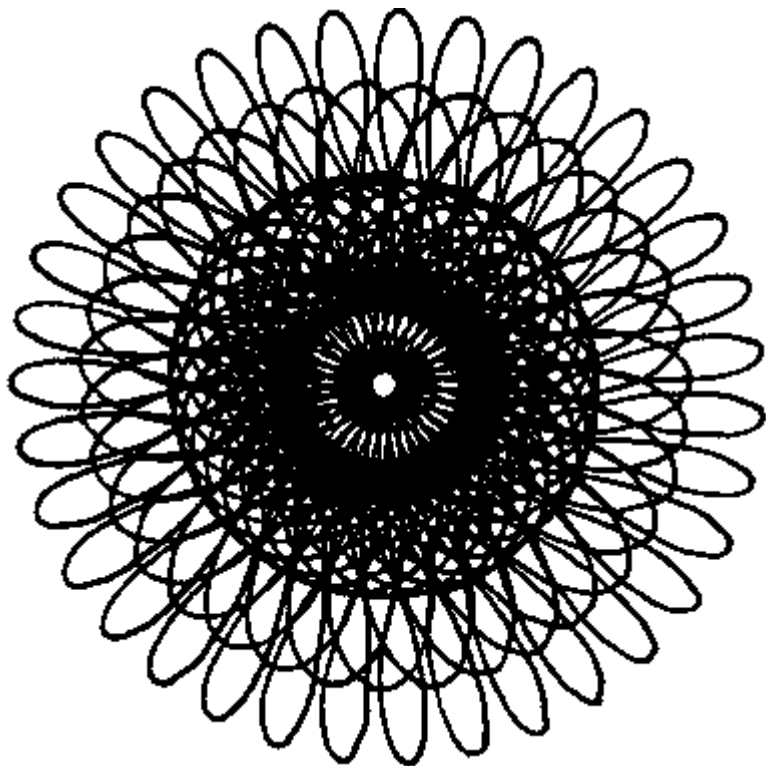
ha például egy házról beszélünk, általában a falakat és a tetőt értjük rajta. Azokba viszont nem tudunk és nem is akarunk bemenni. Valójában a falak közötti térről van szó, amit pedig sem építeni, sem eladni nem lehet – viszont lehet benne lakni. Itt egy döntő ponthoz érkeztünk Többet a mandalából nem lehet megérteni, mint azt, hogy lényege az értelem számára felfoghatatlan, de ezt meg lehet érteni! Az értelem a polaritáshoz, a térhez és az időhöz kötődik. Ahol a kettő véget ér, ott megszűnik a megértés is. És az pontosan a mandala közepén van. A külsőt újra meg lehet érteni, többnyire éppen a polaritás ábrázolásából. A keresztény területen a rózsablak egyenesen a teremtetést ábrázolja (ez éppen a polaritás világa). De középen mindig a kimondhatatlan Egy szimbóluma, a Logos, vagy az Atyaisten, vagy a Krisztus, vagy – ritka esetben – egyenesen a T'ai Chi-szimbólum, azaz minden kultúrában egy ennek megfelelő egységszimbólum található.

Itt egy irokéz ezüstmunka.



MEDITÁCIÓ

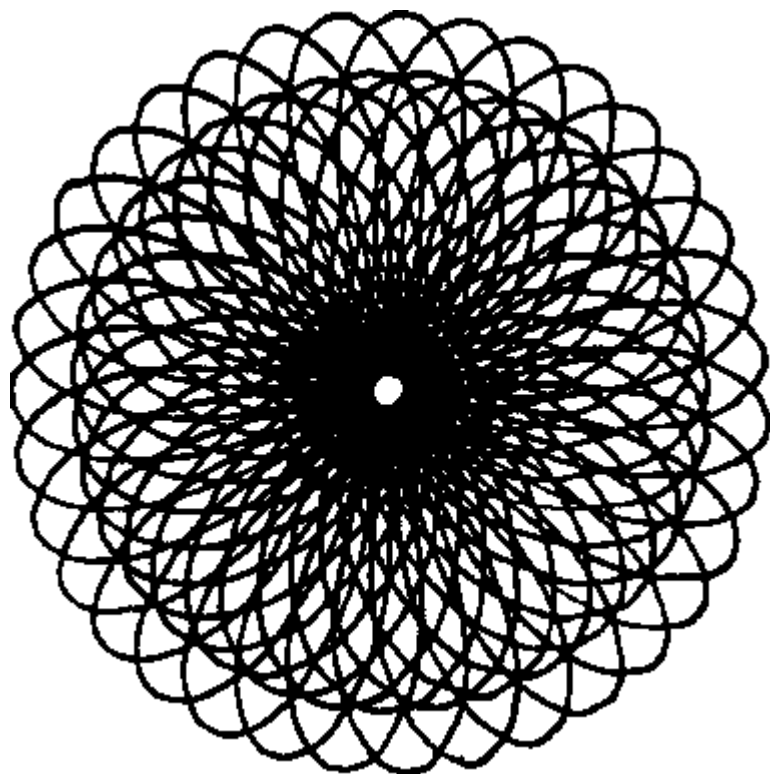
Most egy egyszerű meditációs gyakorlattal kezdünk. Önnek semmit sem kell hozzá tudnia. Üljön csak le egyenesen és kényelmesen, és tekintsen az egyik színes mandalájára, amelyet nem messze magától, szemmagasságban felállított. És most nincs más dolga, mint a mandalára tekinteni, se nem túl feszülten se nem túl intenzíven, egyszerűen csak nézni, úgy, hogy az egész mandalát a szeme előtt tartsa. Amikor észreveszi, hogy gondolatai elszakadnak a látottaktól, mindig térjen vissza a tudatával a mandala közepéhez. Játssza a játékot kb. 20 percig.



Akárhová is röpítette a meditáció, akármit is élt át benne, az mind Ön és az Ön fantáziájának teremtményei lehetnek, olyanok, akikkel találkozott. Minden tapasztalat, gondolat, elképzelés, álmok és belső mindig "csak" minket tükröznek vissza.

Ha Ön gyakran végez ilyen gyakorlatokat, idővel csökkenni fog az érdeklődése a saját szellemi terméke iránt, és egyre inkább a közép felé tart, a sajátja és a mandaláé felé: mert csak az Egy van.

(Ez itt egy dimenzióforrás felülnézete. A jelen a közepén van! Így fest egy Bindu. *A lektor.*)



A MANDALÁK HAZÁJA

A "mandala" szó a szanszkritből ered, tehát keleti eredetű (ha az ember eltekint attól, hogy a brahmanista hagyomány esetleg druida /Ram/ eredetre vezethető vissza). A legtöbb ember tudatában a mandalák valóban keletiesek. Ez viszont nem mindig volt így, ahogy a gótika rózsablakai tanúsítják, és nem is kéne így lennie, hiszen a mandalák minden kultúra eredeténél, minden ember gyökereiben ott vannak.

Az emberiség egész eddigi fejlődése tovább él mindnyájukban, öröklődési anyagunk genetikai kódjában is, ami minden élőlénynél azonos építőformákból építkezik. A lét közös fejlődését, ha nagyon lerövidítve is, még egyszer átéljük az élet kezdetén. Egysejtűként kezdjük, aztán vízilényként, a magzatvízben úszunk, amelynek összetétele azonos az Őstengerrel. A további fejlődés tartalmaz egy csúszó-mászó szakaszt, megismételve a csúszómászók korát, végül a felegyenesedés – minden gyerek számára olyan dramatikus lépés – amilyen az az emberiség számára volt. Még felnőttként is viseljük származásunk nyomait, különösen, ha teljes testfelületünk szőrösödik. A nyelv fejlődése is ugyanezt az elvet mutatja. Az anyagi léthez hasonlóan a lélekben is tovább visszük hosszú történetünk képeit és tapasztalatait – ezért ne csodálkozzunk, hogy megvannak bennünk az egység képei, a Paradicsomé, amit egykor elhagytunk. Az egység képei a mandalák. Így aztán világos, hogy azoknak min-

den emberben meg kell lenniük, és hogy azokkal minden kultúrában – az összes ember közös lelki örökségeként – állandóan szembetalálkozunk

* * *

A MANDALÁK VIRÁGKORA AZ EMBER VÁLSÁGKORA

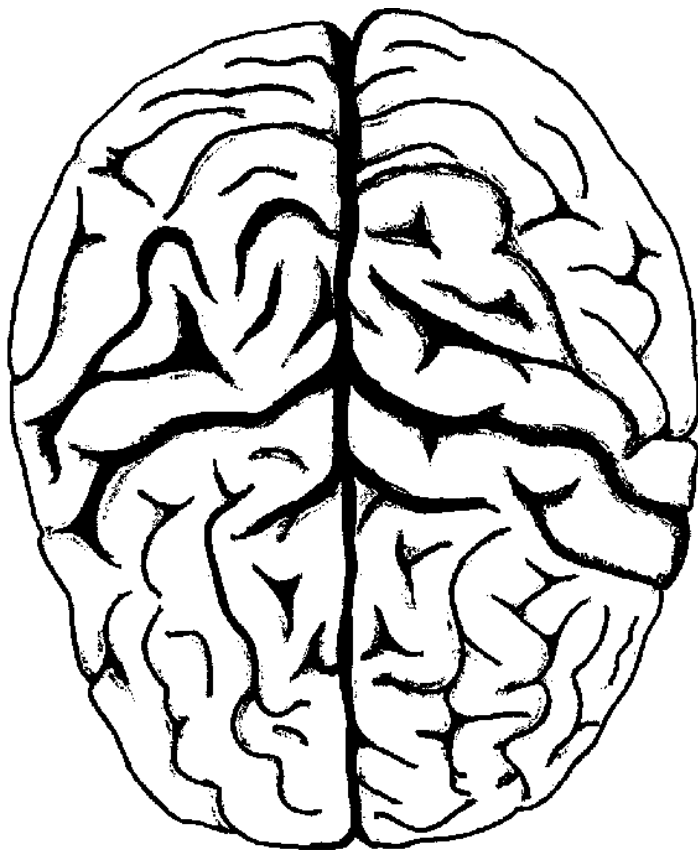
Az újkori kultúránkban mindenekelőtt C. G. Jung foglalkozott a mandalákkal, és úgy találta, hogy azok különösen akut lelki káoszhelyzetekben – a pszichózis és a hirtelen kitörő neurózis esetében – lépnek fel, mint a lélek öngyógyító tendenciái – spontán képekben. Feltűnik ebben az összefüggésben, hogy a gótika a maga rózsablakjaival a legnagyobb külső káosz idejére esik, elég, ha a keresztes hadjáratokra és az inkvizíciókra gondolunk. Az se lenne csoda, ha az ember (mikrokozmosz) gyógyításának kísérlete mellett egy kultúráé vagy akár egy világé (makrokozmosz) is létezne. Sőt: Hermész Triszmegisztosz mondata ("úgy fent, mint lent – úgy kint, mint bent") alapján még inkább elvárjuk a mikro- és makrokozmosz ilyen összhangját. A ma megfigyelhető érdeklődés a mandalák iránt, és azok egyre gyakoribb megjelenése a művésztben és a meditációs gyakorlatokban – így értelmet nyerne. Mert nyilvánvalóan megint olyan idöket élünk, amely egyre inkább külsőségekbe vész, és kielégítetle-

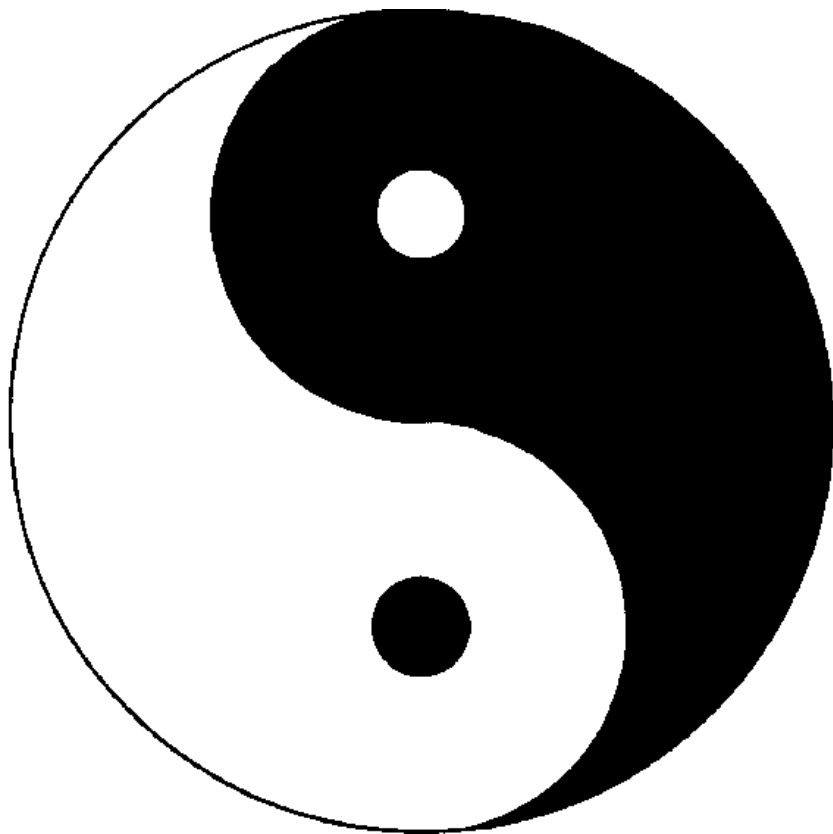
nül hagyja az emberek lelkét. Értékelésünk egyoldalúvá válása fejezi ki e helyzetet, ez pedig gondolkodásunk egyoldalúságával függ össze.

A gondolkozáshoz agyat kaptunk, ezért a problémákat a segítségével kellene felismernünk.

Fentről tekintve az agyat, legalább három dolog tűnik fel:

1. egyfajta mandalát alkot;
2. labirintusra emlékeztet;
3. kivehetően két részre oszlik és így poláris jellegű (vesd össze a következő oldalon lévő T'ai Chi jellel).





Az idő múlásával megtanultunk agyunk ideglabirintusában tájékozódni. Annak viszont szinte kizárólag az egyik, a bal oldalára korlátozódtunk, és ezáltal egyoldalúak lettünk. A bal oldal analitikus módon gondolkodik és megkülönböztet, írni, olvasni és számolni tud, nagyjából és egészében minden értelmi működést ő végez, és a test jobb oldalát irányítja (mivel az idegpályák a gerincvelőben kereszteződnek). A jobb oldali agyfélteke ezzel szemben a világ egységként való felfogásáért felelős, az érzésekért minden művészi dologért, a színek, illatok és rezgések érzékeléséért, a test bal feléért. Ezt a nőihez, a holdszerűhöz sorolják; a sötét yinnek, a negatívnak, a magnetikusnak felel meg, szemben a pozitívval, az elektromossal, a férfissal, a világos yang T'ai Chi jelben.

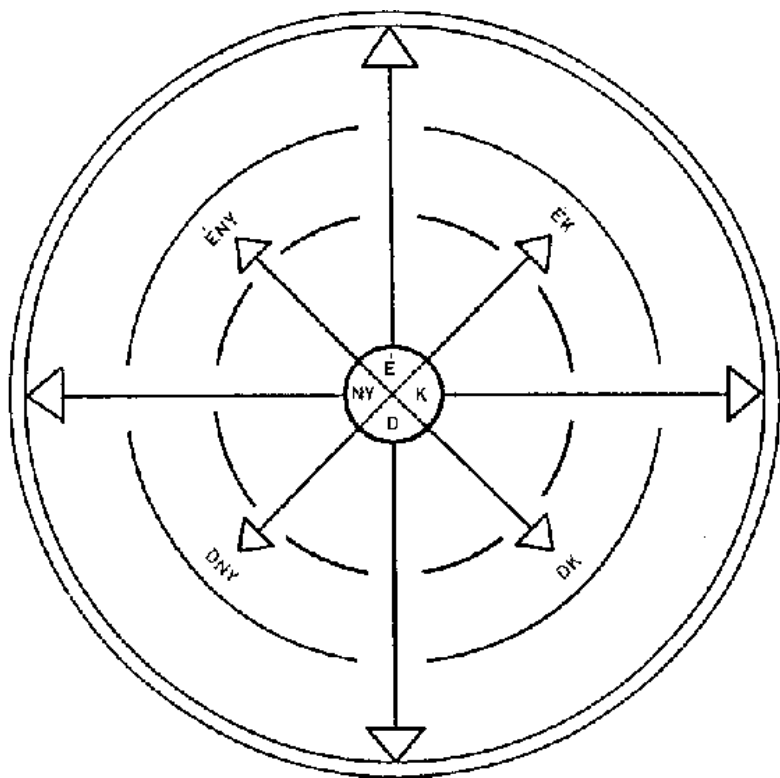
A bal oldal egyoldalú hangsúlyozása nyugati civilizációnk sajátos jelensége. Az indián és a keleti kultúrák inkább a jobb oldalt részesítik előnyben. E probléma megoldását – bal vagy jobb – a mandalák világába tett, akármilyen rövidke kirándulásunk után Ön is megtalálhatja. Igen, helyes, ezúttal is középen van!

Ha még egyszer az agyhoz fordulunk, a mélyén egy struktúrát találunk, az úgynevezett hidat, amely összeköti a két agyféltekét. Ebben az összekötő-szerkezetben, ebben a középben van a megoldás, nevezetesen: harmonizálni, egyenértékűnek megélni a két felet és *mindEgyé* tenni.

Meg vagyok győződve arról, hogy a megvilágosodás állapota a harmónia szintjén, a két poláris agyfélteke között jön létre. Bármelyik oldal túlhangsúlyozása szük-

ségszerűen félmegoldás. Hogy erre a következtetésre jussunk, egyáltalán nem szorulunk az orvosi agyélettan megállapításaira. Csak rá kell nézni a mai világra! Sem a Nyugat, sem a Kelet nem boldog a maga felével.

Azok példája is, akik megpróbáltak "kiszállni", ugyanezt mutatja: nem megoldás, ha mi, intellektuálisan magasan képzett nyugati emberek hirtelen – abból a biztos érzésből kiindulva, hogy ez, így, egyoldalúan nem mehet tovább – megkíséreljük a másik végletet, és indiai aszkéták vagy indiánok vagy cigányok akarunk lenni. Hogy ez nem ideális megoldás, azokon az embereken láthatjuk, akik kezdettől fogva ezen az úton járnak, mert ennek megfelelő környezetbe születtek, és nem volt más választásuk. Nem az értelem a rossz vagy a bűnös; csak hát mégsem minden. A megoldás kelet és nyugat, észak és dél között; *Középen* van.



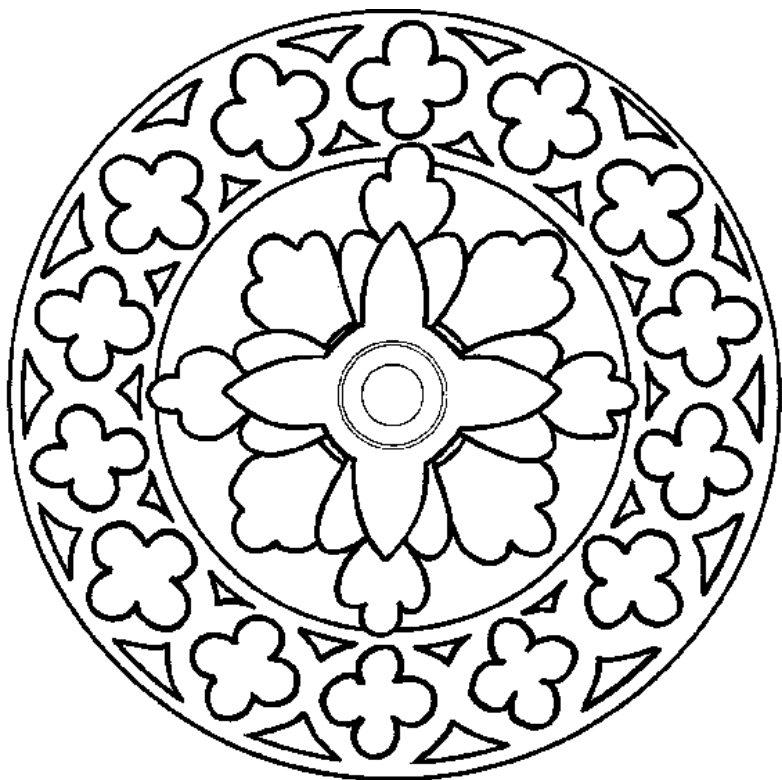
SEGÉDESZKÖZÖK, AMELYEK A KÖZÉPHEZ VEZETNEK

Hogy a közésre eljussunk, hogy a két ellentétes agyféltekét harmonizáljuk, olyan környezetet tanácsos teremteni, amely mindkét féltekét inspirálja. Vegyük figyelembe a hagyományokat, amelyek a meditációt és a vallást megőrizték, mert azok már évezredek óta ösztönösen alkalmazzák azokat a felismeréseket, amelyekhez a mai agykutatás révén jutunk. Így például csak kultikus ünnepségen játszik lényeges szerepet a zene – mind Keleten, mind Nyugaton –, és egyértelműen a jobb agyféltekére hat. A baloldalt – annak a dominanciája miatt – például intellektuális prédikációkkal serkenteni a mi "köreinkben" felesleges. Épp ellenkezőleg: az a jó, ha azt eltereljük, kifárasztjuk a mantrák monoton éneklésével, de történhet ez az ortodoxok szívimádságával vagy a rózsafüzér recitálásával is. Továbbá illatokkal (tömjén, füstölőrudacska), sőt ízeken keresztül is (kultikus ételek) ingerelhetjük a jobb féltekét. Mindenekelőtt az ütem és a monotónia különböző formái által helyezzük át a súlypontot a Közép irányába. A látóérzék is fontos saját Közepünk megtalálása szempontjából.

Ezért nincsenek az iszlám mesékben alakábrázolások, a muzulmánoknál szigorúan tilos Allahot – vagy akár az ő prófétáit – figurálisan ábrázolni, ezért fontos számukra az ornamentika. Ez azonban a bal félteke monotóniájával túl unalmas, és így – rendjével és struktúrájával – inkább a jobb féltekére hat. Valami hasonlót találunk az

első parancsolatban: "Istenről, a te Uradról, ne csinálj faragott képmást!". Van értelme a képektől való óvásnak, mert a képek lehetővé teszik a bal félteke számára, hogy a konkrétba kapaszkodjon, hogy ítéljen és értékeljen. Nos, a keresztény vallás – mindenekelőtt a gótikában – mégis a képi szimbólumok világában kereste a kiutat. A szimbólumba, a szó legigazibb értelmében is, el lehet mélyülni. Mindenesetre nem kell az eredeti figurális ábrázolást megsiratnunk, ha a rózsablakokat absztrakt, színes mandalákká alakítjuk. A lényeg már akkor is alighanem az volt, hogy egy másik szinten ugyanezt kifejezzék. Aki volt valaha is egy gótikus katedrálisban, az megélte, hogy nem a képek hatnak (azok túl kicsik, alulról gyakran fel sem ismerhetők), hanem a sajátos ablakok és a rózsák által megszűrte, majdnem mágikusan ható *fény*.

Gondolja át ezeket a dolgokat, és szenteljen festő-meditációi során egy kis figyelmet mindenkori környezetének! (Békés zene, fény, füstölő. Legyen ez az Ön saját szertartása. *A lektor.*)

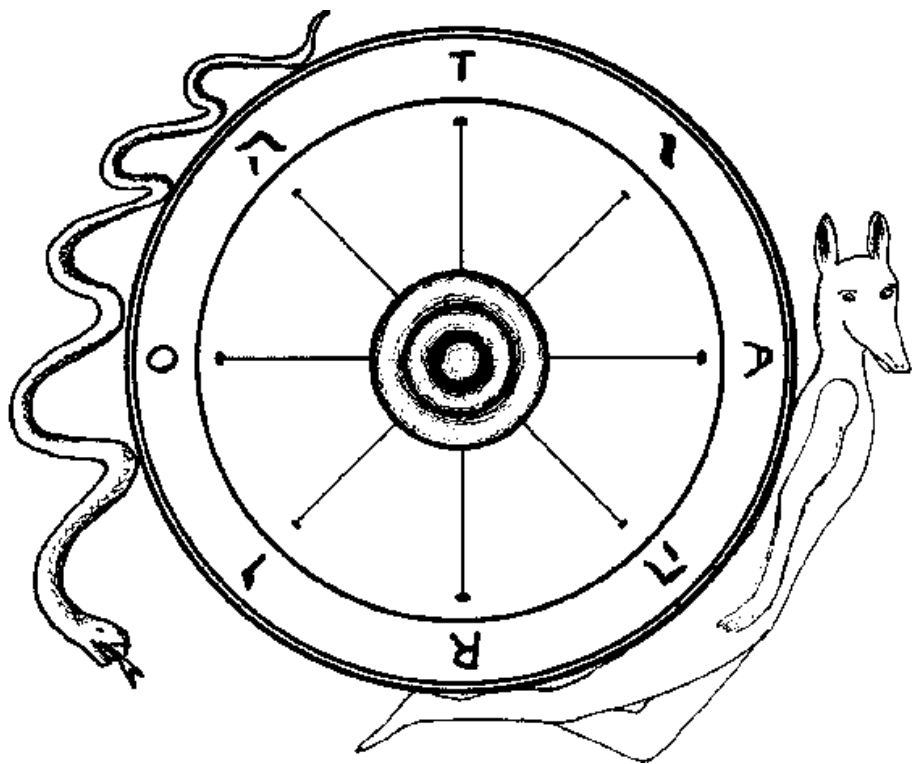


MANDALATÖRTÉNETEK

A mi nyugati, ipari civilizációnk elveszítette kapcsolatát a gyökereivel, és ezzel a mandalaival is. Még maguk a gótikus katedrálisok is – rózsákkal egyetemben – hajdanvolt gigantikus templomokból haldokló múzeumokká süllyedtek, amelyeket ma már alig lehet hívőkkel megtölteni. Az idő következetes jeleként néhol már belépőt is kérnek. Ezt nem kritikának szánjuk, hanem önmagával összhangban lévő szimbólumnak: a vallás helyére a fogyasztás lép. Mielőtt "az istentelen idők" felett elmélkednénk, hozzákezdünk a történelmet egy másik – inkább ezoterikus, mintsem értékelő – szemszögből vizsgálni. A mandala ebben is segítségünkre lesz, mert a történelem folyása is emlékeztet a mandalára, nemhiába beszélünk "az idő kerekéről". A gótikus rózsablakokkal a Nyugat a mandalák egyik legfejlettebb kifejezési formáját teremtette meg, amelyben egységgé olvadt a fény, a szín és a forma. Ezzel a mandala fejlődési szakasza a világnak ezen a részén nyilvánvalóan beteljesedett, majd először a művészetből, aztán a tudatból tűnt el. Az egységes, szent gondolkodást fokozatosan kiszorította a racionális, szétDaraboló, intellektuális világfelfogás. A mandalák hanyatlása az egész világon Nyugatról indult, és mára épp ez a gondolkodás sodorta az emberiséget a világmandala végének a közelébe.

E ciklusok nem rosszak – nem kell őket leküzdeni –, csak egyszerűen a mandala forgásának a kifejezői. A legkifejezőbben ezt a tizedik tarotkártya mandalája ábrázolja, abban "a sorskerékben", amely néhány katedrális bejáratán és ablakán látható. A kártyajátéknak mély ezoterikus gyökere van, és egyezése a római katolikus templommal kezdetben meglepheti, de hozzá fogunk szokni, mert sok hasonló egybeesés van.

Fesse ki ezt a mandalát, a tarotjáték 10. kártyáját, és élje meg, amit ez a szimbólum
Önnek mond!



Mit mond nekünk a sors kereke?

Vajh, nem azt hogy mindennek, ami felemelkedik, újra le kell süllyednie, ami lesüllyed, az újra felemelkedik?

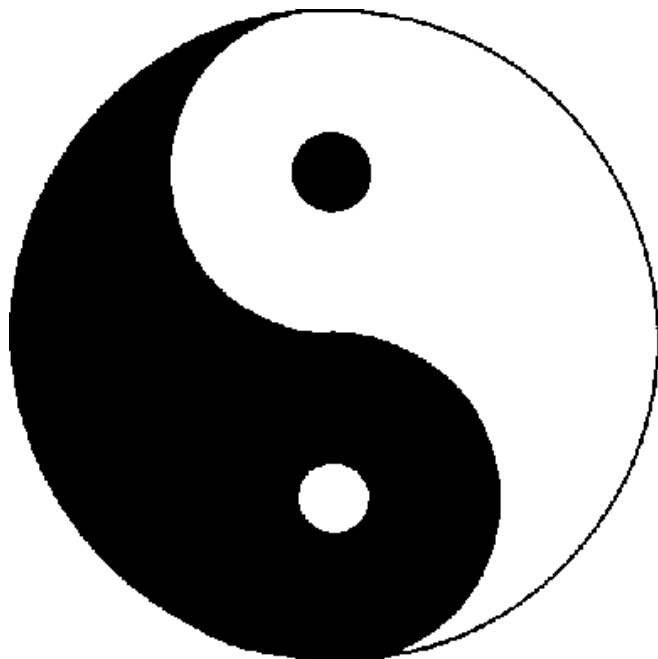
Egy ősi, helyesebben időtlen, ezoterikus törvényről van szó, amely kultúrákra, korokra, művészeti formákra éppúgy érvényes, mint népekre, emberekre, gazdasági virágzásra, ízlésirányzatokra és divatáramlatokra. Így mutatja a mandala a történelem folyását általában, és saját sorsát is az idő által.

A katedrálisok és rózsáik virágkora után megkezdődött a mandalák pusztítása, és velük együtt a teljes, a szent kultúráké is. A spanyolok – jellemző módon az arany után kutatva – hozzákezdtek a közép-amerikai kultúrák szétveréséhez, nekik csak annak külsőséges aspektusa számított. Az aztékoktól, a majáktól és az inkáktól rabolták el az aranyat, akiknek viszont e legnemesebb fém belső tartalma számított csupán, hiszen a Napisten szimbóluma volt. Így aztán nem csoda, hogy a spanyolok az "El Doradót", az álomszerűen gazdag aranyországot sohasem tudták megtalálni, az ugyanis nem kívül van. Csak aki a belső El Doradót megtalálja, az tudja azt kívül megvalósítani. Hasonló sikertelenségre kárhoztatott koncepcióval közeledik a kémia – mind a mai napig – az alkímiához és annak "aranysinálóihoz".

A Nyugat megegyezett a hódítási koncepcióban, és a különböző európai népek, melyek a mandala alatt éltek, vállalták az egységes kultúrák elpusztítását. Más szó-

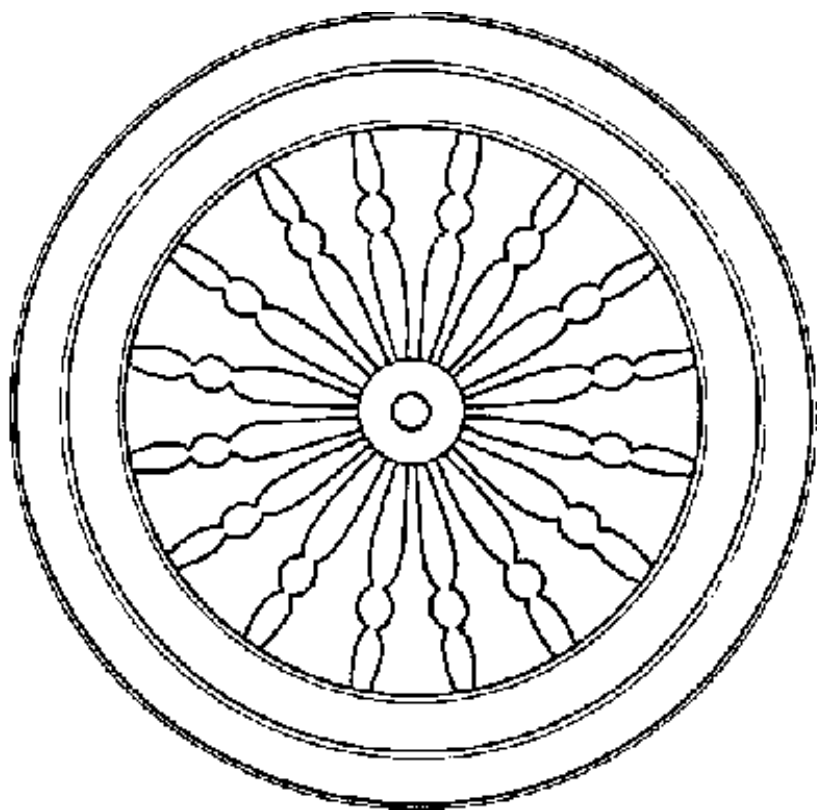
val: a bal félteke háborút üzent a jobbnak, és a jobb látszólag teljesen alulmaradt. De csak látszólag!

Ezt az időtlen T'ai Chi jel fejezi ki:



Észak-Amerika indián kultúrái – homokmandaláikkal – alulmaradtak az angol vezetés alatt egyesült európaiakkal szemben. Bár az európaiak egymás között ellenségeskedtek, de ami az egységes orientációjú észak- és dél-amerikai kultúrák elleni csapást illeti, abban egyetértettek. Más földrészeken sem volt a "szent" kultúráknak semmi esélyük az új gondolkodás és cselekvés ellenében. Így maradt alul a mandala Indiában is, ahol pedig az egész életet meghatározta. Jellemző módon, évszázadunkban, az egyik felszabadulási szimbólumuk újra a kerék lett. Az a szövőkerék, amelyet Mahatma Gandhi szüntelenül forgatott, hogy az indiaiakat visszavezesse a gyökereikhez. Az indiaiaknak először meg kellett fonniuk azt a fonalat, amely őket a gyökereikkel összeköti.

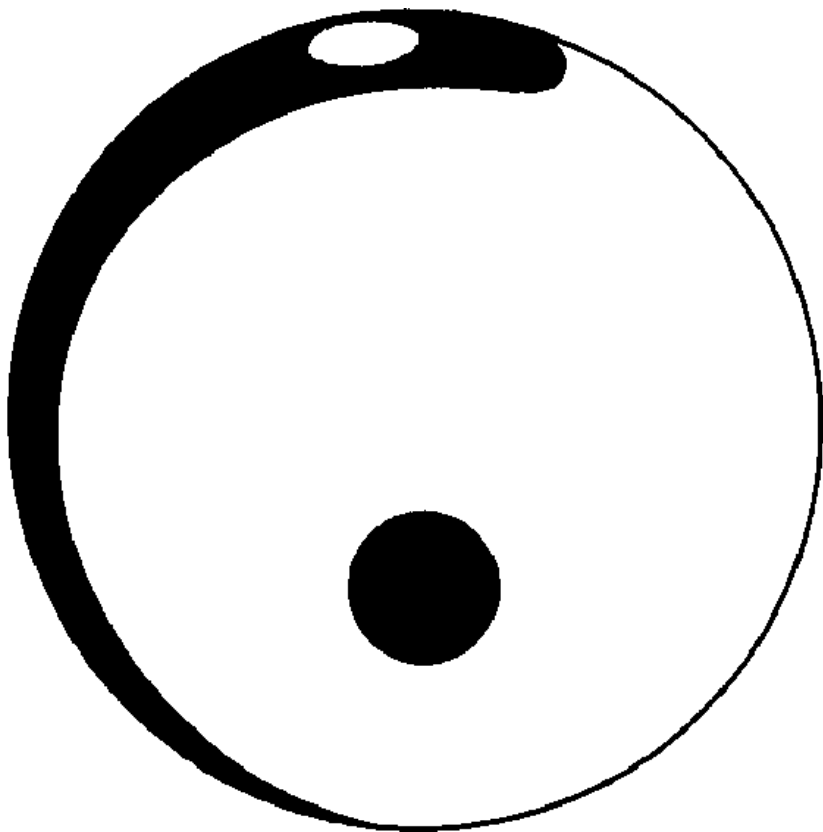
(A kerék a 16 "megtartó" szimbóluma. Az isteni szövetség jele. Ez van a japán címerben is. Ezek azok a "lamedwolfok", a Föld teremtmői, akik még napjainkban is a Földön élnek. *A lektor.*)



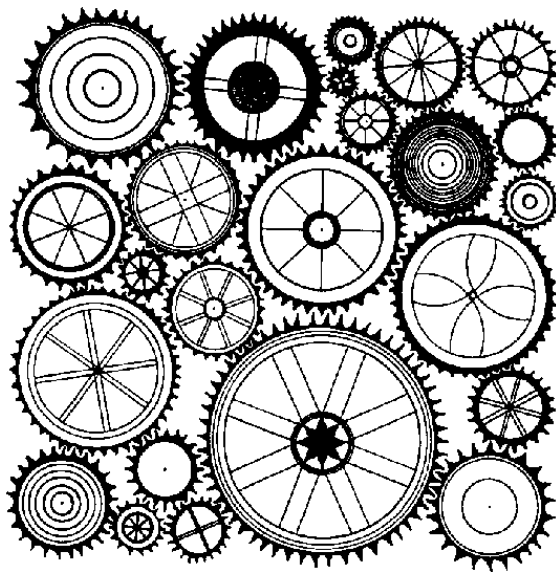
A mandalakultúrák elpusztításának egyfajta befejezését jelentette Tibet leigázása a nyugati-racionalista ideológia által vezérelt Kínától, melynek – a taoizmus és annak szimbóluma, a T'ai Chi által szervezett – ősi kultúrája már korábban alulmaradt az új gondolkodással szemben. Tibetben a mandalák az egész életet behálózva uralkodó szerepet játszottak.

Később Európában, Amerikában, Afrikában, Ausztráliában és Ázsiában az élő mandalákat elpusztították, maradványaikat meg múzeumokba hurcolták. Ez világméretű folyamat volt. Európában – ahonnan kiindult – látványossággá süllyedtek a katedrálisok, a chartres-i labirintust székekkel éktelenítették el, s ezeken egy megmerevedett vallás hívői okos prédikációkat hallgattak, de csak ritkán érintették meg a közép pontot.

A világ mandalája a következő formát vette fel:



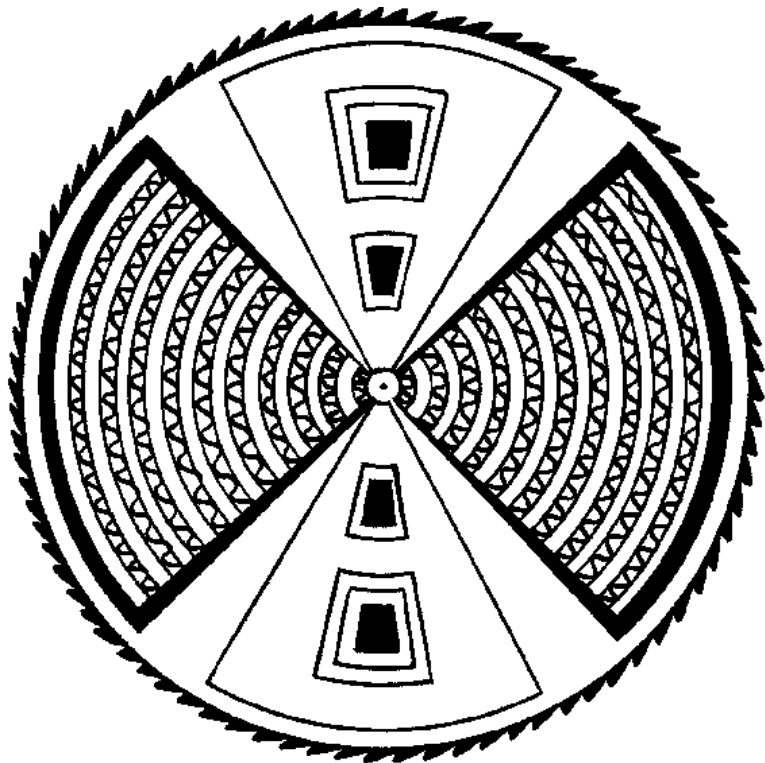
A mandalák mégse haltak ki teljesen. Az árnyékban, a romokban, a fantáziákban sikerült megkapaszkodniuk, az örületben és a kábítószeres mámorban levegőhöz jutottak, magába az ellenvilágba – a technikába – férkőztek be, melynek legfontosabb szimbóluma a hajtómű kereke lett. Nem véletlenül találja sok ember úgy a mi kultúránkban, hogy ő csak egy pici, láthatatlan, névtelen fogaskerék a hajtóműben.



Nem kell aggódnunk a mandalák miatt. Nem pusztulhatnak el, míg *egy* ember is él. Ha az egyik fele (az agyé vagy a T'ai Chi-jelé) mégoly erősen dominál is, a saját közepén az ellenpólus átvészeli mindent (mint a fekete pont a fehér mezőben),

Ezt az egyoldalúságot eredményező fejlődést nem tekinthetjük se jónak, se rossznak – ez van. A mandalához fűződik, a mandalakultúrákban előre megjósolták (mint az indián látnok, Fekete Szarvas az indiánok kálváriáját egészen a pusztulásukig, vagy a hopik a maguk próféciáiban).

Ma *forduló*ponton vagyunk, gyökereink újrafelfedezésének pontján, a belső mandalákén. És ez se nem jó, se nem rossz – ez *van*. Így éljük meg fokozatosan és nem véletlenül a mandalák külső feltámadását; mert ezek a művészetben és a meditációs hagyományokban új életre kelnek. Ezt a fejlődést minden mandalából törvényszerűen kiolvashatjuk. Találkozunk az árnyékunkkal, és most feladatunkká válik a keresés, amely kívül rekedt, és ott kóros szenvedéllyé, *kétségbeeséssé* vált. De épp a polarításban megrekedt, fordul most a centrum felé, a középpont felé, a *meditáció* felé. A mandala köre bezáródik, hogy újra kinyíljon azután ismét bezáródik és ismét kinyílik...



ÁLDOZAT

Most pedig olyan gyakorlatot fogunk végezni, melynek során megfigyeljük magunkat, amikor megbékülünk a pusztulással és a rombolással, és így talán a valóság egy további trükkjére ébredünk.

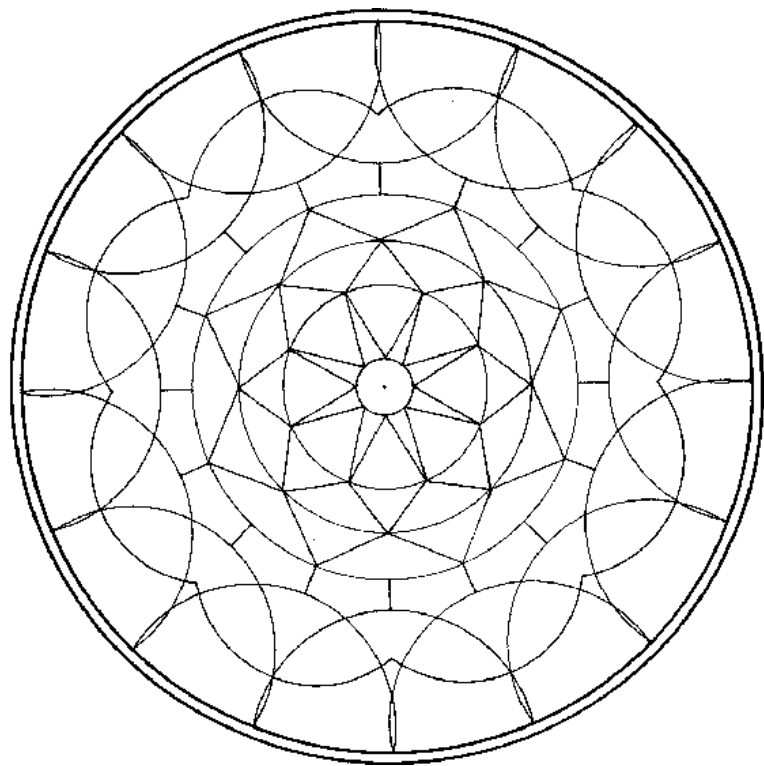
Tudatosítsa ezt, mielőtt még belekezdene a következő mandala festésébe, hogy aztán szétrombolja azt. Figyelje magát e közben az elképzelés közben, és később is a festés közben. Figyeljen mindenekelőtt az értelmére és az ötleteire. Hallgassa meg, hogy mit sugall magának: "Egy áldozati szertartás; nyilvánvaló, ez valami ódivatú marhaság!" Vagy: "Ezt most jó gyorsan megcsináljuk, úgyis csak neki, kinek is? Mindenesetre nem nekem lesz!" Vagy: "Az egész értelmetlen és ráadásul még veszélyes is, nem, nélkülem!" Vagy még rafináltabban: "Eszembe se jut e szép könyvet tönkretenni, mikor már olyan sok munkám fekszik benne."... Vagy egészen elvileg: "Ilyesmihez elvből nem csatlakozom." Örüljön neki, ha az intellektusa időig elmegy. Legyen meg neki az ő döntése, és Ön pedig csinálja nélküle. Meglátja: menni fog! Még jobban is megy, mint vele, mert így megszabadul a teljesítés kényszerétől és a hatékonyságból eredő aggályoktól egyaránt.

És ekkor kezdje el! Értelem helyett csinálja szeretettel. Ne féljen, intellektusa hamar feladja sértődöttségét, és akkor majd szeretettel és értelemmel teheti.

És itt van még egy esély:

Ön elhatározta, hogy az elméletet és a gyakorlatot nem választja külön, és nem olvas előre. Ez most igencsak alkalmas pillanat arra, hogy ezt az elhatározását megvalósítsa, hogy az önmagához való hűséget gyakorolja.

Fesse ki tehát ezt a mandalát abban a tudatban hogy utána majd feláldozza! Csak akkor lapozzon tovább az áldozás végrehajtásának az utasításaihoz, ha kész van!



AZ ELÉGETÉS SZERTARTÁSA

Az előző oldalon lévő mandalát a következőképpen égesse el:

1. Legyen tudatos, tudatosítsa összes gondolatát és érzését, melyek most felbukkannak!
2. Hangolódjon rá e cselekedet rituális jellegére, esetleg előzetes koncentrációval arra a mandalára, amely áldozat lesz és Önben fog továbbélni, hiszen elpusztítja külső formáját!
3. Vegyen egy füstölőrudacskát gyújtsa meg, és égesse át vele a mandala közepét!
4. Fogjon egy égő gyertyát, és tartsa a könyvoldalt a mandalával úgy nyitva, hogy az a lehető legmesszebb legyen a többi oldaltól, és gyújtsa meg a mandalát a hátsó oldalról, pontosan a közepén lévő lyuknál!
5. Csak a mandalát égesse el – majdnem a külső szélíg –, aztán fújja el a lángot! Jó, kezdje!

Ön elvégezte ezt a szertartást, és ezzel egója oltárán tűzáldozatot hozott. Ha ezt nem tette meg, csak olvasott idáig, akkor elmulasztott valami lényegeset, amit csak nehezen pótolhat. És ez is rendben van, mert így van. Ez esetben szakítson időt egy másik gyakorlatra: kérdezze meg magát, mennyire hagyatkozhat életében a tudatos-

ságra, mennyire uralja Önt az intellektusa, ami mindig egy kicsit ravaszabb és így elvezeti Önt a lényeg mellett, és hogy nem akar-e Ön ezen változtatni?

Ha az áldozati gyakorlat során nehézségei voltak, ismételje meg a szertartást legalább még egyszer, vagy akár többször is. Bizonyosodjon meg az elégetés kapcsán a felismerésről, hogy minden mulékony ebben a poláris világban – a testünket is beleértve. Mi csak oda tudunk visszatérni, ahonnan származunk, pontosan úgy, mint az előttünk égő mandala.

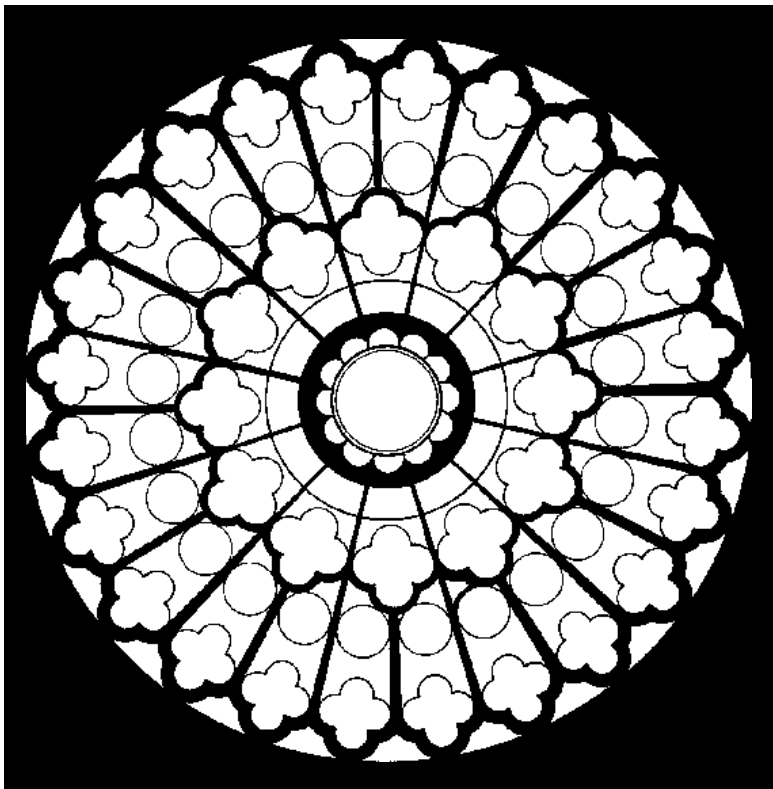
Hogy milyen nehéz valóban visszavenni saját teremtményünket, azt láthatja az "elégetett" oldalon. Az Ön színes mandalája helyett ott egy elszenesedett kör maradt, közepén egy lyukkal, s ez már megint egy mandala.

Tényleg nehéz az egyszer már megalkotottat újra visszahozni, és ez nem csak a mandalákra vonatkozik. A 79. oldalról az elszenesedett lyukon át néz egy mandala. Ez a párizsi Notre-Dame nyugati rózsája, és a fordított folyamatot, a világ teremtését ábrázolja. Vegye szemügyre ezt a mandalát, és teremtsen meg saját színes világát!

Most hozzon még egy áldozatot!

Fogjon egy ollót, és vágja ki ezt az oldalt!

Ne habozzon! Így lesz rálátása a Teremtőkre!



Ha egy mandalát feláldozunk, tisztában kell lennünk azzal, hogy annak igazi lényegét egyáltalán nem lehet elpusztítani. Mi csupán a materializált – és ezáltal megmerevített – formájától tudjuk megszabadítani és visszajuttatni oda, ahonnan jött. Ugyanezt a gondolatmenetet követik a navajo indiánok, amikor homokmandaláikat a rituális szertartás után átengedik az enyészetnek. Az igazi forma, elképzeléseik szerint, már rég egyesült az illető emberrel, állattal vagy istennel.

Végso soron nincs is pusztulás! Egy mandala éppúgy nem tud meghalni, mint egy ember, az essenciája pusztán szintet vált.

Nos, nem kell minden mandalát fizikailag elpusztítani – jöllehet, egy mandalát visszaküldeni az egységbe szép rítus. Egyszer valamit, valóban méltatás nélkül, önmagának, hátsó gondolatok nélkül tenni... Az ego lassan belefárad eme ötlet leküzdésébe.

Ugyanakkor épp olyan szép lehet a kész mandalákat megtartani és azoknak örülni. Tibetben sem semmisítik meg a mandalákat, hanem megfelelő kultikus helyiségekbe viszik őket, ahol azok kegyeletteljes légkört árasztanak, és mint meditációs segédeszközök, összpontosítást szolgáló tárgyak szolgálnak tovább.

Természetesen Ön is kezelheti mandaláit hasonló érzésekkel vagy tekinti azokat csupán színes képeknek. Valahol e két szélsőség között lesznek az Ön érzései. Engedje meg magának, hogy úgy élje meg mindezt, ahogy érzései diktálják. Itt nem álszentségről, nem egy tettetett szentségről van szó. Ha nem tud megválni tőle, mert

pl. egyszerűen túl büszke a művére, ismerje be azt is. Ez is rendjén való, mert ez *van*. Mi mindnyájan rendszerint abba a nagy illúzióba abba a kétségbeesett reménybe esünk, hogy elcsenhetünk az egónk számára az Egészből egy darabkát, valamit, ami csak a miénk, és kizárhatunk mindenki mást. Ez annak az illúziónak a kifejezése, hogy valamit megtarthatunk magunknak, és nyilvánvaló tagadása annak az egyetlen biztonságnak, ami megmarad számunkra, hogy mindentől meg kell válnunk, legkésőbb akkor, amikor a testünktől megválnunk.

(Mi néz Önre a lyukon át? A kezdet teremő mandalája. Ez 12 pár, középen az Atyával. *A lektor.*)

A gondolat, miszerint minden úgy van jól, ahogyan van, ősi, de számunkra nehezen elfogadható. Tulajdonképpen nem egy új látószög, hanem a megfigyelés új fajta módjára van szükségünk, hogy a pusztításban és a hanyatlásban is az újrakezdéshez *szükséges* feltételt lássuk. (A legszűkebb keresztmetszet: a jelenünk, lásd a 50., 52. oldal mandaláit! *A lektor.*) Útbaigazítást a katasztrófa szó adhat, amely görög ősjelentése szerint (hé katastrophé) "megfordulás"-t jelent. A régiek tehát minden katasztrófában a fordulat lehetőségét látták.

De többé-kevésbé erre figyelmeztet ma is egy katasztrófa: itt az ideje, hogy megforduljunk és az extréméből elmozduljunk a Közép felé. Hogy eközben az inga

törvénye szerint a másik szélsőségnél kötünk ki, azt már a 10. tarotkártyán, a sorskeréken láthattuk. Mindkettő, az inga is, a kerék is ugyanazt a kiutat mutatják: csak a kerék közepén van örök nyugalom; és az inga is (hacsak nem egy óramű hajtja) minden kilengéskor veszít egy kevés energiát, míg végül középben megnyugszik.

Most helyezzük át a súlypontot a fejtől a kezekbe, a kézi munkára. Ez az út sem igazán új. Egyáltalán, ebben a könyvben nincs semmi új, már minden volt valahol, minden származik valahonnan. Ezt már értékelheti: "ezt lopta" vagy "szorgalmasan gyűjtögette". Vagy annak veszi, ami: útja keretének De ne feledje, minden keret korlát, amit végül szét kell robbantani!

A fejmunka és a kézi munka összefüggésére már a régi szerzetesszabály is utal. Ora et labora, imádkozz és dolgozz! Ez a szabály még abból az időből származik, mikor a szerzetesek a kultúra hordozói, a keresztény templomok építőmesterei voltak. Sok tanító számára volt és maradt létfontosságú a kétkézi munka és a fejmunka közötti kapcsolat. Gondoljunk csak a szabadkőművesekre, akik kőművescéhekből váltak ki, és kultúránk alapjait rakták le.

Néhány szabály a kézi munkához és a megfelelő beállítódáshoz:

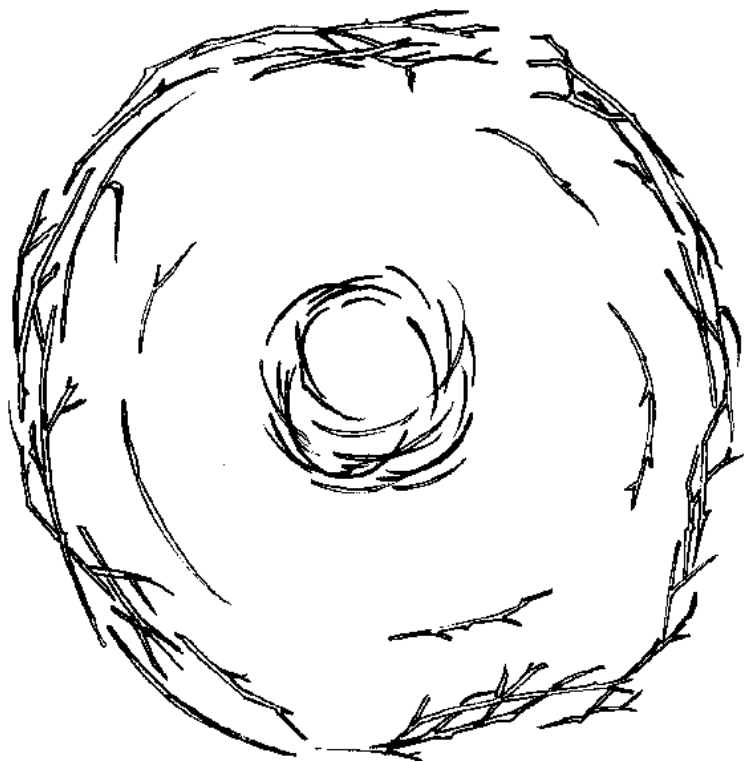
Elsősorban magáért a munkáért csináljuk és csak másodsorban az eredményért. (Figyelem: az intellektus igyekszik ezt majd megfordítani!)

Nem kell semmit sem teremteni és elérni, és különösen nincs idő, amin belül Önnek valamit meg kellene csinálnia és el kellene érnie.

S ha mégis alkot valamit, gyorsabban vagy lassabban, szebben vagy csúnyábban, mint a barátja, akkor az nem teszi Önt jobbá vagy rosszabbá, hanem akkor ez van – és ennek kell lennie. Az ideális beállítódást a madaraktól lesheti el, amikor azok fészket építenek. Se nem sietnek különösebben, se nem piszmognak, nem végzik se trehányul, se túlzottan pontosan. Megfelelő időben teszik, nem vetélkednek a partnerrel, hanem vele együtt csinálják, egyszerűen:

Mindig a középutat járják, és a fészek közepétől végzik.

| Fesse a madárfészek mandaláját ilyen beállítódással: szálról szárra!



A KÖZÉP KÖRÜLI TÁNC, ÉS AZ INTELLEKTUS MINT NÉZŐ

A legjobb segítség ahhoz, hogy az ember cselekvés közben érezze a saját Közepét, tudatosnak maradni akármi is történjék: akármit is tesz éppen az ember szemlélje tudatosan önmagát. Nézze magát, ha türelmetlen lesz, nézze magát, ha unalmas lesz (az intellektus a változatosságból él, és egyik kedvenc érve az "unalmas"), nézze magát, ha dühös lesz, és nézze magát, ha elfárad... Legyen mindig tisztában azzal, hogy egy meditációról van szó, ami leginkább egy imához hasonlítható, és ugyan ki akarna különösen jól vagy gyorsan, körülményesen vagy hatékonyan imádkozni?

