

A HAGYOMÁNYOS PSZICHIÁTRIA, pszichológia és pszichoterápia emberi személyiségmodellje csupán az életrajzi adatokkal és a Sigmund Freud által leírt személyes tudatalattival számol. Ez a közelítés elfogadhatónak tűnhet felszínebb pszichoterápiás önfeltárás során, azonban kevésnek bizonyul, ha érteni akarjuk azokat az erőket, amelyek érzelmi és pszichoszomatikus gyógyulásokat, személyiségátalakulásokat és tudati fejlődést eredményeznek az olyan erőteljes technikák bevetésekor, mint például a pszichedélikus (normál tudatállapotot megváltoztató, hallucinogén szereket alkalmazó) terápia, a gyógyító transztánc, vagy a modern pszichoterápia más, gyakorlati eszközei. E technikák felébresztik és mozgásba hozzák az emberi psziché mélytudati és tudatfölöttes szintjeit, mutatva, hogy eljött az ideje a témával kapcsolatos fogalmi keretek alapos kibővítésének. Mindazok, akik a fenti módszereket önfeltárássra, vagy mint terapeuták, gyógyításra kívánják használni, birtokában kell legyenek egy olyan psziché-térképnek, amely magában foglalja a személyes élettörténeten túl fekvő területeket is. Mi e térképet a komoly belső felfedező munka alapvető kellékének tekintjük, s elengedhetetlennek tartjuk azt is, hogy a pszichedélikus, illetve a holotróp terápiai előkészítő szakaszában mindezt a páciensekkel megismertessük. Annak ellenére, hogy a modell, amelyet a következőkben felvázolunk, elsőként a pszichedélikus ülések során felmerült tapasztalatok értelmezésére szolgált, ma már éppúgy alkalmazható a nem szerekkel segített terápiaiak során is.

AZ ÚJ TÉRKÉP tartalmazza a hagyományos *életrajzi-émlékezeti szintet*, valamint két alapvető, élettörténeten túl fekvő réteget: a *születéskörüli élményeket*, amelyek a születés és halál átélésével állnak kapcsolatban, s a *transzperszonális* (a személyiség transzcendens dimenzióiba terjedő) területet. A fenti kategóriák - az életrajzi, a születéskörüli és a transzperszonális - megtapasztalása viszonylag könnyen hozzáférhető bárki számára. Jelentkezésük megfigyelhető a pszichedélikus szereket alkalmazó üléseken, a pszichoterápia azon formáinál, amelyek légzést, zenét, táncot, testmozgást alkalmaznak, valamint az álmokban. A tudatváltozást laboratóriumi úton előidéző technikák: a bio-visszacsatolás, az alvásmegvonás, a teljes izoláció vagy a túlingerlés, és a különböző kinesztetikus eszközök szintén képesek behatolni a fenti birodalmakba.

ŐSI ÉS KELETI SZELLEMI GYAKORLATOK széles skáláját ismerjük, amelyek kifejezetten arra szolgálnak, hogy könnyebben megközelíthetővé tegyék a születés-körüli és transzperszonális területeket. Éppen ezért nem tekinthető véletlennek, hogy az emberi psziché új modellje nagyfokú egyezést mutat az évszázados, sőt évezredek misztikus tradíciók leírásaival. A teljes tapasztalati skála leírása pedig fellelhető történeszek, antropológusok, vallástörténetesek dolgozataiban, akik a különböző sámán-praktikákat, törzsi beavatási és gyógyító ceremóniákat, halál-újászületés misztériumokat, s az eksztatikus vallások transz-táncait tanulmányozták.

A MAI TUDATKUTATÁSNAK köszönhetjük, hogy mélységében megismertük az ősi és Európán kívüli kultúrák tanítását az emberi tudatról, s ez tette lehetővé, hogy az évezredek bölcsessége és a modern tudomány eredeti ötvözésére kísérletet tehessünk.

SZÜLETÉS-KÖZELI ÉS TRANSZPERSZONÁLIS élmények a spontán jelentkező megváltozott tudatállapotokban is előfordulnak. Ezért fontos hogy megértsük és új megvilágításba helyezzük azokat az eseteket, amelyeket a hagyományos pszichiátria "pszichotikusnak", vagyis elmebetegségre utalónak nevez. Az új megfigyelések fényében ezek személyiségen túli válságoknak, "lelki vészhelyzetnek" tekinthetők. E krízisek, megfelelő megértés és kezelés esetén, érzelmi és pszichoszomatikus gyógyuláshoz, személyiségátalakuláshoz és tudati fejlődéshez vezethetnek.

Az érzékelési küszöb és az életrajzi-émlékezeti szint

MINDAZOK A TECHNIKÁK, amelyek a tudattalanba való utazást segítik, legtöbbször belsőleg aktiválják az érzékszerveket. Ennek eredményeképpen a belső mélységekbe való alászállás sokaknál meghatározatlan érzékszervi élményekkel indul. Ilyenek például az színek és geometriai ábrák víziója, a csengő vagy zümmögő hangok, a tapintási érzetek a test különböző pontján, az ízek és szagok. Ezek többé-kevésbé absztrakt természetűek, s nincs igazi jelentőségük az önmegismerés szempontjából. Inkább egyfajta érzékelési küszöböt jelentenek, amelyen át kell haladnia annak, aki a pszichéjébe való utazását megkezdi.

A TOVÁBBI ÚT SORÁN a psziché következő és egyben legkönnyebben előbukkanó területe rendszerint az *életrajzi-émlékezeti szint* és az *egyéni tudatalatti*. Annak ellenére, hogy az e kategóriákhoz tartozó jelenségek elméleti és gyakorlati jelentősége nem elhanyagolható, mégsem szükséges hogy túl sok időt vesztessünk a leírásukkal. Ennek oka az, hogy a legtöbb hagyományos pszichoterápiás közelítés a pszichének éppen erre a szintjére korlátozódik. Bőséges irodalom foglalkozik az életrajzi terület pszichodinamikai vonatkozásaival. Sajnos, a különböző pszichológiai iskolák egymásnak gyakran ellent mondanak, és igen kevés egyezést mutatnak a tekintetben, mit tekintenek a psziché lényeges alkotórészeinek, miből eredeztetik a lelki betegségeket, s mit tartanak hatékony pszichoterápiás eljárásnak.

AZOK A TAPASZTALATOK, amelyek az *életrajzi-émlékezeti szinthez* tartoznak, az egyén születésétől a jelenig vele megtörtént jelentős élettörténeti eseményekhez és körülményekhez kötődnek. Az ön-feltárás e szintjén a szóban forgó személy életéből bármi, ami megoldatlan konfliktusaival, elfojtott és még nem feldolgozott emlékeivel kapcsolatos, felbukkanhat a tudattalanból és az élmények tartalmává válhat.

EGY EMLÉK FELBUKKANÁSÁHOZ egyetlen feltétellel van szükség: a témának megfelelő érzelmi töltéssel kell rendelkeznie. Itt észlelhető a gyakorlati pszichoterápia hatalmas előnye a szóbeli módszerekkel szemben: azok a technikák, amelyek közvetlen módon hozzák működésbe a tudattalant, úgy tűnik, a legjelentősebb érzelmi anyagot válogatják ki, erősítik fel és segítik tudatossá válni. Valamiféle belső radarként működnek, amelyek letapogatják a rendszert, és felderítik a legerősebb töltésű és érzelmi súlyú anyagot. Ez nemcsak megkíméli a terapeutát attól, hogy a lényeges és lényegtelen elemek között válogasson, de a döntés kényszerétől is megszabadítja, amelyre mindenképpen torzító hatással van a személyes szakmai gyakorlat, valamely iskolához való tartozás, és számos más személyes tényező.

AZ ILY MÓDON felszínre kerülő életrajzi anyag nagyjából megfelel annak, amit a freudi iskola elméletei leírnak. Mégis, számos alapvető különbség fedezhető fel: a mélységeket feltáró élmény-pszichoterápia során az egyén nem emlékezés és a részletek összerakosgatása során jut el az életrajzi élményekhez, hanem azokat teljességgel újra is éli. Ezt, az érzelmeken kívül, testi érzetek, látványélmények, s az érzékszervek élénk működése is kíséri. A kor-regresszió során - amelynek mindez tipikus velejárója - a fenti érzetek pontosan arra a fejlődési fokra jellemzőek, amelybe az átélő visszahátrált.

BEBIZONYÍTHATÓ, hogy a kor-regresszió, amelyet megváltozott tudatállapotokban megfigyelhetünk, teljes és hiteles. Rövid neurológiai vizsgálattal ilyen esetekben megállapítható, hogy a korai gyermekkorba regresszált személy vizsgálati adatai nem felnőt, hanem gyermek jellegzetességeket mutatnak. Ide tartozik a szopási reflex és más, úgynevezett axiális reflexek jelentkezése, valamint a pozitív Babinski-teszt, amely kizárólag csecsemőknél mutatható ki.

MÁSIK LÉNYEGES KÜLÖNBBSÉG, hogy a fontos emlékek és más életrajzi elemek nem önmagukban, hanem meghatározott dinamikai együttállásban jelentkeznek. E jelenségre én a *sűrített élménykomplex* kifejezést alkottam. A *sűrített élménykomplex* az egyén életének különböző időszakaiból

származó emlékek (és a hozzájuk tartozó fantázia-anyag) dinamikus együttese. Közös nevezőjük egy *azonos minőségű* erős érzelmi töltés, vagy egy különleges és intenzív testi érzet.

ELSŐ LÉPÉSBEN a sűrített élménykomplexeknek az egyéni tudattalan dinamikájában kifejtett vezető szerepét ismertem fel, s megértettem, ismeretük nélkülözhetetlen e szint belső folyamatainak megértésében. Később az is egyértelművé vált, hogy az élménykomplexek sűrítése a psziché összes rétegének általános szervező alapeve.

A LEGTÖBB személyes tartalmú sűrített élménykomplex dinamikus összeköttetésben áll a születési folyamat bizonyos fázisaival. A születéskörüli témák és elemeik ezen kívül a személyiség transzcendens birodalmából eredő ide vonatkozó élményekkel tartanak fenn különleges kapcsolatot. Nem szokatlan, hogy egy sűrített élménykomplex számos életszakasz anyagát ötvözi, s megtalálhatók benne a biológiai születés mellett olyan transzperszonális területek, mint például a megelőző életek emlékei, az állatokkal való azonosulás és a különböző mitológiai témák.

MINDEZ ARRÁ MUTAT, hogy a psziché különböző rétegeiből eredő témák intenzitás-hasonlósága nagyobb jelentőséggel bír, mint azt hagyományosan feltételeztük. Régi felfogásunk szerint ugyanis évek, évszázadok véglegesen eltávolítanak egymástól eseményeket, s feneketlen szakadék tátong az emberi és az állati érzékelés között, valamint az "objektív valóság" elemei nem keveredhetnek archetipikus és mitológiai témákkal.

AZ UTOLSÓ LÉNYEGI ELTÉRÉS a szavakkal és az élményekkel dolgozó pszichoterápiák között, hogy az átélésközpontú terápiák különleges hangsúlyt helyeznek a közvetlenül átélt testi traumatizáló hatásokra. A hagyományos pszichiátriában, pszichológiában és pszichoterápiában kizárólag a lelki traumákra tevődik a hangsúly. A testi traumákat nem tekintik az egyén lelki fejlődését közvetlenül befolyásoló tényezőnek, olyasminek, ami előidézhethet érzelmi és pszichoszomatikus rendellenességeket kifejlődését. E szemlélet élesen ellentmond azoknak a megfigyeléseknek, amelyek tapasztalati módszerekből származnak, s amelyekben a testi traumák emlékei jelentőségükben minden mást megelőznek. Pszichedélikus üléseken, holotróp terápiákon és más, erőteljes módszerek hatására a résztvevők feltűnő gyakorisággal élnek át újra súlyos betegségeket, sérüléseket, operációkat és fulladásos élményeket, s ezek jelentősége messze túlnő a szokásos lelki traumákon. Úgy tűnik, az olyan a helyzetekből fennmaradt érzelmek és testi érzetek, amelyek a életet vagy a szervezet egységét veszélyeztették, döntő szerepet játszanak a pszichopatológiák különféle formáinak kialakulásában - igaz, e tény az akadémikus tudomány a mai napig nem ismerte fel.

PÉLDAKÉNT képzeljünk el egy gyermeket, aki az életét komolyan veszélyeztető betegséget kap, mondjuk diftériát. A gyermek fuldokolva küzd a levegőért, a szülők mentőt hívnak, s rohamkocsi viszi kórházba a kis beteget, ahol az utolsó pillanatban gégemetszéssel mentik meg az életét. A hagyományos pszichoterápia felfogása szerint az életveszély és az elviselhetetlen testi rossz érzés nem tekinthető hosszan tartó traumatizáló hatásnak. Vizsgálata fókuszában állna, hogy a gyermek a kórházi időszak alatt távol volt az anyjától, érzelmi deprivációt élt át, a mentő szirénája megijesztette, s idegen környezetben kellett tartózkodnia.

MINDEZEKNEK ELLENTMOND ugyan az, hogy bizonyos tünetek, mint például az asztma, a pszichés fájdalmak, vagy a hisztérikus bénulás elsődlegesen lelki konfliktusok "szomatizációjaként" értelmezhetők. A tapasztalati közelítés rámutat, hogy az életet veszélyeztető traumák a pszichében maradandó nyomot hagynak és jelentősen hozzájárulnak az érzelmi és pszichoszomatikus problémák kialakulásához. Ide sorolhatók a különféle depressziók, öngyilkossági készletek, szorongások és fóbiák, a szado-mazochisztikus hajlam, a szexuális működési zavarok, a migrénes fejfájások és az asztma. Bizonyítást nyert, hogy azok a problémák, amelyek tisztán pszichoszomatikus tünetekben jelentkeznek, mindig tudattalan témakörökig követhetők vissza (életrajzi, születéskörüli és transzperszonális szinten), és ezek elsődleges elemei között ott találjuk a testi traumák átélését is.

A KOMOLY TESTI TRAUMÁK emlékei természetes kapcsolatot képeznek az élettörténeti és a születéskörüli területekkel. Ez utóbbi fő alkotóeleme a születés és halál kettős átélése. A testi traumák az egyén születés utáni életének eseményei, s így élettörténeti jellegűek. Mégis az a tény, hogy a személy általuk a halál közelébe került és szélsőséges rossz érzéseket és fájdalmakat élt át, a jelenségcsoportot összekapcsolja a születési traumával. Emiatt azoknak a betegségeknek és traumáknak az emlékei, amelyek komoly légzési zavarokkal hozhatók összefüggésbe, mint például a tüdőgyulladás, diftéria, szamárköhhögés és fuldoklásos élmények, különösen fontosak a fenti összefüggésben.

TALÁLKOZÁS SZÜLETÉSSSEL ÉS HALÁLLAL

a születéskörüli mátrix

AHOGY MÉLYÜL a belső tartományokba való alámerülés, úgy erősödik az érzelmi és testi fájdalom mértéke. Ez annyira szélsőségessé válhat, hogy az érintett személy úgy érzi, a személyes szenvedés határait átlépte, és már emberek tömegeinek, az emberiségnek, az egész életnek fájdalmát hordozza. Nem ritka, hogy azok, akik e belső területet elérik, élményszinten azonosulnak különböző korok sérült és haldokló katonáival, börtönök és koncentrációs táborok foglyaival, megkínzott zsidókkal és korai keresztényekkel, szülő anyákkal és gyermekükkel, sőt, ragadozók által megtámadott és lemészárolt állatokkal is. Az emberi tudattalan e szintje egyértelműen megmutatja a személyes tapasztalatok és a transzperszonális élmények skálájának szoros összefüggését, amelyről a következő részben fogunk részletesen beszélni.

A TUDATTALAN e területének megélését drámai fiziológiai tünetek kísérik: a fuldoklás különböző fokozatai, felgyorsult pulzus és szívdobogás, hányinger és hányás, az arcszín megváltozása, a testhőmérséklet változása, bőrkiütések és foltok spontán feltűnése, rángások, torzulások, kicsavarodó mozgások és más feltűnő külső jelek. A pszichedélikus ülések alatt, időnként a nem gyógyszeres terápiák során, valamint a spontán tudatváltozások esetében e jelenségek olyan hiteles és meggyőző erővel jelentkezhetnek, hogy az érintett személy komolyan azt hiheti, a halálán van. Gyakran még a hasonló helyzetekben gyakorlott segítők és megfigyelők is komoly életveszélyként értékelik a tapasztaltakat.

CSAK AZOK kezdenek foglalkozni élettörténeti szinten a túlélés témájával, akik életük során komoly életveszélybe kerültek. Viszont mikor az alámerülés áthatol a személyes élettörténet rétegén, az élményeket általánosan is a szenvedés és a halál problémaköre hatja át. Azok, akiknek élettörténete nem tartalmaz életveszélyes élményt, erre a tapasztalati területre közvetlenül is beléphetnek. A többiek számára a komoly testi traumák, betegségek, operációk újraélése szolgál hídként e szint megközelítéséhez.

A HALÁLLAL való megrázó szembesülés, amely a fenti élményeket annyira jellemzi, azokkal a jelenségekkel mutat belső rokonságot, amelyek a biológiai születési folyamat jellemzői. A haldoklás és meghalás élményével párhuzamosan az egyén a születés/szülés küzdelmeit is átéli. Az élményeket kísérő élettani és mozgási megnyilvánulások a születési folyamat jelenségeiként természetes magyarázatot nyernek. Ebben az összefüggésben igen gyakori, hogy az egyén azonosul a magzattal, és újraéli a biológiai születés fázisait, részleteiben is igazolható hitelességgel. Bár a tárgyalt élménykomplex semmiképpen sem szűkíthető kizárólag a biológiai születés újra átélésére, mégis úgy tűnik, a születési trauma képezi központi témáját ennek az élményszintnek. Ezért adtam a tudattalan e területének a "születéskörüli" elnevezést.

A JELENLEGI NEUROFIZIOLÓGIA tagadja a születési emlékek létezését. Az okot az újszülött még nem kialakult agykérgi állományában jelöli meg. Mégis, a hiteles születéskörüli élmények létezése letagadhatatlan; előfordulásuk gyakorisága és az orvosilag igazolt kísérő tünetek remélhetően arra ösztönzik majd az agykutatókat, hogy felülvizsgálják és módosítsák jelenlegi nézeteiket.

A BIOLÓGIAI SZÜLETÉS és a fent részletezett születéskörüli élmények között igen mély és jellegzetes kapcsolat áll fenn. Ez lehetővé teszi, hogy a szülés klinikai fázisait vegyük alapul egy olyan elméleti modell megalkotásához, amely a tudattalan születés-közeli szintjének jobb megértésében segítségünkre lehet.

A SZÜLETÉSKÖRÜLI ÉLMÉNYEK jellegzetes csoportosulásban jelentkeznek, amelyek alapvető vonásai mély tapasztalati-logikai kapcsolatban állnak a születés klinikai fázisainak anatómiai, fiziológiai és biokémiai oldalaival. A születési modell segítségével különleges betekintést nyerhetünk a pszichopatológiák belső felépítésébe és forradalmian új terápiás lehetőségek is megnyílnak számunkra.

A SZÜLETÉSSEL való szoros kapcsolatának ellenére a folyamat túlmutat a biológikumon, és fontos pszichológiai, filozófiai és szellemi dimenziókkal mutat kapcsolódást. Éppen ezért nem szabad korlátozott és mechanisztikus módon értelmezni. Ha valaki a születéskörüli folyamat elsőpró erejű dinamikájával kerül szembe - legyen az laikus vagy kutató - olyan mélységek nyílnak meg előtte, hogy hajlamos attól kezdve a születésre, mint mindent-megmagyarázó alapelvre tekinteni. Ám magasabb nézőpontból ez is csak korlátozott közelítés, amelyen túl kell lépni. A születési modell témakörében gondolkodva a tudattalannak csak meghatározott szintjeit lehet áttekinteni. Amikor a mélységekbe merülés a psziché transzcendens birodalmaiba hatol, a vizsgálódásnak teljesen új módja lép érvénybe.

A SZÜLETÉSKÖRÜLI MÁTRIX jellegzetességei világosan megmutatják, hogy itt a biológiai születés újra átélésénél lényegesen tágasabb jelenségről van szó. A megváltozott tudatállapotokkal kapcsolatos klinikai megfigyelések bebizonyították, hogy a pszichopatológia számtalan formája a biológiai születés körüli folyamatokban gyökerezik. A halál és újjászületés képsorainak átélése alapvetően gyógyító hatással van azokra az érzelmi és pszichoszomatikus problémákra, amelyek a szülés és születés traumatizáló hatásából erednek. Emellett igen fontos személyen túli transzcendens dimenziók is megnyílnak ilyenkor, amelyek mélyreható változásokat eredményeznek a személy filozófiai és spirituális meggyőződésében, értékrendjében és általános életfelfogásában.

A SZÜLETÉS ÉS HALÁL megtapasztalásának jellegzetes velejárója az egzisztenciális válság élménye, amelynek során az egyén saját életét és a létezés értelmét alapjaiban kérdőjelezi meg. E válság sikeresen feloldható, ha az egyént a psziché spirituális dimenziójával és a kollektív tudattalan mély forrásával összekapcsoljuk. Ezek eredményeképpen olyan személyiség-átalakulásnak és tudati fejlődésnek lehetünk szemtanúi, amelyeket az ősi halál-újjászületés misztériumokkal, a titkos társaságok felvételi szertartásaival és a különböző törzsi avatási rítusokkal kapcsolatban írtak le. A tudattalan születéskörüli szintje tehát fontos összekötő kapcsot jelent az egyéni és a kollektív tudatalatti, valamint a pszichológia és a miszticizmus között.

A TUDATTALAN születéskörüli szintjét jellemző halál- és újjászületés-élmények igen gazdagok és összetettek. A biológiai születés szakaszaival összefüggő jelenségek jellegzetesen egybefonódnak mitológiai, misztikus, archetipikus, történelmi, antropológiai és törzsfeljövési élményekkel. Ezek négy jellegzetes tapasztalati minta vagy konstelláció köré gyülekeznek, és úgy tűnik, e témacsoportok és a gyermekszületés klinikai szakaszai között alapvető összefüggés áll fenn.

A SZÜLETÉS SZAKASZAINAK átélése egyfajta választási lehetőséget kínál a kollektív tudattalan különböző birodalmaiba való belépéshez. A mélyre hatoló élmény-terápia elméletében és gyakorlatában igen hasznosnak bizonyult, hogy négy dinamikus élménycsoport létét feltételeztük, amelyek a tudattalan születéskörüli szintjével állnak kapcsolatban. Ezeket *születéskörüli mátrixoknak* neveztük el.

AMELLETT, hogy egy jelenségcsoport sajátos érzelmi és pszichoszomatikus tartalommal rendelkezik, a tudattalan más és más szintjéről származó tartalmak rendező elveként is szolgál. Az élettörténeti szint elemei, amelyeket a *sűrített élménykomplexek* tartalmaznak, s amelyek a fizikai erőszak, fenyegetés, egyedüllét, fájdalom, fuldoklás, vagy éppen a biológiai és érzelmi megnyugvás témakörével kapcsolatosak, szorosan összefüggenek a *születéskörüli mátrixokkal*.

A SZÜLETÉSKÖRÜLI TAPASZTALATOK feltárása gyakran transzcendens élményekkel is társul (például a Hatalmas vagy Szörnyű Isteni Anya, a pokol, a purgatórium, a mennyország víziójával, állatokkal való azonosulással vagy elmúlt inkarnációk emlékeinek átélésével). A különböző, egymással szoros összefüggésben álló *sűrített élménykomplexekhez* hasonlóan a fenti transzperszonális élmények és a *születéskörüli mátrixok* közötti kapcsolatként is az érzelmi töltés és testi érzetek hasonlósága szolgál.

A SZÜLETÉSKÖRÜLI MÁTRIXOK még a freudi erogén zónák aktivitásával és a pszichopatológiák különböző formáival is sajátos kapcsolatban állnak. A következő részben a *születéskörüli mátrixokat* abban a sorrendben fogom ismertetni, amelyben az adott fázisok a gyermekszületés biológiai folyamatában egymás után következnek. E sorrend ritkán tapasztalható az önfeltáró munka során; a jelenségcsoportok témái számtalan variációban és elrendezésben jelentkezhetnek.

AZ ELSŐ SZÜLETÉSKÖRÜLI MÁTRIX a magzati univerzum

E JELENSÉGCSONPORT biológiai alapját az az eredeti szimbiotikus egység képezi, amely a születést megelőző időszakban a magzat és az anyai szervezet között fennáll. Bár a méhen belüli zavartalan létében a magzat állapota ideálisnak mondható, ezt mégis számtalan fizikai, kémiai, biológiai és pszichológiai tényező befolyásolhatja. A terhesség késői szakaszában a gyermek mérete, a növekvő mechanikai szorítás és a méhlepény viszonylagos elégtelensége is hozzájárulhat kényelmetlen érzések kialakulásához.

A SZÜLETÉSKÖRÜLI ÉLMÉNYEK vagy eredeti biológiai formájukban, vagy szimbolikus képek formájában élhetők újra. Az asszociált témák és a születés adott szakaszainak kapcsolata teljesen sajátos, szelektív, és mély tapasztalati összefüggéseket mutat. Úgy tűnik, a magzattal való azonosulás, amelynek során az egyén a születés különböző fázisait éli át, átjárást biztosít azokra a transzperszonális területekre, amelyekre megegyező érzelmi állapotok és pszichoszomatikus élmények jellemzők. E témák között az archetipikus élményeken túl olyan képekhez is hozzájutunk, amelyeket az emberiség kollektív memóriabankja őriz, s az állati, növényi és ásványi birodalmakba is betekintést nyerhetünk a természet holografikus memóriája által.

A ZAVARTALAN MÉHEN BELÜLI ÁLLAPOT átélésének minden olyan élmény kísérő jelensége vagy helyettesítője lehet, amely annak korlátok nélküli és szabad természetében osztozik. Ide tartozik az óceánnal és különféle vízi élőlénnel (algával, moszattal, medúzával, hallal, delfinnel, bálnával) való eggyé válás. Az azonosulás tárgya lehet a kozmosz, a csillagközi tér, a galaxisok, esetleg az űrben lebegő vagy keringő űrhajósok is. Ide sorolhatók azok a képek, amelyek a természetet legszebb állapotában, ragyogóan, védelmezően, mindenkit táplálón (Anyatermészet) ábrázolják, s amelyek a boldog magzati állapottal jellegzetes kapcsolatban állnak.

A KOLLEKTÍV TUDATTALAN témái, amelyek az első születéskörüli mátrixban jelentkeznek, a világ kultúráinak mennyorszárait és paradicsomait idézik. Ez igencsak érthető, ha belegondolunk, hogy a mennyország archetipikus leírása nagy, nyitott terekről, égről, a naphoz és a holdhoz hasonló fénylő égitestekről, és más, az asztronómiai kozmoszra utaló elemekről beszél. Hasonlóképpen a különböző kultúrák Paradicsom-képe is a természet legszebb állapotát idézi, gyönyörű virágokkal, zamatos gyümölcsökkel, egzotikus madarakkal, csillogó fényű arannyal, ezüsttel, drágakövekkel, valamint patakokkal és szökőkutakkal, amelyekből az élet vize fakad.

A FENTI ÉLMÉNYEKET igen erős numinozitás hatja át. Az első születéskörüli mátrix e szent, spirituális formáját a kozmikus egység megtapasztalásának, vagyis *Unio Mystica*-nak nevezik. Erre az állapotra a téridő korlátainak áttörése és elsőpró erejű extatikus érzések jellemzők, amelyben megtapasztalható az elkülönülés nélküli egység minden létezővel, s a mély tisztetet és szeretet érzése a teremtett világ iránt.

A MÉHEN BELÜLI ÉLET ZAVARAI is jellemző képekben és élményekben jelentkeznek: víz alatti veszélyek, szennyezett patakok, tavak és óceánok, radioaktivitással fertőzött vagy más módon lakhatatlanná tett természet, vulkánkitörésből származó mérgezett föld és sár, ipari szemét- és roncsstelepek, sivatagok és terméketlen földek látványában. Ezek helyénvaló ábrázolások, hiszen a méhen belüli zavarok legnagyobb része a méhlepény mérgeződésével és a magzat táplálásának elégtelenségével jár együtt. Drámaibb behatások, mint például egy küszöbön álló vetélés vagy sikertelen abortusz, megfoghatatlan univerzális fenyegetettségként, vagy a világvége véres, apokaliptikus víziójaként élhető át.

A FENTI KÉPEKKEL megegyező gyakorisággal fordul elő még azonosulás kémiai háborúban küzdő katonákkal, koncentrációs táborok gázkamráiban haldokló foglyokkal, megmérgezett emberekkel és állatokkal. A leggyakoribb idetartozó archetipikus képzetek a világ különböző kultúráinak mitológiai tárházából származó gonosz démonok, sötét metafizikai erők és ártó asztrális hatások. Tapasztalati szinten ez a boldog magzati állapotban tapasztalt misztikus eggyé válást felváltó, minden ismerős és megbízható struktúrát pszichotikusan eltorzító és felbomlasztó hatásként tapasztalható, s ezt remélet és paranoia kíséri.

AZ ELSŐ SZÜLETÉSKÖRÜLI MÁTRIX pozitív oldalai szorosan kapcsolódnak az anyamellen átélte szimbiotikus egységhez, a pozitív sűrített élménykomplexekhez, és olyan emlékekhez, amelyek relaxációhoz, elégedettségérzethez, biztonsághoz, az elme nyugalomához, szép tájakhoz és kimagasló művészi alkotásokhoz társulnak. Hasonlóképpen az első születéskörüli mátrix negatív oldalai is meghatározott negatív sűrített élménykomplexekkel és transzperszonális jelenségekkel állnak összefüggésben.

A FREUDI EROGÉN ZÓNÁKAT tekintve a születéskörüli mátrix pozitív oldalát e területek olyan biológiai és fiziológiai állapota jellemzi, amelyben semmifajta feszültség nem tapasztalható, és amelyben az összes szükséglet kielégítést nyert. Az első születéskörüli mátrix negatív oldalával viszont különleges összeköttetésben állnak olyan testi jelenségek, mint az émelygés, rossz emésztés és a bélrendszer működési zavarai.

A SZÜLETÉSKÖRÜLI MÁTRIXOK MŰKÖDÉSÉT saját tapasztalatommal, egy pszichedélikus ülésen készített feljegyzésemmel fogom illusztrálni. Az alábbiakban egy nagy dózisu (300 mikrogramm) LSD által kiváltott élmény kivonatát közlöm, amelyben elsősorban az első születéskörüli mátrix kapott szerepet.

Úgy éreztem, le kell kuporodnom, és az volt az érzésem, fokozatosan összezsugorodom. Fénylő folyadékban lebegtem, amelyet finomszövésű fátlyak vettek körül. Ezt az állapotot könnyű volt azonosítani, mint mély regressziót, visszatérést a magzati életbe. Egész lényemet az üdvösség és a zavartalan béke halvány, de alapvető érzése töltötte be. Különös, paradox állapotot éltem át: egyre kissebbé és kissebbé zsugorodva lassan teljesen semmivé váltam - és mégis úgy tűnt, nincsenek korlátaim, s egészen a végtelenségbe terjedek.

Képzeletem eljátszott a gondolattal, hogy egy kecses medúza vagyok, amely lustán lebeg az óceánban, s az általa kilövellt vízsugarak segítségével lassan körbe forog. Ez az először játékos, majdnem álomszerű azonosulás fokozatosan kezdett valósággá válni. A törzsfajlás igen alacsony fokára jellemző, primitív érzéseim támadtak hihetetlenül meggyőző erővel, s olyan különös folyamatokat éltem át, amelyekben már nyoma sem volt semmiféle emberi tapasztalatnak. Az élmény lassan átváltozott hasonlóan meggyőző, halakkal, tengeri csikókkal, moszatokkal való azonosulássá, s mindegyik élmény autentikus és biológiai részleteiben is megdöbbentően pontos volt.

Ám mindeközben egy alapvető érzés dominált: egy méhben lebegő magzat vagyok, ki az anyai szervezettel a köldökszínór és a méhlepényi keringés segítségével összeköttetésben áll. Átéltam az anyával fennálló összetett és gazdag kapcsolatot, amely csak részben biokémiai és fiziológiai, nagyrészt azonban érzelmi, sőt, telepatikus természetű. Egy ponton a vér, mint szent, életet adó szubsztancia került az élmény előtérbe. Tudatában voltam az anyai szervezettel fennálló méhlepény-kapcsolatnak, éreztem az artériás és vénás körökben a vér áramlását, az oxigén és tápanyagok felvételét, valamint az anyagcsere-termékek leadását.

Az élményt különféle archetipikus és mitológiai képek tarkították, amelyek a vér fontosságát és szent jelentőségét húzták alá. Kis hangsúlyeltolódással e téma távolabbi vonatkozásával is kapcsolatba kerültem - azonosultam az anyamellen fekvő gyermekkel; ekkor a szent, tápláló szubsztanciának a tejet éreztem.

A pozitív élményeket időnként erős testi-érzelmi rossz közérzet és valami meghatározhatatlan, rejtélyes fenyegetettség-érzés szakította meg. Az állapotnak határozottan érezhető kémiai összetevői voltak - szennyezettnek, mérgezettnek, émelygőnek és betegnek éreztem magam. A számban érzett szörnyű íztől majdnem hánytam. Ugyanekkor úgy tűnt, sötét metafizikai erők győznek le, vesznek birtokba.

Amint a démoni támadások lecsillapultak, tapasztalati terem kitisztult, és visszatértem a mély, óceáni boldogságba. Arra gondoltam, mindez az anyai szervezettel való kapcsolattól származó kedvezőtlen hatások következménye lehetett. Ahogy az élmény tovább alakult, az óceáni környezet hatalmas csillagközi térré változott. Úgy éreztem, a végtelen kozmikus óceánban szabadon lebegő űrhajós vagyok, akit az "anyahajóhoz" életfenntartó vezeték köt - ám mindeközben folyamatosan éreztem azonoságomat az embrióval is. A csillagokkal teli világégyetem a jól kivehető Tejútjal és milliárdnyi galaxisával sohasem tapasztalt nyugalommal és békességgel töltött el. Határtalansága és időtlensége mellett minden esemény jelentéktelen felszíni fodrozódásnak tűnt csupán.

Ahogy az ülés a vége felé közeledett, az élmény fókuszába a Föld került. Az időtlen minőség eszméje itt is teret kapott, igaz, más módon formában. Mint egy gigantikus Buddha szobor, kit a halál és újjászületés körforgásában ismétlődő emberi élet káosza és zűrzavara meg sem érint, egy kaliforniai óriásfenyő testébe költöztem, amely háborítatlanul figyel az idő múlását évezredek át. És mintha csak az élmény azt akarná velem megértetni, hogy a tudat világában a méret mit sem számít, ezután egy apró, tüskés tobozú szierai fenyőfává változtam át, amelynek léte szintén évezredekkel ölel át. A normális tudatállapotba visszatérőben mély hála töltött el az élet csodája és a természet adományai iránt. Számtalan kép jelent meg a szemem előtt, amelyben a "Földanya" táplálja összes gyermekét - zöld, buja legelőket láttam, érő kukorica- és búzamezőket, gyümölcsfák roszkadozó kerteket, a perui Andok teraszosan művelt földjeit, a Nílus életadó völgyét és a polinéz szigetek földi paradicsomát.

A MÁSODIK SZÜLETÉSKÖRÜLI MÁTRIX
kozmosz elnyelődés és kiúttalanság

E JELENSÉGCSOPORT a biológiai szülés megindulásával s annak első klinikai fázisával áll kapcsolatban. A magzati élet eredeti egyensúlya és harmóniája a riasztó kémiai hatások, majd a méh összehúzódásai miatt felborul. E szakasz csúcspontján a méhizomzat ismétlődő görcsei a magzatot erősen összeszorítják. Ekkor a rendszer még teljesen zárt, a méhnyak nem tágult ki és semmi kiút nem kínálkozik a magzat számára. Mivel a méhlepényt ellátó artériák a méhizomzat hosszanti rostjait követve haladnak, minden egyes összehúzódás a vérellátás csökkenésével jár, így egyre kevesebb oxigén, tápanyag és meleg jut a magzatnak.

A SZORONGÁS, melyet a szülés megindulása ébreszt, a kozmikus elnyelődés szimbolikus képét idézi. Növekvő aggodalom nyomasztó érzésével s egy közelgő katasztrófa fenyegető tudatával jár. A veszély forrása nem azonosítható egyértelműen, így az élmény során a világról paranoid képzetek alakulhatnak ki. Gyakori, hogy valaki mérgezettnek, hipnózis, ill. ördögi gépezetek által befolyásoltnak, démoni erőktől megszállottnak érzi magát, esetleg földön kívüli erők zaklatását éli át.

AZ EGYÉNT HÁROMDIMENZIÓS SPIRÁL, tölcser vagy örvény szívja könnyörtelenül a középpontjába. E megsemmisítő élmény közeli megfelelőjeként valamely rémséges szörny - hatalmas sárkány, leviathán, óriáskígyó, krokodil vagy bála - is elnyelheti. Igen gyakori polipok vagy tarantula pókok támadását átélni. Az élmény kevésbé drámai változatában az ember veszélyes alvilági helyekre, a holtak birodalmába, sötét barlangrendszerekbe, titokzatos labirintusokba száll alá. Az ide tartozó mitológiai témák között megtaláljuk a hős alvilági utazását, az angyalok bukását és az elveszett Paradicsomot.

A FELSOROLT KÉPEK talán furcsának tűnhetnek az analitikus elme számára - mégis mély tapasztalati logikát mutatnak. Így például az örvény komoly veszéllyel fenyeget minden, vízszérő közegben szabadon lebegő szervezetet, és ijesztő, egyirányú mozgást kényszerít rá. Hasonlóképpen az elnyelés élménye - a szabadságot felváltó életveszélyes bezártság érzetével - a medencenyílásba ékelődött magzat helyzetéből fakad. A polip karjaival körbefonja, bezárja és rémülettel tölti el az óceán élőlényeit. A pók csapdába ejti és mozgási szabadságától fosztja meg a rovarokat, melyek korábban még szabadon repültek egy korlátozástól mentes térben.

A SZÜLÉS ELSŐ KLINIKAI FÁZISÁNAK csúcspontjához a teljes kiűttalanság, ill. a pokol élménye társul. Beszorítotttsággal, bebörtönzéssel vagy egy klausztrófóbiás, rémálomszerű világba zártság élményével találkozunk ilyenkor az egyén, miközben hihetetlen lelki és testi kínokat él át. Úgy érzi, a helyzet kibíráhatatlan, véget nem érő és reménytelen. Elveszíti időérzetét és minden bizakodását: a kínoknak már sosem szakad vége, és a szökés is teljesen reménytelen.

EBBEN AZ ÁLLAPOTBAN könnyű azonosulni várbörtönök vagy koncentrációs táborok foglyaival, elmeegógyintézetek ápoltaival, pokolban szenvedő bűnösökkel vagy archetipikus figurákkal (Ahasvérus, a bolygó hollandi, Sziszfusz, Ixion, Tantalosz vagy Prométheusz). Gyakorta olyan állatokkal vagy emberekkel történik azonosulás, akik magányosan vagy lakatlan természeti környezetben (sivatagban vagy a sarki jég dermesztő hidegében) szenvednek lassú éhhalált. E témák arra utalnak: a méhizomzat ismételt összehúzódása megszünteti a méhlepény vérellátását, s ez nemcsak a világtól és az emberi kapcsolattól vágja el a magzatot, hanem a táplálék forrásától és a melegtől is megfosztja.

E JELENSÉGCSOPORT HATÁSA alatt az ember képtelen a világban és a saját életében bármilyen pozitívát is meglátni. E tudatállapot kísérőjeként metafizikai magány, tehetetlenség, reménytelenség, kisebbségi érzés, alkalmatlanság, egzisztenciális kétségbeesés és bűntudat léphet fel. E jelenségcsoport prizmáján át szemlélve az emberi élet egy tökéletesen értelmetlen, abszurd színháznak - kartonpapír szereplők és értelem nélküli robotok komédiájának - tűnik.

A MÁSODIK SZÜLETÉSKÖRÜLI MÁTRIXHOZ kapcsolódóan azok a *sűrített élményrendszerek* jelentkeznek, amelyekben a tehetetlen áldozatok megsemmisítő erővel találkoznak a menekülés minden reménye nélkül. Ugyanezek a témák jellemzőek az ide vonatkozó transzperszonális élményekre is.

A FREUDI EROGÉN ZÓNÁKAT tekintve e jelenségcsoport olyan állapotokkal áll kapcsolatban, melyekben a kellemetlen feszültség, fájdalom és frusztráció érzése uralkodik. Orális szinten ilyen az éhség, a szomjúság, a hányingerben, anális szinten a széklet-visszatartás, urethrálian pedig a vizelet-visszatartás. A genitális szint idetartozó jelenségei: a szexuális frusztráció és az első klinikai fázisban levő szülő nő fájdalmai.

A KÖVETKEZŐKBEN ismertetett, 300 mikrogramm LSD által kiváltott pszichédélikus élményeimet elsősorban a második *születéskörüli mátrix* uralja. Kezdeti stádiumában élettörténeti elemek szolgálnak hídként a születéskörüli témákhoz, majd az élményt a negyedik *születéskörüli mátrix* elemei zárják.

Az ülés optimista hangulatban kezdődött, a szer bevétele után körülbelül negyven perccel. Éreztem, gyorsan visszasüllyedek a szükségleteiben kielégített, gondtalan gyermek világába. Testi érzeteim, érzelmeim, észleleteim rendkívül primitívekké és hitelesen infantilisá váltak. Az ajkak automatikus szopó mozgása, bőséges nyálzás és időnkénti felbőfögés társult az állapotához.

Az élményt időről időre víziók szakították félbe. Ilyenkor a felnőttek mindennapi, lázas és izzó életének különféle megnyilvánulásait láttam, melyek tele voltak feszültséggel, konfliktussal és fájdalommal. Amint összehasonlítottam mindezt a gyermek paradicsomi állapotával, hirtelen megértettem azt a mély sóvárgást, amelyet mindnyájan érzünk a gyermeki boldogság és-állapota után.

Láttam a pápát díszes kereszttel és drágaköves gyűrűvel felkészerezetten - embertömegek néztek fel rá óriási várakozással a szemükben. Ezután sok-sok ezer muzulmán láttam, amint Mekkában hasonló sóvárgással veszik körül a Kába követ. Ezt vörös transzparenszekkel vonuló névtelen tömegek képe követte, amint a moszkvai Vörös Téren a kommunista vezetők hatalmas arcképeire emelik a tekintetüket. Határozottan éreztem, hogy az ehhez hasonló vallási és szociális mozgalmak hátterében a korai gyermekkorban tapasztalt érzések újra átélésének igénye rejlik. Ahogy a szer hatása erősödött, hirtelen a rémület és pánik érzése hasított belém. Minden sötétté, nyomasztóvá és fenyegetővé vált; úgy tűnt, a világ bezárul körülöttem. A mindennapi élet nyomorúsága, melyet korábban a gyermeki gondtalanság ellentétéként szemléltem, most könnyörtelenül elborított. Az emberi lét a teljes reménytelenség képét mutatta, amely a születéstől a halálig nem más, mint folytonos szenvedés. Ekkor megértettem az egzisztencialista filozófusokat és az abszurd drámák szerzőit. ŐK TUDTÁK! Az emberi élet abszurd, szörnyűséges és tökéletesen hiábavaló. Az élet az emberiséggel játszott értelmetlen komédia és durva tréfa csupán.

Szenvedve születünk, szenvedve élünk és szenvedve halunk meg. Úgy éreztem, egyszerre érint a születés fájdalma és a haldoklás kínja, s e két érzés sajátosan keveredik bennem. Mindez egy egészen rémisztő felismeréshez vezetett: az emberi élet pontosan ugyanazzal az élménnyel ér véget, mint amivel kezdődik. A kettő között pedig ott állunk - Godot-ra várva! Vajon ez volt az, amit Buddha olyan világosan látott?