Egyetlen célunk a Közép. Vannak tevékenységek, melyeket csak akkor lehet jól csinálni, ha a középből indulva hajtják őket végre, ilyen például a fazekaskorongon való munka. A korong nagy sebességgel forog, és a mű csak akkor sikerül, ha pontosan a közepén és teljes nyugalommal végzik. Egyébként az agyagdarab feltétlen lerepül a korongról. A fazekas centírozásnak nevezi ezt az eljárást.

Hasonló jelenséget figyelhetünk meg a keleti, harci technikáknál: a mozdulatok és ütések nagy sebessége és ereje a harcos közepének a nyugalmán alapszik. Erre a tapasztalatra törekszik a T'ai Chi – az az érzés, hogy a test mozog és az ember mégis mozdulatlan –, vagyis hogy minden mozgás a Közép-ből folyik, és a Közép mégis nyugalomban van.

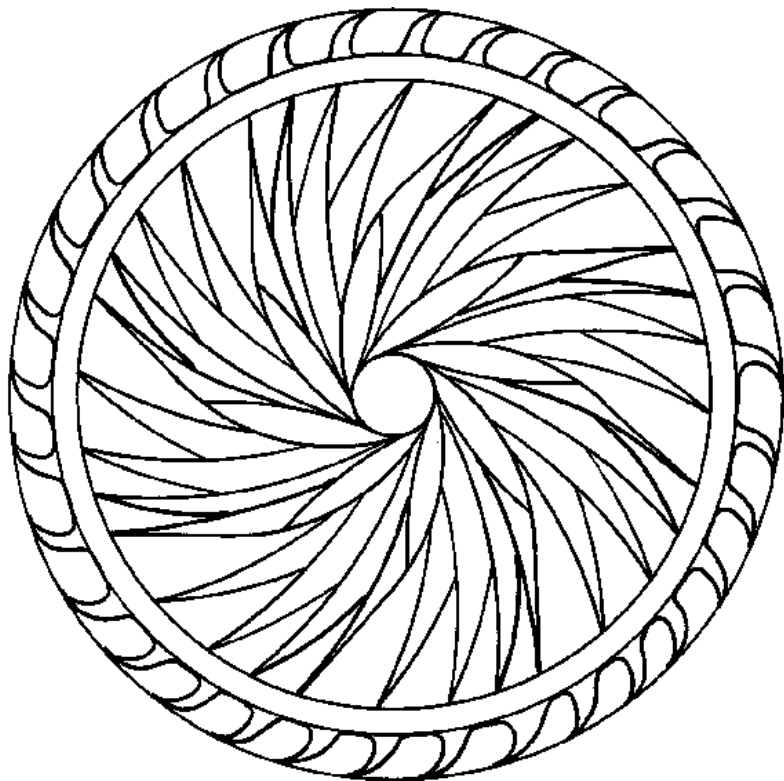
Hasonlóan érezheti magát a furulya – mint a test a T'ai Chi-nál, amikor keresztülrezegnek rajta azok a hangok, melyeket nem is generál, mégis belőle jönnek elő.

Az iszlám dervisek fergeteges tánca is ezt az elvet mutatja. Forognak és pörögnek, hogy közepükben a nyugalmat (Istent) megtalálják.

Másra is felhívja figyelmünket a saját közép körüli tánc, amit a keringőben, a mi örökifjú táncunkban élünk át. Ha nem sikerül ezt a közepet legalább megközelítőleg megtalálni – amivel próbálkozik az értelem is, hogy irányítson – az ember reménytelenül szédülni fog. Csak ha az értelem feladja, győzzük le a szédülést és tudunk szinte határtalanul keringeni. Céltalan táncnál viszonylag könnyű az intellektust rövid ideig kihagyni a játékból és önfeledten keringeni a zenére. Ezért okoz a tánc mindenkinek, aki e fokot elérte, oly sok örömet. Próbálja ki csak egyszer is az ellenkezőjét: igyekezzen helyesen és jól táncolni! Már vége is az önfeledtségnek, pontosabban az egofeledtségnek.

A festőjátékban is csak oda jutunk, hogy ki kell hagyni az intellektust a játékból, csak hát ahhoz újra meg kell tanulni játszani.

Alakítsa ki ezt a fantáziamandalát belső dinamikájának megfelelő színekkel (például tűzpiros árnyalatokkal)!



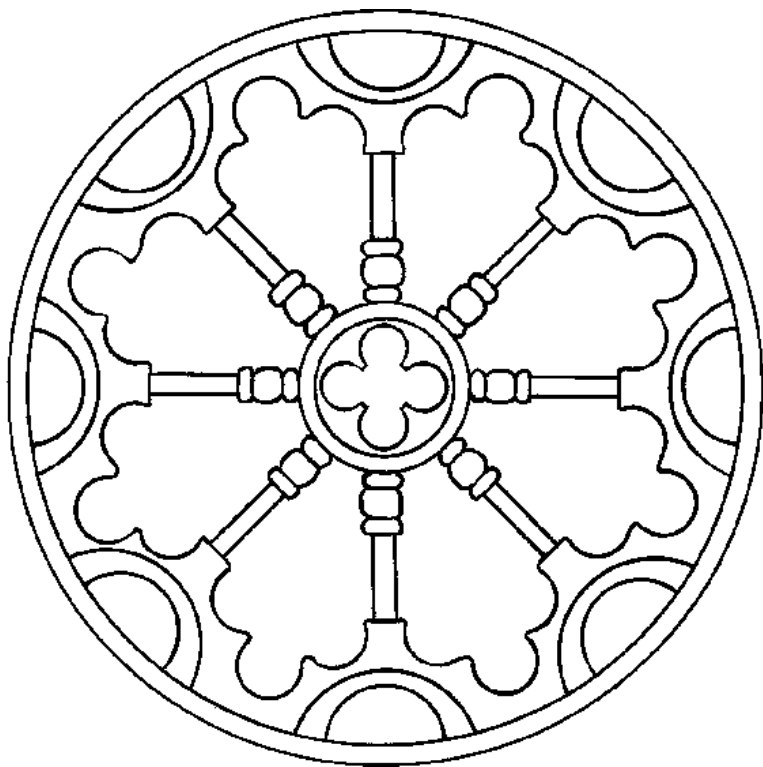
A KERÉK

A nyugvó közép körüli mozgás elvét nemcsak a táncok rejtik magukban, hanem a gótika évszázados rózsablakai is. A középpont nyugalma a külső mozgásnak felel meg. Ezt az elvet a legfeltűnőbbben a forgószelek mutatja. A ciklon centrumában szinte félelmetes nyugalom uralkodik, körülötte roppant nagy lendület.

A legegyszerűbb ezt egy közönséges kerék képével megvilágítani. A kerékelv tudatos felismerése döntő lépés lehetne az ébredő emberiség számára. Elődeinknek a tűzgyújtáshoz vagy a fémfeldolgozáshoz hasonló ugrást sikerült elérniük vele. A kerék isteni vagy holisztikus jellegét mint szimbólumot viszonylag korán felismerte az ember, hiszen a Naphoz – mint az Istenség helyéhez – már régóta imádkozott. Talán a kereket is a napkerék után formálta. Mindenesetre ekkor már a Földön is volt egy nap-szimbólum. Több utalás van arra, hogy a kör nagyon korán (vesd össze az aztékok napkalendáriumával) isteni szimbólum lett. Így már a crô-magnoni emberek is – akik jóval időszámításunk előtt a francia Arriège-völgyben éltek – azért választottak barlangot templomul (bár nehezen lehetett megközelíteni), mert – mint egy természetes dóm – kör alakú volt (niaux-i barlang). Még sokkal később is kör alakúra készítették a templomok ablakait, míg ez a forma a világi építmények esetében kivétel maradt. Sok bazilika és majdnem minden görög ortodox templom figyelembe veszi ezt a különbséget:

A földön lévő templomépület négyszögletes, az égbe magasló kupola pedig kerek. A keleti kultúrában és szimbolikában ez a megkülönböztetés szinte egészen pontos: a négyszög anyagi, és így a poláris világnak – a kör isteni, és ezért az egységnek elkötelezett forma.

| Dolgozza ki a bourges-i katedrális egyszerű keréablakát!



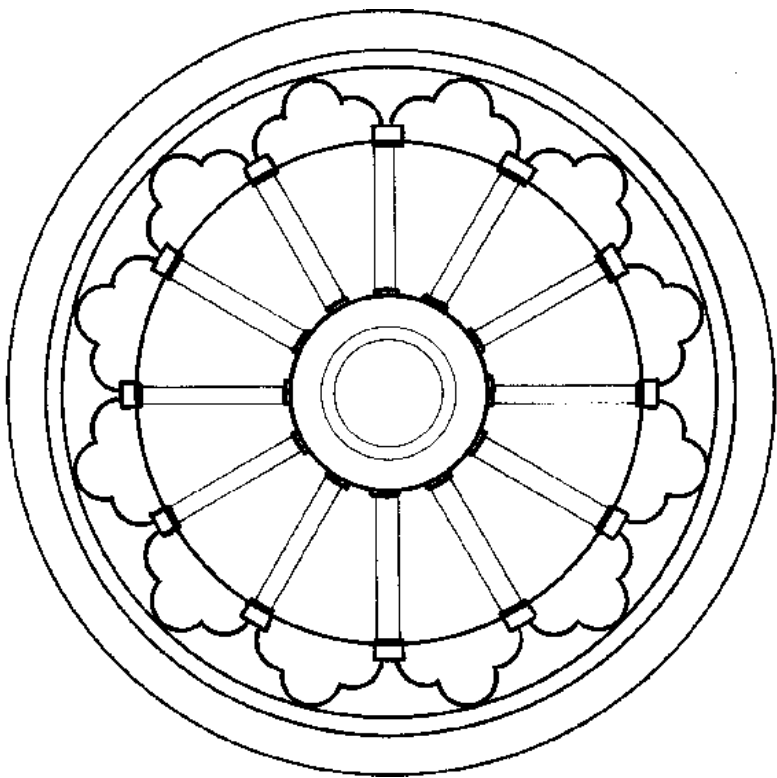
A RÓZSAABLAKOK VILÁGA

Korokat és kultúrákat összekötő szimbolika

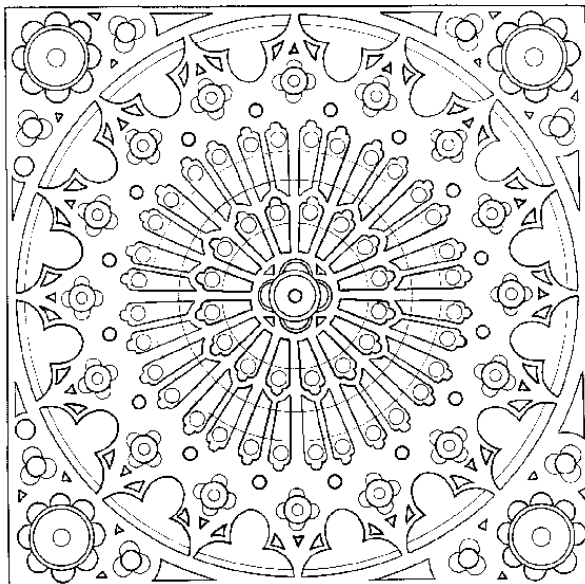
Ha a mandalaszimbólum egyetemlegességére emlékezünk és felidézzük, hogy csak egy igazság és így csak egy forrás van, amelyből *minden* vallás merít akkor csodálkozunk a ma általános kirekesztésen, kizáráson és kölcsönös leértékelésen a vallások között. Bár a mai keresztény egyház az alkímiát indulatosan elutasítja, a régi templomok feltűnően tele vannak alkímiai szimbólumokkal. Ha az asztrológia "ördögi babona", akkor miért van annyi asztrológiai szimbólum a székesegyházakban? Igen, majd minden második gótikus ablakrózsa a tizenkettes kulcsra van felépítve, és ábrázolja a tizenkét állatövet. Valóban "véletlen", hogy a négy evangélista szimbóluma mindenütt pontosan egybeesik az állatöv fix keresztjével: oroszlán, Angyal (vízöntő), sas (mint a megváltott skorpió), bika; és véletlen, hogy ezek éppen az ókor négy elemét (Tűz-Víz-Levegő-Föld) jelképezik? Aligha! Kézenfekvő a gyanú, hogy a régi templomok építői és tervezői, különösen a katedrálisokéi többet tudtak, mint mai használóik. Megkíséreljük a csatlakozást ehhez az ősi tudáshoz, és igyekszünk a sokféleségben fellelni az egységet. Az *univerzum* szó erre utal, és az *universitát* (egyetem – a *fordító*) eredetileg az a hely volt, ahol a törvényeket foganatosítani kellett volna. Ma a bal agyfélteke meg elégszik a "versitát"-tel, a különbözőséggel. A rózs-

ablakok világán vezető utunkon különböző kultúrákat, korokat és rendszereket fogunk érinteni, azzal az egyetlen céllal, hogy felkutassuk az egységet a sokféleségben, hogy a két fogalom közti látszólagos ellentétet feloldjuk, és közben rátaláljunk a visszavezető útra. Lao-ce azt mondja: "A képességet, mely felismeri az ősi tudás forrását, *vörös fonáknak* nevezzük, s ez az út mentén vezet."

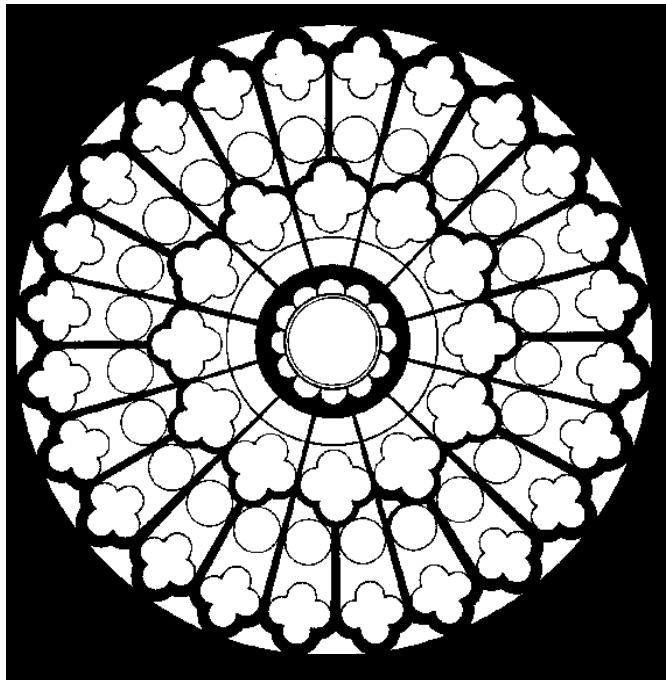
| Formálja meg a 10. tarotkártya sorskerekét a beauvais-i katedrális portálján!



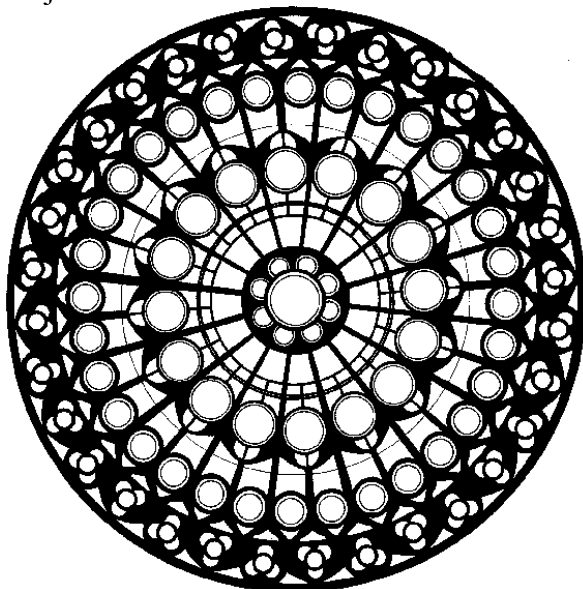
A négyszög (mint a véges anyag szimbóluma) és a kör (mint a végtelen egység szimbóluma) kapcsolata megfelel a keleti yantrák felépítésének. Ugyanez fellelhető az iszlámban és a katedrálisok portáljain, mindenekelőtt a rózsákban is. Tekintsük meg a Clermond-Ferrand déli rózsáját, ahogyan az a végtelent a végesen belül kifejezi, és ehhez olyan tiszta ornamentikát használ, amely akár az iszlám művészetből is származhatna.



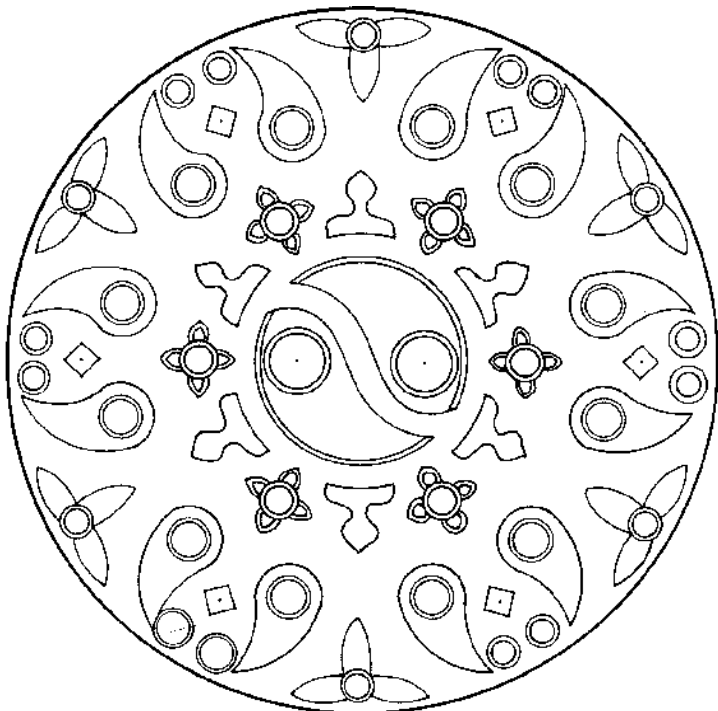
A párizsi Notre-Dame nyugati rózsájában, amelyet Ön a 82. oldalon egyszer már megfestett, van Szűz Mária a gyermekkel, körülvéve 24 mezővel, melyek szép egy-ségben a tizenkét állatövvel, az erényeket és a bűnöket, meg a prófétákat tartalmazák.



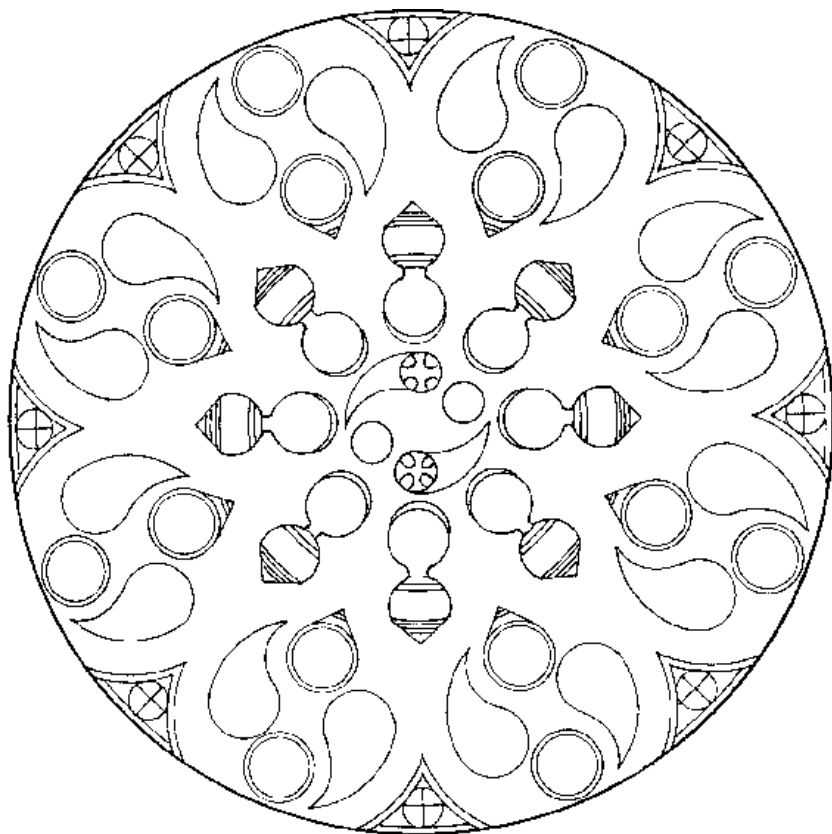
Néhány keresztény szent különös szerszámot hord magánál, melyet mint alkímistahengert nem nehéz felismerni, ugyanígy például nem nehéz felismerni a kinyilatkoztatás presbitereit a Santiago de Compostella-i katedrálisban. A spanyol kolostor és zarándoktemplom, San Juan de la Peña egy reliefsjén határozottan fel lehet ismerni egy athanort, egy alkímista-tűzhelyet és a párizsi Notre-Dame északi, még ma is alkímistának nevezett rózsáját.



A lyoni katedrálisban a T'ai Chi-jel szimbóluma van a centrumban, tehát pontosan ott, ahol annak a taoista hagyomány szerint lennie kell. Az apokalipszis 24 presbitere veszi körül.



A toulous-i katedrális egyik rózsája szintén egy, a T'ai Chi-hez hasonló szimbólumot mutat, és még egy további utalással is szolgál. Ez a rózsza közepén tartalmazza a "templomoskereszt" két ábráját. Talán a templomosok bírják a székesegyház még mindig rejtélyes keletkezésének megértéséhez és titkos szimbolikájához a kulcsot. Mert mind a mai napig tisztázatlan, hogy a gótika hogyan tudta ily rövid idő (mintegy 100 év) alatt ezen óriási épületek sokaságát létrehozni, minden előkészület nélkül – mert nincs általunk ismert sikertelen kísérlet, nincs semmiféle hozzávezető út. Ráadásul a legtöbb olyan helységben áll, mely mind a mai napig kicsiny, akkori-ban pedig bizonyára semmiféle tekintetben nem voltak abban a helyzetben, hogy egyedül pénzt, tudást bocsássonak az ilyen építkezések rendelkezésére. Ebben az időben – a pápaság mellett – csak a templomosok rendelkeztek befolyásos és hatalmas szervezettel a nyugati világban. Kezdetben a Nyugat és a Kelet ellenségként álltak szemben egymással, később azonban mint egymást kölcsönösen megtermékenyítő pólusok működtek tovább.

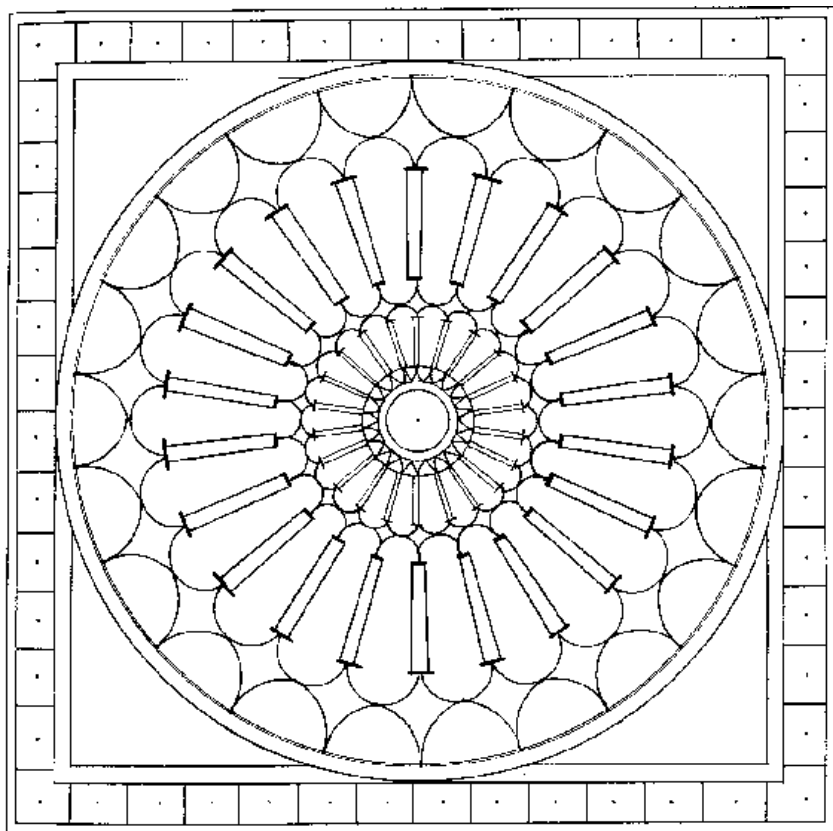


A sorskereket különböző helyeken, különbözőképpen ábrázolják. Cowen, a rózsab-lakoknak egy csodaszép könyvet szentelt, úgy találta, hogy az általa "szerencseke-rék"-nek nevezett sorskerék a gótika rózsájává fejlődött, és az állatövekből az evan-gélisták szimbóluma lett. Mindez ismert jelenség: a régi tartalmat átveszik, és az lát-szatra alkalmazkodik. Ezen elv alapján épültek fel a régi druida kultikus helyeken a keresztény templomok, és a régi zarándokutakhoz, mint a Santiago de Compostellára vezetőkhöz, új keresztény tartalmak kapcsolódtak. A beauvais-i homlokzat sorskere-kében ábrázolták a 10. tarotkulcsot, és az egykori egyiptomi alakokat nyugati ruhákba öltöztették.

A gótikán kívül is találunk kultúrákat összekötő szimbólumot templomainkban. Gondoljunk a romantika egyszerű szerkezetű keréklablakainak szimbolikájára és a buddhizmus újjászületési kerekére. E kerék közepén nyugszik a megváltás, amit gyakran ezerlevelű lótusszal ábrázolnak, és amely leginkább Buddha fejéből nő ki. A keresztény keréklablak közepében is van megváltás, itt is gyakran virággal, rózsával ábrázolják. Ez Mária és a szeretet jele, de megnyilvánulhat a Logosz által is, aki Krisztus. Gyönyörű példája ennek a következő mandala: a 14. századból származó orvietói dóm nyugati homlokzata, melynek centrumában ornamentikák által körülvé-ve látható Krisztus feje. A mandalát, itt újra négyszög veszi körül, a külső mezőkön 52 fejet találunk, melyek bizonyára az év 52 hetét reprezentálják. E keréknek van még egy különössége, nevezetesen a 22 küllője. Ez is egy fontos ősi szám, hiszen 22

tarotkulcs (nagy arkanum) és 22 betű van a héber ábécében, melyek komoly szerepet játszanak a Kabalában. Egyre csak ugyanazokkal a szimbólumokkal találkozunk, melyek ugyanahhoz a forráshoz irányítanak bennünket. A továbbfejlesztett ábécénk is »még« betűkből (németül: bükkbotokból. *A fordító.*) áll, amelyek azokra a bükkbotokra utalnak nyelvileg, melyeket a régi germánok és azok elődei arra használtak, hogy kiolvassák belőlük az istenek akaratát. Mert ezek a betűk eredetileg nem az emberek közti információrendszer, hanem egy divinatórikus, isteni írásrendszer elemei voltak, melyben a törzs papja botdobásból értelmezte Isten akaratát, hasonlóan a taoisták cickafarkszárak vetésével végzett Ji Csing orákulumához.

A rózsák szimbólumvilágán át vezető utunkon hasznos lehet, ha újra tanulunk, újra figyelünk a betűkre, hogy megfejtsük a teremtés nyelvének struktúráját.



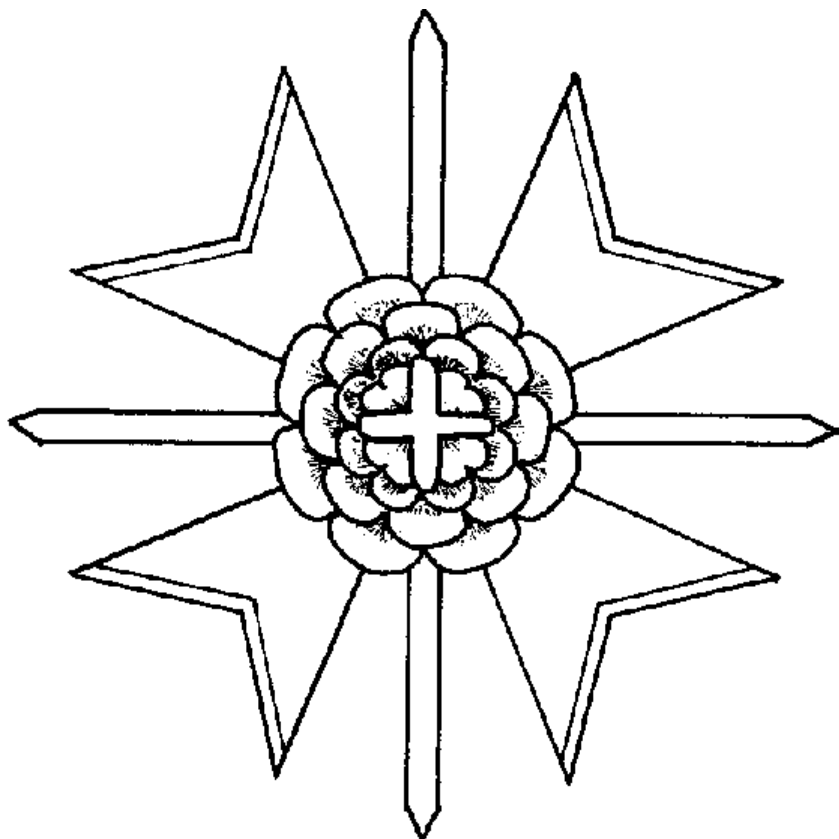
A következő gyakorlat most egy katedrálisba vezet; hiszen nyugati múltunk ezen gigantikus bizonyosságai még mindig köztünk vannak, különös felügyelet alatt állnak, és biztos, hogy ez nem véletlen. Még olyan (gyökerekig hatoló) radikális mozgalom mint a francia forradalom sem érte el azt, hogy a katedrálisokat komolyan megrogálják. Viszonylag ártalmatlan pusztítások azonban mind a mai napig előfordulnak. Egyszerű lett volna köveket dobni a "jámbor" ablakokba, ám ezek a kövek a vallás elleni gyűlölet dacára sem kezdtek repülni. Rám személyesen a kölni dóm sorsa tette a legmélyebb benyomást. Nekem még mint gyereknek mutatta meg apám a szétbombázott Köln városképét. Megdöbrentett a tény, hogy az óriási fekete dóm külsőleg szinte sértetlenül emelkedett ki a romsivatagból. Akkortájt keveredett bennem a "Szóval mégis vannak védőangyalok?!" és az "Itt valami nincs rendben!" érzése. Akármilyen magyarázatot fogad el az ember – ezek a hatalmas építészeti műemlékek még mindig itt vannak, és nem tekinthetünk el tőlük.

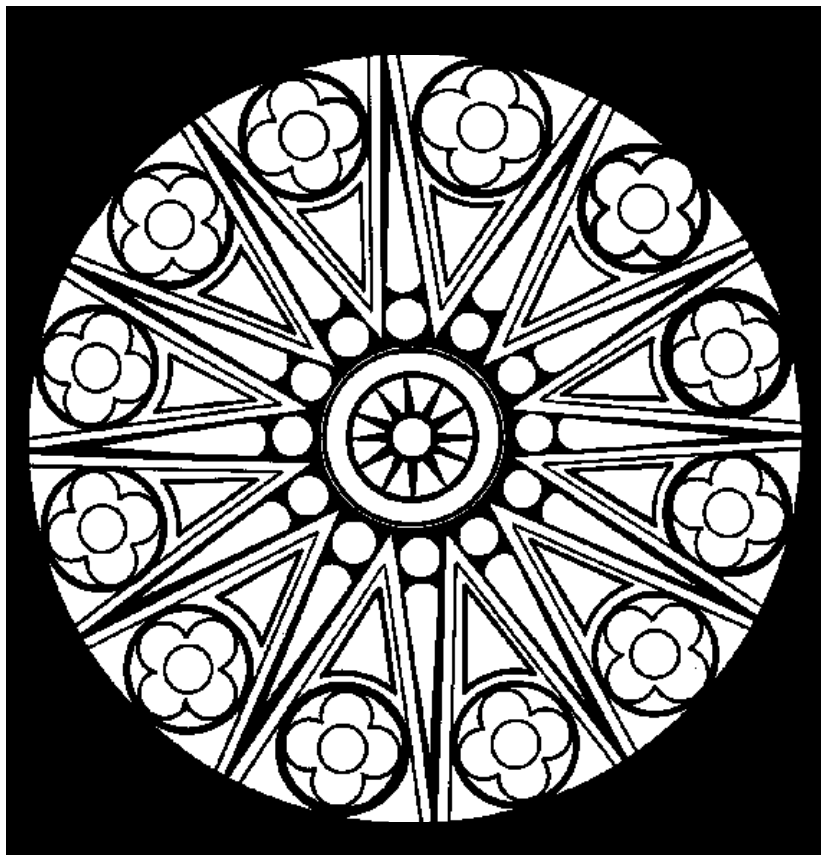
Látogasson meg hát egy Önhöz közel lévő katedrális! Üljön le a templom hájójában úgy, hogy egy rózsza essen a látóterébe. Ha megtalálja a *helyét* a templomban, hagyja, hogy tekintete körbejárjon a rózsán, és tartsa szemmel. Nem a felismerés a fontos, hanem a nézés. Így anélkül is megnyugszik a tekintet, hogy csinálna valamit. Hagyja, hogy megtörténjen, aminek meg kell történnie, és ha semmi sem történik, akkor pillanatnyilag az a legjobb.

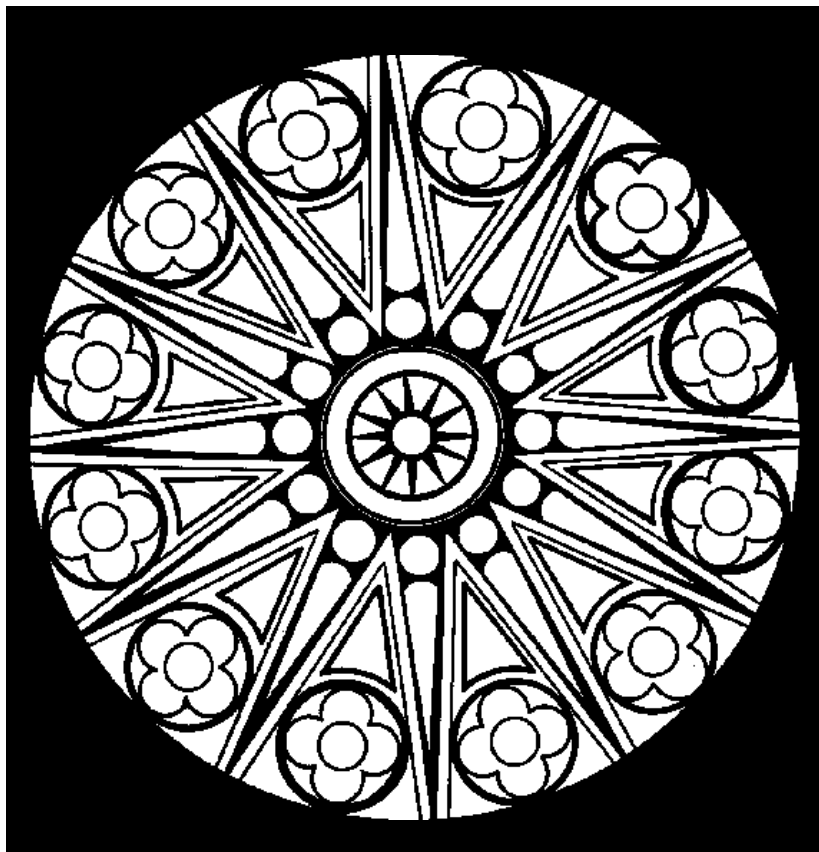
Ismételje meg ezt a gyakorlatot a rózsablak előtt egy másik napszakban, és figyelje meg, miként változik minden időben az ablakokban tükröződő teremtség. Egyedül csak a középpont marad változatlan, s közben átélheti a rózsablak üzenetét egyszer a reggeli, másszor az esti fény színeiben.

A 109-110. oldalon ugyanazt a rózsát találja. Fesse ki először a reggel, aztán szemben az este színeiben.

Ha ezt a gyakorlatot egy katedrálisban végezte, akkor észrevehette, hogy az valóban a fényhez igazodva épült. A főhajó pontosan nyugatról keletre mutat, és az oldalhajó a latin kereszt rövid északi-déli szárát képezi. Ez nem véletlen, majdnem minden katedrális így állítottak be, a legtöbbjük keletre mutat (latinul *oriens*: Kelet, reggel, Napisten). Régen még az oltár is a kereszt két szárának a metszéspontjában, azaz középen állt, mint Chartres-ban a mai napig. Így történhetett meg a változás, a hit titka, végtelen az isteni területén. Mert hiszen a kereszt is a mandalából keletkezett, ezt gyönyörűen megfigyelhetjük (a 61. oldalon) az iránytű rózsáján, vagy a rózsakereszt szimbólumon.







Feltehetnénk magunkban a kérdést, hogy lehet az, hogy a keresztény templomokat így orientálták... igen, miért használunk mi Nyugaton egy ilyen szót amely nem tartalom nélküli "irányt keresni"-t jelent hanem szó szerint "keletet keresni"-t. Talán azért mert a fény keletről jön? És az ősi ezoterikus bölcsesség az "ex oriente lux", amelyet mi is minden reggel megfigyelhetünk az égen, érvényes a keresztény vallásban is. Nyilvánvalóan, noha alig akad ma pap, aki ennek jelentőséget tulajdonít.

A katedrális egy alig ismert, feledésbe merült rend sok elemét tartalmazza. A legtöbb rózsa a megfelelő égtájat követi tematikájában is: északra a *múltat* helyezték, gyakran az ótestamentum jeleneteivel, vagy a gyermek Jézussal vagy Máriával; délen inkább a *jelent* találjuk újtestamentumi témákkal; nyugaton a *jövő* helyezkedik el, mondjuk az utolsó ítélet által ábrázolva, vagy Krisztussal mint a világ bírójával vagy az Új Jeruzsálem felépítésével; keleten nincs rózsa, ott a főoltár. A Kelet már minden rózsa középpontjában – az ott uralkodó tér- és időnélküliségben – jelen van. Ha az időt lineárisan – mint egy egyenes időtengelyt képzeljük el, mely a jövőből jön és a múltba vezet, akkor azt látjuk, hogy a jelen pillanatnak, az úgynevezett *idő* pontnak egyáltalán nincs kiterjedése az időtengelyen, az úgyszólván *időtlen*. Ahogy korábban a teret leplezte le számunkra a mandala, úgy a rózsa az időt mint illúziót leplezi le: kívül a rózsa szféráiban ábrázolják, ezt mi polarításban – különböző képekben – észleljük, az évszázadokéban, a 12 hónapéban, az év 52 hetében, az állatövben. Mindez összetart, a középpontban egyesül, és ezzel eltűnik az időtengelyről. Amíg kívül a

Teremtés uralkodik a sorskerék törvénye szerint az időn keresztül, addig a középben a Logosz uralkodik, Krisztus által, az örökkévalóságtól az örökkévalóságig.

És még egy idővel összefüggő jelenségre hívja fel figyelmünket a rózsza: míg kint a teremtés polarításában minden szüntelenül fejlődik és mozog (minden folyik, ahogy Hérakleitosz megfogalmazta), a közép időtlen, örök nyugalomban marad.

Ebből az a tanulság vonható le, hogy a mi poláris világunkban egyedül az biztos, hogy semmi sem marad úgy, ahogy van. Csak ha visszatértünk a középbe, akkor fogjuk átélni, hogy minden úgy marad, ahogy van: örökké, időtlenül.

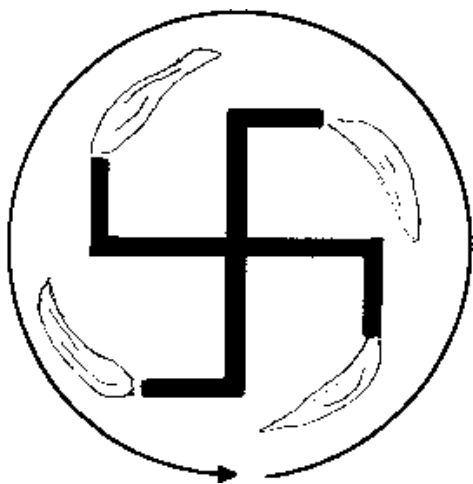
E helyzethez tökéletes analógiát találunk a fizikai környezetben. Tudjuk, hogy ez a világ atomokból épül fel, és hogy ezek az atomok tulajdonképpen energiából állnak, tehát az anyagi rész egész kicsi és a középben van. Mi egy illúzióvilágba ágyazva élünk egy üres világban. Az egyetlen, ami valóban van, egészen a közepében van, de azzal sohasem érintkezünk Amivel mi érintkezésbe kerülünk, az bizonyítottan illúzió.

Amikor Krisztus a rózsza centrumában trónolva így fogalmaz: "Senki sem jut el az Atyához, hacsak nem általam", ez számunkra azt jelenti, hogy egy út vezet csak az égbe Istenhez, és ez az út egyetlen, idő és tér nélküli egység közepén keresztül viszik vissza abba a paradicsomba, ahol Ádám és Éva még nem ismerték fel, hogy különböznek, mert az egységben nincs (férfi és nő = poláris) megkülönböztetés.

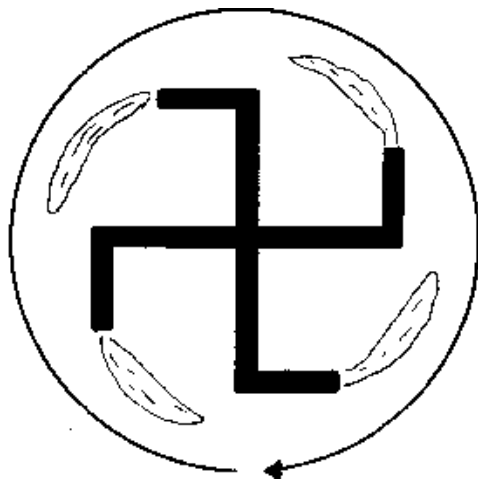
A fenti krisztusi mondathoz még egy további hasonló szellemű kiegészítés járul: "Bizony mondom Néktek: a mennyei birodalom bennetek van!" Innen nézve térképpé lesz számunkra a rózsablak, mint egyébként minden más mandala, nemcsak az egész univerzumé, hanem belső lelki tájunké is. Így már nem csodálkozunk többé, hogy ugyanaz a térkép mindenütt feltűnik mint jel és szimbólum, és mindenütt, minden egyes ember belső lényé felismeri: ez a szimbólum itt volt és itt is marad örökre, hisz minden szinten létezik. Nem is lehet – ahogy a rövid történelmi áttekintés bizonyítja – eltörölni a föld színéről. Minduntalan felszáll a lélek mélyéről, és ha vissza akarjuk szorítani, akkor is újjá fog születni, ahogy a népek meséi és mondái. Nincs menekvés a mandalák területéről. A kör mindig újból bezáródik, akármennyire is védekezünk ellene. Akármit követünk is el a mandala ellen, mindig fel fog bukkanni, mindig fel fogjuk ismerni egy vadászbombázó kormányművén vagy a betlehemi csillagban, egy forradalmár sapkáján vagy a Notre-Dame rózsájában.

Még ha egy a rend ellenében balra forgó kerékkel tesszük is – mint ahogy ez a svasztikával, az ősi jellel, a runával történt –, a sorskerék természetéből adódóan fent újra lent lesz, és megfordítva. És valóban, még a horogkereszt hatalomgyakorlásának idején is kialakult egy kiegyenlítő ellenerő a fehér rózsza szimbólumával, amely igyekezett visszajutni a középhez.

Önkéntelenül is a T'ai Chi-jel fekete mezőjében lévő fehér pontra emlékezünk



Bocsásson ki tüzet a horgkereszt meghajlított végeiből! Így indiai tűzke-reket kap. Ez balra forog, és kaotikus, pusztító erőket szimbolizál.



A napkerék az óra mutatóival együtt forog, és kozmikus, építő erőket szimbolizál.

A gótikus ablakrozetták közepén lehull a lepel létünk két nagy titkáról; a térről és az időről. Így emlékeztetnek bennünket egy másik mandalára; amely szintén egy szimbólumban köti össze a teret és az időt: a horoszkóp az a tér-idő egyenlet, amely egy személy vagy esemény születési helyéből és idejéből számítható ki. Mármint egy horoszkóp sem merev, mozdulatlan alkotás, mint azt néha feltételezik, hanem éppen úgy, mint minden mandala – dinamikus folyamat Csupán, a középben uralkodik nyugalom, addig viszont hosszú az út. A legjobb, ha egy fölfelé keskenyedő spirált képzel el, amelyik olyan, mint egy csigaház. Ha a kört körbefutottuk, kezdhetjük előlről, csak egy picit magasabb szinten, és ezúttal valamivel kisebb lesz, így közeledünk a közepe felé, a *megváltáshoz*. (Vesd össze ezzel a buddhisták újjászületési kerekét és az ingát!)

A rózsablakot a világ horoszkópjának tekinthetjük A világ születését és annak további fejlődését ábrázolja, mint egy horoszkóp.

Színezzé ki most ezt az ábrát, a horoszkópmandala régi ábrázolását – amennyiben Önt ez érdekli – olyan színekkel, melyek illenek az egyes szférákhoz és a bolygókhoz.

Ha eddig még nem foglalkozott asztrológiai szimbolikával, íme néhány rövid utalás:

az állatövek 12 jegyét a 4 elemhez rendelték:

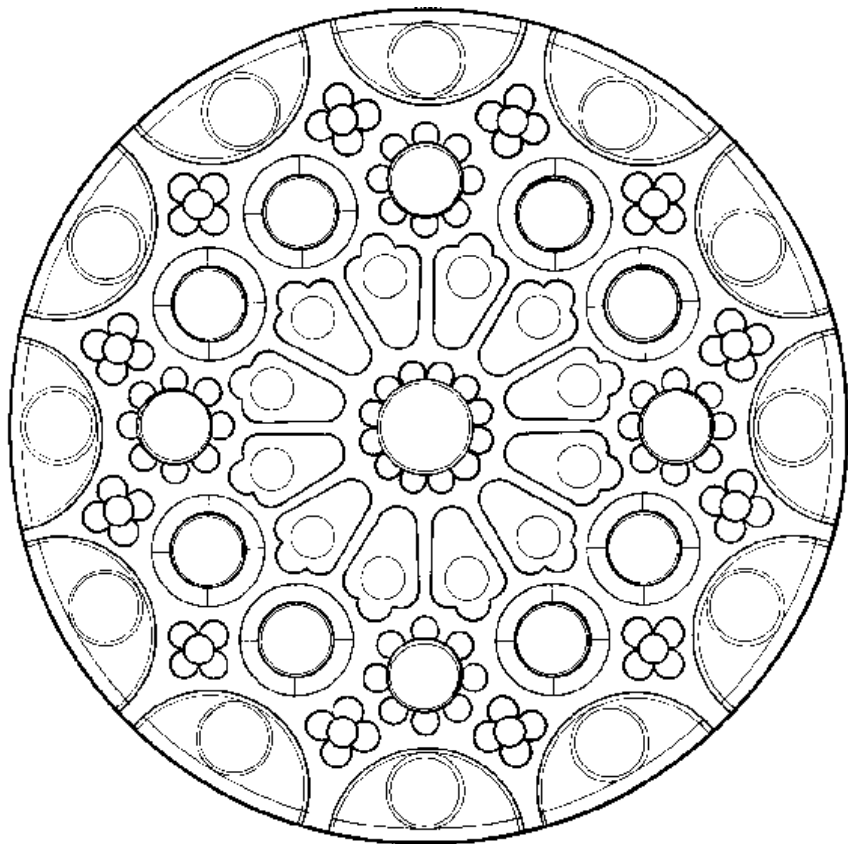
a három Tűzjegy:	kos – oroszlán – nyilas
a három Föld jegy:	bika – szűz – bak
a három Levegő-jegy:	ikrek – mérleg – vízöntő
a három Víz jegy:	rák – skorpió – halak

Már ebből a felosztásból is adódik a színek egy – bizonyos elrendezése. Ha Ön még a bolygókat is figyelembe veszi, amelyek az állatövekhez tartoznak, akkor tovább differenciálhat. A Mars (piros) a Kosban, a Vénusz (zöld) a Bikában, a Merkúr (sárga) az Ikrekben, a Hold (ezüst) a Rákban, a Nap (arany) az Oroszlánban, a Merkúr (narancs) a Szűzben, a Vénusz (zöld) a Mérlegben, a Plútó (sötétvörös) a Skorpióban, a Jupiter (ibolya) a Nyilasban, a Szaturnusz (fekete) a Bakban, az Uránusz (kék vagy tarka) a Vízöntőben és a Neptun (palackzöld) a Halban találja meg a helyét. Ezek a színodarendelések vitatottak, nem egyértelműek, de ez, a mi célunkat illetően, érdektelen.

Keresse ki az érzése szerint legjobb elrendezést!



A rózsababokban a világ születése egy robbanásra, a tudomány által is feltételezett ősrobbanásra hasonlít. A fény elemekre bomlik, színes és sugárzó lesz, a széle felé egyre jobban megszilárdul, majd kővé mered. Fordítva pedig a rózsza visszaveszi a teremtést, egy pontba gyűjti, mint egy gyűjtőlencse, amely sugarai középpontjában gyűjt tüzet. Némely rózsza szélén csakugyan gyűjtőlencse formájú szerkezetek vannak. Ezek összpontosítják a fényt, például a chartres-i déli rózsza, ahol tizenkét ilyen gyűjtőüveg irányítja középre a figyelmünket. A középső medalionnak szintén van tizenkét gyűjtőüvege, ami által az ott ábrázolt Krisztus a szó igazi értelmében gyűjtő-pontjává válik az univerzumnak, megvált bennünket a sors, ahogy a nirvána üressége a buddhistát az újjászületés kerekétől.

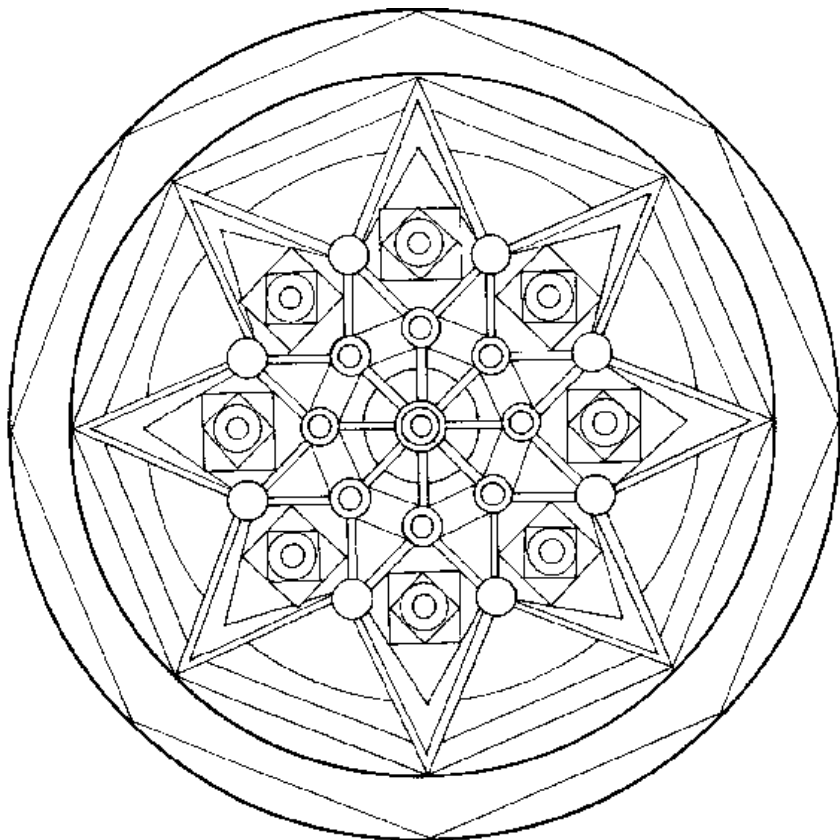


A fény a rózsák központi jelensége és a gótika egyik titka. Az íves ablakok üvege mind a mai napig őrzi titkát, a sok kísérlet ellenére soha többé nem sikerült hasonlóan káprázatos színes üveget előállítani. Valami keveset tudunk, de a végső titok felderítetlen, mint sok egyéb a gótikában. Állítólag a 13. században drágaköveket öntöttek a üvegablakokba, hogy az több fényt tartson fogva, mert a drágakövek, mindekelőtt a gyémánt titka épp az, hogy bár beereszti a fényt, sajátos fénytörése révén alig engedi szabadon, az tehát fogva marad a kőben és csillogtatja azt. Hasonló jelenséget mutatnak a rózsablakok, rajtuk, mint a drágaköveken keresztül tör be a fény, és a katedrális belsejét misztikus megvilágításba helyezik. Így lesznek az ablakok a katedrálisok csillagaivá és a rózsák azok Napjává. A rózsák mint a Nap szimbólumai és képmásai a valóságos Nap meg a katedrálisban lévő emberek között teremtenek kapcsolatot. A rózsablak a Napot közvetíti felénk, melynek fényébe közvetlenül aligha pillanthatunk, mint ahogy Isten jelenlétét sem viseljük el közvetlenül. A rózsablakok centrumát képező Logosz pedig köztünk és Isten végtelensége között teremt összeköttetést.

A katedrálisok kupoláján, fenn az emberek felett, csillagként ragyogva mutatják a rózsablakok az utat a templom hajójában, úgy, ahogy a betlehem-i csillag mutatta azt a három napkeleti bölcsnek. És még mindig ugyanazt a Krisztushoz, Logoszhoz vezető utat mutatják. Dávid csillaga is, az a hatágú csillag – melyet gyakran ábrázolnak egymáson áthatoló háromszöggel, a tüzet és a vizet jelképező vörös és kék szín-

nel, a rózsablak főszíneivel –, mely a makrokozmoszt a mikrokozmoszsal egyesíti, szintén a fény születését hirdeti a téli napfordulón, tehát a legnagyobb sötétség idején, ahogy a rózsablakok is a legnagyobb sötétség idején üzentek

| Formáljon csillagot a bourges-i katedrális kupolájából!



A SZÍNEK VILÁGA

A teremtés története ezekkel a szavakkal kezdődik: "Legyen fény!" A fény tehát kezdettől fogva a középpontban áll. Fény nélkül semmi sem nyilvánulna meg számunkra. A rózsablak a katedrális fényét közvetíti az emberekhez, és így maga is a teremtés mása. Egy központból indulva terjednek a világ színei és struktúrái, amelyek kifelé egyre anyagibb jelleget öltenek, míg végül a katedrálisok kőfalainak szerkezeteibe torkollnak.

Ahogy minden tér a tér nélküli pontból fejlődik ki, úgy keletkezik az egész világ a fehér fényből, amelynek színeiben és formáiban állandóan elveszünk. A rózsafényjátéka ugyanúgy a középen lévő Lényeghez, Logoszhoz vezet, mint ahogy a katedrális lényege a belső térhez, nem holmi kőfalakhoz és tornyokhoz. Noha a polaritáshoz kötődve mi formákra és struktúrákra gondolunk inkább, ha katedrálisról beszélünk.

De a lényeg sohasem a formákban rejlik, mindig amögött húzódik valahol, és a forma csupán segíteni tud abban, hogy rajta keresztül eljussunk a lényeghez. A keréknél is üres a középpont (a tulajdonképpeni lényeg, a kerékagy) és mégis minden, a szó legszorosabb értelmében körülötte forog. Így a rózsafény lényege szintén a közepében, az Aquinói Tamás emlegette "arany középben", a Logoszban van, tehát abban az

ideában, amely a középső kép mögött lappang. Minden, ami ebből a középből kinő, az "a 10 000 dolga a világnak", olyan alkotás, ami mögött újra meg kell találnunk az *Egyet*.

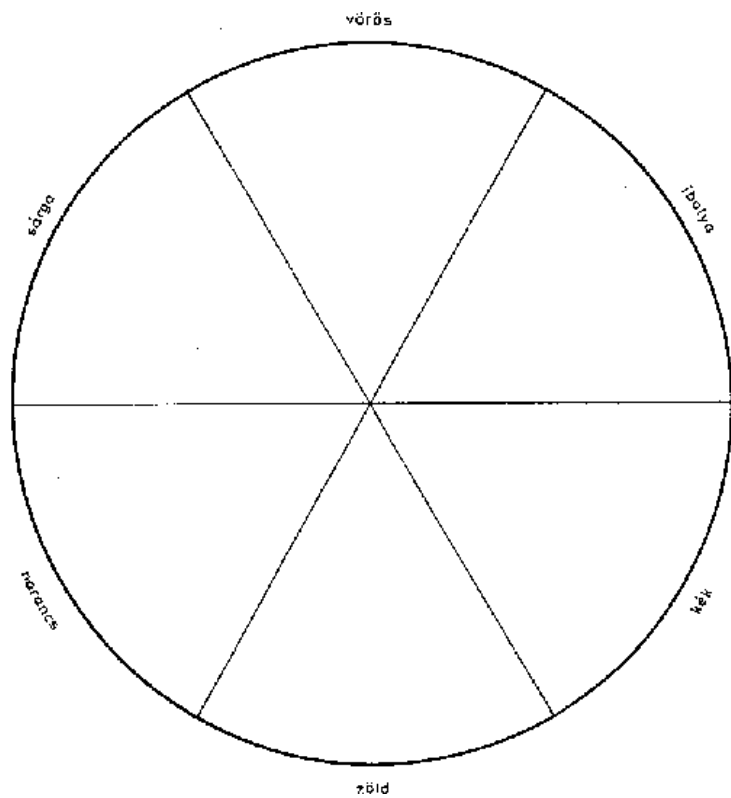
Ebben segítenek nekünk a katedrálisok rózsái, mert úgy hatnak, hogy miközben a fényt szétszórják, a szemet fogságba ejtik és a középre, a lényegre irányítják, és ott a centrumban fixálják. Mint minden szép dolog a világon, ami leköt minket, így a színek és a formák is az illúziók világába tartoznak.

A bőség képével kápráztatnak el és mégis a hiány, a fény hiányának a kifejeződései. A mindent átfogó egység a középben van, ott, ahol nincs szín, kifelé viszont a polaritás világa kezdődik. A mi világunkban mindent az ellentét, a hiányzó pólus határoz meg: itt valami kicsi, mert valami más nagy, ott valami forró, mert valami más hideg, a jónak rossz kell, a szépnek csúnya, a gazdagnak szegény, a férfinak nő, még Krisztusnak is szüksége van egy ellenpólusra, a Sátánra, akit tisztel; mint "ennek a (poláris) világnak az urát". Következésképp minden színnek megvan az ellenszíne, nevezetesen az, amelyik hiányzik ahhoz, hogy az egész újra fehér legyen. Így minden egyes színnek tulajdonképpen szüksége van az összes többire, hogy megint fehér legyen. Kicsit leegyszerűsítve a dolgot, minden színnek megvan a maga kiegészítő színe, amellyel együtt megközelítőleg fehéret (a gyakorlatban inkább szürkét) ad. Ha egy tárgy piros annak a zöld hiányzik, és fordítva, ha kéknek tűnik valami, úgy a sárga hiányzik neki, és így tovább.