Úgy éreztem, mindennél fontosabb, hogy valami értelmet találjak az életben, hogy aztán azt e megsemmisítő felismerések ellen szegezhessem. Valaminek csak lennie kell! De az élmény könnyörtelenül és következetesen lerombolta az összes erőfeszitésemet. Minden képre, amelyet felidéztem, hogy az emberi élet értelmét bizonyítsam, azonnal felmutatta annak ellenkezőjét és gúnyképét. A régi görögök ideálja a gyönyörű testben lakozó ragyogó elméről - nem tart túl soká. A leglelkesebb és kitartóbb testépítés mesterművét is agkori sorvadás és halál semmisíti meg, mint minden egyebet. A tudás, amelyet az ember órák ezrei alatt mohó tanulással gyűjtött egybe, részben a felejtésnek, részben az agy késői leépülésének esik áldozatul. Személyek jelentek meg a szemem előtt, akiket intellektuális teljesítményükért tisztelt a világ, s akik szennilátásukban még a mindennapi élet

legegyszerűbb feladataival sem voltak képesek megbirkózni. A test és az agy halála egy élet minden erőfeszítésével felhalmozott tudás végső és teljes megsemmisülését hozza. No és a gyermekek? Hát nem ez lehet az egyetlen nemes és értelmes cél? De a gyönyörű, mosolygó gyermekek képét nyomban felváltotta egy másik, melyben megnőttek, megöregedtek, s végül ők is meghaltak. Az ember nem vihet értelmet az életébe úgy, hogy látja, utódaira is éppolyan értelmetlen sors vár, mint saját magára.

Az emberi lét abszurditásának és hiábavalóságának képei lassan elviselhetetlenné váltak. Úgy láttam, a világ csak fájdalommal, szenvedéssel és halállal van tele - vagy azért, mert szelektíven vakká váltam a létezés pozitív oldalaival szemben, vagy mert ezek egyszerűen nem is léteznek egyáltalán. Gyógyíthatatlan betegségeket láttam mindenütt - az élet is ezek közé tartozott - örületet, a kegyetlenség minden válfaját, bűncselekményeket, erőszakot, háborúkat, forradalmakat, börtönöket és koncentrációs táborokat. Hogyan lehetséges, hogy mindezt nem vettem észre azelőtt? Hogy valaki bármi pozitívat találjon az életben, torzító, rózsaszín szemüveget kell viselnie és örökké az önbecsapás játékaival kell játszania! Úgy tűnt, az én szemüvegem végleg eltörött, és már sohasem leszek képes ezután önmagamot áltatni, mint ahogy azt idáig tettem. Az elviselhetetlen érzelmi és testi szenvedés örökké tartó, gonosz körforgása ejtett foglyul. Semmi kiút nem volt ebből a rémálomszerű világból. Világossá vált, hogy még a halál - legyen akár spontán vagy önkész - sem ment meg innen. EZ A POKOL! Valóban: pokoli tájak archetipikus képe villant fel többször is a szemem előtt.

Mindezek ellenére fokozatosan sejteni kezdtem, hogy az életről alkotott komor filozófiai szemléletem során valami eddig elhanyagolt szempontot figyelmen kívül hagytam. Közben éreztem, egész testemet nyomó és szorító erők préselik össze. A legerősebb nyomás a homlokom körül mutatkozott. Megértettem, mindez valamilyen módon kapcsolatban áll a biológiai születés újraélésével, a szülőcsatornába szorult magzat gyötrelmes tapasztalataival.

Ha tényleg ez a helyzet, talán van kiút, talán az állapot csak látszólag reménytelen, és az egész csak a küszködő gyermek érzéseinek átélése. Talán az a feladat, hogy a születés, a világba való kijutás élményét újra végigéljem. Mégis, hosszú időn át, mely nekem az örökkévalóságnak tűnt, egyáltalán nem voltam biztos benne, hogy eljön a szabadulás pillanata. Úgy éreztem, ehhez még rá kell bukkannom az élet értelmére. Abszolút teljesíthetetlen feladatnak látszott, s ha valóban ez volt a feltétele e pokoli helyzetből való kiszabadulásnak, a jövő nem kecsegtetett túl sok reménnyel.

Váratlanul, minden előzmény nélkül, a nyomás egyetlen szempillantás alatt megszűnt, s kiszabadultam a pokoli szülőcsatorna harapófogójából. Fény és leírhatatlan öröm öntött el. A világgal és az élet áramával új kapcsolatot éreztem. Minden friss volt és szikrázó, ragyogó színek robbantak mindenfelé, mint Van Gogh legjobb képein. Egészséges éhség fogott el. Egy pohár tej, egy közönséges szendvics és néhány gyümölcs úgy ízlett, mintha az olimposzi istenek nektárját és ambróziáját ízleltem volna.

Később, amikor már képes voltam a történetek áttekintésére, megfogalmaztam magamnak azokat az alapvető igazságokat, melyeket az élmény során az élettel kapcsolatban megtanultam. A mély vallásos és utópisztikus vágyódás eszerint az emberi lényben nem más, mint az egyszerű gyermeki öröm igénye, ahogy azt az ülés korai szakaszában tapasztaltam. Ez az érzés továbbá azt a sürgető vágyat is magában rejt, hogy az egyén a születési trauma rémálomszerű emlékeitől a születést követő szabadságba és a méhen belül tapasztalt óceáni boldogságba meneküljön. És még ez is csak felszín - hiszen minden biológiai meghatározott szükség mögött ott rejlik az eredendő vágyódás a transzcendens után, mely már szétfeszíti a természettudományok szűkös kereteit.

Ekkor megértettem: az emberi élet beteljesíthetetlen vágyai onnan erednek, hogy nem dolgozzuk fel sem születési traumánkat, sem pedig halálélményünket. Megszületésünk automatikus esemény, s az emberi élet során e folyamat pszichológiai integrálása egyáltalán nem történik meg. Ennek az állapotnak tipikus tünete az élet értelmének megkérdőjelezése. Mivel az élet ciklikus és magában foglalja a halált is, ezért lehetetlen észérvekkel és logikával értelmet találni benne. Az embernek rá kell hangolódnia az élet energiáinak áramlására és élveznie kell a pusztán létét - ekkor az élet értéke önmagától megmutatkozik. Ezután az élmény után úgy éreztem magam, mint egy hullámlóvas, aki áradó örömmel siklik az élet hullámjainak hátán.

A	HARMADIK	SZÜLETÉSKÖRÜLI	MÁTRIX
---	----------	----------------	--------

a halál és újjászületés küzdelme

ENNEK az összetett jelenségcsoportnak számos jellemzője érthetővé válik, ha azt a születés második klinikai fázisával hozzuk összefüggésbe. Ebben a fázisban a méhösszehúzódnak folytatódna, ám ellentétben az előző szakasszal, ezúttal a méhszáj megnyílik s nem akadályozza tovább a magzat előrehaladását a szülőcsatornában. E szakasz a túlélésért folytatott óriási küzdelemmel, összenyomódással és gyakran erős oxigénhiánnyal és fuldoklással is együtt jár.

MÁR korábban utaltam rá, hogy bizonyos anatómiai okok miatt minden egyes méhösszehúzás korlátozza a magzat vérellátását. A szülés e szakaszában még más tényezők is közrejátszhatnak az elégtelen keringés kialakulásában, s okozói lehetnek a magzat fuldoklásának. A köldökszinór beszorulhat a fej és a medencenyílás közé, vagy a nyak köré is tekeredhet. Ha a köldökszinór rövid, vagy azért rövidült meg, mert egyes testrészek köré hurkolódott, leszakadhat a méhlepény a méhfalról. Ez azonnal megszakítja az anyai szervezettel való kapcsolatot és veszélyes mértékű fuldokláshoz vezet. A kitolási fázis tetőpontján a magzat különféle biológiai anyaggal érintkezik. A magzatvíz mellett vérrel, nyálkával, vizelettel és széklettel is.

FENOMENOLÓGIAI szempontból a harmadik születéskörüli mátrix különösen gazdag és összetett élményegyüttes. A regresszív terápiában a halál és újjászületés küzdelmének formájában jelentkezik. A szülőcsatornában zajló küzdelem tényleges, valóságghú átélése mellett változatos archetipikus képek bukkanhatnak fel, jellegzetes csoportokat alkotva. Ezek közül a legjelentősebbek az intenzív szexuális izgalom, a titáni küzdelem, a szado-mazochisztikus élmények, a démonikus epizódok, a trágár jelenetek és a tűzzel való találkozás motívumai. A harmadik születéskörüli mátrix fenti témái ismét csak mély, belső összefüggést mutatnak a tapasztalás szintjén, és egyértelműen kapcsolódnak az ide vonatkozó születési fázis meghatározott anatómiai, pszichológiai és érzelmi jellemzőivel.

A TITÁNI KÜZDELEM képe teljesen érthető, ha a születés e szakaszában fellépő hatalmas erőkre gondolunk. A magzat törekény fejét ilyenkor a méhösszehúzódnak ereje a medencenyílásba szorítja, s az izomnyomás esetenként húsz és negyven kilopond között mozog. Aki a harmadik születéskörüli mátrixnak ezt az aspektusát éli át, elsöprő erejű energiaáramokkal találkozik, amelyek egyre halmozódva a robbanásig feszülnek. Ezek egyik jellemző megjelenési formája a természet tomboló elemeivel - vulkánkitörésekkel, elektromos viharok, földrengések, áradások és tornádók átélése. E jelenségcsoport másik formája a háborúk, forradalmak látványában, vagy a nagy erejű technológiák - atomerőművek, atombombák, tankok, hadihajók, rakéták, lézerek és elektromos erőművek - által képviselt energiák megtapasztalásában fejeződik ki.

A TITÁNI küzdelem enyhébb formája a veszélyes kalandok - vadállatok üldözése, a velük folytatott testi küzdelem, gladiátorviadok, izgalmas felfedezőutak - átélése. Az idetartozó archetipikus és mitológiai témák az Utolsó Ítélet, a Purgatórium, mondai hőstettek és kozmikus méretű ütközetek, a Fény és a Sötétség erőinek összecsapása, vagy az istenek és titánok harca.

AZ AGRESSZÍV és szado-mazochisztikus témák a jelenségcsoportban arra a biológiai determinált extatikus érzésre utalnak, amelyek a szülőcsatornában a fuldoklásnak és a romboló erőknél kitett szervezetben ébrednek. E társításban világossá válik, miért alkot a szadizmus és a mazochizmus logikus egységet - szado-mazochizmust. Valójában ugyanannak az élménynek képviselik mindkét oldalát. Az itt felbukkanó témák közül megemlíthetjük a gyilkosság, az öngyilkosság, a csonkítás és öncsonkítás, a kínzás és kivégzés, a rituális áldozás és feláldoztatás, a véres test-teszt elleni küzdelmek: bokszt mérkőzések, pankrációk, szado-mazochisztikus küzdelmek és a nemi erőszak jeleneit.

A HALÁL és újjászületés témakörében jelentkező *szexuális komponens* tapasztalati logikája már koránt sem annyira magától értetődő. Magyarázata abban a lelki mechanizmusban rejlik, amely az embertelen szenvedést, különösen a fuldoklás élményét egy különös fajta szexuális izgalommá s végül extatikus gyönyörre fordítja át. Ennek példái megtalálhatók bizonyos szekták történetében, a mártírok életében, a koncentrációs táborok dokumentumaiban, az Amnesty International feljegyzéseiben, és az akasztófán kivégzettek végzett megfigyelésekben.

AZ e kategóriába tartozó élmények közös nevezője a szexuális késztetés erőssége, annak mechanikus, pornografikus és deviáns természete. Maga a tény, hogy a pszichének ezen a szintjén a szexualitás kibogozhatatlanul összefonódik a halállal, dühvel, aggodalommal, agresszióval, önpusztító késztetésekkel, testi fájdalommal és a biológiai anyagok változatos formáival (vérrel, nyálkával, széklettel és vizelettel), megmagyarázza, mi szolgál alapot a szexuális zavarok, devianciák és perverziók alapvető formáinak kialakulására. A szexuális orgazmus és a születési orgazmus kapcsolata lehetővé teszi, hogy a freudi analízis születéskörüli modelljének mélyebb és lényegesebb összetevőire is fényt derítsünk. A szexuálpatológia e kölcsönös viszonyrendszerét részletesen tárgyalja az *Ami az agy mögött rejlik: születés, halál és a transzcendens a pszichoterápiában* című könyvem (Grof 1985).

A TÁRGYALT SZINT *démoni oldala* különleges problémákat rejt magában mind az átlók, mind pedig a terapeuták számára. A jelenségek ugyanis, amelyekkel ilyenkor az egyén találkozik, annyira hátborzongatóak, hogy senki sem szívesen szembesül velük. Az itt megfigyelt témák a gonosz erők általi megkísértés, a boszorkányszombat (Walpurgis-éj), a sátáni orgiák és a feketemisék jelenei. A szülés e fázisának valamint a boszorkányszombat és feketemise rituáléinak közös nevezőjét a halál, a deviáns szexualitás, a félelem, az agresszió, a trágárság valamint az eltorzult spirituális impulzusok sajátosság keverékében találhatjuk meg.

A HALÁL-ÚJJÁSZÜLETÉS jelenségcsoport *alantas* vonala abban a biológiai tényben nyeri magyarázatát, hogy a kitolás végső fázisában a magzat közeli kapcsolatba kerülhet a széklettel vagy más biológiai anyaggal. A felidézett élmények mégis messze meghaladják azt a mértéket, amellyel az újszülött e jelenséggel a szülés során találkozhat. A harmadik *születéskörüli mátrix* a hulladékban vagy csatornahálózatban való kúszás, ürülék-halmokban fetregés, vér és vizeletívás, valamint a rothadás formáival való érintkezés képeit nagy bőségben tartalmazza. Közeli és megrázó találkozás ez a biológiai lét legvisszataszítóbb oldalával.

A TÚZ-ELEM vagy szokásos formájában jelentkezik (tűzvészek látványát szemlélve vagy a tűzön feláldozottakkal azonosulva) vagy archetipikus formájában mint tisztító tűz, amely minden romlottat eléget, s előkészíti az egyént a spirituális újjászületésre. E témakör megfelelőjére a legnehezebb rábukkanni a születés szimbolizmusában - talán a magzat perifériás neuronjainak túlingereltségében (s az ezzel járó égető érzésben) leli biológiai magyarázatát. Érdekes tapasztalati párhuzamként megemlíthető, hogy e fázisban a szülő anyák is gyakran a szülőcsatorna körüli erős égő érzésről számolnak be.

E JELENGCSOPORT vallási és mitológiai szimbolikája különösképpen azokra a témákra összpontosul, amelyekben a feláldozás és áldozattá válás, valamint a spirituálissal elkeveredett szexuális törekvések jellemzők. Igen gyakoriak itt a prekolumbián áldozati rítusok jelenei, a keresztre feszítés képei, esetleg azonosulás Krisztussal vagy a halált és újjászületést szimbolizáló istenségekkel: Ozirisszal, Dionüszossal, Attisszal, Adonisszal, Perszephonével, Orpheusszal, Wotannal vagy Balderral. Ide tartoznak a rettenetes Kali, Coatlicue, Lilith és Rangda istennők imádásának képsorai is.

A szexuális motívumokat a fallikus kultuszok, a templomi prostitúció, a termékenységi rítusok, a rituális közönsülés és a ritmikus érzéki táncjal járó törzsi szertartások epizódjai képviselik. A harmadik és negyedik *születéskörüli mátrix* közötti átmenet szimbóluma a legendák Főnix madara, amely elpusztul a tűzben, s utána feltámad a hamvaiból.

SOK lényeges szempont különbözteti meg ezt a jelenségcsoportot a korábban leírt kiüttalan állapottól. A helyzet itt nem reménytelen, s az alany sem gyámoltalan. Ellenkezőleg: aktívan részt vesz az eseményekben, s úgy érzi, a szenvedésnek határozott iránya és célja van. Vallásos közelítésben e helyzet inkább a purgatóriummal, mint a pokollal rokonítható. Az egyén itt nem kizárólag a tehetetlen áldozat szerepét játssza. Néha csak megfigyelője az eseményeknek, de gyakran egyszerre azonosul az agresszorral és az áldozattal, egészen addig a pontig, mikor már maga sem tudja önmagában a szerepeket ketté választani.

MÍG a kiüttalan helyzet kizárólag szenvedéssel jár, addig a halál-újjászületés küzdelmei a kín és extázis határmezsgyéjén zajlanak, s a két érzés gyakran egybe is olvad. Célszerű ezt az élményt *dionüszoszi*, vagy *vulkanikus extázisnak* nevezni, szemben a *apollóni*, vagy *óceáni extázissal*, amely az első *születéskörüli mátrix* kozmikus egységérzetét jellemezte.

KÜLÖNLEGES élményösszetevők képezik a harmadik *születéskörüli mátrix* és a *sűrített élménykomplexek* kapcsolatát. Ezek intenzív, a veszély elemét magukban hordozó érzéki és szexuális élményekre utalnak, mint például: ejtőernyős ugrások, autóversenyek, izgalmas de közben kockázatos kalandok, birkózás, bokszt, verekedések, harcok, hódítások, piroslámpás házak, szexuális erőszak, orgiák és vidámparki multságok. A harmadik *születéskörüli mátrixhoz* kapcsolódó emlékek egy speciális csoportja a biológiai anyagokkal való közeli találkozást eleveníti fel. Ide tartoznak az ágybavizelés, becsinálás, bilire szoktatás, a vérrel való találkozás vagy a háborús és baleseti csonkolások látványának emlékei. A harmadik és negyedik *születéskörüli mátrix* közötti átmenetben igen gyakoriak a nagy tüzek emlékképei.

A FREUDI erogén zónák szempontjából a harmadik csoport olyan fiziológiai jelenségekkel kapcsolatos, amelyekben hirtelen feloldás és fellazulás vált fel valamilyen hosszantartó feszültséget. Orális szinten ennek az étel megrágása és lenyelése, esetleg éppen ellenkezőleg: kihányása felel meg. Anális és urethrális szinten az ürítés folyamata, genitális szinten pedig a szexuális orgazmus, valamint a szülő nőknél a kitolási fázis második része.

MEGKÍSÉRLEM egy magas dózisu LSD ülésen feljegyzett tapasztalataimmal illusztrálni a harmadik *születéskörüli mátrix* megjelenési formáit, amelyek az élmény első néhány órájának vezérmotívumát játszották. Ugyanennek a pszichedélikus ülésnek folytatását és feloldását csak később, a negyedik jelenségcsoport leírásánál közlöm.

Az ülés az ösztönerők hihetetlen intenzitású feltolulásával kezdődött. Orgasztikus szexuális érzések váltakoztak és keveredtek valami hatalmas áramlat kitöréseivel. Egyszerre éreztem egy acélszerkezet halálos szorítását és az életenergiák ellenállhatatlan, lenyűgöző sodrását. Látóterem vörös színeiben izzott, s a látvány egyszerre volt félelmetes és szentséges. Valahogy úgy éreztem, mindez a vér misztikus hatalmát szimbolizálja, amely sajátos módon egyesíti az emberiséget sok-sok évezreden át. Kapcsolatba kerültem mindenfajta kegyetlenség - kínzás, nemi erőszak, gyilkosság - metafizikai dimenzióival, de a menstruációs ciklus, a születés, szülés, halál, az ősök vérvonala, a hűség, az igaz barátság s a testvériség titkos vérségi kötelékének misztikus lényegével is.

Mindeközben lényegileg azonosultam a szülőcsatornába szorult gyermek szabadulásért folytatott küzdelmével. Hirtelen úgy éreztem, kapcsolatba kerülök egy különös erővel, amely anyát és gyermeket életen és halálán át összeköt. Ösztönösen, zsigeri szinten megértettem e kapcsolat szimbiotikus, egyesítő oldalát, de megszorító és fullasztó aspektusát is, amely minden függetlenedés és önállósulás elé gátat emel. Hirtelen különleges jelentőséget kapott a nagymama, anyák és lányok közötti anyaméh-kapcsolat, mint az élet egyik alapvető misztériuma, amin mi, férfiak, kívül rekedtünk.

Ezután embertömegekkel azonosultam, amelyeket valami felsőbb cél egyesített - különböző korok forradalmáraival és hazafijaival, akik az elnyomás ellen, vagy valamely más, közös ideálért küzdöttek. Egy adott pillanatban erős azonosságot éreztem Leninnel, s mélyen megértettem azt az olthatatlan vágyat, amelyet az elnyomott tömegek felszabadítása iránt táplált, s a forradalom tüzeit, amely a szívében égett. Fraternité! Egalité! Liberté! A szemem előtt a francia forradalom, a Bastille kapuinak megnyitása, s Beethoven Fideliojának idevágó jelenetei villantak fel hirtelen. Könnyekig felindultam, s lélekben összeforrtam az összes szabadságharcossal, aki valaha a földön élt.

Az ülés második felében a hangsúly a halál témaköréről a nemiség és erőszak témája felé tolódott. Nemi erőszak, szado-mazochista praktikák, obszcén jelenetek, nyilvánosházak, prostituáltak és stricik színes képei bombázták érzéseimet hihetetlen erővel. Úgy tűnt, azonos vagyok a jelenetek szereplőjével, de ugyanakkor mint egy megfigyelő, kívülről is szemlélem őket. Ezután gyönyörű, részben figuratív, részben csipkefinom arabeszkből formált képekből a Seherezáde és az Ezeregy éjszaka háremeinek ellenállhatatlanul csábító világa épült fel a szemem előtt. Fokozatosan egy erős spirituális elem vegyült az előbbi forró, érzéki élményekhez. Mintha egyszerre száz és száz afrikai törzsi ceremónia, babiloni templomi prostitúció, ősi tisztulási rítus és csoportos közösüléssel járó, új-guineai vagy ausztrál szertartás résztvevője lettem volna.

Ezután, minden előzmény nélkül, hirtelen minden megváltozott. Úgy éreztem, hatalmas tömegű, leírhatatlanul gusztustalan anyag önt el, s én valami archetipikus emésztőgödörben fuldoklom, amely minden elmúlt kor biológiai hulladékát tartalmazza. Az undorító bűz egész lényemet átjárta, szám ürülékkel telt meg, és a fulladás szélén álltam. Szemem előtt újból és újból megjelent a világ csatornarendszereinek összetett labirintusa. Meghitt viszonyba kerültem a Föld nagyvárosaiban minden végtérkével, minden csatornanyílásával és derítőkáknálával. Megrázó találkozás volt ez a biológikum legvisszatartóbb megnyilvánulásával: az ürülékkel, a hulladékkal, a gennyel, az oszlással és a rothadással.

E szörnyű élmény közepette egy érdekes gondolat cikázott át az agyamon: a most tapasztalt érzések csupán egy felnőtt ember reakcióit tükrözik. Egy gyermek vagy egy kutya erre talán egészen másképpen reagálna. Az életnek számtalan olyan formái léteznek - baktérium, kukac, rovarlárva - amelyek számára ez a hely igencsak kíváncsi környezetet, pozitív életteret jelent. Megpróbáltam áthangolódni erre a nézőpontra, s az egészet innen szemügyre venni. Fokozatosan képessé váltam elfogadni, sőt, valami különös módon élvezni is a helyzetet, amelyben voltam.

A

HEGYEDIK

SZÜLETÉSKÖRÜLI

MÁTRIX

a halál és újjászületés élménye

E JELENSÉGCSONPORT a szülés harmadik klinikai fázisával, a gyermek tényleges megszületésével áll kapcsolatban. A megszületésért folytatott kínokkal teli küzdelem itt ér véget. A szülőcsatornán való áthaladás során felhalmozódó rengeteg aggodalmat, fájdalmat, nyomást és szexuális feszültséget hirtelen megkönnyebbülés és ellazulás váltja fel. A gyermek megszületik, s a sötétség hosszú időszaka után először találkozik a ragyogó nappali világossággal vagy a szülőszoba mesterséges fényeivel. A köldökzsín elvágásával az újszülött végleg leválik az anyai szervezetről. Nagy jelentőségű fiziológiai változások zajlanak ilyenkor: a szervezet, mint anatómiailag független egység, önálló életet kezd, és saját maga kezd gondoskodni az oxigénellátásáról, emésztéséről és az anyagcseréjéről.

A KORÁBBI jelenségcsoportokhoz hasonlóan a születési fázis is újraélhető. Ezek az emlékek felidézik a szülés fiziológiai történéseit és a különféle szülészeti beavatkozások élményét. Még olyanok is, akik semmit sem tudtak születésük körülményeiről, részletes adatokkal szolgálnak egykori magzati elhelyezkedésükről, szülésük lefolyásáról, az alkalmazott érzéstelenítés módjáról, a kézi illetve eszközökkel végzett szülészeti fogásokról illetve a születés utáni gondozás sajátosságairól.

A SZÜLETÉS utolsó fázisának szimbolikus megfelelője a *halál és újjászületés élménye*; ez a halál és újjászületés küzdelmeinek végső állomása és feloldása. Paradox módon a teljes felszabadulás élményének küszöbén az egyén egy közelgő, elsőpró erejű katasztrófa érzésével találkozik, ami gyakran elkeseredett küzdelemre sarkallja annak érdekében, hogy a folyamatot megállítsa. Ha ez sikerül neki, úgy számára a harmadik és negyedik születéskörüli mátrix közötti átmenet a totális megsemmisülés érzetével jár -ugyanis itt a test pusztulásával, a teljes intellektuális és filozófiai vereséggel, a végső morális kudarccal, és a kiüttalan, transzcendentális méretű kárhózzát élményével találkozik. Az Én halálának megélése maga után vonja a valaha létezett kapcsolódási pontok könyörtelen lerombolását is. Az *Én halála és újjászületése* nem egyszeri tapasztalat: azt a következetes önfeltárást során a tudattalan újból és újból, változó hangsúllyal az egyén elé tárja, egészen addig, amíg a folyamat el nem éri célját.

A FREUDI PSZICHOANALÍZIS hatására az Én megítélése az egyén azon képességei alapján történik, melyek segítségével a valóságot felméri és a mindennapi életben boldogul. Azok, akik e korlátozott szemléletet magukévá tették, az Én pszichológiai értelmű halálára nem tudnak másképp, csak rémülettel tekinteni. Pedig ami a folyamat során meghal valójában nem más, mint az az alapvetően paranoid viszonyulás a világhoz, amelyre a születésünk és az életünk során átélt negatív tapasztalatok hatására tettünk szert. Ennek tünetei közé tartozik az általános alkalmatlanság érzése, a minden lehető veszélyre való felkészülés feszültsége, a felelősség és az összeszedettség kényszeres fenntartása, a magunknak és másoknak való állandó bizonyítás kényszere és számos hasonló, vitatható értékű tényező.

AMIKOR VALAKI az Én halálát teljes mélységében átéli, megtapasztalja, hogy egyszer s mindenkorra megszűnik az, amit Alan Watts a *bőrbe tokozódott Énnek* nevez. Ezután az élmény után az egyén nemcsak az élet fokozott élvezetére válik alkalmassá, de a világban is jobban megállja a helyét.

A TELJES MEGSEMMISÜLÉST, a "kozmosz legaljára zuhanás" élményét, amely az Én halálát kíséri, nyomban természetfölötti ragyogás és szépség látványa, vakító fehér vagy arany fény víziója követi. Ehhez archetipikus isteni személyek, szivárványszínek, kifinomult pávatoll-alakzatok vagy ősi tájak látványa társul. Az Én ilyenkor a lelki felszabadulás, a megváltás, az üdvözülés élményével találkozik. Úgy érzi, megszabadult minden aggodalomtól, depressziótól, bűntudattól; megtisztult és megkönnyebbült. Pozitív érzések árama önti el, amely önmagára, a többi emberre s a létezésre magára irányul. A világ gyönyörű és biztonságos helynek látszik, s az egyén életkedve is jelentősen megnövekszik.

HANGSÚLYOZNUNK KELL, hogy e leírás csupán az átlagos, sima lefolyású szülésekre érvényes. Amikor a kitolási szakasz gyenge és elhúzódik, amikor szülészeti fogókat vagy általános érzéstelenítést alkalmaznak, ill. mikor más komplikációkkal és beavatkozásokkal találkozunk a magzat, akkor sajátos eltérések és torzulatok jelentkezhetnek a jelenségcsoport mintázatában.

A HALÁL ÉS ÚJJÁSZÜLETÉS élményének archetipikus szimbolikája a kollektív tudattalan számos rétegéből származhat, bár minden kultúrában megtalálhatók a folyamat mitológiai jelképei. Az Én halála így aztán átélhető romboló istenségek - Shiva, Moloch, Kali - közreműködésével, ill. teljes eggyé válással Krisztussal, Ozirisszal, Adonisszal, Dionüszosszal vagy más, az életét áldozatként odaadó mitológiai személyiséggel. A felszabadulás-élmény egybeforhat Isten absztrakt jelenlétével (pl. sugárzó fényforrás formájában) vagy a különféle vallások többé-kevésbé megszemélyesített Isten-ábrázolásával. Sokan Szűz Mária, Ízisz, Lakhsmi, Parvati, Héra vagy Cybelé alakját öltött Nagy Isteni Anyával találkoznak vagy egyesülnek az élmény során.

A JELENSÉGCSOPORT élettörténeti vonatkozásai a személyes sikerek, szerencsés kimenetelű veszélyes kalandok, túlélt balesetek, súlyos betegségből való felépülések emlékeit tartalmazzák. A freudi erogén zónák szempontjából a *negyedik születéskörüli mátrix* a libidinózus fejlődés minden olyan szintjével kapcsolatban áll, ahol kielégülési állapot követ valamilyen kellemetlen feszültségtől való megszabadulást - mint például a táplálék lenyelését követően az éhség megszűnése, a hányás utáni megkönnyebbülés, az ürítés, a vizelés, a szexuális orgazmus vagy a gyermekszülés.

A TÖVÁBBIAKBAN a harmadik *születéskörüli mátrix* tárgyalásakor félbehagyott LSD-ülés folytatását közlöm, amelyben a *harmadik és negyedik mátrix* közötti átmenet és a negyedik fázis élményelemei követhetők nyomon.

Igencsak meg voltam elégedve magammal: képes voltam megbirkózni a nagy feladattal, s megbékéltem biológiai énem azon oldalával, amelytől kultúránk annyira iszonyodik. A legrosszabb azonban még csak most következett! Minden előzmény nélkül elvesztettem kapcsolatomat a valósággal, s mintha csak egy képzeletbeli szőnyeget húztak volna ki alólam, minden összeomlott körülöttem, s úgy éreztem, a világ darabokra hullik. Olyan volt, mintha létezésem metafizikai tályogként felfakadt volna; a nevetséges önbecsapás hatalmas buboréka egyszer csak kipukkadt, és fény vetült életem alapvető hazugságára.

Mindaz, amiben valaha hittem, amiért küzdöttem, ami értelmet adott az életemnek, most teljesen hamisnak tűnt. Szánalmas, tartalmatlan mankó volt csupán, amellyel létem elviselhetetlen realitását igyekeztem pótolni. Minden, ami érték volt, szétrobbant és továtűnt, mint ahogy a szél a pitypang pihéit fújja szerteszét. Ami maradt, az a végső és rémületes valóság: az egzisztenciális Mindenség értelmetlen káosza. Leírhatatlan rémülettel láttam, hogy egy istenség óriási alakja tornyosul fölém fenyegető testtartással. Ösztönösen tudtam, ez a hindu Siva isten, romboló formájában. Éreztem, ahogy lába mennydörögve rám lép, összezúz, széttapos, és mint valami jelentéktelen ürülék, szétken a kozmosz legalján.

A következő pillanatban egy hatalmas, rémisztő istennővel találtam magam szemközt, akit az indiai Kalival azonosítottam. Egy ellenállhatatlan erő arcomat tátonóg vaginája felé lökte, amely tele volt menstruációs vérrrel és a szülés után visszamaradt anyagokkal. Úgy éreztem, valami azt követeli tőlem, hogy teljesen adjam meg magam a létezés erőinek és a női princípiumnak, amelyet most az istennő képviselt. Ekkor, mikor már végleg megsemmisült bennem mindaz, amit valaha is a férfiúi felsőbbrendűség érzéseként magamban tápláltam, derengeni kezdett bennem a biológiai születésem ide vonatkozó pillanata: a fejem éppen előbukkan a szülőcsatornából, s a szám közvetlen kapcsolatba kerül a vérző anyai vaginával.

Természetfölötti sugárzás és szépség isteni fénye öntött el hirtelen. A sugarak ezernyi csodás pávatoll-alakzatban szóródtak szerteszét. E ragyogó arany fényből a Nagy Isteni Anya alakja vált ki, mint a minden létező iránti szeretet és védelem megtestesülése. Kitérta karjait, s felém nyúlva beburkolt sugárzó lényegével. Én elmerültem e csodálatos energiaáramlatban, amely megtisztított, gyógyított és táplált. Mintha ambrózia - a tej és méz archetipikus lényege - ömlött volna át rajtam hihetetlen bőséggel.

Ezután az istennő figurája fokozatosan eltűnt, s átadta helyét egy még ragyogóbb sugárzásnak, amely bár testetlen volt, mégis határozott emberi jelleggel és szerteáradó, végtelen intelligenciával rendelkezett. Világossá lett számomra, hogy amit átélek, nem más, mint a beleolvadás és elmerülés a Végtelen Tudatba, Brahmába, úgy, ahogyan azt az indiai filozófiáról szóló könyvekben olvastam. Ez az élmény mintegy tíz perc után elenyészett; én mégis úgy éreztem, az idő dimenzióját átlépve egy egész örökkévalóságig tartott. A gyógyító és tápláló energia áramlása és a pávatoll-alakzatok arany izzása egész éjszakán át tartott, s az ezt követő jó érzés pedig napokon át elkísért. Az átéltek emléke évek óta elevenen él bennem, és alapvetően megváltoztatta az életfilozófiámat.

SZERETNÉM e születéskörüli jelenségcsoportokat tárgyaló részt egy holotróp ülésen készült beszámolóval zárni. Szerzője egy klinikai pszichiáter, aki nemrég vett részt ötnapos holotróp légzési szemináriumunkon. A bevezető csoportbeszélgetésen önmagát ideileg túlfeszített típusnak írta le, aki hajszolja a munkát, élvezi a nehéz feladatokat, a kihívásokat és a küzdelmet. A holotróp ülés nála mély megnyugvást és ellazulást eredményezett. Beszámolója jó példa arra, hogy az elemi erejű születési élmények s azok hétköznapi vonatkozásai miként hatnak egy intelligens, szkeptikus és tudományosan képzett személyre.

Kezdetben egy pikkelyes, féregszerű állattal azonosultam, s annak mozgását is teljesen átvettem. Egymás után többször spirál alakban a hátamról a hasamra, s megint a hátamra fordultam. Váratlanul érintéseket éreztem a lábamon, amelyek nagyon zavartak és korlátoztak. Küzdeni kezdtem ellenük, először könnyedén, később egyre növekvő erővel és elszántsággal. A viaskodás odáig fokozódott, hogy rájöttem: már az életemért harcolok. Később kiderült, öt embernek kellett lefognia, mert úgy csapkodtam, hogy a körülöttem fekvőket kitűrtam a helyükről. Akkor szilárdan elhatároztam, semmiképpen nem adom meg magam, még akkor sem, ha az egész világ támad ellenem. Csellem, erővel és hangos sikoltozással küzdöttem a tehetetlenség és a fölény kerekedő ellenféllel szemben.

Ahogy lefogtak, Stan igyekezett megmagyarázni, ők nem az ellenségeim, hanem azért vannak ott, hogy segítsenek nekem. Némi idő elteltével e harcot képes voltam azonosítani a születésem élményének újraélésével. Észrevettem, hogy a tehetetlenség folyamatosan fenntartotta az erős ellenállás érzését bennem, s egy pillanatig sem voltam képes elengedni magam. E jelenséget igen jól ismerem a mindennapjaimból.

Vad mozdulataim és hangos kiáltásaim elérték a tetőpontot, majd elcsendesültek; fokozatosan az ellazulás fázisába léptem. Ekkor elhatároztam, felülök. Mikor Stan azt mondta, ez még korai, hirtelen a következő cikázott át az agyamon: "Persze, hiszen akkor én egy koraszülött lennék!" Újból lefeküdtem, teljesen betakaróztam, és úgy éreztem, ezúttal képes vagyok a hátralevő időt kivárni az anyaméhben. Csodálatos volt; boldogság öntött el, és úgy éreztem, akár az örökkévalóságig ebben az állapotban maradnék.

Hirtelen a frissen cserzett bőr erős szaga csapott meg; újból és újból éreztem, s ez igen jólesett. A tökéletes ellazulás állapotában voltam, amely a mindennapi életben számomra teljesen ismeretlen. Élveztem a felbukkanó víziókat. Az erős bőrszag tűnt a legfigyelemreméltóbb jelenségnek. Igen furcsálltam, de nem tudtam vele mit kezdeni. A csoportmegbeszélésen megkérdeztem Stant, mi lehetett ez. Elmondta, a bőr (illetve annak illata) nem tartozik a születés szimbolikus és archetipikus megnyilvánulásaihoz, ezért bizonyára a születésemmel kapcsolatos konkrét körülményekkel állhat kapcsolatban.

Aznap este eszembe jutott, hogy régen anyám egy bőrruházati boltban dolgozott. A megszületésem napján is késő estig bent maradt, s nadrágokat varrt, a bőroket az ölében tartva. Nem számított arra, hogy a szülés már aznap megindulhat, s mikor a magzatvíze elfolyt, úgy gondolta, csupán valami hólyag-probléma lépett fel. A születést követő időszakban is szoros kapcsolatban álltam a friss bőr szagával, ugyanis

anyám otthon tovább folytatta a bőrnadrágok varrását. Meggyőződésem, hogy valóságosan újraéltem a születésemet, s hogy a friss bőr illata valamilyen módon szintén hiteles emlék.

AZ AGYON TÚLI TARTOMÁNY

a psziché transzperszonális dimenziói

A zsiráfhoz és a kacsacsőrű emlőshöz hasonlóan azok a lények, amelyek az elme legtávolabbi régióit lakják, rendkívüli módon valószínűtlenek. Mindemellett léteznek, és tárgyilagosan megfigyelhetők. Így bárki, aki őszinte megismerésére törekszik a világban, amelyben él, nem veheti semmibe őket.

- Aldous Huxley, *Mennyország és pokol*

A SOROZATOSAN átélt halál- és újjászületés-élmények jellegzetes módon kaput nyitnak az emberi psziché élettörténeten túli területeire, amelyeket mi *transzperszonálisnak* nevezünk. A tudattalan születéskörüli szintje világos átmenetet képez az élettörténeti és a transzperszonális birodalmak, illetve az egyéni és a kollektív tudattalan között. Legtöbb esetben a transzperszonális élmények jelentkezése előtt az egyén drámai módon találkozik a születéssel és a halállal. Létezik azonban más alternatíva is: előfordul, hogy különféle transzperszonális élmények anélkül is átélhetővé válnak, hogy előzőleg nem történt szembesülés a születéskörüli szinttel. A gazdag és szerteágazó transzperszonális témák közös nevezője, hogy az egyén úgy érzi, tudata átlépte Énjének határait, s áttörte az idő és tér korlátait.

A MEGSZOKOTT, "normális" tudatállapotban magunkat a fizikai testünkön belüli létezőnek tekintjük, környezetünk érzékelését pedig érzékszerveink végzik. Belső és külső észleléseink a szokásos tér-idő korlátai közé rekednek. Mindennapi körülmények között érzékeink közreműködésével csak azokat az eseményeket érzékeljük plasztikusan, amelyek a jelenben és a közvetlen környezetünkben zajlanak. Igaz, emlékezni tudunk a múltra és előre sejtjük vagy fantáziánkkal megrajzoljuk a jövőt, mégis, a múlt és a jövő közvetlen tapasztalásunk számára elérhetetlen. A transzperszonális élmények során - mint az a pszichedélikus üléseken tapasztalható - az említett korlátok egyike vagy némelyike látszólag könnyedén átléphetővé válik. AZ FENTEBB tárgyaltak alapján a transzperszonális élményeket úgy határozhatjuk meg, mint a tudat kiterjedését a testbe zárt Énen, az idő és tér megszokott korlátain túlrá. Ezek az észlelések hihetetlenül gazdag skáláját foglalják magukba, s a valóság különböző szintjeiről származnak. A transzperszonális tapasztalatok spektruma bizonyos értelemben felöleli magát a létezés teljességét. Most, mielőtt továbbmennénk a transzperszonális élmények tárgyalásában, szeretnék két új kifejezést bevezetni: ezek a tudat két, egymást kiegészítő működési módját jelölik, amelyek segítségével magunkat és a világot érzékeljük.

A TUDAT HYLOTROP, vagyis tényorientált működési módja kifejezést a konszenzus-valóság mindennapi, "normális" meg tapasztalásának értelmében használok. A tudat *holotrop* működési módja (vagy a "teljesség és a létezés egysége felé törekvő tudat") kifejezést bizonyos szokványostól eltérő pszichológiai állapotok jellemzésére alkottam, amelyek a meditatív, misztikus vagy pszichedélikus tapasztalatok tartományába tartoznak. Számos esetben ezek spontán felbukkanása is megfigyelhető, amit a mai pszichiátriai gyakorlat pszichotikus természetűnek tekint.

A TUDAT *hylotrop* működési módja során egyik pillanatról a másikra az érzékelhető világ illetve a konszenzus-valóság egy igencsak lehatárolt részletét vagyunk képesek érzékelni. E meg tapasztalt részlet természetét és érvényességi körét az érzékelhető világ tér- és időkoordinátái, érzékszerveink anatómiai és fiziológiai korlátai, valamint a környezet fizikai jellemzői minden kétértelműséget kizárva határozzák meg.

A TUDAT HOLOTROP működési módja a létezés összes többi területét képes megközelíteni. Ebben az elérhetési körbe nemcsak az egyén biológiai, pszichológiai, társadalmi, faji és lelki története valamint a teljes érzékelhető világ múltja, jelene és jövője tartozik, hanem a valóság azon nagy számú többi szintjének és birodalmának teljessége is, amelyről a világ spirituális tradíciói tanítanak. A misztikus irodalom összehasonlító tanulmányozása megmutatta, hogy e rendszerek legtöbbször egy összetett, rétegesen tagolt és hierarchikus valóságmodellről beszél, amely magában foglalja mind az érzékelhető, mind pedig az érzékelésen túli lét-aspektusokat. (Wilber, 1980)

A DURVA ÉRZÉKI valóság az általános éber tudatállapot által érzékelt világot, az érzékszervek által tapasztalt konszenzus-valóságot jelenti. Az ide tartozó világkép és életforma azokra az információkra épül, amelyeket fizikai testünk, az anyagi világ, a lineáris oksági viszony mint egyetlen rendezőelv, és a newtoni tér-idő szemlélet nyújt számunkra.

AZ "ÖRÖK FILOZÓFIA" emellett a létezés számos szintjét és birodalmát is meghatározza, amelyekre legtöbbször mint szubtilis, kauzális vagy végső/abszolút szintekre hivatkozik.

MIND A SZUBTILIS, mind pedig a kauzális szint tovább osztható alsó és felső régiókra. Az *alsó szubtilis* vagy *asztrális-fizikai szint* a hagyományos testen kívüli élményeket, asztrál-utazásokat, auraérzékelést, okkult és fizikai jelenségeket (mint a prekogníció, a tisztánlátás és pszichokinézis) tartalmazza. A *felső szubtilis* szinthez tartozik az istenségek archetipikus megjelenése, a felsőbbrendű lények jelenléte, a spirituális vezetők jelentkezése, az isteni inspiráció ill. különféle fény- és hangélmények is.

AZ ALSÓ KAUZÁLIS szint a *savikalpa samadhi*, a legfelsőbb Istennek, minden világ teremtetőjének birodalma. Ez a *bija mantra* hallható fénye, minden személyes istenség eredete. A *felső kauzális szintet* a határtalan sugárzásba való végső behatolás és feloldódás, a *nirvakalpa samadhi* jellemzi. Ezen a szinten már nem különül el az érzékelés alanya és tárgya, az egyén és isten: csak a forma nélküli tudat az egyedül létező. Az *abszolút szintjén* a tudat az eredeti állapotára és lényegére ébred, amely nem más, mint maga a teljes - a durva, a szubtilis és a kauzális - lét lényege.

A XX. SZÁZADI, pszichedélikus szerekkel vagy más technikákkal végzett tudatkutatások határozott bizonyítékokat szolgáltatottak a valóság fenti értelmezéséhez. Mégis: az a térkép, amelyet az "örök filozófia" rajzolt a tudatról, némely ponton módosításra és kiegészítésre szorult az új pszichoterápiás módszerek felfedezéseinek tükrében. Az elkövetkezőkben megkísérlem a transzperszonális élmények egyfajta osztályozását nyújtani, amely alapvetően az "örök filozófia" kategóriáira épül, de magában foglalja a modern tudományos kutatások eredményeit is.

IGENCSAK NEHÉZ a transzperszonális jelenség tudományos rendszerezését úgy megalkotni, hogy az kielégítő és átfogó módon tükrözze a belső megfigyelésekből kialakított és a modern tudatkutatások által felállított rendszereket. A transzperszonális tapasztalatok skálája hihetetlenül gazdag és változatos, s a valóság számos szintjén olyan törvények és alapelvek érvényesek, amelyek lényegileg különböznek a hétköznapi valóság rendjétől. Sok transzperszonális élmény, mivel szóban kifejezhetetlen, kibújik a megfelelő verbális leírás alól, valamint azokra a dimenziókra vonatkozik, ahol a szokásos viszonyrendszerek - tér, idő, dualitás, polaritás, egyenes vonalú oksági viszonyok - már nem érvényesek. A kérdést tovább bonyolítja a tudat holografikus természetének és a különböző tudatszintek és birodalmak kölcsönös átjárhatóságának problematikája.

REMÉLEM, hogy a felsorolt nehézségek ellenére a transzperszonális jelenségek alábbi osztályozása a tapasztalható valóságok megfelelő részletességű térképét kínálja, s hasznos információkkal szolgál az emberi tudat kutatói számára. Bízom benne, hogy cserében ők is - tapasztalataik és megfigyeléseik alapján - kiegészítik, csiszolják és felülvizsgálják majd az általam felvázoltakat.

MIELŐTT azonban elkezdeném a transzperszonális jelenségek osztályozását, szeretném tisztázni a tudat *holotrop* működési módja és a transzperszonális tapasztalás közötti rokonságot. A holotropikus tudatállapot képes a létezés összes létező szintjének megközelítésére. Ez magába foglalja az egyén születés utáni élettörténetét, a jövőbeli eseményeket, az embrionális és magzati fejlődés fázisait, a megtermékenyülés pillanatát éppúgy, mint az ősi, faji, karmikus és törzsfajlódási emlékeket. Ezek közül az élettörténeti és a születéskörüli élményekkel korábban már megismerkedhettünk.

A SZÜLETÉSI és gyermekkori élmények teljes újraélése (a visszaemlékezéssel összehasonlítva) bizonyos értelemben a tér- és időkorlátok áttörésének tekinthető. Az egyén, aki ily módon újra éli csecsemőkorának, gyermekkorának, későbbi életének vagy a születése során átélt küzdelmeit, nem idegrendszerének memória-engramjaiból rekonstruálja ezeket az emlékeket, hanem ténylegesen kapcsolatba lép az eredeti esemény tér- és időkoordinátaival. Ez a tudományos-fantasztikus irodalomból ismert helyzethez hasonlítható, amelyben űrhajósok egy erős gravitációs terű bolygóra való leszállás közben tér-idő hurokba kerülnek, s egy időben két különböző tér-idő rendszerben élnek az életüket. E körülmények között képessé válnak a saját múltjukban létező énjükkel találkozni.

A GYERMEKKORI emlékek teljes újraéléséhez időnként az esemény másik főszereplőjével (pl.: az agresszorral) való azonosulás is társul, amely az élménynek határozott transzperszonális színezetet ad. A születés fázisainak átélése nemcsak a szülő anyával való azonosulással járhat, hanem olyan térben és időben távoli helyzetekkel való összekapcsolódással is, amelyekben más személyek élnek át hasonló érzelmi állapotot vagy testi érzetet. E kapcsolódásokat korábban a születéskörüli jelenségcsoportok tünettanáról szóló fejezetben tárgyaltuk részletesen.

A LEGLENYEGESEBB különbség nem a transzperszonális tapasztalatok és az élettörténeti vagy születéskörüli élmények között áll fenn, hanem a *hylotrop* - az éber tudati, egyik pillanatról a másikra érzékelő - működési mód és a *holotropikus* működésmód között, mely utóbbi során a megváltozott tudatállapot a létezés összes lehetséges megnyilvánulásával képes összekapcsolódni. Ez nemcsak az érzékelhető világ téridejére, hanem a valóság transzcendens szintjeire is kiterjed. (Elsősorban didaktikai okból választottam szét az élettörténeti és születéskörüli élményeket a transzperszonális jelenségektől. A táblázatban az embrionális, ősi, faji, karmikus és törzsfajlódási tapasztalatokat a transzperszonális területhez soroltam.)

AZ ÉLMÉNYEK tartalmukat tekintve nagyjából három nagy kategóriára oszthatók. Ezek magukban foglalják a téridő anyagi világának azokat a jelenségeit, amelyeket kultúránk objektív valóságnak tekint, de azokat is, amelyek a valóság olyan szintjeit érintik, amelyeket a nyugati mechanisztikus tudomány még egyértelműen tagad. E jelenségeket számos ősi és a nyugattól eltérő kultúra valamint a világ több nagy misztikus hagyománya - amelyre Aldous Huxley az *örök filozófia* megjelölést alkalmazta - már régen felfedezte és elismerte.

A TRANZPERSZONÁLIS TAPASZTALATOK első kategóriája, amely a téridő világának jelenségeivel foglalkozik, tovább osztható olyan élményekre, amelyek a megszokott tér-korlátok áttörését, valamint olyanokra, amelyek a lineáris idő-határok átlépését érintik. Ezekhez még egy harmadik kategóriát is illesztettünk, amelyet a tudat durva és finom (kauzális) szintjének különös keveréke jellemez. Ezek az élmények és jelenségek valahol a belső világ és a külső valóság, illetve az anyag és tudat határvidékén jelentkeznek. E kategóriát *pszichoid jelenségnek* neveztem el. E kifejezést más értelemben korábban használta már Hans Driesch német biológus és filozófus, a vitalizmus egyik fő képviselője, Eugen Bleuler svájci pszichiáter, akinek a skizofrénia elnevezést köszönhetjük, valamint Carl Gustav Jung, aki ezt a szinkronicitást és az archetipikus jelenség összefüggésében alkalmazta. Az itt következő osztályozás a fent tárgyalt alapelvek figyelembevételével készült.

Transzperszonális tapasztalatok ÉLMÉNYEK A KONSZENZUS-VALÓSÁG ÉS A TÉRIDŐ HATÁRAIN BELÜL

1. a tér korlátainak áttörése
 - a. a duális egység élménye
 - b. azonosulás más személyekkel
 - c. azonosulás csoportokkal és a csoport-tudat
 - d. azonosulás állatokkal
 - e. azonosulás növényekkel és botanikai folyamatokkal
 - f. eggyé válás az étellel és minden teremtménnyel
 - g. az élettelen anyag és szervetlen folyamatok tapasztalása
 - h. bolygónk tudatának átélése
 - j. azonosulás a teljes fizikai univerzummal
 - k. pszichikus jelenségek a tér korlátainak áttörésével
2. A lineáris idő korlátainak áttörése
 - a. embrionális és magzati élmények
 - b. ősök emlékei
 - c. rasszhoz és a kollektívumhoz kötődő élmények
 - d. elmúlt inkarnációk élménye
 - e. törzsfajlódási élmények
 - f. a bolygók fejlődésének élménye
 - g. a kozmosz keletkezésének élménye
 - h. pszichikus jelenségek, az idő korlátainak áttörésével
3. A test belső világába fordulás és a tudat beszűkülése

ÉLMÉNYEK A KONSZENZUS-VALÓSÁG ÉS A TÉRIDŐ HATÁRAIN TÚL

- a. spiritisza és médiumi élmények
- b. a finomtest energetikai jelenségei
- c. találkozás állati szellemekkel
- d. találkozás szellemi vezetőikkel és magasrendű lényekkel
- e. látogatás más világegyetemekbe és találkozás azok lakóival
- f. mitológiai és mesemotívumok átélése
- g. találkozás jóindulatú és haragos isteni lényekkel
- h. az egyetemes archetípusok megtapasztalása
- i. az egyetemes szimbólumok intuitív megértése
- j. teremtő inspiráció és a prométheuszi impulzus
- k. találkozás a teremtő istenséggel és bepillantás a világegyetem teremtésébe
- l. a Kozmikus Tudat élménye
- m. a kozmosz feletti és a kozmoszon túli Űr

PSZICHOID TERMÉSZETŰ TRANZSPERSONÁLIS TAPASZTALATOK

1. A tudat és az anyag közötti szinkronkapcsolatok
2. Spontán pszichoid események
 - a. paranormális fizikai megnyilvánulások
 - b. spiritisztikus jelenségek és fizikai médiumítás
 - c. visszatérő spontán pszichokinézis (Poltergeist)
 - d. azonosítatlan repülő tárgyak (UFO jelenség)
3. Akaratlagos pszichokinézis
 - a. ceremóniális mágia
 - b. spirituális gyógyítás
 - c. siddhik
 - d. laboratóriumi pszichokinézis

A FENTI osztályozás a teljesség igényével tartalmazza a transzperszonális jelenségeket, úgy, ahogyan azt pszichedélikus kutatások, holotróp légzések és megváltozott tudatállapotok során tapasztaltam. A lista felsorol olyan pszichoid típusú transzperszonális jelenségeket is, amelyeket a misztikus irodalom és a modern kutatás ugyan megemlít, ám nekem még nem volt alkalmam azokat a munkám során, személyesen is megfigyelni.

E TÉRKÉP általánosságban megegyezik az *örök filozófia* megállapításaival, bár annál teljesebb és attól némely részletében eltér. Az élményeknek az a kategóriája, amely a tudat kiterjesztését a konszenzus-valóság és téridő keretein belül írja le, az alsó szubtilis terület asztrál-fizikai részével áll kapcsolatban. A legtöbb élmény, amely a konszenzus-valóság és a téridő határait átlépi, a magasabb szubtilis területhez tartozik. A Legfelső Isten vagy a Teremtő (savikalpa samadhi) megtapasztalása az alsó kauzális szinttel, míg a dualitáson túli forma nélküli tudat (nirvakalpa samadhi) vagy a Tér (sunyata) átélése a magasabb kauzális szint jellemzője. Az Abszolút vagy a Végső élménye pedig az összes szint és tudatforma egységként való megtapasztalása.

FONTOS megemlíteni, hogy a transzperszonális élmények többször nem tiszta formájukban jelentkeznek. Korábban már említettük, hogy például a születéskörüli élmények egyéni tünetegyüttesének vizsgálatakor gyakran tapasztaljuk különféle transzperszonális jelenségek felbukkanását, valamint azt, hogy maguk a biológiai történések is meghatározott transzperszonális jellegzetességgel bírhatnak. A transzperszonális élmények különböző formái bizonyos csoportképző hajlandóságot is mutatnak. Az embrionális élmények például törzsfelföldési emlékekkel, a kozmikus egység megtapasztalásával, a mennyországi és paradicsomi helyek archetipikus képeivel, s különféle jóságos isteni alakok vízióival keveredhetnek. Ezek az asszociációk visszatérőek és meglehetősen hasonlóak, s a tudat világának változatos jelenségei között fennálló figyelemreméltó tapasztalati összefüggésre és alapvető kapcsolódásokra utalnak.

A KÖVETKEZŐ részben igyekszem röviden meghatározni, leírni, valamint jellegzetes példákkal illusztrálni a transzperszonális jelenségek főbb típusait.

ÉLMÉNYEK A KONSZENZUS-VALÓSÁG ÉS A TÉRIDŐ HATÁRAIN BELÜL

1. A tér korlátainak áttörése

A TÉR KORLÁTAIT áttörő transzperszonális élmények arra mutatnak: az egyén és az univerzum közötti elhatárolódás nem merev és abszolút érvényű. Az ember különleges körülmények között képes bármely létező entitással azonosulni, beleértve magát a világegyetemet is. Az élmények körébe tartozik a másik személlyel való duális egységbe olvadás, a ráhangolódás meghatározott embercsoportok tudatára, vagy a tudat olyan mértékű kiterjesztése, hogy az az egész emberiségét is magába olvasztja. Hasonló módon képesek vagyunk a jellegzetesen emberi tapasztalatok körét átlépve állatok, növények, sőt, szervetlen tárgyak és folyamatok tudatával is azonosulni. Rendkívüli esetben lehetséges a teljes bioszféra, az egész bolygó vagy a teljes anyagi világegyetem tudatát is átélni.

a. A duális egység élménye

A TRANSZPERSZONÁLIS élmények e típusárát a testi Én határainak elvesztése, feloldódása és egy másik személlyel való eggyé válás jellemzi úgy, hogy az élmény során az érzékelő megőrzi saját személyiségét. Ez pszichedélikus üléseken, meditációkban vagy megváltozott tudatállapotokban spontán is előfordul. Ilyenkor a duális egység a környezetben tartózkodó személyekkel - terapeutával, segítővel, családtagokkal, barátokkal - kapcsolatosan jelentkezik. Előfordulhat az érzékelő belső világában felbukkanó személyekkel való azonosulás is, akik az adott ülésen nincsenek jelen.

A DUÁLIS EGYSÉG élménye rendszeresen megjelenik, amikor valaki az anyai szervezettel való szimbiotikus egységet éli újra. Ebben az összefüggésben előfordulhat váltakozó azonosulás az anyával, a gyermekkel vagy egyszerre mind a kettővel (duális egység). A világegyetemmel való misztikus egyesülés állapotában a duális egység érzése a létezés bármely megnyilvánulásával kapcsolatosan átékelhető - nemcsak emberekkel, hanem állatokkal, növényekkel és élettelen tárgyakkal is.

A DUÁLIS egység élményének igen fontos példája a partnerrel való eggyé válás a szexuális együttlét során (genitális egyesüléssel vagy anélkül) - ez előfordulhat a mindennapi életben vagy bekövetkezhet tantrikus gyakorlatok eredményeképpen. A Tantra baloldali ösvénye (vama marga) követőinek célja a szexuális egyesülés során elért kozmikus egység átélése, amely az összetett és szent rituáléjuk (pancha makra) tárgya. A duális egység élménye gyakran előfordul rendszeres spirituális gyakorlatot - elsősorban a bhakti jógát - végzők körében is, ahol a tanítványok képesek a gurujukkal azonosulni.

A DUÁLIS EGYSÉG átélését gyakran a szeretet és az esemény szentségének érzése kíséri. A spirituális hagyományokban léteznek különleges gyakorlatok, amelyekkel a fenti élmények előidézhetők; ide tartozik a másik szemébe nézés, a másik lélegzetvételének figyelése, a partner szívverésének hallgatása, vagy a szinkronizált légzés technikája.

A KÖVETKEZŐ példa egy terápiás LSD-ülés részlete, amely a várandós és szoptató anyával való duális egység megtapasztalását és a terapeutával való egybeolvadást illusztrálja.

Milada embrionális helyzetbe kuporodott és látszott, messze visszahátrál az időben. Jelentős változást vettem észre az arcán. Ráncai mind eltűntek, és már egészen kicsi gyereknek látszott. Ekkor az anyjával való csodálatos egységérzésről tudósított. Elmondta, nem érzékel semmi különbséget az anyja és a saját érzései között.

Szabadon tudta váltogatni nézőpontját, hol mint méhen belüli magzat és táplálkozó csecsemő, hol pedig mint várandós és szoptató anya érzékelte magát. Képes volt egy időben átélni mind a két szerepet, mintha az egész egyetlen, határok nélküli tapasztalati kontinuum volna.

Mikor kinyitotta a szemét, nagy meglepetéssel tapasztalta, hogy nem érzékel kettőnk között semmiféle elhatárolódást. Úgy érezte, képes olvasni a gondolataimban és a bennem zajló érzelmi folyamatokban. Azzal a néhány észrevétellel, amelyet ezzel kapcsolatban megfogalmazott, minden kétséget kizáróan egyet kellett értenem. Olyan érzése volt, hogy nekem is korlátlan betekintésem van a gondolataiba, s "úgy tudok benne olvasni, mint egy nyitott könyvben". Az élmény e momentuma tisztán kivetítés volt, és nem tükrözte megfelelően az én állapotomat. Egy bizonyos ponton Milada paranoid félelem tüneteit kezdte mutatni, s attól tartott, hogy gondolataiban nemcsak én, hanem a többi ember, az egész világ szabadon olvashat.

b. Azonosulás más személyekkel

E TRANSZPERSZONÁLIS élmény igen szoros kapcsolatban áll az előzőekkel. Itt, mialatt az érzékelő más személyekbe olvad bele, teljesen azonosul azokkal, s többé-kevésbé el is veszíti saját személyiségét. Az érzés, hogy ő egy másik ember, totális és mindenre kiterjed. Magában foglalja a test-tudatot, az érzeteket, az érzelmi reakciókat és viselkedésmódot, a gondolati folyamatokat, az emlékeket, az arckifejezést, a jellegzetes gesztusokat és modorosságokat, a testtartást, a mozgást, sőt, a hanghordozást is.

SZÁMOS FORMÁJA, mértéke és szintje létezik ennek az élménynek. Előfordulhat azonosulás azokkal, akik az események során jelen vannak, de előfordulhat távol levő személyekkel, ill. belső élményként az átélő gyermekkorából, ősei történetéből vagy az elmúlt inkarnációjából felidézett szereplőkkel is. Az azonosulás tárgya lehet még élő és régmúlt történelmi személy, sőt, mitológiai és archetipikus alak is.

A GYERMEKKOR vagy a későbbi életszakaszok érzelmi fontos, többszereplős emlékeinek újraélése során gyakran előfordul, hogy az érzékelő felváltva vagy egyszerre azonosul az összes résztvevő személlyel. Ez bizonyos transzpersionális jelleget kölcsönöz igen sok élettörténeti élménynek. Ebben az összefüggésben az átélő képes azonosulni a szüleivel, gyermekeivel, közeli rokonaival, barátaival, ismerőseivel vagy tanáraival. Az élmények tárgyává válhatnak népszerű politikusok, tudósok, művészek, vallási tanítók vagy különféle foglalkozási, etnikai, faji csoportok jellegzetes képviselői.

A MEGVÁLTOZOTT tudatállapotú személyek, akiket módomból volt megfigyelni, az alábbi híres történelmi és közéleti személyiségekkel azonosultak: Nagy Sándor, Néró császár, Kleopátra, Dzsingisz Kán, Leonardo da Vinci, Michelangelo, Assisi Szent Ferenc, Szent Teréz, Abraham Lincoln, Lenin, Sztálin, Martin Luther King, Mohammed Ali, John F. Kennedy és számtalan híres filmsztár. A Krisztussal és szenvedésével való teljes azonosulás gyakori és jellegzetes kísérője a harmadik születéskörüli mátrixnak. A másik személlyel történő egyszerű azonosulás abban különbözik az elmúlt inkarnációk élményétől, hogy nincsen emlék jellege, és az érzékelő megőrzi az önmagával való azonosság érzését is.

A DUÁLIS EGYSÉG ill. a más személyekkel való azonosulás a tapasztalt médiumoknál gyakran tapasztalható jelenség. Náluk ezek az élmények nem olyan kiszámíthatatlan és elementáris módon jelentkeznek mint azt pszichedélikus állapotokban, meditáció során vagy spontán megváltozott tudatállapotban (spirituális krízis) tapasztalhatjuk, hanem akaratlagosan előidézett és ellenőrzött formában. Mi magunk is többször tanúi voltunk Anne Armstrong pontos és hiteles üléseinek, amelyek során - többek között - a fenti mechanizmusok is megnyilvánultak. Úgy tűnik, a gyakorlott számánok szintén a módszer segítségével gyógyítanak és állítanak fel lelki diagnózist.

SZERETNÉK most egy, a saját életünkből vett epizódot példaként bemutatni. Christina, a feleségem volt a főszereplője annak a megrázó azonosulás-élménynek, amelyet ágyban fekvő, lázas betegként élt át. A történet másik szereplője Gregory Bateson antropológus, egykori jó barátunk. Gregory, tüdőrákkal harcolva, életének utolsó szakaszát töltötte az Esalen Intézetben. A sebészeti beavatkozás során egy grapefruit nagyságú tumort találtak nála a nagy tüdő-verőér közelében. Az operációnak nem volt értelme, s Gregory-nak még legfeljebb négy hetet adtak. Ekkor meghívást kapott az Esalen Intézettől, hogy életének hátralevő idejét a Big Sur Coast gyönyörű környezetében töltsen. Ott tartózkodása alatt számos alternatív gyógymódot alkalmaztak nála, s javuló és hanyatló fázisok közepette több, mint két és fél évet élt még ezután. Sokat találkoztunk vele és a családjával, s igen közeli barátság alakult ki közöttünk.

Egy reggel Christina úgy döntött, ágyban marad, mert nem érezte jól magát. Hirtelen egy elsöprő érzés lett úrrá rajta, és úgy érezte, Gregory-vá változik. Ővé volt Gregory óriási teste, hatalmas keze, minden gondolata és karcos brit humora. Érezte a rákos fájdalmat és valahogy testének minden sejtjében tudta, hogy a halálán van. Igen meglepődött, mert ez nem állt összhangban azzal, amit Gregory akkori állapotáról tudott. Igaz, Greg állapota némileg romlott azokban a napokban, de ez már igen sokszor előfordult azelőtt is, és Christinának semmi oka nem volt rá, hogy ennek különleges jelentőséget tulajdonítson.

Később Christina összefutott barátunkkal, Carl Simontonnal, aki abban az időben az Esalen Intézetben dolgozott, és Gregory-t azzal vizualizációs módszerrel kezelte, amelyet a rák gyógyításának kiegészítőjeként fejlesztett ki. Christina megtudta, Carl és Gregory együtt voltak aznap reggel. Az ülés közepe felé Gregory kijelentette: "Ezt nem akarom tovább csinálni. Meg akarok halni." Ekkor odahívták Gregory feleségét, Loist, s a gyógyítás és a rákkal való küzdelem helyett a halálról kezdtek beszélgetni. Ez az esemény pontosan egybeesett Christina reggeli, Gregory-val való azonosulás-élményével.

Christinának igen ellentmondásos érzései támadtak az epizóddal kapcsolatban. A jelenség hirtelen, kéretlenül tört be a tudatába, ami igen ijesztő volt. Másrészt viszont az alig néhány percnyi felkavaró élményből többet tudott meg Gregory-ról, mint többévi, intenzív barátságunk alatt. Világossá vált, hogy az ilyen élmények diagnosztikus és terápiás célokból felbecsülhetetlen értékűek lehetnének, ha sikerülne megoldani előidézésük teljes tudati kontrollját.

c. Azonosulás csoportokkal és csoporttudat

A CSOPORT-AZONOSULÁS élménye a tudat további kitágításával és a személyiség határainak további lebontásával jár együtt. Az egyes személyekkel való azonosulás helyett itt az átélő egy faji, kulturális, nemzeti, ideológiai, politikai vagy foglalkozási csoporttal válik eggyé. A közös nevező ez esetben a testi és érzelmi hatások minősége, valamint az a hátrányos helyzet vagy sorsközösség, amely a csoport tagjait egységbe fogja.

EZEKBEK a fajta transzpersionális élményekben az egyén elsőprű erejű késztetést érez, hogy az évszázados üldöztetésnek kitett zsidóknak, a rómaiak által megkínzott és feláldozott keresztény mártíroknak, az inkvizíció kivallatott és máglyára küldött áldozatainak, valamint a börtönökben és koncentrációs táborokban szenvedő foglyoknak csoporttudatára hangolódjék. Az élmények során átélhető a Mekkába zarándokló muzulmánok vallási rajongása, a Gangeszben megtisztuló hinduk áhítata, vagy a szélsőséges vallási szekták - flagellánsok, orosz skopzik vagy a kigyó-adogató evangélikus gyülekezetek - fanatizmusa.

AZ ÉLMÉNYEK mélysége, kiterjedtsége és intenzitása rendkívüli arányokat ölthet. Az átélő megtapasztalhatja a harctereken valaha meghalt összes katona szenvedését, minden idők forradalmárainak elnyomóikkal szemben érzett izzó gyűlöletét, vagy a kicsinyét ápoló összes anya önfeláldozását, gondoskodását, szeretetét.

A SZEMÉLYISÉG határai megnyílnak, s az egyén beleoldódhat társadalmi, politikai csoportokba, egy ország vagy kontinens teljes népességébe, egy rasszba vagy egy világvallás összes követőjébe. Előfordulhat az egész emberiséggel, magával az emberi léttel - annak örömeivel, bánatával, szenvedélyeivel, dicsőségével és tragédiájával - való azonosulás.

AZ ILYENFAJTA transzpersionális élmények leírásai nagy számban megtalálhatók a spirituális irodalomban - próféták, szentek, vallásalapítók tanításaiban. A modern tudat kutatás felfedezése, hogy ezek a transzpersionális élmények - különleges körülmények között - mindenki számára elérhetők. Ennek különösen megindító példája volt Rusty Schweickart amerikai űrhajós élménye, aki az Apolló 9 földkörüli útja során, egy űrséta alkalmával misztikus egyesülést élt át a teljes emberiséggel. (Schweickart 1985)

E TRANSPERSONÁLIS ÉLMÉNYT két példával fogom illusztrálni. Az első egy pszichiáter - nem sokkal Indiában tett látogatása után lezajlott - magas dózisu LSD ülésének részlete.

Ekkor hirtelen elöntöttek az indiai út emlékei. Újra átéltem a mély megrendülést, melyet az emberi lét e hihetetlenül széles skáláját látva éreztem - az elképzelhetetlen szegénység, mocskok, betegség és halál nyomorúságától a magasrendű templomi építészeti és szobrászati időtlen szépségig s az emberi lélek legmagasabb vívmányaiig. Mielőtt tudatában lettem volna, mi is történik velem, az élmény hangsúlyja megváltozott. Látogató és megfigyelő szerepemet elveszítve teljes mértékben azonosultam azzal, amit érzékeltem. Az élmény ekkor hirtelen kitágult, messze az Indiáról őrzött konkrét emlékeimen túlra.

Rájöttem: magává India népévé változtam át! Bármily nehéz is mindennapi tudattal képet alkotni erről, akkor úgy éreztem, egy hatalmas élő szervezet vagyok, melynek alkotóelemei az Indiai szubkontinensen élő sok-sok milliónyi ember. A legjobban talán az emberi testhez tudnám mindezt hasonlítani. Minden sejt a maga módján önálló egység, de közben a teljes szervezetnek is végtelenül kicsi része. És a tudatosság és az öntudat pedig az egész, nem pedig a részek jellemzője. Hasonlóképpen én is egyetlen óriási tudatos egység voltam - India népe.

Mégis, mindezzel egy időben képes voltam azonosulni a leprásokkal és a nyomorék koldusokkal Bombay és Calcutta utcáin, a bidi cigarettát és bételt áruló hálalókkal, a szájrákban szenvedő, s az út szélén éhező vagy haldokló kicsi gyerekekkel, a Gangeszben tisztulási szertartást bemutató vagy rokonaikat a benaresi ghats hamvasztóhelyen elégető istenfélő tömegekkel, a Himalája jegén és haván samadhiban fekvő sadhusokkal, a zavart, szinte még gyerek menyasszonyokkal, akiket a családi menyegző során idegenekkel adnak össze, és a mesésen gazdag és hatalmas maharadszákkal.

India minden dicsősége és nyomorúsága egyetlen kozmikus élő szervezet elemeinek tűnt előttem, egy hihetetlen méretű istenségnek, ki milliónyi karját kinyújtva létezésem összes lehetséges aspektusát megvalósítja. Az érzések elképzelhetetlen mélysége és sokfélesége töltötte meg teljes valómat; leírhatatlan kötődést éreztem Indiához és népéhez.

A KÖVETKEZŐ PÉLDA Pusztító Mennydörgés, a winnebago indián peyote élményének egy részlete. Pusztító Mennydörgés egy szertartáson vett részt, melynek célja az volt, hogy megszabadítsa őt mélységes büntudatától és a törzsétől való elidegenedéstől. Korábban ugyanis többször hazudott népének; úgy tett, mint akinek víziói vannak, majd később italozással, kicsapongással tette tönkre életét, s végül egy gyilkosságba is belekeveredett. Életét Paul Radin írja le Egy winnebago indián visszaemlékezéseiben. (Radin, 1920)

Mind, akik ott ültünk, egyetlen közös lélekben osztoztunk. Legalábbis én ezt tapasztaltam. Én ezzé a lélekke váltam, és ezáltal az ő lelkük is voltam. Bármire gondoltak akkor, én azonnal tudtam, mi az. Nem kellett hogy beszéljek hozzájuk s meghallgassam a választ, anélkül is tudtam, milyen gondolatok járnak a fejükben.

d. Azonosulás állatokkal

E TERÜLET élményei teljes és élethű azonosulást jelentenek különféle állatfajok egyedeivel. Az azonosulás leggyakoribb tárgyai emlős állatok, madarak, hüllők, kétélűek és különböző halfajok, de ide tartozhatnak olyan élő szervezetek is, melyek a törzsféjlődés alacsonyabb fokán állnak: rovarok, csigák, rákfélék, lábasfejűek és medúzák.

AZ ÁLLATOKKAL való azonosulás megdöbentően hiteles és meggyőző lehet. Az ilyen élmény magában foglalja az állati testérzést, a sajátos fiziológiai érzeteket, ösztönkésztetéseket, a környezet különleges érzékelését és az arra adott válaszokat is. Ezek a jelenségek olyan semmihez nem hasonlítható, szokatlan jellegzetességekkel bírnak, hogy élesen megkülönböztethetők a megszokott emberi észlelésektől. Természetük és sajátosságaik gyakran túllépik az emberi fantázia és képzelet hatókörét is.

A TUDAT holotropikus működése során lehetségessé válik annak átélése, hogy milyen érzés, amikor egy macska kíváncsi, amikor egy sas megijed, amikor egy kobra éhes, amikor egy teknősnek nemi vágyai támadnak, vagy amikor egy cápa a kopoltyúin keresztül lélegzik. Az azonosulást követően az átélők a legmélyebb testi szintig átérték és megértették, mi hajtja az angolnát és a lazacot hősies útja során a patak sodrásával szemben, vízeséseken át; mit érez a pók, miközben a hálóját szövi; s mi az a rejtélyes átváltozási folyamat, melynek során a petéből hernyó, a hernyóból báb, s a bábból végül lepke lesz.

AZ EHÉZ HASONLÓ élmények során az észlelő páratlan információkhoz juthat az állatokról és azok életfolyamatairól. Számos klinikai megfigyelés nyert például erősítést Bruce Lamb *A Felső-Amazonas varázslója* című művében. E redkívül érdekes könyv némi hasonlóságot mutat Carlos Castenada könyvsorozatával, mely a szerzőnek Don Juan, a yaki varázsló mellett eltöltött tanulóéveiről tudósít. A történetben, melynek helyszíne a száraz eleji amazonasi dzsungel, a perui amahuaca indiánok sámánja gumi után kutató fehér embereket lát extatikus víziójában, melyet az *ayahuasa* (yajé) idézett elő nála. Elküldi harcosait, hogy egy bizonyos fiatal férfit ejtsenek foglyul, akit a későbbiekben egyfajta kulturális közvetítő szerepre képez ki.

A KÖNYV tudósít arról, hogy a vadászok felkészítésének fontos része volt az *ayahuasca* közös fogyasztása. A hallucinogén főzet hatására a résztvevők felidéztek magukban a törzs által vadászott állatok vízióját, s képesek voltak velük olyan mélyen azonosulni, hogy azok ösztönéletét és szokásait minden részletre kiterjedően megismerhették. Ezután észrevehetően sikeresebbé váltak a vadászataik, mivel mindig képesek voltak a vadász tudatáról a zsákmány gondolkodásmódjára hangolódni, és így túljárni az állatok eszén.

AZ ELSŐ PÉLDA, melyet itt szeretnék bemutatni, egy nem ellenőrzött LSD ülésről származik. A férfi, aki elmélyült és módszeres önfeltárási munkát folytatott, könyvem elolvasva úgy döntött, az üléseiről készített jegyzeteit megmutatja nekem, hogy azokról véleményt mondjak.

Ezután valóságosan úgy éreztem, hogy sássá válok. Fenn lebegtem a levegőben, szárnyam helyzetét finoman változtatva ügyesen kihasználtam a légáramlatokat. Szememmel a messi földet pásztáztam zsákmány után kutatva. Mindent felnagyítva láttam, mintha látcsőbe néztem volna. A legkisebb részlet is éles volt a szemem előtt. Úgy tűnt, a látómezőmben történt legkisebb változásra is reagálok. Amikor mozgást vettem észre, a szemem mintha megmerevedett és a tárgyra közelített volna. Olyan volt, mint egy hosszú és keskeny csőbe nézni. Az érzés, hogy az élmény során a ragadozó madarak látási mechanizmusát érzékelem, igen meggyőző volt. Elhatároztam tehát, hogy elmegyek a könyvtárba és tanulmányozni kezdem a ragadozó madarak optikai rendszerének anatómiáját és fiziológiáját.

A KÖVETKEZŐ PÉLDA egy fiatal élményeit tartalmazza. Ezek egy holotrop légzés során jelentkeztek először, s egy pszichedélikus ülésen folytatódtak. Az állati azonosulás itt érdekes módon keveredik egy állatot felidéző rituális táncsal.

Néhány évvel ezelőtt a Grofékkal folytatott holotrop légzés során átéltem, hogy egy hatalmas macskafélévé - tigrissé vagy jaguárrá - alakulok át. Kitértem, s kimeresztett karmokkal támadtam. Nagyon erős hatást tett rám az élmény, rajzot is készítettem róla.

Körülbelül egy évvel később egy pszichedélikus terápiás ülés alkalmából ismét kapcsolatba kerültem a macskafélék energiájával. Fiatal afrikai nőnek éreztem magam, aki rituális táncot jár - egy állatot, egy nőtény oroszlánt jelenít meg. Ahogy hagytam a tánc ütemét eluralkodni a testemen, a vállak, a hát, a nyak és a fej mozgása egészen különössé vált. Úgy tűnt, már nemcsak táncolok, hanem a valóságban is nőtény oroszlán vagyok.

Úgy tapasztaltam, hogy az oroszlán az éhséget nem a gyomrában érzi, hanem fejét felemelt vállai közé dörzsölve győződik meg arról, szüksége van-e zsírra és tápanyagra, melyet a két lapockája között raktároz. Attól fogva nem volt kétségem afelől, mi a szerepe annak a vastag párnának, ami a nagymacsák vállán és nyakán nő, bár nem végeztem semmilyen kutatást ebben az irányban.

Két hete egy oktató kazettát hallgattam, mely a testsúly témájáról szólt. William Bennett, az előadó, röviden összevetette az emberi és az állati zsírszövet lerakódását. Egy különleges zsírfajtáról, a "barna zsírról" beszélt, amely csak az állatoknál figyelhető meg. A barna zsír párnás felrakódásban található meg néhány állatfajta lapockái között, és ez tartja fenn a megfelelő energiaszintet az állat egészsége és túlélése érdekében.

AZ UTOLSÓ PÉLDA Peter Stafford beszámolója egy yajé élmény során tapasztalt állati azonosulásról, melyet a barátaival élt át a Las Vegas melletti Valley of Fire-ben.

A vízfelszín csillogott és csalogatott. Hamarosan visszamentünk a vízpartra, s már alig vártuk, hogy kinyújtózzunk és ússzunk, a víz alá merüljünk és fröcskölődjünk. A fürdőruha tűnt az egyetlen tehernek. Teljesen fölöslegesnek és természetellenesnek éreztem. Különösen, mivel közben kígyóvá változtam és a vízben tekerődztem. Hol lebuktam, hol felbukkantam a hullámok alól. Néhány perccel később azon vettem észre magam, hogy egy béka vagyok, és hosszú rúgásokkal hajtom előre magam. Mindkét esetben a víz tűnt természetes élőhelyemnek, s a szárazföld valami távoli, idegen, és ijesztő közegnek hatott.

Kicsivel később az elmém úgy határozott, szeretnék felkapaszkodni egy kis hegyre, amely erre az idilli tájra néz. Ekkorra már egy oroszlánfőke voltam, ezért nagy erőfeszítembe került kikecmeregni a szárazföldre. Amint kifelé evickéltem, tehetetlennek, ostobának éreztem magam, távol valódi elememtől.

Amikor azt mondom, úgy érzem, először egy vízi állattá változtam, s később egy másikká, ez messze többet jelent, mint valami "sikamlós és hullószőrű" hatást átélni. Az élmény teljesen más érzéssel járt, mással, mint amit valaha is testi és lelki értelemben tapasztaltam azelőtt. Tudatában voltam, hogy egészen más természetű emlékekkel rendelkezem, és elvesztettem rendes öntudatomat is. Több volt ez, mintha beleéltem volna magam egy kígyó vagy egy béka érzéseibe; a "kígyóság" és "békaság" olyannyira elnyelt, hogy azon kellett gondolkodnom, hogy vajon a körülöttem lévő emberek fejében mi járhat.

Vajon mit jelent, hogy a yajé hatása alatt nemcsak "kígyónak éreztem magam", hanem - a tudat bizonyos szintjén a mélyen rejlő "kígyósággal" kapcsolatba lépve - bizonyos értelemben magam voltam a kígyó? Vajon mit jelent az, amikor az észleleteim új és másfajta kategóriák szerint rendeződtek el bennem?

e. Azonosulás növényekkel és botanikai folyamatokkal

A NÖVÉNYI ÉLETET érintő transzperszonális élmények gyakoriak megváltozott tudatállapotokban, bár nem olyan sűrűn fordulnak elő, mint az állati azonosulás. Aki erre a tapasztalati területre hangolódik, meggyőző erővel válik eggyé különféle növényekkel, növényi alkotórészekkel, sőt, még a növényekben zajló fiziológiai, botanikai folyamatokkal is. Összetett élménye lehet arról, hogyan fává, kerti vagy vadvirággá, hűsevő növényé, moszattá, óceáni planktonná, sőt, baktériumtenyésztévé vagy egyedi baktériummá változik.

A TUDAT holotropikus működése során lehetségessé válik az azonosulás egy fa gyökérzetével, s ezen belül a víz és ásványi sók cseréjével, a kambiumban keringő növényi nedvekkel, a fotoszintézist végző levelekkel, a csírázó maggal, a szárba szökés készítésével, a beporzás folyamatával vagy a növényi növekedés során tapasztalt sejtosztódással. Az átélők néha sejt alatti és molekuláris szintű folyamatok megfigyeléséről is beszámolnak. Ilyenkor élményszinten tudatosul bennük a mitokondriumok tevékenysége vagy azok a biokémiai folyamatok, melyek során auxinok, növényi pigmentek, olajok és cukrok, aromatis vegyületek és különféle alkaloidok keletkeznek.

A NÖVÉNYI TUDAT átélése a transzperszonális jelenségkör igen érdekes kategóriáját képviseli. Bármennyire fantasztikusnak és abszurdnak tűnik is létezése a tudomány vagy a józan ész számára, mégsem szabad ezt, mint merő fantáziálást, elvetni. A tudatfejlődés bizonyos fázisában e gyakran jelentkező hiteles élményeket igen nehéz szavakba önteni, ám sokszor olyan folyamatok lényegi megértéséhez is elvezetnek, amelyek mélyreható filozófiai és spirituális meglátásokat eredményeznek.

E MEGLÁTÁSOK közül a leggyakoribb a növényi lét különleges minőségének és tisztaságának tudatosítása, mely az emberi spirituális élet számára példaként szolgál. Az állatoktól és az embertől eltérően legtöbb növény nem öl és nem folytat ragadozó életmódot. Közvetlen kapcsolatban áll a Nappal, e bolygó életadó erőforrásával és a kozmikus teremtő energia legközvetlenebb megnyilvánulásával. A növények e kozmikus energiát közvetlenül olyan formákba alakítják, amelyek más élő szervezetek számára hasznosak. Ebben az összefüggésben különleges jelentőséggel bír, hogy az oxigént is ők szolgáltatják a többi élőlény számára, s ezért létük nélkülözhetetlen az élet szempontjából ezen a bolygón. A növényi élet másik fontos spirituális aspektusa, hogy közvetlen érintkezésben áll a teremtő energia mellett a három őselemmel: a földdel, a vízzel és a levegővel.

A LEGTÖBB növény nem öl meg, nem bánt és nem zsákmányol ki más élő szervezeteket, hanem maga szolgál élelem-, ásvány- és vitaminforrásként a többi élőlény számára. Egy növény életét nem zavarja össze hamis ambíció, hogy mássá váljon, mint amilyen valójában, nem rágódik fájdalmas emlékeken, nincsenek összeütközései délibábokat hajszolva, s nem emésztí aggodalom a jövője miatt. A környezetére közvetlenül reagálva sok misztikus iskola végső célját, az "itt-és-most"-ban való tiszta létezést testesíti meg. Többeknél a növényvilág tisztaságának csodálata ötvöződött a születéskörüli élmények során a mézszálással szemben támadt ellenérzéssel, s ez náluk a vegetáriánus táplálkozás elismerését eredményezte.

A HOSSZÚ ÉLETÜKRŐL ismert fák - a kaliforniai óriásfenyő, a kaliforniai szikvója és a kicsiny, tüskés tobozú fenyők - gyakran felbukkannak mint a háborítatlan, kiegyensúlyozott, időtlen s a világ zajától, zűrzavarától független öntudat jelképei. A növényekkel való azonosulás során gyakran érthetővé válik, hogy bizonyos kultúrák mért tekintenek szentnek bizonyos növényeket, mint például a banyon fát az indiaiak, a lótuszt az egyiptomiak és az indiaiak, a fagyöngyöt a druidák vagy a kukoricát az észak- és dél-amerikai indiánok.

A NÖVÉNYEK spirituális oldalának közvetlenebb és egyértelműbb meglátása azokhoz a növényfajokhoz kötődik, amelyeket pszichedélikus hatásuk következtében különböző kultúrák és csoportok szentnek tekintenek és rituális célokra használtak. Azok közül pszichedélikus növények közül, melyek alapvető szerepet játszottak az emberiség spirituális életében, említést érdemel a legendás védikus szent *szóma*, melynek növénytan eredete nem tisztázott, az afrikai *eboga* (*Tabernathe iboga*), a kender különböző fajtája (*Cannabis indica* és *sativa*), a légyölő galóca (*Amanita muscaria*), a mexikói szent *teonanacatl* gomba (*Psilocybe mexicana*), a hallucinogén peyote kaktusz (*Lophophora williamsii*), és az amazonasi *liana Banisteriopsis caapi*, a yajé vagy *ayahuasca* alapanyaga. Az említett spirituális jelleg megtapasztalása természetesen e növények fogyasztása során fordul elő a leggyakrabban, mikor is a sajátos pszichedélikus hatás közvetlenül is megtapasztalható.

A NÖVÉNYI azonosulás jellegzetes esetét mutatja a következő példa.

Egy 32 éves nő, Martha, pszichedélikus terápián vett részt számos pszichopatológiai tünete miatt. Ezek közül a legkülönösebb egy nehezen leírható furcsa érzés volt, melyet a lábában érzett. Pszichiátriai diagnózisában ezt bizarr hipochondriás panaszoknak és pszichózis-közel testkép-torzulásnak jellemezték.

Az egyik pszichedélikus ülés alkalmával a lábában jelentkező különös érzés annyira felerősödött, hogy Martha elviselhetetlennek érezte, és kérte a Thorazinnal végzett terápia befejezését. Egy rövid megbeszélés után mégis úgy határozott, nem hagyja abba, és megkísérel a tünetek végére járni. Amint teljes erővel a lábára összpontosított, hirtelen úgy érezte, egy hatalmas, gyönyörű fává változik. Az azonosulás teljesen hiteles és meggyőző volt, s különféle botanikai folyamatok tapasztalásával járt együtt.

Martha sokáig állt felfelé nyújtott karokkal, melyeket dús lombos ágaknak érzett. Tudatában volt a levelekben végbemenő fotoszintézisnek, annak a misztikus folyamatnak, mely a bolygónkon lévő összes életet táplálja. Érezte a növényi nedvek felfelé és lefelé áramlását a kambium rostjaiban és az ásványi sók és víz kicserélődését a gyökerekben. Ami az emberi testben bizarr, torzító érzésként hatott, az egy fa esetében tökéletesen normális, varázslatos élménynek bizonyult.