Hogy a színek lényegével jobban megismerkedjen, végezzen el néhány egyszerű gyakorlatot!

Hogy minden szín a fehérből keletkezik hogy a fehér tartalmazza az összes színt, kiderül abból, ha a Nap normális fényét vagy annak kicsinyített mását (például a villanykörte fényét) prizmára veti. Ha ez túl komplikált Önnek, gondoljon a szivárványra, ami (egyébként szintén egy természetes mandala) úgy keletkezik, hogy a fehér napfény megtörik a számtalan esőcseppen. A következő mandalán ezt még egyszer egészen világossá teheti.

Fessen ki minden mezőt a megadott színnel!



És ha most kedve van, a szivárvány összes színét újra fehérre teheti. Nem kell hozzá mágia, csak egy kis munka: fessen magának ismét egy színes kerek mandalát, vágja ki azt, majd ragassza rá egy kerek keménypapírra szúrjon lyukat a közepébe és rögzítse ezen a lyukon keresztül egy gombostűvel egy talpazatra. Ezután már csak a korongot kell megforgatnia, mégpedig olyan gyorsan, hogy nehézkes szemünk (!) számára látszólag álljon. Az egyetlen szín, amit ekkor lát, újra fehér.

Így visszavezette a teremtés egy ciklusát az egységhez, hisz a színek sokaságából újra létrehozta az eredeti fehér színt.

Ennek fordítottja történik a gótika rózsáiban. Nemcsak a teremtést ábrázolják bennük képileg, hanem a fény átváltozása a színek sokaságába állandó teremtéssé teszi őket, hisz az univerzum a belső fény által minden másodpercben újrakeletkezik, ugyanúgy, mint az indiai felfogásban, ahol az univerzum minden pillanatban újra létrejön.

Ha Ön a rózsza szemlélése közben hirtelen a színes sokféleségen át a Középbe zuhan, és már csak fehéret lát – a *megvilágosodás* egy pillanatában –, akkor semmi más nem történik, mint ami történt egyszerű gyakorlatunk során. Egy teremtési ciklus visszatért a kezdetéhez. Ne aggódjon, újra fog kezdődni.

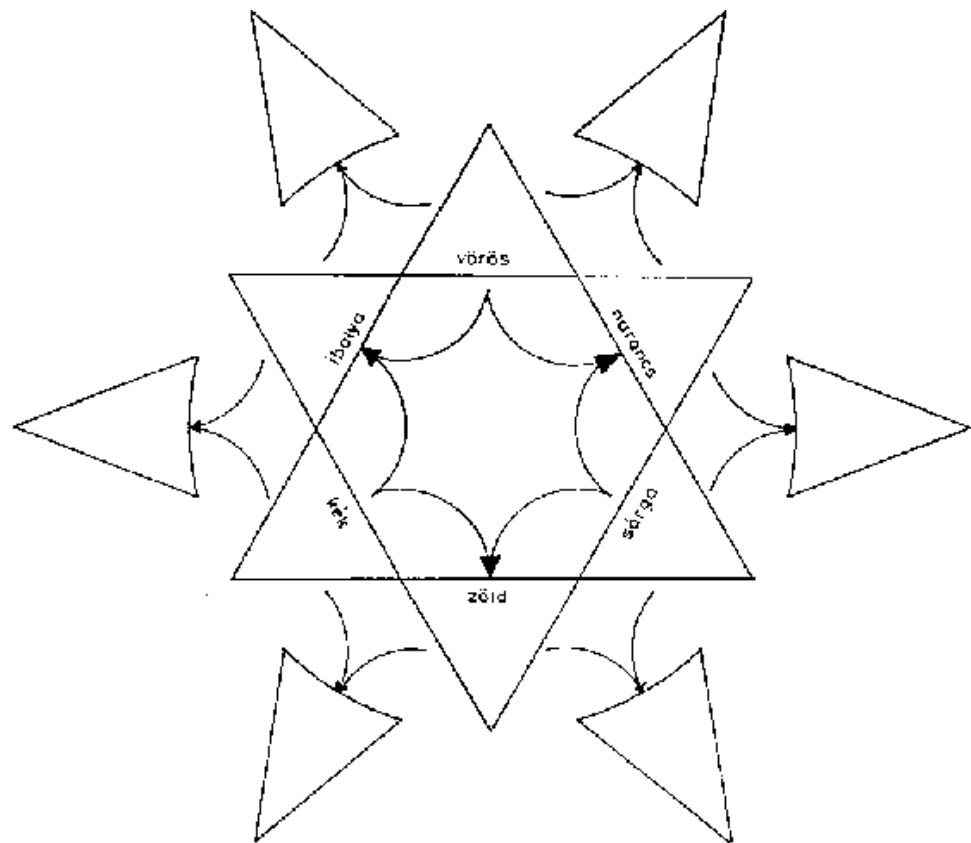
Ebben a gyakorlatban a színek teremtéstörténetét festve akarjuk megmagyarázni értelmünknek. Az alább lévő rajzon hagyja a Dávid-csillag belső hatszögét fehérén,

mint eredeti színt. A felső háromszöget fesse pirosra, a bal alsó háromszöget kékre, a jobb alsót pedig sárgára, a három úgynevezett alapszínnek megfelelően. A köztük fekvő háromszögek színei szinte maguktól adódnak, ha követi a nyilakat, és keveri a két szomszédos színt... miután a piros és a sárga együtt narancssárgát, kék és sárga zöldet, kék és piros lilát ad. Ezek a másodlagos színek. Most már bizonyára azt is megérti, hogy a színes televízió három színnel az összes többit elő tudja állítani. A továbbiakban csak a két szomszédos csúcsot vagy színt kell összekeverni, és így megkapjuk az összes, lehetséges (hangsúly az "összesen") színárnyalatot.

Például a vörös és a narancs narancsvöröset ad. A sárga és a zöld sárgászöldet, és így tovább vég nélkül.

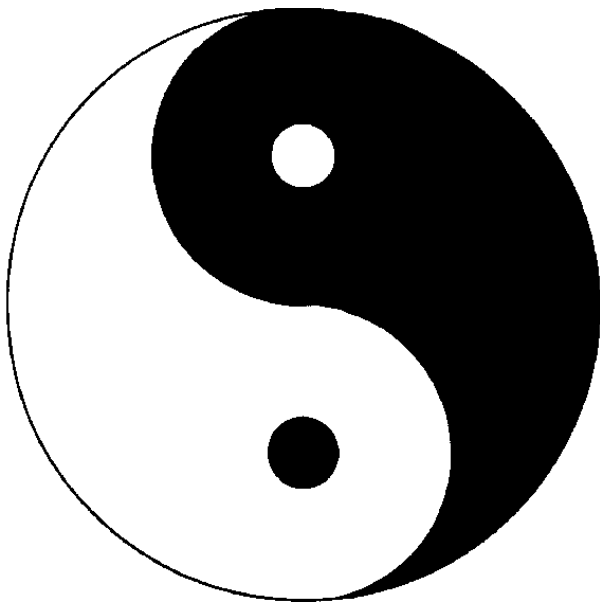
A színek néhány titkát még leleplezi a színcsillagmandala:

1. A kiegészítő színek (mint ellenpólusokhoz illik) egymással szemben helyezkednek el.
2. Összekeverve újra fehéret (szürkét) eredményeznek. (Csak a három alapszín fényből való keverése hoz létre fehéret, festékekkel ezek csak feketéhez közelítő szürkét adnak. *A lektor.*)
3. Egymás mellé helyezve a lehető legnagyobb kontrasztot képezik.
4. Minden kiegészítő szín pár három primér színt tartalmaz, amelyek együtt újra fehéret alkotnak.



Most vegyünk még egy játékot, amely a színeket mint a polaritás kifejeződését velünk felismerteti.

Világítsa meg egy viszonylag sötét helyiségben a következő, Ön által már ismert szimbólumot, aztán tekintsen rá néhány percig nagyon erősen és intenzíven! Majd csukja le a szemeit és figyelje meg, hogy mit lát maga előtt.



Helyes, ha fekete szimbólum helyett fehér szimbólumot lát fekete alapon, tehát a kiegészítő színt. Ez az úgynevezett "utókép" mindig az ellen- vagy kiegészítő színből áll.

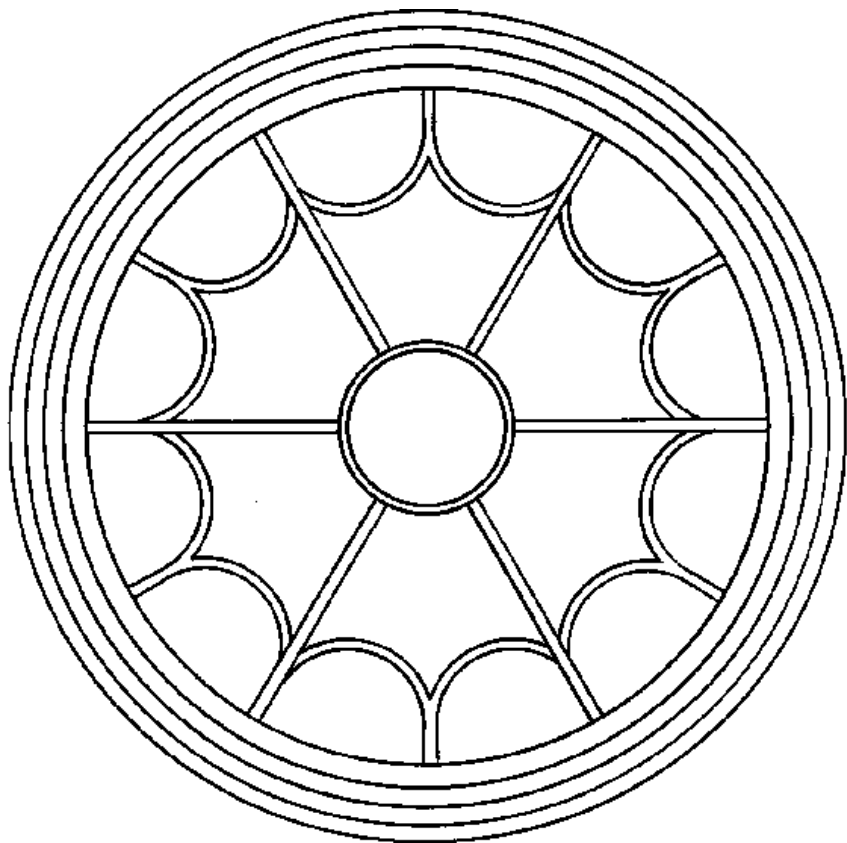
A gyakorlat megmutathatja nekünk, hogy az ellenpólus milyen közel van a tudatunkban. A szó szoros értelmében közvetlenül mellette, az "árnyékban" van elrejtve.

Szeretet és gyűlölet, mint a népnyelv is tudja, nagyon közel vannak egymáshoz – és minden pólusnak megvan az ellenpólusa, minden álláspontnak az ellenálláspontja.

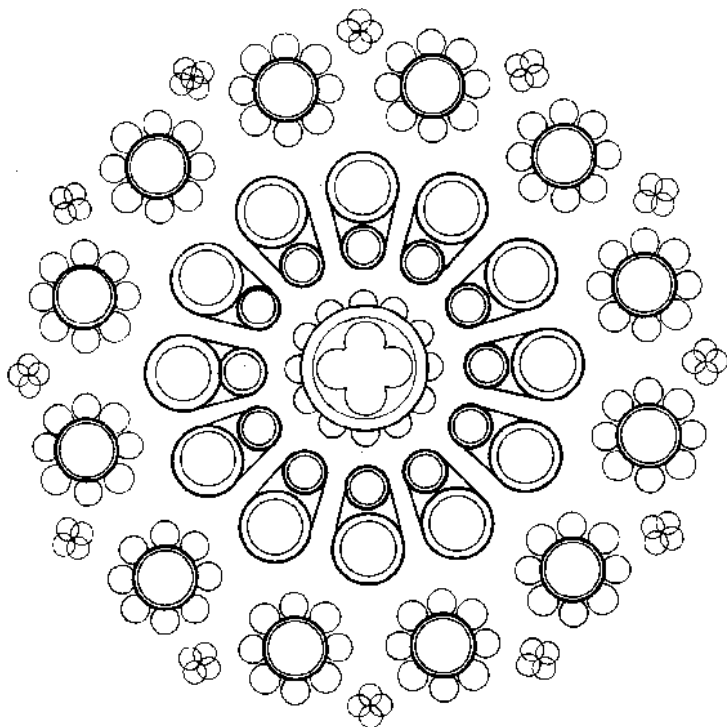
Figyelem! Tudatosítsa magában, hogy ez alól a törvény alól nincs kivétel, s ez megváltoztathatja az Ön egész életét!

E könyv kereteit messze meghaladó gyakorlat lenne a következő: amikor észreveszi, hogy az egyik pólus felé eltávolodott, csukja le a szemét pár percre és gyűjtson érveket ez alatt az idő alatt az ellenpólus *javára*. Hamarosan észreveszi, hogy az ellenpólus az ellenkező álláspont felől ugyanúgy képviselhető. Az álláspontok végül is *mindEgyek*. Az *egyetlen* igazság, amelyet nagyon szívesen képviselne mindenki, középen van, és az éppoly könnyű, illetve nehéz meglátni, mint a tiszta fehér fényt, amelynek nincs ellenszíne, mert az *minden* szín együttlése. A fekete a színek hiánya.

A tiszta fény amely az ezoterika és a vallás számára mindig is az egység és a *megvilágosodás* szimbóluma volt, a polaritás világából egyáltalán nem észlelhető. A Bibliában ezt formálisan úgy ábrázolják, hogy amikor Isten fényjelenséggel lép fel, akkor fényessége elvakítja az embereket. Mi nem láthatjuk Istent (az Egységet), mert ha túl közel megyünk hozzá, nem tudjuk elviselni. Nekünk a polaritás szintjén a rózsablatok közvetítik és fordítják le az Egységet. Ez a közvetítés különböző állomásokon keresztül fejlődött ki. A régebbi ablakok (a legkifejezőbben a román kerékablakok) töretlenül engedték beáramlani a fehér fényt a központi nyíláson. A fény így keményen áll a fal, a teremtés sötétségével szemben, mint pl. a spanyolországi Astorgában.



A késő gótika teljesen kifejlődött rózsáiban a tiszta fehér fény szimbólumát a Logosz vagy a (Mária-) szeretet szimbóluma váltotta fel.



A SZÍNEK SZIMBOLIKÁJA

A legtöbb rózsza uralkodó színe a piros és a kék, általuk lehet a meleg és a hideg polaritását ábrázolni. E kettő közepén, mint a színmandalán is láthatjuk, van a lila, mely a szakrális színvilágban (lásd a miseruhákat!) "szent" jelentőséggel bír, hisz az embereket a spiritualitásra, a közép-re vezető útra ösztönzi.

A *kék* nemcsak a hideg színe, hanem egyúttal a befogadónak, a felvevőnek, vagyis a női princípiumnak a színe. Így ez a színe Szűz Mária köpenyének is, aki maga a nőiség, akinek a neve összefügg a kék tengerrel, a "mare"-val. A tenger az elnyelést és az elsüllyedést szimbolizálja, így a kék szín mélységet, elsüllyedést és passzivitást fejez ki, ahogy azt az alkohol élvezete után emlegetett "kék hétfő" és "kéknek lenni" példákból láthatjuk. (Ezek tipikus német kifejezések. *A fordító.*)

A kék tehát a női, a szaporító, sokszorosító princípium színe. De a Teremtő egy aspektusához is hozzájárul. Visnu, mint "a kék Isten" ismert az indiaiaknál. Agnit, "az igazságkeresés istenét" is gyakran ábrázolják kéknek. Ezzel a kék az igazság, a hűség és a halhatatlanság színévé is válik

És ahogy belemerülünk a hűvös kékbe, úgy emel ki minket a *piros*. Ez a forró és a láng színe, meg a Szentlélek színe is, mely pünkösdkor lángnyelvekben ereszkedett le az apostolokra. A bátorság színe, meg a lelkesedés tüzéé, és ugyanolyan élénkítően hat a külvilágra, mint a *lila* a belsőre. Emellett a piros a szeretet színe világunkban,

ezért beszélünk forró, sőt lángoló szerelemről. A cigányok veszélyesnek találták lakókocsijukban a túl sok pirosat, ügyeltek arra, hogy mindig elég lila vegye őket körül, mert a lila a közép kifejezése. Fontos, de érthető módon ritka szín a rózsablakokban az *arany*, mert az csak az "arany közép"-nek, főleg a Logosznak és a napfénynek jár ki, amely a megnyilvánult fényszimbólum ábrázolására szolgál.

A hétköznapi világban is csak a legfontosabb és legcentrálisabb dolgok számára van fenntartva az arany. Már az alapul szolgáló fém magas anyagi értéke is kezeskedik erről. Tehát a királyok és a császárok színe és féme ez a mi nyugati világunkban, de a világ többi részébe is. Csak a maják, aztékok és inkák mesés aranykincsére kell gondolnunk, akik számára ez a szín, mint legfelsőbb istenségük lakóhelyének, a Napnak a színe, szent volt.

Nagyon közel áll hozzá a *sárga*, amely tiszta formájában a fény színének számít. De amint átmegy fakóba vagy "kénésbe", az irigység, a féltékenység és az árulás színe lesz. Júdás Iskariótot gyakran ábrázolják ebben a színben. Ilyen a színe a kénnek, annak az alapanyagnak, amellyel az ördög a poklot fűti.

A *fehér* a töretlen fény színe, az aranyhoz hasonlóan csak a legelőkelőbbeket illeti meg. Ez a papi ruhák színe, Aaron, az egyiptomi pap, a Biblia első papja ugyancsak ezt viselte, mint az indiai guruk, és a pápa öltözete is fehér. Ezenkívül a feltámadásnak és a halálnak a színe is, mert aki fel akar támadni, annak előbb meg kell halnia. Így aztán a szellemi újjászületés színe is. Ne csodálkozzunk azon, ha más

országokban és kultúrákban, mint pl. Indiában, Japánban a temetés színe fehér. Ez csak azon álláspont kérdése, amelyből a halált nézzük. Sok országban a halotti virágok is fehérek, akárcsak azok a virágok, amelyeket az újjászületett mestereknek ajándékoznak. A lótuszvirág, a legteljesebb fejlettség szimbóluma sem véletlenül fehér Keleten, a tökéletesség mellett az abszolút tisztaságot is szimbolizálja, s ezzel megint hazatértünk; és azt látjuk, mi, akiknek mindenre bizonyíték kell, hogy a fizika szerint a fehér az egyetlen tökéletes szín, mert magába foglalja az összes többi. És számunkra is a tisztaság szimbóluma, amit "hófehér", "hattyúfehér", "liliomfehér" szavakkal külön hangsúlyozunk.

A többi szín igencsak háttérbe szorul a rózsákban, ami nem jelenti azt, hogy a mandalák kifestésekor Ön ne használjon más színt. Az indián mandalákban például a *zöld* és a *barna*, mint a természet leggyakoribb színei érthetően gyakrabban vannak képviselve. Emellett a zöld mint a béke színe nemegyszer a rózsákban is előfordul. A zöldet még az iszlám színeként, meg a növekedés szimbólumaként is számon tartjuk. Ahogy a természet kizöldülése a hosszú, halálhoz hasonló (fehér) tél után reményt kelt az emberekben, úgy szimbolizálja a zöld a tavaszt.

Természetesen még sokkal több asszociáció társítható az egyes színekhez, és még több szín is van, játszon velük tovább, ha van kedve hozzá. Nézze meg még egyszer a már kifestett mandaláit a színek szempontjából, és gondolkozzon el azon, hogy vajon mit mondanak Önnek a színek.

Szemlélje meg figyelmesen a feketét is, noha az tulajdonképpen nem szín, az csupán a színek távollétére utal, és mégis körbevesz minden rózsát, mert belülről, a katedrálisból tekintve a rózsák körüli kőszerkezetek feketének tűnnek.

Ha újfent visszatérünk a fehér szimbolikájához, akkor a fekete jelentősége hamar világossá válik. Ahogy a fehér a mindent felölelő tökéletességet ábrázolja, úgy a fekete az abszolút redukálás, minden fény és ezzel minden szín hiánya. Az asztrológiai szimbolikában a Szaturnusznak, a küszöb őrének a színe ez, nálunk pedig a gyász és a halál színe. Mindenkinek el kell haladnia a "küszöb őre" előtt, a legvégsőkre való redukálás szakaszán, mindenkinek át kell mennie a sötét póluson, az árnyékon vagy az alvilágon a fényhez vezető útja során. Ezt szimbolizálják a rózsák azzal, hogy valószínűleg arra kényszerítik a tekintetünket, hogy kövesse ezen út archetipikus menetirányát. A környező kőszerkezetek sötétjéből érkezve a szem végigvándorol a rózsaszín pompás perifériáján, és az úton egyre több fényt nyer, míg végül a tökéletes, mindent tartalmazó középben végzi.

Érdekes gyakorlat az is, hogy megtaláljuk, mit akarnak mondani a színkombinációk, hogy rájöjjünk, melyek fordulnak elő gyakran és melyek ritkán.

Már többször észleltük, hogy a piros és kék túlsúlyban vannak a katedrálisablakokon. Ezzel a két színnel gyakran találkozunk a tarotkártyák képein, és ott is ugyanazt fejezik ki: az ellentétek poláris világának egy aspektusát. Van egy színkombináció, amelyet még sohasem láttam egyetlen rózsablakban sem: a vörös és a fekete.

Az is a polaritást ábrázolja, de – már biztos, hogy Ön is észrevette – annak egy olyan aspektusát, amely nem illik templomaink képébe. Ezek ugyanis az ördög színei, és számukra nincs bebocsátás a hivatalos keresztény templomokba. Következésképp az anarchisták e színeket választották maguknak, és az észak-amerikai navajó indiánok is ezekkel ábrázolták "a pusztítás Istenét". Érdeemes talán a nemzeti zászlókat is szemügyre venni egyszer ebből a nézőpontból. A németeknél a polaritás ördögi aspektusának színei, a fekete és a vörös megelőzik a tökéletességet szimbolizáló arany színét. A régi német zászló a polaritás színeit még a középen lévő egység köré rendezte: fekete – fehér – vörös.

Ha van kedve, játsszon el egyszer a színekkel és a zászlókkal meg a jelentésükkel. Talán nem véletlen, hogy egy olyan ország, mint Svájc, amely Európában talán egyedül tekinthet vissza békés történelemre, szinte egyedül bír zászlajában egy tökéletes mandalával. Ilyen játékoknál ajánlatos vigyázni, hogy ne keverjünk bele értékeléseket, sokat tanulhatunk e téren a "kevésbé civilizált" kultúráktól. Az indiaiak Sívának, a "három Isten" egyikének, a pusztítónak, a feloszlátónak is építenek templomokat, és tisztelik őt, hiszen a poláris világban ő az úr. A navajók is imádkoznak az ő "Idegen-Isteneket-megsemmisítő" "pusztító Istenükhöz", akihez a háborúk és a természeti katasztrófák tartoznak. Benne látják a figyelmeztetőt is, aki a katasztrófákat – mint jeleket – küldi nekik, hogy visszavezesse őket a helyes ösvényre. A kabalisták szerint az ördög (németül Dahlke által elválasztva a Teuf-el. *A fordító.*)

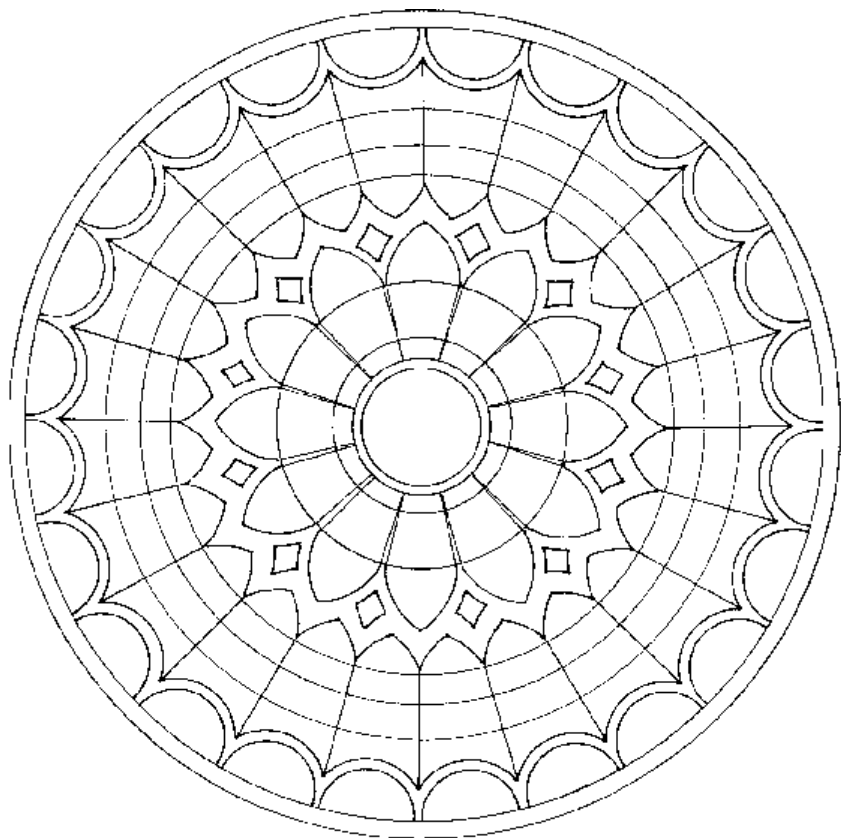
egy bukott angyal (erre bennünket az összes angyalnévben fellelhető utolsó szótag, az "el" emlékeztet), aki egy elég magas angyalhierarchiából zuhant le, miután a legfelsőbb elv ellen fellázadt. Zuhanásakor magával rántotta a világot, és annak most az a feladata, hogy újra felemelkedjen a fényhez. Ezzel szemben mi megkíséreljük az ördögöt, aki egyszer valamikor Lucifer, azaz egy "fényhordozó" volt, letaszítani a pokolba. Csak az a probléma, hogy ez a pokol *köztünk van!* Krisztus egész világosan elmondja, hogy birodalma nem erről a világról való, hogy e világnak az ördög az ura. A tékozló fiú példázata is ebbe az irányba terelhet minket, és világosságot gyűjthet Luciferrel, a fény hordozójával kapcsolatban.

Kérdés: Milyen lenne a világ az ördög nélkül?

Válasz: Nem lenne.

Nos, a színek világán keresztül az ördöghöz vezetett az utunk és ez megállja a helyét, mert a színek, a fehér és az aransárga mögött álló idea kivételével, az ő világába tartoznak. Hisz minden, amit szemeinkkel a legszebb rózsából láthatunk, a poláris világ része, és ebben az értelemben ördögi...

Formálja meg az észak-spanyolországi léoni katedrálisból származó rózsát egészen tudatosan ebből a szempontból, és jusson eszébe mindaz a tudás, amit a rózsákról szerzett.

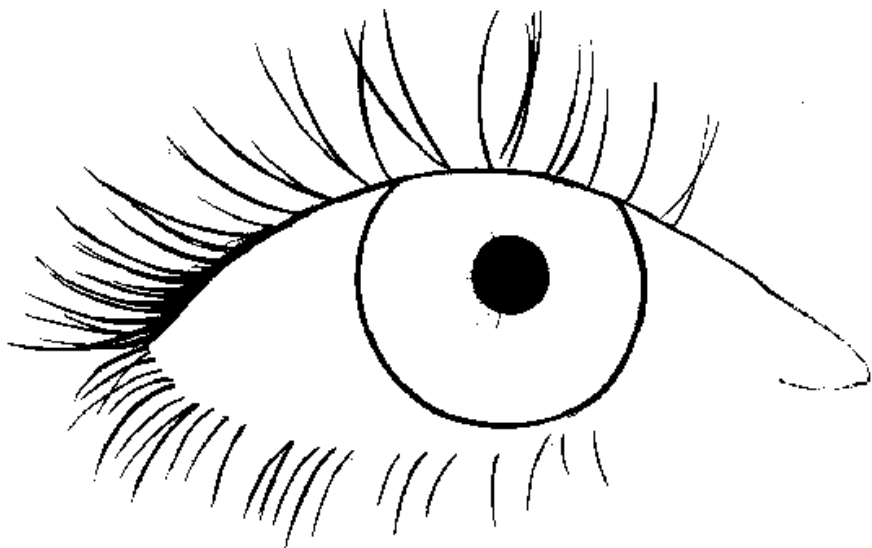


A SZEMMANDALA

A rózsák kétségtelenül bizonyos hatással vannak ránk, hisz árad belőlük egy kisugárzás. Ez talán azzal a hatással vethető össze, amelyet egy piramis tesz. Én már gyakran állítottam, hogy a mandala belső lénye hat a mi belső lényünkre, és a kettő analóg szerkezete alapján mintha felismerné egymást. Ennek most alaposabban utánanézzünk! Az biztos, hogy a rózsza rendje a belsejében lévő üvegfestékből kiindulva, a színeken és formákon keresztül, az ónkeretet is beleértve, a külső kőszerkezetig folytatódik, és ez teszi a rózsát harmonikus egésszé. E harmonikus alkotás nyilvánvalóan közvetlenül, vagyis először biztosan a szemeinkre hat. Következésképpen a további útmutatást a szemekben találjuk Fennáll a gyanú, hogy ez lehetséges is. Gondoljunk Goethe szavaira:

"Ha a szem nem lenne napszerű, nem pillanthatná meg a Napot."

Figyelje meg egyszer nyugodtan a saját szemét a tükörben! Aztán színezzé ki azt a megfelelő színekkel!

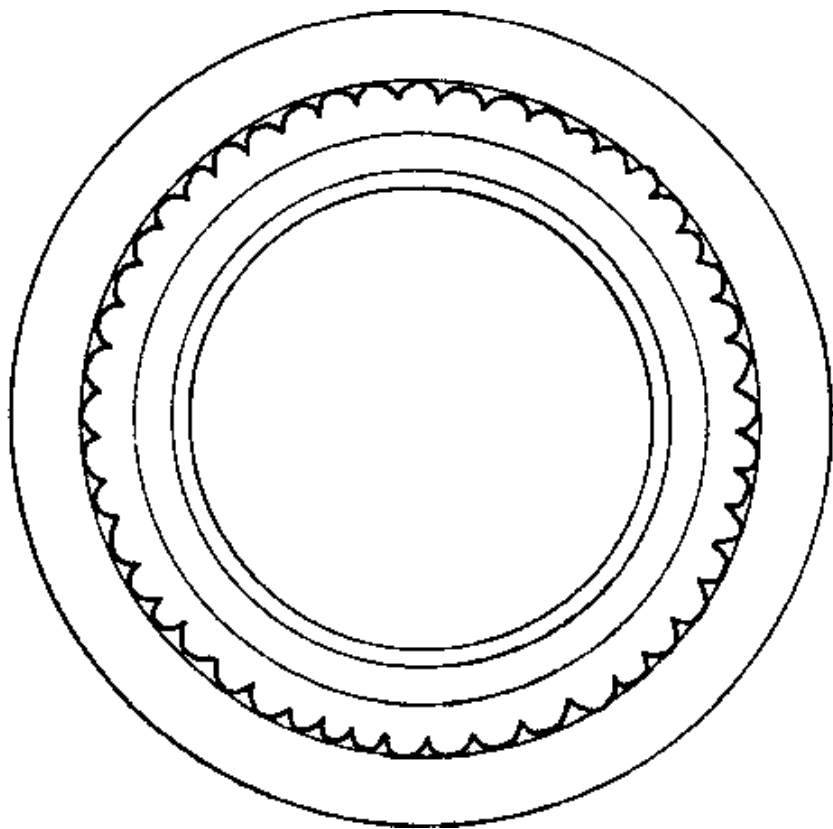


Az Újtestamentumban Máténál (6.22) Jézus a következő kijelentést teszi: "A test fénye a szem. Ha tehát a te szemed egészséges, akkor a te egész tested fény lesz."

Ez a "test fénye" is egy mandala, mint azt Ön a tükörben láthatja, és néhányan talán már az "íriszdiagnosztika" ábráiból is tudják. Ezt a Máté evangéliumbeli mon-

datot az íriszdiagnosztika korai megfogalmazásának tarthatjuk, hiszen a szem és különösen az írisz tényleg leképezi szerveinket, végül magát az egész embert. Ha ez a tükör egészen tiszta lenne, akkor mi egészen fény lennénk, mint ez Máténál elhangzik. Az íriszdiagnosztika valóban azt tanítja, hogy egy ember annál egészségesebb, minél harmonikusabb az íriszstruktúrája. Minden eltérés a harmonikus struktúrától, mint a leöblösödések és a foltok a betegség felé való elmozdulást (a harmónia és a rend elvesztését) mutatják. A gyakorlatban persze sohasem találunk ideálisan struktúrált íriszt, mert a poláris világban élő ember teste többé-kevésbé sérült, valami mindig hiányzik neki ahhoz, hogy *egészséges* legyen. Hasonlóképpen sohasem találunk teljesen harmonikus horoszkópmandalát. A polarításban a tökéletesség nem érhető el, legfeljebb csak megközelíthető. A tökéletesség eléréséhez el kell hagynunk a polaritást. Ezt kifejezendő, meg azért, "nehogy olyasmit bitoroljanak, ami csak Istené", követnek el az indiánok szándékosan hibát homokmandaláikban. Török szőnyegszövő asszonyoknál is rábukkantam a szándékosan elkövetett kis "hiba" jelenségére, amelyet évszázados, gyakran mandalaszerű mintáikba beleszőnek. Nos, nálunk a hiba majdnem definíciószerűen valami szándékolatlan. De figyeljünk újra a betűkre: hiba az, ami hiányzik (hiányzik = hibázik. *A fordító.*), és ezzel az indiánok meg törökök hűségeseek az eredeti jelentéshez. Azt fejezik ki a gesztusukkal, hogy teremtményeiknek hiányzik valamije, tökéletest csak Isten alkothat. Képzeljünk el nálunk egy számítót, amelybe alázatból szándékosan hibát programoznak be! Egy, a mi nyugati

szokásainkhoz már alkalmazkodott szőnyegkereskedő Konjából rezignáltan magyarázta nekem hogy egyszerűen lehetetlen ezekből az emberekből a szándékos hibát kinevelni, mert rettegnek a "haragos pillantástól". A "haragos pillantás"-on Isten haragját értik a szőnyegszövőnők, és ez megfelel ama felfogásuknak (mint ahogy az indiánokénak is), hogy Isten vagy a Nagy Szellem mindent lát, ami itt a Földön történik, tehát hiábavaló minden trükk és csalás. Így engedik át a tökéletességet Istennek. A gótika ablakai sincsenek technikailag "teljesen pontosan" kivitelezve. A harmóniájuk, úgy látszik, más törvényeken alapul, olyanokon, amelyeket szemünk – akár tudatosan érzékeljük, akár nem – ösztönösen felismer. A szem mandalájában benne van a legmagasabb fokú harmónia lehetősége, vagyis van benne valami isteni. Valami ilyesmire tanít minket a hallásunk is. Ma már komplikált elektronikus segédeszközökkel technikailag abszolút pontosan be lehet hangolni a hangszereket, csak akkor nem szólnak szépen. Ahhoz, hogy harmóniát közvetítsen a hangszer, embernek kell behangolnia, mert akkor lesz benne hiba... De térjünk vissza a látáshoz. Valójában nemcsak a török asszonyok asszociálják Istent a pillantáshoz, hanem mi is gyakran szimbolizáljuk Istent, pontosabban Isten szemét egy háromszögben lévő körrel. Még ma is okulusnak (a latinban szemnek) nevezik a korai templomok egyszerű, kerek ablakát.



A szemünk látható része fehér ínhártyából, különböző színű íriszből sok folttal és középütt a fekete pupillából áll. Ez a feketeség optikailag úgy keletkezik, hogy ott tulajdonképp nincs semmi, ami a fényt megállítaná. Minden fényt elnyel ez a lyuk és a recehártyára vezet. Így a rózsablat a szemhez hasonlít: a fényt teljesen áteresztő ínhártya megfelel a külső kőszervezeteknek, a színes írisz a tarka üvegelemeknek és a pupilla a rózsá centrumának, amin keresztül a pillantás átsiklik a Logosz mögött lévő valóságba. Minden mandala középpontja a semmi, az üresség, ami egyúttal egység és teljesség – itt található a semmi, és ez lehetőségében a minden.

A belső szem (retina) csak megismétli a mandalának ezt a felépítését. A perifériáról befelé egyre sűrűbben helyezkednek el a látósejtek (csapok és pálcikák), úgyhogy a látás a centrum felé egyre élesebb lesz, és valóban a középben található a "vak-folt", ahol semmit sem lehet látni, de ahonnan az összes információt az agyhoz vezetik a látóidegek. A szem egyébként közvetlenül az agy része, úgyszólván a kívül fekvő agy. Az agy mandalastruktúráját viszont már korábban megismertük. Mindig ugyanaz történik minden mandalánál: a periféria összegyűjti a tekintetet, és a középponton át egy új, mögöttes szintre tereli (vö. még egyszer a gyújtóüveggel). A középben keresztül el lehet hagyni a kétdimenziós felületet, és ezen át el lehet jutni a mögöttes fekvő tér harmadik dimenziójába, sőt bizonyos körülmények között még az is lehetséges, hogy ez utóbbi mögött elhelyezkedő negyedik dimenzió idő- és térnélküliségébe zuhanunk.

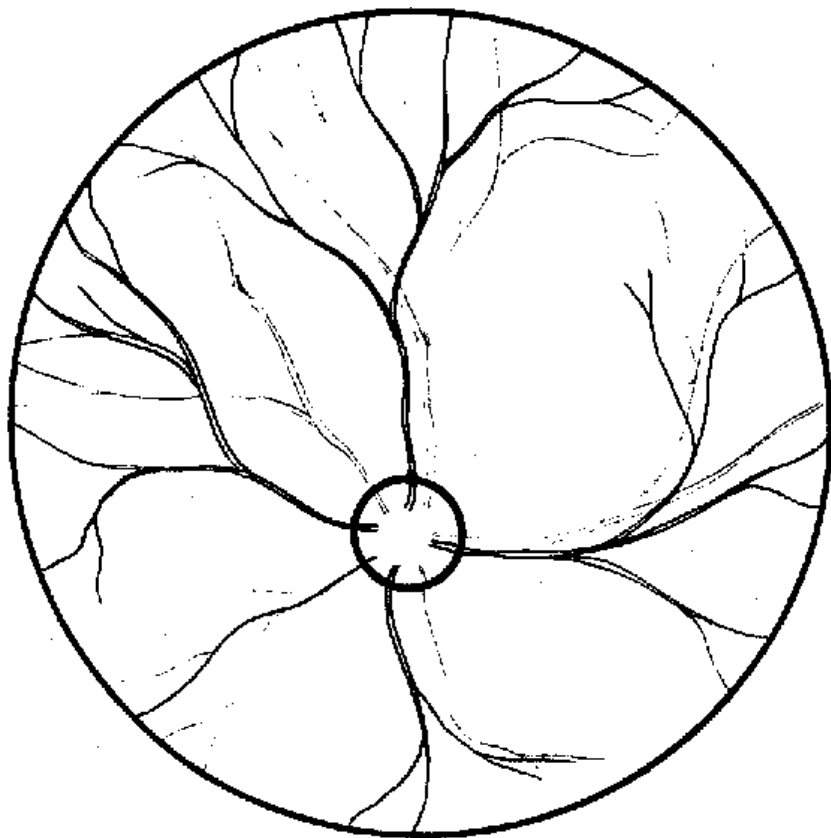
| Élje át ezt a mélybe vezető elvet a recehártya képének kifestésekor!

Nap nélkül se fény se látás, se megismerés, se tudás. A szem közvetít a Nap külső fénye és a tudás belső fénye között. És ez a belső fény megfelel a külsőnek – ahogy kinn úgy benn – hasonlóan ahhoz, ahogy a Földön minden fény megfelel a Nap fényének – ahogy fenn, úgy lenn.

A szem mandalája megmutatja nekünk a Nap ősmandalája és belső ősmandalánk közötti kapcsolatot, amit mi szimbolikusan harmadik szemnek, Jézus sugárzó szívének, rózsának vagy csakrának ábrázolunk.

Ha megtanuljuk kívül, a polaritás világában látni a mandalákat, bensőnk is megtanulja közben valódi lényét felfedezni. Ha felidézzük magunkban, hogy kívül minden csak bensőnk tükre, akkor a mandalán saját valódi lényünket éljük meg. Tehát *minden* mandalában a valódi önmagát ismerheti fel az ember, a közép ráismer a Középre, a lét felfedezi a Létet.

Így sok mindent megmutat nekünk a szem, ha a homlokzat mögé pillantunk és a külső szemtől eljutunk a belső látásig. Legtöbbször túlságosan ragaszkodunk a külsőségekhez, jóllehet éppen az téveszt majd meg minket.



A FORMÁK VILÁGA

Miután szemeink átláttak a színek világán, a formákhoz és a struktúrákhoz fordulunk. Ahogy a színek az egy fehér színből erednek, úgy minden forma egy pontból nő ki, amely maga mint forma még nem is létezik. Ez a pont mint "őspont" szüli az összes formát és struktúrát. Ha a rózsablak szerkezetét követjük, úgy mindig eljutunk a ponthoz, hasonlatosan ahhoz, ahogy a színek mindig elvezetnek a közép fehérségéhez. Ahogy a színek mögött a poláris világban bizonyos törvényeket fedezhetünk fel, a formák mögött is ott van a geometria törvényei meg a számok. Minden mandala és különösen a rózsablakok bizonyos számviszonylatok alapján épülnek fel, mint már bizonyára észrevették – többnyire 4, 6, 8, 12, 16 vagy 24 elemmel találkozunk. A Középpont száma az Egységé, ami nem más, mint az Egyes.

A SZÁMOK VILÁGA

Ha a kerék és a rózsablak az univerzum modelljei akkor ezek mögött ugyanúgy számokat és viszonyokat kell hogy találjunk, mint a Teremtés mögött.

Nézzük meg közelebbről a számokat és jelentőségeket:

Az 1 – az egységnek felel meg, a még meg nem nyilvánultnak, a Legfelsőbbnek: Istennek.

A 2 – nyilvánvalóan a polaritás száma, az ellentétéké, tehát ezé a világé (és így az ördögé).

A 3 – ezzel szemben a teremtés harmonikus aspektusát fejezi ki, egy isteni, de az eggyel szemben már megnyilvánult szintet. Így szólunk a Szentháromságról (Atya, Fiú, Szentlélek), a Három Szent Királyról, de az indiaiak is ismerik ezt a hármasságot a három Isten megnyilvánulásában, hisz Brahma, Visnu és Siva analóg a három gunával, a teremtés alaperőivel; ezek pedig pontosan megfelelnek a három, alapvektornak, amelyekre tudósaink véleménye szerint felépítik az erők világát és a hatásokat. A három alapszín is kifejezi ezt az összefüggést, ahol a fehér természetesen az Egynek felel meg. A háromszögben geometriailag látjuk, hogy a három miképp nőtt a kettő fölé.

A 4 – a kereszt száma, a négy végpontjával, a négy iránnyal, a polaritás két gerendájából képezve. A kereszt és a négyszög az anyag és ezzel a mi világunk szimbólumai. Ez az a kereszt, amit magunkra kell vennünk. És ez az a kereszt is, amit Krisztus vett magára, amikor az egységből a világra jött és a kettőt összekötötte egymással, ami miatt az 5 is az ő száma.

A számok világában is találunk már általunk ismert szimbolikát. Egy középpontból feszítik ki keresztet négy irányba, mely leképezi a világot. E középpontban eltűnik a négy irány, és a polaritás két gerendája is egyé lesz a keresztezési pontban. A világnak természetesen négy eleme van (Tűz, Víz, Levegő és Föld), az indiaiak

ötödik eleme, az akasha, nem tartozik az anyagi világhoz. (Ez a kabalában az éter, a mindenén áthatoló, hullámszerű tér. A világ legszubsztilizsebb információhordozója. *A lektor.*) Így négy világfolyó, négy gyökérfajta, négy évszak és négy világkorszak van. Az ötös szám az emberé, ezt mutatja nekünk az embermandala ötágú csillaga, és ez Krisztus száma is az ő emberi aspektusában, miután öt sebből vérzik a kereszten. Az ötszárú csillag kövel körülépítve a gótika csúcsívét adja.

A 6 – újból a polaritás szimbóluma egy még tovább kibontott szinten. Gondoljon a Dávid-csillag egymáson keresztülhatoló háromszögére, amelyek a maguk piros, kék színével a mikro- és a makrokozmosz egymáson való áthatolását ábrázolják. Ennek a szintnek felel meg a hatszínű szivárvány és a férfi-nő ellenpólus, valamint a "szex" mint a magát megsokszorozó emberi világ kifejeződése. A hat kiáll az erők közötti egyensúlyért is, ahogy ez a hatágú csillagról leolvasható.

A 7-esben – újra egy, a harmónia mellett elkötelezett számot látunk. Az egészet, egy már kifejezetten anyagi szinten, mert így vitte végbe Isten az egész teremtetést hét nap alatt (vagyis egy héten). Hét klasszikus bolygó van, hét szabad művészet, hét erény (a rózsák gyakori témája) és hét életkor. Az ókoriaknál a hét misztikus számnak számított. Általában azt látjuk, hogy a páratlan számok az egyes direkt fejlődésnek folytatói, míg a párosok inkább a kettőhöz és így a polaritáshoz kapcsolódnak. Így ábrázolja a számsor az utat az egyik szélsőségből a másikba, a pólustól az ellen-

pólusig, hasonlóan, mint az állatövben, ahol mindig egy pozitív meg egy negatív állatövjegy váltakozik.

Ebben a szellemben folytatja a 8 – a 4 fejlődését. A négyesség világa fölött annak a négy irányával és négy paradicsomi folyamával fűj a nyolc világszél (ezeket még a mai meteorológia is használja). A nyolc a fekvő lemniszkáta formájában a végtelenséget is visszatükrözi, így az újjászületés szimbóluma is. Nem véletlenül használják az ezoterikában és a matematikában a lemniszkátát (mint a mágus feje felett az első tarotkártyán) azonos értelemben.

A 9 – befejezi a számoknak ezt az első ciklusát, és így újra egy tökéletes szám lesz, hiszen a 10-zel új szakasz kezdődik.

A 10 – a számszimbolikában megint az egyesnek és a kezdőpontnak felel meg. Már csak képileg is; a 10 egy 1-es és egy 0. És ebben a 0-ban újra megpillanthatjuk a pontot, azt az őspontot, amely tér által felfűvódott, és ezzel újra az 1-esnek felel meg.

Az újrakezdés a tízzel még egy másik szempontból is jelentős. Az ezoterika a számokat szimbolikus értékük alapján vizsgálja és ahhoz adja az összegzett számokat addig, míg azok megint egy számmá nem lesznek (ez az úgynevezett teozófiai összeadás), tehát a 10 eszerint $1+0 = 1$, $11 = 1+1 = 2$, $12 = 1+2 = 3$, $13 = 1 + 3 = 4$. Így a ciklus valóban előlről kezdődik. Így eredményez pl. $18 = 1 + 8 = 9$ -et és a 40 újra 4-et. Az év 52 hónapja 7-re redukálódik, ami a hét napjainak a száma, és a 12 apostol Isten *három-egységének* újbóli kifejeződése egy anyagi szinten.

A 12-nek – van még egy önálló jelentése, nevezetesen a tökéletesség – gondoljunk Israel 12 törzsére, a 12 állatövre és az év 12 hónapjára. Ha tehát egy rózsa a 6-12 ($\triangleq 3$) vagy a 24 ($\triangleq 6$) vagy a 48 ($\triangleq 3$) séma alapján van felépítve, láthatjuk, hogy mögötte mindig ugyanaz az idea van. Gyakran kötik össze a rózsákban, mindenekelőtt az indiai és tibeti mandalákban a 3-as és a 4-es számrendszereket a mögöttük fekvő sorokkal. Emlékszünk: a 4, a négyzet az anyagi világ kifejeződése, a 3, a hármasság (a háromszög) pedig az isteni kiáramlása (vesd össze pl. a háromszög alakú isteni szemmel). Ez a két szint egy szimbólumban egyesítve a misztikus 7-es számot adja.

Kifogásolható, hogy a különböző számoknak (mint 3, 5, 7, 9) sokféle, de hasonló jelentése van, és feltehető a kérdés, hogy minek egyáltalán ennyi szimbólum, ha úgyis mind ugyanazt fejezi ki? Meg kell mondani, hogy a különböző rendszerek eltérnek egymástól, mást-mást hangsúlyoznak, de a teremtés komplexitásának így felelnek meg a legjobban. (Megj.: A biológiában találunk ehhez egy párhuzamot, hiszen a genetikai kód, amely a szerves élet sokféleségét határozza meg, a szükségesnél jóval több lehetőséggel rendelkezik.)

Megragadva az alkalmat rögtön tisztázhatjuk, hogy egyik rendszer sem jobb, mint a másik, és a rendszerekről nincs értelme vitatkozni. Ugyanaz az igazság kifejezhető a Yin-Yang kettes rendszerében vagy a gunák és az alapszínek hármas rend-

szerében, az elemek és típusan négyes rendszerében vagy a kínai ötszörös elemtanban (amely a Yin és Yang kettes rendszerére támaszkodik), vagy értelmezhető az arab számok tízes rendszerében, vagy az asztrológia és az idő tizenkettes rendszerében, vagy a kabala huszonkettes rendszerében és így tovább. Ezek a maguk helyén mind betöltik hivatásukat, kiegészítik és soha nem zárják ki egymást. Az az asztrológus, aki a Ji Csinget értelmetlennek tartja, az sem annak, sem az asztrológiának a lényegét nem értette meg.

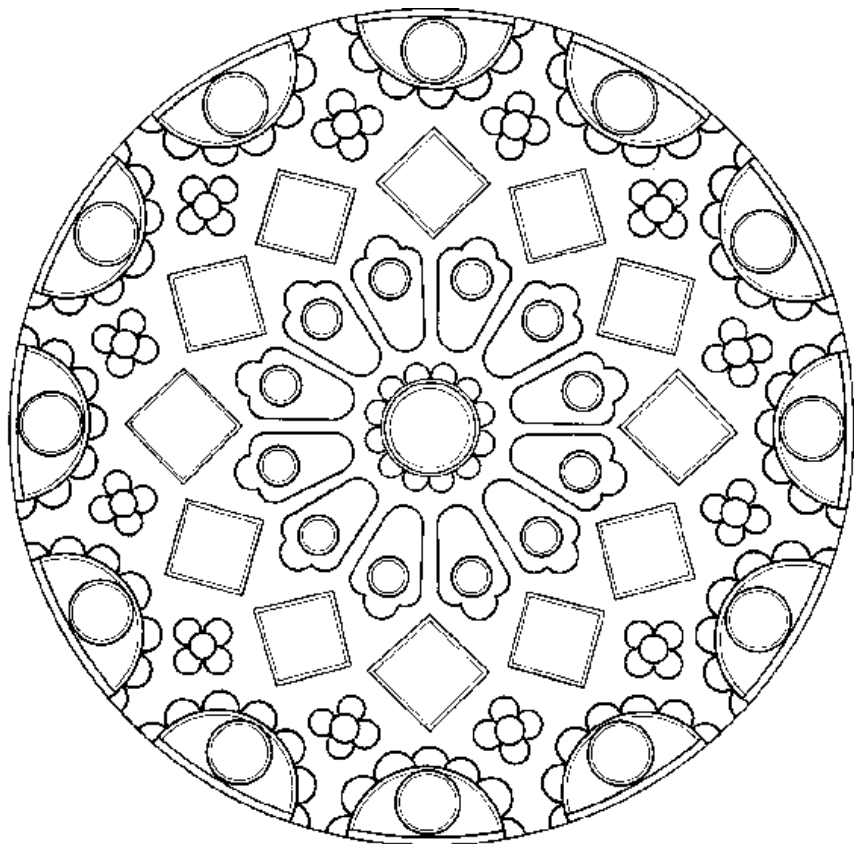
Aki számára lehetetlennek vagy túlságosan is spekulatívnak tűnik az az igény, hogy az Egészet kevés szimbólummal fejezzük ki, az legalább gondolja át azokat az analógiákat, amelyek a mi kevéssé misztikagyanús időnkig nyúlnak vissza. Az összes komputer ma kettős alapú (bináris, kétállapotú) rendszer szerint működik, s ez pontosan megfelel a kínai Yin Yang-nak, a T'ai Chi-szimbólum által kifejezve. A legnagyobb számítógéprendszereink, amelyek szinte mindentudónak tűnnek, végül is csupán az igen és a nem között képesek különbséget tenni (ezt mindenestre nagyon gyorsan).

Minden televízió hármas analógrendszerben dolgozik, és ezzel az egész színskálát elő tudja állítani.

A legnagyobb benyomást talán mégis a DNS genetikus kódja és a Ji Csing hasonlósága teszi ránk. Amíg a genetikus kód az aminosav négy jelével dolgozik, amelyeket egy hármas Codon-rendszerbe köt és így 64 "betűje" van, addig a Ji Csing két

jelre van felépítve, ám mindig két hármrendszerbe van besorolva, és így szintén 64 "betűhöz", hexagrammhoz jut. (Az egészben az a hihetetlen, hogy ennek a "jóskönyvnek" számítástechnikai szempontból is van értelme: a 0 a teljes, az 1-es az elvágott jóspálcika. Az ugyanitt megszervezett férfi-nő paritásvizsgálat arra figyelmeztet, hogy a tudás univerzális! *A lektor.*) A genetikai kód abszolút univerzális, minden emberi, állati vagy növényi fehérje egy egységes kódrendszer szerint működik. Így képezi a DNS minden élet alapját a biológia szintjén. Miért ne képezné le a Ji Csing az egész életet a pszichológia szintjén?

| Fesse ki most ezt a rózsát, és közben figyeljen a benne elrejtett számszimbolikára!

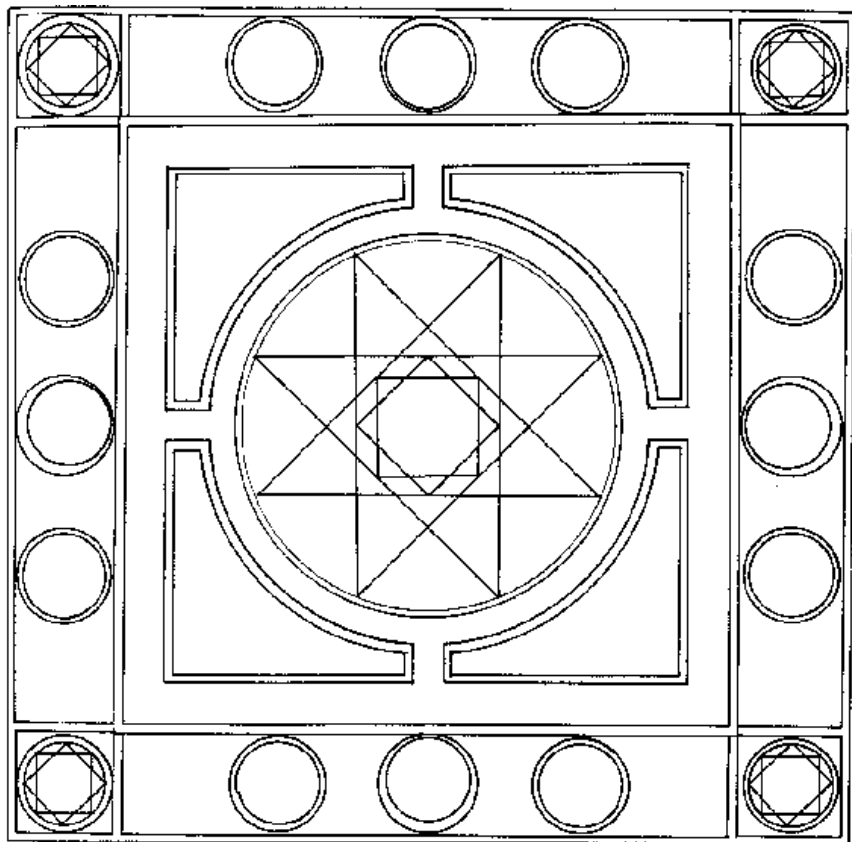


Ezzel a chartres-i északi rózsával már mind a három rózsáját kifestette ennek az egyedülálló gótikus katedrálisnak. A másik kettő a 120. és a 134. oldalon található. Nézze meg őket még egyszer együtt. Mindhárom a tizenkettes kulcs szerint van felépítve, és a geometria szemszögéből nézve, a centrum felé haladva egyre hasonlóbak lesznek, csak kifelé, a periféria felé hangsúlyozza mindegyik a teremtés egy másik aspektusát.

Nyilvánvalóan a geometria mögött a legtöbb rózsában van egy mélyebb, az első tekintet elől elrejtett ún. rendszint, emögött pedig egy szimbolikus szint. Így szolgálja a geometria – amelyről Püthagorasz azt mondja a benne elrejtett számharmónia időtlen állandósága miatt, hogy isteni jellegű – ugyanazt a célt, mint a fény és a szín. Mindezek a végtelen utáni vágy kifejezései egy véges világban. Még nyilvánvalóbb ez az iszlám szent művészetében, mert itt a geometria a figurális elemek teljes mellőzése miatt még központibb eszköze lesz az isten kutatásnak. A dervisek számára, akiket az iszlám misztikusainak is nevezhetnénk, a körkerület törvény (a földkerekségé), a körsugár út és centrum, a pont igazság.

Ez teljesen egybevág a rózsza keresztény változatával. A körkerületben találjuk az életet a maga törvényeivel, a polaritás törvényével, a bűnök és erények szembeállításával meg az állatöv tanulságaival. Minden rádius (út) a középhez vezet és benne van a Logosz, amely a végső igazságot ábrázolja.

Alább pedig egy iszlám mandala. (A fény kulcsa. *A lektor.*)



GYÓGYÍTÁS RÓZSÁKKAL

Krisztus mondja magáról: "Én vagyok az út, az igazság és az élet." Minden egyben.