Martha átélése nemcsak a botanikai szintre terjedt ki. Amit először fizikai Napként érzékelt, később a Kozmikus Nappá változott - a Világegyetem teremtő erejének forrásává. Hasonlóképpen a föld is Földanyává, a Nagy Isteni Anya fantasztikus mitológiai figurájává alakult. Maga a fa is mély archetipikus jelentést öltött, és az Életfa képét vette fel. Az élmény, amely először ijesztőnek tűnt, most extatikus és misztikus színezetet öltött. Az ülés után Martha többé nem tapasztalata a korábbi torzító testérzetet, és attól kezdve mély tiszteletet táplált a növényi élet iránt a Földön.

f. Azonosulás az étellel és minden teremtménnyel

KIVÉTELES esetben a tudat holotropikus működése során megtapasztalható az Én olyan fokú kiterjedése, hogy az magába foglalja a bolygónkon lévő életet - az emberiség egészét, a teljes faunát, flórát a vírusoktól és egysejtűektől kezdve egészen a magasan differenciált fajokig. Egyetlen élő organizmussal való egybeolvadással szemben itt az étellel, mint kozmikus jelenséggel történik azonosulás.

NÉMELEY ESETBEN az élmény az élet egy sajátos nézőpontjára összpontosít, mint amilyen az éhség ereje, a szexuális késztetés vagy az anyai ösztön. Föltárhhatja az "élet az életből éli" törvény általános érvényét, vagy felmutathatja azt a csodálatraméltó intelligenciát, mely az evolúció különböző lépcsőfokain az életfolyamatokat irányítja. Az ilyen élmények után az átélő előtt kétségtelenné válik, hogy az élet nem magyarázható meg a hagyományos tudomány kategóriáival, s hogy a tapasztaltak a teremtő kozmikus intelligencia létét bizonyítják.

AZ ÉLET teljességével való azonosulás-élmény néha horizontális jellegű, s ilyenkor nyilvánvalóvá válik a különböző élő szervezetek közötti összetett kapcsolat, a kölcsönös függőség, melynek dinamikája bolygónk ökológiai egységét alakítja. Más esetekben az élmény időbeli, s ekkor az élet evolúciós dimenziói mutatkoznak meg (ld: Törzsfelbontási élmények.) E tapasztalat a kozmikus és természeti törvények mély megértését, a fokozott ökológiai felelősségérzet kialakulását valamint a gyors technológiai fejlődés és iparosodás problémáival szembeni érzékenységet eredményezi.

A KÖVETKEZŐ példa egy pszichiáter 300 mikrogrammos LSD ülésének részlete, melyben az élet teljességével való azonosulás motívuma igen jelentős szerepet játszik.

Úgy érzetem, összekapcsolódom a bolygónkon található teljes étellel. Először sorozatban azonosultam különféle fajokkal, később azonban az élmény egyre átfogóbbá vált. Azonosságom nemcsak horizontálisan, a térben terjedt szét, az összes élőlényt magába foglalva, hanem az időben is, vertikálisan. A darwini evolúciós törzsfává változtam, annak minden elágazásával. Magam voltam az élet teljessége!

Az élő formák világában érzékelttem az energiák és megnyilvánulások kozmikus minőségét, az életre jellemző vég nélküli kíváncsiságot és kísérletező kedvet, valamint az önkifejezés késztetését, amely a létezés minden szintjén nyilvánul. Úgy tűnt, egyetlen döntő kérdés foglalkoztat: vajon vannak-e kilátásai az életnek a bolygónkon? Vajon építő jelenségnek tekinthető-e, vagy csupán egy rosszindulatú sejtzaporulatnak a Föld arcán, amely tervrajzában néhány végzetes hibát tartalmaz, ami önmegsemmisítésre ítéli? Lehetséges, hogy néhány alapvető hiba csúszott a szerves formák evolúciójának eredeti tervébe? Vajon az univerzumok teremtői is elkövetnek hibákat, akár az emberek? Ebben a pillanatban mindez nagyon is valószínű, bár ijesztő felismerésnek hatott: valaminek, amire sosem gondoltam azelőtt.

Az étellel azonosulva megtapasztaltam és felfedeztem a természetben és az emberi lényben működő romboló erők teljes skáláját, s láttam veszedelmes kiterjesztésüket és kivételüket a modern technológiákban, melyek most bolygónkat pusztulással fenyegetik. Ebben az összefüggésben egyggyé váltam a huszadik századi háborús gépezet számtalan áldozatával, a koncentrációs táborok gázkamráiban elpusztult foglyokkal, a szennyezett patakokban megmérgezett halakkal, a gyomirtóval megölt növényekkel és a kémiai szerekkel lepermetezett rovarokkal.

Mindezt egy másik élménnyel váltakozva éltem át: homokban játszó mosolygó gyermekeket láttam, valamint újszülött állatokat és gondosan épített fészekben frissen kikelt madárfiókákat, bölcs delfineket és bálnákat az óceán kristálytisza vizében, s gyönyörű legelőket és erdőket. Mélységes együttérzés támadt bennem az élet iránt, valamint erős ökológiai felelősségérzet és szilárd elhatározás, hogy ezután csatlakozom az életért küzdő erőkhöz ezen a bolygón.

g. Azonosulás az élettelen anyaggal és szervetlen folyamatokkal

A TUDAT holotropikus kiterjesztése nemcsak a biológiai jelenségekre korlátozódik; a szervetlen természet makro- és mikroszkopikus jelenségei is elérhetők általa. Igen sok átélő számolt be arról, hogy élményszinten azonosult folyók és óceánok vizével, a tűz különféle megjelenési formáival, termőfölddel és hegyekkel, valamint a természeti katasztrófákban elszabaduló erőkkel - elektromos viharokkal, földrengésekkel, tornádókkal, vulkánkitörésekkel.

HASONLÓKÉPPEN gyakori bizonyos anyagokkal - a gyémánttal és drágakövekkel, kvarckristállyal, borostyánnal, gránittal, vassal, acéllal, higannyal, ezüsttel és arannyal való azonosulás is. E tapasztalatok a mikrovilágig terjednek: az atomok és molekulák szerkezetéig, a Brown-féle mozgásig, atomi kötésekig, sőt, egészen az elektromágneses erőkig és a szubatomi részecskékig.

AZ ÁTÉLŐK néha a modern technológia magas komplikáltságú szerkezeteivel kerülnek kapcsolatba: tolósugaras repülőgépekkel, rakétákkal, űrhajókkal, lézerekkel és számítógépekkel. Ezekben az esetekben a testtudat magába olvaszthatja az adott szerkezet anyagainak és folyamatainak összes tulajdonságát, s így az egész egyetlen összetett, tudatos élményként élhető át. Úgy tűnik, a világegyetem minden folyamatának, amely a tudat hétköznapi működésmódja során objektíven észlelhető, megtalálható szubjektív megfelelője a holotropikus működési mód területén.

EZEK az élmények azt sugallják, hogy a tudat és a teremtető intelligencia nem az élettelen anyagból ered, viszont azok szerepe a teljes lét szövedékét tekintve alapvető jelentőségű. E szemlélet egyre határozottabb megerősítést nyer a legújabb kori atomfizikai, asztrofizikai, biológiai, termodinamikai, információ- és rendszerelméleti kutatások által.

KÜLÖNLEGES jelentősége van annak is, hogy a szervetlen világgal történő azonosulás során nemcsak evilági, hanem numinózus és spirituális minőségek is megnyilvánulnak. A vízzel való azonosulással így módon együtt járhat az időtlenség, a változékonyság, a szétolvadó határok, a szívós erő, a tisztulás és tisztítás, valamint a változatlanság és dinamikus változás paradox tudatállapotával.

A TŰZ is megtapasztalható félelmetes energiájú lelki erőként, amely alkothat és rombolhat, szilárd formákat energiává alakíthat, megtisztíthat, vigasztalhat és ápolhat, vagy ijeszthet és sebezhet. A tűz eleme, különösképpen a Nap formájában, gyakran mint az Univerzum kozmikus teremtető erejének megnyilvánulása tapasztalható, a jelenségek világban legközvetlenebbül érzékelhető isteni lényeként.

A TÁVOLI korok misztikus rendszereivel megegyezően az átélés központi témái között találjuk a drágaköveket és nemesfémeket, különösen a gyémántot és az aranyat, melyeket - alapvető tisztaságuk, megváltoztathatatlanságuk és különleges ragyogásuk folytán - magasrendű spirituális állapotokkal hoznak összefüggésbe. Képük gyakran fölmerül a mennyországok, paradicsomi helyek, égi országok archetipikus vízióiban. Aldous Huxley híres, "A látomás élménye" című előadása - melyben többek között felteszi a kérdést, "Miért drágák a drágakövek?" - a tárgyaltak szempontjából különleges jelentőségű. Huxley a következő választ adja: azért tulajdonítunk hatalmas értéket a drágaköveknek és nemesfémeknek, mert ezeket a misztikus tapasztalás pótszerének tekintjük. A legközelebbi hasonlóságot jelentik hétköznapi tudatunk számára bizonyos látomásos állapotok tapasztalati sajátosságaival.

A SZERVETLEN anyaggal történő azonosulással gyakran megdöbbenő filozófiai, mitológiai, vallási és misztikus meglátások járnak együtt. A szervetlen világ és a spirituális állapotok közötti bensőséges kapcsolat új fényt vet az animizmus és panteizmus, a középkori alkimia, a homeopátia, a görög filozófia négy eleme, a kínai orvoslás, valamint tantrikus iratok és más keleti tanítások lényegére.

AZOK SZÁMÁRA, akik átéltek a vízzel való azonosulást, könnyű belátni, miért játssza ez az elem a legfőbb szerepet a taoizmusban, és miért szolgál oly gyakran spirituális hasonlatként. Mélyreható személyes átélés alapján azt is könnyű megérteni, miért tisztelték a Napot istenként a régi kultúrákban, s miért tekintették a vulkánokat a teremtetés és pusztítás istenségeinek. A gránittal való azonosulás során pedig mélyen átélhető, miért tartják a hinduk a Himaláját a Fekvő Sívának, s miért készítettek különböző kultúrák óriási gránit szobrokat.

MÉLYEBB szinten már nem érzékelhető az istenségek és a bálványok képe - csak maguk az istenségek. Egy adott anyag rezgése a vele együtt rezgő tudat számára a megkülönböztetés nélküli, megzavarhatatlan, változtathatatlan és a lineáris idő határait átlépő tudat megtapasztalását jelenti, vagyis az igazi istenség tulajdonságait. Az anyag lényege, amely alapvetően különbözik a hétköznapi emberi lét és a biológiai világ élénk, zajos és egyenetlen tudatállapotától, transzcendens érzéseket ébreszt. A tényt, hogy az idő különbözőképpen telik az érzékelhető világ különféle szintjein, Ilja Prirogine (Prirogine and Stengers 1984) és Eric Jantsch (Jantsch 1980) erősítette meg a közelmúltban.

E SAJÁTOS tapasztalatot egy 150 milligramm Ketalar (ketamin) által kiváltott élménnyel fogom illusztrálni. Ezt az általános érzéstelenítőt a sebészetben és az állatgyógyászatban használják, s úgy tűnik, fogyasztása során az élettelen anyaggal történő azonosulások különösen gyakoriak.

A légkör nehéz volt, sötét és baljószerű. Kémiaileg mérgezettnek és mérgezőnek tűnt, metafizikailag pedig veszélyesnek és gonosznak. Észrevettem, hogy kőolajjá változom, s hatalmas föld alatti üregeket töltök meg. Elképesztő meglátások öntöttek el, melyekben kémiai, geológiai, biológiai, pszichológiai, mitológiai, gazdasági és politikai elemek keveredtek.

Megértettem, hogy a kőolaj, ez a biológiai eredetű ásványi zsíradék, kívül áll a minden élő anyag számára kötelező érvényű halál és újjászületési körforgáson. Az elmúlás eleme azonban mégsem tűnt el teljesen, csupán időben tolódott ki. A halál romboló, plútói ereje rejtett formában a kőolajban szunnyad, és csak a felébredésre vár, mint egy gigászi időzített bomba.

Mialatt a kőolaj tudatában tartózkodtam, az olaj-jövedelmek csillagászati hasznáért elkövetett kíméletlen gyilkosságok látványával megjelent a halál témája is. Az olaj-pénz által mozgatott politikai intrikák és gazdasági panamák jelenetei vonultak el a szemem előtt. Nem volt nehéz az események láncolatát egy következő világháborúig követni, melyet az ipari országok fennmaradásához és jólétéhez nélkülözhetetlen alapanyag kiapadása miatt vívnak majd.

Világossá vált számomra: bolygónk jövője szempontjából alapvető jelentőségű, hogy a gazdasági élet a napenergiára, s más, megújítható forrásokra térjen át. A fosszilis fűtőanyagok felhasználása, mely a még meglévő tartalékokat fosztogatja, s azokat mérgező hulladékká, szennyező anyaggá változtatja - alapjaiban hibás, hiszen teljesen összeegyeztethetetlen a körforgásra épülő kozmikus renddel. Míg a fosszilis fűtőanyagok kimerítése az ipari forradalom történeti összefüggésében érthető volt, e tevékenység folytatása - ha végzetes következményei egyszer már napvilágra kerültek - ma már nem minősíthető másnak, mint öngyilkosságnak és büntetnek.

Visszataszító és kellemetlen tapasztalatok sorozatán át éreztem, mely tudatállapotokon halad át a kőolaj az ipari feldolgozás során. A híres német kémiai kombinát nevét felhasználva ezeket az élményeket "IG Farben tudatúság"-nak neveztem. Ez voltaképpen tudatállapotok végtelen sorozatát jelentette, amely az anilin festékek, szerves oldószerek, gyomirtók, rovarirtók és mérges gázok jellegzetességeit viselte magán.

A különféle ipari mérgek önmagában való megtapasztalása mellett átéreztem azon élőlényeknek tudatállapotát is, melyek a kőolajszármazékok áldozataivá váltak. Eggyé váltam minden náci gázkamrában elpusztult zsidóval, minden rovarirtóval kiirtott hangyával és svábbogárral, minden ragacsos légyfogóba ragadt léggel és minden gyomirtószertől haldokló növényvel. S mindezek mögött ott leselkedett bolygónk élővilágának nagyon is valószínű jövője - az ipari szennyezés által bekövetkező teljes megsemmisülés.

Hihetetlen erejű lecke volt. Mély ökológiai felelősségérzet fogott el, s annak világos felismerése, milyen irányba kellene a politikai és gazdasági életnek haladnia, hogy az élet bolygónkon fennmaradjon.

h. Azonosulás bolygónk tudatával

E TRANSPERSZONÁLIS élmény során az átélő tudata annyira kitágul, hogy átfogja bolygónk minden megnyilvánulását a geológiai szinttől a bioszféra összes élő formájáig, beleértve az embert is. E nézőpontból a teljes Föld egyetlen élő szervezetnek tűnik, kozmikus egységnek, melynek különféle részei - a geológiai, biológiai, pszichológiai, kulturális és technológiai jelenségek - úgy tekinthetők, mint egyetlen kitaró erőfeszítés megnyilvánulásai, amely az evolúció, az integráció és az önmegvalósítás magasabb szintje felé törekszik.

AZ ÉLMÉNYNEK jellegzetes velejárója a mitológiai dimenziók és a magas spirituális minőség érzékelése. Ebben az összefüggésben a Föld Földanyaként vagy a Gaia istennő értelmében vett Isteni Lényként érzékelhető. Nem nehéz belátni, hogy a földi folyamatokat a miénket messze meghaladó, felsőbbrendű intelligencia irányítja, amely felé tisztelettel és bizalommal kellene fordulnunk - s mi mégis korlátozott emberi látókörünk alapján igyekszünk azokat áthangolni, s vele összeütközésbe kerülni. E felismerést, melyet számos átélő tapasztalt megváltozott tudatállapotban, a közelmúltban megerősítette a modern tudomány is.

GREGORY BATESON, aki tudományos kutatásai során a kibernetika, az információ- és rendszerelmélet, az evolúcióelmélet, az antropológia és a pszichológia ragyogó szintézisét alkotta meg, arra a következtetésre jutott, hogy nemcsak helyénvaló, hanem logikailag kikerülhetetlen is tudati folyamatok létét feltételezni a természeti folyamatok - sejtek, szervek, szövetek, szervezetek, állati és emberi csoportok, ökológiai rendszerek, sőt a Föld és az Univerzum - minden szintjén. (Bateson, 1979) E közelítésben a *deus sive natura* régi elmélete, valamint a Spinoza által leírt immanens Isten léte tudományos megerősítést nyert.

JAMES LOVELOCK - a fentiekől független kutatásai során - lenyűgöző bizonyítékokat sorakoztat fel figyelemre méltó könyvében (címe: Gaia - a földi élet új megközelítésben) azokról a bonyolult homeosztatisztikus mechanizmusokról, amelyek egyensúlyban tartják és stabilizálják bolygónk hőmérsékletét, valamint a légkört, az óceánok és a föld alapvető összetevőinek - a só, oxigén, ammónia és ózon - arányát. (Lovelock 1979) Felfedezései hasonlatosak ahhoz a szemlélethez, amely a Földet intelligens élő szervezetnek tekinti. Theodore Roszak *Személy/Bolygó* című könyvében (Roszak, 1978) valamint Peter Russell *Globális agy* (Russell 1983) című munkájában a fentiekkel megegyező következtetésekre jut.

A BOLYGÓ-TUDAT átélésének következő példája egy fiatal német nő élménye, aki évekkal ezelőtt egy ötnapos holotróp légzési szemináriumunkon vett részt.

A Nagy Isteni Anyával, a Földanyával való azonosulás után úgy éreztem, eggyé válok a Földdel. Magától értetődő volt, hogy én - a Föld - élő szervezet vagyok, értelmes lény, amely próbálja megérteni saját magát, és küzd, hogy tudatát magasabb állapotra juttassa, s igyekszik kapcsolatba lépni más kozmikus lényekkel.

A bolygót felépítő fémek és ásványok voltak a csontjaim, a csontvázam. A bioszféra - a növényi élet, az állatok és emberek - volt a húsom. Érzékeltem a víz körforgását magamban: az óceánokból a felhőkbe, onnan kis patakokba, széles folyókba, és megint vissza a tengerbe. A víz áramlása volt a vérem, s az időjárás változásai - párolgás, légáramlatok, eső, hóesés - biztosították a keringést, szállították a tápanyagot s a tisztító hatásokat. A növények, állatok és emberek közötti kommunikáció, beleértve a modern technológiákat is - a sajtó, a telefon, a rádió, a televízió, a számítógépes hálózatok - volt az idegrendszerem, az agyam.

A testemben éreztem a külszíni bányák, az urbanizáció, a mérgező és radioaktív hulladékok, a levegő és vízszennyezés ipari ártalmainak sérüléseit. Az élmény legkülönösebb része az volt, amikor különféle bennszülött törzsek rituáléit érzékeltem, s felismertem ezek kivételes gyógyító erejét, s azt, hogy ezek létfontosságúak számomra. Most, hogy rendes, hétköznapi gondolkodásmódom visszatért, különösnek és bizarrnak tűnik, de az élmény során hihetetlen meggyőző erővel éreztem, hogy a rituálék fontosak a Föld számára.

i. Földön kívüli élmények

EZEK SORÁN a tudat égitestekkel, az Univerzum egyes részeivel, vagy a földi szférán kívül eső csillagászati jelenségekkel azonosul. Ily módon átélhető a Holdra, a Napra valamint más bolygókra vagy galaxisokba történő utazás, szupernova-robbanás, a csillagok, kvazárok és pulzárok működése, és a fekete lyukakon való áthaladás. Mindez megnyilvánulhat az események pusztá szemlélésében, de előfordulhat teljes azonosulás is, melynek során az átélő saját élményeként tapasztalja a fenti folyamatokat.

AZ ELŐZŐ RÉSZBEN említettekhez hasonlóan ezek az élmények is gyakran rendelkeznek spirituális színezettel. Így például a Nap belsejében tapasztalt termonukleáris folyamatok utalhatnak a kozmikus tudat teremtő erejére; a fekete lyukon való áthaladás magával vonhatja az idő, tér, az anyagi valóság és az érzékelhető világ szétesését; a csillagközi tér pedig a metafizikai Tér spirituális élményét nyújthatja.

A FÖLDÖN KÍVÜLI élmények szokatlanul gyakran jelentkeztek a neves neurológus, John Lilly megváltozott tudatállapotban folytatott kísérletei során. Lilly elsősorban a földön kívüli intelligenciák és a fajok közötti kommunikáció témakörében végzett kutatásairól, valamint példátlan hosszúságú és intenzitású pszichedélikus önfeltárási kísérleteiről közismert. Ülési során számtalanszor tett látogatást idegen világokba, sokszor találkozott és lépett kapcsolatba idegen lényekkel. Most egy hasonló élményének leírása következik, melyet 75 mg Ketalar (ketamin) érzéstelenítő beinjekciózása, valamint egy izolációs tankban való tartózkodás váltott ki. (Lilly 1978)

Testem a Földön maradt az izolációs tankban lebegve. Ez most itt egy különös és idegen környezet. Egészen biztosan földön kívüli, még sosem voltam itt azelőtt. Egy másik bolygón lehetek, olyan civilizáció vesz körül, amely eltér attól, amelyben nevelkedtem. Különös közömbösség száll meg. Sem a félelem, sem a szeretet nem érint. Teljesen semleges lény vagyok, csak nézek és várakozom.

Nagyon különös. A bolygó hasonlít a Földre, csak a színek másfajta. Vannak növények is, furcsa, bíborvörös színűek. A Napnak itt lila színárnyalata van, semmi sincs benne az ismerős földi narancssárgából. Egy réten állok, a távolban igen magas hegyek. A mező túloldalán lények közelednek felém. Hátsó lábukon állnak, mint az emberek. Vakító fehérek, s mintha fényt bocsátanának ki magukból. Kettő közelebb jön. Nem tudom

kivenni az arcvonásaikat. Túlságosan fénylőek, a szemem káprázik. Mintha közvetlenül gondolatokat sugároznának belém. Semmi hangot nem hallok. Amit gondolnak, az automatikusan szavakká alakul bennem, s ezt már megértem.

j. Azonosulás a teljes fizikai Univerzummal

E ritka élmény a földön kívüli és a bolygó-tudatállapot további logikus kiterjesztését jelenti. Itt az átélő úgy érzi, tudata annyira kitágul, hogy a teljes fizikai univerzumot magába foglalja. Ezáltal a kozmikus folyamatok mint egy önmagában létező lény belső, szerves, pszichikai jelenségei tapasztalhatók meg. Ezzel az a jellegzetes felismerés társul, hogy míg a tapasztalati világ különféle egyedei az anyagi valóságnak csak meghatározottan szűk keresztmetszetét érzékelik, addig a kozmikus vagy isteni tudat teljes, egységes és átfogó tapasztalattal rendelkezik minden létezőről, azok elkülönült, egyedi tudatformáiról éppúgy, mint az osztatlan egységként érzékelt egészről.

k. Pszichikus jelenségek, a tér korlátainak áttörésével

(testen kívüli élmények, utazásos távolba látás és távolba hallás, "úrutazások" és telepátia)

AZ ESP jelenségek ide vonatkozó alcsoportja, amelyet hagyományosan a parapszichológia tanulmányoz, olyan transzperszonális jelenségnek tekinthető, amely átlépi a tér korlátait és a távolságokat. Előfordulhat tiszta formájában, vagy a lineáris idő korlátainak áttörésével keverten. A testtől elszakadó tudat vagy a testen kívüli élmény (OOBE) számtalan formában és fokozatban élhető át. Felbukkanhat mint elszigetelt élmény, de jelentkezhet rendszeresen is, mint a spirituális megnyílás vagy más transzperszonális változás kísérőjelensége.

BIZONYOS körülmények között a testen kívüli élmények igen nagy gyakorisággal fordulnak elő. Ezek közé tartozik az életveszély, a halál közeli állapot, a klinikai halál, a mély pszichoterápia, a pszichedélikus szerek fogyasztása, különösen a Ketalar (ketamin) érzéstelenítő hatása. A testen kívüli élmények klasszikus leírása megtalálható a különböző korok spirituális irodalmában és filozófiai szövegeiben, elsősorban a Tibeti Halottas Könyvben. E leírásokat a hagyományos tudomány nem vette komolyan egészen addig, míg az utóbbi időben a modern pszichiátria és a thanatológia kutatásai meg nem erősítették azok hitelességét.

A TESTEN KÍVÜLI élmény kevésbé szélsőséges formáiban az átélő úgy érzi, elhagyja a testét, elszakad tőle, és így képes saját magát különböző távolságokból, mint tárgyat szemlélni (héautoscopia). A testen kívüli élmények fejlettebb formáiban az egyén úgy érzi, az épület más szobáit, távoli helyeket keres fel (asztrál-utazás), szabadon mozog a Föld felszíne fölött, vagy eltávolodik attól. Egy halálközeli, testen kívüli élmény különösen drámai és megrázó leírása olvasható Carl Gustav Jung önéletrajzában (Jung 1961). Ezekben az állapotokban az átélő képes pontosan megfigyelni eseményeket olyan helyszíneken, amelyeket testtől elszakadt tudata felkeres. Annak ellenére, hogy mindez elvben nem fordulhatna elő a hagyományos tudomány kategóriái szerint, a jelenségek valódisága számtalan esetben bizonyítást nyert, s így létezésük kétségtelen tény.

RAYMON MOODY (Moody 1975), Kenneth Ring (Ring 1980 és 1984), Michael Sabom (Sabom 1982), Elisabeth Kübler-Ross (Kübler-Ross 1985) kutatásai, saját tanulmányom (Grof és Halifax 1977) és mások munkái ismételtén megerősítették, hogy a klinikai halál állapotában előfordulhatnak testen kívüli élmények, melyek során az átélő egy plafon-közeli nézőpontból alaposan megfigyeli az újjáélesztés folyamatát vagy távoli helyeken történő eseményeket érzékel. Elisabeth Kübler-Ross szerint e körülmények között még vak emberek is képesek környezetüket színes képekben érzékelni. Így a modern thanatológia felfedezései megerősítik a Tibeti Halottas Könyv leírását, mely szerint a halál után az ember "bardo testet" ölt magára, amely az idő és tér korlátait áttörve szabadon eljuthat bárhová a földön.

A PSZICHEDÉLIKUS kutatás, a holotróp légzés és a modern pszichiátria egyéb módszerei szintén megerősítik a látomásos állapotban jelentkező testen kívüli élmények hitelességét, melyekre misztikus források és antropológiai leírások is utalnak. Távolba látás és hallás - asztrál-utazás, vagy gyors asztrál-kivetülés formájában - tapasztalható anélkül is, hogy az átélő valójában úgy érezné, hogy az adott helyszínen tartózkodik. Ritka esetekben az asztrális utazás ellenőrizhetővé és irányíthatóvá válik. Robert Monroe, a neves testen kívüli utazó és kutató évekig küzdött spontán és elementáris erővel rátorló testelhagyási élményeivel, míg végül nemcsak megtanulta irányítani e folyamatot, de különleges gyakorlatokat és elektronikus technológiát is kifejlesztett a testen kívüli élmények előidézésére (Monroe 1971).

A TESTEN KÍVÜLI élmények hitelességét ellenőrizött klinikai körülmények között bizonyította Charles Tart, a híres pszichológus és parapszichológus a Kaliforniai Egyetemen (Tart 1974). Nagysikerű, tudományosan megtervezett távolba látási kísérleteket folytatott két orvos, Russel Targ és Harold Puthoff a kaliforniai Stanford Kutatóintézetben (Targ és Puthoff 1977). A távolba látás legkiemelkedőbb teljesítményei között említhetjük Ingo Swann-nal tartott üléseiket, melyeken a médium ismételtén bizonyította, hogy képes a földgolyó egy tetszőleges pontját annak szélességi és hosszúsági számadatai ismeretében pontosan leírni. Ám még ennél is érdekesebb volt az a felfedezés, amelyet e tudósok tettek: kiderült ugyanis, hogy gyakorlatilag bárkit meg lehet tanítani arra, hogy sikerrel hajtson végre hasonló kísérleteket.

A TELEPÁTIA közvetlen hozzájutást jelent más személyek gondolati folyamataihoz, szavak, gesztusok vagy más kommunikációs eszközök közreműködése nélkül. Telepatikus "bevillanások" időnként előfordulnak hétköznapi tudatállapotokban is. A telepatikus kapcsolatok előfordulása azonban jelentősen megnövekszik, amikor valaki meditáció, pszichedélikus szerek fogyasztása vagy életveszélyes helyzet során holotropikus tudatállapotba kerül. Bár a telepátiát nem mindig könnyű a többi parapszichológiai és transzperszonális jelenségtől megkülönböztetni, a kutatások kétségtelenül bizonyították, itt eredeti jelenségről beszélhetünk.

A MOST KÖVETKEZŐ példa egy testen kívüli élmény leírása, amely egy távoli helyszín pontos leírását tartalmazza. A történetről egy seattle-i védőnő, Kimberly Clark számolt be, akit az esemény annyira meggyőzött, hogy azóta is behatóan foglalkozik a testen kívüli élményekkel.

Első találkozásom a halálközeli élménnyel Maria nevű betegemhez fűződik. Idénymunkásként dolgozott, s éppen seattle-i barátait látogatta meg, amikor súlyos szívrohamot kapott. Mentők vitték kórházba, ahol az intenzív osztályon kezelték. Szociális és anyagi gondjai miatt került gondozásom alá. Kórházi felvétele után néhány nappal megállt a szíve. Mivel gondos megfigyelés alatt állt és amúgy egészséges volt, sikerült gyorsan visszahozni. Néhány órára intubálták, hogy a megfelelő oxigénellátást biztosítsák számára.

Még aznap meglátogattam, számítva arra, hogy a történet igencsak felzaklatták. Valóban izgatott, nyugtalan állapotban találtam, ellentétben megszokott nyugodt természetével. Valamiről mindenáron beszélni akart velem. Kiderült, nem az egészségi állapota miatt ilyen zaklatott. "Fantasztikus dolog történt velem, miközben a doktorok és nővérek próbáltak újraéleszteni" mesélte. "Azon vettem észre magam, hogy a mennyezetről bámulom, mit csinálnak a testemmel."

Először nem vettem komolyan a dolgot. Úgy véltem, bizonyára sejtette, mi történhetett akkor a szobában, ki volt ott és mit viselhetett, hiszen mindezt megfigyelhette az esemény előtt, a nap folyamán. A gép is már ismerős volt a számára. Mivel a hallás az az érzék, amely a legtávolabbi működik, úgy gondoltam, mindent hallhatott, ami körülötte történik. Mivel nem feltételeztem Maria-ról, hogy hazudik, úgy véltem, amit elmondott, öntudatlan fantáziájának terméke csupán.

Valami a mentőbejárat fölé vonzotta, mesélte Maria tovább az élményeit, s egyszer csak kint találta magát az épület előtt. Amint "kigondolta" magát az autófelfjáróhoz, abban a pillanatban már ott is volt. Ez már kissé meglepett, hiszen Maria éjjel érkezett a kórházba, egy mentőautó belsejében, s igazából nem tudhatta, hogyan is néz ki a mentőfelfjáró környéke. Végül is úgy magyaráztam a dolgot, hogy az ágya valamikor az ablak mellett lehetett, s amit onnan látott, könnyen beleszőhette a fantáziájába.

De ezután Maria tovább folytatta az elbeszélést. Elmondta, hogy az épület északi oldalán, a harmadik emelet külső párkányán egy tárgy vonzotta magához. "Felgondolta" magát a párkányhoz, és ott lebegett egy magasságban egy teniszcipővel. Kérte, keressem meg neki ezt a cipőt, mert szüksége volt arra, hogy valaki megerősítse a testen kívüli élményét.

Vegyes érzésekkel mentem ki az épületből, s néztem föl a párkányokra. Semmit nem láttam. Fölmentem a harmadik emeletre, bementem a kórtermekbe, s kinéztem az összes ablakon, melyek olyan keskenyek voltak, hogy arcomat az üvegnek szorítva is éppen hogy csak képes voltam megpillantani a párkányt. Végül találtam egy szobát, ahol, mikor arcomat erősen az ablakhoz nyomtam, megláttam a teniszcipőt!

Látószögöm erősen különbözött attól, amit Maria leírt nekem, hiszen olyan részleteket is leírt - például, hogy a kisujjnál a cipő erősen kikopott, a cipőfűző a sarok alá szorult, s még számos egyéb apróságot - melyek teljesen észrevehetetlenek voltak számomra. Az egyetlen mód, hogy mindezeket megfigyelje, csak az lehetett, ha valóban az épület előtt lebegett, igen közel a cipőhöz. Megszereztem a cipőt, és elvittem Maria-nak; számomra ez igen meggyőző bizonyíték volt.

A NORMÁLISTÓL eltérő érzékelést mély metafizikai félelem kísérheti, mivel az alaposan megkérdőjelezi és aláássa a nyugati kultúra által elfogadott normákat. Szeretném ezt a Maryland Pszichiátriai Kutatóintézetben folytatott LSD ülésen történetekkel illusztrálni.

Mikor már erősen éreztem a szer hatását, az ülés vezetője (Walter Pahnke) ismertette az ESP kísérletet, ahogyan erről megállapodtunk. Az a híres Zener kártyacsomag egy módosításán alapult. Kaptam egy billentyűzetet, amelyen öt különböző szimbólum - kör, négyzet, kereszt, csillag és a vízöntő asztrológiai jelére emlékeztető két hullámos vonal szerepelt. A billentyűk ezen kívül színekkel is rendelkeztek. E billentyűzet összeköttetésben állt egy másikkal, melyet a szomszédos szobában helyeztek el. Ennek billentyűi a kísérletvezető szándéka, illetve egy elektronikus véletlen-generátor utasítási szerint villantak fel. A kísérletet úgy tervezték, hogy a kísérleti személy a sikeres találgatások függvényében akár visszajelzéssel, akár anélkül dolgozhasson.

Hozzáállásom a kísérlethez először meglehetősen könnyed és játékos volt. Vagy automatikusan nyomogattam a billentyűket, vagy pedig vízióim színét és természetét használtam kulcsként. Kis idő elteltével már éreztem, ez a kísérlet komoly dolog. Az ESP vizsgálata nem választható szét az emberi tudat alapvető kérdéseitől, a psziché szerepétől a világban és a valóság természetétől. Amit vizsgáltunk, az a jelenlegi tudományos világképnek, nem pedig a normálistól eltérő érzékelésnek igazolását vagy cáfolatát jelentette. A megkérdőjelezhetetlen pozitív eredmények lerombolnák a huszadik századi hitrendszert, s összeűznák azt a bizonyosságot és biztonságot, amelyet egy átlagos nyugati polgár mindezekből meríthet.

Ugyanekkor világos volt számomra, hogy ez az alternatív világkép egyértelmű és magától értetődő; a normálistól eltérő érzékelés könnyű feladatnak, gyerekjátéknak tűnt. Teljes azonosulást éreztem John Lennox-szal, aki a másik szobában ellenőrizte a billentyűket. Éreztem a ráógumija mentholos ízét, és biztos voltam benne, könnyen figyelemmel kísérhetem a variációkat az ő szemén keresztül. Úgy tűnt, Helen Bonny érzelmes, érzékeny személyiségét hasonlóképpen felhasználhatom a színek felismerésére.

Ekkor Walter a mikrofonon keresztül bejelentette, hogy most visszajelzést fog adni a helyes és téves válaszokról. Mikor az első szimbólumot eltaláltam, furcsa izgatottság és kalandvágy kerített hatalmába. Mikor közvetlenül az elsőt követő második találgatás is sikerrel járt, az érzés hatalmasan megnövekedett. A harmadik találgatás, amely szintén talált, metafizikai pánikkal töltött el. A tér és idő határainak áttörése objektív, tudományos vizsgálattal igazolt valósággá vált.

Tisztán láttam a negyedik szimbólumot, de furcsa módon féltem ezt a kísérlet vezetőinek visszajelezni. Elhatároztam, egy másikat nevezek meg, s inkább a négy az egyhez valószínűséget játszom meg, mintsem hogy egy jó válasz bizonyosságát kockáztassam. (Mint az ülés után ellenőriztem, a látott s nem visszajelzett kép helyes volt; ez az eredmény 625 véletlen próbálkozás közül egyszer sikerült volna) Ezen a ponton - Wallie nagy csalódására - úgy döntöttem, nem folytatom a kísérletet. Ennek oka pedig az a furcsa meggyőződés volt, hogy úgy éreztem, teljesen abszurd az egyértelműt vizsgálni, s a félelem, hogy mindez megerősítést nyer a modern nyugati tudomány módszerei segítségével.

MEGVÁLTOZOTT tudatállapotban sokan érzékletes és pontos élményekről számolnak be, melyeket magzati és embrionális emlékként azonosítanak. Ezek során nem ritka, hogy az átélők a méhen belül fejlődő embrióval azonosulnak annak korai állapotában, sőt, még a hím ivarsejt és petesejt tudatát is képesek átvenni a fogamzás pillanatában. Néha az idő-regresszió még ennél is távolabbi területeket érint. Ily módon vannak, akik úgy érzik, őseik életének emlékeit élik újra, esetleg a faji vagy kollektív tudattalan memóriabankjából merítenek élményeket. Mikor valaki inkább spirituális, mint testi színezetű jeleneteket él át régmúlt személyes emlékeiből, ezt karmikus, vagy előző életekből származó élménynek nevezzük. Az átélők időnként beszámolnak a törzsfelfutás szerinti állati ősökkel, sőt, a teljes állati törzsfával való azonosulásról is. Ezen kívül lehetséges még megtapasztalni az univerzum fejlődését a földi élet kialakulása előtt, az ősrobbanást, a galaxisok kialakulását, a Naprendszer születését és bolygónk korai geofizikai folyamatait is.

2. A lineáris idő korlátainak áttörése

a. Embrionális és magzati élmények

RÖVIDEN ismertettem már néhány ide vonatkozó élményt az első születéskörüli mátrix-szal kapcsolatban. Mivel a születéskörüli élmények és jelenségcsoportok a biológiai születéssel kapcsolatos folyamatokat jelölik, ezért csak a késői magzati élmények tartoznak az első születéskörüli mátrix kategóriájába. A pszichedelikus szerekkel, gyógyszer nélküli technikákkal, pszichoterápiával vagy meditációval végzett belső utazás során az átélő az embrionális és a magzati fejlődés bármely időszakával kapcsolatot létesíthet.

AZ ÉLMÉNYEK körvonalazott, valóságos és részletes képet nyújtanak a különböző születés előtti - általában drámai és erős érzelmi töltéssel bíró - állapotokról. A zavartalan méhen belüli léthez az óceáni extázis élménye kapcsolódik, melynek során az átélő az étellel s a kozmikus teremtmény erővel fennálló misztikus kapcsolatát érzékeli, míg a születés előtti fejlődés különféle válságai a szenvedés, a paranoia, a fizikai veszély és a támadó démoni erők képzetét idézik. Mindkét fajta születés előtti élménysor jellegzetes kapcsolódást mutat másfajta transzperszonális jelenségekkel, legtöbbször törzsfelfutási, karmikus és archetipikus élményekkel, valamint a szervekkel, szövetekkel, sejtekkel való azonosulással. E jelenségekre később részletesen is kitérünk.

IGEN SOK születés előtti élmény a méhen belüli pszicho-traumatizációval függ össze, melyet különféle ártalmas (mechanikus, fiziológiai vagy biokémiai) vagy zavaró ingerek váltanak ki. A pszichedélikus és holotróp ülések tanúsága szerint a magzat nemcsak a méhen belüli létet erősen felkavaró hatásokat érzékel - mint amilyen a küszöbön álló vetélés, abortuszkíséret, erős mechanikus rázkódások és vibrációk, kiabálás, mérgező hatások és az anya testi betegsége -, hanem az anya érzelmeit is átveszi. Sok észlelő ismételt megerősítette, hogy a méhen belüli lét átélése során egyértelműen részt vett az anya érzelmi megrázkódtatásaiban, szorongásiban, gyűlölet- és agressziós kitöréseiben, depressziós hangulatában, szexuális izgalmaiban, vagy éppen ellazult, elégedett, boldog és szerelmes érzéseiben.

EZ AZ EGYMÁSRA HATÁS és érzelmekben osztozás nemcsak az intenzív testi és lelki állapotokat jellemzi. Gyakran tapasztalható az érzelmi minőség finom, árnyalatnyi változásainak, sőt, gondolatoknak és képeknek telepitikus átadása is. A méhen belüli tartózkodás újraélése során az átlálók beszámolóiból bebizonyosodott, hogy a magzat tudatában van annak, ha léte nemtetszést és ellenkezést vált ki, illetve ha szeretet és várakozás előzi meg világra jöttét. Úgy tűnik, a magzat világos szervi üzenetet kap az anya terhességgel kapcsolatos érzéseiről, s érzékeli a rá vonatkozó szeretetteli és ellenséges közléseket is.

A MAGZATI traumák igen sok személy számára az általános érzelmi bizonytalanság és a pszichopatológikus elváltozások fontos kiváltó tényezői közt szerepelnek. Hasonlóképpen az a tény, hogy egy adott személy az anyja által akart vagy nem akart gyermek volt, újból és újból mint alapvető fontosságú élmény bukkan elő, melynek feldolgozása a pszichoterápiákban rengeteg időt és energiát emészt fel. Azoknak, akik ikreként látták meg a napvilágot, az jelent különleges feladatot, hogy korábban kénytelenek voltak megosztani az anyaméhet egy partnerrel és vetélytárral, mely élmény későbbi lelki fejlődésükre is alapvető kihatással lehet.

A PSZICHEDÉLIKUS szerekkel vagy anélkül dolgozó élmény-pszichoterápiák során felmerülő embrionális emlékek hitelessége igen fontos kérdés, amelynek messzemenő gyakorlati és elméleti kihatási vannak. Ez a kora gyermekkori élmények újraélésének problematikájához hasonlatos, csak annál jóval összetettebb és alapvetőbb. Születéskörüli és születés előtti élményekről gyakori említés történik a pszichoanalitikus irodalomban, de néhány kivételtől eltekintve (Otto Rank, Ferenczy Sándor, Fodor Nándor, Lietaert Peerbolte) ezeket senki nem vette komolyan. Míg a paciensek által a pszichoanalízis során rekonstruált születés utáni eseményeket - hacsak nem túlságosan fantasztikusak és hihetetlenek - mindig mint valóságos eseményekre utaló emlékeket veszik figyelembe, addig a születésre és a méhen belüli állapotra utaló visszaemlékezéseket a fantázia termékének tekintik.

HOSSZÚ ÉVEK pszichedélikus ülései és drogmentes terápiái során a magam és mások élményeit feldolgozva úgy találtam, e jelenségkör nem söpörhető félre azzal, hogy mindez csupán a képzelet játéka. Különféle tudományágak szakemberei újból és újból megerősítik a feljegyzett élményanyag hitelességét, s az anatómia, fiziológia, embriológia, szülészet és szövettan területén nyert információk gazdagságát. Gyakran laikus személyek is igen részletes leírását adják olyan bonyolult folyamatoknak, mint az anya és gyermek szívverésének jellegzetességei, a véredények és bélrendszer hanghatásai, a magzat elhelyezkedésének és viselkedésének különleges részletei, a magzati keringés valamint a méhlepény-bolyhokban történő vércserélődés sajátosságai. Művelt és magasan iskolázott személyek gyakran beismerik, hogy az e témakörbe vágó élményeik alapvetően ellentmondanak tudományos világképüknek, s korábban maguk sem hittek a születés előtti emlékek létezésében.

A SZÜLETÉS ELŐTTI élmények hitelessége valamint a velük járó információk gazdagsága számomra hitelesen bizonyították e téma jelentőségét. Amikor csak megtehettem, mindent elkövettem annak érdekében, hogy független információkhoz jussak az anyától, a születési naplóból, a szüléstől, a rokonoktól és más forrásokból, hogy a paciens szubjektív beszámolóját mindezekkel összevethessem. Az így nyert adatok gyakran bámulatra méltó pontossággal megerősítették azokat az élményeket, amelyeket a terhesség különféle válságaként, abortuszkísérletekként, érzelmi zűrzavarokként vagy az anya testi betegségeinek emlékeként tapasztalt meg az átlál. E tények több mint elégséges okként szolgálnak arra, hogy a jövőben komoly és módszeres tudományos kutatásnak vessék alá e jelenségekört.

A SZÜLETÉS előtti élmények között időnként a személyes biológiai fejlődés igen korai szakaszai is felbukkannak. Ide tartozik - a sejtek tudatának átvételével - a petével vagy a spermiummal való azonosulás, az ovuláció, a pete vagy a spermiumok Fallop kürtön való áthaladása, a fogamzás pillanata, a megtermékenyített pete beágyazódása a méh nyálkahártyába, valamint a korai embrionális növekedés élménye. Az ilyen jelenetek kísérőjeként felismerhetővé válhat az embrió fejlődését irányító örökletes hatások, kozmobiológiai és asztrológiai energiamező, valamint a spirituális, karmikus és archetipikus erők működése is.

MOST egy krónikus depresszióban szenvedő homoszexuális férfi (Richard) pszichedélikus terápiájának részletét szeretném e jelenség illusztrálására bemutatni.

Az egyik LSD ülés alkalmával a páciens olyan tapasztalatokról számolt be, amelyek hiteles méhen belüli élményeknek tunk. Úgy érezte, alámerül a magzatvízbe és köldökzsinórral kapcsolódik a méhlepényhez. Tudatában volt a köldöktájon a testébe áramló tápláléknak, s közben az anyával való szimbiotikus egység csodálatos érzése töltötte el. Méhlepény-érkeringés által kapcsolódott az anyai szervezethez, s a vért mágikus, életadó folyadéknak érzekelte. Két, különböző frekvenciájú szívverést hallott, melyek a hullámozó háttérzajokba olvadtak.

Mindezt különös, korgó és morajló hangok kísérték, melyet Richard némi fejtörés után a medence-arteriákban áramló vér és a perisztaltikus mozgást végző belekben mozgó gázok és folyadékok hangjaként azonosított. Tökéletes belső képpel rendelkezett a testéről, s észrevette, az erősen különbözik a felnőttkori testképétől. Egészen apró volt, s fejét a testhez és a végtagokhoz viszonyítva aránytalanul nagyknak érezte. A tapasztaltak, valamint felnőtt tudatának mérlegetése alapján önmagát egy éppen születés előtt álló fejlett magzatként azonosította.

Ebben az állapotban hirtelen különös hangok értek el hozzá a külvilágból. Szokatlan, visszhangos hatásuk volt, mintha egy hatalmas terem faláról verődnekn vissza, vagy mintha egy vastag vízrétegen szűrődnekn át. Leginkább arra a hangminőségre emlékeztették, amelyet hangtechnikusok állítanak elő modern zenék felvételekor. Végül rájött, hogy a has, a méhfal valamint a magzatvíz okozza ezt a jelenséget, s hogy a magzat ezen a módon érzékeli a külvilág hangjait.

Ezután megpróbálta a hangok forrását és irányát azonosítani. Némi idő elteltével felismerte, hogy emberi hangokat hall; kiabálást, nevetést, s valamit, ami leginkább a karneváli trombita hangjára emlékeztette. Hirtelen az emlékezetébe villant: ez csak annak vásárnak a zaja lehet, amelyet évente pontosan két nappal a születésnapja előtt tartanak a szülőfalujában. Richard mindent összevetve arra a következtetésre jutott, hogy édesanyja, terhessége igen előrehaladott szakaszában, ellátogatott erre a vásárra.

Richard édesanyja - akivel nem az eset kapcsán beszélgettünk el - nem tudva fia LSD élményéről, a következő történetet mondta el: a falu viszonylagosan unalmas életébe, ahol a fiatalokót töltötte, egyedül az évenként tartott vásár hozott különleges izgalmat. Bár igen késői szakaszában volt már a terhességének, ezt a lehetőséget a világon semmiért el nem szalasztotta volna. Anyja minden ellenkezése és figyelmeztetése ellenére elment, hogy részt vegyen az ünnepségen. A rokonok szerint a piac zaja és a nagy felfordulás eredményezte Richard korai világra jöttét.

Richard állította, még sohasem hallott erről, s az anyja sem emlékezett, hogy valaha is elmondta volna neki ezt a történetet.

b. Az ősök emlékei

A TRANSPERSZONÁLIS élmények e csoportját a biológiai öröklésvonalon történő idő-regresszió jellemzi, melynek során az egyén a fogamzását megelőző történeteket él át a felmenőivel vagy az őseivel való azonosulása során. Néha e tapasztalatok viszonylagosan közeli családi eseményeket és rokoni vonatkozásokat érintenek (szülők, nagyszülők), szélsőséges formáiban viszont számos generációig, néha évszázadokig is visszanyúlhatnak.

AZ IDE TARTOZÓ élmények tartalma mindig összefügg az adott átlélő vérségi történetével és kulturális hátterével. Ily módon egy zsidó személy ősei történetét a második világháborús *holocaust*, a középkori pogromok és a bibliai idők Izraelének törzsi társadalmában élheti újra, így kerülve szoros kapcsolatba vérségi, kulturális valamint vallási örökségével. Akik Skandináviából származnak, átélhetik a vikingek kalandos felfedezéseit és hódításait; az élmények nagy részletességgel tartalmazhatnak a korabeli öltözetekre, fegyverekre, ékszerekre valamint hajózási technikára és tengeri ütközetekre vonatkozó adatokat. Hasonlóképpen egy afro-amerikai újraélheti Afrikában élt ősei életének részleteit: a falu mindennapi tevékenységét, avatási szertartásokat, gyógyító rítusokat, ünnepeket, valamint a rabszolgaság történetének drámai eseményeit. Ezeket az élményeket általában jelentős pszichológiai meglátások kísérik; az átlélő képes felismerni az ősi elemek és az éppen aktuális személyiségi és lelki problémák közötti összefüggéseket.

AZ ŐSI élmények számtalan formában és összetételben jelentkeznek. Az átlélő néha rövidebb vagy hosszabb epizódokban végigéli ősei életének eseményeit. E tapasztalatok határozottak, egyéniek és részletgazdagok. Ezek során teljes azonosulás is előfordulhat az ősökkel, ide értve a testérzést, arckifejezést, gesztusokat, érzelmi reakciókat és gondolkodásmódot. Máskor viszont ennél sokkal általánosabb és diffúzabb természetű az élmény; a családon, klánon, törzsen belül tapasztalható személyközi kapcsolatok érzelmi hangulata és minősége mellett az átlélő intuitíven beleérez az adott kulturális viszonyokba, vallási rendszerekbe, szokásokba, hagyományokba, előítéletekbe és babonákba.

TÖBBEN beszámoltak arról, hogy az átlétek hatására új megvilágításba került személyiségük szerkezete és azok a problémák, konfliktusok is, amelyekkel azelőtt nem tudtak mit kezdeni. Ezek egytől egyig visszakövethetők voltak az anyai és apai leszármazási vonalon tapasztalt különféle ellentétnek és ütközési pontoknak. Ami mint személyes probléma addig érthetetlennek bizonyult, egyszerre érthetővé vált, mint elmúlt generációknak a pszichébe vetített, személyessé tett konfliktusa.

KÉT FONTOS jellegzetesség különbözteti meg a fenti élménycsoportot a faji és kollektív emlékektől. Az első ezek közül élményszintű, s igen nehéz körülírni. A személynek, aki ősei emlékeit éli át, határozott szubjektív meggyőződése, hogy az élmény főszereplője az ő vérvonalához tartozik, s hogy az élmény valamilyen módon a DNS kódok "kiolvasásával" függ össze. Figyelemreméltó, hogy valahányszor lehetséges volt objektív vizsgálatnak alávetni ezeket az élményeket, azok minden esetben pozitív eredménnyel zárultak. Sokszor, ahol látszólagos ellentmondás mutatkozott - például amikor egy angolszász személy ősi emlékeiben cigány vagy néger ős bukkant fel - a családfa vizsgálata végül megerősítette az élmény hitelességét.

E JELENSÉGET egy Stockholmban tartott holotróp légzési szemináriumon tapasztalat esettel szeretném illusztrálni.

Egy fiatal nő, aki Finnországból érkezett a csoportba, az ülés során igen erőteljes élményeken ment keresztül. A halál-újászületés megtapasztalása valamint a biológiai születés újraélése közben - a harmadik születéskörüli mátrix jellegzetes kísérőjeként - háborús vérengzéseket élt át.

Egy epizód azonban különösnek és a többitől eltérőnek tűnt neki. Mint fiatal katona, egy második világháborús ütközetben vett részt, mely esemény tizennégy évvel előzte meg fogantatását. Hirtelen felismerte, hogy saját apja testében van, s az ütközetet is az ő szemével figyeli. Teljesen azonosult az apjával, sajátjának érezte a testét, az érzéseit, a gondolatait. Pontosan érezte azt is, mi történik körülötte. Abban a pillanatban, amikor egy fa mögé ugrott, hogy elrejtőzzék, egy golyó súrolta végig az arcát és a fülét.

Az élmény hihetetlenül elevenen, hitelesen és meggyőzően hatott. Nem értette, mindez honnan jött, s neki mi köze az egészhez. Tudta, hogy apja részt vett a orosz-finn háborúban, de biztos volt abban, hogy a fenti epizódról sohasem hallott. Végül arra a következtetésre jutott, hogy ez nem lehetett más, mint az apja valóságos élménye, s elhatározta, telefonon ellenőrzi a történetet.

Nemsokára izgatottan és megrendülten tért vissza a csoportba. Elmondta, hogy mikor apjának beszámolt az átlétekről, az teljesen megrökönyödött. Az elmondottak az ő valóságos háborús élményei voltak. A lány leírása az eseményről és annak környezetéről teljesen megfelelt a valóságnak. Ezután az apa azt is megerősítette, hogy ezt az élményét soha nem mesélte el sem neki, sem más családtagnak, mert a történetet nem tartotta eléggé jelentősnek.

c. Rasszhoz és a kollektívumhoz kötődő élmények

EZEK AZ ÉLMÉNYEK még távolabb esnek az ember személyes életének és történetének körén. A rasszhoz kötődő élmények főszereplője nem tartozik az egyén felmenői közé, csupán ugyanazon rassz tagja. A kollektív élmények során pedig e folyamat a rasszok határait áttörve az egész emberiséget felöleli. E jelenségek egyértelműen alátámasztják Carl Gustav Jungnak a kollektív tudattalanról alkotott sokat vitatott elméletét (Jung 1959).

AZOK A SZEMÉLYEK, akik megváltozott tudatállapotban erre az élményterületre hangolódnak, drámai s általában igen rövid, bár összetett és gazdag élményeken mennek át különféle történelmi időszakokban, országokban és kultúrákban. Élményük néha a külső megfigyelőé, de gyakoribb eset, ha az átlélő teljesen azonosul a főszereplővel. Az élmények jellegzetes velejárói azok az általános különleges megfigyelések, amelyek az adott kultúrák és történelmi korok társadalmi tagozódásával, vallási gyakorlatával, rítusaival, erkölcsi törvényeivel, művészetével vagy tudományával kapcsolatosak.

A KOLLEKTÍV ÉLMÉNYEK bármely országhoz, történelmi korhoz, rasszhoz, kultúrához kötődhetnek, bár úgy tűnik, bizonyos előnyt élveznek a magasan fejlett spirituális, filozófiai és művészeti hagyományokkal rendelkező ősi civilizációk. A régi Egyiptomból, Indiából, Tibetből, Kínából, Japánból, a prekolumbián Mexikóból és Peruból, valamint az antik Görögországból és Rómából származó emlékek meglepően gyakran fordulnak elő. A szóban forgó kultúra és földrajzi hely legtöbbször teljesen független az átlélő etnikai hátterétől, születési helyétől, kulturális hagyományaitól, korábbi tanulmányaitól vagy érdeklődési körétől.

ILY MÓDON egy szláv személy élményszinten részt vehet Dzsingisz Kán mongol hordáinak hódításaiban, azonosulhat a transztáncot járó kalahári busmanokkal, táncolhat az ausztrál bennszülöttek beavatási szertartásán, vagy eggyé válhat egy, az aztékok által fölládozott fogollyal. Egy angolszász is átélheti az afro-amerikai rabszolgaság történetét, vagy egy préri indián szerepében megtapasztalhatja a Vadnyugat meghódítását kísérő mészárlásokat, s mindezek az élmények hatására új, érzékeny szemszögből alkothat képet Amerika etnikai problémáiról. Egy zsidó származású személy a Távol-kelet kultúráira hangolódva betekintést nyerhet a japán, kínai, tibeti lélekbe, megérthet taoista és buddhista tanításokat, s meglepő felismerései lehetnek a harci művészetekkel, a keleti zenével és drámával kapcsolatosan.

A FENTI élményeket néha összetett gesztusok, testtartások, mozdulatsorok kísérik, melyek tökéletesen megfelelnek az érintett kultúra vagy tradíció hagyományainak. Holotróp és pszichedélikus ülések alkalmával többször megfigyeltük, amint laikus személyek megfelelő időben és összefüggésben öltözték fel a jógi hagyományok szimbolikus gesztusait (mudrák) és testtartásait (ászanák), utána pedig ezek helyes értelmezését is megadták. Sok esetben, ha az átlélő egy adott kultúrkörre hangolódott, erős vágyat érez arra, hogy táncoljon. Bármiféle előzetes gyakorlás, sőt, az adott kultúra ismerete nélkül is képes ilyenkor olyan különleges tánc- és mozgásformákat bemutatni, mint a Kung Bushman transztánc, a szufi kerengő dervisek tánca, a jávai és bali táncok, s az indiai Kathakali és Manipuri iskola szimbolikus táncmozdulatait.

A KOLLEKTÍV emlékek átélése során az érintett személy úgy érzi, az emberiség történetének eseményeit, az emberiség kulturális sokféleségének és gazdagságának példáit, vagy a kozmikus dráma és isteni színjáték (*lila*) képeit szemléli. Ezeket az élményeket nem kíséri az ősi emlékekre jellemző "DNS kód olvasás" érzése, a rasszhoz kötődő emlékekre jellemző azonosulás élménye, sem az elmúlt inkarnációk élményeire jellemző személyes emlékek, sem a spirituális vagy karmikus folyamatosság érzete.

A RASSZHOZ kötődő emlékeket illusztráló következő példa egy zsidó származású személy egyedül végzett LSD kísérletének részlete.

Hirtelen felfedeztem, hogy a szégyen az, ami az egész emberiséget megbélyegzi. Úgy éreztem szégyellem az apámat, aki meg az ő apját szégyellte! Valami azt súgta, a szégyen a születésnél hagyományozódik át, s igen sok köze van a nemi szervekhez. Öregnek és fáradtnak éreztem magam, mint az apám, mint az apám apja, s az apám apjának apja. A halált megelőző fáradtság volt ez, és a halál utáni vágy. Mély kötődést éreztem zsidó örökségemhez a férfi ősök láncán, és az ezredévek rabbi hagyományán keresztül.

Ezután égő fájdalom jelentkezett a péniszem körül, s észrevettem, éppen körülmetélésen esem át. Úgy tűnt, a szertartás bora és az apám jelenléte váltja ki a fáradtság érzését. Ez volt hát a szégyen igazi oka! A szertartáson résztvevő férfiak tudat alatt szégyenkeztek, és zavarban voltak az esemény miatt, s érzéseiket átsugározták a gyermekekre, így adva tovább a fájdalom, a szégyen és a fáradtság érzését a vallási hagyomány során.

Mélységesen szégyelltem magam. "Nem szégyelled magad? Szégyellheted magad!" Anyám és apám ezerszer mondta, hogy szégyelljem magam. Annyira szégyenkeztem, hogy már a szégyenkezés miatt is szégyenkeztem! Szégyelltem amit kívántam, szégyelltem, amit érzetem. A zsidó emberek közös érzése: a szégyen. A Hegedűs a háztetőn lakodalmi dalában van egy kívánság: "Örizzen az Úr téged a szégyentől!" Ádám megette az almát, és megismerte a szégyent. Az örökség, amelyet Ábrahám óta apáról fiúra adnak: a szégyen. Ábrahám szövetsége, mely négyezer éve a fiúgyermekre hagyományozódik!

Észrevettem, a péniszemet és a herémet markolom. Hirtelen vízióm támadt, mely mindent megvilágosított előttem. A körülmetélés a gyermekáldozatot helyettesíti! Ábrahám Izsákot áldozatként vitte az Úr elé, csak azután kapta a parancsot, hogy metélje körül, az emberáldozat helyett. A körülmetélés szimbolikus kasztráció. A fiúgyermek legbecesebb részét ajánlják Istennek, férfiaságát az élete helyett. A kasztráló zsidó anya szindróma! Apám áldozatként ajánlott fel, hogy anyám egyetértését elnyerje. Az elsőszülött földáldozása! Jézus Isten fia volt, s feláldoztatott. Mintha Isten azért hagyta volna életben Ábrahám fiát, hogy leszármazottai Istené legyenek, s Ő később jogot formálhasson rájuk. Ezért "választott nép" a zsidóság - kiválasztott az áldozatra!

Később úgy döntöttem, némi történeti kutatást indítok az átéléssel kapcsolatban. Egy helyi zsidó szakértő azt állította, hogy az elsőszülött feláldozásáról sohasem történik említés a zsidó hagyományokban, s tanácsolta, forduljak a Zsidó Enciklopédiához és az Elsőszülött Bőjtjéhez. Mindezek ellenére számos utalást találtam arra, hogy az elsőszülött feláldozását kétezer évig gyakorolták, egészen a Birák koráig. Az ősi örökséggel való élményszintű találkozás meggyőzött arról, hogy mindez hihetetlenül mély nyomokat hagyott a zsidóság és más mediterrán népek faji tudattalanjában.

BEVEZETÉS

A HAGYOMÁNYOS PSZICHIÁTRIA, pszichológia és pszichoterápia emberi személyiségmodellje csupán az életrajzi adatokkal és a Sigmund Freud által leírt személyes tudatalattival számol. Ez a közelítés elfogadhatónak tűnhet felszínesebb pszichoterápiás önfeltárás során, azonban kevésnek bizonyul, ha érteni akarjuk azokat az erőket, amelyek érzelmi és pszichoszomatikus gyógyulásokat, személyiségátalakulásokat és tudati fejlődést eredményeznek az olyan erőteljes technikák bevetésekor, mint például a pszichedélikus (normál tudatállapotot megváltoztató, hallucinogén szereket alkalmazó) terápia, a gyógyító transztánc, vagy a modern pszichoterápia más, gyakorlati eszközei. E technikák felébresztik és mozgásba hozzák az emberi psziché mélytudati és tudatföltöltés szintjeit, mutatva, hogy eljött az ideje a témával kapcsolatos fogalmi keretek alapos kibővítésének. Mindazok, akik a fenti módszereket önfeltárássra, vagy mint terapeuták, gyógyításra kívánják használni, birtokában kell legyenek egy olyan psziché-térképnek, amely magában foglalja a személyes élettörténeten túl fekvő területeket is. Mi e térképet a komoly belső felfedező munka alapvető kellékének tekintjük, s elengedhetetlennek tartjuk azt is, hogy a pszichedélikus, illetve a holotróp terápiai előkészítő szakaszában mindezt a páciensekkel megismertessük. Annak ellenére, hogy a modell, amelyet a következőkben felvázolunk, elsőként a pszichedélikus ülések során felmerülő tapasztalatok értelmezésére szolgált, ma már éppúgy alkalmazható a nem szerekekkel segített terápiaiak során is.

AZ ÚJ TÉRKÉP tartalmazza a hagyományos *életrajzi-emlékezeti szintet*, valamint két alapvető, élettörténeten túl fekvő réteget: a *születéskörüli élményeket*, amelyek a születés és halál átélésével állnak kapcsolatban, s a *transzperszonális* (a személyiség transzcendens dimenzióiba terjedő) területet. A fenti kategóriák - az életrajzi, a születéskörüli és a transzperszonális - megvizsgálása viszonylag könnyen hozzáférhető bárki számára. Jelentkezésük megfigyelhető a pszichedélikus szereket alkalmazó üléseken, a pszichoterápia azon formáinál, amelyek légzést, zenét, táncot, testmozgást alkalmaznak, valamint az álmokban. A tudatváltozást laboratóriumi úton előidéző technikák: a bio-visszacsatolás, az alvásmegvonás, a teljes izoláció vagy a túlingerlés, és a különböző kinezetikus eszközök szintén képesek behatolni a fenti birodalmakba.

ŐSI ÉS KELETI SZELLEMI GYAKORLATOK széles skáláját ismerjük, amelyek kifejezetten arra szolgálnak, hogy könnyebben megközelíthetővé tegyék a születés-körüli és transzperszonális területeket. Éppen ezért nem tekinthető véletlennek, hogy az emberi psziché új modellje nagyfokú egyezést mutat az évszázados, sőt évezredes misztikus tradíciók leírásaival. A teljes tapasztalati skála leírása pedig fellelhető történészek, antropológusok, vallástörténészek dolgozataiban, akik a különböző sámán-praktikákat, törzsi beavatási és gyógyító ceremóniákat, halál-újászületés misztériumokat, s az eksztatikus vallások transz-táncait tanulmányozták.

A MAI TUDATKUTATÁSNAK köszönhetjük, hogy mélységében megismertük az ősi és Európán kívüli kultúrák tanítását az emberi tudatról, s ez tette lehetővé, hogy az évezredes bölcsesség és a modern tudomány eredeti ötvözésére kísérletet tehesünk.

SZÜLETÉS-KÖZELI ÉS TRANZPERSZONÁLIS élmények a spontán jelentkező megváltozott tudatállapotokban is előfordulnak. Ezért fontos hogy megértsük és új megvilágításba helyezzük azokat az eseteket, amelyeket a hagyományos pszichiátria "pszichotikusnak", vagyis elmebetegségre utalónak nevez. Az új megfigyelések fényében ezek személyiségen túli válságoknak, "lelki vészhelyzetnek" tekinthetők. E krízisek, megfelelő megértés és kezelés esetén, érzelmi és pszichoszomatikus gyógyuláshoz, személyiségátalakuláshoz és tudati fejlődéshez vezethetnek.

Az érzékelési küszöb és az életrajzi-emlékezeti szint

MINDAZOK A TECHNIKÁK, amelyek a tudattalanba való utazást segítik, legtöbbször belsőleg aktiválják az érzékszerveket. Ennek eredményeképpen a belső mélységekbe való alászállás sokaknál meghatározatlan érzékszervi élményekkel indul. Ilyenek például az színek és geometriai ábrák víziója, a csengő vagy zümmögő hangok, a tapintási érzetek a test különböző pontján, az ízek és szagok. Ezek többé-kevésbé absztrakt természetűek, s nincs igazi jelentőségük az önmegismerés szempontjából. Inkább egyfajta érzékelési küszöböt jelentenek, amelyen át kell haladnia annak, aki a pszichéjébe való utazását megkezdi.

A TOVÁBBI ÚT SORÁN a psziché következő és egyben legkönnyebben előbukkanó területe rendszerint az *életrajzi-émlékezeti szint* és az *egyéni tudatalatti*. Ennek ellenére, hogy az e kategóriákhoz tartozó jelenségek elméleti és gyakorlati jelentősége nem elhanyagolható, mégsem szükséges hogy túl sok időt vesztessünk a leírásukkal. Ennek oka az, hogy a legtöbb hagyományos pszichoterápiás közelítés a pszichének éppen erre a szintjére korlátozódik. Bőséges irodalom foglalkozik az életrajzi terület pszichodinamikai vonatkozásaival. Sajnos, a különböző pszichológiai iskolák egymásnak gyakran ellent mondanak, és igen kevés egyezést mutatnak a tekintetben, mit tekintenek a psziché lényeges alkotórészeinek, miből eredeztetik a lelki betegségeket, s mit tartanak hatékony pszichoterápiás eljárásnak.

AZOK A TAPASZTALATOK, amelyek az *életrajzi-émlékezeti szint*hez tartoznak, az egyén születésétől a jelenig vele megtörtént jelentős élettörténeti eseményekhez és körülményekhez kötődnek. Az ön-feltárás e szintjén a szóban forgó személy életéből bármi, ami megoldatlan konfliktusaival, elfojtott és még nem feldolgozott emlékeivel kapcsolatos, felbukkanhat a tudattalanból és az élmények tartalmává válhat.

EGY EMLÉK FELBUKKANÁSÁHOZ egyetlen feltételre van szükség: a témának megfelelő érzelmi töltéssel kell rendelkeznie. Itt észlelhető a gyakorlati pszichoterápia hatalmas előnye a szóbeli módszerekkel szemben: azok a technikák, amelyek közvetlen módon hozzák működésbe a tudattalant, úgy tűnik, a legjelentősebb érzelmi anyagot válogatják ki, erősítik fel és segítik tudatossá válni. Valamiféle belső radarként működnek, amelyek letapogatják a rendszert, és felderítik a legerősebb töltésű és érzelmi súlyú anyagot. Ez nemcsak megkíméli a terapeutát attól, hogy a lényeges és lényegtelen elemek között válogasson, de a döntés kényszerétől is megszabadítja, amelyre mindenképpen torzító hatással van a személyes szakmai gyakorlat, valamely iskolához való tartozás, és számos más személyes tényező.

AZ ILY MÓDON felszínre kerülő életrajzi anyag nagyjából megfelel annak, amit a freudi iskola elméletei leírnak. Mégis, számos alapvető különbség fedezhető fel: a mélységeket feltáró élmény-pszichoterápia során az egyén nem emlékezés és a részletek összerakosgatása során jut el az életrajzi élményekhez, hanem azokat teljességgel újra is éli. Ezt, az érzelmeken kívül, testi érzetek, látványélmények, s az érzékszervek élénk működése is kíséri. A kor-regresszió során - amelynek mindez tipikus velejárója - a fenti érzetek pontosan arra a fejlődési fokra jellemzőek, amelybe az átélő visszahátrált.

BEBIZONYÍTHATÓ, hogy a kor-regresszió, amelyet megváltozott tudatállapotokban megfigyelhetünk, teljes és hiteles. Rövid neurológiai vizsgálattal ilyen esetekben megállapítható, hogy a korai gyermekkorba regresszált személy vizsgálati adatai nem felnőt, hanem gyermek jellegzetességeket mutatnak. Ide tartozik a szopási reflex és más, úgynevezett axiális reflexek jelentkezése, valamint a pozitív Babinski-teszt, amely kizárólag csecsemőknél mutatható ki.

MÁSIK LÉNYEGES KÜLÖNBŐSÉG, hogy a fontos emlékek és más életrajzi elemek nem önmagukban, hanem meghatározott dinamikai együttállásban jelentkeznek. E jelenségre én a *sűrített élménykomplex* kifejezést alkottam. A *sűrített élménykomplex* az egyén életének különböző időszakaiból származó emlékek (és a hozzájuk tartozó fantázia-anyag) dinamikus együttese. Közös nevezőjük egy *azonos minőségű* erős érzelmi töltés, vagy egy különleges és intenzív testi érzet.

ELSŐ LÉPÉSBEN a sűrített élménykomplexeknek az egyéni tudattalan dinamikájában kifejtett vezető szerepét ismertem fel, s megértettem, ismeretük nélkülözhetetlen e szint belső folyamatainak megértésében. Később az is egyértelművé vált, hogy az élménykomplexek sűrítése a psziché összes rétegének általános szervező alapelve.

A LEGTÖBB személyes tartalmú sűrített élménykomplex dinamikus összeköttetésben áll a születési folyamat bizonyos fázisaival. A születéskörüli témák és elemeik ezen kívül a személyiség transzcendens birodalmából eredő ide vonatkozó élményekkel tartanak fenn különleges kapcsolatot. Nem szokatlan, hogy egy sűrített élménykomplex számos életszakasz anyagát ötvözi, s megtalálhatók benne a biológiai születés mellett olyan transzperszonális területek, mint például a megelőző életek emlékei, az állatokkal való azonosulás és a különböző mitológiai témák.

MINDEZ ARRA MUTAT, hogy a psziché különböző rétegeiből eredő témák intenzitás-hasonlósága nagyobb jelentőséggel bír, mint azt hagyományosan feltételeztük. Régi felfogásunk szerint ugyanis évek, évszázadok véglegesen eltávolítanak egymástól eseményeket, s feneketlen szakadék tátong az emberi és az állati érzékelés között, valamint az "objektív valóság" elemei nem keveredhetnek archetipikus és mitológiai témákkal.

AZ UTOLSÓ LÉNYEGI ELTÉRÉS a szavakkal és az élményekkel dolgozó pszichoterápiák között, hogy az átélésközpontú terápiák különleges hangsúlyt helyeznek a közvetlenül átélt testi traumatizáló hatásokra. A hagyományos pszichiátriában, pszichológiában és pszichoterápiában kizárólag a lelki traumákra tevődik a hangsúly. A testi traumákat nem tekintik az egyén lelki fejlődését közvetlenül befolyásoló tényezőnek, olyasminek, ami előidézheti érzelmi és pszichoszomatikus rendellenességek kifejlődését. E szemlélet élesen ellentmond azoknak a megfigyeléseknek, amelyek tapasztalati módszerekből származnak, s amelyekben a testi traumák emlékei jelentőségükben minden mást megelőznek. Pszichedélikus ülésekben, holotróp terápiákon és más, erőteljes módszerek hatására a résztvevők feltűnő gyakorisággal élnek át újra súlyos betegségeket, sérüléseket, operációkat és fulladásos élményeket, s ezek jelentősége messze túlnő a szokásos lelki traumákon. Úgy tűnik, az olyan a helyzetekből fennmaradt érzelmek és testi érzetek, amelyek a életet vagy a szervezet egységét veszélyeztették, döntő szerepet játszanak a pszichopatológiák különféle formáinak kialakulásában - igaz, e tényt az akadémikus tudomány a mai napig nem ismerte fel.

PÉLDAKÉNT képzeljünk el egy gyermeket, aki az életét komolyan veszélyeztető betegséget kap, mondjuk diftériát. A gyermek fuldokolva küzd a levegőért, a szülők mentőt hívnak, s rohamkocsi viszi kórházba a kis beteget, ahol az utolsó pillanatban gégemetszéssel mentik meg az életét. A hagyományos pszichoterápia felfogása szerint az életveszély és az elviselhetetlen testi rossz érzés nem tekinthető hosszan tartó traumatizáló hatásnak. Vizsgálata fókuszában az állna, hogy a gyermek a kórházi időszak alatt távol volt az anyjától, érzelmi deprivációt élt át, a mentő szirénája megijesztette, s idegen környezetben kellett tartózkodnia.

MINDEZEKNEK ELLENTMOND ugyan az, hogy bizonyos tünetek, mint például az asztma, a pszichés fájdalmak, vagy a hisztérikus bénulás elsődlegesen lelki konfliktusok "szomatizációjaként" értelmezhetők. A tapasztalati közelítés rámutat, hogy az életet veszélyeztető traumák a pszichében maradandó nyomot hagynak és jelentősen hozzájárulnak az érzelmi és pszichoszomatikus problémák kialakulásához. Ide sorolhatók a különféle depressziók, öngyilkossági késztetések, szorongások és fóbiák, a szado-mazochisztikus hajlam, a szexuális működési zavarok, a migrénes fejfájások és az asztma. Bizonyítást nyert, hogy azok a problémák, amelyek tisztán pszichoszomatikus tünetekben jelentkeznek, mindig tudattalan témakörökig követhetők vissza (életrajzi, születéskörüli és transzperszonális szinten), és ezek elsődleges elemei között ott találjuk a testi traumák átélését is.

A KOMOLY TESTI TRAUMÁK emlékei természetes kapcsolatot képeznek az élettörténeti és a születéskörüli területekkel. Ez utóbbi fő alkotóeleme a születés és halál kettős átélése. A testi traumák az egyén születés utáni életének eseményei, s így élettörténeti jellegűek. Mégis az a tény, hogy a személy általuk a halál közelébe kerül és szélsőséges rossz érzéseket és fájdalmakat élt át, a jelenségcsoportot összekapcsolja a születési traumával. Emiatt azoknak a betegségeknek és traumáknak az emlékei, amelyek komoly légzési zavarokkal hozhatók összefüggésbe, mint például a tüdőgyulladás, diftéria, szamárköhhögés és fuldoklásos élmények, különösen fontosak a fenti összefüggésben.

AHOGY MÉLYÜL a belső tartományokba való alámerülés, úgy erősödik az érzelmi és testi fájdalom mértéke. Ez annyira szélsőségesé válhat, hogy az érintett személy úgy érzi, a személyes szenvedés határait átlépte, és már emberek tömegeinek, az emberiségnek, az egész életnek fájdalmát hordozza. Nem ritka, hogy azok, akik a belső területet elérik, élményszinten azonosulnak különböző korok sérült és haldokló katonáival, börtönök és koncentrációs táborok foglyaival, megkínzott zsidókkal és korai keresztényekkel, szülő anyákkal és gyermekükkel, sőt, ragadozók által megtámadott és lemészárolt állatokkal is. Az emberi tudattalan e szintje egyértelműen megmutatja a személyes tapasztalatok és a transzperszonális élmények skálájának szoros összefüggését, amelyről a következő részben fogunk részletesen beszélni.

A TUDATTALAN e területének megélését drámai fiziológiai tünetek kísérik: a fuldoklás különböző fokozatai, felgyorsult pulzus és szívdobogás, hányinger és hányás, az arcszín megváltozása, a testhőmérséklet változása, bőrkiütések és foltok spontán feltűnése, rángások, torzulások, kicsavarodó mozgások és más feltűnő külső jelek. A pszichédikus ülések alatt, időnként a nem gyógyszeres terápiák során, valamint a spontán tudatváltozások esetében e jelenségek olyan hiteles és meggyőző erővel jelentkezhetnek, hogy az érintett személy komolyan azt hiheti, a halálán van. Gyakran még a hasonló helyzetekben gyakorlott segítők és megfigyelők is komoly életveszélyként értékelik a tapasztaltakat.

CSAK AZOK kezdenek foglalkozni élettörténeti szinten a túlélés témájával, akik életük során komoly életveszélybe kerültek. Viszont mikor az alámerülés áthatol a személyes élettörténet rétegén, az élményeket általánosan is a szenvedés és a halál problémaköre hatja át. Azok, akiknek élettörténete nem tartalmaz életveszélyes élményt, erre a tapasztalati területre közvetlenül is beléphetnek. A többiek számára a komoly testi traumák, betegségek, operációk újraélése szolgál hídként e szint megközelítéséhez.

A HALÁLLAL való megrázó szembesülés, amely a fenti élményeket annyira jellemzi, azokkal a jelenségekkel mutat belső rokonságot, amelyek a biológiai születési folyamat jellemzői. A haldoklás és meghalás élményével párhuzamosan az egyén a születés/szülés küzdelmeit is átéli. Az élményeket kísérő élettani és mozgási megnyilvánulások a születési folyamat jelenségeiként természetes magyarázatot nyernek. Ebben az összefüggésben igen gyakori, hogy az egyén azonosul a magzattal, és újraéli a biológiai születés fázisait, részleteiben is igazolható hitelességgel. Bár a tárgyalt élménykomplex semmiképpen sem szűkíthető kizárólag a biológiai születés újra átélésére, mégis úgy tűnik, a születési trauma képezi központi témáját ennek az élményszintnek. Ezért adtam a tudattalan e területének a "születéskörüli" elnevezést.

A JELENLEGI NEUROFIZIOLÓGIA tagadja a születési emlékek létezését. Az okot az újszülött még nem kialakult agykérgi állományában jelöli meg. Mégis, a hiteles születéskörüli élmények létezése letagadhatatlan; előfordulásuk gyakorisága és az orvosilag igazolt kísérő tünetek remélhetően arra ösztönzik majd az agykutatókat, hogy felülvizsgálják és módosítsák jelenlegi nézeteiket.

A BIOLÓGIAI SZÜLETÉS és a fent részletezett születéskörüli élmények között igen mély és jellegzetes kapcsolat áll fenn. Ez lehetővé teszi, hogy a szülés klinikai fázisait vegyük alapul egy olyan elméleti modell megalkotásához, amely a tudattalan születés-közeli szintjének jobb megértésében segítségünkre lehet.

A SZÜLETÉSKÖRÜLI ÉLMÉNYEK jellegzetes csoportosulásban jelentkeznek, amelyek alapvető vonásai mély tapasztalati-logikai kapcsolatban állnak a születés klinikai fázisainak anatómiai, fiziológiai és biokémiai oldalaival. A születési modell segítségével különleges betekintést nyerhetünk a pszichopatológiák belső felépítésébe és forradalmian új terápiás lehetőségek is megnyílnak számunkra.

A SZÜLETÉSSSEL való szoros kapcsolatának ellenére a folyamat túlmutat a biológikumon, és fontos pszichológiai, filozófiai és szellemi dimenziókkal mutat kapcsolódást. Éppen ezért nem szabad korlátozott és mechanisztikus módon értelmezni. Ha valaki a születéskörüli folyamat elsőprő erejű dinamikájával kerül szembe - legyen az laikus vagy kutató - olyan mélységek nyílnak meg előtte, hogy hajlamos attól kezdve a születésre, mint mindent-megmagyarázó alapelvre tekinteni. Ám magasabb nézőpontból ez is csak korlátozott közelítés, amelyen túl kell lépni. A születési modell témakörében gondolkodva a tudattalannak csak meghatározott szintjeit lehet áttekinteni. Amikor a mélységekbe merülés a psziché transzcendens birodalmaiba hatol, a vizsgálódásnak teljesen új módja lép érvénybe.

A SZÜLETÉSKÖRÜLI MÁTRIX jellegzetességei világosan megmutatják, hogy itt a biológiai születés újra átélésénél lényegesen tágasabb jelenségről van szó. A megváltozott tudatállapotokkal kapcsolatos klinikai megfigyelések bebizonyították, hogy a pszichopatológia számtalan formája a biológiai születés körüli folyamatokban gyökerezik. A halál és újjászületés képsorainak átélése alapvetően gyógyító hatással van azokra az érzelmi és pszichoszomatikus problémákra, amelyek a szülés és születés traumatizáló hatásából erednek. Emellett igen fontos személyen túli transzcendens dimenziók is megnyílnak ilyenkor, amelyek mélyreható változásokat eredményeznek a személy filozófiai és spirituális meggyőződésében, értékrendjében és általános életfelfogásában.

A SZÜLETÉS ÉS HALÁL megtapasztalásának jellegzetes velejárója az egzisztenciális válság élménye, amelynek során az egyén saját életét és a létezés értelmét alapjaiban kérdőjelezi meg. E válság sikeresen feloldható, ha az egyént a psziché spirituális dimenziójával és a kollektív tudattalan mély forrásával összekapcsoljuk. Ezek eredményeképpen olyan személyiség-átalakulásnak és tudati fejlődésnek lehetünk szemtanúi, amelyeket az ősi halál-újjászületés misztériumokkal, a titkos társaságok felvételi szertartásaival és a különböző törzsi avatási rítusokkal kapcsolatban írtak le. A tudattalan születéskörüli szintje tehát fontos összekötő kapcsot jelent az egyéni és a kollektív tudatalatti, valamint a pszichológia és a miszticizmus között.

A TUDATTALAN születéskörüli szintjét jellemző halál- és újjászületés-élmények igen gazdagok és összetettek. A biológiai születés szakaszaival összefüggő jelenségek jellegzetesen egybefonódnak mitológiai, misztikus, archetipikus, történelmi, antropológiai és törzsféjlődési élményekkel. Ezek négy jellegzetes tapasztalati minta vagy konstelláció köré gyülekeznek, és úgy tűnik, e témacsoportok és a gyermekszületés klinikai szakaszai között alapvető összefüggés áll fenn.

A SZÜLETÉS SZAKASZAINAK átélése egyfajta választási lehetőséget kínál a kollektív tudattalan különböző birodalmaiba való belépéshez. A mélyre hatoló élmény-terápia elméletében és gyakorlatában igen hasznosnak bizonyult, hogy négy dinamikus élménycsoport létét feltételeztük, amelyek a tudattalan születéskörüli szintjével állnak kapcsolatban. Ezeket *születéskörüli mátrixoknak* neveztük el.

AMELLETT, hogy egy jelenségcsoport sajátos érzelmi és pszichoszomatikus tartalommal rendelkezik, a tudattalan más és más szintjéről származó tartalmak rendező elveként is szolgál. Az élettörténeti szint elemei, amelyeket a *sűrített élménykomplexek* tartalmaznak, s amelyek a fizikai erőszak, fenyegetés, egyedüllét, fájdalom, fuldoklás, vagy éppen a biológiai és érzelmi megnyugvás témakörével kapcsolatosak, szorosan összefüggenek a *születéskörüli mátrixokkal*.

A SZÜLETÉSKÖRÜLI TAPASZTALATOK feltárása gyakran transzcendens élményekkel is társul (például a Hatalmas vagy Szörnyű Isteni Anya, a pokol, a purgatórium, a mennyország víziójával, állatokkal való azonosulással vagy elmúlt inkarnációk emlékeinek átélésével). A különböző, egymással szorosan összefüggésben álló *sűrített élménykomplexekhez* hasonlóan a fenti transzperszonális élmények és a *születéskörüli mátrixok* közötti kapcsolként is az érzelmi töltés és testi érzetek hasonlósága szolgál.

A SZÜLETÉSKÖRÜLI MÁTRIXOK még a freudi erogén zónák aktivitásával és a pszichopatológiák különböző formáival is sajátos kapcsolatban állnak. A következő részben a *születéskörüli mátrixokat* abban a sorrendben fogom ismertetni, amelyben az adott fázisok a gyermekszületés biológiai folyamatában egymás után következnek. E sorrend ritkán tapasztalható az önfeltáró munka során; a jelenségcsoportok témái számtalan variációban és elrendezésben jelentkezhetnek.

AZ ELSŐ SZÜLETÉSKÖRÜLI MÁTRIX a magzati univerzum

E JELENSÉGCSOPORT biológiai alapját az az eredeti szimbiotikus egység képezi, amely a születést megelőző időszakban a magzat és az anyai szervezet között fennáll. Bár a méhen belüli zavartalan létében a magzat állapota ideálisnak mondható, ezt mégis számtalan fizikai, kémiai, biológiai és pszichológiai tényező befolyásolhatja. A terhesség késői szakaszában a gyermek mérete, a növekvő mechanikai szorítás és a méhlepény viszonylagos elégtelensége is hozzájárulhat kényelmetlen érzések kialakulásához.

A SZÜLETÉSKÖRÜLI ÉLMÉNYEK vagy eredeti biológiai formájukban, vagy szimbolikus képek formájában élhetők újra. Az asszociált témák és a születés adott szakaszainak kapcsolata teljesen sajátos, szelektív, és mély tapasztalati összefüggéseket mutat. Úgy tűnik, a magzattal való azonosulás, amelynek során az egyén a születés különböző fázisait éli át, átjárást biztosít azokra a transzperszonális területekre, amelyekre megegyező érzelmi állapotok és pszichoszomatikus élmények jellemzők. E témák között az archetipikus élményeken túl olyan képekhez is hozzájutunk, amelyeket az emberiség kollektív memóriabankja őriz, s az állati, növényi és ásványi birodalmakba is betekintést nyerhetünk a természet holografikus memóriája által.

A ZAVARTALAN MÉHEN BELÜLI ÁLLAPOT átélésének minden olyan élmény kísérő jelensége vagy helyettesítője lehet, amely annak korlátok nélküli és szabad természetében osztozik. Ide tartozik az óceánnal és különféle vízi élőlénnel (algával, moszattal, medúzával, hallal, delfinnel, bálnával) való eggyé válás. Az azonosulás tárgya lehet a kozmosz, a csillagközi tér, a galaxisok, esetleg az űrben lebegő vagy keringő űrhajósok is. Ide sorolhatók azok a képek, amelyek a természetet legszebb állapotában, ragyogóan, védelmezőn, mindenkit táplálón (Anyatermészet) ábrázolják, s amelyek a boldog magzati állapottal jellegzetes kapcsolatban állnak.

A KOLLEKTÍV TUDATTALAN témái, amelyek az első *születéskörüli mátrixban* jelentkeznek, a világ kultúráinak mennyorszárait és paradicsomait idézik. Ez igencsak érthető, ha belegondolunk, hogy a mennyország archetipikus leírása nagy, nyitott terekről, égről, a naphoz és a holdhoz hasonló fénylő égitestekről, és más, az asztronómiai kozmoszra utaló elemekről beszél. Hasonlóképpen a különböző kultúrák Paradicsom-képe is a természet legszebb állapotát idézi, gyönyörű virágokkal, zamatos gyümölcsökkel, egzotikus madarakkal, csillogó fényű arannyal, ezüsttel, drágakövekkel, valamint patakokkal és szökőkutakkal, amelyekből az élet vize fakad.

A FENTI ÉLMÉNYEKET igen erős numinozitás hatja át. Az első *születéskörüli mátrix* e szent, spirituális formáját a *kozmikus egység* megtapasztalásának, vagyis *Unio Mystica*-nak nevezzük. Erre az állapotra a téridő korlátainak áttörése és elsőpró erejű extatikus érzések jellemzők, amelyben megtapasztalható az elkülönülés nélküli egység minden létezővel, s a mély tiszteltet és szeretet érzése a teremtet világ iránt.