Akár tudunk a törvényszerű rendről, akár nem, szemünk fölfogja a szimbolikus geometria belső harmóniáját és kapcsolatba hozza belső mintáinkkal. Senki sem fog a gótikus rózsák megtekintése közben kaotikus érzelmeket átélni. Nem váltanak ki bennünk káoszt, mert nem arra rezonálnak. Sokkal inkább összekötnek minket – a maguk belső és külső rendje által – a bennünk lévő belső rend kozmoszával. Amennyiben Ön e rózsák festése közben diszharmonikus érzéseket él át, az nem a rózsák miatt van hanem amiatt, hogy még képtelen harmóniájukat követni, illetve amiatt, hogy Önben berzenkedik még valami ez ellen a harmónia ellen.

Ezen időtlen szimbólumok szemlélése pszichoterápia annak valódi és legmélyebb funkciójában: az embert saját mélységével szembesíti, mert mindezen káosz mögött bennünk is a kozmosz van. Bizonyos, hogy a káosz is a mi feladatunk, hogy azt nem elfojtani, hanem konfrontálni kell, és az útnak a rendhez (a kozmoszhoz) kell vezetnie, és emiatt fontos, hogy ne tévesszük szem elől a célt. Bár ez nem is lehetséges az univerzum belső kiegyensúlyozottsága miatt. Éppen egy olyan korban láttuk a rózsák keletkezését, melyek az utat mutatják nekünk, amikor a sötétség a legmélyebb volt és az út már majdnem elveszettnek tűnt. Talán hasonló időket élünk át ma, hiszen a külső materializmusban a belső szikrák már kialvással fenyegetnek. Akárhogy

is, magunkban hordjuk az egész emberiség fejlődését, és így mindnyájunkban él még az inkvizíció is – a bűn kivetítésével. (Csak ma másképp hívják az eretnekeket és a boszorkányokat.) De az egység tapasztalata, a paradicsomi állapot ugyanúgy megvan mindenkiben. Minden egyben. Ezt az emléket a mandalák hívják elő, amelyek mindent Egyben és az Egyet mindenben szimbolizálják. A velük való foglalkozás és tapasztalat erőt adhat nekünk ahhoz, hogy szembesüljünk az ellenpólussal, a káosszal, majd elfogadjuk, hasonlóan azokhoz az emberekhez, akik 800 évvel ezelőtt a katedrálisokat és a rózsákat megalkották, mert e tevékenységükből koruk zavarossága ellenére is erőt merítettek útjuk megtalálásához. E régi tapasztalat modern párhuzamát épphogy magunk mögött hagytuk. A náci idők káoszában a modern inkvizíció rendszerével, a besúgás és üldöztetés idején a keresztény egyház, ott, ahol létezett, egészen új erőre és energiára lelt, amely a fenyegetettség elmúltával szemlátomást el is enyészett.

Mint minden ellentét, a káosz és a kozmosz is közel vannak egymáshoz, és mindkettőből tanulhatunk. Főleg akkor, ha rádöbbenünk, ha találva érezzük magunkat, ha hagyjuk, hogy megérintsenek minket a dolgok. Amit a katedrálisok és rózsák építőiről mondtunk, az ránk is vonatkozik. Ott, ahol találva érezzük magunkat, ott történhet velünk valami, megmozdulhat bennünk valami. Ez olvasás közben is megtörténhet, de sokkal valószínűbb meditálás vagy festés közben. Nem kell, hogy mindig szép vagy kellemes legyen, ami történik, bár igen gyakran az éppenséggel az is

megtörténhet, hogy kedvetlenség, düh és türelmetlenség vesz rajtunk erőt a festéskor. Hogy lehetséges ez? Megállapítottuk, hogy a mandala mindent tartalmaz, és így elvben mindent kiválthat belőlünk. Néha nem sikerül az ellentéteket azonnal – a középen – egy új harmóniába egyesíteni. Leginkább a mandalajátéknál fordul ez elő. Mi a teendő?

Semmi más, mint egyszerűen megtekinteni, hogy "ott" mi folyik – és valamikor csak leesik a tantusz, és Ön észreveszi, hogy a mandala nem tehet róla, hogy tökéletes, és előveszi a színes ceruzát a fiókból. Kívül soha semmi nem hibás, hibásak mindig csak mi lehetünk?

Vigyázat! Ez a mondat, ha valóban megszívleli, veszélyes, minden álláspontjára, előítéleteire és pozícióira egyaránt!

Szerkessze meg a következő üres oldalra a saját fantáziamandaláját! Természetesen ösztönözheti Önt mindaz, amit már a formákról, a színekről és a geometriáról elolvasott. Ne utánozzon és ne másoljon le semmit sehonnan! Ugyanakkor akármit is tesz az a teremtés utánzása és lemásolása. Tehát merítsen bátorságot!

Számtalan – a szó igazi értelmében – végtelenül sok mandalavariáció van. A könyv veszélyes abból a szempontból, hogy mintái korlátozhatják önt. Merítsen belőlük ihletet és ösztönzést ahhoz, hogy rátaláljon saját mandaláira kívül és belül.

Találjon rájuk olyan értelemben, hogy legyen nyitott és figyelmes a mandalákkal szemben, amelyek körülvesznek minket, és vegye észre a belsőkben

lévő mandalákat. Ahol a minták nem tökéletesek, az nem feltétlenül szándékos, de jól van ez így, hiszen a korlátozásban megvan az az esély, hogy túlléphetünk a sorompókon és a határokon.

Egy körző, egy vonalzó és egy ceruza kell csupán, és lásson hozzá! Kezdje ott, ahol minden elkezdődik – a közepén!

Ügyeljen arra, hogy mandalája szimmetrikus maradjon: ez akkor sikerül a legjobban, ha rétegről rétegre, koncentrikus körökben, egyenletesen hagyja belülről kifelé nőni. Ha kész a szerkesztéssel, befejezésül színezzé is ki őket!

FANTÁZIAMANDALA

MEDITÁCIÓ

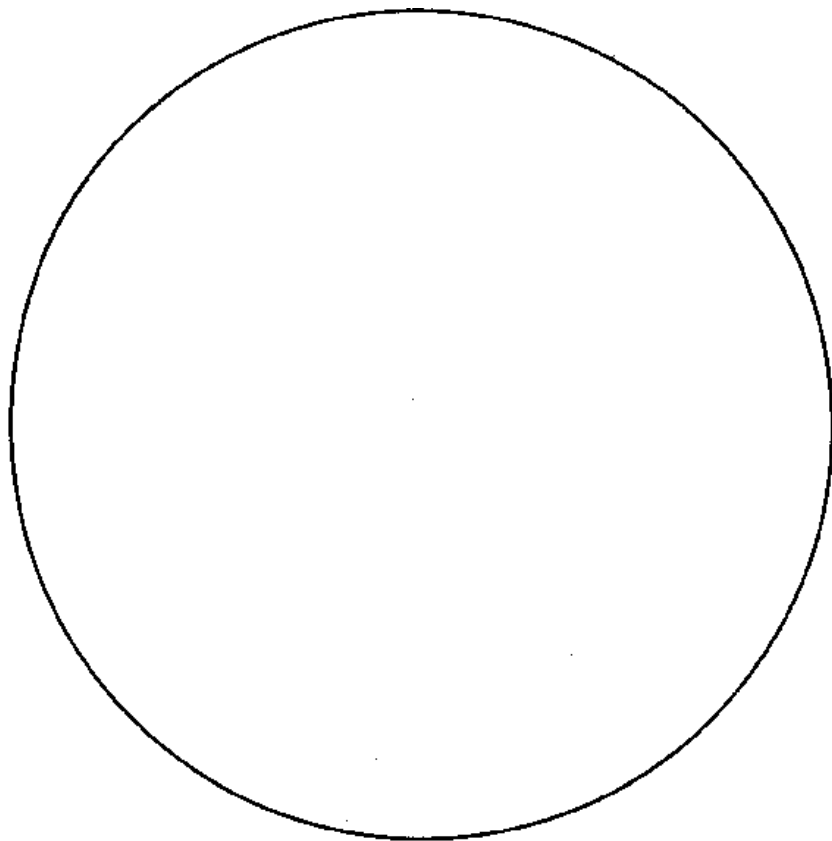
Tekintse meg a művét és engedje hogy az visszahasson Önre, tudatának visszaadja azt, amelyből ez éppencsak kinőtt, nézze meg anélkül, hogy megítélné, ne törődjön a részletekkel, hanem élje meg az egészet, az osztatlant! Ez a rendminta minden aspektusában egy kivetítés, az Ön bensőjének a teremtménye kell legyen, engedje tehát újra be, hozza vissza úgy, ahogy Brahma egy sokkal hosszabb ciklusban újra belélegzi a teremtését – majd zárja be újra a kört.

Egy ilyen folyamatban megtörténhet, hogy Ön a mandala szimbolikus struktúráit, melyeket Ön alakít ki, átéli egész a testiségéig, és annak egyes részeit bizonyos szerveiben, ill. testrészeiben megérzi. A rezonancia egy visszhangjelenség, és a mandala úgyszólván a mi saját rezgéskörünk, amely bennünket visszahatólag újra rezgésbe hozhat. Engedje át magát az együttrezgésnek!

Alább egy egészen egyszerű mandalát talál, egy kört, amit akármivel megtölthet, akármilyen kaosszal ami Önben van. Fessen bele mindent, ha elege van a harmóniáról és egységről szóló papolásból, mindennek az árnyoldalát, ami mindenképpen ott

van – akár tudomást kíván róla venni, akár nem. Adjon saját árnyoldalának is helyet a könyvében.

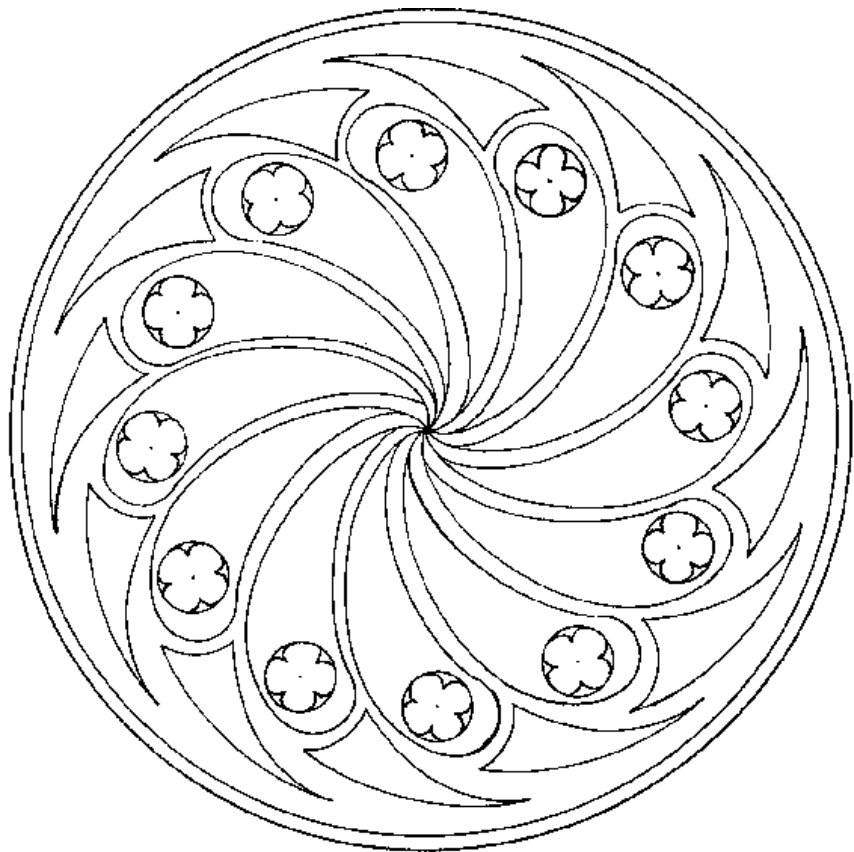
Ha ezt nem kívánja megtenni, akkor sem dől össze a világ. Az árnyoldala megkeresi a maga helyét a mandalakönyvben, tehát mindenütt, ahonnan hiányzik.



Minden tudás – a fényről és árnyékról a színekről és formákról, a számrendekről – rendelkezésre állt a gótika építőmestereinek, és ők nagyon tudatosan felhasználták ezt a rózsablakokban, hogy azokban kifejezzék az Egyet és a Mindent. A geometriai alapelveket félíg-meddig a természet ősképeiről lesték el.

A lyoni katedrális egyik oldalkápolnájának a rózsájában a teremtetést egy örvény formájában ábrázolják, amely lehet akár spirálköd, ciklon vagy valamilyen víz-örvény. De lehet az az örvény is, amellyel erre a világra jövünk és amellyel ezt elhagyjuk. A már ismert nyugalomelv tetten érhető a vihar közepén.

Próbálja meg a rózsza dinamikáját színekkel megközelíteni! Az eredeti a meleg (piros) és hideg (kék) ellentétes színeivel készült.



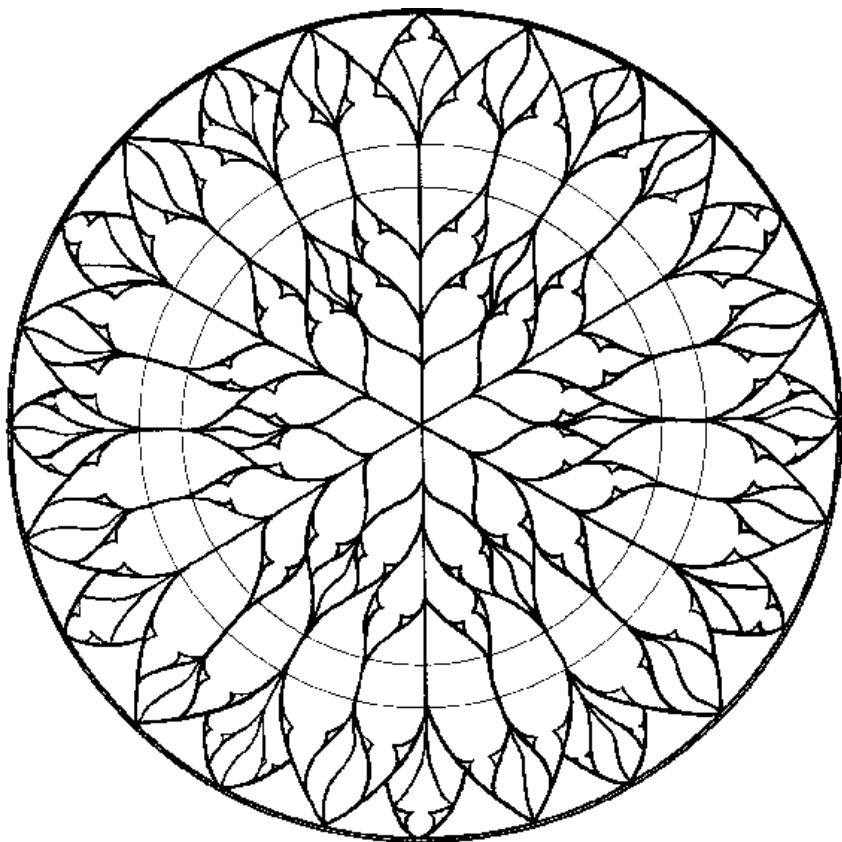
A sées-i északi rózsza a hóhelyek titkával, a télnek ezen számolatlan mandalaival ismertet meg bennünket. A rózsza pontosan ezen elvnek megfelelő utánérzés. Minden hóhely szigorú szimmetriájú, hatágú csillag, és mind másféle. A hatágú csillag a maga szimbolikájában a fenti és a lenti, illetve az isteni és földi világ egyesülését és egymásba hatolását ábrázolja.

Már maga a hóhelyjelenség elegendő ahhoz hogy egyszer s mindenkorra tisztázzuk, az Egynek végtelenül sok formája (mandalája) van.



A templomablakok fejlődése az idők során a késő gótika lángrózsáihoz vezet, amelyek a szerkezet, a szín és a fény kombinációjával a tűz benyomását keltik, és gyakran a valóságban is a Szentlélek lángnyelveit ábrázolják.

Alakítson át egy ilyen lángrózsát bizonyos színekkel valódi tűzlabdává. Az alapstruktúra az amiens-i rózsának felel meg, amely a külső körben egyébként még a "szerencsekerék-szimbolikát" is tartalmazza.



A RÓZSA

Nos, nézzük meg még egyszer a rózsaszimbólumot, amely a katedrális ablakainak a nevét adta. A rózsának a nyugati hagyományban a virágok között különleges, talán a kelet lótuszához hasonlítható jelentősége van. Az ezerlevelű lótusznak, ami a megvilágosultak fején nyílik, a glória felel meg a keresztény szentképeken. Mit mond nekünk a rózsaszimbóluma? Ha az akkori idő vallásos művészetében szemléljük, akkor feltűnik Szűz Máriához fűződő kapcsolata, akit gyakran ábrázolnak rózsákkal, illetve rózsasalugasban, és akinek a rózsafüzért, ezt az állandó ismétlésekből álló, ritualizált imát szentelik. Ez a rózsafüzér újra a Kelettel köt össze minket, mert valószínűleg azonos az indiai málával, ami Indiából jutott az arabokhoz, aztán a keresztes lovagok magukkal hozták, és nálunk rózsafüzér lett belőle. A "rózsafüzérima" monotóniájában hasonlít a keleti egyház szívimádságához, sőt még a tibeti imamalmok gondolataihoz is, de még a zen koánjával is mutat némi hasonlóságot. Mindezek a formák azt célozzák, hogy az intellektust annak kifárasztásával kikapcsolják, hogy így megtapasztalhassák Istent. Így köti össze Szűz Mária rózsafüzére a kultúrákat. Mária nemcsak a keresztények számára, hanem az iszlámista szufik számára is a megnyíló, odaadó szeretet szimbóluma, amely szimbólum viszont mindig is a rózsza volt, előbb Ízisz virága, aztán Aphrodité és Vénuszé, végül Máriáé. Így hát a rózsablakok a szeretet ablakai, és a szeretet gyakran áll Mária személyében a középpont-

ban és válik az Egy szimbólumává. Érdemes e helyen megemlíteni, hogy Dante "Istenni színjáték"-ában a paradicsom rózsza formájú. A paradicsom viszont az egység, az Istentől való elnemszakadás helye. (A rózsza a zsidó Kabalában is visszatérő motívum. *A lektor.*)

Nemcsak a szeretet jele, a bebocsátás szimbóluma is a rózsza, mert a szeretet semmi mást nem jelent, mint áldozatot és bebocsátást. És így lett a szenvedés szimbóluma is. A 13. évszázad misztikájában a szeretet az Istennel való egyesülés szimbóluma volt. (vö. a mineköltészetet ebből a korból és a szufik, például Rumiet szerelmi költeményeit. (A szerző a német Liebe szót mindkét értelmében – szeretet/szerelem – használja. *A fordító.*)

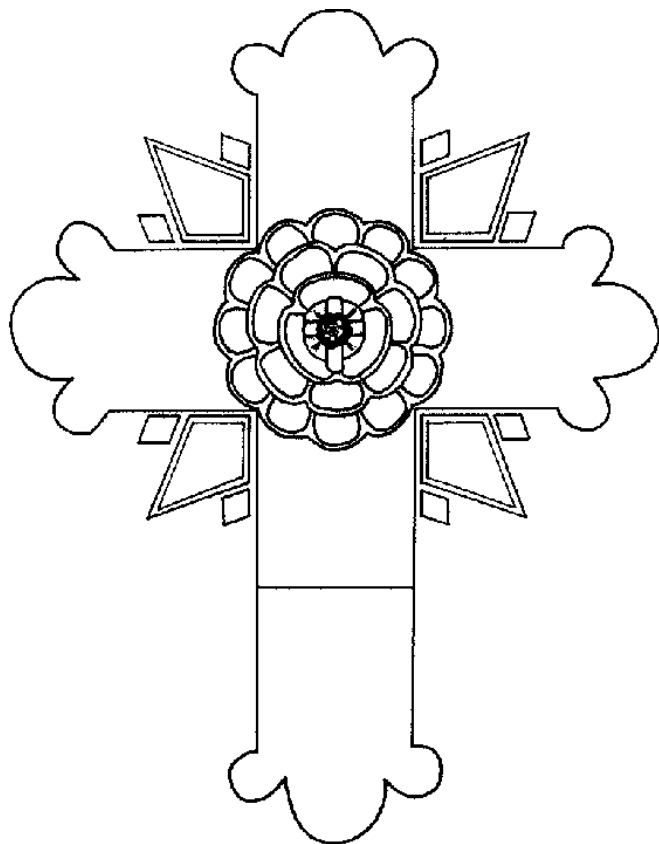
Az alkimistáknál a rózsza a "tudók virága" volt, és egy "rosarium philosophorum"-ról, egy filozófiai rózsakertről beszéltek. A párizsi északi rózsát, mint már mondtuk, "alkimista rózsának" hívják.

Ha hagyjuk a rózsablakot egészében ránk hatni, úgy találunk még egy analógiát a rózsafüzérhez, nevezetesen a formák és ornamensek monotoníáját, amely az értelem számára fárasztó, és így pontosan alkalmas arra, hogy szempillantásokra kiszabadítsa a szellemet a tér és idő keretei közül.

Nem utolsósorban megjegyzendő, hogy a legnagyobbak és legszebbek a Szűz Máriának szentelt ún. Notre Dame templomok. Charpentiers A chartres-i katedrális titka c. könyvében azt írja, hogy az Isle de France Notre Dame templomai olyan he-

lyeken állnak, amelyek nagy magasságból szemlélve a Szűzanya csillagképéhez hasonlítanak, s ez a gótika egy további rejtélye. Lehetséges, hogy a gótika virágkorában kísérlet történt Kelet és Nyugat között a politikai nyitásra és kibékülésre Mária szimbóluma alatt. Az a templomos lovagrend, amelynek a rózsafüzért köszönhetjük és amely Mária jele alatt állt akkortájt, a pápaság és királyság mellett a leggazdagabb és legbefolyásosabb szervezet lett. Noha a feladatuk az volt, hogy az iszlámot leküzdjék, a templomosok szemmel láthatóan megnyíltak a keleti bölcséleti tanok előtt, és egyezkedni kezdtek a "keleti bölcsékkel". A rend egy belső magva vagy ezáltal, vagy már korábban ezoterikus kereszténységgé fejlődött. Sok minden szól egy ilyen feltételezés mellett, többek között a rend végül is tisztázatlan feloszlatása körüli rejtélyes események, egészen a pápaság azon kísérletéig, hogy maradéktalanul eltüntesse a nyomait. Lehetséges, hogy a katarokkal, azokkal a manicheus orientációjú eretnekekkel is kapcsolatuk volt, akiket ideáljukért, a tiszta szellemi szeretetért ezrével égetett el az inkvizíció. A templomosok nyíltan megtagadták a katarok elleni keresztes hadjáratban való részvételt. Egyébként a rózsakereszt – amelynek mindig volt ezoterikus vonatkozása – egy manicheus szimbólum, amely a poláris világ és a földöntúli szeretet jeleit egy mandalában egyesíti (4 + 1).

Fesse ki ezt a rózsakeresztet a poláris erők közötti harmónia és szeretet nézőpontjából!



A LABIRINTUSBELI UTAZÁS

Mindent, amit a rózsákban átéltünk, felfedezhettük volna a mandalák másfajta kifejezési formáiban is. E formák egyike a labirintus, amely szintén szoros kapcsolatban áll a gótikával és annak katedrálisaival. Így megtaláljuk még ma is, gyakran ugyan elrejtve Amiens-ben, Bayeux-ban, Poitiers-ban, Saint Quentin-ben. Más katedrálisokban a labirintusokat később pusztították el, mint például Reims-ben, Sens-ben, Arras-ban, Auxerre-ben. A rózsák világán keresztül vezető utazás megfelel a labirintusok világán keresztül vezető utazásnak. Ugyanaz a cél vár ránk. A labirintusokat éppen olyan nehéz besorolni, mint a mandalákat. Így már a megalitikus korban rájuk lelünk egy kövön a spanyolországi Pontevedrában. Sok országban párhuzamosan bukkannak fel: vannak kelta, minószi, etruszk és babiloni változatai. A klasszikus forma Rómában és Görögországban található, a spirálforma Gotland szigeten Észak-Európában, Új-Zélandon, Észak-Németországban, Angliában, s igen, még Vietnamban is.

Franciaország és Olaszország katedrálisaiiban gyakori volt a középkorban, és állítólag a még nem is nagyon távoli időkben a chartres-i püspök táncokat rendezett bennük. És ebben a (valószínűleg a legtitokzatosabb és a legjelentősebb) katedrálisban maradt meg a legismertebb labirintus. Itt az út két szimbóluma, amelyet a léleknek az élet során meg kell tennie, egybe van kötve. A nyugati portál rózsája amely az

utolsó ítéletet ábrázolja a lelkek felosztásával ég és a pokol között, pontosan meg-
egyezik térben és nagyságban a katedrális padlóján lévő labirintussal. Ez a labirintus
is mandala alakú, és mint minden labirintus, az emberkeresést ábrázolja a legkülön-
bözőbb utakon. Ez néha a középhez közelebb majd attól távolabb, de végül mégis-
csak az *egy centrumhoz* vezetve halad.

Korábban a hívők szimbolikusan tették meg ezt az utat, amikor pl. a vezeklés-
kor vagy a rituális zárandokúton a térdükön csúszva követték a labirintus irányát a
Középhez. E Középben, a Chartres-ban egy hatlevelű fehér márványrózsa várt rájuk,
amely pontosan a nyugati portálrózsa centrumában lévő rozettával kerül fedésbe, ha
az ember gondolatban a padlóra fekteti a falat. Nyilvánvalóan egymáshoz tartozik a
két egyforma nagyságú mandala, és ha gondolatban egymásra vetítjük őket, úgy a
tanulság kettős. *Egy út van*, és ez a legkülönbözőbb kerülőkön keresztül vezet az
egyetlen Középhez. Emellett itt még jelzik ezen út veszélyeit is: az ember a labirin-
tusban eltévedhet és kétségbeeshet (ami azt jelenti, hogy megrekedhet a kettősség-
ben), a rózsa periferiáján pedig az ég és a pokol, a jó és a rossz között keskeny ösvé-
nyen haladva megbotolhat. Ha az ember kiállta mindezeket a veszélyeket, várja a
Logosz vagy a rózsa, mint a tökéletesség és a szeretet szimbóluma.

A következő gyakorlat során két utat fogunk egymással összekötni, a chartres-i
labirintusét meg a fényét. A fény haza vezető útját a (fekete) színtelenség szükség-

helyzetéből a színesség relatív szükséghelyzetén át, a (fehér) teljesség bőségéig megtalálja a legtöbb rózsában. A gyakorlat célja a labirintus útját színnel követni, kiindulva a feketéből a külső téren, egészen addig, amíg a rózsa centrumát, a fehéret el nem éri. Ezt az ötletet ábrázolja a könyv borítója is, és ott tájékozódhat, ha akar.



A PONTOK MEDITÁCIÓJA

Nézzen az épp elkészült művére és váljon gondolatban egyre kisebbé, míg nem lesz egy kis színes pont, elég nagy ahhoz, hogy a most festett és Ön előtt fekvő labirintus járatain átférjen. Most Ön ez a pont és többé-kevésbé cél nélkül úszik a külső tér fekete négyzetén keresve, de nem tudva mit, aztán a pont valami világosba, sötét-kékbe ütközik – és már tudja, hogy mit keres: a fényt És megkísérli a továbbhaladást. Bár mindig talál kis bejáratokat, de azok mind ugyanahhoz a fekete akadályhoz vezetnek, amelyek a fénytől elválasztják. Így próbál – sokáig és hiábavalóan – behatolni, és sok idő telik el, mialatt körben forog. Küzd, dühöng és töpreng, gyakran irányt változtat, de mindez nem segít. Végül, amikor feladja a harcot, elfogadja a határt, és azt csak céltalanul követi, hirtelen belebotlik egy bejáratba és új reményt merít, egyenesen halad a cél felé, már észreveszi, hogy maga is a fényből merít, egyre világosabb lesz, hamarosan világosabb, mint az összes többi, ami már egész sötétké, és akkor újra letér az egyenes útról, megreked, bár nem távolodik jobban el, de egy darabkával sem kerül közelebb, és akkor "beveszi a kanyart" és megint egyenesen halad, és már megint, nem jut tovább – már megint megreked –, és akkor eljön az idő, és a kis pont begyalogol egyenesen a célba, a Középbe – és mégsem éri el – mégis marad egy vékony fal Ön és a fény között, aztán minden eszközzel megpróbálkozik, továbbjut, az út újra a sötétbe akarja vezetni, de már nem hajlandó

menni, nem, nem, Ön a legkékebb sugárzó az összes pont között, már nem megy a sötétbe, itt az úttal nem stimmel valami! Talál is egy rendszert és sok értelmes okot, melyek mind megerősítik abban, hogy igaza van, hogy az utat és egyáltalán az egész rendszert meg kell javítani, alapjaiban meg kell reformálni. De akármennyit is dolgozik, fáradozik, a világ mégsem lesz igazán jobb. Kezdetben még az egészet optimistán lehetett felfogni, de idővel az egész sziszifuszi munkának bizonyult, és így a kételyek egyre nyomasztóbbakká és szörnyen kétségbeejtővé váltak. És akkor betörnek a világába. Jön egy másik pont, persze semmibe veszi, mert hiszen az nem egészen olyan kék, mint maga – inkább piszkoskék. Aztán ez a jöttment pont beveszi, tényleg beveszi, a kanyart, és ezt megérdemli – majd újra lemegy a sötétbe. Aztán megint elmegy mellette, és a pont titokban követi természetesen a fény oldalán. A másik pont simán eltéved – erre számtalan bizonyíték van. Az egyetlen zavaró tényező csak az, hogy bár a másik egyértelmű hibákat követett el, egyenesen a sötétbe gyalogolt, nem lett újra sötét, igen, majdnem azt lehetne mondani, hogy még világosabb lett – talán egy kicsit lila – nos, Ön lenne persze az utolsó, aki a lilát szép színnek tartaná, némi kutatás után még érveket is talál a lila ellen, azt, mint színt gyakorlatilag meg is cáfolja. És akkor eltűnik ez a másik örült pont, egyszerűen eltűnik, már megint a következő sarkon a sötétség irányába, és máris újra rendben van a világ. Amikor ismét újabb pontok jönnek és azoknak is ugyanaz lesz a sorsuk, már fel van vértézve és óva int a lila veszélytől, néhányat meg is tud menteni a tévúttól,

akik aztán hálás hívei lesznek. Így lesz aztán a rettenetes lila valóságos prófétája és köztiszteletben öregszik meg. Az egyetlen, ami a rendszerét valamennyire is megzavarja, az a tény, hogy lila pontokról egyáltalán nem hall többé. Egyet, amely hosszabb idő után narancsszínűen visszatért, és amelyet aztán követett néhány híve is, sikerült, mint otromba csábítót és dicsőségének irigyét lelepleznie. A narancsszín azért elgondolkoztatja és időnként kétségei támadnak rendszerét illetően, és támad egy halvány érzése, hogy egykor valami olyasmit keresett, mint a fény s hogy ez a narancs esetleg azzal függhet össze. Ejh, mit – Ön öreg és mélykék, a tények pedig magukért beszélnek. Az Ön kék pontológiájának a rendszerét a kék pontok és főleg a köztük található kutatók építették ki, erősítették meg, a kék bolygó kék axiómájaig és a lila kitaszítás példabeszédéig.

És ekkor valami olyasmi történik, ami egyáltalán nem történhet meg. Ott, ahova számtalan kutatómunka szerint soha egyetlen pont nem juthat el, abban a sugárzó fehérben a határ mögött – ott megjelenik egy pont. Ennek színét nem is lehet meghatározni – még érzékelní is alig lehet, úgy vakít ott a túloldalon – de amit a falon keresztül mond, az megfogja az öreg pontot. Nem tudja megmondani, hogy hol és hogyan, de – egészen csendben és halkán – útra kerekedik a sarkon túl, ami eddig a világ vége volt, a sötétbe. És még sokan mások is útra kerekednek vele, nem szólnak semmit, sőt, még egy kicsit lilásak is lesznek. És újra egy kanyarhoz érkezik, halad tovább a sötétség felé – és megy tovább Ön is meg a többiek, csak egész keve-

sen időznek itt a még nagyobb sötéttel szembeni ellenérzés miatt. Az öreg pont tovább megy, és újra körbehalad, és tesz még egy kanyart még messzebb a fénytől, majd újra visszamaradnak néhányan, és megy tovább megint körbe, ezúttal a másik irányba, és csinál még egy kanyart a sötétben, de ezúttal elég sokan visszamaradnak az öreg pontnak még a fülébe cseng a fehérből jövő hang, és megy tovább megint a másik irányba, és megint körbe, sokkal tovább, mint eddig, és akkor végre visszatér a fényhez, és a fiatal pontok, korábbi hívei megelőzik őt és elébe futnak a fénynek, és a következő kanyar is a fényhez vezet, és a következő meg az azután következő, sajátosan vöröses lesz, s egy egészen új szín jön létre, amelyről eddig mit se hallott a pontok történelemkönyvében – csak a fantaszták és a mesemondók teljesen hihetetlen történeteiben hallani ilyesmit és most maga volt valami ilyesmi. De mi ijesztette még meg hosszú élete megannyi csalódása után? Végül is újra ott áll szemben a fénnel, csak most a másik oldalról látszik – és most maga is elég vörös, és néhány régi tanítványa már mindent kikutatott, már felderítették az új világ határait – most már tényleg nem megy tovább előre, a további út ugyanis egyenesen a sötétbe kanyarodik.

A régi igazság annyiban mégis bebizonyosodott, hogy a fehéret nem lehet elérni, a megoldás a pirosban keresendő, a kék meg persze történelmi tévedés és maradiság. Rendszeresen akarnak visszaküldeni hírnököket, akik az összes pontot megszabadítanák a kék és lila színtől. Ha mindez nem segítene, akkor az erőszaktól sem

riadnának vissza – a vörös pontológia nevében. Az öreg pont örül a fénynek, nem szól semmit, nem mond ellent, és amikor mégis, minden feltűnés nélkül továbbmegy a kanyaron, túl az újabb sötétségbe, nem beszél rá senkit arra, hogy menjen vele, mert tudja, hogy maga is keveset tud arról, ami jön – és amikor egy pont mégis magától követi, örül neki, beszél a sejtelveiről, elmondja azt a történetet a narancsszínű pontról, amely sok idővel ezelőtt felbukkant és idegen gondolatokat terjesztett, elmondja a sárga pontokról szóló legendát, melyek igencsak régen léteztek, elmondja, ami eszébe jut. Az út végtelenül hosszú és kacskaringós és egyre tovább visz a sötétség irányába, a pontok egyre vörösebbek lesznek, és amikor maguk is narancsszínűekké válnak, már nem csodálkoznak. Ekkor az abszolút sötétséggel állnak szemben és ez kemény dolog. Sok olyan helyzet van, amikor az egyik rászorul a másik segítségére. Ami a legtöbbjüknek támaszt nyújt, az az új reménység, amelyet viszont nem adnak tovább, mert ki tudna már mindezek után bármiben is biztos lenni – a remény, hogy az egyenes út kacskaringós, hogy a saját szín világosabb lesz, eltűnik, minél tovább mennek. Sok minden megerősíti ezt a sejtelmet, de idővel óvatossá válnak, élettapasztalataikból és a régi mondákból, mesékből tanulnak, amelyeket most már nagyon komolyan vesznek. S aztán hosszú körútjaikon még azt a bizonyosságot is megszerzik, hogy még a sötétségre is szükségük van ahhoz, hogy megvilágosodjanak – igen, a világ lassan már paradoxsá válik, és minél több sötétséget engednek be, annál világosabbak lesznek maguk – s aztán az is egyre bizonyo-

sabb lesz, hogy a Sötét elleni harcból egy alázatos és köszönetteljes úton át – ki gondolta volna, hogy köszönetet éreznek a Sötéttel szemben, bár nem értik, hogy mi történik, s fel is hagynak azzal, hogy ennek utánagondoljanak – már olyan sokat gondolkoztak kettesben. Most mindketten hisznek abban, hogy még sárgák is lesznek, és valóban megtörténik ez az egyszerű és rendben lévő dolog. Végül ez a sárga is megvilágosodik, az út elhagyja a sötétet és a fénybe vezet – és amikor újra kitér, az is épp úgy rendben van – továbbmennek, mert mennek, már minden ok régen megszűnt, és így már látják a vakítóan világos célt – egyikük egyenesen oda és belemegy, fehér fénné válik, másikuk megfordul, visszatér a színes pontokhoz, és ez mindegy.

Útkáoszodnak
 útmutatói,
 vesztve
 találni a
 Mindent,
 hogy egy legyen
 újra a
 Semmi -
 egészen.

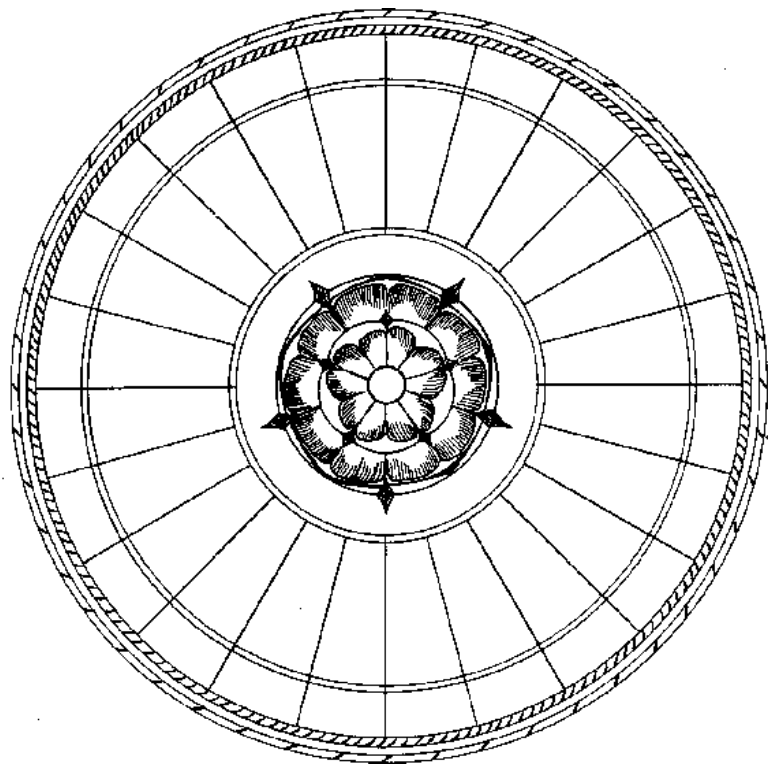
(A lektor műfordítása)

A chartres-i labirintus rózsájának centrumában eredetileg egy bikafejjel ellátott tábla volt elhelyezve – világos utalásként a minószi labirintusra. E mögött az első pillantásra fordított szimbolika mögött ugyanaz az idea áll, csak az út, mely oda vezet, fordított. Itt a középen leselkedik a szörny, a Minótauros, és a megváltás kívül fekszik. A hősnek kell ez esetben a labirintusba (élet) szállnia, ott a szörnyet (az ördögöt, a polaritást) legyőznie, és csak Ariadné királylány híres fonala segítségével kerülhet ki megváltva.

Bikafejjel és anélkül is egyértelmű a szimbolika. Mindenütt különböző jeleket találunk, amelyek mögött ugyanaz rejtőzik. Az irodalomban is, ha Homérosz Odiszseájára gondolunk, ahol a hősnek a nehézségek valóságos labirintusán kell magát visszaküzdenie hazájába, hasonlóan Dante "Isteni színjáték"-ára vagy bármilyen hőseposzra.

A határozott párhuzam miatt még a Grál-legenda érdekes számunkra, amely a gótikus katedrálisoknak nemcsak időbeli, hanem földrajzi közelében fejlődött ki, és ugyanazt a tartalmat hasonló szimbólumokkal – csak más formában – mutatja be. A Grál esetében egy edényfajtáról van szó, amelyet meg kell találni, amelyet szimbolikus alakjában egyszer mint nagy drágakövet, másszor mint tiszta aranyból lévő, drágakövekkel kirakott és földöntúli fénysugarakkal telítettet írnak le. A tulajdonképpeni Grál itt is az egyes keresőkben van elrejtve, és Parsifal a "völgyet átlépdelő" hosszú külső keresés után végül is belül, *magában* találja meg; lehetséges, hogy a Grál-

legenda, éppúgy, mint a katedrálisok építése, a templomosokra vezethető vissza – az mindenesetre bizonyos, hogy közös forrásuk az emberek belső világában lelhető fel. Már a szimbolika hasonlósága is félreismerhetetlen. Mind a rózsza, mind a Grál fényjelenségekkel kapcsolatban fejt ki erejét, amely belülről indul, aztán kívülről belültre, a közép a közép felé irányítja a keresést. Az Artus-kör 12 vagy 24 lovagja egy kör alakú asztalnál ül, amelynek centrumában rózsza áll (legalábbis a winchesterin, amelynek ábrája alább van), és Önt először a külső részre küldik keresni, jóllehet a megoldás középén, a körben van.



Végül, a nehézségek labirintusában tett hosszú tévelygés után, felteszi egy lovag éppen az a Parsifal, aki az utat egészen a végéig megtette – az árnyékra vonatkozó helyes kérdést. "Mi hiányzik neked, Oheim?" És a tipikus válasz, melyet a Grál utáni kutatás végén talál: újra az egységhez vezet, hiszen "a király és az ország egy", a kívül és a belül egy, s ezt felismerni csak a középen, belül lehet. Hasonlóan van ez a rózsablakokban: a periféria külső terében a fény tarka, mert még hiányoznak részek az egészből, csak a középpont felé lesz "egészebb". A régi keréablakokban ez még nyilvánvalóbb volt. A centrumba a tiszta, fehér, azaz a teljes fény esik be, a periférián pedig keverednek a fények és a kőszerkezetek. Ezt nézni szép lehet, de megoldás nincs. A periféria, a jelenségek világa csak a középtől kap értelmet. Az asztal és a rózsablak szimbólumának, mint az univerzum mindenkori képének hasonlósága is érthető, a centrum körül a kerekasztal 12 lovagja, a 12 állatöv, a 12 apostol, a 4 elem vagy a 4 evangélista, a 4 paradicsomi folyó vagy a 8 szél, a 7 szabad művészet vagy a bűnök és erények csoportosulnak. Mindig az egyetlen közép körüli táncról van szó. És így jutunk el újra a labirintushoz, mely nemcsak a chartres-i püspököt inspirálta táncra, hanem a világ különböző részein élőket is, mert több legendát és történetet ismerünk, amelyek labirintuson keresztül vezető szakrális és profán táncokról számolnak be. E táncok általában kör vagy spirálformát rajzolnak maguk után, ahogy azt már a keringőnél láttuk. E formában sajátos bűverő rejlik, a legtöbb embernek örömet okoz (lásd a búcsúkat), és képes – mint azt a dervisek rituális dhikr-je és az úgyneve-

zett primitívek keringőtáncai mutatják – egészen a vallási eksztázisig, sőt végül a világtól való elszakadásig eljutni általa. Ez azonban középutt történik. Ezt a körforrásban rejtőző titkot még ma is megtaláljuk a legkülönbözőbb összefüggésekben. Egészen ritkán élnek meg ezt az emberek tudatosan, de mindig hat és van benne valami magával ragadóan lelkesítő és rituális: a műkorcsolyázók piruettjétől a májusfa és korábban az életfa körüli körtáncig, a zsebméretű játéklabirintustól, melynek közepén egy golyót gyötörnek a gyerekek, a korridáig, ahol a torreádor a bikát egy egyre szűkülő spirál mozgásra kényszeríti, melynek középpontjában a bika egészen megnyugszik, és akkor (ideális esetben) sikerül a döfés a középre. Ezen közép körüli táncok mindegyike mögött ugyanaz a minta rejlik, és a labirintusokban oly erősen hatottak ezek, hogy sok katedrálist állítólag azért romboltak szét, mert nem bírtak a játszó és táncoló gyerekekkel. A labirintus mint az élet ősképe egyszerű úgylétével hat.

Az életet felfoghatjuk úgy is, mint egy mandalát – analóg módon a rózsaaalakokkal és a labirintussal, mert lefolyásában megfelel a teremtés ősrezgésének, a kezdeti kitágulásnak és az azt következő összehúzódnak, az oda-, illetve visszaútnak közte a fordulóponttal, melyet minden lélegzési ciklus csalhatatlanul kifejez. Pszichológiailag jóval igényesebben kifejezve ugyanazt találjuk Wolfram von Eschenbach Grál-eposzában, ahol Parsifal a Grál-várban tett első, vészterhes látogatása után eléri azt a fordulópontot, amelytől kezdve még egyszer át kell élnie az életet – csak már tudatosan. A Grál-mítosz ezen útleírásához pontos párhuzamra lelünk a rózsaaala-

kokban. A tulajdonképpeni és a lényeges minden rózsában *más dimenzióban* keletkezik, nevezetesen a megszokott érzékszerveinkkel fel nem fogható őspontban, amelyből minden, tehát a rózsa egyre anyagibbá váló termése is kibomlik, majd megmerevedik a kőfal sötétjében – ekkor megfordul a tekintet és újra visszatér a középbe.

Parsifal élete, oly heves kivonulása és megtisztult hazatérése is csak szimbolikusan érthető. A Grál legenda első csúcspontján, élete fordulópontján válaszút elé kerül, ahol kénytelen "megfordulni" és "magába fordulni", mert az életet tudatosan visszafelé kell átélnie, hogy újra "olyan legyen, mint a gyerekek".

Csak a visszaút végén képes felismerni a Grál rejtélyt, ami által a beteg királyt, Amfortast és beteg birodalmát (a Teremtést) meggyógyíthatja: "A király és országa: egy." Más szóval: a birodalom (a Teremtés) egy király tükörképe, és mindenben megfelel neki. A mikrokozmosz, ahogy már mondtuk, a makrokozmosz, ez a mi látszólag egyszerű képletünk.

Parsifal, mint azt világosan hangsúlyozzák, gyerekként kezdi útját Anyja, Heneloide megkísérelte, hogy megtartsa őt a gyerekek birodalmában (az egységben), hogy fia elkerülhesse azokat a szívfájdalmakat, amelyeket apja, Gachmuret lovagi halála kívül a világban (a Teremtésben) kiváltott. De Parsifalnak fontos, hogy kivonuljon és átmenjen a középben. Fel kell nőnie, persze csak azért, hogy megérkezzen a fordulóra, hogy elérje a legnagyobb sötétséget (miután a Grál várból kitaszított-

ták), és hogy innen visszaforduljon, hogy megismerje az egész utat, hogy újra megtalálja az egységet.

Így vezet az út a rózsza középpontjából a sötétbe, a fény meg egyre inkább elvész ezen az úton, a színek sötétebbé válnak, a keret ólma és az egyre masszívabbá váló kőszerkezetek felé, hogy végül a fénytelen falban végződjenek. Az egységből minden út ehhez a fénytelen helyhez és ezzel egy lehetséges fordulóponthoz, a katasztrófához vezet, mert innen van csak visszaút a fényhez, az egységhez.

Manapság, amikor a szimbólum iránt nincs megértés, amikor elveszett az analóg gondolkodás és látás képessége, nehezebb felfedezni a megfelelő szimbólumokat. Legalábbis az élet ezen ösképeit tudatosan alig ábrázolják a művészetben. És mégis, ha közelebbről megnézzük, feltűnik, hogy a szimbólumok tudattalanul mégiscsak becsúsznak, úgy tűnik nem lehetünk meg nélkülük. Így az egyéni életeciklusokban pontosan ugyanarra a szimbolikára lelünk, amelyet a Grál-legendához közel hozzánk, csak azt ma "Midlife Crisis"-nek nevezzük és meglepő tehetetlenséggel állunk vele szemben. Bár ez a "Midlife Crisis" nem más, mint az említett visszaforduló, sőt talán betérő idő, amelyet Parsifal él át, amikor az elhagyott Grál-várban reggel felébred, ez az a helyzet, amikor az eredet világos fényéből jövet elérjük a rózsát övező, fénytelen kőfalat. Értelmezzük az élet közepén fellépő válság "szociológiai jelenségét": nem annyira mennyiségi, azaz időbeli szempont szerint tűnik fel az élet közepén, sokkal inkább minőségi aspektusa van. Gyakran épp akkor kerül az ember a legnagyobb

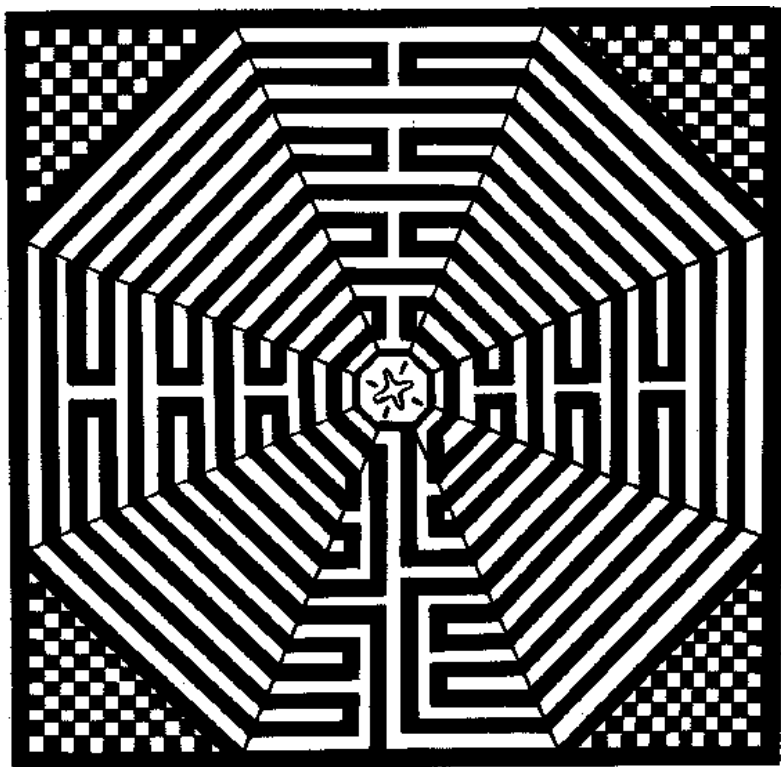
válságba, amikor elérte a hatalmat, amikor anyagi becsvágya kielégült, amikor mindent elért és tulajdonképpen a legboldogabb lehetne. Épp ekkor zuhan az ellenkező végletbe, lesz szomorú, lesz depresszív, nyomott a közérzete. Mi nyomasztja őt, ha nem az az érzés, hogy most minden célját elérte, és így csak az üresség marad, hogy ez még nem lehet minden. Ezzel viszont egy döntő ponthoz érkezett el. A nyomottság, a sötétség idején megszülethet a felismerés fénye, hogy fennáll a fordulat, a megtérés lehetősége. Egyébként a világ megváltó fénye, Krisztus is a legnagyobb sötétségben, szentestén, a téli napforduló idején született. És épp ez a kitüntetett és megszentelt éjszaka – jóllehet a fény ekkor a leggyengébb, szinte eltűnik – a legfontosabb, hiszen Jézus Krisztust várják újra az emberiség éjszakáján.

Így az élet közepén kialakult válság, bármikor is érzük el időben, azért a legfontosabb, mert lehetőséget nyújt arra, hogy felismerjük: itt a megtérés ideje.

"Bizony mondom néktek, hogy ha nem lesztek olyanok, mint a gyerekek, nem juttok el az égi birodalomba." Ezt az üzenetet többnyire még veszik, csak aztán megkísérik a könnyebb utat választani, és megint mindent csak látszólag elintézni. Az érintettek hirtelen gyerekesek lesznek, színesbe öltözött idős hippik megpróbálják magukat külsőleg, ruhádivat, kozmetika segítségével megfiatalítani, vagy ifjú voltukat azáltal bebizonyítani, hogy maguknak új, fiatal partnert keresnek. Mint minden tisztán külsődleges megoldási kísérlet, ezek is elég szánalmasak, és szerencsére csatlódással végződnek. Azért szerencsére, mert ebben a szánalmasságban benne rejlik

azon felismerés lehetősége, hogy ez így nem megy. Újra egy csalódás, amely egy öncsalási kísérletet zár le, de ne becsüljük le a csalódásokat, mert azok ugyanannak a mintának felelnek meg: egy csalásba vezető út végei, és előkészítik a visszafordulást. A csalás végét akár meg is ünnepelhetnénk. Mi a keleti, ezoterikus felfogás szerint a csalások világában élünk, a Májá-éban, és minden csalódás meggyebbenti Májá fátylát.

A következő oldalon az amiens-i labirintust látja. Kísérelje meg festés közben, vagy gondolatban, vagy ahogy kedve tartja, megtalálni a mondottak ön számára szóló személyes értelmét. Meditáljon erről, tegye saját életét a meditáció alapjává.



HAZATÉRÉS – VISSZATÉRÉS

Mindazonáltal a visszatérés, még világosabban a hazatérés eszméjének keresztény területen is vannak gyökerei, és így a labirintusok templomokból való száműzetésének jószerivel egy félreértés az alapja. Az orleanville-i négyszögletes labirintus centrumában (tehát a célban) a következő szavakat találjuk: Sancta ecclesia. A labirintusok a világ képeit ábrázolják, melynek centrumában a Szent Város, az új Jeruzsálem fekszik. Ez annyiban érdekes, amennyiben az új gótikus katedrálisok is az új Jeruzsálem képmásai akarnak lenni, és azok rózsái így a Szent Városra nyíló ablakok lesznek, amelyeken keresztül betérhetünk. Éppen ezt a saját közepünkbe való visszatérést vagy hazatérést akarja a labirintus közelebb hozni hozzánk. Ez ugyanaz a motívum, amit a tékozló fiúról szóló példabeszédben találunk és a bukott angyalról Luciferről szóló kabalista ideában, Keresztelő Jánosnál, ab a megbánást és megtérést prédikálja és Saulus Paulussá válásának történetében, és minden zarándokútnál erről van szó. Az ember utazni kezd a külvilágba, azzal a kívánsággal, hogy átéljen valami belsőt. A célban, ami gyakorlatilag mindig valami fontos bensőnek (többnyire egy korábban lezajlott hitbéli misztérium emlékének a helye) külső képviselte – megfordul és hazatér. Klasszikus zarándokutak, mint a Santiago de Campostellára vezető, egyenesen nyugatra tartanak, s ezzel a Napot követik a hazafelé vezető úton. A visszaút következésképp keletre, az új fény felé vezet És ezek az utak tipikus módon

sokkal öregebbek, mint a kereszténység, mert az emberek mindig is követték ezeket a külső-belső utakat. Parsifalnak a visszaúton vezekelnie kell, minden hibát, amelyet a hiányzó tudatosság miatt az odaúton elkövetett, jóvá kell tennie. A visszaúton jószereivel az odaúton képzett karmát találja, azt kell beváltania. Tudatosan meg kell szüntetnie az egységből való kiválást (az anyában, Herzeloidében szimbolikusan). Szimbólumainkból világosan kitűnik az a tény, hogy az elkülönülés nem volt hibás, szükséges volt, sőt nélkülözhetetlen előfeltétele volt a hazatérésnek. Rendben van, hogy Parsifal lázad és távozik – és az Atya (Isten) jobban szereti az elveszett, tékozló, fiú visszatérő fiút, mint a jót, a szófogadót, az otthon maradottat. Krisztus sem azt mondja: "Ha nem maradtok, mint a gyerekek", hanem kifejezetten azt, "Ha nem *lesztek*, mint a gyerekek..." Ezért nem csodálkozunk annyira, amikor a kabalisták a bukott angyalt, Lucifert, Isten kedvenc angyalának nevezik.

Így mutatja meg nekünk a labirintus és a Grál-legenda szinte érthetőbben, mint a rózsabokor, hogy a teremtés nem szorul rá a mi javításunkra. Minden kerülőútnak és akadálnak, amivel találkozunk, megvan az értelme, akkor is, ha ezt nem tudjuk rögtön átlátni az élet labirintusában.

A MEGFORDULT IDŐ

Végezzünk el egy gyakorlatot, amellyel Ön jártasságot szerezhethet az idő megfordításában, és ez tetszés szerint kiterjeszthető, ha megfelelő időritmusokkal játszik.

Kezdjük egy nappal. Este, ha már átélte a nap világos felét és az ágyban fekszik, fordítsa meg az időt és menjen vissza, hogy a nap árnyoldalát, az éjszakát, tudatosabban – mint betérést – élje meg. Ekkor visszafelé megy az időben, az itt és mosttal kezd, vagyis az ágygal, átéli a napot újfent még egyszer visszafelé, csak most tudatosabban és nagyobb távolságot tartva. Ha visszaérkezett a reggelhez, élje át még egyszer azt a hangulatot, amellyel ezt a napot kezdte. Idővel felismeri, hogy már a kezdetben benne volt a lefolyás és a vég.

Aztán menjen vissza még egy lépést oda, amikor még aludt, és folytassa az álmát, ahol a múlt éjszaka abbahagyta. Az, hogy Ön ezt a lehetőséget most valószínűtlennek tartja, nem, vagy kevésbé fontos, mint nyitottsága a kísérletre. Mindenesetre, ha teljességgel kizárja azt, akkor az az Ön számára átélhetetlen marad.

Ha idővel bizonyos gyakorlatra tesz szert ebben a technikában, akkor hosszabb szakaszokat is át tud tekinteni, vissza tud nézni egy hétre – egy hónapra – egy évre – tíz évre – egy életre. (Tapasztalataink szerint nem ajánlatos segítség nélkül a születésnél tovább visszamenni. *A lektor.*)

ILLÚZIÓK

Majd minden csalódásunk külső szemeinkkel kezdődik, és csak a belső átlátás szabadít fel minket. Egyik érzékszervünk sem tudja úgy az illúziókat, amelyeket a szem bennünk kelt, később úgy leleplezni belül, mint a szem.

100 millió látósejt számtalan különböző benyomást érzékel, és ezen látópontok mindegyike továbbvezeti az információkat a látóidegen keresztül az agyba, ahol a 100 millió egyes információból kialakul az, amit képnek nevezünk. A kép, amit látunk, nincs ám kint, hanem egyértelműen bent van, még csak nem is a recehártján, hanem bent az agyban. Így valójában nem mi nézünk ki a világba, hanem a világ néz be hozzánk. A képek mindig bent vannak. Hogy aztán az, amit ott látunk, megfelel-e annak, ami "ott" *valóban* van, valószínűtlennek tűnik. Feltehető, hogy minden számár és minden hangya a maga világát látja.

De ha a külvilágot mint létezőt el is fogadjuk, az még mindig leleplezheti az illúzió jellegét.