A MÉHEN BELÜLI ÉLET ZAVARAI is jellemző képekben és élményekben jelentkeznek: víz alatti veszélyek, szennyezett patakok, tavak és óceánok, radioaktivitással fertőzött vagy más módon lakhatatlanná tett természet, vulkánkitörésből származó mérgezett föld és sár, ipari szemét- és roncsstelek, sivatagok és terméketlen földek látványában. Ezek helyénvaló ábrázolások, hiszen a méhen belüli zavarok legnagyobb része a méhlepény mérgeződésével és a magzat táplálásának elégtelenségével jár együtt. Drámaibb behatások, mint például egy küszöbön álló vetélés vagy sikertelen abortusz, megfoghatatlan univerzális fenyegetettségként, vagy a világvége véres, apokaliptikus víziójaként élhető át.

A FENTI KÉPEKKEL megegyező gyakorisággal fordul elő még azonosulás kémiai háborúban küzdő katonákkal, koncentrációs táborok gázkamráiban haldokló foglyokkal, megmérgezett emberekkel és állatokkal. A leggyakoribb idetartozó archetipikus képzetek a világ különböző kultúráinak mitológiai tárházából származó gonosz démonok, sötét metafizikai erők és ártó asztrális hatások. Tapasztalati szinten ez a boldog magzati állapotban tapasztalt misztikus eggyé válást felváltó, minden ismerős és megbízható struktúrát pszichotikusan eltorzító és felbomlasztó hatásként tapasztalható, s ezt rémület és paranoia kíséri.

AZ ELSŐ SZÜLETÉSKÖRÜLI MÁTRIX pozitív oldalai szorosan kapcsolódnak az anyamellen átélt szimbiotikus egységhez, a pozitív *sűrített élménykomplexek*hez, és olyan emlékekhez, amelyek relaxációhoz, elégedettségergészethez, biztonsághoz, az elme nyugalomához, szép tájakhoz és kimagasló művészi alkotásokhoz társulnak. Hasonlóképpen az első *születéskörüli mátrix* negatív oldalai is meghatározott negatív *sűrített élménykomplexekkel* és transzperszonális jelenségekkel állnak összefüggésben.

A FREUDI EROGÉN ZÓNÁKAT tekintve a *születéskörüli mátrix* pozitív oldalát e területek olyan biológiai és fiziológiai állapota jellemzi, amelyben semmifajta feszültség nem tapasztalható, és amelyben az összes szükséglet kielégítést nyert. Az első *születéskörüli mátrix* negatív oldalával viszont különleges összeköttetésben állnak olyan testi jelenségek, mint az émelygés, rossz emésztés és a bélrendszer működési zavarai.

A SZÜLETÉSKÖRÜLI MÁTRIXOK MŰKÖDÉSÉT saját tapasztalatommal, egy pszichedélikus ülésen készített feljegyzésemmel fogom illusztrálni. Az alábbiakban egy nagy dózisu (300 mikrogramm) LSD által kiváltott élmény kivonatát közlöm, amelyben elsősorban az első *születéskörüli mátrix* kapott szerepet.

Úgy éreztem, le kell kuporodnom, és az volt az érzésem, fokozatosan összezsugorodom. Fénylő folyadékban lebegtem, amelyet finomszövésű fátylak vettek körül. Ezt az állapotot könnyű volt azonosítani, mint mély regressziót, visszatérést a magzati életbe. Egész lényemet az üdvösség és a zavartalan béke halvány, de alapvető érzése töltötte be. Különös, paradox állapotot éltem át: egyre kisebb és kisebbé zsugorodva lassan teljesen semmivé váltam - és mégis úgy tűnt, nincsenek korlátaim, s egészen a végtelenségbe terjedek.

Képeletem eljátszott a gondolattal, hogy egy kecses medúza vagyok, amely lustán lebeg az óceánban, s az általa kilövellt vízsugarak segítségével lassan körbe forog. Ez az először játékos, majd nem álomszerű azonosulás fokozatosan kezdett valósággá válni. A törzsfajlás igen alacsony fokára jellemző, primitív érzéseim támadtak hihetetlenül meggyőző erővel, s olyan különös folyamatokat éltem át, amelyekben már nyoma sem volt semmiféle emberi tapasztalatnak. Az élmény lassan átváltozott hasonlóan meggyőző, halakkal, tengeri csikókkal, moszatokkal való azonosulássá, s mindegyik élmény autentikus és biológiai részleteiben is megdöbbentően pontos volt.

Ám mindeközben egy alapvető érzés dominált: egy méhben lebegő magzat vagyok, ki az anyai szervezettel a köldökszínór és a méhlepényi keringés segítségével összeköttetésben áll. Átéltam az anyával fennálló összetett és gazdag kapcsolatot, amely csak részben biokémiai és fiziológiai, nagyrészt azonban érzelmi, sőt, telepatikus természetű. Egy ponton a vér, mint szent, életet adó szubsztancia került az élmény előtérbe. Tudatában voltam az

anyai szervezettel fennálló méhlepény-kapcsolatnak, éreztem az artériás és vénás körökben a vér áramlását, az oxigén és tápanyagok felvételét, valamint az anyagcsere-termékek leadását.

Az élményt különféle archetipikus és mitológiai képek tarkították, amelyek a vér fontosságát és szent jelentőségét húzták alá. Kis hangsúlyeltolódással e téma távolabbi vonatkozásával is kapcsolatba kerültem - azonosultam az anyamellen fekvő gyermekkel; ekkor a szent, tápláló szubsztanciának a tejet éreztem.

A pozitív élményeket időnként erős testi-érzelmi rossz közérzet és valami meghatározhatatlan, rejtélyes fenyegetettség-érzés szakította meg. Az állapotnak határozottan érezhető kémiai összetevői voltak - szennyezettnek, mérgezettnek, émelygőnek és betegnek éreztem magam. A számban érzett szörnyű izzóló majdnem hánytam. Ugyanekkor úgy tűnt, sötét metafizikai erők győznek le, vesznek birtokba.

Amint a démoni támadások lecsillapultak, tapasztalati terem kitisztult, és visszatértem a mély, óceáni boldogságba. Arra gondoltam, mindez az anyai szervezetről származó kedvezőtlen hatások következménye lehetett. Ahogy az élmény tovább alakult, az óceáni környezet hatalmas csillagközi térré változott. Úgy éreztem, a végtelen kozmikus óceánban szabadon lebegő úrhajós vagyok, akit az "anyahajóhoz" életfenntartó vezeték köt - ám mindeközben folyamatosan éreztem azonosságomat az embrióval is. A csillagokkal teli világegyetem a jól kivehető Tejútjal és milliárdnyi galaxisával sohasem tapasztalt nyugalommal és békességgel töltött el. Határtalansága és időtlensége mellett minden esemény jelentéktelen felszíni fodrozódásnak tűnt csupán.

Ahogy az ülés a vége felé közeledett, az élmény fókuszába a Föld került. Az időtlen minőség eszméje itt is teret kapott, igaz, másminen formában. Mint egy gigantikus Buddha szobor, kit a halál és újjászületés körforgásában ismétlődő emberi élet káosza és zűrzavara meg sem érint, egy kaliforniai óriásfenyő testébe költöztem, amely háborítatlanul figyel az idő múlását évezredek át. És mintha csak az élmény azt akarná velem megértetni, hogy a tudat világában a méret mit sem számít, ezután egy apró, tüskés tobozú szierai fenyőfává változtam át, amelynek léte szintén évezredek óta él. A normális tudatállapotba visszatérőben mély hála töltött el az élet csodája és a természet adományai iránt. Számtalan kép jelent meg a szemem előtt, amelyben a "Földanya" táplálja összes gyermekét - zöld, buja legelőket láttam, édes kukorica- és búzamezőket, gyümölcsfák roskadozó kerteket, a perui Andok teraszosan művelt földjeit, a Nilus életadó völgyét és a polinéz szigetek földi paradicsomát.

A MÁSODIK SZÜLETÉSKÖRÜLI MÁTRIX

kozmosz elnyelődés és kiúttalanság

E JELENSÉGCSONPORT a biológiai szülés megindulásával s annak első klinikai fázisával áll kapcsolatban. A magzati élet eredeti egyensúlya és harmóniája a riasztó kémiai hatások, majd a méh összehúzódásai miatt felborul. E szakasz csúcspontján a méhizomzat ismétlődő görcsei a magzatot erősen összeszorítják. Ekkor a rendszer még teljesen zárt, a méhnyak nem tágult ki és semmi kiút nem kínálkozik a magzat számára. Mivel a méhlepényt ellátó artériák a méhizomzat hosszanti rostjait követve haladnak, minden egyes összehúzódás a vérrellátás csökkenésével jár, így egyre kevesebb oxigén, tápanyag és meleg jut a magzatnak.

A SZORONGÁS, melyet a szülés megindulása ébreszt, a kozmosz elnyelődés szimbolikus képét idézi. Növekvő aggodalom nyomasztó érzésével s egy közelgő katasztrófa fenyegető tudatával jár. A veszély forrása nem azonosítható egyértelműen, így az élmény során a világról paranoid képzetek alakulhatnak ki. Gyakori, hogy valaki mérgezettnek, hipnózis, ill. ördögi gépezetek által befolyásoltnak, démoni erőktől megszállottnak érzi magát, esetleg földön kívüli erők zaklatását éli át.

AZ EGYÉNT HÁROMDIMENZIÓS SPIRÁL, tölcser vagy örvény szívja könyörtelenül a középpontjába. E megsemmisítő élmény közeli megfelelőjeként valamely rémséges szörny - hatalmas sárkány, leviathán, óriáskígyó, krokodil vagy bánya - is elnyelheti. Igen gyakori polipok vagy tarantula pókok támadását átélni. Az élmény kevésbé drámai változatában az ember veszélyes alvilági helyekre, a holtak birodalmába, sötét barlangrendszerekbe, titokzatos labirintusokba száll alá. Az ide tartozó mitológiai témák között megtaláljuk a hős alvilági utazását, az angyalok bukását és az elveszett Paradicsomot.

A FELSOROLT KÉPEK talán furcsának tűnhetnek az analitikus elme számára - mégis mély tapasztalati logikát mutatnak. Így például az örvény komoly veszéllyel fenyeget minden, vízszérű közegben szabadon lebegő szervezetet, és ijesztő, egyirányú mozgást kényszerít rá. Hasonlóképpen az elnyelés élménye - a szabadságot felváltó életveszélyes bezártság érzetével - a medencenyílásba ékelődött magzat helyzetéből fakad. A polip karjaival körbefonja, bezárja és rémülettel tölti el az óceán élőlényeit. A pók csapdába ejti és mozgási szabadságától fosztja meg a rovarokat, melyek korábban még szabadon repültek egy korlátozástól mentes térben.

A SZÜLÉS ELSŐ KLINIKAI FÁZISÁNAK csúcspontjához a teljes kiúttalanság, ill. a pokol élménye társul. Beszorítottsággal, bebörtönzéssel vagy egy klauszrofóbiás, rémálomszerű világba zártság élményével találkozik ilyenkor az egyén, miközben hihetetlen lelki és testi kínokat él át. Úgy érzi, a helyzet kibíratatlan, véget nem érő és reménytelen. Elveszíti időérzetét és minden bizakodását: a kínoknak már sosem szakad vége, és a szökés is teljesen reménytelen.

EBBEN AZ ÁLLAPOTBAN könnyű azonosulni várbörtönök vagy koncentrációs táborok foglyaival, elmeegógyintézetek ápoltaival, pokolban szenvedő bűnösökkel vagy archetipikus figurákkal (Ahasvérus, a bolygó hollandi, Sziszifusz, Ixion, Tantalosz vagy Prométheusz). Gyakorta olyan állatokkal vagy emberekkel történik azonosulás, akik magányosan vagy lakatlan természeti környezetben (sivatagban vagy a sarki jég dermesztő hidegében) szenvednek lassú éhhalált. E témák arra utalnak: a méhizomzat ismételt összehúzódása megszünteti a méhlepény vérellátását, s ez nemcsak a világtól és az emberi kapcsolattól vágja el a magzatot, hanem a táplálék forrásától és a melegtől is megfosztja.

E JELENSÉGCSONPORT HATÁSA alatt az ember képtelen a világban és a saját életében bármi pozitívát is meglátni. E tudatállapot kísérőjeként metafizikai magány, tehetetlenség, reménytelenség, kisebbségérzés, alkalmatlanság, egzisztenciális kétségbeesés és bűntudat léphet fel. E jelenségcsonport prizmáján át szemlélve az emberi élet egy tökéletesen értelmetlen, abszurd színháznak - kartonpapír szereplők és értelem nélküli robotok komédiájának - tűnik.

A MÁSODIK SZÜLETÉSKÖRÜLI MÁTRIXHOZ kapcsolódóan azok a *sűrített élményrendszerek* jelentkeznek, amelyekben a tehetetlen áldozatok megsemmisítő erőkkel találkoznak a menekülés minden reménye nélkül. Ugyanezek a témák jellemzőek az ide vonatkozó transzperszonális élményekre is.

A FREUDI EROGÉN ZÓNÁKAT tekintve e jelenségcsonport olyan állapotokkal áll kapcsolatban, melyekben a kellemetlen feszültség, fájdalom és frusztráció érzése uralkodik. Orális szinten ilyen az éhség, a szomjúság, a hányingerben, anális szinten a széklet-visszatartás, urethrálisan pedig a vizelet-visszatartás. A genitális szint idetartozó jelenségei: a szexuális frusztráció és az első klinikai fázisban levő szülő nő fájdalmai.

A KÖVETKEZŐKBE ismertetett, 300 mikrogramm LSD által kiváltott pszichedélikus élményeimet elsősorban a második születéskörüli mátrix uralja. Kezdeti stádiumában élettörténeti elemek szolgálnak hídként a születéskörüli témákhoz, majd az élményt a negyedik születéskörüli mátrix elemei zárják.

Az ülés optimista hangulatban kezdődött, a szer bevétele után körülbelül negyven perccel. Éreztem, gyorsan visszasüllyedek a szükségleteiben kielégített, gondtalan gyermek világába. Testi érzeteim, érzelmeim, észleleteim rendkívül primitívekké és hitelesen infantilisá válnak. Az ajkak automatikus szopó mozgása, bőséges nyálzás és időnkénti felbőfögés társult az állapothoz.

Az élményt időről időre víziók szakították félbe. Ilyenkor a felnőttek mindennapi, lázas és űzött életének különféle megnyilvánulásait láttam, melyek tele voltak feszültséggel, konfliktussal és fájdalommal. Amint összehasonlítottam mindezt a gyermek paradicsomi állapotával, hirtelen megértettem azt a mély sóvárgást, amelyet mindnyájan érzünk a gyermeki boldogság ős-állapota után.

Láttam a pápát díszes kereszttel és drágaköves gyűrűvel felékszerezetten - embertömegek néztek fel rá óriási várakozással a szemükben. Ezután sok-sok ezer muzulmán láttam, amint Mekkában hasonló sóvárgással veszik körül a Kába követ. Ezt vörös transzparenszekkel vonuló névtelen tömegek képe követte, amint a moszkvai Vörös Téren a kommunista vezetők hatalmas arcképeire emelik a tekintetüket. Határozottan éreztem, hogy az ehhez hasonló vallási és szociális mozgalmak hátterében a korai gyermekkorban tapasztalt érzések újra átélésének igénye rejlik. Ahogy a szer hatása erősödött, hirtelen a rémület és pánik érzése hasított belém. Minden sötétté, nyomasztóvá és fenyegetővé vált; úgy tűnt, a világ bezárul körülöttem. A mindennapi élet nyomorúsága, melyet korábban a gyermeki gondtalanság ellentétéként szemléltem, most könyörtelenül elborított. Az emberi lét a teljes reménytelenség képét mutatta, amely a születéstől a halálig nem más, mint folytonos szenvedés. Ekkor megértettem az egzisztencialista filozófusokat és az abszurd drámák szerzőit. ŐK TUDTÁK! Az emberi élet abszurd, szörnyűsége és tökéletesen hiábavaló. Az élet az emberiséggel játszott értelmetlen komédia és durva tréfa csupán.

Szenvedve születünk, szenvedve élünk és szenvedve halunk meg. Úgy éreztem, egyszerre érint a születés fájdalma és a haldoklás kínja, s e két érzés sajátosan keveredik bennem. Mindez egy egészen rémisztő felismeréshez vezetett: az emberi élet pontosan ugyanazzal az élménnyel ér véget, mint amivel kezdődik. A kettő között pedig ott állunk - Godot-ra várva! Vajon ez volt az, amit Buddha olyan világosan látott?

Úgy éreztem, mindennél fontosabb, hogy valami értelmet találjak az életben, hogy aztán azt e megsemmisítő felismerések ellen szegezhessem. Valaminek csak lennie kell! De az élmény könyörtelenül és következetesen lerombolta az összes erőfeszitésemet. Minden képre, amelyet felidéztem, hogy az emberi élet értelmét bizonyítsam, azonnal felmutatta annak ellenkezőjét és gúnyképét. A régi görögök ideálja a gyönyörű testben lakozó ragyogó elméről - nem tart túl soká. A leglelkesebb és kitartóbb testépítés mesterművét is aggkori sorvadás és halál semmisíti meg, mint minden egyebet. A tudás, amelyet az ember órák ezrei alatt mohó tanulással gyűjtött egybe, részben a felejtésnek, részben az agy késői leépülésének esik áldozatul. Személyek jelentek meg a szemem előtt, akiket intellektuális teljesítményükért tisztelt a világ, s akik szenilitásukban még a mindennapi élet legegyszerűbb feladataival sem voltak képesek megbirkózni. A test és az agy halála egy élet minden erőfeszítésével felhalmozott tudás végső és teljes megsemmisülését hozza. No és a gyermekek? Hát nem ez lehet az egyetlen nemes és értelmes cél? De a gyönyörű, mosolygó gyermekek képét nyomban felváltotta egy másik, melyben megnőttek, megöregedtek, s végül ők is meghaltak. Az ember nem vihet értelmet az életébe úgy, hogy látja, utódaira is éppolyan értelmetlen sors vár, mint saját magára.

Az emberi lét abszurditásának és hiábavalóságának képei lassan elviselhetetlenné váltak. Úgy láttam, a világ csak fájdalommal, szenvedéssel és halállal van tele - vagy azért, mert szelektíven vakká váltam a létezés pozitív oldalaival szemben, vagy mert ezek egyszerűen nem is léteznek egyáltalán. Gyógyíthatatlan betegségeket láttam mindenütt - az élet is ezek közé tartozott - örületet, a kegyetlenség minden válfaját, bűncselekményeket, erőszakot, háborúkat, forradalmakat, börtönöket és koncentrációs táborokat. Hogyan lehetséges, hogy mindezt nem vettem észre azelőtt? Hogy valaki bármi pozitívát találjon az életben, torzító, rózsaszín szemüveget kell viselnie és örökké az önbecsapás játékaival kell játszania! Úgy tűnt, az én szemüvegem végleg eltörött, és már sohasem leszek képes ezután önmagamot áltatni, mint ahogy azt idáig tettem. Az elviselhetetlen érzelmi és testi szenvedés örökké tartó, gonosz körforgása ejtett foglyul. Semmi kiút nem volt ebből a rémálomszerű világból. Világossá vált, hogy még a halál - legyen akár spontán vagy önkéntes - sem ment meg innen. EZ A POKOL! Valóban: pokoli tájak archetipikus képe villant fel többször is a szemem előtt.

Mindezek ellenére fokozatosan sejteni kezdtem, hogy az életről alkotott komor filozófiai szemléletem során valami eddig elhanyagolt szempontot figyelmen kívül hagytam. Közben éreztem, egész testemet nyomó és szorító erők préselik össze. A legerősebb nyomás a homlokom körül mutatkozott. Megértettem, mindez valamilyen módon kapcsolatban áll a biológiai születés újraélésével, a szülőcsatornába szorult magzat gyötrelmes tapasztalataival.

Ha tényleg ez a helyzet, talán van kiút, talán az állapot csak látszólag reménytelen, és az egész csak a küszködő gyermek érzéseinek átélése. Talán az a feladat, hogy a születés, a világba való kijutás élményét újra végigéljem. Mégis, hosszú időn át, mely nekem az örökkévalóságnak tűnt, egyáltalán nem voltam biztos benne, hogy eljön a szabadulás pillanata. Úgy éreztem, ehhez még rá kell bukkannom az élet értelmére. Abszolút teljesíthetetlen feladatnak látszott, s ha valóban ez volt a feltétele e pokoli helyzetből való kiszabadulásnak, a jövő nem kecsegtetett túl sok reménnyel.

Váratlanul, minden előzmény nélkül, a nyomás egyetlen szempillantás alatt megszűnt, s kiszabadultam a pokoli szülőcsatorna harapófogójából. Fény és leírhatatlan öröm öntött el. A világgal és az élet áramával új kapcsolatot éreztem. Minden friss volt és szikrázó, ragyogó színek robbantak mindenfelé, mint Van Gogh legjobb képein. Egészséges éhség fogott el. Egy pohár tej, egy közönséges szendvics és néhány gyümölcs úgy ízlett, mintha az olümposzi istenek nektárját és ambróziáját ízleltem volna.

Később, amikor már képes voltam a történetek áttekintésére, megfogalmaztam magamnak azokat az alapvető igazságokat, melyeket az élmény során az étellel kapcsolatban megtanultam. A mély vallásos és utópisztikus vágyódás eszerint az emberi lényben nem más, mint az egyszerű gyermeki öröm igénye, ahogy azt az ülés korai szakaszában tapasztaltam. Ez az érzés továbbá azt a sürgető vágyat is magában rejt, hogy az egyén a születési trauma rémálomszerű emlékeitől a születést követő szabadságba és a méhen belül tapasztalt óceáni boldogságba meneküljön. És még ez is csak felszín - hiszen minden biológiailag meghatározott szükség mögött ott rejlik az eredendő vágyódás a transzcendens után, mely már szétfeszíti a természettudományok szűkös kereteit.

Ekkor megértettem: az emberi élet beteljesíthetetlen vágyai onnan erednek, hogy nem dolgozzuk fel sem születési traumánkat, sem pedig halálfélelmünket. Megszületésünk automatikus esemény, s az emberi élet során e folyamat pszichológiai integrálása egyáltalán nem történik meg. Ennek az állapotnak tipikus tünete az élet értelmének megkérdőjelezése. Mivel az élet ciklikus és magában foglalja a halált is, ezért lehetetlen észérvekkel és logikával értelmet találni benne. Az embernek rá kell hangolódnia az élet energiáinak áramlására és élveznie kell a pusztta létét - ekkor az élet értéke önmagától megmutatkozik. Ezután az élmény után úgy éreztem magam, mint egy hullámlovas, aki áradó örömmel siklik az élet hullámainak hátán.

a halál és újjászületés küzdelme

ENNEK az összetett jelenségcsoportnak számos jellemzője érthetővé válik, ha azt a születés második klinikai fázisával hozzuk összefüggésbe. Ebben a fázisban a méhösszehúzódnak folytatódna, ám ellentétben az előző szakasszal, ezúttal a méhszáj megnyílik s nem akadályozza tovább a magzat előrehaladását a szülőcsatornában. E szakasz a túlélésért folytatott óriási küzdelemmel, összenyomódással és gyakran erős oxigénhiánnyal és fuldoklással is együtt jár.

MÁR korábban utaltam rá, hogy bizonyos anatómiai okok miatt minden egyes méhösszehúzás korlátozza a magzat vérellátását. A szülés e szakaszában még más tényezők is közrejátszhatnak az elégtelen keringés kialakulásában, s okozói lehetnek a magzat fuldoklásának. A köldökszinór beszorulhat a fej és a medencenyílás közé, vagy a nyak köré is tekeredhet. Ha a köldökszinór rövid, vagy azért rövidült meg, mert egyes testrészek köré hurkolódott, leszakadhat a méhlepény a méhfalról. Ez azonnal megszakítja az anyai szervezettel való kapcsolatot és veszélyes mértékű fuldokláshoz vezet. A kitolási fázis tetőpontján a magzat különféle biológiai anyaggal érintkezik. A magzatvíz mellett vérrel, nyálkával, vizelettel és székllettel is.

FENOMENOLÓGIAI szempontból a harmadik *születéskörüli mátrix* különösen gazdag és összetett élményegyüttes. A regresszív terápiában a *halál és újjászületés* küzdelmének formájában jelentkezik. A szülőcsatornában zajló küzdelem tényleges, valóságghú átélése mellett változatos archetipikus képek bukkanhatnak fel, jellegzetes csoportokat alkotva. Ezek közül a legjelentősebbek az intenzív szexuális izgalom, a titáni küzdelem, a szado-mazochisztikus élmények, a démonikus epizódok, a trágár jelenetek és a tűzzel való találkozás motívumai. A harmadik *születéskörüli mátrix* fenti témái ismét csak mély, belső összefüggést mutatnak a tapasztalás szintjén, és egyértelműen kapcsolódnak az ide vonatkozó születési fázis meghatározott anatómiai, pszichológiai és érzelmi jellemzőivel.

A TITÁNI KÜZDELEM képe teljesen érthető, ha a születés e szakaszában fellépő hatalmas erőkre gondolunk. A magzat törekény fejét ilyenkor a méhösszehúzódnak ereje a medencenyílásba szorítja, s az izomnyomás esetenként húsz és negyven kilopond között mozog. Aki a harmadik *születéskörüli mátrixnak* ezt az aspektusát éli át, elsőprő erejű energiaáramokkal találkozik, amelyek egyre halmozódva a robbanásig feszülnek. Ezek egyik jellemző megjelenési formája a természet tomboló elemeivel - vulkánkitörésekkel, elektromos viharok, földrengések, áradások és tornádók átélése. E jelenségcsoport másik formája a háborúk, forradalmak látványában, vagy a nagy erejű technológiák - atomerőművek, atombombák, tankok, hadihajók, rakéták, lézerek és elektromos erőművek - által képviselt energiák megtapasztalásában fejeződik ki.

A TITÁNI küzdelem enyhébb formája a veszélyes kalandok - vadállatok üldözése, a velük folytatott testi küzdelem, gladiátorviadok, izgalmas felfedezőutak - átélése. Az idetartozó archetipikus és mitológiai témák az Utolsó Ítélet, a Purgatórium, mondai hőstettek és kozmikus méretű ütközetek, a Fény és a Sötétség erőinek összecsapása, vagy az istenek és titánok harca.

AZ AGRESSZÍV és szado-mazochisztikus témák e jelenségcsoportban arra a biológiaiilag determinált extatikus érzésre utalnak, amelyek a szülőcsatornában a fuldoklásnak és a romboló erőknek kitett szervezetben ébrednek. E társításban világossá válik, miért alkot a szadizmus és a mazochizmus logikus egységet - szado-mazochizmust. Valójában ugyanannak az élménynek képviselik mindkét oldalát. Az itt felbukkanó témák közül megemlíthetjük a gyilkosságot, az öngyilkosságot, a csonkítás és öncsonkítás, a kínzás és kivégzés, a rituális áldozás és feláldoztatás, a véres test-elleni küzdelmek: bokszt mérkőzések, pankrációk, szado-mazochisztikus küzdelmek és a nemi erőszak jeleneteit.

A HALÁL és újjászületés témakörében jelentkező *szexuális komponens* tapasztalati logikája már koránt sem annyira magától értetődő. Magyarázata abban a lelki mechanizmusban rejlik, amely az embertelen szenvedést, különösen a fuldoklás élményét egy különös fajta szexuális izgalommá s végül extatikus gyönyörre fordítja át. Ennek példái megtalálhatók bizonyos szekták történetében, a mártírok életében, a koncentrációs táborok dokumentumaiban, az Amnesty International feljegyzéseiben, és az akasztófán kivégzettek végzett megfigyelésekben.

AZ e kategóriába tartozó élmények közös nevezője a szexuális késztetés erőssége, annak mechanikus, pornografikus és deviáns természete. Maga a tény, hogy a pszichének ezen a szintjén a szexualitás kibogozhatatlanul összefonódik a halállal, dühvel, aggodalommal, agresszióval, önpusztító késztetésekkel, testi fájdalommal és a biológiai anyagok változatos formáival (vérrel, nyálkával, székllettel és vizelettel), megmagyarázza, mi szolgál alapot a szexuális zavarok, devianciák és perverziók alapvető formáinak kialakulására. A szexuális orgazmus és a születési orgazmus kapcsolata lehetővé teszi, hogy a freudi analízis születéskörüli modelljének mélyebb és lényegesebb összetevőire is fényt derítsünk. A szexuálpátológia e kölcsönös viszonyrendszerét részletesen tárgyalja az *Ami az agy mögött rejlik: születés, halál és a transzcendens a pszichoterápiában* című könyvem (Grof 1985).

A TÁRGYALT SZINT *démoni oldala* különleges problémákat rejt magában mind az átélők, mind pedig a terapeuták számára. A jelenségek ugyanis, amelyekkel ilyenkor az egyén találkozik, annyira hátborzongatóak, hogy senki sem szívesen szembesül velük. Az itt megfigyelt témák a gonosz erők általi megkísértés, a boszorkányszombat (Walpurgis-éj), a sátni orgiák és a feketemisék jelenetei. A szülés e fázisának valamint a boszorkányszombat és feketemise rituáléinak közös nevezőjét a halál, a deviáns szexualitás, a félelem, az agresszió, a trágárság valamint az eltorzult spirituális impulzusok sajátosság keverékében találhatjuk meg.

A HALÁL-ÚJJÁSZÜLETÉS jelenségcsoport *alantas* vonala abban a biológiai tényben nyeri magyarázatát, hogy a kitolás végső fázisában a magzat közeli kapcsolatba kerülhet a székllettel vagy más biológiai anyaggal. A felidézett élmények mégis messze meghaladják azt a mértéket, amellyel az újszülött e jelenséggel a szülés során találkozhat. A harmadik *születéskörüli mátrix* a hulladékban vagy csatornahálózatban való kúszás, ürülék-halmokban fetregés, vér és vizeletívás, valamint a rothadás formáival való érintkezés képeit nagy bőségben tartalmazza. Közeli és megrázó találkozás ez a biológiai lét legvisszataszítóbb oldalával.

A TŰZ-ELEM vagy szokásos formájában jelentkezik (tűzvészek látványát szemlélve vagy a tűzön feláldozottakkal azonosulva) vagy archetipikus formájában mint tisztító tűt, amely minden romlottat eléget, s előkészíti az egyént a spirituális újjászületésre. E témakör megfelelőjére a legnehezebb rábukkanni a születés szimbolizmusában - talán a magzat perifériás neuronjainak túlingereltségében (s az ezzel járó égető érzésben) leli biológiai magyarázatát. Érdekes tapasztalati párhuzamként megemlíthető, hogy e fázisban a szülő anyák is gyakran a szülőcsatorna körüli erős égő érzésről számolnak be.

E JELENSÉGCSONPORT vallási és mitológiai szimbolikája különösképpen azokra a témákra összpontosul, amelyekben a feláldozás és áldozattá válás, valamint a spirituálissal elkeveredett szexuális törekvések jellemzők. Igen gyakoriak itt a prekolumbián áldozati rítusok jelenetei, a keresztre feszítés képei, esetleg azonosulás Krisztussal vagy a halált és újjászületést szimbolizáló istenségekkel: Ozirisszal, Dionüszosszal, Attisszal, Adonisszal, Perszephonével, Orpheusszal, Wotannal vagy Balderral. Ide tartoznak a rettenetes Kali, Coatlicue, Lilith és Rangda istennők imádásának képsorai is. A szexuális motívumokat a fallikus kultuszok, a templomi prostitúció, a termékenység rítusok, a rituális közönsülés és a ritmikus érzéki táncjal járó

törzsi szertartások epizódjai képviselik. A harmadik és negyedik *születéskörüli mátrix* közötti átmenet szimbóluma a legendák Főnix madara, amely elpusztul a tűzben, s utána feltámad a hamvaiból.

SOK lényeges szempont különbözteti meg ezt a jelenségcsoportot a korábban leírt kiüttalan állapottól. A helyzet itt nem reménytelen, s az alany sem gyámoltalan. Ellenkezőleg: aktívan részt vesz az eseményekben, s úgy érzi, a szenvedésnek határozott iránya és célja van. Vallásos közelítésben e helyzet inkább a purgatóriummal, mint a pokollal rokonítható. Az egyén itt nem kizárólag a tehetetlen áldozat szerepét játssza. Néha csak megfigyelője az eseményeknek, de gyakran egyszerre azonosul az agresszorral és az áldozattal, egészen addig a pontig, mikor már maga sem tudja önmagában a szerepeket ketté választani.

MÍG a kiüttalan helyzet kizárólag szenvedéssel jár, addig a halál-újjászületés küzdelmei a kín és extázis határmezsgyéjén zajlanak, s a két érzés gyakran egybe is olvad. Célszerű ezt az élményt *dionüszoszi*, vagy *vulkanikus extázisnak* nevezni, szemben a *apollóni*, vagy *óceáni extázissal*, amely az első *születéskörüli mátrix* kozmikus egységérzetét jellemezte.

KÜLÖNLEGES élményösszetevők képezik a harmadik *születéskörüli mátrix* és a *sűrített élménykomplexek* kapcsolatát. Ezek intenzív, a veszély elemét magukban hordozó érzéki és szexuális élményekre utalnak, mint például: ejtőernyős ugrások, autóversenyek, izgalmas de közben kockázatos kalandok, birkózás, boks, verekedések, harcok, hódítások, piroslámpás házak, szexuális erőszak, orgiák és vidámparki mulatságok. A harmadik *születéskörüli mátrixhoz* kapcsolódó emlékek egy speciális csoportja a biológiai anyagokkal való közeli találkozást eleveníti fel. Ide tartoznak az ágybavizelés, becsinálás, bilire szoktatás, a vérrel való találkozás vagy a háborús és baleseti csonkolások látványának emlékei. A harmadik és negyedik *születéskörüli mátrix* közötti átmenetben igen gyakoriak a nagy tüzek emlékképei.

A FREUDI erogén zónák szempontjából a harmadik csoport olyan fiziológiai jelenségekkel kapcsolatos, amelyekben hirtelen feloldás és fellazulás vált fel valamilyen hosszantartó feszültséget. Orális szinten ennek az étel megrágása és lenyelése, esetleg éppen ellenkezőleg: kihányása felel meg. Anális és urethrális szinten az ürítés folyamata, genitális szinten pedig a szexuális orgazmus, valamint a szülő nőknél a kitolási fázis második része.

MEGKÍSÉRLEM egy magas dózísú LSD ülésen feljegyzett tapasztalataimmal illusztrálni a harmadik *születéskörüli mátrix* megjelenési formáit, amelyek az élmény első néhány órájának vezérmotívumát játszották. Ugyanennek a pszichedelikus ülésnek folytatását és feloldását csak később, a negyedik jelenségcsoport leírásánál közlöm.

Az ülés az ösztönerők hihetetlen intenzitású feltolulásával kezdődött. Orgasztikus szexuális érzések váltakoztak és keveredtek valami hatalmas áramlat kitöréseivel. Egyszerre éreztem egy acélszerkezet halálos szorítását és az életenergiák ellenállhatatlan, lenyűgöző sodrását. Látóterem vörös színekben izzott, s e látvány egyszerre volt félelmetes és szentséges. Valahogy úgy éreztem, mindez a vér misztikus hatalmát szimbolizálja, amely sajátos módon egyesíti az emberiséget sok-sok évezreden át. Kapcsolatba kerültem mindenfajta kegyetlenség - kínzás, nemi erőszak, gyilkosság - metafizikai dimenzióival, de a menstruációs ciklus, a születés, szülés, halál, az ősök vérvonala, a hűség, az igaz barátság s a testvériség titkos vérségi kötelékének misztikus lényegével is.

Mindeközben lényegileg azonosultam a szülőcsatornába szorult gyermek szabadulásért folytatott küzdelmével. Hirtelen úgy éreztem, kapcsolatba kerülök egy különös erővel, amely anyát és gyermeket életen és halálon át összeköt. Ösztönösen, zsigeri szinten megértettem e kapcsolat szimbiotikus, egyesítő oldalát, de megszorító és fullasztó aspektusát is, amely minden függetlenedés és önállósulás elé gátat emel. Hirtelen különleges jelentőséget kapott a nagymamák, anyák és lányok közötti anyaméh-kapcsolat, mint az élet egyik alapvető misztériuma, amin mi, férfiak, kívül rekedtünk.

Ezután embertömegekkel azonosultam, amelyeket valami felsőbb cél egyesített - különböző korok forradalmáraival és hazafijaival, akik az elnyomás ellen, vagy valamely más, közös ideálért küzdöttek. Egy adott pillanatban erős azonosságot éreztem Leninnel, s mélyen megértettem azt az olthatatlan vágyat, amelyet az elnyomott tömegek felszabadítása iránt táplált, s a forradalom tüzeit, amely a szívében égett. Fraternité! Egalité! Liberté! A szemem előtt a francia forradalom, a Bastille kapuinak megnyitása, s Beethoven Fideliojának idevágó jelenetei villantak fel hirtelen. Könnyekig felindultam, s lélekben összeforrtam az összes szabadságharcossal, aki valaha a földön élt.

Az ülés második felében a hangsúly a halál témaköréről a nemiség és erőszak témája felé tolódott. Nemi erőszak, szado-mazochista praktikák, obszcén jelenetek, nyilvánosházak, prostituáltak és stricik színes képei bombázták érzéseimet hihetetlen erővel. Úgy tűnt, azonos vagyok a jelenetek szereplőjével, de ugyanakkor mint egy megfigyelő, kívülről is szemlélem őket. Ezután gyönyörű, részben figuratív, részben csipkefinom arabeszkből formált képekből a Seherezáde és az Ezeregy éjszaka háremeinek ellenállhatatlanul csábító világa épült fel a szemem előtt. Fokozatosan egy erős spirituális elem vegyült az előbbi forró, érzéki élményekhez. Mintha egyszerre száz és száz afrikai törzsi ceremónia, babiloni templomi prostitúció, ősi tisztulási rítus és csoportos közösüléssel járó, új-guineai vagy ausztrál szertartás résztvevője lettem volna.

Ezután, minden előzmény nélkül, hirtelen minden megváltozott. Úgy éreztem, hatalmas tömegű, leírhatatlanul gusztustalan anyag önt el, s én valami archetipikus emésztőgödörben fuldoklom, amely minden elmúlt kor biológiai hulladékát tartalmazza. Az undorító bűz egész lényemet átjárta, szám ürülékkel telt meg, és a fulladás szélén álltam. Szemem előtt újból és újból megjelent a világ csatornarendszereinek összetett labirintusa. Meghitt viszonyba kerültem a Föld nagyvárosainak minden végtermékével, minden csatornanyílásával és derítőaknájával. Megrázó találkozás volt ez a biológikum legvisszatartóbb megnyilvánulásával: az ürülékkel, a hulladékkal, a gennyel, az oszlással és a rothadással.

E szörnyű élmény közepette egy érdekes gondolat cikázott át az agyamon: a most tapasztalt érzések csupán egy felnőtt ember reakcióit tükrözik. Egy gyermek vagy egy kutya erre talán egészen másképpen reagálna. Az életnek számtalan olyan formái léteznek - baktérium, kukac, rovarlárva - amelyek számára ez a hely igencsak kíváncsi környezetet, pozitív életteret jelent. Megpróbáltam áthangolódni erre a nézőpontra, s az érzéket innen szemügyre venni. Fokozatosan képessé váltam elfogadni, sőt, valami különös módon élvezni is a helyzetet, amelyben voltam.

A	NEGYEDIK	SZÜLETÉSKÖRÜLI	MÁTRIX
a halál és újjászületés élménye			

E JELENSÉGCSONPORT a szülés harmadik klinikai fázisával, a gyermek tényleges megszületésével áll kapcsolatban. A megszületésért folytatott kínokkal teli küzdelem itt ér véget. A szülőcsatornán való áthaladás során felhalmozódó rengeteg aggodalmat, fájdalmat, nyomást és szexuális feszültséget hirtelen megkönnyebbülés és ellazulás váltja fel. A gyermek megszületik, s a sötétség hosszú időszaka után először találkozik a ragyogó nappali világossággal vagy a szülőszoba mesterséges fényeivel. A köldökzsinór elvágásával az újszülött végleg leválik az anyai szervezetről. Nagy jelentőségű

fiziológiai változások zajlanak ilyenkor: a szervezet, mint anatómiailag független egység, önálló életet kezd, és saját maga kezd gondoskodni az oxigénellátásáról, emésztéséről és az anyagcseréjéről.

A KORÁBBI jelenségcsoportokhoz hasonlóan a születési fázis is újraélhető. Ezek az emlékek felidézik a szülés fiziológiai történéseit és a különféle szülészeti beavatkozások élményét. Még olyanok is, akik semmit sem tudtak születésük körülményeiről, részletes adatokkal szolgálnak egykori magzati elhelyezkedésükről, szülésük lefolyásáról, az alkalmazott érzéstelenítés módjáról, a kézi illetve eszközökkel végzett szülészeti fogásokról illetve a születés utáni gondozás sajátosságairól.

A SZÜLETÉS utolsó fázisának szimbolikus megfelelője a *halál és újjászületés élménye*; ez a halál és újjászületés küzdelmeinek végső állomása és feloldása. Paradox módon a teljes felszabadulás élményének küszöbén az egyén egy közelgő, elsőpró erejű katasztrófa érzésével találkozik, ami gyakran elkeseredett küzdelemre sarkallja annak érdekében, hogy a folyamatot megállítsa. Ha ez sikerül neki, úgy számára a harmadik és negyedik *születéskörüli mátrix* közötti átmenet a totális megsemmisülés érzetével jár -ugyanis itt a test pusztulásával, a teljes intellektuális és filozófiai vereséggel, a végső morális kudarccal, és a kiüttalan, transzcendentális méretű kárhozat élményével találkozik. Az Én halálának megélése maga után vonja a valaha létezett kapcsolódási pontok könyörtelen lerombolását is. Az *Én halála és újjászületése* nem egyszeri tapasztalat: azt a következetes önfeltárás során a tudattalan újból és újból, változó hangsúllyal az egyén elé tárja, egészen addig, amíg a folyamat el nem éri célját.

A FREUDI PSZICHOANALÍZIS hatására az Én megítélése az egyén azon képességei alapján történik, melyek segítségével a valóságot felméri és a mindennapi életben boldogul. Azok, akik a korlátozott szemléletet magukévá tették, az Én pszichológiai értelmű halálára nem tudnak másképp, csak rémülettel tekinteni. Pedig ami a folyamat során meghal valójában nem más, mint az az alapvetően paranoid viszonyulás a világhoz, amelyre a születésünk és az életünk során átélt negatív tapasztalatok hatására tettünk szert. Ennek tünetei közé tartozik az általános alkalmatlanság érzése, a minden lehető veszélyre való felkészülés feszültsége, a felelősség és az összeszedettség kényszeres fenntartása, a magunknak és másoknak való állandó bizonyítás kényszere és számos hasonló, vitatható értékű tényező.

AMIKOR VALAKI az Én halálát teljes mélységében átéli, megtapasztalja, hogy egyszer s mindenkorra megszűnik az, amit Alan Watts a *bőrbe tokozódott Énnek* nevez. Ezután az élmény után az egyén nemcsak az élet fokozott élvezetére válik alkalmassá, de a világban is jobban megállja a helyét.

A TELJES MEGSEMMISÜLÉST, a "kozmosz legaljára zuhanás" élményét, amely az Én halálát kíséri, nyomban természetfölötti ragyogás és szépség látványa, vakító fehér vagy arany fény víziója követi. Ehhez archetipikus isteni személyek, szivárványszínek, kifinomult pávatoll-alakzatok vagy ősi tájak látványa társul. Az Én ilyenkor a lelki felszabadulás, a megváltás, az üdvözülés élményével találkozik. Úgy érzi, megszabadult minden aggodalomtól, depressziótól, bűntudattól; megtisztult és megkönnyebbült. Pozitív érzések árama önti el, amely önmagára, a többi emberre s a létezésre magára irányul. A világ gyönyörű és biztonságos helynek látszik, s az egyén életkedve is jelentősen megnövekszik.