Tekintsünk meg egy mandalát, egy forgó kereket. Egy bizonyos sebességtől – a mi képzeletünk számára hirtelen – az ellenkező irányba kezd mozogni (mint a régi filmekben a kocsikerek). És akkor váratlanul megáll, jöllehet a valóságban nagyon gyorsan forog. Ezen az illúzió alapszik minden film, az alakok viszont, akik a filmen mozognak, a "valóságban" abszolút mozdulatlanul állnak az egyes képeken. És nem

látunk minden éjszaka különböző filmeket álmunkban, amelyek reggel hirtelen már nem is léteznek? Biztos Ön abban, hogy az, ami a reggeli felébredéssel kezdődik, valóság és nem egy film? Mert mit is látunk itt? Mindenféle dolgokat, amelyek valóban nincsenek is, ahogy ezt nekünk a fizika már bebizonyította. Minden, amit mi szilárd tárgynak tartunk, sokkal inkább rezgő energia – csak olyan gyorsan rezeg, hogy ezt mi már nem látjuk.

A fizika jutott el tudományaink közül a legtávolabbra, az univerzum határára, és éppen azon van, hogy olyan kijelentéseket tegyen, amelyek származhatnának akár-melyik időtlen szentkönyvből is, mint például az a kijelentés, hogy minden minden-nel hálószerűen összefügg, vagy az, amely megállapítja, hogy végül is minden rezgés és ezzel energia.

Ha minden, az atom is energia, úgy a fizika szerint az ember is csak egy energiajelenség – egy rezgő mandala.

Ez a tudás különféle öltözetben, mindenütt megvan. Az indiaiak talán a csakrarendszerükben fejezték ezt ki a legjobban. A gerincoszlop mentén, egy energiacsatornán, a sushumnán hét energiaközpont vagy csakra van. A csakrák "kerekek"-et, illetve "körök"-et jelentenek és többnyire virágformában (mint lótosz) ábrázolják őket az energia mandalái. Ezek az embert egy ovális tojás formájú rezgésmezőbe burkolják. A képen a középpont mindazonáltal egy tengellyé, gerincoszloppá válik, amely a makrokozmosz nagy mandalájában a világtengelynek felel meg.

Más kultúrákban más nevek ismertek és van némi eltérés, de végül is egy és ugyanazon energiajelenségről van szó, csak különféle kultúrák szemüvegén át szemlélve. Így a kínaiak a vezetópályákat, amelyek az energiaközpontokat összekötik, meridiánoknak nevezik, míg az indiaiak nadikról beszélnek. A tibetieknek csak öt csakrájuk van, mert ők kettőt-kettőt összevonnak, és a hopi indiánok csak a hindu rendszer felső ötjét veszik figyelembe. Míg pl. a tibetiek az energiát olyan szemszög-ből nézik, amely azt a koronacsakránál behatolni és majd leszállni látja, addig az indiaiak azt a muladharától, az utolsó csakrától fölfelé érzékelik.

Ugyanazt az univerzális folyamatot nézik tehát különböző szempontokból. Minden mandalában látható ez a folyamat. Az élő közép törvénye, amelyből minden jön, és amelybe minden megy; a középből a középbe, avagy ahogy az indiaiak mondják: onnan ide.

Nos, lássa el a 38. oldalon a mandalaformában lévő embermandalát hét energiacentrummal.

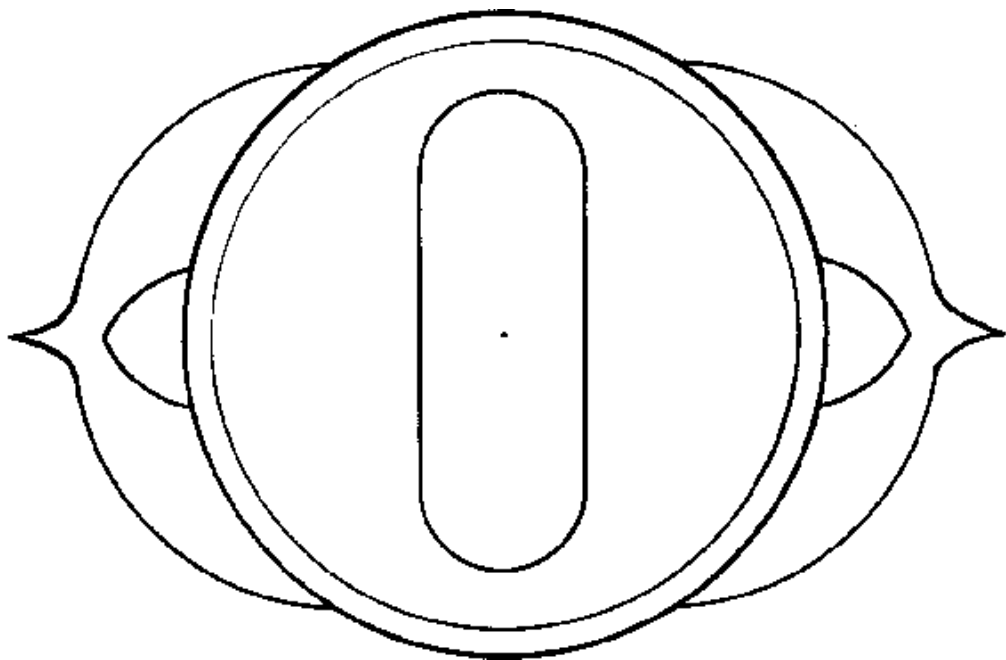
Kösse össze ezt a hét központot egyetlen energiaképpé, az ember auraképvé.

Aztán fesse ki az alább fekvő harmadik csakra képet, mint a mélyebb be- és áttekintés szimbólumát. Az eredeti színei:

a két külső lótuszlevél: világító világoskék;

a kör: fehér;

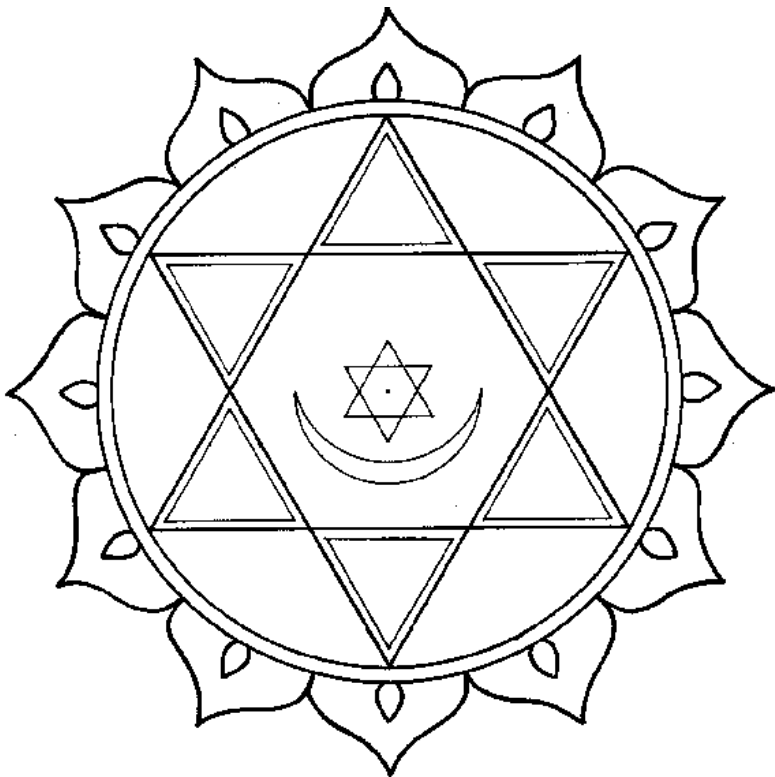
a lingam középen világoskék.



A negyedik vagy szívcsakra ábrázolása olyan elemeket hoz felszínre, amelyeket mi a középkor keresztény művészetéből már ismerünk, így a hexagrammot és a tizenkettő szimbolikáját. A két egymáson áthatoló háromszög az univerzum poláris erői között itt a kiegyenlítődést képviseli, a felső Sivat és vele a *férfi* elvet, az alsó Sakti istennőt és vele a *női*t. Ez a csakra az emberi testben elfoglalt helye alapján a felső három és az alsó három csakra közötti energiamezők kiegyenlítődését ábrázolja közepén, a szív területén. A sushumnában áramló energiát az indiaiak "kundalini"-nek, kígyóerőnek nevezik. A kundalíni kígyó elképzelésük szerint három és fél spirálba tekeredve a legalsó csakrában (a muladharában) fekszik, ahol is az ébresztésre vár. A "kundalíni" kifejezés a szanszkrit "kundal" szóból ered, ami "spirál"-t jelent. Így záródik be ez a kör is újra. Nemcsak a makrokozmosz külső energiája a mozog spirális alakban, hanem a mikrokozmosz, az ember belső energiája is analóg módon áramlik – a keleti elképzelés szerint.

Színutasítások a keleti hagyomány szerint a negyedik csakrához:

szürkészöld hexagramm fehér körben,
12 cinóbervörös lótuszlevéllel körbekerítve.



A spirál formájú energiafolyamról való tudás nálunk már csak nyomaiban lelhető fel. Úgy tűnik azonban, hogy az antik korig Nyugaton is élt, ha például az Aszklépiosz-botra, a görög orvosok szimbólumára gondolunk. Itt egy kígyó (energia) egy boton (gerincoszlop) három és fél csavarodásban tekeredik a magasba. Abban az időben a kígyó szentnek számított, Aszklépiosz templomaiban kígyókat tartottak és az istenség megszemélyesítéseként tisztelték őket. Az Aszklépiosz-bot máig jelvénye a nyugati orvosoknak, bár a tudás az energiaáramlatokról elveszett, és mi most fedezzük fel újra Keleten.

Alul a Hermes-botot látjuk, két kígyóval, a feketével és a fehérrel, melyek a polaritást szimbolizálják, s középen, ahol a két kígyó találkozik, egy ponttá, az isteni Középpé válnak.



Használja fel ezt az oldalt arra, hogy megalkossa saját energiamandaláját. Milyen forma illik az Ön személyes megérzése alapján az energia áramlásához? És ez milyen szint igényel?

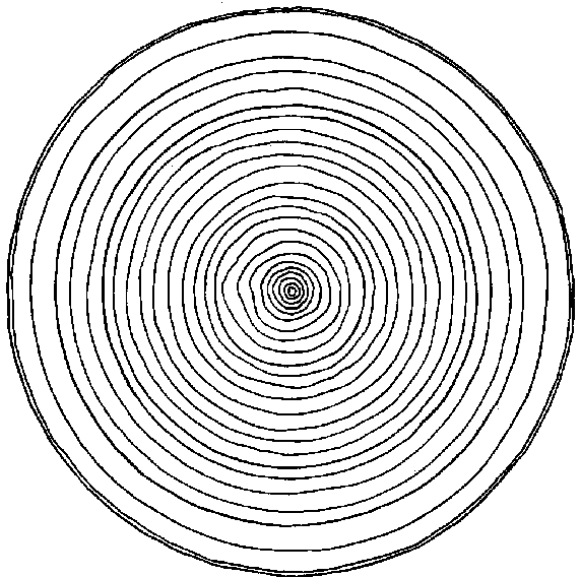
A TERMÉSZET MANDALÁI

A mandala a Közepet reprezentálja. Sem a Kelethez sem a Nyugathoz nem tartozik. Valójában végül is csak saját közepünkben találhatjuk meg. Az oda vezető út mindezenetre kinn a periférián kezdődik, és amíg mi követjük, különböző kultúrák mandaláit fogjuk keresni, a legkülönbözőbb mandalákba fogunk ütközni, de ezek különbözősége csak külsődleges lesz, ami azt jelenti, hogy a periférián vannak. A mandalacentrumban minden különbözőség megszűnik, azok egyetlen középben egyesülnek.

Minden kultúra és minden ember részesül a természetből. Mi is minden technikákkal és haladásunkkal együtt a természetbe ágyazva maradunk, arra ráutalva élünk. A természet viszont tele van mandalákkal, és nem lehet nem látni, hogy azok a szó legszorosabb értelmében univerzálisak – az Egy megnyilvánulásai a legkülönbözőbb kifejezésekben.

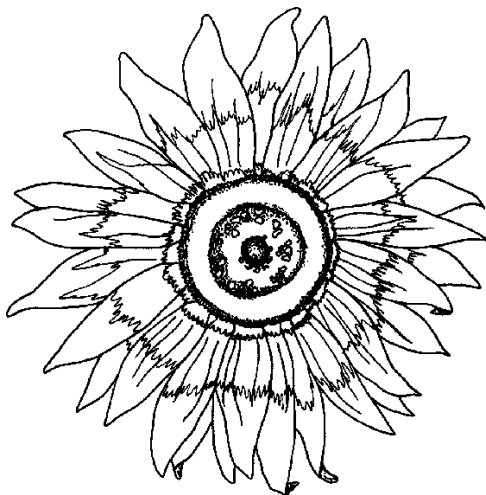
Minden természetes rózsza közepében növekszik a keresztény szimbolikából ismert mag. Ha a különböző növények magvait nézzük, újra mandalák vannak előttünk – a legnyilvánvalóbb ez a gyümölcsökben melyek majdnem teljesen golyó alakú formája az egyetlen magot, az egyetlen közepet veszi körül, amiben számára a növény örök és időtlen. Végül is minden növénynél e mag körül forog minden, ez biztosítja

különböző fejlődési szakaszokon keresztül a fennmaradást. Ugyanakkor minden egyes szál szár, ág, törzs keresztmetszete egy mandalát képez. Itt egy fa évgűrűi alkotnak mandalát, s ez horoszkóphoz hasonlóan köt egyetlen képbe teret és időt.



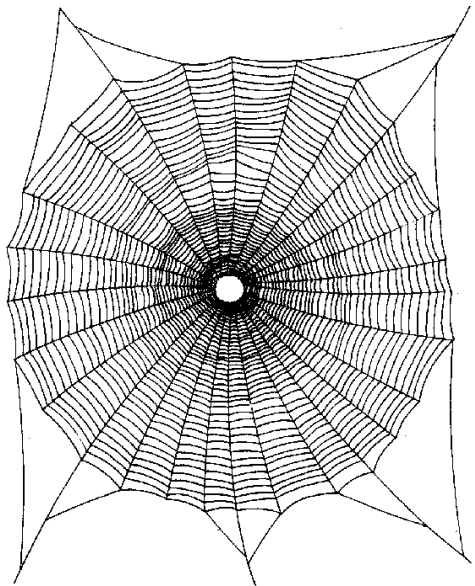
A rózsablatok egy virág alakjának utánérzetei és az ablakrósák részben ugyanazon elv alapján vannak felépítve, mint a virágok szirmai, hajtásai. Csak az a bámulatra méltó, hogy a tudomány csak sokkal később fedezte fel ezt az elvet. Talán "újralfedezésről" kellene itt beszélnünk – mint sok más esetben is.

Most a virágokat akarjuk újralfedezni – s minden virágban a mandalát.



A mandalák sora végtelen – vég nélküli. Minél többet tanulunk meg látni, annál többet fogunk találni. Itt egy kézenfekvő asszociáció a pókháló mandalastruktúrájával.

| Most Ön ezt az ábrát személyes, színes pókhálójává változtathatja.



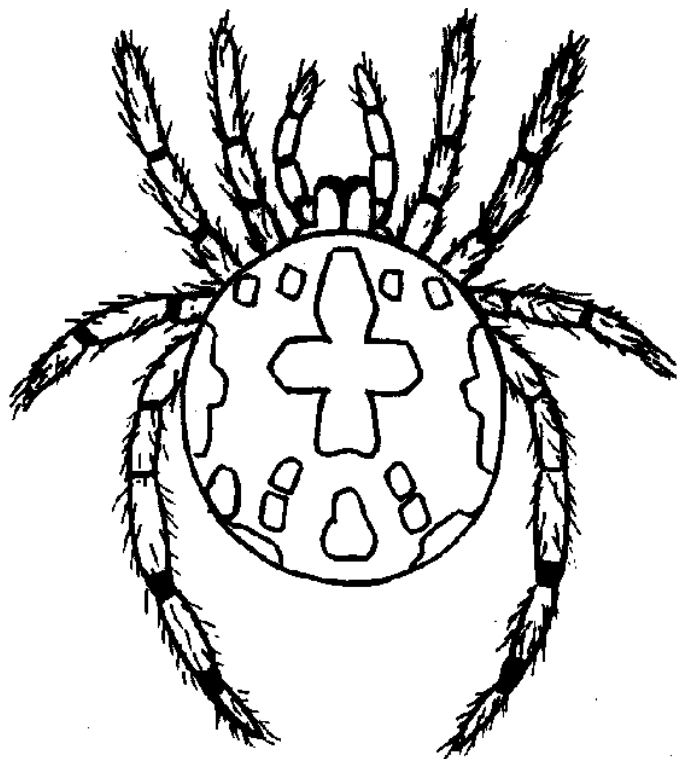
A BENNÜNK LÉVŐ PÓK

Bár tökéletes a mandala, mégis először kellemetlen érzéseket vált ki a pókháló belőlünk. Hiszen olyan kifejezően mutatja meg a pók lényét (és a hálójáét), hogy tudattalanul is többet látunk, mint szeretnénk: minden ember hasonló hálóban él, ami őt számtalan szállal köti a világhoz! Ezt a hálót kell először felismerni, aztán elfogadni, végül tudatosan megélni, hogy megváltsuk. Valószínűleg azért ilyen undorkeltő szimbólum a pók, mert a világgal való összeszövődöttségünkre, sokszoros felfüggesztettségünkre és felkötöttségünkre emlékeztet minket. És azért, mert ez a háló megmutatja a mi alattomosan leleselkedő természetünket is ebben a mandalában, és azért, mert más lényeket is fogunk vele és otthagyjuk őket vergődni – elfeledve, hogy mi magunk is mennyire vergődünk. A szimbólum tovább bontható: a pók is azzal az illúzióval ténykedik, hogy "neki nincs is hálója". Ezért annak olyan finomnak kell lennie, hogy láthatatlan legyen és csak a fogoly halála pillanatában lesz számára valóság. Mi is így fojtjuk el ezt a hálót, amíg szemtől szemben a halállal már nem tagadhatjuk tovább.

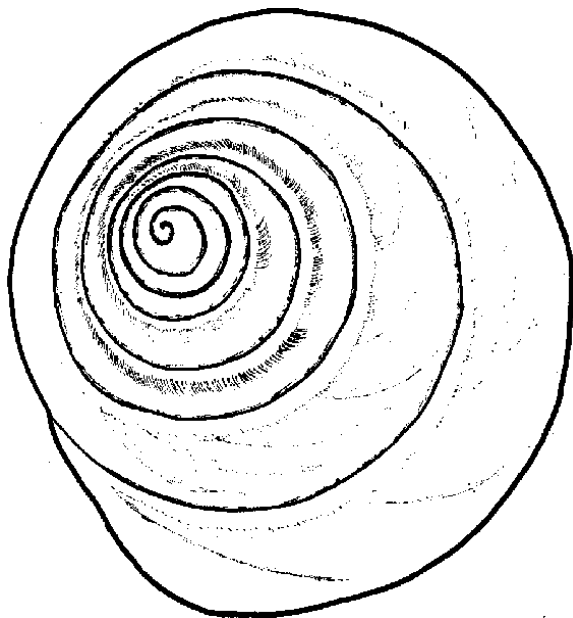
A pókháló mandalája, mint minden más mandala leképzése a Teremtésnek, és mi vagyunk a rovarok, akik valahol a periférián, tehát az elanyagiasodott teremtésben, fogságba esnek. Minél többször és minél tudattalanabbul háborgunk összevissza ebben a világban, annál inkább belegabalyodunk a hálóba.

Fesse ki a pók mandaláját, mert ez is egy felismeréshez vezet. Csinálja szépre, foglalkozzon közben egy kicsit a saját pókságával – talán még meg is szereti. Aztán meditáljon nyugodtan a hálóról is, amit az előbb alakított ki, és érezze közben, hogy Ön is magában hordja valamiképp a háló lényegét.

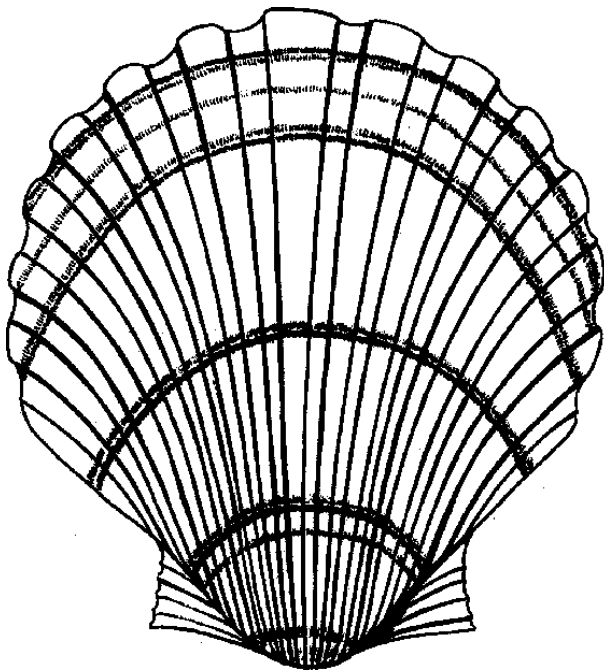
Természetesen először még nem tudja magában felfedezni és a többiek egyáltalán nem találják meg Önben, de hát az a háló lényege, hogy ne is lássa senki. Szedje össze a bátorságát, és nézze meg mégis, az ugyanis annál biztosabban van ott, minél kevésbé szereti Ön a pókokat és a pókhálókat.



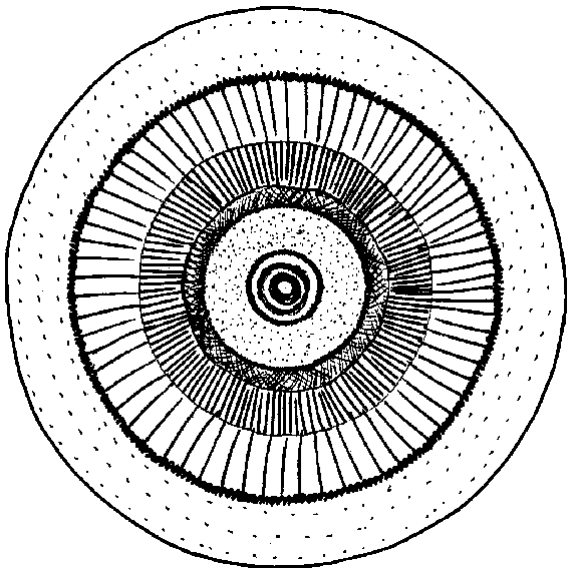
Sok kagyló mészháza, a tengeri sün formája és a szellőrózsák, a korallok – mind mandalák, egészen a csigák házáig, amelyek az örvényre és a labirintusra emlékeztetnek.



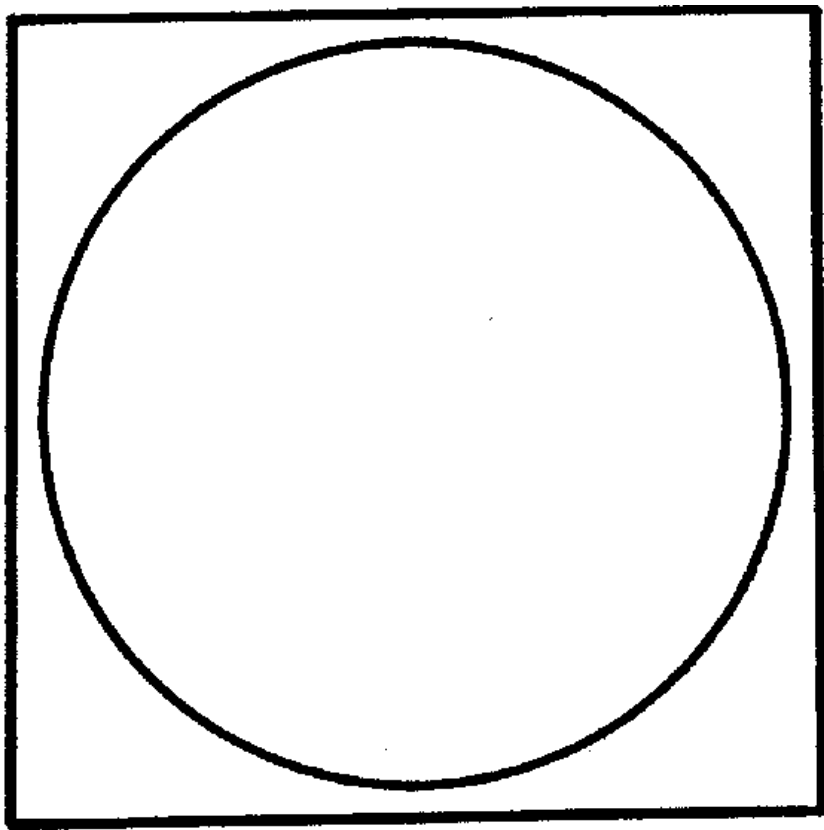
Ezen mandalák egyikéből, nevezetesen egy kagylóból, született a hagyomány szerint a szerelem istennője: Vénusz.



A kagylómandala nemcsak a szerelem, hanem a gyöngyházragyogású gyöngyök szülőhelye is, és a könnyek meg az újjászületés ezen szimbólumai – szintén mandalák: már a háromdimenziós golyóalakon megismerjük a ragyogó mandalát. Még egyértelműbb lesz ez a benyomás, ha a gyöngyöt a közepén kettévágjuk.



Az emberek hajlékai eredetileg gyakran voltak mandalaformájúak. Még ma is látjuk ezt az afrikai kralon vagy az indiánok tipijén. Ezzel szemben mi négyszögletes házakba költöztünk, amelyek külsőleg is leleplezik anyagsúlypontúságunkat. A vallásos helyek, Isten házai azonban – mind a mai napig – állandóan mandalaformában készülnek: minden bazilika stílusban épült templom és a görög ortodox templomok is fentről nézve pontosan a tibeti yantrák alapformájára hasonlítanak. A négyszög alapú alépitmény fölé – amely a világit és az anyagba süllyedt szimbolizálja – körkörös, félgömböszerű kupolát emelünk, hogy megteremtsük az égivel, a teljesség elveszített felével a remélt kapcsolatot.

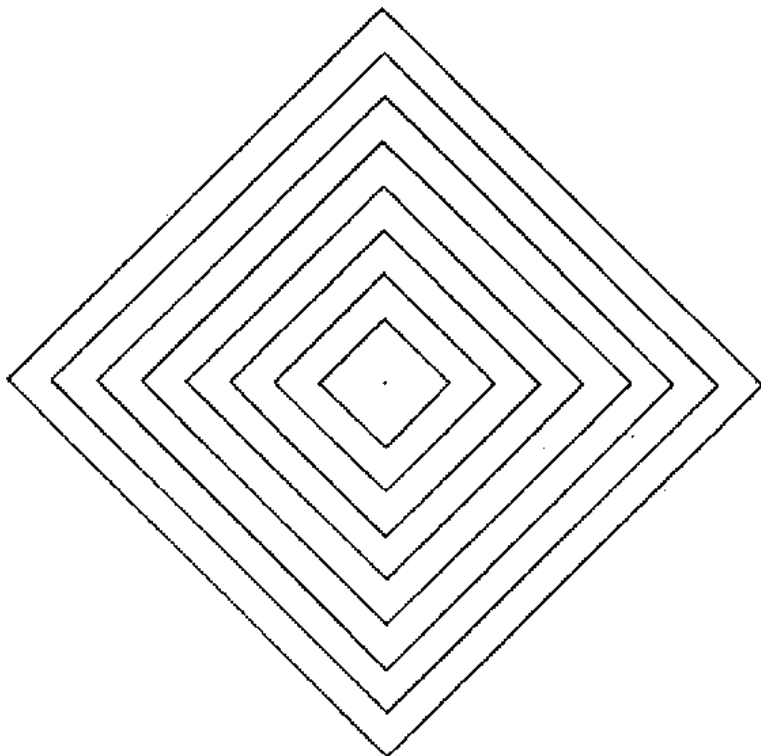


Most, hogy a mandalához fűződő kapcsolatunkat már elfelejtettük, e formában létezik tovább. Modern színházaink és cirkuszarénáink szintúgy kerekerek, mert azok eredetileg szakrális helyek voltak, s ez kiderül a "theater" szóból is.

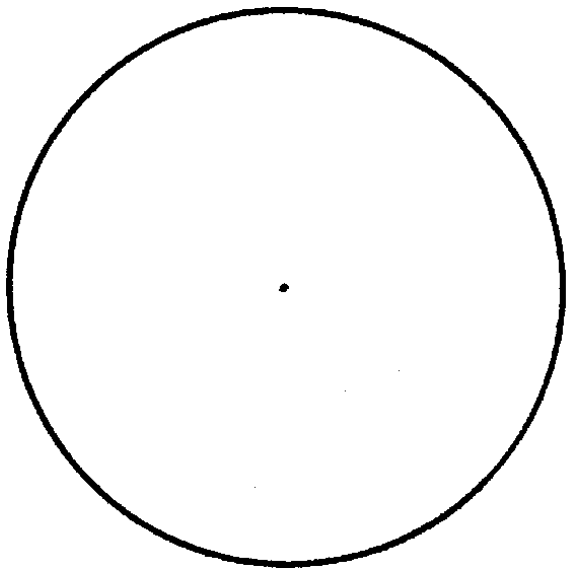
A "theater" szó két görög szóból (Theos = Isten és Jatros = orvos) tevődik össze és eredetileg annyit jelent, hogy "hely, ahol az istenivel való találkozás által gyógyítanak". "Pogány" elődeink ugyanazokat az elveket alkalmazták szent helyeikre, ahogy ma a Stonehenge-en, a druidák és elődeik gigantikus kalendáriumán is láthatjuk.

A Kelet vallásos építményeit, a pagodákat és a sztupákat még ma is egészen tudatosan ezen minta alapján építik és használják, és az egyiptomi meg a maja piramisok is ugyanezre az elvre épülnek.

Ronchamps mellett az építész Le Corbuiser egy kis lépcsőpiramist is épített temploma, a Notre Dame du Haut mellé.



Az emberek érzése mindig is az volt a magas hegyek csúcsán, hogy közel vannak az istenekhez. És valóban a hegy teteje egy mandala centrumában van. A csúcson lévő kereszt ezt még tudatossá is teszi. Meru, az indiaiak szent hegye egyenletes alakjával, az istenek perspektívájából nézve a következő formát mutatja:

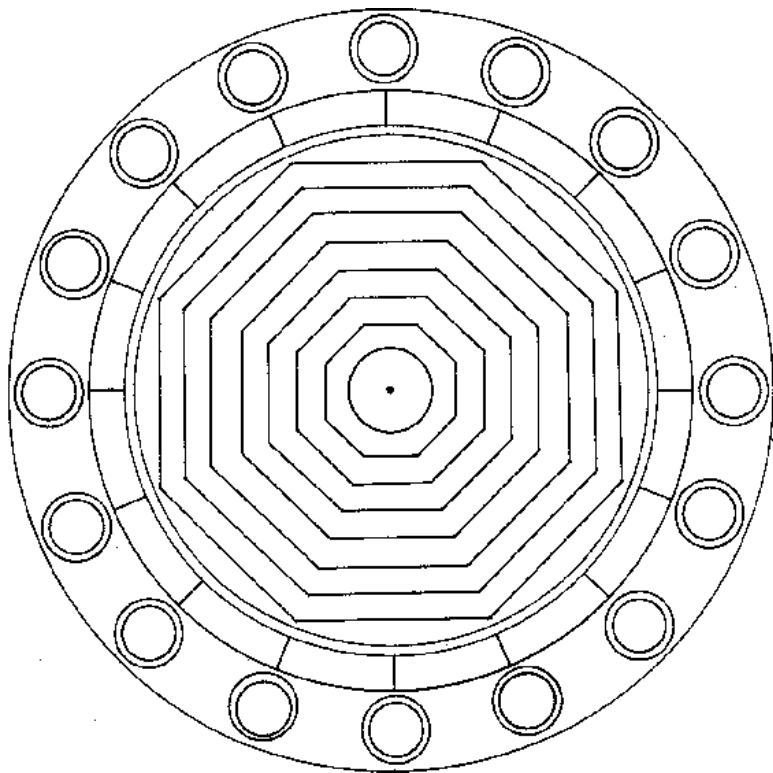


"Ami a test a léleknek, és ami az olaj a lámpának, az egy yantra az Istenségnek."

Ennek megfelelően igen óvatosan bánnak Keleten a yantrákkal, mint Isten egyik házával. Ez az elképzelés naivnak tűnhet első pillantásra, akárcsak az, hogy Isten egy idős bölcs férfi. De ez csak az első pillantásra van így. Keleten még ma is úgy vélik, hogy minden yantra éppen azért, mert Isten lakása, egy energiamezőt alkot. Ezen energiaelképzelés alapján a yantra az illető Isten komplex szertartásává lesz, és ez a rítus magába foglalja a hívő spirituális fejlődését is. Az objektum és a szubjektum eme összekapcsolásában ígéretes titok rejtőzik, melyet nekünk ajándékozhat a Kelet. Ennek a felbonthatatlan kapcsolatnak köszönhető, hogy ott nem züllik a vallás olyan könnyen külsőséges eseménnyé, amely az embereket meg sem érinti. A vallás ott mindig az érintett embernél kezdődik, és ezért elválaszthatatlanul összefügg különböző gyakorlatokkal és technikákkal, amelyek elősegítik ezen emberek fejlődését, azt, hogy felismerjék magukban az Istent. Nekünk keresztényeknek ugyanez az elméletünk, bizonyítja például ez a krisztusi mondat: "Mert bizony mondom néktek, Isten birodalma bennetek van"; de az eszközök, amelyek segítségével át is tudnánk élni ezt a mondatot, elvesztek, és a cél is lassan homályba süllyed; igen, némely keresztény számára meglepően hangzik ma már ez a mondat. A Kelet ezzel szemben mindig is megtartotta Isten megtapasztalásának eszközeit, és ezek közé tartozik többek között a yantra. Minden yantra megteremti – pusztán az üres térbe helyezett alakjával – azt az energiát vagy erőteret, amely aztán automatikusan tartalmazza az

Istenséget. Egy egészen hasonló jelenség ölt testet az egyiptomi piramisokban, akár csak a katedrálisokban és különösen azok rózsablakaiban. Ezek a hely és a tér minőségéről alkotott elképzelések alapján építették mandalaformában a Kelet templomait. Hiszen azok is szent területek, amelyek külső elhatárolódásuk által a Szentet a profántól elkülönítik.

| Alább egy pagoda alaprajza.

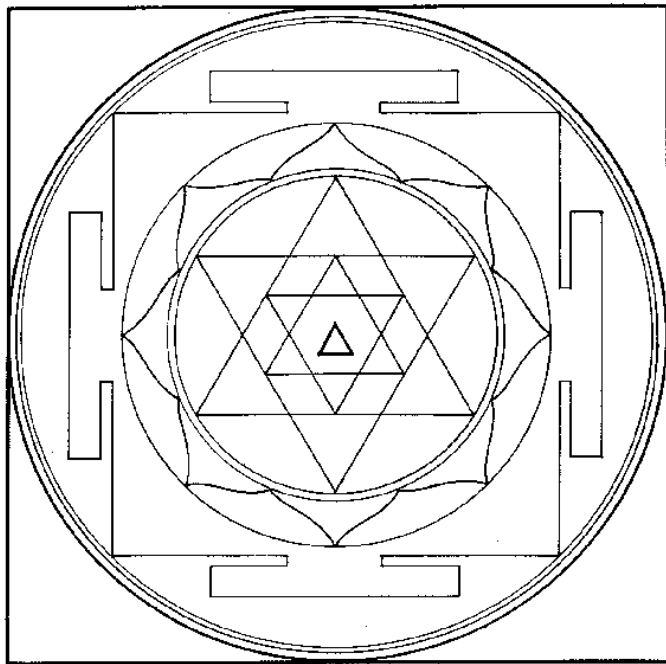


A Szent Tér keletkezéséről és szerkezetéről vallott keleti elképzelések messzemenően egybeesnek a mi rózsablakoknál szerzett tapasztalatainkkal. A Kelet a centrumot, a tér nélküli pontot "bindu"-nak nevezi. A bindu minden teremtés őspontja, az a pont, amely az Egyet és az *Egészséget* transzcendentális szinten tartalmazza és egyidejűleg az anyagi teremtés csírapontja is.

Az emberben a bindu annak a hatodik csakrának a középpontja, amely a harmadik szem helyén van. A Yantra-meditáció során a meditálóban ez a centrum és a yantra centruma a figyelem összpontosítása által egyesül.

Mint azt még látni fogjuk, a cigányok ismernek egy nagyon egyszerű meditációt, amely a tudatot önmagától erre a helyre irányítja. A Yantra-meditációhoz tartozik még egy úgynevezett "mantra", egy olyan szótag, illetve hang, amely szintén hozzájárul ahhoz, hogy a tudatot *központosítsuk*. A hangok alkalmazásában nincs semmi csodálnivaló, mert a yantrának mint energiamintának, nemcsak meghatározott alakja és meghatározott színe, de meghatározott hangzása is van. A nyelvben, a szavakban még él ez a kapcsolat a hangok és a színek között. A legfontosabb mantrák egyike, mely megfelel az ösrezgésnek, az az "óm" (aum = ámen). A mantrákkal is nagyon óvatosan bánnak Keleten. Soha nem említik hangosan vagy profán összefüggésben őket, mert azok az ember legfinomabb részét érintik és a durvaságtól megsérülnének.

Bánjon Ön is érzéssel a yantrával. A kifestés magától nyitottá teszi Önt rezgései
iránt.



MEDITÁCIÓ

Minden meditációs technika végül is ugyanarra irányul, ugyanarra a középre, és mégis sokféle megközelítési mód van, ahogy számtalan mandala létezik, és mégis csak egy Közép van. Ahogy nincsenek helyes és hamis mandalák, úgy nincsenek se jó, se rossz meditációs technikák. Az erről folytatott vita nem veszi figyelembe a lényegét. Az csupán az intellektus szórakozása. Mindenkinek meg kell keresnie, ha igényli, a neki abban a pillanatban megfelelő formát – s néhány lehetőséget már megismert. Tapasztalatom szerint a technika módja kevésbé fontos, mint a rendszeresség, mert csak az vezet az első döntésig: az intellektus vagy mi magunk.

A "*koncentráció*" és a "*mantra*" fogalmak tisztázásán keresztül tapogatózunk egy technika felé, amely érzésem szerint a mandalák megéléséhez – a mandala-meditációhoz – igen alkalmas. Ha Önnek más az ízlése vagy most formálódik egy másik ötlete, kövesse azt. Még egyszer megismétlem: ne hagyja magát a javaslatok által *korlátozni*, csak *buzdítani*.

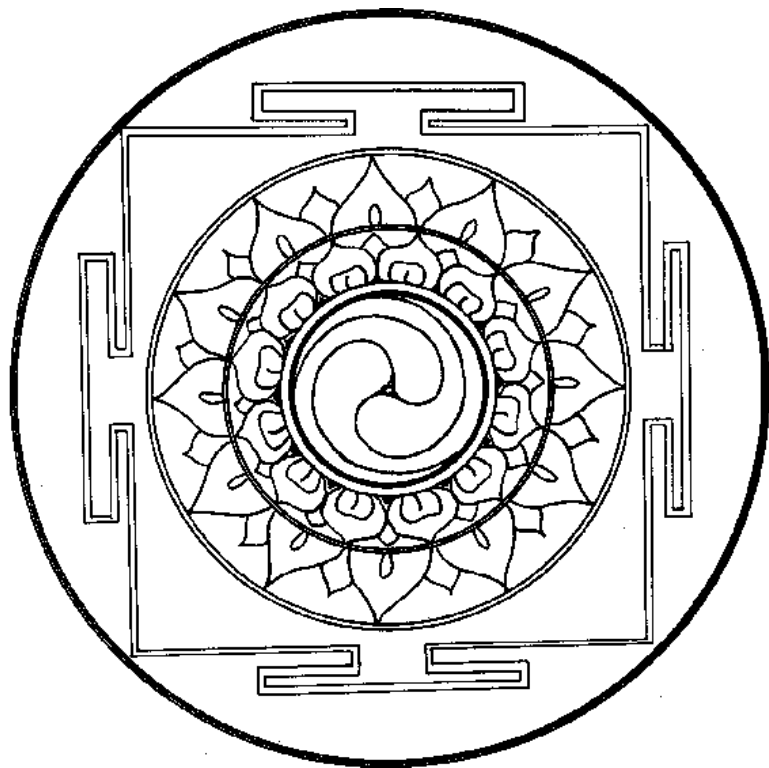
A koncentráció szóban két kulcs is rejlik, melyek megnyitják számunkra azt, amiről itt szó van: a "*centráció*" (egy folyamat, amely a központot célozza meg) és a "*koncentrikus*" (összefoglaló, egymásra hangolt). Koncentrikus köröket képez például egy vízbe dobott kő. (Egy rezgő forrás is ilyen teret kelt. *A lektor.*)

A koncentráció tehát kettős módon is kapcsolódik a mandalához. Csak meg kell nyílnunk a mandala felé, figyelni kell arra, és magától megindul a *koncentráció* folyamata. Nos, különböző mandalák vannak és különböző centrumhoz vezető utak, mégis mindet a Közép princípiuma egyesíti. Gondoljunk még egyszer a labirintusra! Itt a szó szoros értelmében az érzékek segítségével kell a Középet keresni. A legtöbb mandala – különösen a tantrikus yantrák – ezzel szemben tudattalanul vezet a közép felé. Amíg a nyugati rózsák a struktúra által adott tudattalan középre törekvést akarják támogatni – értelmi folyamatok által, történetek mesélő szemléltetésével –, addig a Kelet általában a mintában rejlő erőre hagyatkozik.

Ilyen értelemben minden mantra természetesen mandala, hiszen a tudatunkba esik és ott rezeg – a vízbe dobott kőhöz és annak koncentrikus köreihez hasonlóan, amelyek fokozatosan halnak el, miközben egyre gyengébben lehet őket érzékelni. A mantra egyetlen értelme a Középre törekvés. És ezzel már a következő lépésnél vagyunk: a mantrameditáció technikájánál, amely példaként szolgál majd nekünk a mandalameditációhoz.

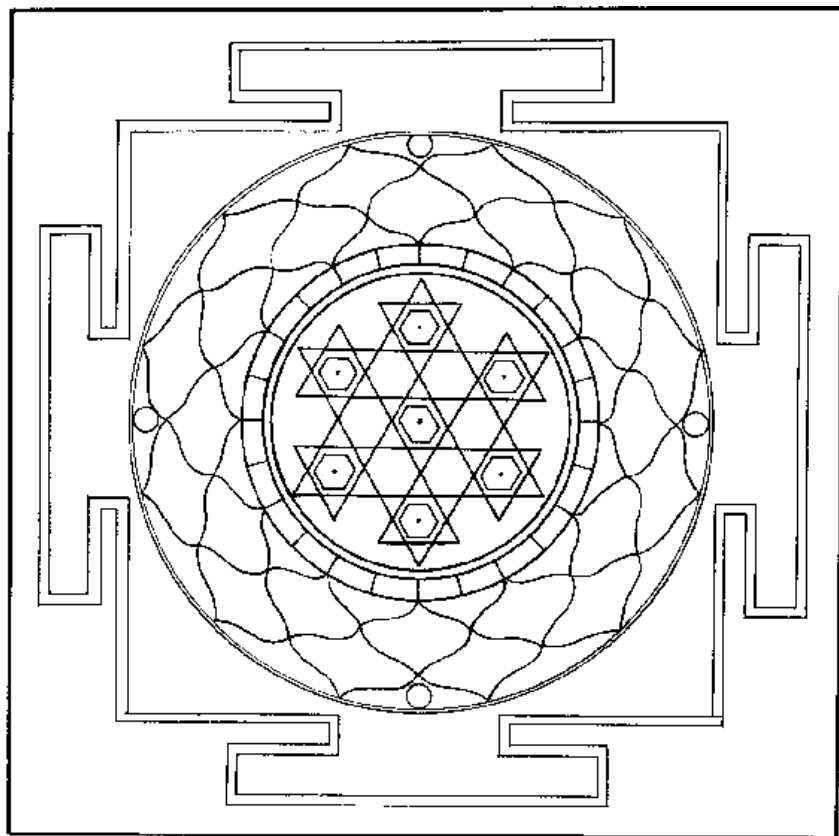
Ha az ember mantráról kezd gondolkodni (ami annyit jelent, hogy elképzeleti, hallja, látja, érzi, mindegy, hogy külön vagy egyszerre) és erőfeszítés nélkül megfigyeli azt, akkor hagyja valóban lerezegni, követi a tudat különböző rétegein. Ha elveszti az ember a mantrát, illetve más gondolatok kerítik hatalmukba, úgy az is rendben van, csak aztán könnyedén, majdnem szándéktalanul, vissza kell térnie a

mantrához és újra meg kell figyelni: ahogy az fokozatosan eltűnik a tudatban, és így tovább, újra és újra ugyanaz a ciklus jövással, menéssel. A mantra lényegében egy hang – mint pl. az "Om". Lehet egy gong, egy hangkehely vagy egy harang hangját (egyébként mind a három a maga formájában mandala) követni. Egy ilyen hangkép pontosan megfelel egy mandala vizuális képének, akár csak egy yantrának. Itt is követjük azt a benyomást, amelyet a mandala szemeinken keresztül a bensőnkben hátrahagy, majd elveszítjük azt (többszörsz az elterelő gondolatok miatt) és aztán megint kezdjük előlről, megnézzük a mandalánkat, aztán belefeledkezünk más gondolatokba, majd visszatérünk hozzá, és így tovább... abban a reményben, hogy egyszer beesünk a középpontba... és ez a remény az, amely minket újra ott tart és akadályoz. Noha ez szükséges az elején, mégis túl kell tennünk magunkat rajta. Ha a meditáció minden szándék, igény, elvárás, remény nélkül, előre megfontolt cél nélkül történik, akkor következhet be ez.



Az életünk legnagyobb részét az a kívánság uralja hogy értsük, mi történik. Ésszerűen akarunk cselekedni és *belátóak* akarunk lenni. De csak a mandala centrumában válik lehetségessé a *belátás* az élet kerekébe, a világ összefüggéseibe, a Teremtésbe.

Amennyire egy yantrameditációnak egyáltalán célja lehet, az az: hogy a yantra és a megfigyelő *Egyek* legyenek a binduban, az Őspontban.

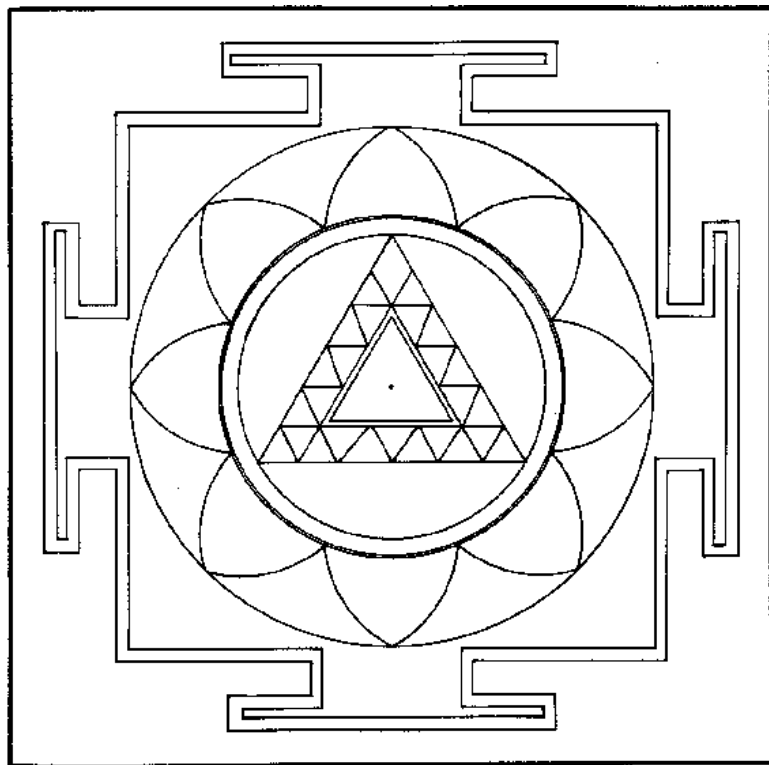


A geometriai struktúrák, amelyekből a yantrák felépülnek, megfelelnek – ahogy ez már a centrum azonos szemléletéből is feltételezhető – a rózsákból már ismert struktúráknak. Csakhogy a Kelet külön megőrizte mandalái előállításának elméletét és rendszerét.

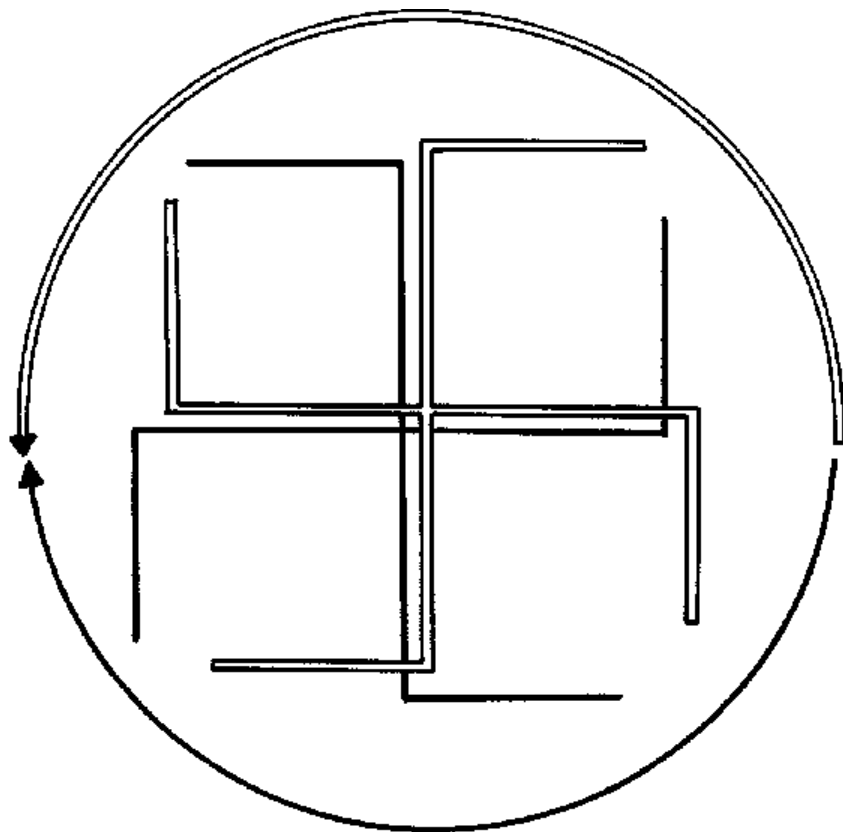
A centrumot a bindu képezi, amely az akasa elemnek, tehát a még nem anyagi-nak felel meg. A következő, már anyagi szintet a négy másik elem vagy tattva képezi. Minden tattvának megfelel egy formaszimbólum. Az öt alapforma: a pont az akasa-elvnek, a kör a Levegő tattvának, a háromszög a Tűznek, a növekvő félhold a Víznek, a négyszög a Földnek. Ebből az öt alaprezgésből keletkezik az egész teremtés és ezzel minden yantra is.

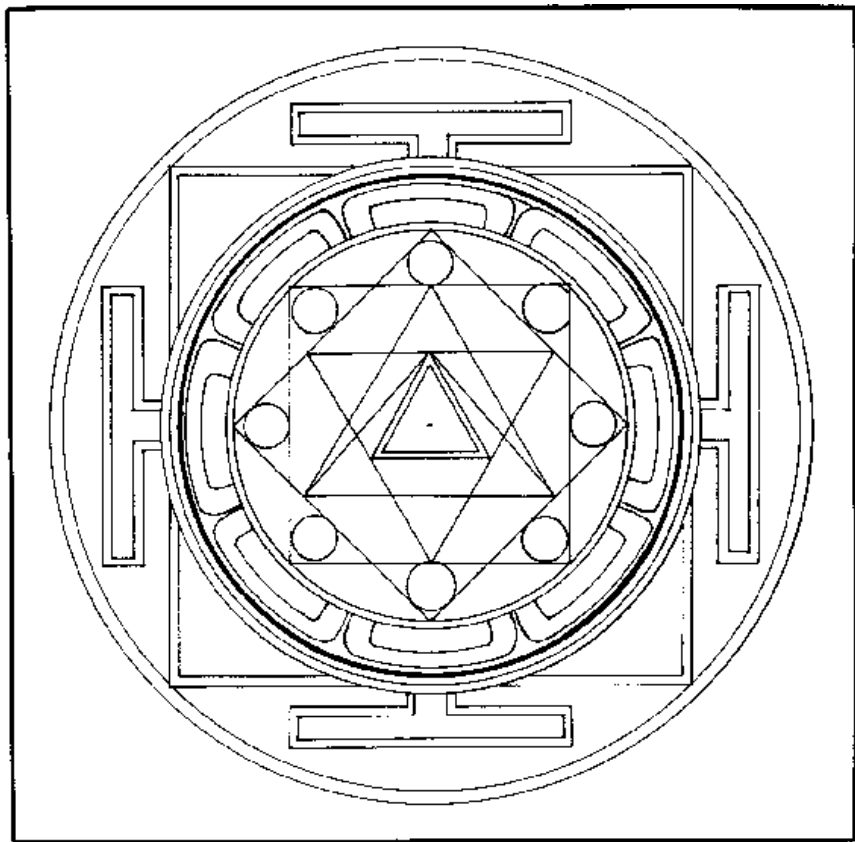
Alakítson ki az alább fekvő szabad oldalon ezekből az alapformákból egy mandalát, és közben élje meg az egyes szimbólumok minőségét!

A keleti ember számára egy yantra előállítása: szertartás. A templomok építése is így lesz istentiszteletté. Hiszen azok mindig egy yantra formának felelnek meg, többnyire a Vastu-Purusha-Yantrának, amely az ember tulajdonképpeni lényét ábrázolja, tehát az isteni Én-t. Így tartja meg a Kelet művészete vallásos jelentőségét, ami az ego gyengítését szolgálja az én javára, miközben nálunk az individualitás és általa az ego lesz ma a művészet hajtórugójává és középpontjává. Ebből a fordított művészetfelfogásból meditációnk számára is világossá válhat valami. Meditáció csak a keleti értelmezés szerint "történhet". Az egót hangsúlyozó nyugati felfogás, amely a művészt vagy a meditálót (Keleten ez ugyanaz) állítja a középpontba, soha nem találhatja meg a Közepet, mert soha nem érinti az individuum egóját, csupán a személytelen Abszolútát, Istent.



A számszimbolika analóg módon a yantrákra is érvényes, melynek alapmintája a kör a négyzetben, vagyis az Isteni, a Végtelen a véges anyagi közepette. Különlegesség a gyakran felbukkanó négy ajtó, amelyek azáltal keletkeznek, hogy a Két poláris svasztika (napkerék) egymásra fektetve alapformát képez. Mögötte ott rejlik a polaritás-szimbolika. A balra forgó (pusztító) a jobbra forgó (építő) erők az anyagi világ szintjén összetartoznak. Kiegyensúlyozott összjátékukból keletkeznek a kapuk, amelyek a belső körbe, a Szent *Egybe* vezetnek.





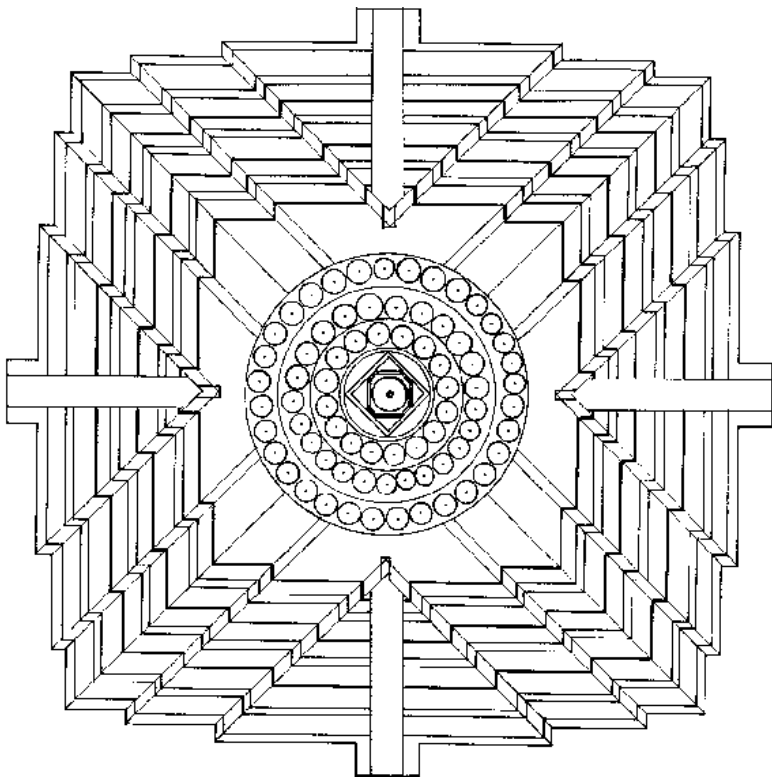
A yantrákban sok mindent újra fellelünk, amit már megtaláltunk a katedrálisokban. Az indiaiak szintén ismerik a "szerencsekereket": szintén használnak labirintusokat koncentrációjukhoz, és az indiánokhoz hasonlóan ők is használják gyógyítási célokra a mandalákat.

Van egy további különös egybeesés, amelyre itt csak utalunk, a Napisten, Surya templomában található Orissában. Ez a templom három azonos felületű yantrából áll, egy körből, egy négyzetből és egy téglalapból. Ez a három azonos felületű mértani forma a chartres-i katedrális rajzában lényeges szerepet játszik. Pontosan ezt, az azonos felületű alakokat használják a cigányok beavatási kertjükhöz, és némely Grál-legendában a Szent Grál három ilyen táblán nyugszik.