HANGSÚLYOZNUNK KELL, hogy a leírás csupán az átlagos, sima lefolyású szülésekre érvényes. Amikor a kitolási szakasz gyenge és elhúzódik, amikor szülészeti fogókat vagy általános érzéstelenítést alkalmaznak, ill. mikor más komplikációkkal és beavatkozásokkal találkozik a magzat, akkor sajátos eltérések és torzulatok jelentkezhetnek a jelenségcsoport mintázatában.

A HALÁL ÉS ÚJJÁSZÜLETÉS élményének archetipikus szimbolikája a kollektív tudattalan számos rétegéből származhat, bár minden kultúrában megtalálható a folyamat mitológiai jelképei. Az Én halála így aztán átélhető romboló istenségek - Shiva, Moloch, Kali - közreműködésével, ill. teljes eggyé válással Krisztussal, Ozirisszal, Adonisszal, Dionüszossszal vagy más, az életét áldozatként odaadó mitológiai személyiséggel. A felszabadulás-élmény egybeforraszt Istent absztrakt jelenlétével (pl. sugárzó fényforrás formájában) vagy a különféle vallások többé-kevésbé megszemélyesített Isten-ábrázolásával. Sokan Szűz Mária, Ízisz, Lakshmi, Parvati, Héra vagy Cybelé alakját öltött Nagy Isteni Anyával találkoznak vagy egyesülnek az élmény során.

A JELENSÉGCSONPORT élettörténeti vonatkozásai a személyes sikerek, szerencsés kimenetelű veszélyes kalandok, túlélte balesetek, súlyos betegségből való felépülések emlékeit tartalmazzák. A freudi erogén zónák szempontjából a *negyedik születéskörüli mátrix* a libidinózus fejlődés minden olyan szintjével kapcsolatban áll, ahol kielégülési állapot követ valamilyen kellemetlen feszültségtől való megszabadulást - mint például a táplálék lenyelését követően az éhség megszűnése, a hányás utáni megkönnyebbülés, az ürítés, a vizezés, a szexuális orgazmus vagy a gyermekszülés.

A TOVÁBBIAKBAN a harmadik *születéskörüli mátrix* tárgyalásakor félbehagyott LSD-ülés folytatását közlöm, amelyben a *harmadik és negyedik mátrix* közötti átmenet és a negyedik fázis élményelemei követhetők nyomon.

Igencsak meg voltam elégedve magammal: képes voltam megbirkózni a nagy feladattal, s megbékéltem biológiai énem azon oldalával, amelytől kultúránk annyira iszonyodik. A legrosszabb azonban még csak most következett! Minden előzmény nélkül elvesztettem kapcsolatomat a valósággal, s mintha csak egy képzeletbeli szőnyeget húztak volna ki alólam, minden összeomlott körülöttem, s úgy éreztem, a világ darabokra hullik. Olyan volt, mintha létezésem metafizikai tályogként felfakadt volna; a nevelés önbecsapás hatalmas buboréka egyszer csak kipukkadt, és fény vetült életem alapvető hazugságára.

Mindaz, amiben valaha hittem, amiért küzdöttem, ami értelmet adott az életemnek, most teljesen hamisnak tűnt. Szánalmas, tartalmatlan mankó volt csupán, amellyel létem elviselhetetlen realitását igyekeztem pótolni. Minden, ami érték volt, széttobbant és továtűnt, mint ahogy a szél a pitypang pihéit fújja szerteszét. Ami maradt, az a végső és rémületes valóság: az egzisztenciális Mindenség értelmetlen káosza. Leírhatatlan rémülettel láttam, hogy egy istenség óriási alakja tornyosul fölém fenyegető testtartással. Ösztönösen tudtam, ez a hindu Siva isten, romboló formájában. Éreztem, ahogy lába mennydörögve rám lép, összezúz, széttapos, és mint valami jelentéktelen ürületet, szétken a kozmosz legalján.

A következő pillanatban egy hatalmas, rémisztő istennővel találtam magam szemközt, akit az indiai Kalival azonosítottam. Egy ellenállhatatlan erő arcomat tátonag vaginájára felé lökte, amely tele volt menstruációs vérrrel és a szülés után visszamaradt anyagokkal. Úgy éreztem, valami azt követeli tőlem, hogy teljesen adjam meg magam a létezés erőinek és a nő princípiumnak, amelyet most az istennő képviselt. Ekkor, mikor már végleg megsemmisült bennem mindaz, amit valaha is a férfiúi felsőbbrendűség érzéseként magamban tápláltam, derengeni kezdett bennem a biológiai születésem ide vonatkozó pillanata: a fejem éppen előbukkan a szülőcsatornából, s a szám közvetlen kapcsolatba kerül a vérző anyai vaginával.

Természetfölötti sugárzás és szépség isteni fénye öntött el hirtelen. A sugarak ezernyi csodás pávatoll-alakzatban szóródtak szerteszét. E ragyogó arany fényből a Nagy Isteni Anya alakja vált ki, mint a minden létező iránti szeretet és védelem megtestesülése. Kitérte karjait, s felém nyúlva beburkolt sugárzó lényegével. Én elmerültem e csodálatos energiaáramlatban, amely megtisztított, gyógyított és táplált. Mintha ambrózia - a tej és méz archetipikus lényege - ömlött volna át rajtam hihetetlen bőséggel.

Ezután az istennő figurája fokozatosan eltűnt, s átadta helyét egy még ragyogóbb sugárzásnak, amely bár testetlen volt, mégis határozott emberi jelleggel és szerteáradó, végtelen intelligenciával rendelkezett. Világossá lett számomra, hogy amit átélek, nem más, mint a beleolvadás és elmerülés a Végtelen Tudatba, Brahmába, úgy, ahogyan azt az indiai filozófiáról szóló könyvekben olvastam. Ez az élmény mintegy tíz perc után elenyészett; én mégis úgy éreztem, az idő dimenzióját átlépve egy egész örökkévalóságig tartott. A gyógyító és tápláló energia áramlása és a pávatoll-alakzatok arany izzása egész éjszakán át tartott, s az ezt követő jó érzés pedig napokon át elkísért. Az átéltek emléke évek óta elevenen él bennem, és alapvetően megváltoztatta az életfilozófiámat.

SZERETNÉM e születéskörüli jelenségcsoportokat tárgyaló részt egy holotróp ülésen készült beszámolóval zárni. Szerzője egy klinikai pszichiáter, aki nemrég vett részt ötnapos holotróp légzési szemináriumunkon. A bevezető csoportbeszélgetésen önmagát idegileg túlfeszített típusnak írta le, aki hajszolja a munkát, élvezi a nehéz feladatokat, a kihívásokat és a küzdelmet. A holotróp ülés nála mély megnyugvást és ellazulást eredményezett. Beszámolója jó példa arra, hogy az elemi erejű születési élmények s azok hétköznapi vonatkozásai miként hatnak egy intelligens, szkeptikus és tudományosan képzett személyre.

Kezdetben egy pikkelyes, féregszerű állattal azonosultam, s annak mozgását is teljesen átvettem. Egymás után többször spirál alakban a hátamról a hasamra, s megint a hátamra fordultam. Váratlanul érintéseket éreztem a lábamon, amelyek nagyon zavartak és korlátoztak. Küzdeni kezdtem ellenük, először könnyedén, később egyre növekvő erővel és elszántsággal. A viaskodás odáig fokozódott, hogy rájöttem: már az életemért harcolok.

Később kiderült, öt embernek kellett lefognia, mert úgy csapkodtam, hogy a körülöttem fekvőket kitűrtam a helyükről. Akkor szilárdan elhatároztam, semmiképpen nem adom meg magam, még akkor sem, ha az egész világ támad ellenem. Csellem, erővel és hangos sikoltozással küzdöttem a tehetetlenség és a fölény kerekedő ellenfele szemben.

Ahogy lefogtak, Stan igyekezett megmagyarázni, ők nem az ellenségeim, hanem azért vannak ott, hogy segítsenek nekem. Némi idő elteltével e harcot képes voltam azonosítani a születésem élményének újraélésével. Észrevettem, hogy a tehetetlenség folyamatosan fenntartotta az erős ellenállás érzését bennem, s egy pillanatig sem voltam képes elengedni magam. E jelenséget igen jól ismerem a mindennapjaimból.

Vad mozdulataim és hangos kiáltásaim elérték a tetőpontot, majd elcsendesültek; fokozatosan az ellazulás fázisába léptem. Ekkor elhatároztam, felülök. Mikor Stan azt mondta, ez még korai, hirtelen a következő cikázott át az agyamon: "Persze, hiszen akkor én egy koraszülött lennék!" Újból lefeküdtem, teljesen betakaróztam, és úgy éreztem, ezúttal képes vagyok a hátralevő időt kivárni az anyaméhben. Csodálatos volt; boldogság öntött el, és úgy éreztem, akár az örökkévalóságig ebben az állapotban maradnék.

Hirtelen a frissen szerzett bőr erős szaga csapott meg; újból és újból éreztem, s ez igen jólesett. A tökéletes ellazulás állapotában voltam, amely a mindennapi életben számomra teljesen ismeretlen. Élveztem a felbukkanó víziókat. Az erős bőrszag tűnt a legfigyelemreméltóbb jelenségnek. Igen furcsálltam, de nem tudtam vele mit kezdeni. A csoportmegbeszélésen megkérdeztem Stant, mi lehetett ez. Elmondta, a bőr (illetve annak illata) nem tartozik a születés szimbolikus és archetipikus megnyilvánulásaihoz, ezért bizonyára a születéssel kapcsolatos konkrét körülményekkel állhat kapcsolatban.

Aznap este eszembe jutott, hogy régen anyám egy bőrruházati boltban dolgozott. A megszületésem napján is késő estig bent maradt, s nadrágokat varrt, a bőroket az ölében tartva. Nem számított arra, hogy a szülés már aznap megindulhat, s mikor a magzatvíze elfolyt, úgy gondolta, csupán valami hólyag-probléma lépett fel. A születést követő időszakban is szoros kapcsolatban álltam a friss bőr szagával, ugyanis anyám otthon tovább folytatta a bőrnadrágok varrását. Meggyőződésem, hogy valóságosan újraéltem a születésem, s hogy a friss bőr illata valamilyen módon szintén hiteles emlék.

AZ AGYON TÚLI TARTOMÁNY

a psziché transzperszonális dimenziói

A zsiráfhoz és a kacsacsőrű emlőshöz hasonlóan azok a lények, amelyek az elme legtávolabbi régióit lakják, rendkívüli módon valószínűtlenek. Mindemellett léteznek, és tárgyilagosan megfigyelhetők. Így bárki, aki őszinte megismerésére törekszik a világban, amelyben él, nem veheti semmibe őket.

- Aldous Huxley, *Mennysorság és pokol*

A SOROZATOSAN átélt halál- és újjászületés-élmények jellegzetes módon kaput nyitnak az emberi psziché élettörténeten túli területeire, amelyeket mi *transzperszonálisnak* nevezünk. A tudattalan születéskörüli szintje világos átmenetet képez az élettörténeti és a transzperszonális birodalmak, illetve az egyéni és a kollektív tudattalan között. Legtöbb esetben a transzperszonális élmények jelentkezése előtt az egyén drámai módon találkozik a születéssel és a halállal. Létezik azonban más alternatíva is: előfordul, hogy különféle transzperszonális élmények anélkül is átélhetővé válnak, hogy előzőleg nem történt szembesülés a születéskörüli szinttel. A gazdag és szerteágazó transzperszonális témák közös nevezője, hogy az egyén úgy érzi, tudata átlépte Énjének határait, s áttörte az idő és tér korlátait.

A MEGSZOKOTT, "normális" tudatállapotban magunkat a fizikai testünkön belüli létezőnek tekintjük, környezetünk érzékelését pedig érzékszerveink végzik. Belső és külső észleléseink a szokásos tér-idő korlátai közé rekednek. Mindennapi körülmények között érzékeink közreműködésével csak azokat az eseményeket érzékeljük plasztikusan, amelyek a jelenben és a közvetlen környezetünkben zajlanak. Igaz, emlékezni tudunk a múltra és előre sejtjük vagy fantáziánkkal megrajzoljuk a jövőt, mégis, a múlt és a jövő közvetlen tapasztalásunk számára elérhetetlen. A transzperszonális élmények során - mint az a pszichedélikus üléseken tapasztalható - az említett korlátok egyike vagy némelyike látszólag könnyedén átléphetővé válik. AZ FENTEBB tárgyaltak alapján a transzperszonális élményeket úgy határozhatjuk meg, mint a tudat kiterjedését a testbe zárt Énen, az idő és tér megszokott korlátain túlra. Ezek az észlelések hihetetlenül gazdag skáláját foglalják magukba, s a valóság különböző szintjeiről származnak. A transzperszonális tapasztalatok spektruma bizonyos értelemben felöleli magát a létezés teljességét. Most, mielőtt továbbmennénk a transzperszonális élmények tárgyalásában, szeretnék két új kifejezést bevezetni: ezek a tudat két, egymást kiegészítő működési módját jelölik, amelyek segítségével magunkat és a világot érzékeljük.

A TUDAT HYLOTROP, vagyis tényorientált működési módja kifejezést a konszenzus-valóság mindennapi, "normális" meg tapasztalásának értelmében használom. A tudat *holotróp* működési módja (vagy a "teljesség és a létezés egysége felé törekvő tudat") kifejezést bizonyos szokványostól eltérő pszichológiai állapotok jellemzésére alkottam, amelyek a meditatív, misztikus vagy pszichedélikus tapasztalatok tartományába tartoznak. Számos esetben ezek spontán felbukkanása is megfigyelhető, amit a mai pszichiátriai gyakorlat pszichotikus természetűnek tekint.

A TUDAT *hylotrop* működési módja során egyik pillanatról a másikra az érzékelhető világ illetve a konszenzus-valóság egy igencsak lehatárolt részletét vagyunk képesek érzékelni. E meg tapasztalt részlet természetét és érvényességi körét az érzékelhető világ tér- és időkoordinátái, érzékszerveink anatómiai és fiziológiai korlátai, valamint a környezet fizikai jellemzői minden kétértelműséget kizárva határozzák meg.

A TUDAT HOLOTRÓP működési módja a létezés összes többi területét képes megközelíteni. Ebben az elérhetési körbe nemcsak az egyén biológiai, pszichológiai, társadalmi, faji és lelki története valamint a teljes érzékelhető világ múltja, jelene és jövője tartozik, hanem a valóság azon nagy számú többi szintjének és birodalmának teljessége is, amelyről a világ spirituális tradíciói tanítanak. A misztikus irodalom összehasonlító tanulmányozása

megmutatta, hogy e rendszerek legtöbbje egy összetett, rétegesen tagolt és hierarchikus valóságmodellről beszél, amely magában foglalja mind az érzékelhető, mind pedig az érzékelésen túli lét-aspektusokat. (Wilber, 1980)

A DURVA ÉRZÉKI valóság az általános éber tudatállapot által érzékelt világot, az érzékszervek által tapasztalt konszenzus-valóságot jelenti. Az ide tartozó világkép és életforma azokra az információkra épül, amelyeket fizikai testünk, az anyagi világ, a lineáris oksági viszony mint egyetlen rendezőelv, és a newtoni tér-idő szemlélet nyújt számunkra.

AZ "ÖRÖK FILOZÓFIA" emellett a létezés számos szintjét és birodalmát is meghatározza, amelyekre legtöbbször mint szubtilis, kauzális vagy végső/abszolút szintekre hivatkozik.

MIND A SZUBTILIS, mind pedig a kauzális szint tovább osztható alsó és felső régiókra. Az *alsó szubtilis* vagy *asztrális-fizikai szint* a hagyományos testen kívüli élményeket, asztrál-utazásokat, auraérzékelést, okkult és fizikai jelenségeket (mint a prekogníció, a tisztánlátás és pszichokinézis) tartalmazza. A *felső szubtilis* szinthez tartozik az istenségek archetipikus megjelenése, a felsőbbrendű lények jelenléte, a spirituális vezetők jelentkezése, az isteni inspiráció ill. különféle fény- és hangélmények is.

AZ ALSÓ KAUZÁLIS szint a *savikalpa samadhi*, a legfelsőbb Istennek, minden világ teremtetőjének birodalma. Ez a *bija mantra* hallható fénye, minden személyes istenség eredete. A *felső kauzális szintet* a határtalan sugárzásba való végső behatolás és feloldódás, a *nirvakalpa samadhi* jellemzi. Ezen a szinten már nem különül el az érzékelés alanya és tárgya, az egyén és isten: csak a forma nélküli tudat az egyedül létező. Az *abszolút szintjén* a tudat az eredeti állapotára és lényegére ébred, amely nem más, mint maga a teljes - a durva, a szubtilis és a kauzális - lét lényege.

A XX. SZÁZADI, pszichedélikus szerekkel vagy más technikákkal végzett tudatkutatások határozott bizonyítékokat szolgáltattak a valóság fenti értelmezéséhez. Mégis: az a térkép, amelyet az "örök filozófia" rajzolt a tudatról, némely ponton módosításra és kiegészítésre szorul az új pszichoterápiás módszerek felfedezéseinek tükrében. Az elkövetkezőkben megkísérlem a transzperszonális élmények egyfajta osztályozását nyújtani, amely alapvetően az "örök filozófia" kategóriáira épül, de magában foglalja a modern tudományos kutatások eredményeit is.

IGENCSAK NEHÉZ a transzperszonális jelenség tudományos rendszerezését úgy megalkotni, hogy az kielégítő és átfogó módon tükrözze a belső megfigyelésekből kialakított és a modern tudatkutatások által felállított rendszereket. A transzperszonális tapasztalatok skálája hihetetlenül gazdag és változatos, s a valóság számos szintjén olyan törvények és alapelvek érvényesek, amelyek lényegileg különböznek a hétköznapi valóság rendjétől. Sok transzperszonális élmény, mivel szóban kifejezhetetlen, kibújik a megfelelő verbális leírás alól, valamint azokra a dimenziókra vonatkozik, ahol a szokásos viszonyrendszerek - tér, idő, dualitás, polaritás, egyenes vonalú oksági viszonyok - már nem érvényesek. A kérdést tovább bonyolítja a tudat holografikus természetének és a különböző tudatszintek és birodalmak kölcsönös átjárhatóságának problematikája.

REMÉLEM, hogy a felsorolt nehézségek ellenére a transzperszonális jelenségek alábbi osztályozása a tapasztalható valóságok megfelelő részletességű térképét kínálja, s hasznos információkkal szolgál az emberi tudat kutatói számára. Bízom benne, hogy cserében ők is - tapasztalataik és megfigyeléseik alapján - kiegészítik, csiszolják és felülvizsgálják majd az általam felvázoltakat.

MIELŐTT azonban elkezdeném a transzperszonális jelenségek osztályozását, szeretném tisztázni a tudat *holotrop* működési módja és a transzperszonális tapasztalás közötti rokonságot. A holotropikus tudatállapot képes a létezés összes létező szintjének megközelítésére. Ez magába foglalja az egyén születés utáni élettörténetét, a jövőbeli eseményeket, az embrionális és magzati fejlődés fázisait, a megtermékenyülés pillanatát éppúgy, mint az ősi, faji, karmikus és törzsfeljődési emlékeket. Ezek közül az élettörténeti és a születéskörüli élményekkel korábban már megismerkedhettünk.

A SZÜLETÉSI és gyermekkori élmények teljes újraélése (a visszaemlékezéssel összehasonlítva) bizonyos értelemben a tér- és időkorlátok áttörésének tekinthető. Az egyén, aki ily módon újra éli csecsemőkorának, gyermekkorának, későbbi életének vagy a születése során átélt küzdelmeit, nem idegrendszerének memória-engramjaiból rekonstruálja ezeket az emlékeket, hanem ténylegesen kapcsolatba lép az eredeti esemény tér- és időkoordinátaival. Ez a tudományos-fantasztikus irodalomból ismert helyzethez hasonlítható, amelyben űrhajósok egy erős gravitációs terű bolygóra való leszállás közben tér-idő hurokba kerülnek, s egy időben két különböző tér-idő rendszerben élnek az életüket. E körülmények között képessé válnak a saját múltjukban létező énjükkel találkozni.

A GYERMEKKORI emlékek teljes újraéréséhez időnként az esemény másik főszereplőjével (pl.: az agresszorral) való azonosulás is társul, amely az élménynek határozott transzperszonális színezetet ad. A születés fázisainak átélése nemcsak a szülő anyával való azonosulással járhat, hanem olyan térben és időben távoli helyzetekkel való összekapcsolódással is, amelyekben más személyek élnek át hasonló érzelmi állapotot vagy testi érzetet. E kapcsolódásokat korábban a születéskörüli jelenségcsoportok tünettáráról szóló fejezetben tárgyaltuk részletesen.

A LEGLÉNYEGESEBB különbség nem a transzperszonális tapasztalatok és az élettörténeti vagy születéskörüli élmények között áll fenn, hanem a *hylotrop* - az éber tudati, egyik pillanatról a másikra érzékelő - működési mód és a *holotropikus* működésmód között, mely utóbbi során a megváltozott tudatállapot a létezés összes lehetséges megnyilvánulásával képes összekapcsolódni. Ez nemcsak az érzékelhető világ téridejére, hanem a valóság transzcendens szintjeire is kiterjed. (Elsősorban didaktikai okból választottam szét az élettörténeti és születéskörüli élményeket a transzperszonális jelenségektől. A táblázatban az embrionális, ősi, faji, karmikus és törzsfeljődési tapasztalatokat a transzperszonális területhez soroltam.)

AZ ÉLMÉNYEK tartalmukat tekintve nagyjából három nagy kategóriára oszthatók. Ezek magukban foglalják a téridő anyagi világának azokat a jelenségeit, amelyeket kultúránk objektív valóságnak tekint, de azokat is, amelyek a valóság olyan szintjeit érintik, amelyeket a nyugati mechanisztikus tudomány még egyértelműen tagad. E jelenségeket számos ősi és a nyugatitól eltérő kultúra valamint a világ több nagy misztikus hagyománya - amelyre Aldous Huxley az *örök filozófia* megjelölést alkalmazta - már régen felfedezte és elismerte.

A TRANZSPERSZONÁLIS TAPASZTALATOK első kategóriája, amely a téridő világának jelenségeivel foglalkozik, tovább osztható olyan élményekre, amelyek a megszokott tér-korlátok áttörését, valamint olyanokra, amelyek a lineáris idő-határok átlépését érintik. Ezekhez még egy harmadik kategóriát is illesztettünk, amelyet a tudat durva és finom (kauzális) szintjének különös keveréke jellemez. Ezek az élmények és jelenségek valahol a belső világ és a külső valóság, illetve az anyag és tudat határvidékén jelentkeznek. E kategóriát *pszichoid jelenségnek* neveztem el. E kifejezést más értelemben korábban használta már Hans Driesch német biológus és filozófus, a vitalizmus egyik fő képviselője, Eugen Bleuler svájci pszichiáter, akinek a skizofrénia elnevezést köszönhetjük, valamint Carl Gustav Jung, aki ezt a szinkronicitás és az archetipikus jelenség összefüggésében alkalmazta. Az itt következő osztályozás a fent tárgyalt alapelvek figyelembevételével készült.

Transzperszonális tapasztalatok

ÉLMÉNYEK A KONSZENZUS-VALÓSÁG ÉS A TÉRIDŐ

HATÁRAIN BELÜL

1. a tér korlátainak áttörése
 - a. a duális egység élménye
 - b. azonosulás más személyekkel
 - c. azonosulás csoportokkal és a csoport-tudat
 - d. azonosulás állatokkal
 - e. azonosulás növényekkel és botanikai folyamatokkal
 - f. eggyé válás az étellel és minden teremtménnyel
 - g. az élettelen anyag és szervetlen folyamatok tapasztalása
 - h. bolygónk tudatának átélése
 - j. azonosulás a teljes fizikai univerzummal
 - k. pszichikus jelenségek a tér korlátainak áttörésével
2. A lineáris idő korlátainak áttörése
 - a. embrionális és magzati élmények
 - b. ősök emlékei
 - c. rasszhoz és a kollektívumhoz kötődő élmények
 - d. elmúlt inkarnációk élménye
 - e. törzsfejlődési élmények
 - f. a bolygók fejlődésének élménye
 - g. a kozmosz keletkezésének élménye
 - h. pszichikus jelenségek, az idő korlátainak áttörésével
3. A test belső világába fordulás és a tudat beszűkülése

ÉLMÉNYEK A KONSZENZUS-VALÓSÁG ÉS A TÉRIDŐ HATÁRAIN TÚL

- a. spiritisza és médiumi élmények
- b. a finomtest energetikai jelenségei
- c. találkozás állati szellemekkel
- d. találkozás szellemi vezetőikkel és magasrendű lényekkel
- e. látogatás más világegyetemekbe és találkozás azok lakóival
- f. mitológiai és mesemotívumok átélése
- g. találkozás jóindulatú és haragos isteni lényekkel
- h. az egyetemes archetípusok megtapasztalása
- i. az egyetemes szimbólumok intuitív megértése
- j. teremtő inspiráció és a prométheuszi impulzus
- k. találkozás a teremtő istenséggel és bepillantás a világegyetem teremtésébe
- l. a Kozmikus Tudat élménye
- m. a kozmosz feletti és a kozmoszon túli Űr

PSZICHOID TERMÉSZETŰ TRANSPERSZONÁLIS TAPASZTALATOK

1. A tudat és az anyag közötti szinkronkapcsolatok
2. Spontán pszichoid események
 - a. paranormális fizikai megnyilvánulások
 - b. spiritisztikus jelenségek és fizikai médiumitás
 - c. visszatérő spontán pszichokinézis (Poltergeist)
 - d. azonosítatlan repülő tárgyak (UFO jelenség)
3. Akaratlagos pszichokinézis
 - a. ceremóniális mágia
 - b. spirituális gyógyítás
 - c. siddhik
 - d. laboratóriumi pszichokinézis

A FENTI osztályozás a teljesség igényével tartalmazza a transzperszonális jelenségeket, úgy, ahogyan azt pszichedélikus kutatások, holotróp légzések és megváltozott tudatállapotok során tapasztaltam. A lista felsorol olyan pszichoid típusú transzperszonális jelenségeket is, amelyeket a misztikus irodalom és a modern kutatás ugyan megemlít, ám nekem még nem volt alkalmam azokat a munkám során, személyesen is megfigyelni.

E TÉRKÉP általánosságban megegyezik az *örök filozófia* megállapításaival, bár annál teljesebb és attól némely részletében eltér. Az élményeknek az a kategóriája, amely a tudat kiterjesztését a konszenzus-valóság és téridő keretein belül írja le, az alsó szubtilis terület asztrál-fizikai részével áll kapcsolatban. A legtöbb élmény, amely a konszenzus-valóság és a téridő határait átlépi, a magasabb szubtilis területhez tartozik. A Legfelső Isten

vagy a Teremtő (savikalpa samadhi) megtapasztalása az alsó kauzális szinttel, míg a dualitáson túli forma nélküli tudat (nirvakalpa samadhi) vagy a Tér (sunyata) átélése a magasabb kauzális szint jellemzője. Az Abszolút vagy a Végső élménye pedig az összes szint és tudatforma egységként való megtapasztalása.

FONTOS megemlíteni, hogy a transzperszonális élmények legtöbbször nem tiszta formájukban jelentkeznek. Korábban már említettük, hogy például a születéskörüli élmények egyéni tünetegyüttesének vizsgálatakor gyakran tapasztaljuk különféle transzperszonális jelenségek felbukkanását, valamint azt, hogy maguk a biológiai történések is meghatározott transzperszonális jellegzetességgel bírhatnak. A transzperszonális élmények különböző formái bizonyos csoportképző hajlandóságot is mutatnak. Az embrionális élmények például törzsfejlődési emlékekkel, a kozmikus egység megtapasztalásával, a mennyországi és paradicsomi helyek archetipikus képeivel, s különféle jóságos isteni alakok vízióival keveredhetnek. Ezek az asszociációk visszatérőek és meglehetősen hasonlóak, s a tudat világának változatos jelenségei között fennálló figyelemreméltó tapasztalati összefüggésre és alapvető kapcsolódásokra utalnak.

A KÖVETKEZŐ részben igyekszem röviden meghatározni, leírni, valamint jellegzetes példákkal illusztrálni a transzperszonális jelenségek főbb típusait.

ÉLMÉNYEK A KONSZENZUS-VALÓSÁG ÉS A TÉRIDŐ HATÁRAIN BELÜL

1. A tér korlátainak áttörése

A TÉR KORLÁTAIT áttörő transzperszonális élmények arra mutatnak: az egyén és az univerzum közötti elhatárolódás nem merev és abszolút érvényű. Az ember különleges körülmények között képes bármely létező entitással azonosulni, beleértve magát a világegyetemet is. Az élmények körébe tartozik a másik személlyel való duális egységbe olvadás, a ráhangolódás meghatározott embercsoportok tudatára, vagy a tudat olyan mértékű kiterjesztése, hogy az az egész emberiségét is magába olvasztja. Hasonló módon képesek vagyunk a jellegzetesen emberi tapasztalatok körét átlépve állatok, növények, sőt, szervetlen tárgyak és folyamatok tudatával is azonosulni. Rendkívüli esetben lehetséges a teljes bioszféra, az egész bolygó vagy a teljes anyagi világegyetem tudatát is átélni.

a. A duális egység élménye

A TRANSZPERSZONÁLIS élmények e típusárát a testi Én határainak elvesztése, feloldódása és egy másik személlyel való eggyé válás jellemzi úgy, hogy az élmény során az érzékelő megőrzi saját személyiségét. Ez pszichedélikus üléseken, meditációkban vagy megváltozott tudatállapotokban spontán is előfordul. Ilyenkor a duális egység a környezetben tartózkodó személyekkel - terapeutával, segítővel, családtagokkal, barátokkal - kapcsolatosan jelentkezik. Előfordulhat az érzékelő belső világában felbukkanó személyekkel való azonosulás is, akik az adott ülésen nincsenek jelen.

A DUÁLIS EGYSEG élménye rendszeresen megjelenik, amikor valaki az anyai szervezettel való szimbiotikus egységet éli újra. Ebben az összefüggésben előfordulhat váltakozó azonosulás az anyával, a gyermekkel vagy egyszerre mind a kettővel (duális egység). A világegyetemmel való misztikus egyesülés állapotában a duális egység érzése a létezés bármely megnyilvánulásával kapcsolatosan átélhető - nemcsak emberekkel, hanem állatokkal, növényekkel és élettelen tárgyakkal is.

A DUÁLIS egység élményének igen fontos példája a partnerrel való eggyé válás a szexuális együttlét során (genitális egyesüléssel vagy anélkül) - ez előfordulhat a mindennapi életben vagy bekövetkezhet tantrikus gyakorlatok eredményeképpen. A Tantra baloldali ösvénye (vama marga) követőinek célja a szexuális egyesülés során elért kozmikus egység átélése, amely az összetett és szent rituáléjuk (pancha makra) tárgya. A duális egység élménye gyakran előfordul rendszeres spirituális gyakorlatot - elsősorban a bhakti jogát - végzők körében is, ahol a tanítványok képesek a gurujukkal azonosulni.

A DUÁLIS EGYSEG átélését gyakran a szeretet és az esemény szentségének érzése kíséri. A spirituális hagyományokban léteznek különleges gyakorlatok, amelyekkel a fenti élmények előidézhetők; ide tartozik a másik szemébe nézés, a másik lélegzetvételének figyelése, a partner szívverésének hallgatása, vagy a szinkronizált légzés technikája.

A KÖVETKEZŐ példa egy terápiás LSD-ülés részlete, amely a várandós és szoptató anyával való duális egység megtapasztalását és a terapeutával való egybeolvadást illusztrálja.

Milada embrionális helyzetbe kuporodott és látszott, messze visszahátrál az időben. Jelentős változást vettem észre az arcán. Ráncai mind eltűntek, és már egészen kicsi gyereknek látszott. Ekkor az anyjával való csodálatos egységérzésről tudósított. Elmondta, nem érzékel semmi különbséget az anyja és a saját érzései között.

Szabadon tudta változtatni nézőpontját, hol mint méhen belüli magzat és táplálkozó csecsemő, hol pedig mint várandós és szoptató anya érzékelte magát. Képes volt egy időben átélni mind a két szerepet, mintha az egész egyetlen, határok nélküli tapasztalati kontinuum volna.

Mikor kinyitotta a szemét, nagy meglepetéssel tapasztalta, hogy nem érzékel kettőnk között semmiféle elhatárolódást. Úgy érezte, képes olvasni a gondolataimban és a bennem zajló érzelmi folyamatokban. Azzal a néhány észrevétellel, amelyet ezzel kapcsolatban megfogalmazott, minden kétséget kizáróan egyet kellett értenem. Olyan érzése volt, hogy nekem is korlátlan betekintésem van a gondolataiba, s "úgy tudok benne olvasni, mint egy nyitott könyvben". Az élmény e momentuma tisztán kivetítés volt, és nem tükrözte megfelelően az én állapotomat. Egy bizonyos ponton Milada paranoid félelem tüneteit kezdte mutatni, s attól tartott, hogy gondolataiban nemcsak én, hanem a többi ember, az egész világ szabadon olvashat.

b. Azonosulás más személyekkel

E TRANSZPERSZONÁLIS élmény igen szoros kapcsolatban áll az előzőekkel. Itt, mialatt az érzékelő más személyekbe olvad bele, teljesen azonosul azokkal, s többé-kevésbé el is veszíti saját személyiségét. Az érzés, hogy ő egy másik ember, totális és mindenre kiterjed. Magában foglalja a test-tudatot, az érzeteket, az érzelmi reakciókat és viselkedésmódot, a gondolati folyamatokat, az emlékeket, az arckifejezést, a jellegzetes gesztusokat és modorosságokat, a testtartást, a mozgást, sőt, a hanghordozást is.

SZÁMOS FORMÁJA, mértéke és szintje létezik ennek az élménynek. Előfordulhat azonosulás azokkal, akik az események során jelen vannak, de előfordulhat távol levő személyekkel, ill. belső élményként az átélő gyermekkorából, ősei történetéből vagy az elmúlt inkarnációjából felidézett szereplőkkel is. Az azonosulás tárgya lehet még élő és régmúlt történelmi személy, sőt, mitológiai és archetipikus alak is.

A GYERMEKKOR vagy a későbbi életszakaszok érzelmileg fontos, többszereplős emlékeinek újraélése során gyakran előfordul, hogy az érzékelő felváltva vagy egyszerre azonosul az összes résztvevő személlyel. Ez bizonyos transzperszonális jelleget kölcsönöz igen sok élettörténeti élménynek. Ebben az összefüggésben az átélő képes azonosulni a szüleivel, gyermekeivel, közeli rokonaival, barátaival, ismerőseivel vagy tanáraival. Az élmények tárgyává válhatnak népszerű politikusok, tudósok, művészek, vallási tanítók vagy különféle foglalkozási, etnikai, faji csoportok jellegzetes képviselői.

A MEGVÁLTOZOTT tudatállapotú személyek, akiket módomban volt megfigyelni, az alábbi híres történelmi és közéleti személyiségekkel azonosultak: Nagy Sándor, Néró császár, Kleopátra, Dzsingisz Kán, Leonardo da Vinci, Michelangelo, Assisi Szent Ferenc, Szent Teréz, Abraham Lincoln, Lenin, Sztálin, Martin Luther King, Mohammed Ali, John F. Kennedy és számtalan híres filmsztár. A Krisztussal és szenvedésével való teljes azonosulás gyakori és jellegzetes kísérője a harmadik *születéskörüli mátrixnak*. A másik személlyel történő egyszerű azonosulás abban különbözik az elmúlt inkarnációk élményétől, hogy nincsen emlék jellege, és az érzékelő megőrzi az önmagával való azonosság érzését is.

A DUÁLIS EGYSÉG ill. a más személyekkel való azonosulás a tapasztalt médiumoknál gyakran tapasztalható jelenség. Náluk ezek az élmények nem olyan kiszámíthatatlan és elementáris módon jelentkeznek mint azt pszichedélikus állapotokban, meditáció során vagy spontán megváltozott tudatállapotban (spirituális krízis) tapasztalhatjuk, hanem akaratlagosan előidézett és ellenőrzött formában. Mi magunk is többször tanúi voltunk Anne Armstrong pontos és hiteles üléseinek, amelyek során - többek között - a fenti mechanizmusok is megnyilvánultak. Úgy tűnik, a gyakorlott sámánok szintén e módszer segítségével gyógyítanak és állítanak fel lelki diagnózist.

SZERETNÉK most egy, a saját életünkből vett epizódot példaként bemutatni. Christina, a feleségem volt a főszereplője annak a megrázó azonosulás-élménynek, amelyet ágyban fekvő, lázas betegként élt át. A történet másik szereplője Gregory Bateson antropológus, egykori jó barátunk. Gregory, tüdőrákkal harcolva, életének utolsó szakaszát töltötte az Esalen Intézetben. A sebészeti beavatkozás során egy grapefruit nagyságú tumort találtak nála a nagy tüdő-verőér közelében. Az operációnak nem volt értelme, s Gregory-nak még legfeljebb négy hetet adtak. Ekkor meghívást kapott az Esalen Intézetből, hogy életének hátralevő idejét a Big Sur Coast gyönyörű környezetében töltsen. Ott tartózkodása alatt számos alternatív gyógymódot alkalmaztak nála, s javuló és hanyatló fázisok közepette több, mint két és fél évet élt még ezután. Sokat találkoztunk vele és a családjával, s igen közeli barátság alakult ki közöttünk.

Egy reggel Christina úgy döntött, ágyban marad, mert nem érezte jól magát. Hirtelen egy elsőprő érzés lett úrrá rajta, és úgy érezte, Gregory-vá változik. Ővé volt Gregory óriási teste, hatalmas keze, minden gondolata és karcos brit humora. Érezte a rákos fájdalmat és valahogy testének minden sejtjében tudta, hogy a halálán van. Igen meglepődött, mert ez nem állt összhangban azzal, amit Gregory akkori állapotáról tudott. Igaz, Greg állapota némileg romlott azokban a napokban, de ez már igen sokszor előfordult azelőtt is, és Christinának semmi oka nem volt rá, hogy ennek különleges jelentőséget tulajdonítson.

Később Christina összefutott barátunkkal, Carl Simontonnal, aki abban az időben az Esalen Intézetben dolgozott, és Gregory-t azzal vizualizációs módszerrel kezelte, amelyet a rák gyógyításának kiegészítőjeként fejlesztett ki. Christina megtudta, Carl és Gregory együtt voltak aznap reggel. Az ülés közepe felé Gregory kijelentette: "Ezt nem akarom tovább csinálni. Meg akarok halni." Ekkor odahívták Gregory feleségét, Lois-t, s a gyógyítás és a rákkal való küzdelem helyett a halálról kezdtek beszélgetni. Ez az esemény pontosan egybeesett Christina reggeli, Gregory-val való azonosulás-élményével.

Christinának igen ellentmondásos érzései támadtak az epizóddal kapcsolatban. A jelenség hirtelen, kéretlenül tört be a tudatába, ami igen ijesztő volt. Másrészt viszont az alig néhány percnyi felkavaró élményből többet tudott meg Gregory-ról, mint többévi, intenzív barátságunk alatt. Világossá vált, hogy az ilyen élmények diagnosztikus és terápiás célokból felbecsülhetetlen értékűek lehetnének, ha sikerülne megoldani előidézésük teljes tudati kontrollját.

c. Azonosulás csoportokkal és csoporttudat

A CSOPORT-AZONOSULÁS élménye a tudat további kitágításával és a személyiség határainak további lebontásával jár együtt. Az egyes személyekkel való azonosulás helyett itt az átélő egy faji, kulturális, nemzeti, ideológiai, politikai vagy foglalkozási csoporttal válik eggyé. A közös nevező ez esetben a testi és érzelmi hatások minősége, valamint az a hátrányos helyzet vagy sorsközösség, amely a csoport tagjait egységbe fogja.

EZEKBEEN a fajta transzperszonális élményekben az egyén elsőprő erejű késztetést érez, hogy az évszázados üldöztetésnek kitett zsidóknak, a rómaiak által megkínzott és feláldozott keresztény mártíroknak, az inkvizíció kivallatott és máglyára küldött áldozatainak, valamint a börtönökben és koncentrációs táborokban szenvedő foglyoknak csoporttudatára hangolódjék. Az élmények során átélhető a Mekkába zarándokló muzulmánok vallási rajongása, a Gangeszben megtisztuló hinduk áhítata, vagy a szélsőséges vallási szekták - flagellánsok, orosz skopzik vagy a kígyó-adogató evangélikus gyülekezetek - fanatizmusa.

AZ ÉLMÉNYEK mélysége, kiterjedtsége és intenzitása rendkívüli arányokat ölthet. Az átélő megtapasztalhatja a harctereken valaha meghalt összes katona szenvedését, minden idők forradalmáinak elnyomóikkal szemben érzett izzó gyűlöletét, vagy a kicsinyét ápoló összes anya önfeláldozását, gondoskodását, szeretetét.

A SZEMÉLYISÉG határai megnyílnak, s az egyén beleoldódhat társadalmi, politikai csoportokba, egy ország vagy kontinens teljes népességébe, egy rasszba vagy egy világvallás összes követőjébe. Előfordulhat az egész emberiséggel, magával az emberi léttel - annak örömeivel, bánatával, szenvedélyeivel, dicsőségével és tragédiájával - való azonosulás.

AZ ILYENFAJTA transzperszonális élmények leírásai nagy számban megtalálhatók a spirituális irodalomban - próféták, szentek, vallásalapítók tanításaiban. A modern tudat kutatás felfedezése, hogy ezek a transzperszonális élmények - különleges körülmények között - mindenki számára elérhetők. Ennek különösen megindító példája volt Rusty Schweickart amerikai űrhajós élménye, aki az Apolló 9 földkörüli útja során, egy űrséta alkalmával misztikus egyesülést élt át a teljes emberiséggel. (Schweickart 1985)

E TRANZSPERSZONÁLIS ÉLMÉNYT két példával fogom illusztrálni. Az első egy pszichiáter - nem sokkal Indiában tett látogatása után lezajlott - magas dózisu LSD ülésének részlete.

Ekkor hirtelen elöntöttek az indiai út emlékei. Újra átéltem a mély megrendülést, melyet az emberi lét e hihetetlenül széles skáláját látva éreztem - az elképzelhetetlen szegénység, mocsok, betegség és halál nyomorúságától a magasrendű templomi építészet és szobrászat időtlen szépségéig s az emberi lélek legmagasabb vívmányaiig. Mielőtt tudatában lettem volna, mi is történik velem, az élmény hangsúlya megváltozott. Látogató és megfigyelő szerepemet elveszítve teljes mértékben azonosultam azzal, amit érzékeltem. Az élmény ekkor hirtelen kitágult, messze az Indiáról őrzött konkrét emlékeimen túlra.

Rájöttem: magává India népévé változtam át! Bármily nehéz is mindennapi tudattal képet alkotni erről, akkor úgy éreztem, egy hatalmas élő szervezet vagyok, melynek alkotóelemei az Indiai szubkontinensen élő sok-sok milliónyi ember. A legjobban talán az emberi testhez tudnám mindezt hasonlítani. Minden sejt a maga módján önálló egység, de közben a teljes szervezetnek is végtelenül kicsi része. És a tudatosság és az öntudat pedig az egész, nem pedig a részek jellemzője. Hasonlóképpen én is egyetlen óriási tudatos egység voltam - India népe.

Mégis, mindezzel egy időben képes voltam azonosulni a leprásokkal és a nyomorék koldusokkal Bombay és Calcutta utcáin, a bidi cigarettát és bétel diót áruló házalokkal, a szájrákban szenvedő, s az út szélén éhező vagy haldokló kicsi gyerekekkel, a Gangeszben tisztulási szertartást bemutató vagy rokonaikat a benaresi ghats hamvasztóhelyen elégető istenfélő tömegekkel, a Himalája jegén és haván samadhiban fekvő sadhusokkal, a zavart, szinte még gyerek menyasszonyokkal, akiket a családi menyegző során idegenekkel adnak össze, és a mesésen gazdag és hatalmas maharadszákkal.

India minden dicsősége és nyomorúsága egyetlen kozmikus élő szervezet elemeinek tűnt előttem, egy hihetetlen méretű istenségnek, ki milliónyi karját kinyújtva létezésem összes lehetséges aspektusát megvalósítja. Az érzések elképzelhetetlen mélysége és sokfélesége töltötte meg teljes valóm; leírhatatlan kötődést éreztem Indiához és népéhez.