Még ha a keleti és a nyugati templomok külsőleg teljesen eltérően hatnak is, a mögötte rejlő lényeges elvek nyilvánvalóan összhangban vannak még ott is, ahol mi azt egyáltalán nem értjük. Emlékezzünk rá, hogy a korai templomoknak, bár görög kereszt volt az alapmintájuk, mint a román stílusban vagy mint a latin gótikában az oltár, a legszentebb mindig a két gerenda keresztezési pontján, úgyszólván a templom legjelentősebb helyén áll. Akárcsak az indiaiaknál: a legbelső ereklyetartó, a legszentebb, a legfontosabb, Isten lakása mindig a yantra központjában van. Példaként szolgáljon itt a Barabadur Stupa alaprajza Indonéziában: ami egy tökéletes yantra. Egy egész templomvárost foglal magába, amelyet a 8. században egy Szent hegyre telepítettek. A hívők egy szimbolikus zarándokutat tettek meg, amely őket, a leg-

szentebbeket (a hegyet és a templom középpontját) *spirálformájúan körbejárva* egyre magasabbra és ezzel egy időben a Középhez egyre közelebb vezette (vö. a horoszkópon át vezető szimbolikus úttal az 117. oldalon). Minél magasabbra és a Középhez minél közelebb jöttek, annál alaktalanabbak lettek az utat szegélyező Buddha-szobrok, ami által azt jelezték, hogy a végső tudás minden formát nélkülöz.

Keletre tett utazásunkat most épp Buddhának (aki az ürességről szóló tanításáért, a nirvánáért élt) egy kijelentésével fejezzük be: "Ha a szívedet egy pontra irányítod, semmi sem lesz számodra lehetetlen."



Az következő, látszólag üres oldalon, ha jól megnézi, megtalálhat mindent – nevezetesen egy bindut. Abból kiindulva szerkesszen újra egy "saját" mandalát, jól tudva, hogy az, pontosabban mint Ön, az *Egy* kifejezése, hiszen Ön azonos e Teremtés összes megjelenési formájával.

Érezze át közben a mandala keletkezését; talán zárja le először tudatosan a külső szemeit, és hagyja a mandalát a belső szemei előtt kifejlődni. Úgyis ott kell annak keletkeznie, akár átéli azt tudatosan, akár nem. Ha azután elkezdi – a binduból kiindulva – szerkeszteni, zárja be mindig újra a külső szemeit, hogy a belsővel világosabban felismerhesse, hogy hogyan lép tovább. Az Ön kreativitására van bízva, hogy milyen segédeszközöket használ, hogy milyen pontosságra törekszik, mindez attól függ, hogy milyen igényei vannak a szerkezetet és a harmóniát illetően. A mandalát a maga határtalan forma- és színelemkészletéből teremti. Ez a készlet határtalan, és ha Önnek ellenkező benyomása van, az csak azokon a határokon, akadályokon és árnyékokon múlhat, amelyeket Ön a határtalansága elé helyezett. Mi lenne, ha most rögtön hozzálátna ezeknek az árnyaknak az átugrásához?



Mint már láttuk, mind a négy égtáj felé vannak kapuk, amik Belülre vezetnek. Most is felhasználhatjuk mind az öt érzékszervünket, hogy Belülre jussunk. Minden egyes érzék befolyásolja a többit. Akár zenehallgatás közben, akár egy pillantás közben érezzük a szeretetet, mindig meleg lesz testünk hőmérséklete is, a tekintet és a hang ellágyul és szeretetteljessé válik.

Ezt a könyvet nem kizárólag, de leginkább a látásnak szenteltük, és ezért visszatérünk még egyszer a szemekre és a látásra. Mint már többször mondtuk, több út is vezet ugyanahhoz a Középhez. Nekem személy szerint úgy tűnik, a nyitott szemmel megtett út a nyugati ember számára alkalmasabb, mint a zárt szemmel megtett. A szemek bezárása azt jelenti, hogy elfordulunk a Maya világtól, az illúzióktól, azt úgyszólván kirekesztjük, és a valóságot belül keressük. Ez az aszkézis, a misztika útja. A nyitott szemmel megtett útnak ugyanaz a célja: megtalálni az *egyetlen* igazságot, de ez esetben a világ lesz feladattá. Azt minden aspektusából, mindig ismét meg kell nézni, és megtekintésekor át is kell rajta látni, mindaddig, amíg a formáktól való függés és az azokba való kapaszkodás megszűnik. Ez lényegében a mágia útja. *A mágusnak úgy kell megértenie a világot, hogy ne kerüljön annak hatása alá.* Az út közötti különbséget bemutathatjuk a mandalán. Míg a misztikus egyenesen a közép felé fordul, és megkísérli a mandala periferiáját kizárni, a mágusnak épp ez a periférián át vezető út lesz a célja. Nos, bizonyosan nem helyes az egyiket mint nyugati, a másikat mint keleti utat aposztrofálni – mindkét verzió megvan Keleten és Nyugaton

egyaránt. Én személyesen a szemlezárás egy bizonyos ideje után inkább a nyitott szem útjának vagyok az elkötelezettje, és tudom, hogy ezt a könyvet – noha egészen az Öné kell legyen – én alakítottam ki, ezért talál olyan helyeken, ahol én a kérdést sejtem: "És most? Most mi legyen?" látszólag egyszerű utalást: "Megnézni" és semmit se tenni vagy mindent megtenni, de először megnézni. Azt a "semmit sem akaró" elfogadást értem ezen, amelyik nem ragaszkodik semmihez anélkül, hogy el ne határolná magát – megnézni és felismerni, aztán kimondani, hogy rendben van, ahogyan van, mert így van.

Mindent, ami van, nyugodt tekintettel úgy kell hagyni, ahogy az nyugszik!

És mivel senki sem olyan nyugodt, hogy még valamit meg ne tudna tenni a nyugodtság érdekében, ezért érdemes a nyugodt kitekintés felé fordulnunk.

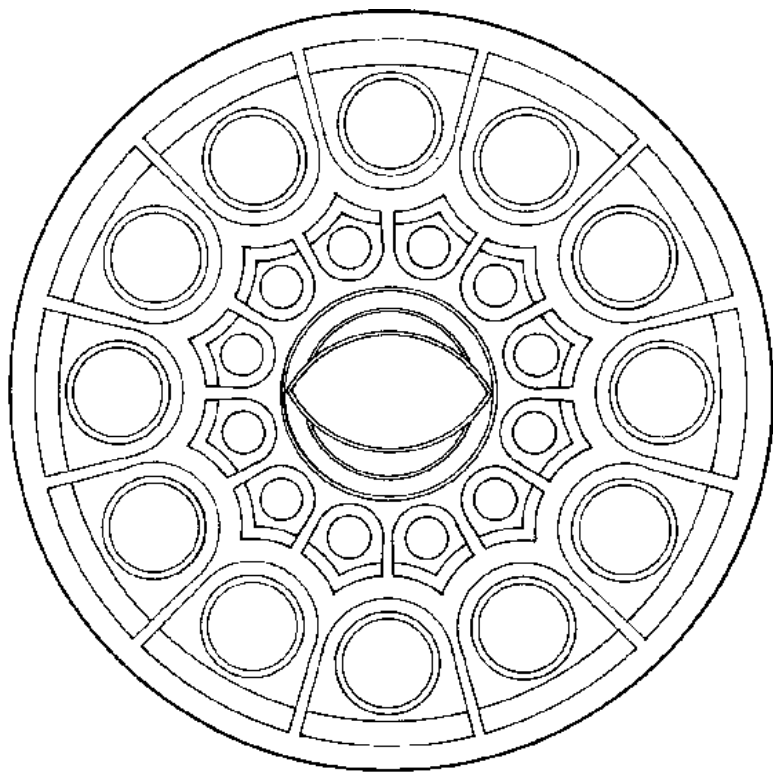
Ha Ön egy nagy mandala, akkor az a legjobb, ha egy rózsablak előtt áll, rámered a centrumra, a középpontra, és majdnem csak azt érzékeli. Ezt nevezik általában koncentrációnak. Ez valójában kifáradáshoz vezet, és aligha viszi Önt közelebb céljához, a Középhez. Próbáljon meg ehelyett egy hasonló nagyságú mandalát egészében érzékelni. Kezdje nyugodtan azzal, hogy koncentrál a Középre. Majd fokozatosan elkezdi kiszélesíteni a látóterét, míg az egész mandala nem lesz a látóterében – ilyenkor mindent egyformán él át, jöllehet az egyes részletek kevésbé élesek.

Akinek ez kapásból nem sikerül, az kísérelje meg a következőt: alkosson mindkét kezéből távcsőszerűséget vagy szemellenzőt és nézzen át rajta, majd nyissa ki

lassan a kezeit, amíg azok fokozatosan be nem keretezik az egész rózsát. Nézze meg a mandalát egészében anélkül, hogy valamelyik részleténél lehorgonyozna – így az egész automatikusan valamennyivel életlenebbé válik, és Önnek inkább benyomása, mintsem éles képe lesz a látottakról. Abban a mértékben, ahogy tekintete lazábbá válik, kevésbé rögzül, szétszóródnak a gondolatai, kevésbé fog a részletekhez tapadni. A szemek és a gondolatok, meg minden más érzékszerve átáll az egész megtapasztalására és elválnak az egyes jelenségektől.

Végezze el ezt a gyakorlatot egyszer egy templomban, egy rózsaaablak előtt, és ha van hozzá még orgonazene és tömjénillat is, akkor mindkettő megkönnyíti meditációját, mert ezek a többi érzékét is a közép felé irányítják. Ilyenkor a jobb agyféltekéből él, amely az egységek megragadására van kitalálva. Idővel egyre könnyebben képes lesz majd egy nagy látóteret ellazult, *ellágyult* tekintettel felfogni. Ha nem tud vagy nem akar egy templomban gyakorolni, teheti ezt más helyen is.

"Minden, amire szüksége van, mindig éppen ott van, ahol Ön van."



LÁTÁSGYAKORLATOK

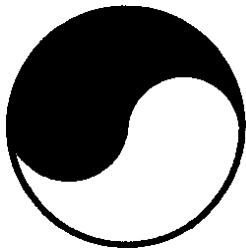
Nyújtsa ki előre mindkét karját, helyezze egymásra a tenyereit! Nézzen élesen a kezeire, fokozatosan szedje szét őket egyre távolabbra, és kövesse tekintetével *egyidejűleg* mindkettőt! Így egyre nagyobb lesz a látómezeje. Észre fogja venni, hogy az még a félkörén is túlmegy, még azt is érzékelni fogja, ami Ön mögött történik, anélkül, hogy direkt oda nézne. És azt is észreveszi majd, hogy a tárgyak időnként megduplázódnak, hogy egy dolog hirtelen kettéválk és egyenesen két egész új tárggyá úszik. Ez a tapasztalat egészen normális, és egyszerűen azon alapul, hogy a szemek már nem egy pontra vannak fókuszálva, hanem annyira el vannak lazulva, hogy Ön az illető dolgot mindkét szemével külön-külön látja. Csak élesen oda kell néznie és a "szellem" máris eltűnik, s Ön már megint egy dolgot lát ott, ahol az előbb még kettő volt.

Ezt a gyakorlatot nagyon egyszerűen kiterjesztheti, ha egy ceruzát vagy valami mást maga elé tart, és aztán nem a ceruzára, hanem a valamire pillant, ami néhány méterrel mögötte van, és máris két ceruza van a képben. Ha ezt már tudja, csak egy kis lépés tovább, és a két dologból négyet csinál. Ehhez két ceruzát tart 30-40 cm-re az orra elé, és ha távolra néz, máris négy lesz belőle. Ha játszik egy kicsit a távolsággal vagy a szemekkel, összeejtheti a két belső ceruzát, úgy négy helyett hármat lát. Most valami meglepő történik. Ahogy nézi a három ceruzáját egy ideig, észre

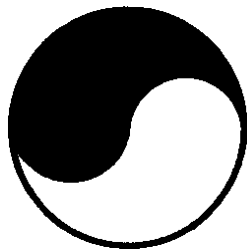
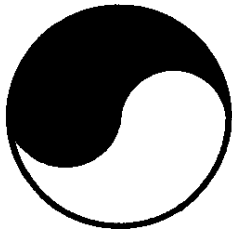
fogja venni, hogy a középsőt látja a leghatározottabban, a legplasztikusabban – jól lehet az a "valóságban" egyáltalán nem is létezik!

Ez meglepő és mégsem az, hiszen ezt a középső ceruzát látja mindkét szemével, és a két külsőt csak egy-egy szemmel. A plasztikus térbeli látás éppen azáltal keletkezik, hogy valamit két szemmel látunk, s ezek egy kicsit távol állnak egymástól. A félszemű mindent síkban lát, nem létezik számára a harmadik dimenzió, ami a mélységet hozza.

Hogy az egészet megélhessük egy könyvben, még egy további lépésre van szükségünk: ahogy minden dolgot meg lehet kettőzni, ha mellette a mögötte lévő szintre pillantunk, azt is meg lehet tenni, hogy Ön egy kigondolt, előtte fekvő szintre néz. Ezt a következő mandalával gyakorolhatja: tartson a T'ai Chi mandala és a szemei közé egy ceruzát és nézzen rá!



A háttérben két, tompán és kicsit elmosódottan látszó mandalát észlel. Éppúgy tud kettőből először négy, aztán három mandalát csinálni.



A látásgyakorlatok kulcsot adnak a cigányok beavatási kertjének első titkához. Ez a kert két téglalaphoz kapcsolódó négyzetből áll, ezeket *lila* fonallal kerítik be, és ezek olyan nagyok, hogy a kettő egyikében ülni tud egy ember. A cigányok saját lépéseikkel mérik ki: egy lépés széles, két lépés hosszú. A másik mezőben a Grál három táblája van két oszlopba rendezve egymáson. A cigányok az oszlopokat kertjük virágainak nevezik. Ezeknek a geometrikus virágoknak a színe piros és kék, és úgy változtatják egymást, hogy egy piros mindig egy kékbe ütközik, s mindig a poláris színek állnak egymással szemközt. Ez így sokkal komplikáltabbnak hangzik, mint ahogy kinéz.

Fesse ki ezt a kertet a következő utasítás szerint:

A kétszeresen bekeretezett geometrikus alakok – pirosak,
az egyszeresen bekeretezettek – kék.

A két nagy négyzet: világoszöld.

A határ, a fonalon kívüli körben: lila.

A cigány tehát ül a két "virággal" szemben és "nyugodtan" nézi azokat, amíg először négy "virággá" lesznek és aztán hárommá. Ez a középso "virág" egyszínű lila, az el-lentétek piros és kék harmóniájának a színe. Plasztikusabb és ugyanakkor élénkebb mint két poláris szomszédja. Aztán egészen eltűnik a kettő (a polaritás) a cigány te-

kintetéből, és megnyugszik a harmadik "virág" harmóniájában, amely csak őbenne létezik. Tekintete automatikusan a harmadik szemére van irányítva, koncentrációja pedig "középen" van (bizonyára a két agyfélteke között).

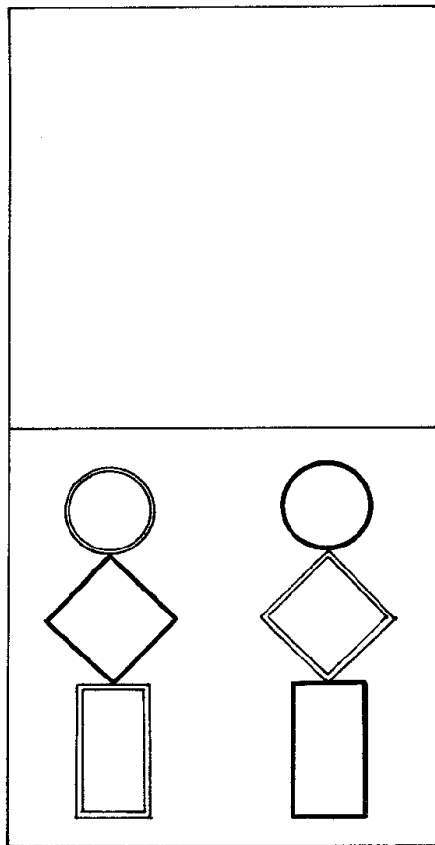
És most a másik, tulajdonképpeni titka a kertnek, hogy nem véletlenül van a beavatásnak szánva. Eddig minden gyakorlat és technika volt. Ha már az ember az első beavatást nehézség nélkül megszerezte – és ez a továbbiak feltétele, a középső "virágon" keresztül útnak lehet indulni, ezt teszik a cigányok, amikor önmagukat avatják be, saját belső világukba. Ehhez nincs sok hozzátennivaló, és az, amit az ember mondhat, nem lényeges. Ez megtörténik, és ha "most" nem történik meg, úgy is jó.

A repülő szőnyegekről szóló keleti mesék azt tanítják, hogy az utazásnak ez a befelé hatoló módja éppoly örömet okozhat, mint a külvilágban tett utazások. Ha a cigányunkra gondolunk, annak kertjében könnyen elképzelhetjük, hogy a muzulmán imaszőnyegen utazni indul és repülni kezd.

Ha megnézzük az iszlám imaszőnyeget, ugyanazokat a téglalapokat találjuk rajtuk, és tele vannak mintával és ornamentalsel, nem ritkán a meleg és a hideg poláris színeiben és mindenekelőtt a lila harmonikus összjátékában. Ezek a minták gyakorlatilag kivétel nélkül szimmetrikus elrendezésűek, a bal és a jobb oldalon lévő alakok azonosak, és már útra is kelhetünk.

Ha a keleti szőnyeget még behatóbban szemügyre vesszük, akkor felfedezzük, hogy a közepében (a hossz tengelyén) gyakran életfa van szöve, egy olyan motí-

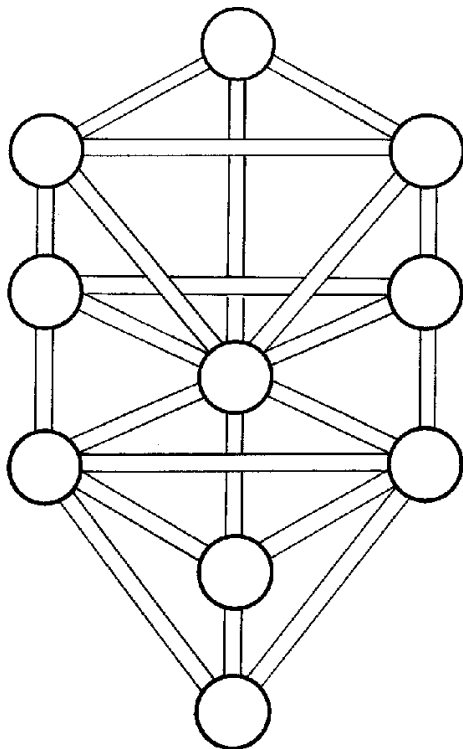
vum, amelyet a zsidó kabalából is ismerünk, és sok keresztény templomablakon is megtalálunk. (Az életfa a "megtartók" hierarchikus rendjét és egyben az általuk kormányzott világ felépítését jelképezi. *A lektor.*) E motívummal gyakran azonosítják Krisztust, aki magáról azt mondja, ő az a szőlőtőke, amelyen mi élünk. Végül is ezt az életfát már egész az elején észrevesszük, amikor "a jó és rossz tudásának fája mellett" nő a Paradicsomban. Gyökerei az egységben vannak, mint poláris szomszédjának jó és rossz tudása, melyek szintűgy a paradicsom egységéből fejlődnek ki.



Ezzel újra visszatértünk nyugati hagyományainkhoz. Lehetséges, hogy az életfa hasonló utazásokhoz szolgált a kabalistáknak, alakja legalábbis ilyesmit sejtet. Így itt is van egy bal és egy jobb oldali oszlop (és ezeket így is hívják), amelyek szimmetrikusan fekszenek egymással szemben, és amelyek egy, a cigányokéhoz hasonló gyakorlat során állítanak elő egy harmadik, középső oszlopot, amely a tulajdonképpeni élő és lényeges. Nos, az életfának tényleg van egy ilyen középső oszlopa, és a benne fekvő szféráknak valóban az a funkciója, hogy a két szomszédos külsőt magában egye-
sítse és harmonikus kiegyenlítéshez vezesse.

A következő oldalon fekvő skiccen láthatjuk, hogy a középső oszlop fölfelé vagy lefelé – ahogy akarjuk – eltolódott és egy negyedik szférát tartalmaz. Az viszont nem egészen illik a leírt rendszerbe. Talán azt jelenti egyszerűen, hogy a legfelsőbb, a legmagasabb szféra: a Kether egy egész új, már "nem belátható" szinten van. És még valami – a "Kabala" név, amelyből származik, arra utal, hogy az életfa utazásra szolgált. Etimológiailag még felismerhető a huszárokkal, a katonai lovassággal való rokonsága (németül Kavallerie. *A fordító*). Sőt, még a gavallér szóval való rokonságát is érzékeljük. A gavallér (németül Kavalier. *A fordító*.) viszont a chevalier-ből, a lovas-lovagból származik. A kabalista eredetileg egy belső "utazó lovag" lehetett. A külső és belső lovagiasság ideáljának kapcsolatával már a templomos lovagoknál találkoztunk, akiknek rendi szabályait szellemi atyjuk, Bernhard von Clairvaux, telje-

sen tudatosan e két ideál szerint alakította ki, és a Grál-lovagok egyesítik is magukban mindkét elvet.



A FÉLELEM ÉS AZ ÁRNYÉK VILÁGA

A geometrikus minták külső világából a titokzatos lelki mintájú belső világba tett utazások során még a cigányok útja a legegyszerűbb. Semmi sem szól az ellen, hogy Ön is létrehozza beavatása kertjét és elkezdjen utazni. Semmiképp se érezze magát sürgetve. Figyeljen befelé, önmagába és próbálja megérezni, hogy vonzza-e Önt ez. Meglehet, ez csak a meditáció egy formája, és talán egyáltalán nem az Öné.

Tapasztalataim szerint nem kell félnie, akármilyen jöjjön is, az csak Önből jöhet, az viszont néha ijesztő és kellemetlen lesz. Végül is egyszer mindenképpen beleütközik és a felelősséget is vállalnia kell. Ha ez már itt van – felfogásom szerint –, jobb ezt valamikor megismerni, megtanulni és elfogadni. Hosszú távon gondolkodva ez még mindig kellemesebb, mint elnyomni a tudattalanba, hogy aztán egyszer csak váratlanul abban az életben kelljen átélnünk, amelyet mi valódinak tartunk.

A mandalameditáció (de minden más hatékony meditáció) veszélyességére vonatkozó kérdést tulajdonképpen csak elvben tudjuk megválaszolni: annyira veszélyes, mint a teremtés (mert a mandala azt reprezentálja) vagy valamivel konkrétabban: olyan veszélyes, mint az élet, és az bizony mégiscsak a fizikai halállal végződik, vagy még konkrétabban olyan veszélyes, mint a meditáló maga, mert önmagával fog a legrosszabb és a legjobb esetben is találkozni.

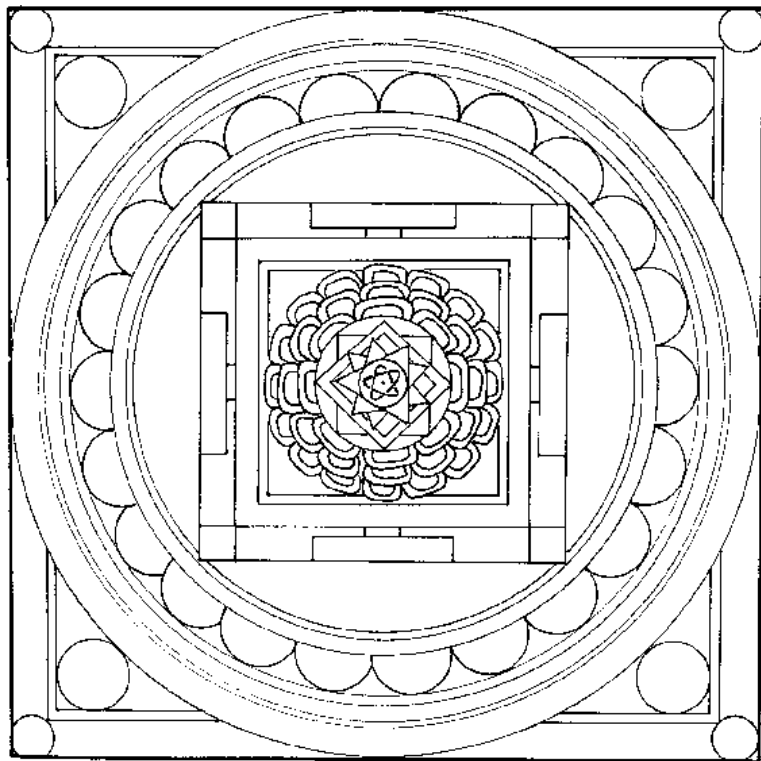
Más szóval: semmi mástól nem kell félnie, mint magától. És ha oka van önmagától félni, még mindig jobb megnézni magának saját legsötétebb árnyékát, mint hirtelen azzá lenni...

A bűnbeesés óta az ember kettéhasadt az agyában és egyébként is. Ha a pszichiátria őt a skizofrén diagnózissal látja el, akkor csupán a másik oldal, az árnyék kerekedett felül vagy legalábbis jelentkezett határozottan szólásra. Az árnyéknek is van hangja, és Istennek hála, azt meg is lehet hallani. Talán nem is olyan rossz ezt időnként meghallgatni, mielőtt a pszichiáter kénytelen lépni (akinek egyébként nem is szokott sokat mondani).

A lehetséges veszélyekre való utalás ne rettentse el Önt – ezeknek az igazságoknak a kimondása, amelyeket Ön egyébként már régen ismer, nem változtat semmin sem, hisz azok mindig érvényben voltak. Csak egy nem nagyon tudatos embert ijeszthet meg az a kijelentés, hogy meg kell halnia. Ahol banális tények is elriasztanak, arról kéne meditálni, hogy milyen tudatosan is élünk e pontot illetően.

A szentekről és az önmagukat megvalósított mesterekről szóló történetek – mindegy, hogy milyen hagyományból erednek – világossá tehetik számunkra, hogy életünk minden perce veszélyes, igen, minden pillanatban meghalhatna az "öreg Ádám".

A következő oldalon lévő indiai mandala egy, a Káli istennőnek ajánlott yantra, és ezzel a teremtés sötét felét reprezentálja.



A MANDALA AZ INDIÁNOK VILÁGÁBAN

Az indiánok kultúr-*körében* közel sem találunk olyan pompás mandalákat, mint a rózsák. Igen, még csak maradandó formát sem adtak mandalaiknak, eltekintve tipikus lakóhelyeiktől, a sátraktól és a pueblóktól. Ezzel szemben vannak mandalaik, amelyekből a kultúrájuk kifejlődött, azt mindig tudatosan életben tartották, és az velük pusztult el. Mind a mai napig nemigen sikerült az indiánokat megnyerni a mi haladásunknak. Ahol ezt a lépést ők megkísérelték, ott elvesztették a gyökereiket. Hogy homokmandalaikat átélhessük, meg kell ismerkednünk azok szerepével az indiánok életében, ami a mandalák útján csak hasznos lehet számunkra.

Az indiánoknál a teremtés a harmónia kifejeződése, és ebben a polaritás törvényét, valamint a négyességnek az abból következő törvényét ismerik el. Ráébrednek – éppúgy, mint elődeink – a négy elemnek, a négy évszaknak, a négy iránynak, a négy életkornak és a négy emberi fajnak egymástól való függésére és összjátékára. Ha a négy pólus egyike megváltozik, az indiánok számára összezavarodik az egész egyensúly. mióta például a négy emberi faj egymást pusztítja, ahelyett, hogy egymást kiegészítené, azóta zökkent ki a természet a maga ritmusából az évszakokban, mintha így akarna minket katasztrófaival felszólítani a visszatérésre (ez sem egészen új gondolat számunkra).

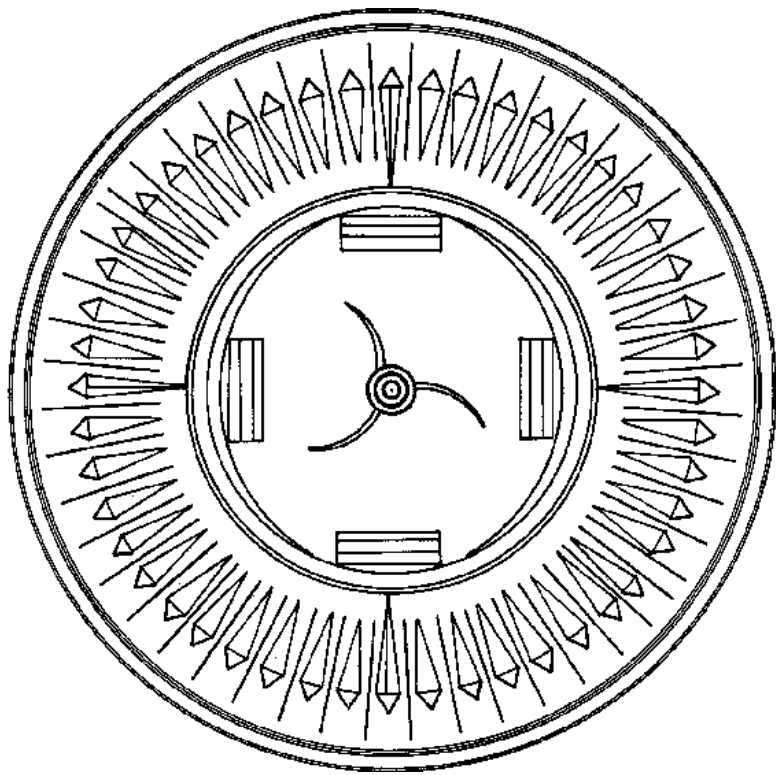
Az indián tudatosan próbál összhangban maradni a természettel és tőle tanulni. Így olvas természetes környezete kis és nagy eseményeiből, és azokból következtet a világ összefüggéseire (hasonlóan az asztrológusokhoz, akik az égi konfigurációkból vonnak le tanulságokat). Önmagára is alkalmazza ezt a koncepciót. Így ismeri fel az indián a másik külső megjelenéséből és egyéb jelekből – annak egész élettörténetét. A belsőt tudatosan kifelé fordítja. Miért is tartana valamit titokban, mikor a Nagy Szellem régóta tudja, hogy mi lakik a szívében. Az indián az összes nevelési és képzési elméletét a természettől lesi el. Ahogy a madárfiókát először ellátják a szülei és az utánpótlás elve alapján kioktatják, majd magára hagyják, úgy marad magára az ifjú indián is a felnőtté avatási rítus során s tanulja meg az önmagáról való gondoskodást és a felelősségvállalást. Kiskorától kezdve tanulja, mint az állatok, külsőleg az álcázó színekben, de viselkedésében is a természethez való alkalmazkodást. Miközben figyel a természetre, hallgatja azt, meg kell tanulnia, hogy nyugodt legyen, hogy hallgatni tudjon (az ezoterikus változatban a belső párbeszéd megértéséig). Az indiánok társaságban is gyakran hallgatnak együtt. Képzeljük ezt el a mi társadalmi eseményeinken!

Az indián tudatosan a természet ütemében él, és figyel arra, ami analóg az ő életével. A nappal és az éjszaka, az élet és a halál képmása számára. A napfelkelteben a születést, annak lementében pedig a halált éli meg. A nap felkelte és lenyugvása számára egyformán szép és egyformán kedves.

Még nálunk is bizonyos előszeretettel viszonyulnak a Nap átmeneti szakaszaihoz – hiszen semmit sem – fényképeznek oly sokszor, mint a naplementét.

Ez bizonyára egy tudattalan szembenézés a halállal, amit egyébként jó messzire eltolunk magunktól.

Az indián imádkozó tanúja mind a fény első megjelenésének, mind búcsújának, születés és halál nála egyformán szívesen látott. Ahogyan az éjszaka a lélek különböző élményeihez vezető kapu lehet, hasonló dolog történhet az emberrel a halála után is. Minden nap tükrözi az életét, és minden év a maga évszaki ritmusában az indián-élet képmása. A Nap ereje a négy évszak során pontosan tükrözi számára életterejét a négy életkorban. Így áll egy mandala középpontjában, mely négy kisebb-nagyobb, egymással analóg koncentrikus körből tevődik össze, és az *Egy* középpont kifejeződése.



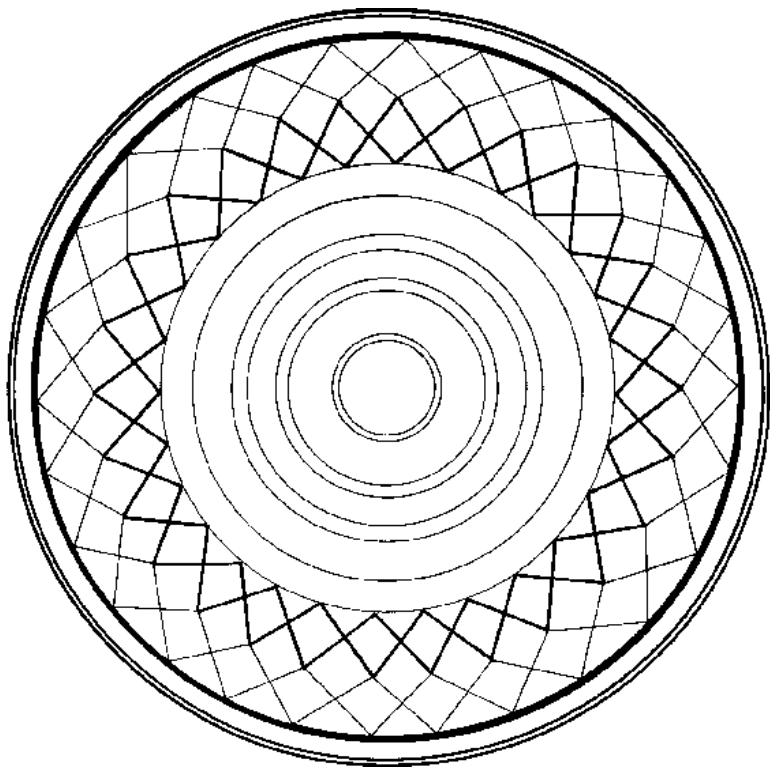
Az indiánélet sok magától értetődő dolga mutatja, ha összehasonlítjuk a mi viselkedésünkkel, hogy mennyire eltávolodtunk a középtől. Az újszülött indiánbébit például nem a meztelen, fenekére mért ütésekkel szakítják ki az addig harmonikus és védett (a magzatburok mandalája által szimbolizált) világból, hanem oly módon, hogy az anya rápréseli ajkait a szájára és belelehel az első életleheletet, egészen úgy, ahogy azt a bibliai teremtményszó ábrázolja. Az indiángyernek nemcsak tovább maradhat a harmonikus Középben, hanem meg is tesznek mindent azért, hogy az élete új körébe gyengéden elkísérjék. Ahol a rítusok már nem gyengédek és finomak, azokat legalább a természettől lesték el. Így a gyerek mindig beilleszkedett marad. A mi gyerekeink ilyesmit kivételként kapnak meg, abban a mértékben, ahogy megkíséreljük a Középhez való visszatérést. Számunkra már az is különleges valami, ha a gyereket a születése során nem kínozzuk (Leboyer szavaival élve szelíd születésben részesítjük), vagy az anyjánál hagyjuk ("rooming in"). E sajátos kifejezések már elárulják, hogy milyen messzire eltávolodtunk a Középtől. Az indiánok maguktól soha sem hagyták volna el azt.

Amilyen különbözően kezdődik az élet, olyan különbözően végződik is. Míg a mi "magasan civilizált" kultúránkban igyekeznek megszabadulni az öregektől és elszigetelik őket, addig az indiánoknál nagy tisztelet övezi őket, mert náluk az öregkor a bölcsesség ideje, egy idő, amikor már nem a világra hatnak, hanem az élet kö-

rének középpontjához közelednek. Hasonló a halálhoz való viszonyuk is. Egyáltalán nem félnek tőle, a lélek egy másik létformába vezető átmenetként tartják számon.

Nálunk minden elgondolható ellenállást kifejtnek: míg az indián egészen tudatosan rázendít halotti dalára vagy visszavonul egy magányos helyre meghalni, hogy hamarosan egyedül legyen, addig mi minden eszközzel harcolunk a végül is elkerülhetetlen és szükségszerű ellen.

| Fessen most ki egy indián halotti mandalát!



Míg az indiánoknak a centrum a fontos, addig mi a perifériát hangsúlyozzuk, és szörnyen csalódottak vagyunk, ha a sok szép színes fényből újra fehér fény lesz.

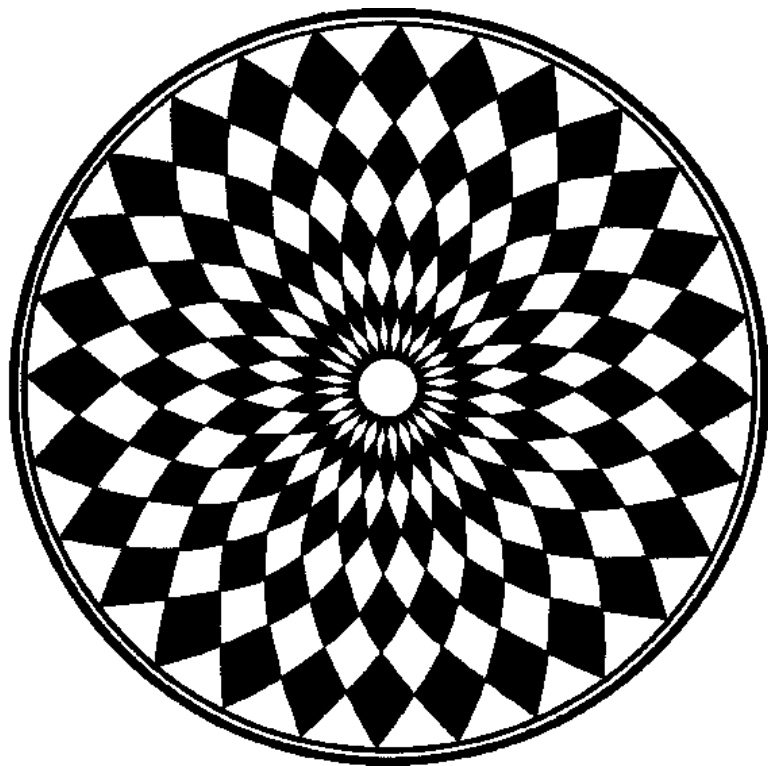
Ez ugyanaz a ritmus, amely a magból virágot teremt, és újra vissza, a maghoz vezet. Az indián elfogadja és tiszteli ezt a ritmust.

Mi ezzel szemben az egész kozmikus játékot meg akarjuk állítani valahol, mint pl. a virágnál, mert azt éppen szépnek tartjuk.

Ez ugyanaz a hozzáállás, mintha a mandalafestésnél ki akarnánk hagyni a közepét, mert ott minden eltűnik az őspontban. Ez az a hozzáállás, amely a 10. tarotkártya szerencsekerekét egy nekünk (a mi egónknak) tetsző helyen meg akarnánk állítani, amely tehát csak szerencsét akar és a szerencsétlenséget ki akarja szorítani, csak fényt és semmi árnyékot, csak napot és semmi éjszakát, csak élni és sohasem meghalni.

Ez a legbiztosabb út, hogy megőrizzük tudatunk kettéhasadt állapotát, ez a kettősség felé vezető út, és ezzel a kétségbeesés útja is.

Az egyetlen igazi alternatíva az lenne, ha elfogadnánk minden dolog, minden ellentétpár egységét, ha beismernénk, hogy éjszaka nélkül nincs nappal, hogy kilégzés nélkül nincs belégzés, depresszió nélkül felvirágzás, árnyék nélkül fény, háború nélkül béke, fekete nélkül fehér.

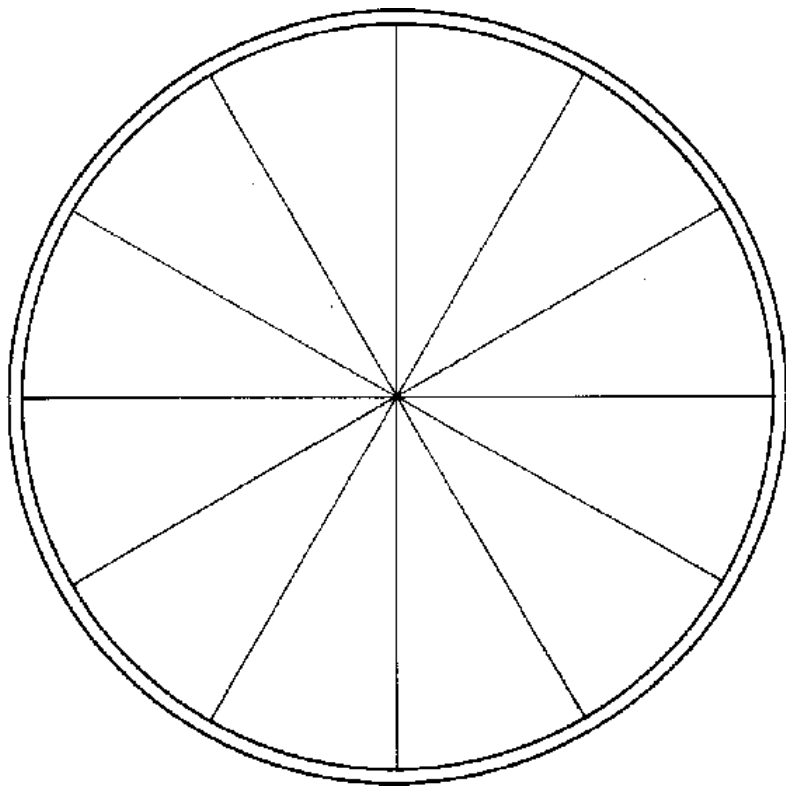


Mint majdnem minden természeti nép, az indiánok, de a korábbi magas (egyiptomi, inka) kultúrák is imádkoznak a napmandalákhoz, mert felismerik, hogy azok tesznek lehetővé minden életet. Gyakorlatilag minden kultúra a Nap-ritmus szerint orientálódott, és még korunkban is a lehető legnagyobb jelentőséget tulajdonítjuk a Napnak, gondoljunk például arra, hogy mennyire az órával mért idő határozza meg az életünket. Minden, még a legmodernebb óra is végső soron napóra, és ezzel mandala.

Az utóbbi időben vannak már színes "antistressz-óra"-k, amelyekről az időt csak körülbelül lehet leolvasni. De sokkal egyszerűbb, természetes antistressz-óra: a Nap. Talán próbáljon meg, mondjuk a következő szabadsága alatt eszerint az óra – szerint tájékozódni és így kapcsolatba kerülni a belső, természetes órával, amelyet az egész természet követ.

NAP-SZÍN-ÓRA

Utánozza színekkel a napszakokat, ebben az egyszerű tizenkettes mandalában. A horoszkópot követve a napfelkeltét a bal szélre, az aszcendens helyére teheti (ez az óra számlapján a 9 óránál lenne) és a naplementét ezzel szemben a deszcendens helyére (a számlapon a 3 órára). Gondolja csak meg: már a napfelkelte előtt és napnyugta után még sokáig látható fény és vele együtt különböző színek is az égen.

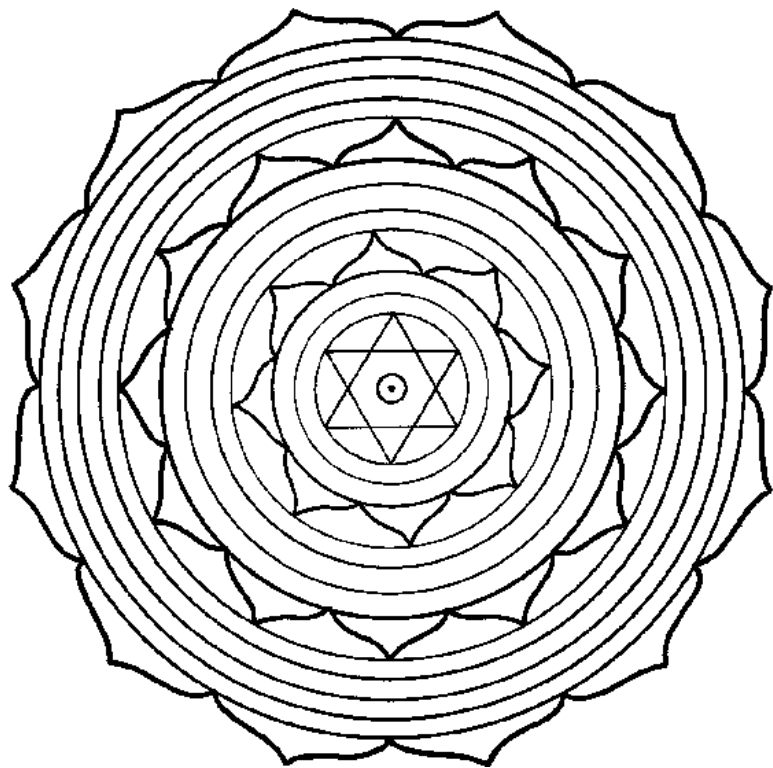


A Nap imádata még határozottabban érzékelhető az éves ritmusban. A napfordulót ugyanolyan tudatosan ünnepeljük, mint a karácsonyt, és a szabadságát a legtöbb ember a Nap után igazítja. Az utazási hullámokban, amelyek a korábbi népvándorlásokkal hasonlíthatók össze (többnyire azok is déli irányba tartottak), emberek milliói zárandokolnak néha nagy fáradtsággal a Nap felé. Ha a napimádat csak a legkülső szinten zajlik, egészen jól leéghet az ember. A bőr hólyagos lesz, és kifakad "és így teljesen megnyílik" az ember. Kevésbé fájdalmas, ugyanakkor jobban eltölt bennünket a fény felé vezető belső megnyílás.

Általában meg kell állapítani, hogy gyakorlatilag minden elv beváltása annál szenvedéstelibb, minél anyagibb a választott szint. Az egyszerű példáknál még jól érthető, ha az ember egy másik ember szeretete előtt megnyílik, és így a hetedik mennyországba jut, ha viszont a szeretetpótló édességek előtt nyílik meg, az csak kappanhájhoz vezet. E példa, mint a Naptól való leégés mutatja, más esetekre is alkalmazható. Tudattalanul minden ember szereti a Napot és szívből megnyílik előtte, mert mi más is a szeretet, mint megnyílás, beengedés?

Nemcsak az indiánokat emlékezteti a Nap intuitív módon arra, hogy a "fény gyermekei" vagyunk, hanem minket is.

| Alább az indiai Napistennek, Suryának szentelt mandala látható.



A Naphoz hasonló szent tisztelettel viseltetnek az indiánok az éjszaka fénye iránt is. A Nap és a Hold a polaritás kifejeződései, és így egyenértékűek. Ezt az alappolaritást mandalaik teljes mértékben kifejezik. Két csoport van: a nappal és az éjszaka mandalái. A nappal rítusa a napfelkelte után kezdődik és annak lenyugvása után fejeződik be. S megfordítva, az éjszaka mandalájának a rítusa a naplemente után kezdődik, és a Nap felkelte előtt fejeződik be, így külső formájában azt meg is semmisíti.

A Hold-mandalának is nagy jelentőséget tulajdonítottak minden ősi kultúrában. Mivel ez a fény női aspektusa, férfiszimbólumok által uralt ipari kultúránkban még inkább elvesztette a jelentőségét, mint a Nap-mandala. De minden nép, amely még kapcsolatban áll a természettel, a Hold ritmusa szerint él, a palántázást és a betakarítást például a holdfázistól teszik függővé. Még mi is, akik a természet legtöbb ritmusát semmibe vesszük, a holdritmust a szélsőséges pontokon megérezzük.

A pszichiáterek gyakran tapasztalják, hogy a telihold idején nagyon fárasztóak az éjszakai ügyeletek, mert hirtelen minden beteg "megbolondul". De érzékeny emberek is észreveszik alvászavarukon, ha a Hold ereje fokozottan hat. A nőgyógyászok, akiknek feladata a nőihez, a holdiashoz kötött, tudják, hogy teliholdkor sokkal több gyerek jön világra, és hogy a nők periódusának a 28 napja éppen a holdciklusnak felel meg, és normális esetben összhangban van azzal. Hogy a "modern" nőknél a

ciklus gyakran rendszertelen, az éppen azt mutatja, hogy a ritmusuk megzavarodott, mert már nincsenek összhangban természetes környezetükkel.

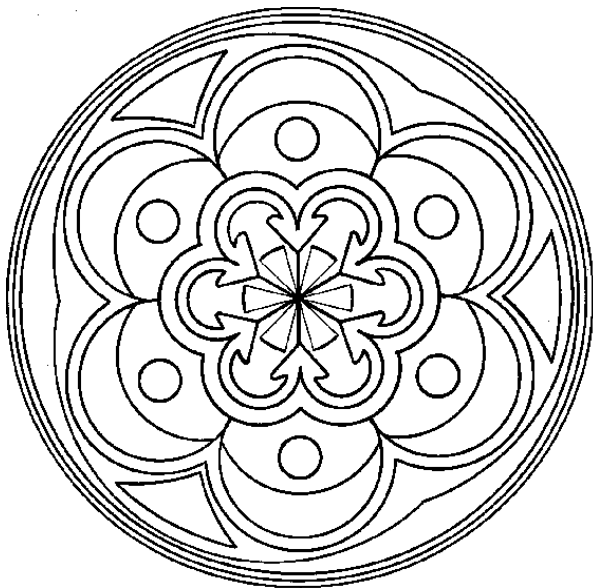
A Holdnak mint a polaritás női felének (az agy jobb felének) a leértékelése ölt testet a "pompás vasárnap" és a "pocsék hétfő" kifejezésben. (Németül a vasárnap, sonn(en)tag, a Nap napja, a hétfő, mon(d)-tag pedig a Hold napja, a szerző értelmezése szerint. *A fordító.*) A holdias éjszaka megvetése van a legnagyobb kihatással az életünkre. Hiszen életünk egyharmadát az álom tudattalan birodalmában, öntudatlan alvással töltjük. És a pszichoterápiától eltekintve teljesen mellőzzük ezt a harmadot. Újra az úgynevezett primitívek mutatják meg nekünk, hogy lehetséges az álmokkal élni, megtanulni álmodni és felébredni álmunkból. Az indiánoknál is döntő szerepet játszik az álomvilág. Pontosan figyel rá és folyamatosan kihat nappali életére. Kivárja például előrelépése, haladása vonatkozásában az álombeli utalásokat.

Ha Ön most elkezd a mandalákkal élni, ez valószínűleg ki fog hatni az álmaira is, Ön ott is egyre több mandalát talál majd.

A pszichológiában Jung a mandala- és a labirintusálmok különböző eseteit írja le, mert az álom mandalákat válsághelyzetben gyógyító tényezőnek tekinti.

Nekünk nem kell a válsághelyzetekre várnunk, hogy ez előtt az univerzális győztes előtt megnyíljunk. E mintákkal való foglalkozás azokat a tudattalanban és ezzel éjszaka is működésbe hozza majd. És nemcsak az egyes álmokban jelenhetnek meg mandalák, hanem idővel azt is átélheti, hogy az álomélet magában megfelel egy

mandalának – épp úgy, ahogy a Grál-mítosz kapcsán láthattuk ezt "az élet"-re vonatkozóan. Minden álmom egy közép körül, a Közepe körül csoportosul, pontosan úgy, ahogy az élet minden jelensége egy centrum körül, ugyanazon Közép körül rendeződik.



A RÍTUS VILÁGA

És még valami nagyon lényegeset, nagyon intenzíven élhetünk át az indiánoknál, ami nálunk egy nem szeretett árnyéklétre van kárhoztatva, és mégis életben tartó: a rítust.

Az indián élet tele van rítusokkal, azt mondhatnánk: merő rítus.

A rítusok analógiák leképezései. Ez minden rítusra vonatkozik: akár a "pogányok" áldozati ceremóniáját nézzük, akár a zsidókét vagy a keresztényekét, az indiánok mandalarítusát vagy akármelyiket. A szertartásszerű élet, az analógiák tudatos átélése és rituális megismétlése nem lép ki a keringésből, a külvilág erőinek kiegyenlítődéséből. Az olyan törvények, mint az adás és a kapás, éppúgy megfelelnek egymásnak, mint a valamivel "tudományosabb" akció és reakció, vagy az energiamegmaradás elve a fizikában, mindez az indiánok számára élő tapasztalat. Az indián tudja, mert a természetből kiolvassa, hogy mindenért, amit elvesz, adnia kell valamit. Így nem is vesz el többet, mint amire szüksége van, és azt is alázattal. Bizonyára ebben rejlik az egyik magyarázata annak, hogy az összes indián és a hozzá hasonló kultúra miért nem érte el a mi értelmünkben vett "haladást". A körforgásban a mandalában maradtak, míg mi megérkeztünk és megtérítettük őket, befolyásoltuk, zsaroltuk és erőszakkal vagy pszichológiai ügyeskedéssel próbáltuk őket kirángatni a körükből. Itt most nincs se ideje, se helye a büntudatnak, hiszen az is "rendben volt",

még az érintett kultúrák mindenkori látnokai és szentjei is megjövendőlték és elfogadták ezeket a jövendőléseket. Ebben is csak a mandala mutatkozik meg: az út a Középből a káoszba és vissza. Itt egész népek élik át "a tékozló fiú példabeszédét". És pontosan, mint a tékozló fiúnál; elveszhet kívül minden, ha a Középről való belső tudás megmarad és visszavezet a Közép birodalmába.

Az indián egyrészt szigorúan a természet által megadott ritmus szerint rendezi az életét, másrészt rugalmas életstílusa révén (nincs szilárd háza, alig van személyes tulajdona) folyamatosan meg tudta tartani és óvni mandaláit és rítusait a megmerevedéstől.

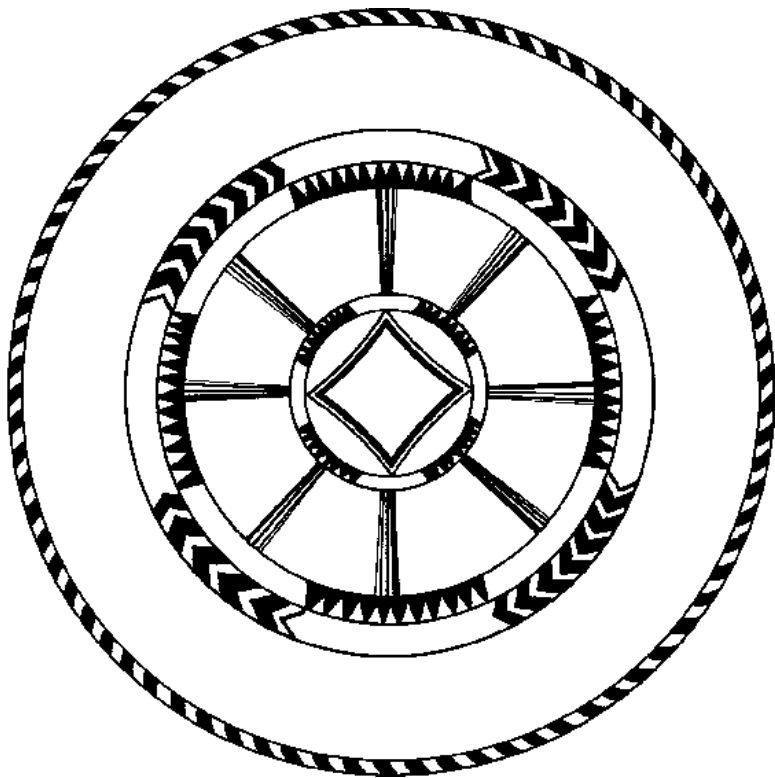
Ezzel szemben mi hajlamosak vagyunk a természet előre megszabott ritmusát mellőzni és az életünket tudattalan és merev szertartássá züllesztetni. Mert a rítusokat éppúgy nem lehet megszüntetni, mint a mandalákat. Bár még megvannak a pompás mandalák a rózsablakokban, de azok már halott szelencék, mert alig akadnak emberek, akik azt magukban életre keltik.

Az indián mandalát azonban külső formájában legkésőbb 12 óra múlva megsemmisítik, az illető indiánban viszont tovább él. A ceremóniát itt "medicinaként", mint beavatást és gyógyítást hajtják végre. Nos, az indián számára a medicina valami egészen más, mint a mi számunkra, majdhogynem az ellenkezője. A feltétlen bizalom tükröződik benne, a Teremtés, a Nagy Szellem iránt, amelynek – kiszolgáltatja ma-

gát. Míg az indián önként visszavonul meghalni, addig mi újraélesztési kísérletekkel próbálkozunk.

Az indián a Közép felé orientálódva él a Körben. A homokmandala-ceremónia során a kör centrumában ül és a sámán ráénekel. Így a világ középpontjává, oltárrá, Istenséggé válik. Így viszi át a sámán a már beavatott mandalát a "páciensre", amikor megnedvesített kezeit a mandala homokjára, majd a kör közepén ülő testére helyezi. Így szilárdítják meg a "páciensben" az isteni rendet, és így találja meg az magában a Közepet.

Itt tűnik fel az erős hasonlóság a különböző csoportterápiás gyakorlatokhoz, ahol szintén egy résztvevő kerül a kör közepére, és ilyen vagy olyan formában megkapja az egész mandala energiáját.



Miután a mandalát átvitték az emberre, a sámán markol a homokból és egy részt keletre, a következőt délre, nyugatra és északra szórja, végül egy adagot az Ég Atyának, az utolsót pedig a Föld Anyának adja vissza. Amit már ismerünk más hagyományokból, az itt a rítus része, a dinamikus mandaláé. Ez a forma az indiánoknál annyira szent, hogyha beavatatlanoknak mutatják meg, akkor erősen elidegenítik, részben még az ellenkezőjébe is átfordítják – így például megcserélik az égtájakat, ami által a jobbra forgó mágikus kör, ami megfelel a Föld természetes mozgásának, balra forgó lesz – és így éppen az ellenkező elvnek felel meg.

Ebből láthatjuk, hogy milyen érzékenyek a rítusok, és ezzel a mandalák milyen könnyen elveszíthetik értelmüket és eredeti jelentésüket. Nem annyira tudattalan hibából, mintsem tudatos gondolati töltésektől.

Nem kell tehát aggódnunk, hogy esetleg rossz mandalát készítünk. Nincs rossz és jó, csak egy, a helyzetnek megfelelő. Ha mandaláink mindig balra forognak, az sem ok a nyugtalanságra, ellenkezőleg, jó, ha felismerjük ezt. Az egyik irány sem jobb, mint a másik, egyikben sincs megoldás, mert az közepen van.

Az indiánok azt hiszik, hogy minden művészeti műalkotás és minden rituális cselekedet a Nagy Szellem kifejezése és képmása. Így minden mandalarítusnak megvan az ünnepélyes kerete és mindegyik gondos előkészítést igényel: intenzív tisztítást, böjtölést, izzadást, hányást, szexuális önmegtartóztatást, magányos virrasztást.

Az indián azt hiszi, hogy így kapcsolatba kerül egy energiával, amely őt felhasználja, hogy megalkossa a mandalát, hogy a páciens megsemmisüljön és meggyógyítsa.

Tudatosan és tudattalanul az a cél áll mindezen előkészületek mögött, hogy az ember kiürüljön, s ebben az ürességben aztán fellelje az egyetlen energia forrását. Minden más ügyszólván lehullik a testről, csak az esszencia marad vissza – és alakítja ki a mandalát, amely aztán a maga közepén, energia centrumában visszatükrözi az esszenciát.

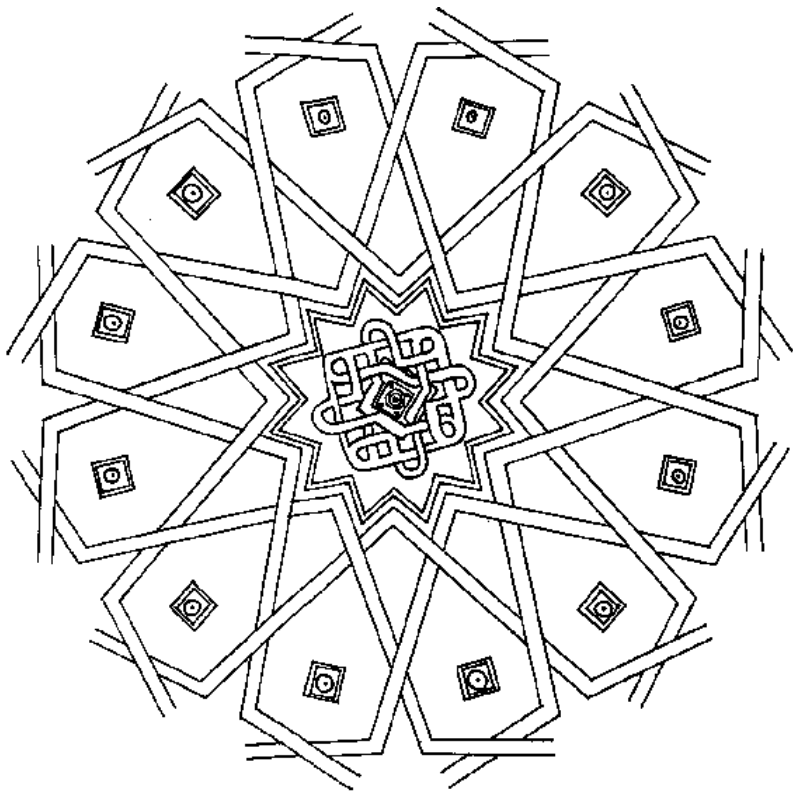
A sámán mint beavatott, a rítus végrehajtására hivatott, belül felkészül a ceremóniára, kívül pedig a szükséges segédeszközöket, homokot, gyökereket és festéket keresi. Csak olyan dolgokat használ fel, amiket természetes környezetében megtalál, az ezekhez társítható szimbolikát és analógiát amennyire csak lehet, követi. Ha például egy termékenység szertartásról van szó, sok sárgát használ, mint a tavasz világos színét: a sárga anyagi szubsztanciája még virágpor, s ráadásul egy további termékenység szimbólum.

Ha a sámánt a szertartás során később is követjük, akkor példaszerűen átélhetjük, hogy mit jelenthet a gyógyítás:

Először is a koncentráció erős mozzanata tűnik fel. Minden érzéket összefognak és egy meghatározott irányba, az egyetlen cél, az egy közép felé fordítják. Az érzékek irányítása (orientálása) döntő minden szertartásban. Ezért találunk minden kultúrában hasonló segédeszközöket. Az indián látását például a mandala formái és szerkezetei

befolyásolják. A hallását monoton beszéd-dalokkal irányítják, illatos növényeket égetnek el a szent tűzben és tudattágító drogokat forrasztanak. Mindezek mellett a sámán még rituális simításokat is végez egy sastollal a páciens meghatározott bőrfelületén, aki maga is a szertartás oltárává válik, ezért ül a centrumban. A páciens egy gyógyító hipnózishoz hasonló transzba esik, csak a sámán nem alkalmaz szuggesztiókat. Az eszközei, melyekkel a tudatot egy pontra koncentrálja, sokkal finomabbak, mert teljesen összhangban állnak az indián természetes környezetével és kozmoszával.

Mivel az indiánok mindenütt és mindig az Egyet, az egy isteni dallamot hallják, e szertartásokkal az állatokat – akiket ők testvéreiknek tartanak –, sőt még a természetet is kezelni tudják (képesek esőt csinálni).



Ha a többi kultúrát nézzük, meglepő egybeeséseket találunk. A templomainkban, különösen a gótika dómjaiban és katedrálisaiban a hívők szemét fogva tartják az ablakok képei és színei, a nagy rózsák és a hatalmas boltívek lenyűgöző üzenete. Korálokat és fohászokat énekelnek, amelyek – monotóniájukkal korábban sokkal inkább, mint ma – központosították a szellemet. A gótikus katedrálisok épülete felemeli a szellemet, a templom keresztjének a centrumába irányítják a figyelmet, oda, ahol az oltár áll, ahol a változás megtörténik. A borítás és a kenyérevés által minden hívőhöz közelebb hozzák azt. Az oltár körül tömjént égetnek, amellyel a szaglóérzékot lekötik, és ez a szellemet a füsttel együtt felfelé vezeti, hasonlóan a felfelé ívelő csúcsívekhez. Az idegen szertartásokban a kultúrától függően többnyire csak az eszközöket változtatták meg – az érzékek összpontosítása mindig adott maradt. Tömjén helyett füstölőrudacskákat, vagy füstölőgyertyákat vagy virágparfümöt használnak, az indiánok mantrákat kántálnak vagy a Védákat idéző panditok beszélőénekét hallgatják, míg a keleti vallásúak a szívimádság monotóniáját követik, a katolikusok a rózsafüzért morzsolgatják, a muzulmánok pedig az ornamensek rendjére összpontosítanak. Minden rituális tárgy és előírás az Egy szolgálatában áll, hogy magához vonja a szellemet és kiváltsa a *változást*. Minél *koncentráltabb* egy rítus, minél közelebb jut a kozmikus mandalák harmóniájához, annál hamarabb gyógyul meg a hívő, tér vissza az egészsége.

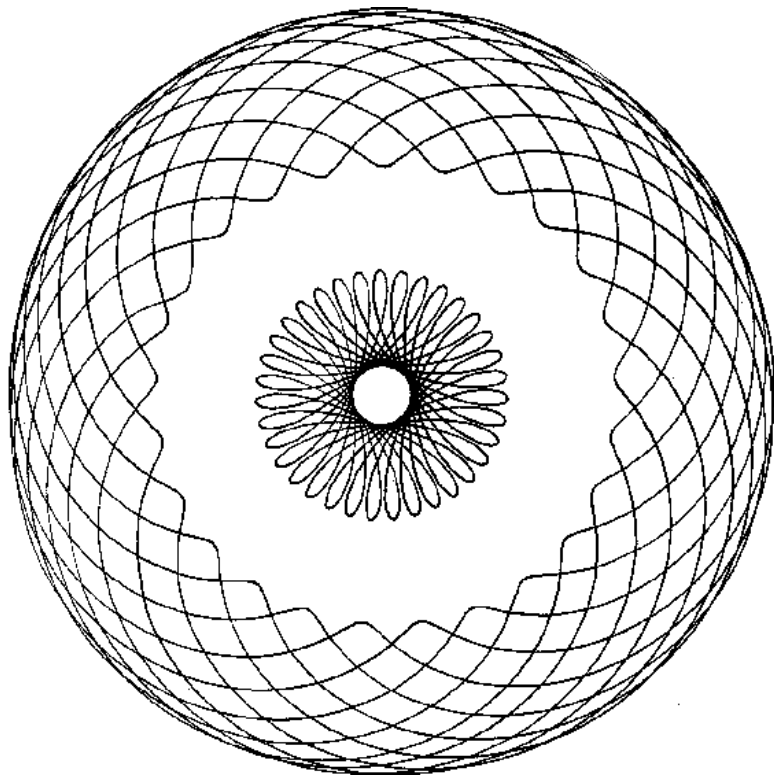
Ha egyszer megengedjük magunknak, hogy valóban kinyissuk a szemünket, akkor mindenütt rítusokat fogunk felfedezni, amelyek tudatlanul alakítják a mi látszólag oly értelmes életünket. És ez is – mint minden, ami van – rendben van, mert a rítusokat mi soha nem tudjuk megszüntetni, legfeljebb eltávolítani, félretolni, és akkor – mint minden elfojtott – az árnyékban köt ki. De az árnyék él – csak tudatlanul – és előbb-utóbb nyilvánossághoz és fényhez jut. Majd váratlanul kényszercselekvések lépnek fel, mert vajon mi más van egy mosakodási kényszer mögött, mint a tisztálkodási rítus, amely páciens és pszichiáttere számára "teljesen érthetetlenül" tör fel a mélyből és – hála Istennek – orvosilag semmivel sem nyomható el. De nem is kell ilyen szélsőséges példát keresni. Társadalmunk tele van kényszerrítusokkal. Mi egyéb az, amikor kétszer is megnézzük, hogy az ajtó be van-e zárva? Egyszer is elég lenne az értelem nézőpontjából. Mi van a kis titkok és a kis értelmetlen, mindig visszatérő mozdulatok mögött? Ezeket a dolgokat szerencsére alig lehet megszüntetni. Ezek a tudatosan végrehajtott, de mára már elveszett és elfeledett szertartások szükségszerű pótlásai.

Láttuk, hogy a különböző kultúrák vallásos rítusai elvben hasonlóak, mert ugyanazt célozzák meg. Még a mai modern időben is ugyanazok az elvek hatnak egyedül.

Minden, ami gyógyít, rítus – vagy nem is gyógyít.

Ez Ön számára így, poentírozottan kifejezve nagyon idegenül hathat – különösen egy orvostól –, de vizsgáljuk meg a helyzetet e nézőpontból. Amikor az indián a maga természetes környezetében beteg lesz, a rítus eszközeivel és szimbólumaival gyógyítják: minket viszont, akik a racionalizált, technizált és érzelmileg hideg környezetünkbe betegszünk bele, különböző egészséggyárakban kezelnek – jobban mondva kézzel már alig nyúlunk hozzájuk, mert mi már leszoktunk arról, hogy megérintsük egymást.

Így minden rendben van, és a legkisebb okunk sincs arra, hogy a modern orvostudományt leküzdjük, mint ahogy arra sincs semmi okunk, hogy bármit is leküzdjünk. Betartjuk a homeopátia (azonosat azonossal gyógyítani) elvét, s a rítus rendben van. Ha mi megváltozunk, velünk párhuzamosan a medicinánk is meg fog változni. Mindenki talál majd egy megfelelőt, ahogy minden indián megkeresi és felleli a maga medicináját. És ha ez számunkra mégoly különbözőnek is tűnhet, mégsem az, mert a ható elv ugyanaz marad: a rítus.



EGY MODERN GYÓGYÍTÓ RÍTUS

Most visszapillantunk arra a helyzetre, amikor Ön az utolsó alkalommal felkeresett egy orvost.

Enyhe izgalommal csönget az ajtón, talpig fehérbe öltözött nő nyit ajtót. Ön belép, és máris egy speciális, sajátos szag veszi körül, az orvosi szag. Be kell jelentkeznie és aztán várakozni, míg *az* megtörténik, míg *ő* jön. A többiekkel a *körben* ül, a többi türelmes pácienssel várakozik. Rendszerint hosszabb idő után végre eljön a pillanat, ő – szintén ragyogó fehérbe öltözve – belép a kör közepébe és kihozza Önt a nagy körből, mert most Önön van a sor. E felett a sorrend felett Ön egy egész óráig szigorúan őrködött, hiszen a lehető leggyorsabban igyekezett eljutni hozzá. És most végre elérkezett az ön ideje. Ő magához hívja Önt a legkisebb, de legfontosabb helyiségbe, amely az ő jelentőségének jeleként rengeteg sajátos szerkezettel és tárggyal van tele, melyek értelméről Ön keveset vagy egyáltalán semmit sem tud. Ő azonban ügyesen és hozzáértően bánik velük. Így aztán nem marad más hátra az Ön számára, mint hogy teljesen rábízza magát, mindent nyíltan elmondjon neki és kiszolgáltassa magát. És igaza volt, ő érti Önt, rögtön tudja, hogy mi van, és ennek jeleként ceruzát vesz elő, és egy kis fehér papírra szélsébesen és mesés biztonsággal néhány jelet ró, melynek valódi jelentőségéről Önnek a leghalványabb sejtelve sincs, amelyek azonban mind Önnek szólnak. Így néz ki az Ön medicinája, és bár a doktor mágikus jeleit

Ön nem tudja megfeyteni, de a másik, szintén fehérbe öltözött mágus, akihez Ön elmegy, az megérti ezeket, és az Ön papírjáért cserébe egy kis titokzatos dobozkát ad, amelyen egy latin név áll, s ez Önnek újra semmit sem mond.

Ha Ön a kis csodapirulákat otthon lenyeli, noha igazán ízetlen, Ön rögtön észreveszi, hogy "valami" történik. Hirtelen sokkal nyugodtabban érzi magát, a testében lévő csípés és szúrás szinte már nem is érdekli. A megfelelő "gyógyszer" által megszabadulhat az ilyen semmiségektől, és kialakul az a meggyőződése, hogy "minden rendben van", mert érzi, hogy az orvosa megérti és elfogadja Önt. És ha esetleg újra nem lenne valami rendben, egyszerűen csak elmegy hozzá, és ő újra mindent rendbe hoz.

Minden, ami hat: rítus, és így ez a leírás sem az önelszórakoztatás igényéből íródott. Éppen ellenkezőleg, újra egészen tudatosan a rítushoz próbálunk fordulni. Rendben van az is, ha valaki egy templomban keresi a gyógyulását, de éppúgy keresheti egy orvosi rendelőben vagy egy homokmandala-rítusban.

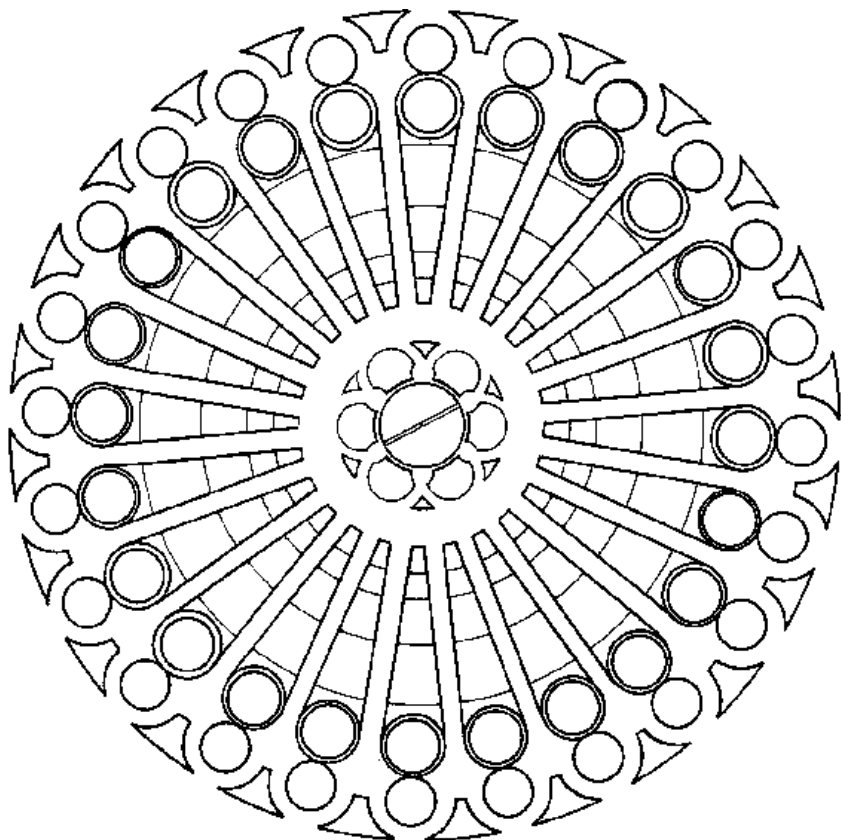
Amíg a rítus működik, tényleg minden rendben van. Sokkal "veszélyesebb" az a kísérlet, hogy a szertartást egyre jobban át kell látni, hogy aztán megszüntessék... mert az ember olyan értelmes és felvilágosult. Ha a modern orvoslás még az "orvosgyógyszer"-ről is lemond, hamarosan üres kezekkel áll majd páciensei előtt.

Azoknak, akik még hisznek gyógyszereink tudományos pontossággal leírt hatásában, jelezzük, hogy a kétségtelenül ravasz tudomány – már maga is átlát saját

mesterkedésén: mert az ún. placébókísérletek bebizonyították, hogy sok pszichopharmaka hatása nagyjából azonos a placébóhatással. A placébók a páciens tudta nélkül nem tartalmaznak semmiféle "vegyi gyógyszert".

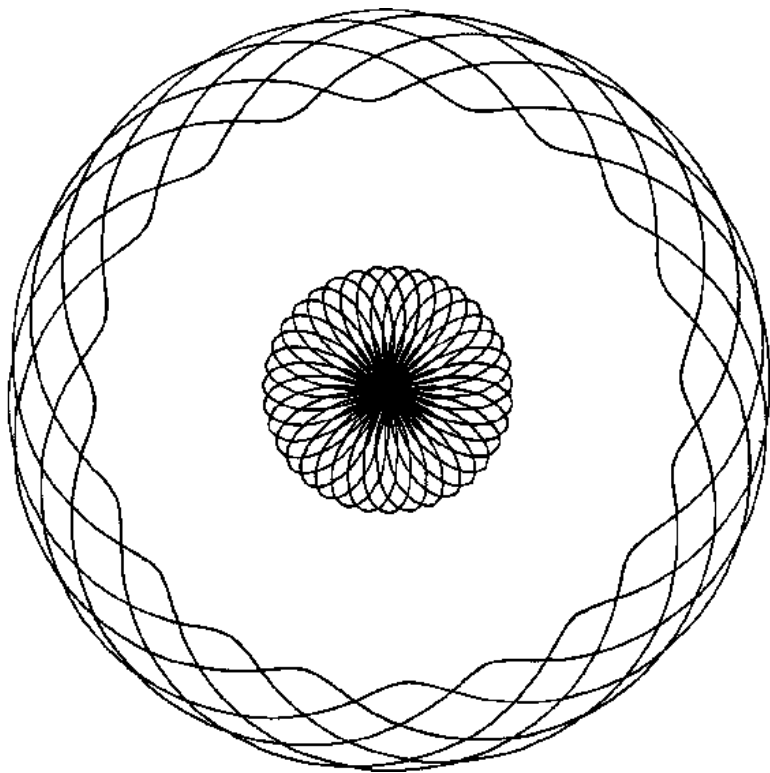
Itt most nem szeretném a gyógyszerek hatását általánosságban kétségbe vonni, csak semmi közük a gyógyításhoz. Egyébként – ha Ön szilárdan hisz a vegyi gyógyításban – akkor maradjon annál. Talán ez az utolsó hite, és ez még hatékony, ha rituáléba öltözik. Az elmondottak nemcsak az orvostudományra vonatkoznak. Gondoljunk csak arra a rítusra, ami egy bírósági eljárás mögött húzódik.

Szerencsénkre úgy sem sikerül, mint ezt láttuk, egészen megszüntetni a rítusokat. Akárhová is nézünk, mindenütt újra felfedezzük őket, ha elég nyitottak vagyunk. Jobban oda kell figyelniük, mert azoknak ma az árnyék területén kell megvalósítaniuk magukat, míg korábban a katedrálisokban nyíltan cerebrálták őket.



Még egy utolsó igazságot akarunk az indiánok rítusából kiemelni: nekik nem a résztvevők individualitása, egója a fontos. Gyakran rejtik az arcukat, maszkok mögé. Nem a sámán gyógyít, hanem "Az" gyógyít általa. Az Egy szerszámává lesz, mert el tud válni az egójától, illetve ki tudja magát üríteni. Ebben az ürességben hathat az Egy, és az indián megbízik abban, hogy az Egy jobban tudja, minek kell történnie mint ő maga, a kis korlátozott látószögével.

Megbízik a nagy körben: "Legyen meg a Te akaratod!"



AZ ENERGIA SZINTJEI

A régi kultúrnépek történelmi rítusait – az indiánokét is beleértve – nagyon nehéz lenne átvenni, és valószínűleg nem lenne semmi értelme, mert többre, mint többé-kevésbé kínos utánzásra aligha futná erőnkből. Ugyanakkor segíteni tudnak nekünk abban, hogy a rítus általános elveit felismerjük, hogy megtaláljuk a rítusokhoz és a mandalákhoz vezető utat, amelyek illenek korunkhoz és környezetünkhöz, és újra megnyitnak bennünket a közepünk számára.

Ebben a középben van a minden és a semmi, attól függően, hogy milyen szempont szerint szemléljük. Benne élhetjük meg azt az elképzelhetetlen erőt és energiát, amely az embert és mikrokozmoszát összetartja. Minél közelebb jutunk ehhez a közepponthoz, annál hatalmasabb lesz ez az erő.

E jelenségnek a makrokozmoszban is megvan a párhuzama, amit most még egy kicsit közelebről is meg akarunk nézni. Így érezzük meg leginkább, hogy milyen nagy energiával bánunk, ha mandalákkal foglalkozunk. A makrokozmoszban is akkor lesz egyre nagyobb a hatalom és az energia, ha tovább megyünk a mélységbe, ha finomabbak lesznek a szintek. Jó példa erre a háború "minden dolgok atyja", ahogy Hérakleitosz fogalmaz. A pusztítás sokat elmond az energiáról: kezdünk egy nagyon durva szinttel és vágjunk ököllel "ellenségünk" arcába. Kicsit szubtilisabb és hatékonyabb megoldás a fizikát is felhasználni, és egy kis ólomgolyót löni az ellenség hasá-

ba. Még hatékonyabb lesz a következő lépés a kémia finomabb szintjén, ha mérget használunk – ugyanazon a szinten van, csak még szubtilisebb a megoldás, ha már csak molekulákkal dolgozunk, ilyen a harci gáz vagy a biológiai kórokozókból álló harci anyag. Ha tovább megyünk az atomig és behatolunk annak magjáig – úgy a maghasadásnál és az atombombánál tartunk.

Hasonló tapasztalatot szerezhettek már mindenki, ha emlékszik olyan helyzetre, amikor egy szóval sokkal nagyobb hatást ért el, mint amit ökölcsapással valaha is elérhetett volna.

Innen nézve a mandalával minden nekünk tetsző energiaszinten dolgozhatunk, aszerint, hogy mennyire engedünk a Középhez vezető tendenciának.

Az energia értékmentes, se jó, se rossz, vagy épp annyira jó, mint amennyire rossz. A középpontban ez a probléma megszűnik. Ott minden energia és értéktelen, éppúgy, mint a Közép, a belső fény szintelen, noha minden szint tartalmaz.

Teremtse meg most saját rítusát fantáziája mélyéből, azután alkalmazza a következő mandalánál. Talán játsszon el Ön is egyszer az indiánok gondolatával, hogy a mandala Önt ábrázolja, és Ön látja benne önmagát.

Néhány támpont, amely segít önnek és akadályozhatja önt, ha szolgálai módon követi:

1. Előkészítés: A rítus előkészítésének egy nagyon alapvető és hatékony formáját találjuk meg az esszéniéknél, meg a navajó indiánoknál, akik egy egész más korban és egy egész más földrészen készültek fel egészen hasonló módon a fontos szertartásokra. Hogy a külső homokmandala tiszta legyen és a tiszta rendet világosan visszaadja, először a tulajdon belső mandalát kell böjtöléssel megtisztítani. Ezen túlmenően a böjtöléssel kiélesítjük az érzékszerveket, a hatodikat is beleértve, úgy-hogy megnő a víziók és az eidektikus képek iránti érzékenység.

2. Tájékozódás (térben, időben)

3. Vizuális ráhangolódás (gyertyák, virágok...)

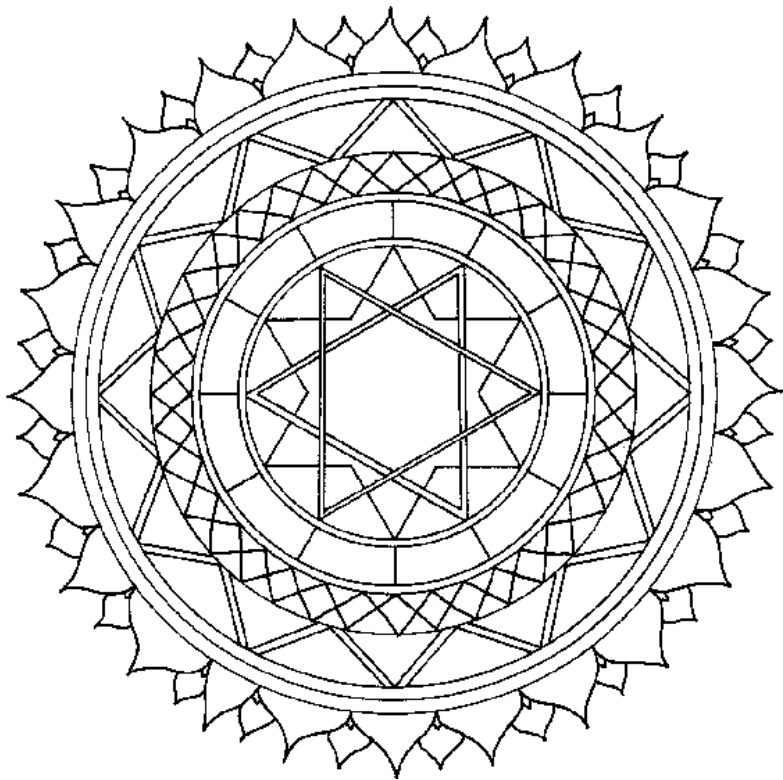
4. Akusztikus ráhangolódás (zene, mantrák...)

5. Szaglási ráhangolódás (olajok, füstölőgyertyák, rudacsák, tömjén...)

6. Öltözet (a szertartáshoz viselhet ruhákat, amelyek beburkolják, szorítják, akadályozzák, felszabadítják, simogatják...)

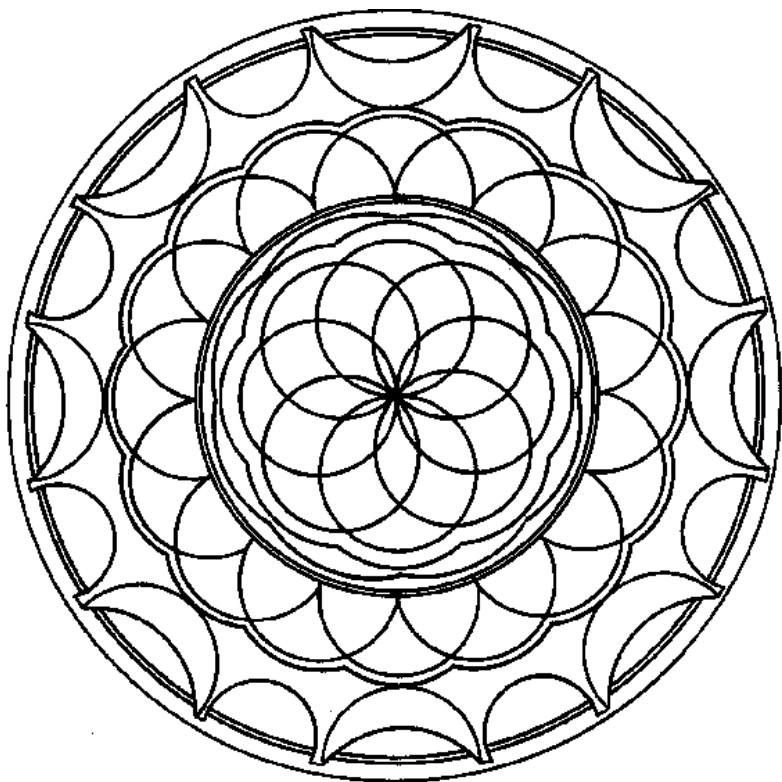
7. A mandalát koncentrálni lehet egy eseményre vagy egy emberre (önmagára is)

8. A tudatát az *egy* középére irányíthatja.



Ha Ön valóban belebocsátkozik egy rítusba, észre fogja venni, hogy "az" hamarosan egészen magától hat és magától megtörténik. Mert annyira azért mégsem távolodtunk el a Középtől. Ahhoz, hogy egy katedrálisban lecsendesedjünk, tényleg nem kell in-diánnak lenni. Aki megtanul belemélyülni egy mandalarítusba, az megtalálja a csendet a lelke mélyén anélkül, hogy azért tudatosan bármit tett volna.

A következő mandalát körzővel rajzolták, és így csupa-csupa mandalakörből áll.



MANDALAJÁTÉKOK

Ez a könyv inkább játék, mintsem könyv kellene hogy legyen, mondtam kezdetben, hogy a mandalával való játéknak tudjuk szentelni magunkat. A kozmikus játék leképezése révén természetesen különösen alkalmas játék céljára – olyan értelemben, ahogy a gyerekek játszanak –, de arra is, hogy felnőttek újra "tanuljanak" játszani. A "tanuljanak" itt félreérthető lehet, hiszen ehhez rendszerint erőfeszítést asszociálnak.

Ezért helyesebb lenne azt mondani, mindez segíthet abban, hogy a játékra való képességet újra kialakítsuk magunkban.

Követendő példának tekinthetjük a gyermeki gondtalanságot is, azt, hogy nyugodtan tévedhetünk, mert a "hibák" mindig lehetőségek is, hiszen megmutatják, hogy mi hiányzik. Minden hibából lehet valamit tanulni, valamit továbbfejleszteni – bár ezáltal másképp lesz, mint ahogy Ön eltervezte – na és? Egy hibából vagy véletlenből több játék és jókedv keletkezhet, mint némely komolyságból.

Ez a könyv is egy hibából keletkezett, nevezetesen az én rossz, ill. rövidlátásomból, és ebből eredően a látással és a szemmel való foglalkozásból. A lány tekintet sok rövidlátó "természetes hibája". E könyvben mindenekelőtt azzal foglalkozom, amit én magam akarok megtanulni. E könyv és a mandalaminták ötlete például a francia és spanyol katedrálisokhoz tett utazás során fogant bennem.

MEDITÁCIÓ A KATEDRÁLISBAN

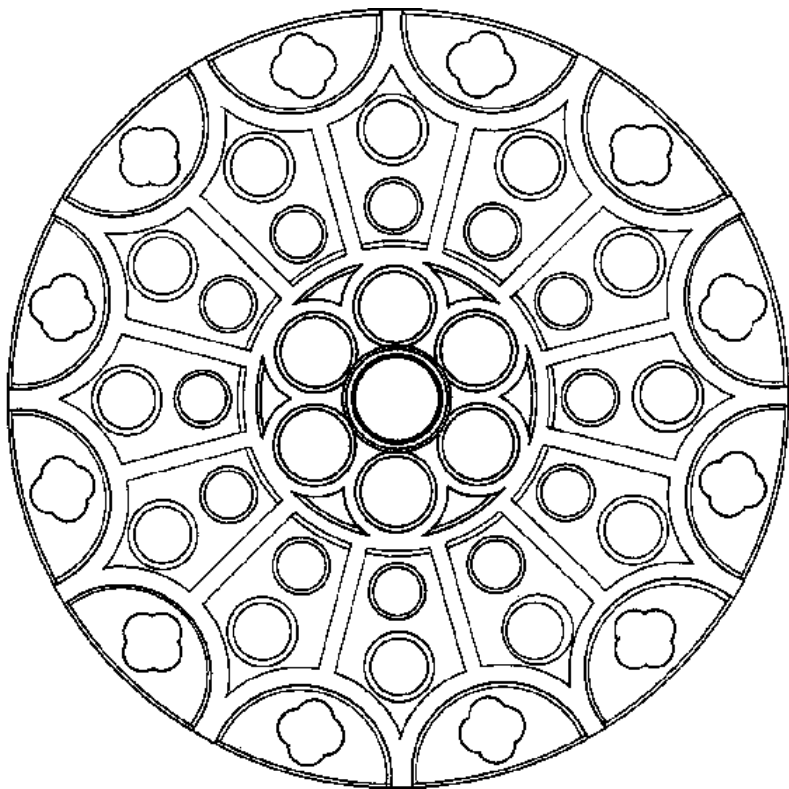
Ha Ön legközelebb belép egy katedrálisba, próbálkozzon lágyan, lazán nézni. Üljön egyenesen és úgy, hogy kényelmesen rálásson egy rózsára. Aztán tágítsa ki a látótérét túl a rózsán, míg a templom hajóját a maga teljes egészében át nem fogja – eltekintve a részletektől, amelyek csak akkor nyerik el értéküket, amikor az egész harmóniájához hozzájárulnak.

A laza tekintet enyhe élettensége által minden látott az *egyformaságba* merül olyan értelemben, hogy minden egyformán fontos, *egyenértékű* és ezzel *értékeletlen* lesz. Abban a mértékben, ahogy eltűnik az értékelés, megnyugszik az intellektus, mert ahol nincs mit értékelni és megítélni, ott egyszerűen munkanélkülivé válik és ellazul.

Sem a szemek, sem a fülek, sem egyéb érzékszervek nem juttatják konkrét anyaghoz. Valószínűleg még megpróbálkozik egy ideig a rég tárolt részletekkel foglalkozni. Aztán valamikor megnyugszik, elkezd meditálni.

Próbálja meg most a chalon-i katedrális rózsáját finoman megformálni:

- a) lágy színekkel,
- b) lágy határokkal,
- c) vagy akárhogy!



Most kapcsoljuk ki a külső fényt egy időre, és nyissuk meg magunkat a belső felé. Üljön kényelmesen és egyenesen, csukja be a szemeit, tegye rájuk mind a két tenyérét úgy, hogy mutatóujjaival gyakoroljon enyhe nyomást a szempilláira és a szemgolyóira. Megéli, hogy egyáltalán nincs sötét, hanem különböző mintákat és fényeket érzékel majd egészen a mandaláig. Végezze el ezt a gyakorlatot, és szánjon rá – mint minden fontos dologra – elegendő időt.

Ily módon az is lehetséges, hogy ideghártyája átéli az élénk képet is, amely hasonlít a korábban festetthez, csak épp élénkebb színű.

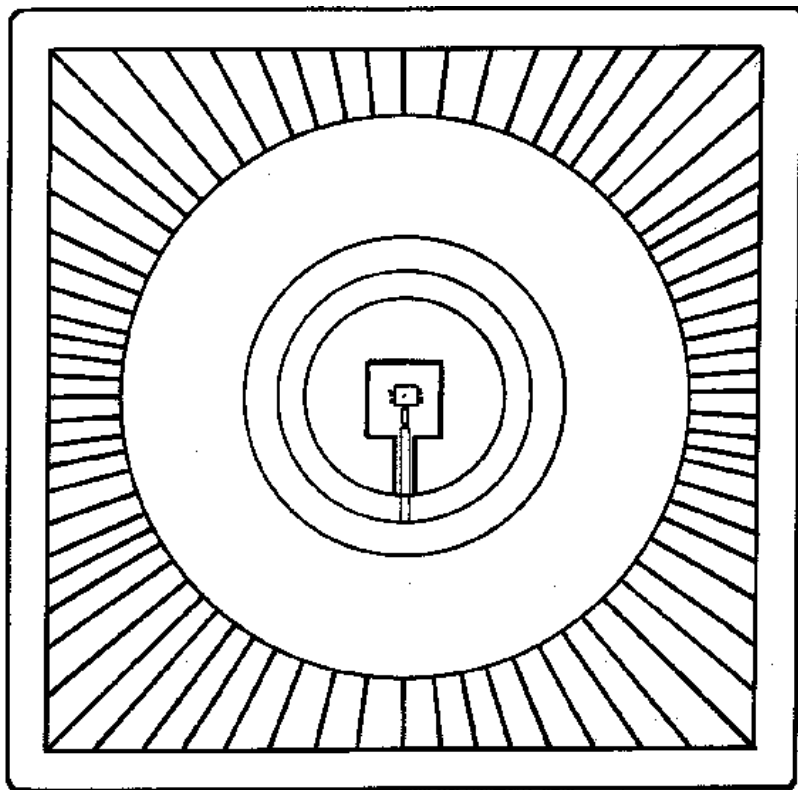
Végezze el ezt a gyakorlatot, ahányszor csak kedve szottyan, és közben fedezze fel, hogy belső szemei előtt sok aktivitás van, és – akár kifelé néz, akár befelé néz – sok olyan tapasztalatot szerez, amelyet minden ember átél, ha éjjel zárt szemekkel álmodik.

Mindig, amikor a felelősséget valamiért kívül keressük, nem vagyunk tudatában annak a ténynek, hogy minden belül is meg kell hogy legyen. Így segíthet ez a kis gyakorlat a felébredésben, és abban, hogy belső szemeinket kinyissuk és a felelősséget önmagunkért meg a környezetünkért vállaljuk. Saját belső világunknál, saját mandalánknál többet azonban nem nyithat meg előttünk egyetlenegy meditációs technika sem. Ha kedve van, más érzékszervekkel kapcsolatban is szerezhethet hasonló

tapasztalatokat, ha például bezárja külső füleit a belsők javára, és a belső hangoknak szenteli magát. Itt a várakozás ellenére egy koncert várja. Vagy befogja az orrát és becsukja a száját, s meghallgatja ennek ellenére a belső monológot. Ez utóbbi gyakorlat egyébként kevesebb örömmel jár, egyszerűen azért, mert ezt a játékot éjjel-nappal játsszuk. Akármennyire is tartjuk a külső szánkat, a belsőt soha. De éppen ez a célja majdnem minden meditációs technikának, így a mantrameditációnak, a koncentrációs gyakorlatoknak, a Zennek stb. Ezt nevezi Don Juan Castenada indián tanítója "a belső monológ feltartásának". Bizony nagy benyomást tesz az emberre az a tapasztalat, amikor teljesen tudatosan meghallgatja ezt a szüntelenül bennünk folyó gondolathullámmást. Kísérlelje meg Ön is egyszer feltartóztatni ezt – csak egy percre –, s bár nagyon egyszerű, mégsem tudjuk megtenni. Ismételje meg ezt a gyakorlatot kedve szerint. Nemegyszer kombinálják is ezeket a technikákat, amikor egyidejűleg bezárják a szemet, a fület és a száját. Talán jobban tetszik az egyik gyakorlat a többinél, és gyakrabban, talán rendszeresen is végzi. Ekkor persze azt fogja tapasztalni, hogy intellektusa tiltakozik mert a rendszeresség veszélyes dolog a számára, és nem fog nyugodni, míg Önt meg nem győzi (természetesen jó okokkal, hisz az az ő specialitása), hogy hagyjon fel a rendszerességgel. Ha már kezdi átlátni az intellektus szándékát, akkor se haragudjon rá. Ez az ő egyetlen és talán utolsó esélye. Nézze meg a játékát! Ha ezt elég sokáig teszi, váratlanul észreveszi, hogy különbség van közte és

Ön között. Ez a kezdetben még csak halvány gyanú Önt a középére, a jobb és a bal közé viheti. Viszont ott kell valahol lennie a megvilágosodás földjének!

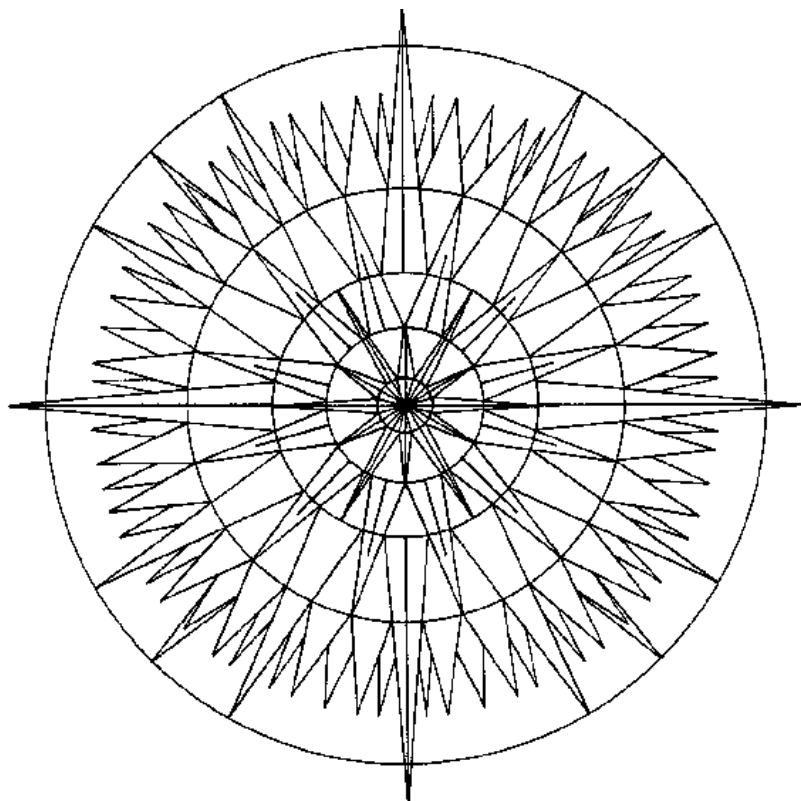
Alább a római Angyalvár alaprajza.



Eddig Ön valószínűleg középről kifelé festette a mandalákat. Ez megfelel a teremtés kialakulásának, Brahma kilégzésének vagy saját fejlődésének az idők során.

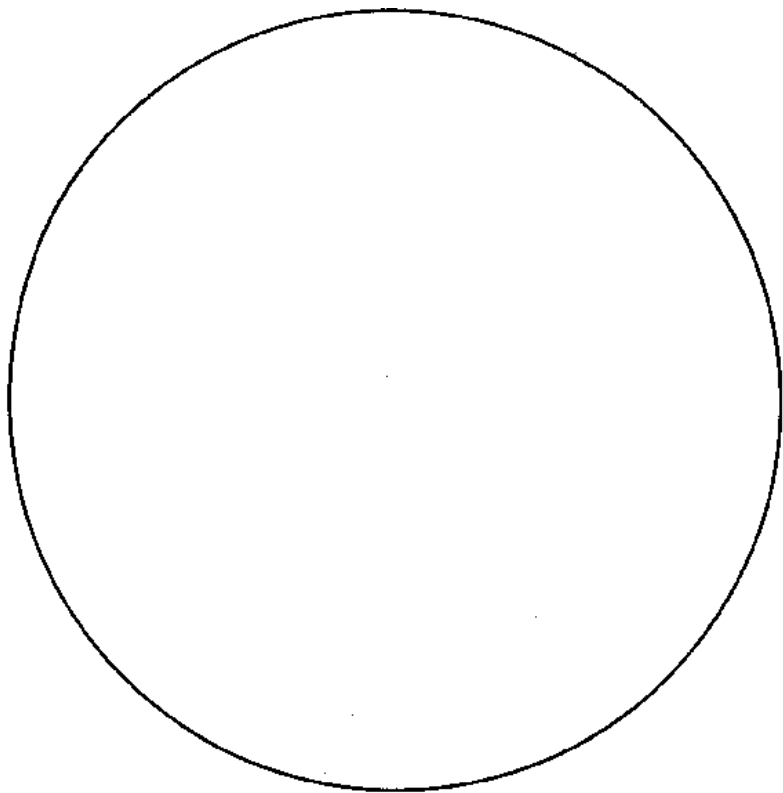
Tegye meg ezt az utat még egyszer, tudatosan fordítva, a perifériától befelé. Ez a teremtés visszavétele, Brahma belégzése és az Ön hazaútja.

Vegye figyelembe, hogy ez a mandala szinte csak egyenes vonalakból áll. Vegye figyelembe, hogy minden csúcs, amely a centrumból indul, befelé újra csúcsokat képez. Minden agresszió, amely kifelé hat, egyidejűleg befelé is hat.



Most ismétlje meg ugyanezt a gyakorlatot mint konstrukciós feladatot! Eddig minden mandalát ésszerűen a Közeppontról kiindulva tervezett meg.

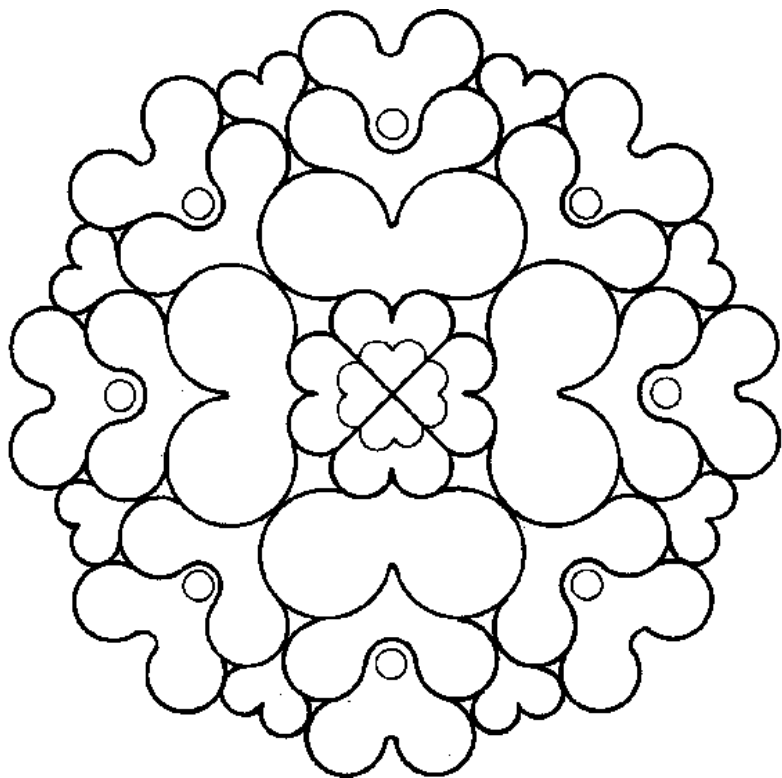
A fordított úton, a perifériáról indulva észre fogja venni, hogy milyen nehéz a visszaúttal kezdeni, ha az ember az odautat nem tette meg. Egy másik szinten ez annak a kísérletnek felel meg, amelyik az egót elhagyja mielőtt az ember azt egyáltalán megismerné.



A mandalát mint mértéket is használhatja. Mértéket, amit nem annyira materiális értelemben – nem tér-, nem súly-, nem is időmérőként –, inkább fejlődésmérőként fog fel. Amit például egy fontos, életbevágó tapasztalat előtt és után (egy világutazás előtt és után, egy terápia előtt és után stb.) készít el Ön.

Ezt az elvet tetszőlegesen kiterjesztheti: naplót vezethet mandalaformában: mindennap vagy minden héten vagy minden hónapban egyet. A heti mandalát úgy is alakíthatja, hogy egyet hét réteggel szerkeszt meg és mindennap kifest egyet.

Alább egy csupa lágy szívformából álló mandala.

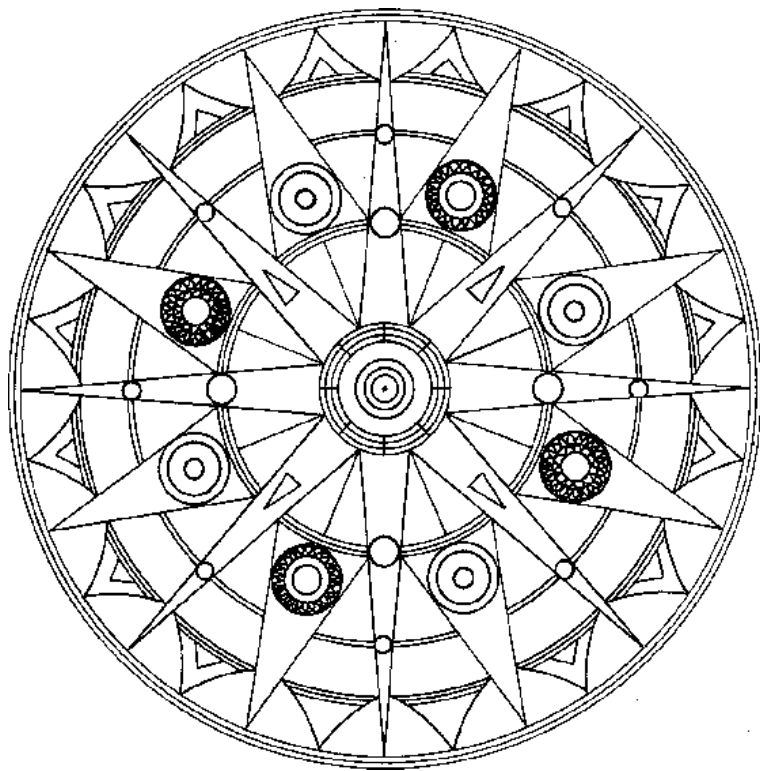


Ha mandalarítusokat akarunk végezni, a tájékozódás fontos feltétel: most már nemcsak térben, hanem időben is orientálódhatunk. A rítusokat mindig is, különös időpontokban végezték, mint pl. napéjgyenlőségkor vagy szorongató élethelyzetekben, azaz egy számunkra különleges időminőség esetén. Gondoljunk például a horoszkóp-ra, amelyben egy számunkra különös pillanatot találunk, amely éppen különös időminőségével tűnik ki. Egy ilyen ponton éppúgy végezhetnénk mandalameditációs rítust vagy mandalakészítést és utána a rítust, végül megnézhetnénk és értelmezhetnénk a mandalát.

Mindenesetre e könyvnek nem célja segítséget nyújtani az értelmezéshez vagy bevezetni a mandalák divinatórikus lehetőségeibe. Alapvetően minden rendszert lehet értelmezni, ha az ember erre képes, és természetesen így van ez a mandalákkal is. Az ilyen irányba mutató tudás és intuíció a leggyorsabban a mandalákkal való intenzív foglalkozásból keletkezik.

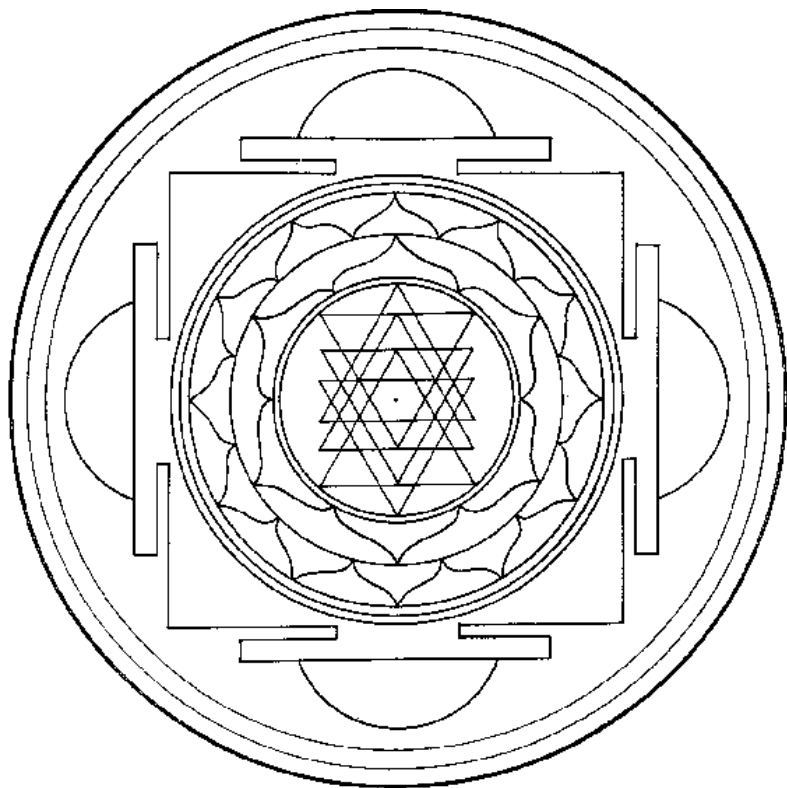
Így aztán elkészíthető saját születésnapunk mandalája, az új évé vagy akár melyik év kezdetéé. Ha valakinek a születésnapjára mandalát készít – személyesebb ajándékot már nem is adhatna, hisz ebben önmagát ajándékozza oda.

Az alább lévő mandala egy portugál papírpénzről származik.



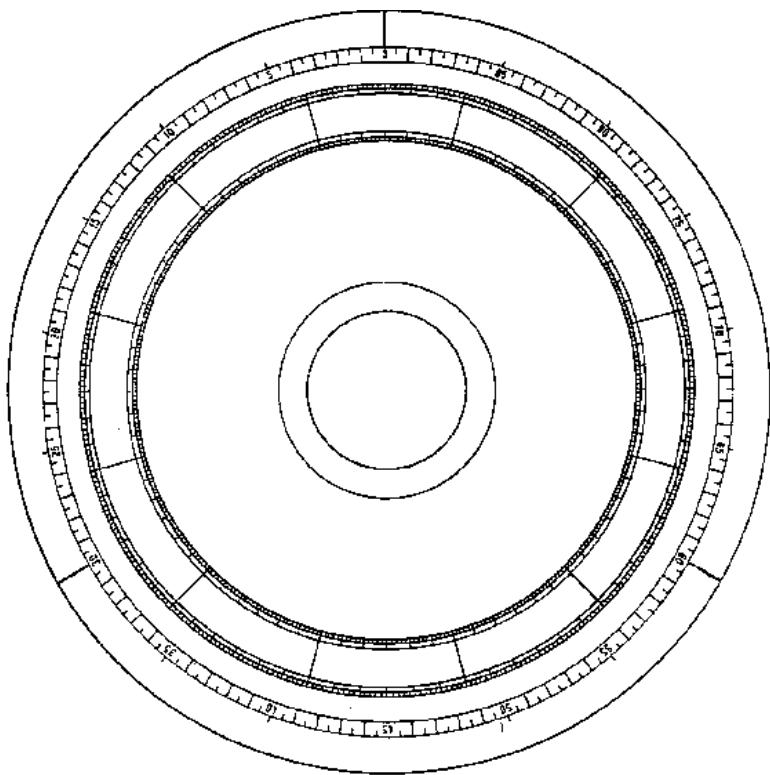
A színekkel való játék is izgalmas lehet. Vakon is lehet színt választani: vakon is ki lehet keresni a színes ceruzák halmazából egy színt és be lehet színezni vele a mandala következő szintjét. (Figyelem! Az intellektus itt megint különösen szívesen és cselesen játszik velünk.) Ez az eljárás igencsak alkalmas bizonyos események mandaláihoz, mert a tudattalan még hangsúlyosabban szóhoz jut benne. A racionális színválasztás az utolsó gyakorlat megfordítása. A színeket tudatosan választja ki – például a szivárvány sorrendjében (infravörös) vörös – narancsszín – sárga – zöld – kék – lila – (ultraviola). A zárójelben lévő fogalmakból kiderül, hogy a spektrum nem ott szűnik meg, ahol látási képességünk végződik. Ha el tudja képzelni, hogy mandalajátékot játszik egy denevérral, akkor azt is el tudja képzelni, hogy az egész más frekvenciákat lát.

Egy másik lehetőség a színek korlátozására: például, ha csak két színt használ állandó váltakozásban vagy mindig a kiegészítő színeket alkalmazza, vagy egy hétköznapi mandalánál az illető nap színét minden második rétegre ráfesti stb.



Ha ismeri a horoszkópját, mandalaként alakíthatja: a házakat a nekik megfelelő színekben, a bolygókat mindenkori színeik kisugárzásával. Gondolja meg, hogy a középpontban a Föld bolygó áll, és ami még fontosabb a közép az a pont a Földmandalán, ahol Ön éppen megszületik. A bolygóállásokat mint színes energiaösszeköttetéseket ábrázolhatja, mellel azok is.

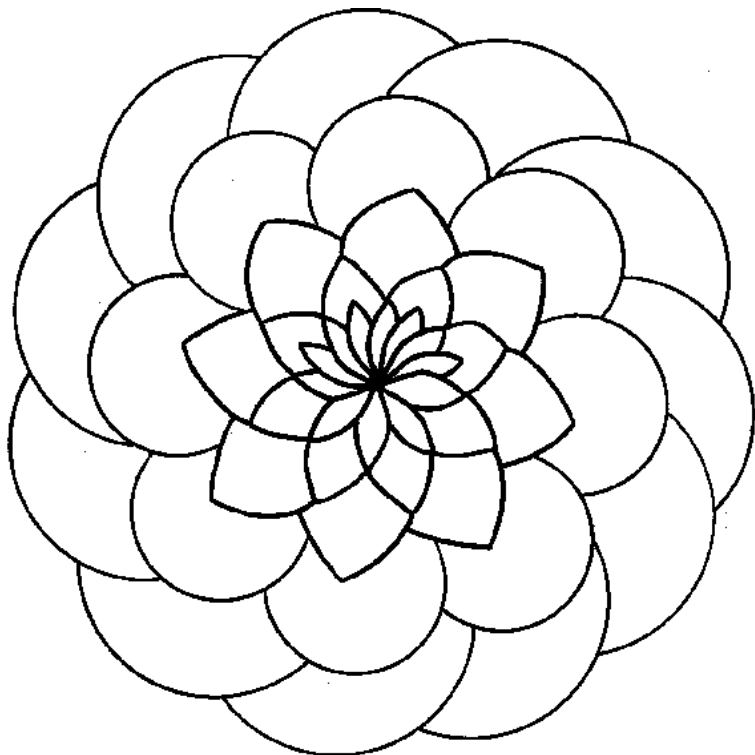
A horoszkóppal a legkülönbözőbb játékokra adódnak lehetőségek: például személyes horoszkópjára ráhelyezheti a chartres-i labirintus ősmintáját, a labirintus bejáratát ráhelyezheti a legjobb asscendensekre, és megnézheti, hogy így mi jön ki... lehetséges, hogy a két minta kombinációjából egy értelmes harmadik származik.

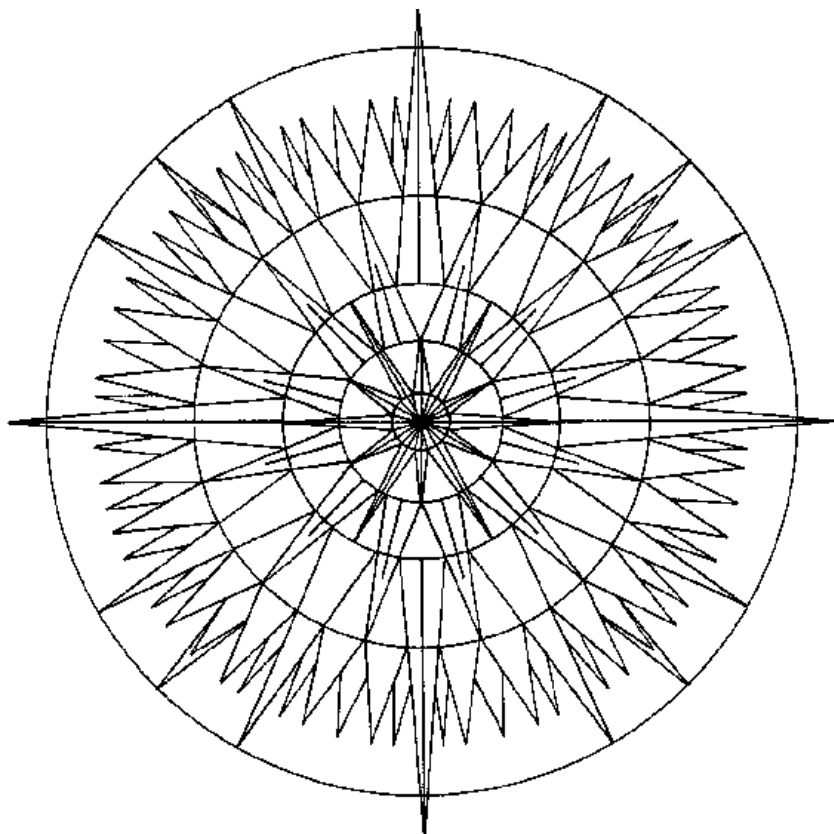


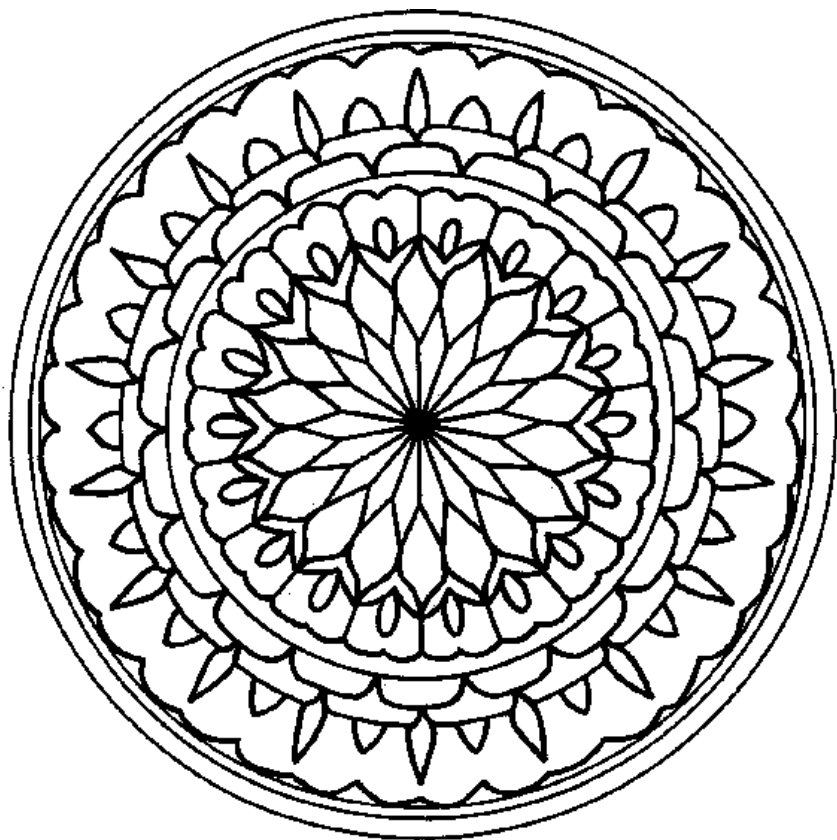
Minden mandalán keresztül vezető út válhat szimbolikus zarándokúttá – figyelje meg egyszer, hogy mi történik, mialatt Ön festve utazik!

Ha elkészült meditáljon az utazásról – nézze mandaláját ellazított tekintettel (pislogás nélkül!) és várja meg, amíg az megmozdul.

Próbálja ki! A színek és szerkezetek egy idő után életre kelnek (Nem kell előzőleg hinnie benne, csak nem szabad kizárnia... bár ezt is megteheti, de akkor igaza lesz – mandalája nem kel életre.)



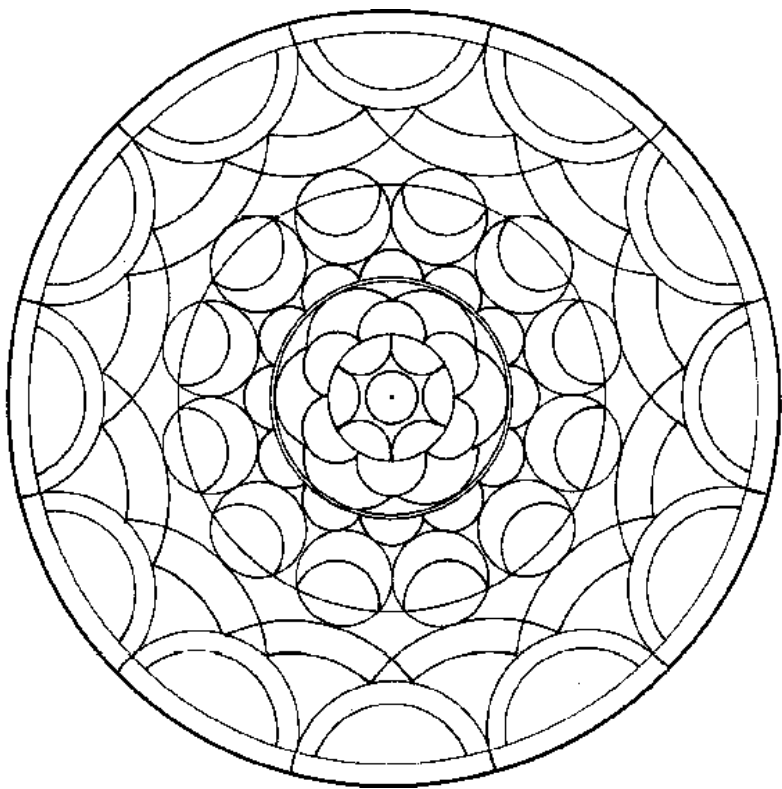




A mandaláit szentelheti bizonyos témáknak vagy témaciklusoknak: egy mandala minden évszaknak, egy minden elemnek (Tűz, Víz, Levegő, Föld), egy minden családtagnak stb.

A Föld mandalája: valódi vagy képzeletbeli színekkel, amelyeket az egyes földrészekhez vagy országokhoz társítani akar...

Alább van még egy, csak körökből álló mandala.

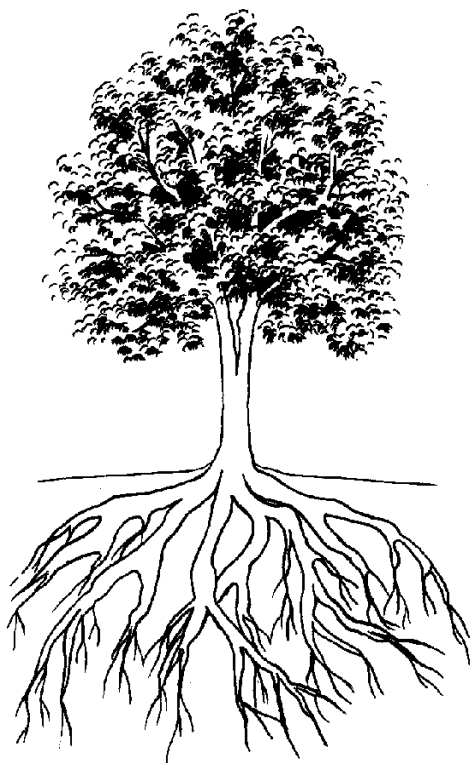


Ha játék közben az érzések a felszínre törnek, úgy az is rendben van. Minden mandala olyan, mint egy fa – a külső, látható résznek megfelel egy láthatatlan amely azonban éppen úgy ott van. Mi a polaritásnak mindig csak az egyik felét látjuk és mégis mindkettővel együtt kell élnünk.

Gondoljon szemgyakorlataira: a kör felénél többet még a legszélesebb látómező esetében sem lát, és így a második fele mindig árnyékban marad – nem látható, noha ott van.

Legyen tekintettel önmagára és árnyékára, s örüljön, ha az időnként a felszínre jön, hisz *úgyis ott van*.

Ez egyébként nem a legújabb pszichológiai felismerés, hanem rég elveszett kultúrák ősi tudása. Már az indiánoknak is az volt a céljuk, hogy a fejüket magasan a felhőkben tartsák, a lábukkal pedig mélyen az anyaföldbe gyökerezzenek. De elődeink is tudtak erről. A templomaikat egy világos, látható résszel és egy rejtett, föld alatti kriptával építették. Chartres-ban különösen betartották ezt az elvet. Az egész katedrális méreteiben megfelel a harmónia törvényeinek: boltozata 37 méterrel emelkedik a föld fölé, és ugyanilyen mélyen a föld felszíne alatt van a régi kelta kút vizének szintje – a beavatási kavernában –, amely fölé a katedrális építették. Talán ez felbátorítja Önt egy kicsit arra, hogy vállalja a gyökereit.

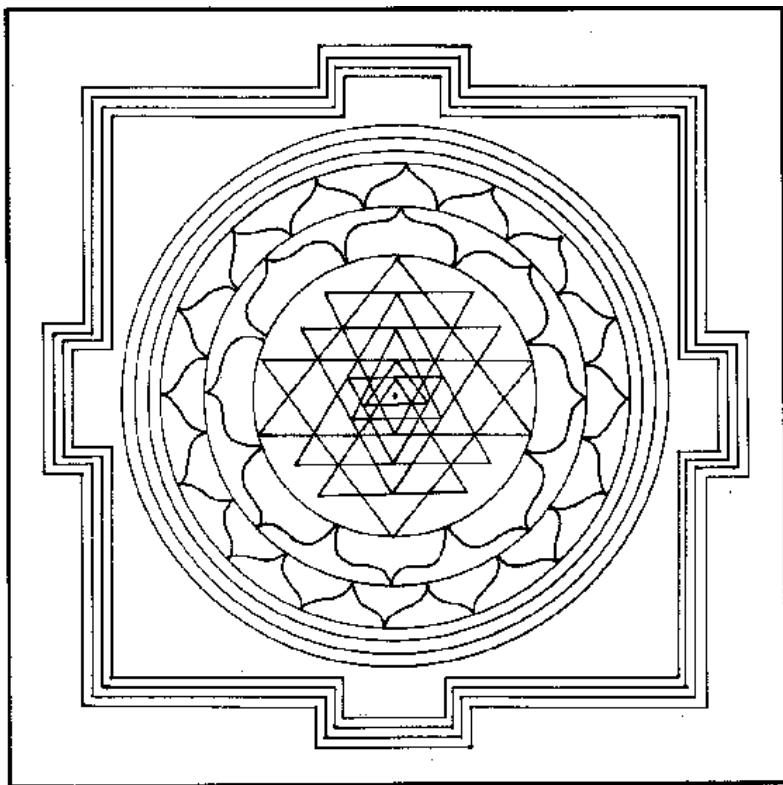


Az a mandala képes különösen mély érzelmeket kicsalni a mélyből, amely az öt ősformát vagy indiai tattvát (négyzet, félhold, háromszög, kör és pont) egymással harmonikus viszonyba tudja hozni – egy mandalán belül.

Még határozottabb lesz az érzelmek felszínre törése a harmadik dimenzióban, ha ezeket az ősformákat (például gyurmából vagy agyagból) pontosan lemásolja.

A térben kockáról, félgömről, piramisról és golyóról van szó. A pont pont marad. Ezek az ősformákat kezdik működtetni bennünk, és azokat ennek megfelelően kezdjük érezni.

Ennél az utolsó gyakorlatnál különösen nehéz a láthatatlan Középet megtalálni, amely a mi háromdimenziós alkatunk szimmetriájának alapjául szolgál. Ezt a Középet nem láthatjuk, ezt csak külső forma által tudjuk megteremteni. Ahol ez nem sikerül, ott különböző érzelmeket hozhat felszínre.

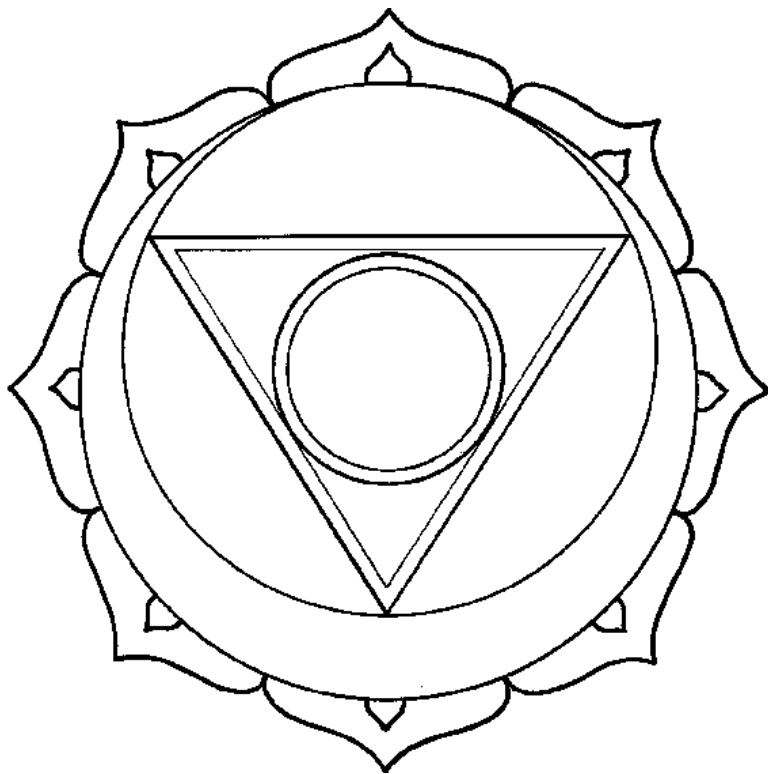


A szándék, hogy egyszer "balkézről" készítsünk egy mandalát, mély érzéseket kavargat fel. "Valamit bal kézzel csinálni" azt jelenti, hogy könnyedén, gondolkodás nélkül, lazán és problémamentesen tenni. (A német nyelvben legalábbis. *A fordító.*) Ez pontosan megfelel neuroanatómiai ismereteinknek az agyról, hiszen épp a jobb agyfélteke uralja a bal kezünket.

Ezt nagyon egyszerű átélnünk nekünk, analitikusan gondolkodó jobbkezeseknek, miután mindent nagyon nehéz ballal csinálni.

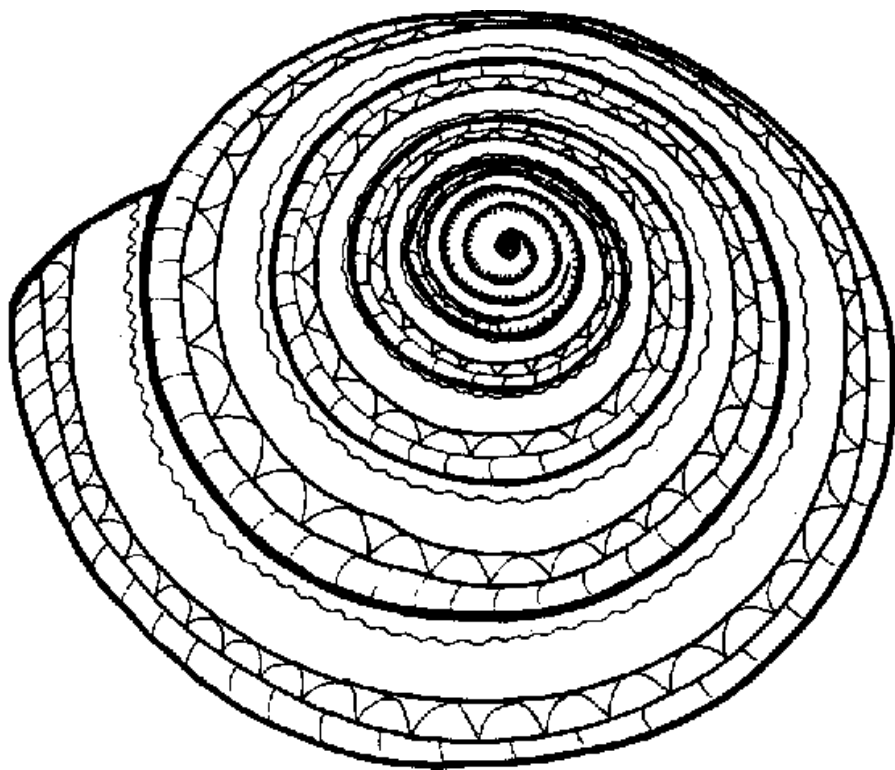
Fesse ki tehát a következő mandalát egészen tudatosan a bal kezével ha viszont balkezes, tegye ezt a jobbal. A gégefő csakra esetében az eredeti színek többnyire a következők:

- kékesszürkék a lótoszlevelek,
- ezüstösek a félholdak,
- fehér a kör és a központi háromszög,
- a hozzárendelt többi rész meg a formaelemek pedig változóak.



Ha szabadsága alatt a strand unalmas lesz Önnek, akkor az indiánokat utánozva homokmandalákat készíthet – a közepére ülhet és meditálhat. (Ha ezt "ügyesen" teszi, még gurujává is válhat a többi unatkozó turistának.) Vagy labirintust festhet a homokba, aztán tudatosan követheti azt, vagy új útvesztőt tervezhet magának és másoknak, ha tetszik.

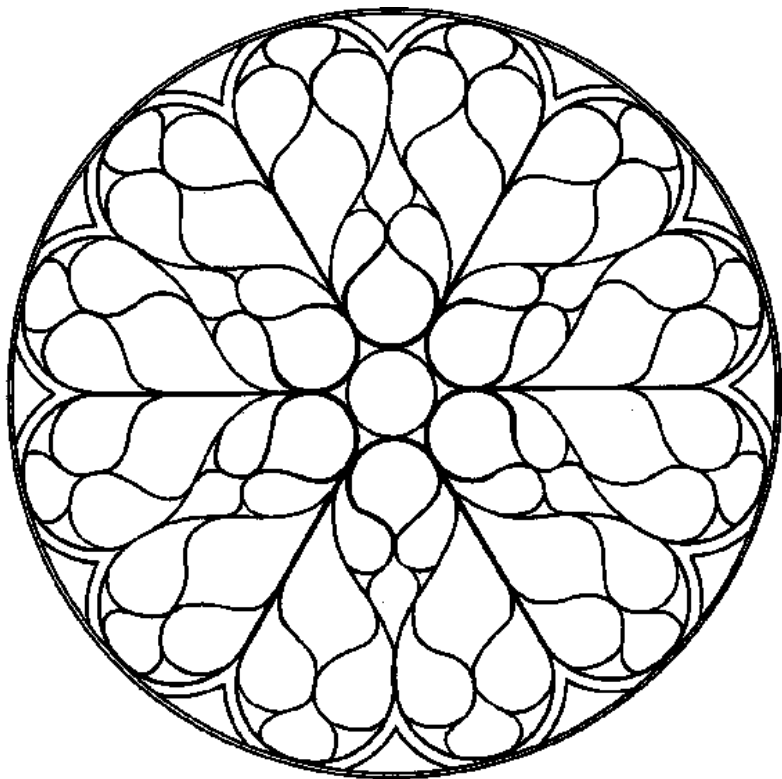
A labirintussal sok festő és színjátékot kipróbálhat. Ez különösen alkalmas, mint az út archetípusának képmása arra, hogy tisztázza a kétség és kritika funkcióját az úton.



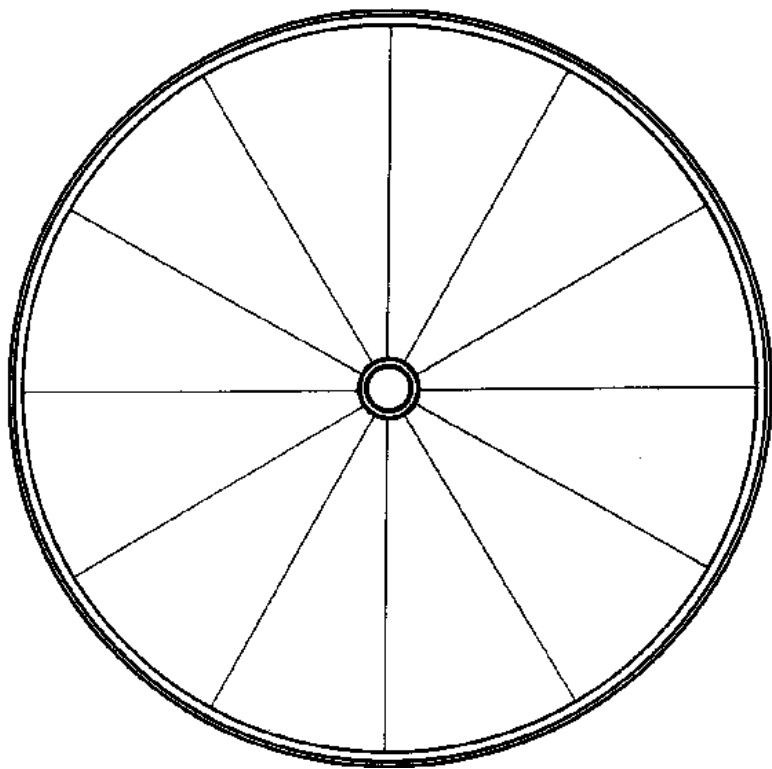
Ha kedve telik az aprólékos rajzmunkában, elővehet egy rózsablakot, és azt nagyban és a mintákkal együtt kidolgozhatja.

A barkácsolók visszaváltoztathatják a rózsamandalákat "fényképekké": ha tisztában vannak azzal, hogy minden kőszerkezet ellenfényben feketének tűnik (lásd a 79. oldalon lévő példát), ha egy fekete (hullámpapír) keretbe színes fóliákat ragaszt, és igénybe vesz valamilyen fényforrást, akkor világító mandalát kap.

Különösen alkalmasak erre a késő gótika lángrózsái (mint itt a beauvais-i).



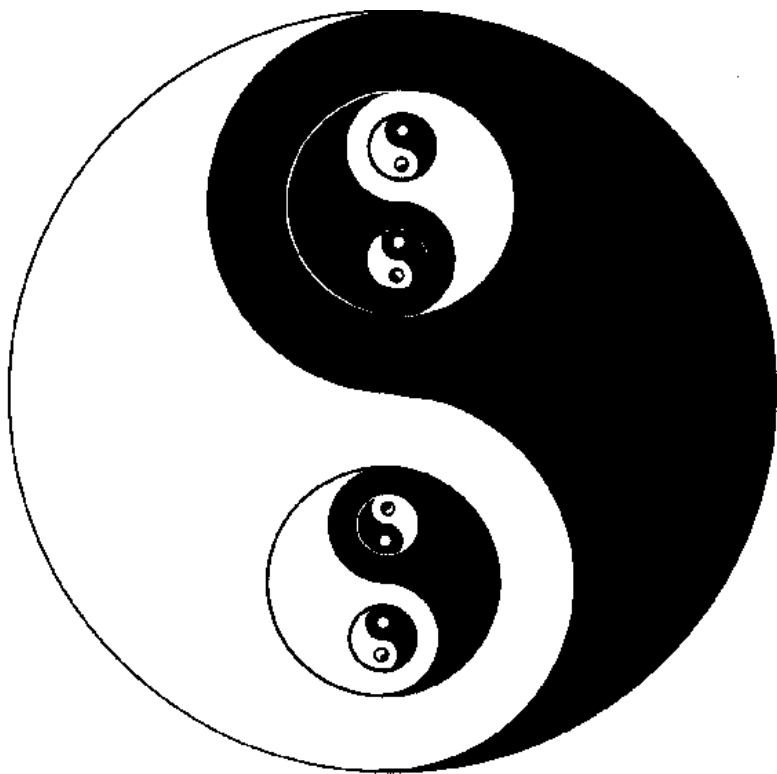
A következő rajzos gyakorlat az életkeretet célozza meg. Fesse ki tizenkét különbözővel és rajzolja be élete fontos epizódjait az egyik (felszálló) vagy a másik (leszálló) oldalra. Az epizódokat és eseményeket szimbólumokban is ábrázolhatja. Ha elkészült, tisztázza önmagában hogy minden esemény a leszálló ágon egy felszálló élményt vont maga után, és megfordítva, gondolja át közben, hogy itt mégsem a kauzalitás uralkodik, hanem egyedül a Közép törvénye.



Alkossa meg az univerzum nagy mandaláját a taoista T'ai Chi formájában. Csinálja olyan nagyra, amilyenre csak meri, s talán még egy kicsit annál is nagyobbra.

Élje át most festés közben, hogy egyre újabb és kisebb világok keletkeznek, amelyek mindannyian a sajátjukat tartják az egyetlennek, vagy legalábbis a legfontosabbnak, egészen az egy napot sem átélő tiszavirág világáig, és ha akarja, még tovább...

Végül értse meg, hogy az Ön nagy mandalája is csak egy pont a következő nagyságúban...

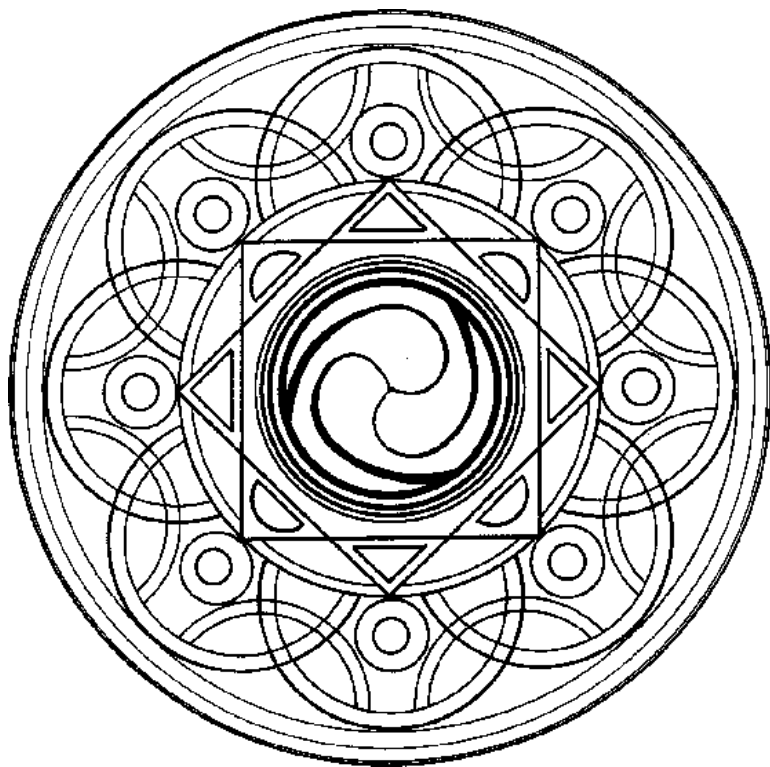


Lehet, hogy Ön ezt a játékot még mindig túl gyerekesnek találja és csak a "többiek kedvéért" csinálja? Gondolja meg, hogy már az sem akármilyen, hogy a többiek kedvéért tesz valamit!

Ha szeretne még többet tudni a mandalákról, akkor szolgálhatok még megfelelő irodalomjegyzékkel.

De gondolja meg: ki éli át a zenét? A zenekritikus aki a partitúrát olvassa és közben tájékozódni akar, vagy a hallgató, aki közben tanulni akar valamit és tovább szeretné magát képezni, vagy aki "csak" a zenét élvezi, vagy maga a zenész?

Kinek jelent többet az alma? A gyereknek, aki beleharap, vagy a biokémikusnak, aki analizálja? Talán egyáltalán nem kell a játék szintjére leereszkednie, talán van egy baráti köre, ahol összeülhetnek, együtt ihatnak, zenét hallgathatnak vagy játszhatnak, társaloghatnak, beszélhetnek és megvitathatnak dolgokat, vagy tehetnek akármit. És közben ha nem is tudatosan, végrehajtanak egy mandalarítust. Az Önök körében ott a közép és az üres, s ezek valamilyen szimbólumot pl. tüzet vagy táplálékot tartalmaznak. A szellemi táplálék mindenesetre a középből jön, és ez a mandalarítus már tényleg közös, azaz univerzális minden emberben.



Az is lehetséges, hogy a mandalarítus sötét és tudattalan erőket hoz felszínre, de természetesen éppúgy kiválthat boldogságot, örömet, elégedettséget és más szeretetre méltó érzelmeket. Végül még a határtalan energia azon forrásával is összeköthet bennünket, amelyből minden keletkezik és amelyhez minden vissza kell hogy térjen. Hisz ott rejlik az egészség és gyógyulás korlátlan lehetősége.

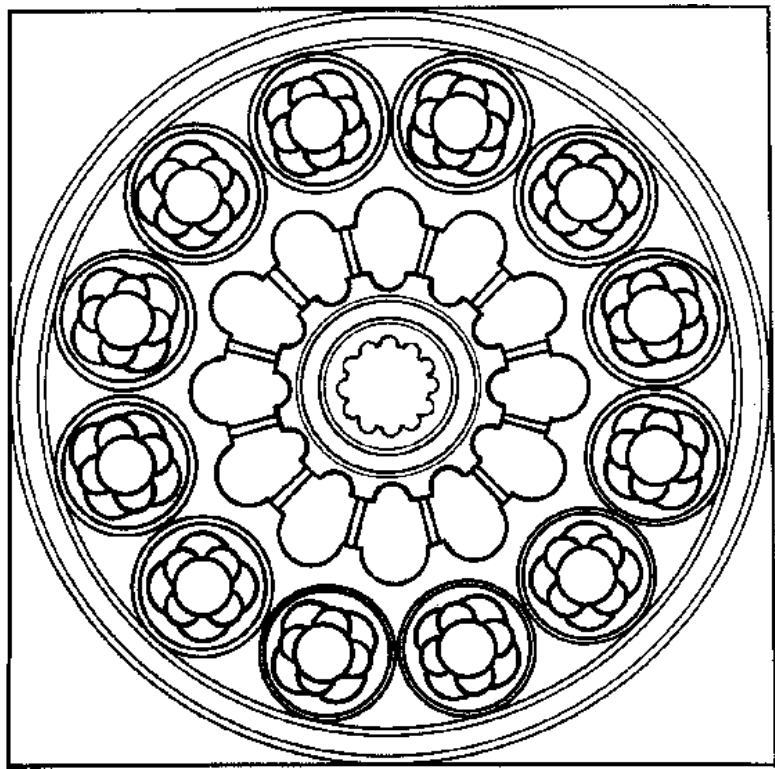
Már az odavezető úton átéljük e forrás előhatását, találkozhatunk belső orvosunkkal, aki végtelen fölényben van minden külső orvossal szemben, és az intuíciónkat is újra felfedezhetjük.

Az út oda tényleg nem hosszú, nélkülözi a tér- és időbeli kiterjedést, s a forrás is mindig ott van. A Káosz és a Kozmosz egyidejűleg léteznek, áthatják egymást, és csupán látószög kérdése, hogy melyik szempontot észleljük éppen. Tudatosan élni a mandalából azt jelenti, hogy e poláris világ káosza közepette mindig megéljük az egység rendjét is.

Sajátos módon általában hajlunk arra, hogy a Káoszt és a Kozmoszt felosszuk: a Káoszt kívül látjuk (főleg másoknál), a Kozmoszt; a rendet belül magunknál. Ez is egy játék, és majdhogynem ebben rejlik a legtöbb örömünk. Így aztán nehéz más játékot találni, ami csak megközelítőleg is annyi örömhöz és elégtételhez juttat minket, mint ez.

Amikor felismerjük, hogy mindent csak magunkból vetítünk ki, rögtön tudatosan is eljátszhatjuk ezt a kivetítősdit. Így még a kivetítéseket sem kell visszavennünk.

Kifesthetjük partnerünk irántunk érzett gyűlöletének mandaláját, vagy szomszédunk reánk háruló dühét, vagy apánk/anyánk elégedetlenségét vagy az egész helyzet kilátástalanságát. Ha eközben észrevesszük, hogy ezek a mi érzéseink, az bizony nem árt. Elméletileg már régen tudjuk, hogy mi van emögött. Ön pedig kifestheti gyásza, szimpátiája, öröme vagy szeretete mandaláját.

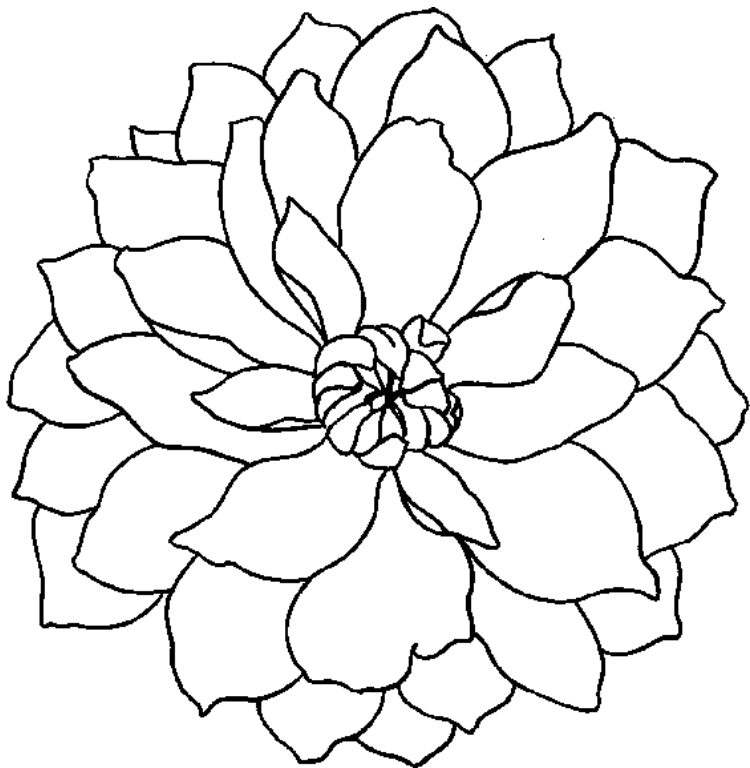


Lassan itt az ideje, hogy kiváljon e könyv szerkezeteiből és korlátaiból, azaz az Ön mintáiból. Időközben talán már észrevette, hogy tényleg mindenütt mandalák vannak, és hogy azok mindenünnen a szemébe ötlenek. Így természetesen Ön is mindenhol és mindenből mandalákat alkothat, folyami kavicsból éppúgy, mint színes őszi lombból, virágból és szirmokból éppúgy, mint gyümölcshéjből és -magból. Az asztalt mint mandalát terítheti meg, az ételét a tányéron mandalaként körítheti, vagyis minden zsömlében és süteményben megtalálhatja a mandalát. Az indiánok nyomán ezt füvekből és más növényi részekből, fenyőtűlevélből, -tobozból és madártollból is elő lehet állítani. Éppúgy lehetne egy konyha is mandala: gabonából és más magvakból, fűszerekből és hulladékból... (minden egy darabban lehámozott almahéj spirált és ezzel mandalát képez).

A fantáziának nincsenek korlátai. Az anyag- és prémmaradékok erre éppúgy alkalmasak, mint a kagylók vagy a csavarok.

Minden séta, minden utazás mandalává válhat, ha útközben összegyűjti a megfelelő anyagokat és egy képet állít vagy ragaszt össze belőlük. Esetleg találja ki épp eközben, hogy mi körül körözött az utazás és Ön.

Homokkal a tengert, agyaggal vagy gyurmával a harmadik dimenziót is meghódíthatja, talán a házát, a városát, az országát is mandalaként éli meg, mint a Föld-mandalához vezető út állomásait.

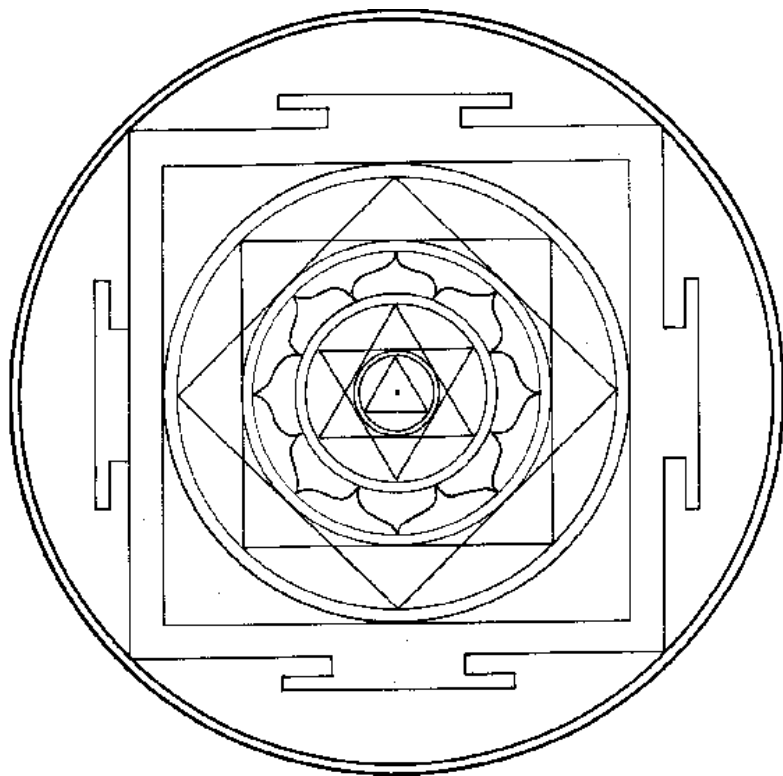


Talán már észrevette, hogy e gyakorlatok közül sok alkalmas kettesben vagy csoportban végzett játék céljára. Legyen itt néhány speciális ösztönző ötlet partner- vagy csoportjátékhoz:

A legegyszerűbb partnerjáték abból áll, hogy Önök felváltva szint választanak és egy réteget kifestenek. Már ez is egyfajta furcsa függőségbe hozza Önöket egymástól. Figyeljen arra, hogy mit érez közben – vajon hajlik határsértésre vagy a határig sem merészkedik, hagyja partnerét festeni vagy kénytelen munkáját magyarázni, esetleg beleavatkozik a belebeszélésig vagy a belefestésig.

Így időnként eljátszhat egy "parti mandalát", a különös mozzanatok természetesen különösen alkalmasak.

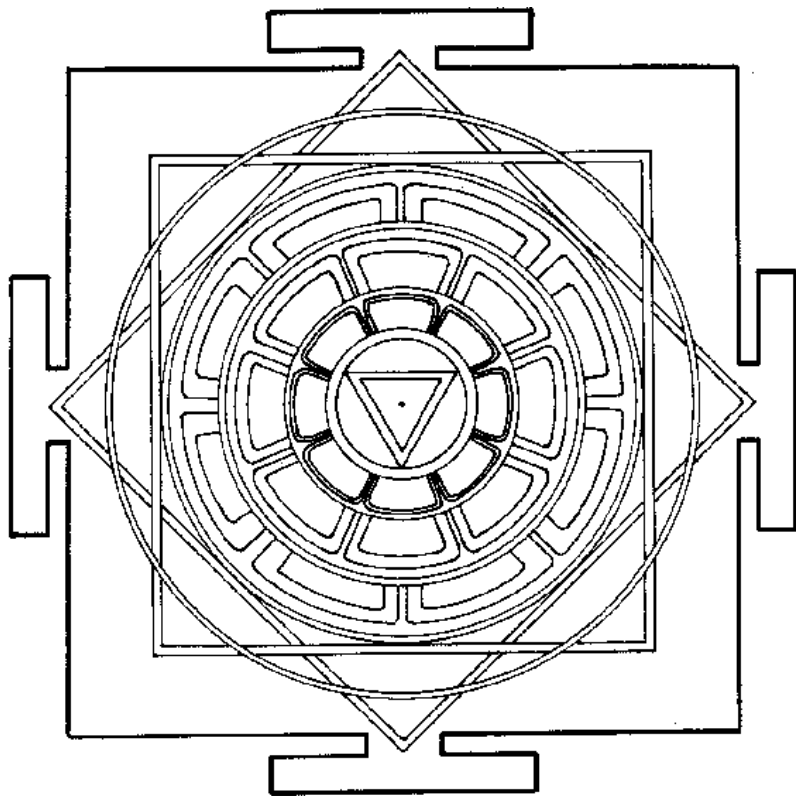
Még egy lépéssel tovább megy, ha mindig a partnere számára keresi a szint, és megfordítva. Így neki kell az Ön művét kiteleznie, Önnek viszont az övét. Ha Ön ezt gond nélkül meg tudja tenni, meditáljon egyszer arról, hozzászózott-e ahhoz, hogy mások életét vezesse – vagy Ön tényleg rugalmas és mindenhez alkalmazkodik? Vagy egyszerűen már elkezdett játszani?



Izgalmas játék alakulhat ki, ha a mandalát egy átlóval kettéosztják és mindenki kifest egy felet. Kiad a két fél együtt egyáltalán egy egészet?

Nos, a mandalát nemcsak egy vonallal lehet kettéosztani, hanem egyszerűen át is lehet vágni. Akkor is összeillenek a felek, ha nem látja, hogy partnere a maga felén mit csinál? Vagy csak most, mert most tudott valóban kibontakozni?

Az utolsó gyakorlatot egyedül is megcsinálhatja, hiszen mindnyájunkban két lény él. Így lelke poláris darabjait (a nőit és a férfit) egy mandalában egyesítheti.



Egy csoportban mindig megéri a játékot azzal a csoporttaggal játszani (azaz a rétegeket felváltva festeni), akit a legkevésbé szeret, tudatosan vele kerekedni fel az egységhez vezető útra tehát kívülről belültre).

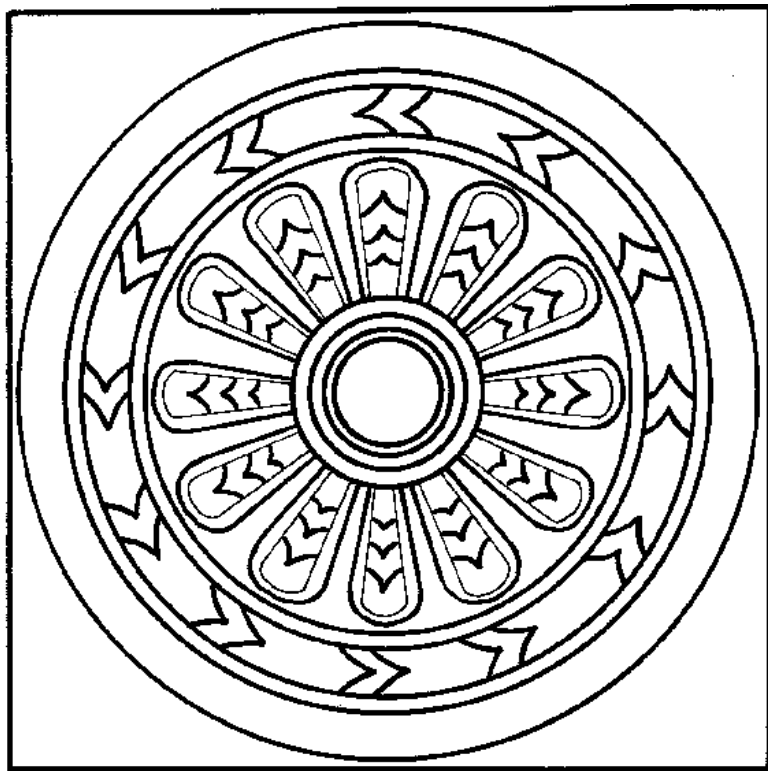
Ugyanezt érdemes a legkedvesebb csoporttaggal megismételni és átélni, hogy mennyire is *egyeznek* Önök.

E játékoknak különös izgalmat kölcsönöz, ha csendben valóban *magára* figyelve végzi őket.

Ha beszélgetnek, akkor az egész csoportdinamikába megy át, aminek szintén megvan a maga bája. Ha aztán a festésig el sem jutnak, csak át kell keresztelni a játékot, s ez esetben valószínűleg nagyon gyorsan, a már régen ismert kedvenc játékeinál köt ki.

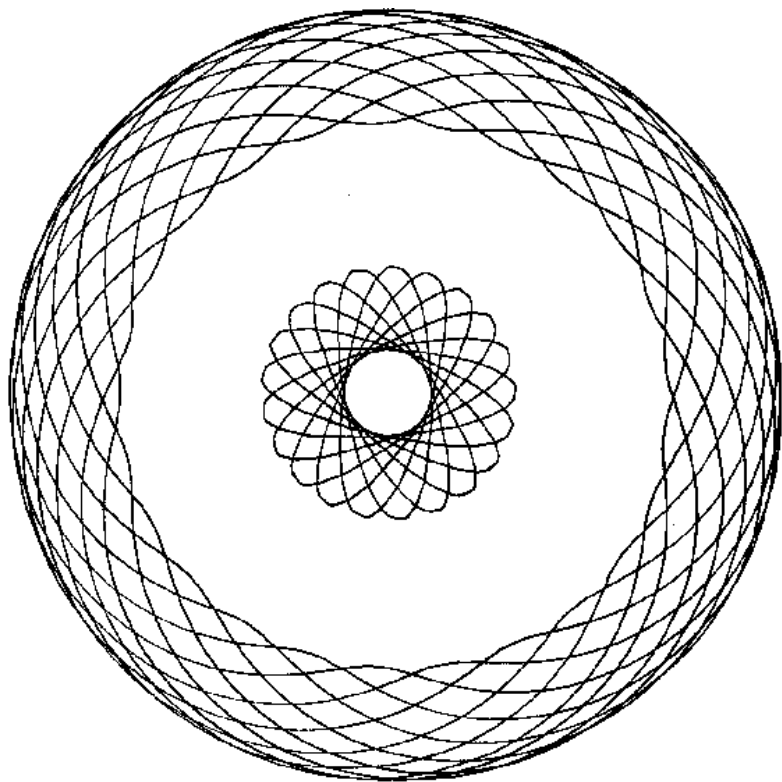
Ha valamilyen csoportjátékot játszik, amihez a csoportból partnert kell keresnie, válasszon a mandala alapján, anélkül, hogy tudná, hogy melyik ember áll mögötte ez őszintébb de legalábbis izgalmasabb megoldás, mintha az arca alapján választ.

Alább egy asszír mandala.

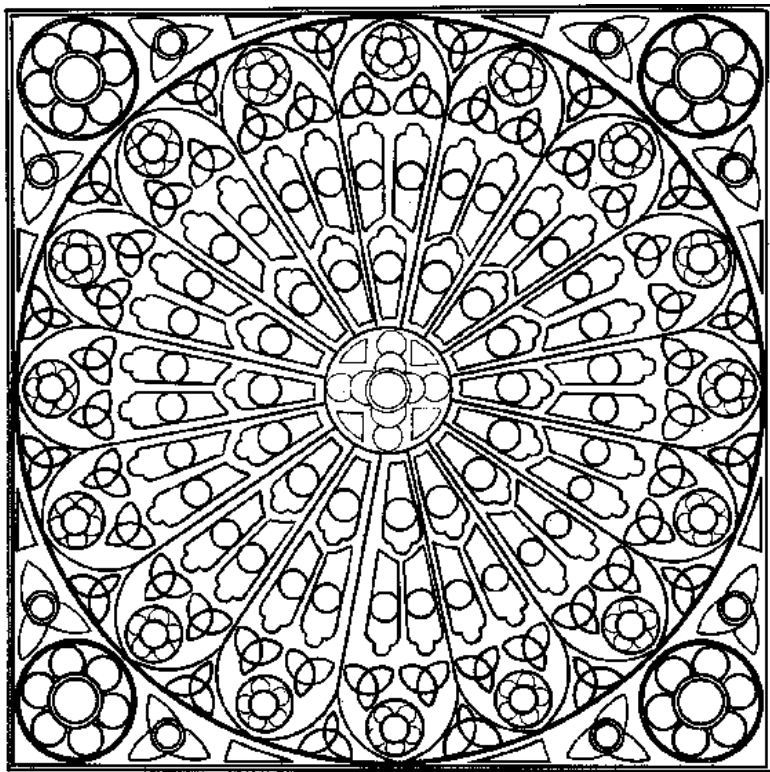


Minden partner- vagy csoportjáték intenzívebbé válik, ha nemcsak együtt festenek, hanem együtt szerkesztenek is – szintén felváltva, vagyis mindenki egy szintet. Nézze meg, mennyire tud, illetve akar alkalmazkodni: mennyire érzi meg a másik szándékát. Az abszolút, úgynevezett indián hallgatás a gyakorlat megkoronázása.

Ha beszélnek vagy vitatkoznak, akkor bizonyára csak a bal agyféltekéjük működik – s ez esetben hogy érzi meg, hogy partnere hol tart?



Természetesen a csoportban tovább is mehet, és a mandalát az egész csoportra kiterjesztheti: például rajzolhat egy agy mandalát egy nagy papírra (pl. csomagolópapírra), majd körülülheti vagy körbefeküdheti, és aztán felváltva festheti, rétegről rétegre úgy, hogy mindenki egyidejűleg halad a közös közép felé akár vízfestéssel, akár ujjfestéssel. Megadhat egy egy szerkezetet vagy egy középpontot előre, és hallgathat vagy beszélhet. Szabályokat is alkothatnak, vagy egyszerűen csak elkezdhetnek játszani. Igen, még egy csoporttagot is középre fektethetnek és a mandalát ráfestetik a bőrére, mandalává tehetik, a fantáziának szinte nincs határa..., ha Ön nem szab neki. Az egész egy vidám parti lehet, happening vagy optikai ima, mint a gótika rózsablakai... és ez mindegy.



FIGYELMEZTETÉS

Egyetlenegyét se vegyen e játékok közül komolyan!

A játékokat nem azért találták ki, hogy komolyan vegyék őket, mert akkor nem lennének játékok.

Gondolkozzon el időnként a kozmikus játékokról.

Ha valaki valamikor megsértődött a világ mandaláin keresztül tett utazás során, az valahol valamikor "hibát" követett el, és ezért kap még egy lehetőséget: a könyv elejére lapozhat. A mandalában, s így természetesen a mandalakönyvben is végtelenül sok lehetőség rejlik.

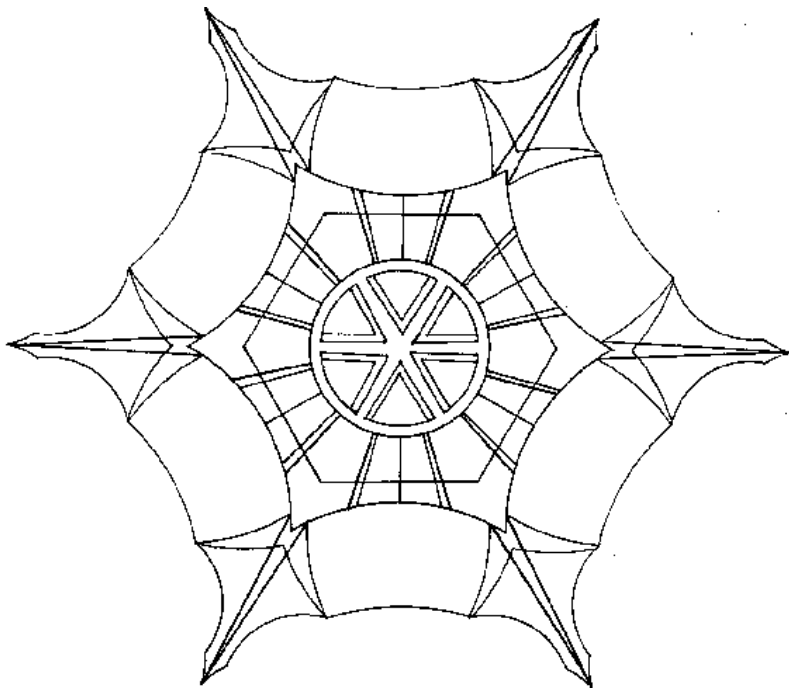
HÓPELYHEK

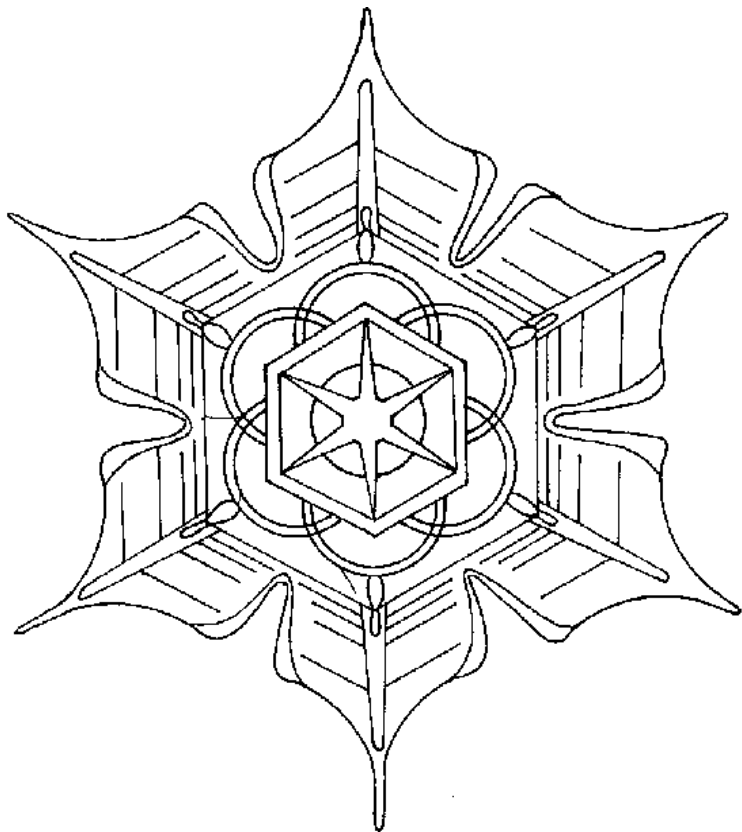
Nincs két azonos hópehely.

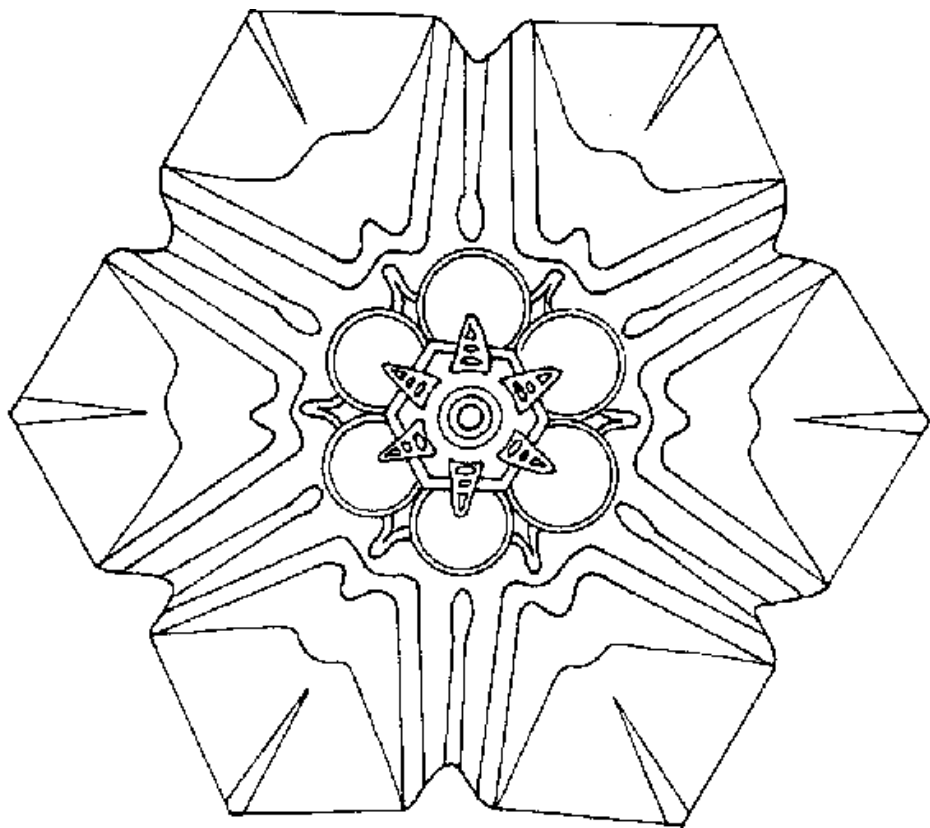
Mind különbözik egy kicsit és sajátos jellegű. És mégis mind ugyanabból az ötletből származik. Ebben megegyeznek a hókristályok a többi mandalával – és az emberekkel.

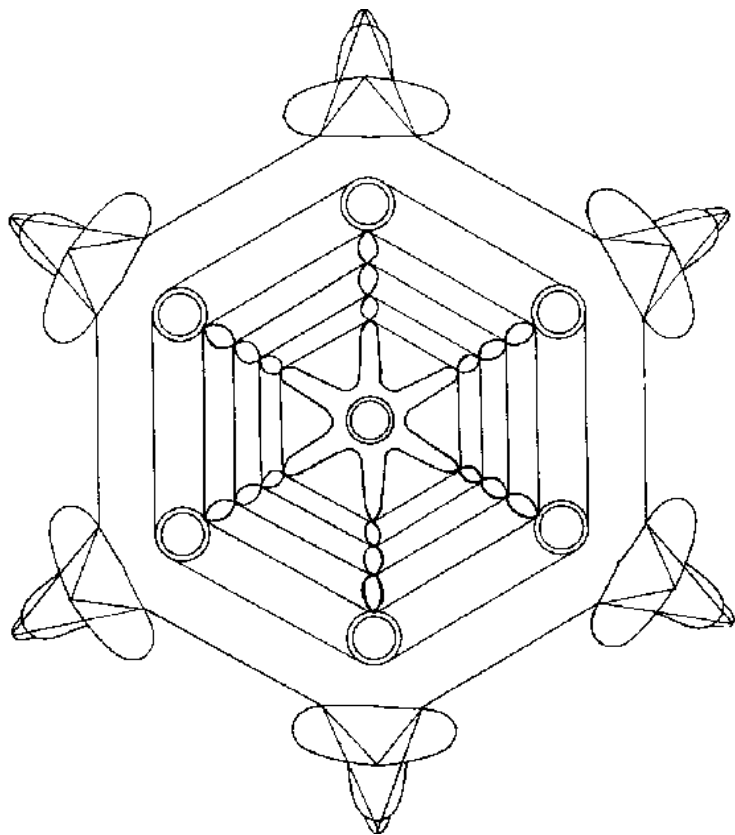
A következő oldalakon látható hókristályokkal szeretnék Öntől elbúcsúzni, természetesen minden mandalában újra találkozhatunk.

Az utolsó oldalakon bezárhatja a könyv *körét*...









TÉR AZ ÖN MANDALÁINAK