A KÖVETKEZŐ PÉLDA Pusztító Mennydörgés, a winnebago indián peyote élményének egy részlete. Pusztító Mennydörgés egy szertartáson vett részt, melynek célja az volt, hogy megszabadítsa őt mélységes büntudatától és a törzsétől való elidegenedéstől. Korábban ugyanis többször hazudott népének; úgy tett, mint akinek víziói vannak, majd később italozással, kicsapongással tette tönkre életét, s végül egy gyilkosságra is belekeveredett. Életét Paul Radin írja le *Egy winnebago indián visszaemlékezéseiben*. (Radin, 1920)

Mind, akik ott ültünk, egyetlen közös lélekben osztoztunk. Legalábbis én ezt tapasztaltam. Én ezzé a léleké váltam, és ezáltal az ő lelkük is voltam. Bármire gondoltak akkor, én azonnal tudtam, mi az. Nem kellett hogy beszéljek hozzájuk s meghallgassam a választ, anélkül is tudtam, milyen gondolatok járnak a fejükben.

d. Azonosulás állatokkal

E TERÜLET élményei teljes és élethű azonosulást jelentenek különféle állatfajok egyedeivel. Az azonosulás leggyakoribb tárgyai emlős állatok, madarak, hüllők, kétélűek és különböző halfajok, de ide tartozhatnak olyan élő szervezetek is, melyek a törzspejlődés alacsonyabb fokán állnak: rovarok, csigák, rákfélék, lábasfejűek és medúzák.

AZ ÁLLATOKKAL való azonosulás megdöbentően hiteles és meggyőző lehet. Az ilyen élmény magában foglalja az állati testérzést, a sajátos fiziológiai érzeteket, ösztönkésztetéseket, a környezet különleges érzékelését és az arra adott válaszokat is. Ezek a jelenségek olyan semmihez nem hasonlítható, szokatlan jellegzetességekkel bírnak, hogy élesen megkülönböztethetők a megszokott emberi észlelésektől. Természetük és sajátosságaik gyakran túllépik az emberi fantázia és képzelet hatókörét is.

A TUDAT holotropikus működése során lehetségessé válik annak átélése, hogy milyen érzés, amikor egy macska kíváncsi, amikor egy sas megijed, amikor egy kobra éhes, amikor egy teknősnek nemi vágyai támadnak, vagy amikor egy cápa a kopolyúin keresztül lélegzik. Az azonosulást követően az átélők a legmélyebb testi szintig átéltek és megértették, mi hajtja az angolnát és a lazacot hősies útja során a patak sodrásával szemben, vízeséseken át; mit érez a pók, miközben a hálóját szövi; s mi az a rejtélyes átváltozási folyamat, melynek során a petéből hernyó, a hernyóból báb, s a bábból végül lepke lesz.

AZ EHFÉZ HASONLÓ élmények során az észlelő páratlan információkhoz juthat az állatokról és azok életfolyamatairól. Számos klinikai megfigyelés nyert például erősítést Bruce Lamb *A Felső-Amazonas varázslója* című művében. E redkívül érdekes könyv némi hasonlóságot mutat Carlos Castenada könyvsorozatával, mely a szerzőnek Don Juan, a yaki varázsló mellett eltöltött tanulóéveiről tudósít. A történetben, melynek helyszíne a század eleji amazonasi dzsungel, a perui amahuaca indiánok sámanja gumi után kutató fehér embereket lát extatikus víziójában, melyet az *ayahuasa* (yajé) idézett elő nála. Elküldi harcosait, hogy egy bizonyos fiatal férfit ejtsenek foglyul, akit a későbbiekben egyfajta kulturális közvetítő szerepre képez ki.

A KÖNYV tudósít arról, hogy a vadászok felkészítésének fontos része volt az *ayahuasca* közös fogyasztása. A hallucinogén főzet hatására a résztvevők felidéztek magukban a törzs által vadászott állatok vízióját, s képesek voltak velük olyan mélyen azonosulni, hogy azok ösztönéletét és szokásait minden részletre kiterjedően megismerhették. Ezután észrevehetően sikeresebbé váltak a vadászataik, mivel mindig képesek voltak a vadász tudatáról a zsákmány gondolkodásmódjára hangolódni, és így túljárni az állatok eszén.

AZ ELSŐ PÉLDA, melyet itt szeretnék bemutatni, egy nem ellenőrzött LSD ülésről származik. A férfi, aki elmélyült és módszeres önfeltáró munkát folytatott, könyvemet elolvastva úgy döntött, az üléseiről készített jegyzeteit megmutatja nekem, hogy azokról véleményt mondjak.

Ezután valóságosan úgy éreztem, hogy sassá válok. Fenn lebegtem a levegőben, szárnyam helyzetét finoman változtatva ügyesen kihasználtam a légáramlatokat. Szememmel a messzi földet pásztáztam zsákmány után kutatva. Mindent felnagyítva láttam, mintha látcsőbe néztem volna. A legkisebb részlet is éles volt a szemem előtt. Úgy tűnt, a látómezőmben történt legkisebb változásra is reagálok. Amikor mozgást vettem észre, a szemem mintha megmerevedett és a tárgyra közelített volna. Olyan volt, mint egy hosszú és keskeny csőbe nézni. Az érzés, hogy az élmény során a ragadozó madarak látási mechanizmusát érzékelem, igen meggyőző volt. Elhatároztam tehát, hogy elmegyek a könyvtárba és tanulmányozni kezdem a ragadozó madarak optikai rendszerének anatómiáját és fiziológiáját.

A KÖVETKEZŐ PÉLDA egy fiatal élményeit tartalmazza. Ezek egy holotróp légzés során jelentkeztek először, s egy pszichedélikus ülésen folytatódtak. Az állati azonosulás itt érdekes módon keveredik egy állatot felidéző rituális tánccal.

Néhány évvel ezelőtt a Grofékkal folytatott holotróp légzés során átéltem, hogy egy hatalmas macskafélévé - tigrissé vagy jaguárrá - alakulok át. Kitértem, s kimeresztett karmokkal támadtam. Nagyon erős hatást tett rám az élmény, rajzot is készítettem róla.

Körülbelül egy évvel később egy pszichedélikus terápiás ülés alkalmából ismét kapcsolatba kerültem a macskafélék energiájával. Fiatal afrikai nőnek éreztem magam, aki rituális táncot jár - egy állatot, egy nőtény oroszlánt jelenít meg. Ahogy hagytam a tánc ütemét eluralkodni a testemen, a vállak, a hát, a nyak és a fej mozgása egészen különössé vált. Úgy tűnt, már nemcsak táncolok, hanem a valóságban is nőtény oroszlán vagyok.

Úgy tapasztaltam, hogy az oroszlán az éhséget nem a gyomrában érzi, hanem fejét felemelt vállai közé dörzsölve győződik meg arról, szüksége van-e zsírra és tápanyagra, melyet a két lapockája között raktároz. Attól fogva nem volt kétségem afelől, mi a szerepe annak a vastag párnának, ami a nagymacsák vállán és nyakán nő, bár nem végeztem semmiféle kutatást ebben az irányban.

Két hete egy oktató kazettát hallgattam, mely a testsúly témájáról szólt. William Bennett, az előadó, röviden összevetette az emberi és az állati zsírszövet lerakódását. Egy különleges zsírfajtáról, a "barna zsírról" beszélt, amely csak az állatoknál figyelhető meg. A barna zsír párnás felrakódásban található meg néhány állatfajta lapockái között, és ez tartja fenn a megfelelő energiaszintet az állat egészsége és túlélése érdekében.

AZ UTOLSÓ PÉLDA Peter Stafford beszámolója egy yajé élmény során tapasztalt állati azonosulásról, melyet a barátaival élt át a Las Vegas melletti Valley of Fire-ben.

A vízfelszín csillogott és csalogatott. Hamarosan visszamentünk a vízpartra, s már alig vártuk, hogy kinyújtózzunk és ússzunk, a víz alá merüljünk és fröcskölődjünk. A fürdőruha tűnt az egyetlen tehernek. Teljesen fölöslegesnek és természetellenesnek éreztem. Különösen, mivel közben kigyóvá változtam és a vízben tekergőztem. Hol lebuktam, hol felbukkantam a hullámok alól. Néhány perccel később azon vettem észre magam, hogy egy

béka vagyok, és hosszú rúgásokkal hajtom előre magam. Mindkét esetben a víz tűnt természetes élőhelyemnek, s a szárazföld valami távoli, idegen, és ijesztő közegnek hatott.

Kicsivel később az elmém úgy határozott, szeretnék felkapaszkodni egy kis hegyre, amely erre az idilli tájra néz. Ekkorra már egy oroszlánfőka voltam, ezért nagy erőfeszítembe került kikecmeregni a szárazföldre. Amint kifelé evickéltem, tehetetlennek, ostobának éreztem magam, távol valódi elememtől.

Amikor azt mondom, úgy érzem, először egy vízi állattá változtam, s később egy másikká, ez messze többet jelent, mint valami "sikamlós és hullószzerű" hatást átélni. Az élmény teljesen más érzéssel járt, mással, mint amit valaha is testi és lelki értelemben tapasztaltam azelőtt. Tudatában voltam, hogy egészen más természetű emlékekkel rendelkezem, és elvesztettem rendes öntudatomat is. Több volt ez, mintha beleéltem volna magam egy kígyó vagy egy béka érzéseibe; a "kígyóság" és "békaság" olyannyira elnyelt, hogy azon kellett gondolkodnom, hogy vajon a körülöttem lévő emberek fejében mi járhat.

Vajon mit jelent, hogy a yajé hatása alatt nemcsak "kígyónak éreztem magam", hanem - a tudat bizonyos szintjén a mélyen rejlő "kígyósággal" kapcsolatba lépve - bizonyos értelemben magam voltam a kígyó? Vajon mit jelent az, amikor az észleleteim új és másfajta kategóriák szerint rendeződtek el bennem?

e. Azonosulás növényekkel és botanikai folyamatokkal

A NÖVÉNYI ÉLETET érintő transzperszonális élmények gyakoriak megváltozott tudatállapotokban, bár nem olyan sűrűn fordulnak elő, mint az állati azonosulás. Aki erre a tapasztalati területre hangolódik, meggyőző erővel válik eggyé különféle növényekkel, növényi alkotórészekkel, sőt, még a növényekben zajló fiziológiai, botanikai folyamatokkal is. Összetett élménye lehet arról, ahogyan fává, kerti vagy vadvirággá, hűsevő növényné, moszattá, óceáni planktonná, sőt, baktériumtenyésztévé vagy egyedi baktériummá változik.

A TUDAT holotropikus működése során lehetségesé válik az azonosulás egy fa gyökérzetével, s ezen belül a víz és ásványi sók cseréjével, a kambiumban keringő növényi nedvekkel, a fotoszintézist végző levelekkel, a csírázó maggal, a szárba szökés készítésével, a beporzás folyamatával vagy a növényi növekedés során tapasztalt sejtosztódással. Az átélők néha sejt alatti és molekuláris szintű folyamatok megfigyeléséről is beszámolnak. Ilyenkor élményszinten tudatosul bennük a mitokondriumok tevékenysége vagy azok a biokémiai folyamatok, melyek során auxinok, növényi pigmentek, olajok és cukrok, aromatis vegyületek és különféle alkaloidok keletkeznek.

A NÖVÉNYI TUDAT átélése a transzperszonális jelenségkör igen érdekes kategóriáját képviseli. Bármennyire fantasztikusnak és abszurdnak tűnik is létezése a tudomány vagy a józan ész számára, mégsem szabad ezt, mint merő fantáziálást, elvetni. A tudatfejlődés bizonyos fázisában e gyakran jelentkező hiteles élményeket igen nehéz szavakba önteni, ám sokszor olyan folyamatok lényegi megértéséhez is elvezetnek, amelyek mélyreható filozófiai és spirituális meglátásokat eredményeznek.

E MEGLÁTÁSOK közül a leggyakoribb a növényi lét különleges minőségének és tisztaságának tudatosítása, mely az emberi spirituális élet számára példaként szolgál. Az állatoktól és az embertől eltérően legtöbb növény nem öl és nem folytat ragadozó életmódot. Közvetlen kapcsolatban áll a Nappal, e bolygó életadó erőforrásával és a kozmikus teremtő energia legközvetlenebb megnyilvánulásával. A növények e kozmikus energiát közvetlenül olyan formákba alakítják, amelyek más élő szervezetek számára hasznosak. Ebben az összefüggésben különleges jelentőséggel bír, hogy az oxigént is ők szolgáltatják a többi élőlény számára, s ezért létük nélkülözhetetlen az élet szempontjából ezen a bolygón. A növényi élet másik fontos spirituális aspektusa, hogy közvetlen érintkezésben áll a teremtő energia mellett a három őselemmel: a földdel, a vízzel és a levegővel.

A LEGTÖBB növény nem öl meg, nem bánt és nem zsákmányol ki más élő szervezeteket, hanem maga szolgál élelem-, ásvány- és vitaminforrásként a többi élőlény számára. Egy növény életét nem zavarja össze hamis ambíció, hogy mássá váljon, mint amilyen valójában, nem rágódik fájdalmas emlékeken, nincsenek összeütközései délibábokat hajszolva, s nem emésztí aggodalom a jövője miatt. A környezetére közvetlenül reagálva sok misztikus iskola végső célját, az "itt-és-most"-ban való tiszta létezést testesíti meg. Többeknél a növényvilág tisztaságának csodálata ötvöződött a születéskörüli élmények során a mézárálással szemben támadt ellenérzéssel, s ez náluk a vegetáriánus táplálkozás elismerését eredményezte.

A HOSSZÚ ÉLETÜKRŐL ismert fák - a kaliforniai óriásfenyő, a kaliforniai szikvója és a kicsiny, tüskés tobozú fenyők - gyakran felbukkannak mint a háborítatlan, kiegyensúlyozott, időtlen s a világ zajától, zűrzavarától független öntudat jelképei. A növényekkel való azonosulás során gyakran érthetővé válik, hogy bizonyos kultúrák mért tekintenek szentnek bizonyos növényeket, mint például a banyon fát az indiaiak, a lótuszt az egyiptomiak és az indiaiak, a fagyöngyöt a druidák vagy a kukoricát az észak- és dél-amerikai indiánok.

A NÖVÉNYEK spirituális oldalának közvetlenebb és egyértelműbb meglátása azokhoz a növényfajokhoz kötődik, amelyeket pszichedélikus hatásuk következtében különböző kultúrák és csoportok szentnek tekintenek és rituális célokra használtak. Azok közül pszichedélikus növények közül, melyek alapvető szerepet játszottak az emberiség spirituális életében, említést érdemel a legendás védikus szent *szóma*, melynek növényteni eredete nem tisztázott, az afrikai *eboga* (*Tabernaemontana iboga*), a kender különböző fajtája (*Cannabis indica* és *sativa*), a légyölő galóca (*Amanita muscaria*), a mexikói szent *teonanacatl* gomba (*Psilocybe mexicana*), a hallucinogén peyote kaktusz (*Lophophora williamsii*), és az amazonasi liana *Banisteriopsis caapi*, a yajé vagy *ayahuasca* alapanyaga. Az említett spirituális jelleg megtapasztalása természetesen e növények fogyasztása során fordul elő a leggyakrabban, mikor is a sajátos pszichedélikus hatás közvetlenül is megtapasztalható.

A NÖVÉNYI azonosulás jellegzetes esetét mutatja a következő példa.

Egy 32 éves nő, Martha, pszichedélikus terápián vett részt számos pszichopatológiai tünete miatt. Ezek közül a legkülönösebb egy nehezen leírható furcsa érzés volt, melyet a lábában érzett. Pszichiátriai diagnózisában ezt bizarr hipochondriás panaszoknak és pszichózis-közel testkép-torzulásnak jellemezték.

Az egyik pszichedélikus ülés alkalmával a lábában jelentkező különös érzés annyira felerősödött, hogy Martha elviselhetetlennek érezte, és kérte a Thorazinnal végzett terápia befejezését. Egy rövid megbeszélés után mégis úgy határozott, nem hagyja abba, és megkísérel a tünetek végére járni. Amint teljes erővel a lábára összpontosított, hirtelen úgy érezte, egy hatalmas, gyönyörű fává változik. Az azonosulás teljesen hiteles és meggyőző volt, s különféle botanikai folyamatok tapasztalásával járt együtt.

Martha sokáig állt felfelé nyújtott karokkal, melyeket dús lombosított ágaknak érzett. Tudatában volt a levelekben végbemenő fotoszintézisnek, annak a misztikus folyamatnak, mely a bolygónkon lévő összes életet táplálja. Érezte a növényi nedvek felfelé és lefelé áramlását a kambium rostjaiban és az ásványi sók és víz kicserélődését a gyökerekben. Ami az emberi testben bizarr, torzító érzésként hatott, az egy fa esetében tökéletesen normális, varázslatos élménynek bizonyult.

Martha átélése nemcsak a botanikai szintre terjedt ki. Amit először fizikai Napként érzékelt, később a Kozmikus Nappá változott - a Világegyetem teremtő erejének forrásává. Hasonlóképpen a föld is Földanyává, a Nagy Isteni Anya fantasztikus mitológiai figurájává alakult. Maga a fa is mély archetipikus jelentést öltött, és az Életfa képét vette fel. Az élmény, amely először ijesztőnek tűnt, most extatikus és misztikus színezetet öltött. Az ülés után Martha többé nem tapasztalata a korábbi torzító testérzetet, és attól kezdve mély tiszteletet táplált a növényi élet iránt a Földön.

f. Azonosulás az étellel és minden teremtménnyel

KIVÉTELES esetben a tudat holotropikus működése során megtapasztalható az Én olyan fokú kiterjedése, hogy az magába foglalja a bolygónkon lévő életet - az emberiség egészét, a teljes faunát, flórát a vírusoktól és egysejtűektől kezdve egészen a magas differenciált fajokig. Egyetlen élő organizmussal való egybeolvadással szemben itt az étellel, mint kozmikus jelenséggel történik azonosulás.

NÉMELY ESETBEN az élmény az élet egy sajátos nézőpontjára összpontosít, mint amilyen az éhség ereje, a szexuális késztetés vagy az anyai ösztön. Föltárhatalja az "élet az életből él" törvény általános érvényét, vagy felmutathatja azt a csodálatraméltó intelligenciát, mely az evolúció különböző lépcsőfokain az életfolyamatokat irányítja. Az ilyen élmények után az átló előtt kétségtelenné válik, hogy az élet nem magyarázható meg a hagyományos tudomány kategóriáival, s hogy a tapasztaltak a teremtő kozmikus intelligencia létét bizonyítják.

AZ ÉLET teljességével való azonosulás-élmény néha horizontális jellegű, s ilyenkor nyilvánvalóvá válik a különböző élő szervezetek közötti összetett kapcsolat, a kölcsönös függőség, melynek dinamikája bolygónk ökológiai egységét alakítja. Más esetekben az élmény időbeli, s ekkor az élet evolúciós dimenziói mutatkoznak meg (ld: Törzsfajlódási élmények.) E tapasztalat a kozmikus és természeti törvények mély megértését, a fokozott ökológiai felelősségérzet kialakulását valamint a gyors technológiai fejlődés és iparosodás problémáival szembeni érzékenységet eredményezi.

A KÖVETKEZŐ példa egy pszichiáter 300 mikrogrammos LSD ülésének részlete, melyben az élet teljességével való azonosulás motívuma igen jelentős szerepet játszik.

Úgy érzetem, összekapcsolódom a bolygónkon található teljes étellel. Először sorozatban azonosultam különféle fajokkal, később azonban az élmény egyre átfogóbbá vált. Azonosságom nemcsak horizontálisan, a térben terjedt szét, az összes élőlényt magába foglalva, hanem az időben is, vertikálisan. A darwini evolúciós törzsfává változtam, annak minden elágazásával. Magam voltam az élet teljessége!

Az élő formák világában éreztem az energiák és megnyilvánulások kozmikus minőségét, az életre jellemző vég nélküli kíváncsiságot és kísérletező kedvet, valamint az önkifejezés késztetését, amely a létezés minden szintjén megnyilvánul. Úgy tűnt, egyetlen döntő kérdés foglalkoztat: vajon vannak-e kilátásai az életnek a bolygónkon? Vajon építő jelenségnek tekinthető-e, vagy csupán egy rosszindulatú sejtzaporulatnak a Föld arcán, amely tervrajzában néhány végzetes hibát tartalmaz, ami önmegsemmisítésre ítéli? Lehetséges, hogy néhány alapvető hiba csúszott a szerves formák evolúciójának eredeti tervébe? Vajon az univerzumok teremtői is elkövetnek hibákat, akár az emberek? Ebben a pillanatban mindez nagyon is valószínű, bár ijesztő felismerésnek hatott: valaminek, amire sosem gondoltam azelőtt.

Az étellel azonosulva megtapasztaltam és felfedeztem a természetben és az emberi lényben működő romboló erők teljes skáláját, s láttam veszedelmes kiterjesztésüket és kivetülésüket a modern technológiákban, melyek most bolygónkat pusztulással fenyegetik. Ebben az összefüggésben egygyé váltam a huszadik századi háborús gépezet számtalan áldozatával, a koncentrációs táborok gázkamráiban elpusztult foglyokkal, a szennyezett patakokban megmérgezett halakkal, a gyomirtóval megölt növényekkel és a kémiai szerekkel lepermetezett rovarokkal.

Mindezt egy másik élménnyel váltakozva éltem át: homokban játszó mosolygó gyermekeket láttam, valamint újszülött állatokat és gondosan épített fészkekben frissen kikelt madárfiókákat, bölcs delfineket és bálnákat az óceán kristálytisza vizében, s gyönyörű legelőket és erdőket. Mélységes együttlérés támadt bennem az élet iránt, valamint erős ökológiai felelősségérzet és szilárd elhatározás, hogy ezután csatlakozom az életért küzdő erőkhöz ezen a bolygón.

g. Azonosulás az élettelen anyaggal és szervetlen folyamatokkal

A TUDAT holotropikus kiterjesztése nemcsak a biológiai jelenségekre korlátozódik; a szervetlen természet makro- és mikroszkopikus jelenségei is elérhetők általa. Igen sok átló számolt be arról, hogy élményszinten azonosult folyók és óceánok vizével, a tűz különféle megjelenési formáival, termőfölddel és hegyekkel, valamint a természeti katasztrófákban elszabaduló erőkkel - elektromos viharokkal, földrengésekkel, tornádókkal, vulkánkitörésekkel.

HASONLÓKÉPPEN gyakori bizonyos anyagokkal - a gyémánttal és drágakövekkel, kvarckristállyal, borostyánnal, gránittal, vassal, acéllal, higannyal, ezüstrrel és arannyal való azonosulás is. E tapasztalatok a mikrovilágig terjednek: az atomok és molekulák szerkezetéig, a Brown-féle mozgásig, atomi kötésekig, sőt, egészen az elektromágneses erőig és a szubatomi részecskéig.

AZ ÁTLÓK néha a modern technológia magas komplikáltságú szerkezeteivel kerülnek kapcsolatba: tolósugaras repülőgépekkel, rakétákkal, űrhajókkal, lézerekkel és számítógépekkel. Ezekben az esetekben a testtudat magába olvaszthatja az adott szerkezet anyagainak és folyamatainak összes tulajdonságát, s így az egész egyetlen összetett, tudatos élményként élhető át. Úgy tűnik, a világegyetem minden folyamatának, amely a tudat hétköznapi működésmódja során objektíven észlelhető, megtalálható szubjektív megfelelője a holotropikus működési mód területén.

EZEK az élmények azt sugallják, hogy a tudat és a teremtő intelligencia nem az élettelen anyagból ered, viszont azok szerepe a teljes lét szövedékét tekintve alapvető jelentőségű. E szemlélet egyre határozottabb megerősítést nyer a legújabb kori atomfizikai, asztrofizikai, biológiai, termodinamikai, információ- és rendszerelméleti kutatások által.

KÜLÖNLEGES jelentősége van annak is, hogy a szervetlen világgal történő azonosulás során nemcsak evilági, hanem numinózus és spirituális minőségek is megnyilvánulnak. A vízzel való azonosulással így módon együtt járhat az időtlenség, a változékonyság, a szétolvadó határok, a szívós erő, a tisztulás és tisztítás, valamint a változatlanság és dinamikus változás paradox tudatállapotával.

A TŰZ is megtapasztalható félelmetes energiájú lelki erőként, amely alkothat és rombolhat, szilárd formákat energiává alakíthat, megtisztíthat, vigasztalhat és ápolhat, vagy ijeszthet és sebezhet. A tűz eleme, különösképpen a Nap formájában, gyakran mint az Univerzum kozmikus teremtő erejének megnyilvánulása tapasztalható, a jelenségek világban legközvetlenebbül érzékelhető isteni lényegként.

A TÁVOLI korok misztikus rendszereivel megegyezően az átélés központi témái között találjuk a drágaköveket és nemesfémeket, különösen a gyémántot és az aranyat, melyeket - alapvető tisztaságuk, megváltoztathatatatlanságuk és különleges ragyogásuk folytán - magasrendű spirituális állapotokkal hoznak összefüggésbe. Képük gyakran fölmerül a mennyországok, paradicsomi helyek, égi országok archetipikus vízióiban. Aldous Huxley híres, "A látomás élménye" című előadása - melyben többek között felteszi a kérdést, "Miért drágák a drágakövek?" - a tárgyaltak szempontjából különleges jelentőségű. Huxley a következő választ adja: azért tulajdonítunk hatalmas értéket a drágaköveknek és nemesfémeknek, mert ezeket a misztikus tapasztalás pótszerének tekintjük. A legközelebbi hasonlóságot jelentik hétköznapi tudatunk számára bizonyos látomásos állapotok tapasztalati sajátosságaival.

A SZERVETLEN anyaggal történő azonosulással gyakran megdöbbenő filozófiai, mitológiai, vallási és misztikus meglátások járnak együtt. A szervetlen világ és a spirituális állapotok közötti bensőséges kapcsolat új fényt vet az animizmus és panteizmus, a középkori alkimia, a homeopátia, a görög filozófia négy eleme, a kínai orvoslás, valaminta tantrikus iratok és más keleti tanítások lényegére.

AZOK SZÁMÁRA, akik átérték a vízzel való azonosulást, könnyű belátni, miért játssza ez az elem a legfőbb szerepet a taoizmusban, és miért szolgál oly gyakran spirituális hasonlatként. Mélyreható személyes átélés alapján azt is könnyű megérteni, miért tisztelték a Napot istenként a régi kultúrákban, s miért tekintették a vulkánokat a teremtés és pusztítás istenségeinek. A gránittal való azonosulás során pedig mélyen átélhető, miért tartják a hinduk a Himaláját a Fekvő Sívának, s miért készítettek különböző kultúrák óriási gránit szobrokat.

MÉLYEBB szinten már nem érzékelhető az istenségek és a bálványok képe - csak maguk az istenségek. Egy adott anyag rezgése a vele együtt rezgő tudat számára a megkülönböztetés nélküli, megzavarhatatlan, változtathatatlan és a lineáris idő határait átlépő tudat megtapasztalását jelenti, vagyis az igazi istenség tulajdonságait. Az anyag lényege, amely alapvetően különbözik a hétköznapi emberi lét és a biológiai világ élénk, zajos és egyenetlen tudatállapotától, transzcendens érzéseket ébreszt. Aényt, hogy az idő különbözőképpen telik az érzékelhető világ különféle szintjein, Ilja Prirogine (Prirogine and Stengers 1984) és Eric Jantsch (Jantsch 1980) erősítette meg a közelmúltban.

E SAJÁTOS tapasztalatot egy 150 milligramm Ketalar (ketamin) által kiváltott élménnyel fogom illusztrálni. Ezt az általános érzéstelenítőt a sebészetben és az állatgyógyászatban használják, s úgy tűnik, fogyasztása során az élettelen anyaggal történő azonosulások különösen gyakoriak.

A légkör nehéz volt, sötét és baljóslatú. Kémiailag mérgezettnek és mérgezőnek tűnt, metafizikailag pedig veszélyesnek és gonosznak. Észrevettem, hogy kőolajjá változom, s hatalmas föld alatti üregeket töltök meg. Elképesztő meglátások öntöttek el, melyekben kémiai, geológiai, biológiai, pszichológiai, mitológiai, gazdasági és politikai elemek keveredtek.

Megértettem, hogy a kőolaj, ez a biológiai eredetű ásványi zsíradék, kívül áll a minden élő anyag számára kötelező érvényű halál és újjászületési körforgáson. Az elmúlt elem azonban mégsem tűnt el teljesen, csupán időben tolódott ki. A halál romboló, plútói ereje rejtett formában a kőolajban szunnyad, és csak a felébredésre vár, mint egy gigászi időzített bomba.

Mialatt a kőolaj tudatában tartózkodtam, az olaj-jövedelmek csillagászati hasznáért elkövetett kíméletlen gyilkosságok látványával megjelent a halál témája is. Az olaj-pénz által mozgatott politikai intrikák és gazdasági panamák jelenetei vonultak el a szemem előtt. Nem volt nehéz az események láncolatát egy következő világháborúig követni, melyet az ipari országok fennmaradásához és jólétéhez nélkülözhetetlen alapanyag kiapadó forrásáért vívnak majd.

Világossá vált számomra: bolygónk jövője szempontjából alapvető jelentőségű, hogy a gazdasági élet a napenergiára, s más, megújítható forrásokra térjen át. A fosszilis fűtőanyagok felhasználása, mely a még meglévő tartalékokat fosztogatja, s azokat mérgező hulladékká, szennyező anyaggá változtatja - alapjaiban hibás, hiszen teljesen összeegyeztethetetlen a körforgásra épülő kozmikus renddel. Míg a fosszilis fűtőanyagok kimerítése az ipari forradalom történeti összefüggésében érthető volt, e tevékenység folytatása - ha végzetes következményei egyszer már napvilágra kerültek - ma már nem minősíthető másnak, mint öngyilkosságnak és büntettnak.

Visszataszító és kellemetlen tapasztalatok sorozatán át éreztem, mely tudatállapotokon halad át a kőolaj az ipari feldolgozás során. A híres német kémiai kombinát nevét felhasználva ezeket az élményeket "IG Farben tudatúság"-nak neveztem. Ez voltaképpen tudatállapotok végtelen sorozatát jelentette, amely az anilin festékek, szerves oldószerek, gyomirtók, rovarirtók és mérges gázok jellegzetességeit viselte magán.

A különféle ipari mérgek önmagában való megtapasztalása mellett átéreztem azon élőlényeknek tudatállapotát is, melyek a kőolajszármazékok áldozataivá váltak. Egyre váltam minden náci gázkamrában elpusztult zsidóval, minden rovarirtóval kiirtott hangyával és svábbogárral, minden ragacos légyfogóba ragadt léggel és minden gyomirtószertől haldokló növényvel. S mindezek mögött ott leselkedett bolygónk élővilágának nagyon is valószínű jövője - az ipari szennyezés által bekövetkező teljes megsemmisülés.

Hihetetlen erejű lecke volt. Mély ökológiai felelősségérzet fogott el, s annak világos felismerése, milyen irányba kellene a politikai és gazdasági életnek haladnia, hogy az élet bolygónkon fennmaradjon.

h. Azonosulás bolygónk tudatával

E TRANSPERSZONÁLIS élmény során az átélő tudata annyira kitágul, hogy átfogja bolygónk minden megnyilvánulását a geológiai szinttől a bioszféra összes élő formájáig, beleértve az embert is. E nézőpontból a teljes Föld egyetlen élő szervezetnek tűnik, kozmikus egységnek, melynek különféle részei - a geológiai, biológiai, pszichológiai, kulturális és technológiai jelenségek - úgy tekinthetők, mint egyetlen kitaró erőfeszítés megnyilvánulásai, amely az evolúció, az integráció és az önmegvalósítás magasabb szintje felé törekszik.

AZ ÉLMÉNYNEK jellegzetes velejárója a mitológiai dimenzió és a magas spirituális minőség érzékelése. Ebben az összefüggésben a Föld Földanyaként vagy a Gaia istennő értelmében vett Isteni Lényként érzékelhető. Nem nehéz belátni, hogy a földi folyamatokat a miénket messze meghaladó, felsőbbrendű intelligencia irányítja, amely felé tisztelettel és bizalommal kellene fordulnunk - s mi mégis korlátozott emberi látókörünk alapján igyekszünk azokat áthangolni, s vele összeütközésbe kerülni. E felismerést, melyet számos átélő tapasztalt megváltozott tudatállapotban, a közelmúltban megerősítette a modern tudomány is.

GREGORY BATESON, aki tudományos kutatásai során a kibernetika, az információ- és rendszerelmélet, az evolúcióelmélet, az antropológia és a pszichológia ragyogó szintézisét alkotta meg, arra a következtetésre jutott, hogy nemcsak helyénvaló, hanem logikailag kikerülhetetlen is tudati folyamatok létét feltételezni a természeti folyamatok - sejtek, szervek, szövetek, szervezetek, állati és emberi csoportok, ökológiai rendszerek, sőt a Föld és az Univerzum - minden szintjén. (Bateson, 1979) E közelítésben a *deus sive natura* régi elmélete, valamint a Spinoza által leírt immanens Isten léte tudományos megerősítést nyert.

JAMES LOVELOCK - a fentiekől független kutatásai során - lenyűgöző bizonyítékokat sorakoztat fel figyelemre méltó könyvében (címe: Gaia - a földi élet új megközelítésben) azokról a bonyolult homeosztatisz mechanizmusokról, amelyek egyensúlyban tartják és stabilizálják bolygónk hőmérsékletét, valamint a légkör, az óceánok és a föld alapvető összetevőinek - a só, oxigén, ammónia és ózon - arányát. (Lovelock 1979) Felfedezései hasonlatosak ahhoz a szemlélethez, amely a Földet intelligens élő szervezetnek tekinti. Theodore Roszak *Személy/Bolygó* című könyvében (Roszak, 1978) valamint Peter Russell *Globális agy* (Russell 1983) című munkájában a fentiekkel megegyező következtetésekre jut.

A BOLYGÓ-TUDAT átélésének következő példája egy fiatal német nő élménye, aki évekkel ezelőtt egy ötnapos holotróp légzési szemináriumunkon vett részt.

A Nagy Isteni Anyával, a Földanyával való azonosulás után úgy éreztem, eggyé válok a Földdel. Magától értetődő volt, hogy én - a Föld - élő szervezet vagyok, értelmes lény, amely próbálja megérteni saját magát, és küzd, hogy tudatát magasabb állapotra juttassa, s igyekszik kapcsolatba lépni más kozmikus lényekkel.

A bolygót felépítő fémek és ásványok voltak a csontjaim, a csontvázam. A bioszféra - a növényi élet, az állatok és emberek - volt a húsom. Érzékeltem a víz körforgását magamban: az óceánokból a felhőkbe, onnan kis patakokba, széles folyókba, és megint vissza a tengerbe. A víz áramlása volt a vérem, s az időjárás változásai - párolgás, légáramlatok, eső, hóesés - biztosították a keringést, szállították a tápanyagot s a tisztító hatásokat. A növények, állatok és emberek közötti kommunikáció, beleértve a modern technológiákat is - a sajtó, a telefon, a rádió, a televízió, a számítógépes hálózatok - volt az idegrendszerem, az agyam.

A testemben éreztem a külszíni bányák, az urbanizáció, a mérgező és radioaktív hulladékok, a levegő és vízszennyezés ipari ártalmainak sérüléseit. Az élmény legkülönösebb része az volt, amikor különféle bennszülött törzsek rituáléit érzékeltem, s felismertem ezek kivételes gyógyító erejét, s azt, hogy ezek létfontosságúak számomra. Most, hogy rendes, hétköznapi gondolkodásmódom visszatért, különösnek és bizarnak tűnik, de az élmény során hihetetlen meggyőző erővel éreztem, hogy a rituálék fontosak a Föld számára.

i. Földön kívüli élmények

EZEK SORÁN a tudat égitestekkel, az Univerzum egyes részeivel, vagy a földi szférán kívül eső csillagászati jelenségekkel azonosul. Ily módon átélhető a Holdra, a Napra valamint más bolygókra vagy galaxisokba történő utazás, szupernova-robbanás, a csillagok, kvazárok és pulzárok működése, és a fekete lyukakon való áthaladás. Mindez megnyilvánulhat az események pusztá szemlélésében, de előfordulhat teljes azonosulás is, melynek során az átélő saját élményeként tapasztalja a fenti folyamatokat.

AZ ELŐZŐ RÉSZBEN említettekhez hasonlóan ezek az élmények is gyakran rendelkeznek spirituális színezettel. Így például a Nap belsejében tapasztalt termionukleáris folyamatok utalhatnak a kozmikus tudat teremtő erejére; a fekete lyukon való áthaladás magával vonhatja az idő, tér, az anyagi valóság és az érzékelhető világ szétesését; a csillagközi tér pedig a metafizikai Tér spirituális élményét nyújthatja.

A FÖLDÖN KÍVÜLI élmények szokatlanul gyakran jelentkeztek a neves neurológus, John Lilly megváltozott tudatállapotban folytatott kísérletei során. Lilly elsősorban a földön kívüli intelligenciák és a fajok közötti kommunikáció témakörében végzett kutatásairól, valamint példátlan hosszúságú és intenzitású pszichedélikus önfeltárási kísérleteiről közismert. Ülései során számtalanszor tett látogatást idegen világokba, sokszor találkozott és lépett kapcsolatba idegen lényekkel. Most egy hasonló élményének leírása következik, melyet 75 mg Ketalar (ketamin) érzéstelenítő beinjekciózása, valamint egy izolációs tankban való tartózkodás váltott ki. (Lilly 1978)

Testem a Földön maradt az izolációs tankban lebegve. Ez most itt egy különös és idegen környezet. Egészen biztosan földön kívüli, még sosem voltam itt azelőtt. Egy másik bolygón lehetek, olyan civilizáció vesz körül, amely eltér attól, amelyben nevelkedtem. Különös közömbösség száll meg. Sem a félelem, sem a szeretet nem érint. Teljesen semleges lény vagyok, csak nézek és váraozom.

Nagyon különös. A bolygó hasonlít a Földre, csak a színek másfajta. Vannak növények is, furcsa, bíborvörös színűek. A Napnak itt lila színárnyalata van, semmi sincs benne az ismerős földi narancssárgából. Egy réten állok, a távolban igen magas hegyek. A mező túloldalán lények közelednek felém. Hátsó lábukon állnak, mint az emberek. Vakító fehérek, s mintha fényt bocsátának ki magukból. Kettő közelebb jön. Nem tudom kivenni az arcvonásaikat. Túlágoson fénylőek, a szemem káprázik. Mintha közvetlenül gondolatokat sugároznának belém. Semmi hangot nem hallok. Amit gondolnak, az automatikusan szavakká alakul bennem, s ezt már megértem.

j. Azonosulás a teljes fizikai Univerzummal

E ritka élmény a földön kívüli és a bolygó-tudatállapot további logikus kiterjesztését jelenti. Itt az átélő úgy érzi, tudata annyira kitágul, hogy a teljes fizikai univerzumot magába foglalja. Ezáltal a kozmikus folyamatok mint egy önmagában létező lény belső, szerves, pszichikai jelenségei tapasztalhatók meg. Ezzel az a jellegzetes felismerés társul, hogy míg a tapasztalati világ különféle egyedei az anyagi valóságnak csak meghatározottan szűk keresztmetszetét érzékelik, addig a kozmikus vagy isteni tudat teljes, egységes és átfogó tapasztalattal rendelkezik minden létezőről, azok elkülönült, egyedi tudatformáiról éppúgy, mint az osztatlan egységként érzékelt egészből.

k. Pszichikus jelenségek, a tér korlátainak áttörésével

(testen kívüli élmények, utazásos távolba látás és távolba hallás, "úrutazások" és telepátia)

AZ ESP jelenségek ide vonatkozó alcsoportja, amelyet hagyományosan a parapszichológia tanulmányoz, olyan transzperszonális jelenségnek tekinthető, amely átlépi a tér korlátait és a távolságokat. Előfordulhat tiszta formájában, vagy a lineáris idő korlátainak áttörésével keverten. A testtől elszakadó tudat vagy a testen kívüli élmény (OOBE) számtalan formában és fokozatban élhető át. Felbukkanhat mint elszigetelt élmény, de jelentkezhet rendszeresen is, mint a spirituális megnyílás vagy más transzperszonális változás kísérőjelensége.

BIZONYOS körülmények között a testen kívüli élmények igen nagy gyakorisággal fordulnak elő. Ezek közé tartozik az életveszély, a halál közeli állapot, a klinikai halál, a mély pszichoterápia, a pszichedélikus szerek fogyasztása, különösen a Ketalar (ketamin) érzéstelenítő hatása. A testen kívüli élmények klasszikus leírása megtalálható a különböző korok spirituális irodalmában és filozófiai szövegeiben, elsősorban a Tibeti Halottas Könyvben. E leírásokat a hagyományos tudomány nem vette komolyan egészen addig, míg az utóbbi időben a modern pszichiátria és a thanatológia kutatásai meg nem erősítették azok hitelességét.

A TESTEN KÍVÜLI élmény kevésbé szélsőséges formáiban az átélő úgy érzi, elhagyja a testét, elszakad tőle, és így képes saját magát különböző távolságokból, mint tárgyat szemlélni (héautoscopia). A testen kívüli élmények fejlettebb formáiban az egyén úgy érzi, az épület más szobáit, távoli helyeket keres fel (asztrál-utazás), szabadon mozog a Föld felszíne fölött, vagy eltávolodik attól. Egy halálközeli, testen kívüli élmény különösen drámai és megrázó leírása olvasható Carl Gustav Jung önéletírásában (Jung 1961). Ezekben az állapotokban az átélő képes pontosan megfigyelni eseményeket olyan helyszíneken, amelyeket testtől elszakadt tudata felkeres. Annak ellenére, hogy mindez elvben nem fordulhatna elő a hagyományos tudomány kategóriái szerint, a jelenségek valódisága számtalan esetben bizonyítást nyert, s így létezésük kétségtelen tény.

RAYMON MOODY (Moody 1975), Kenneth Ring (Ring 1980 és 1984), Michael Sabom (Sabom 1982), Elisabeth Kübler-Ross (Kübler-Ross 1985) kutatásai, saját tanulmányom (Grof és Halifax 1977) és mások munkái ismételtelen megerősítették, hogy a klinikai halál állapotában előfordulhatnak testen kívüli élmények, melyek során az átélő egy plafon-közeli nézőpontból alaposan megfigyeli az újjáélesztés folyamatát vagy távoli helyeken történő eseményeket érzékel. Elisabeth Kübler-Ross szerint e körülmények között még vak emberek is képesek környezetüket színes képekben érzékelni. Így a modern thanatológia felfedezései megerősítik a Tibeti Halottas Könyv leírását, mely szerint a halál után az ember "bardo testet" ölt magára, amely az idő és tér korlátait áttörve szabadon eljuthat bárhová a földön.

A PSZICHEDÉLIKUS kutatás, a holotróp légzés és a modern pszichiátria egyéb módszerei szintén megerősítik a látomásos állapotban jelentkező testen kívüli élmények hitelességét, melyekre misztikus források és antropológiai leírások is utalnak. Távolság látás és hallás - asztrál-utazás, vagy gyors asztrál-kivetülés formájában - tapasztalható anélkül is, hogy az átélő valójában úgy érezné, hogy az adott helyszínen tartózkodik. Ritka esetekben az asztrális utazás ellenőrizhetővé és irányíthatóvá válik. Robert Monroe, a neves testen kívüli utazó és kutató évekig küzdött spontán és elementáris erővel rátorló testelhagyási élményeivel, míg végül nemcsak megtanulta irányítani e folyamatot, de különleges gyakorlatokat és elektronikus technológiát is kifejlesztett a testen kívüli élmények előidézésére (Monroe 1971).

A TESTEN KÍVÜLI élmények hitelességét ellenőrzött klinikai körülmények között bizonyította Charles Tart, a híres pszichológus és parapszichológus a Kaliforniai Egyetemen (Tart 1974). Nagysikerű, tudományosan megtervezett távolba látási kísérleteket folytatott két orvos, Russel Targ és Harold Puthoff a kaliforniai Stanford Kutatóintézetben (Targ és Puthoff 1977). A távolba látás legkiemelkedőbb teljesítményei között említhetjük Ingo Swann-nal tartott üléseit, melyeken a médium ismételtén bizonyította, hogy képes a földgolyó egy tetszőleges pontját annak szélességi és hosszúsági számadatai ismeretében pontosan leírni. Ám még ennél is érdekesebb volt az a felfedezés, amelyet e tudósok tettek: kiderült ugyanis, hogy gyakorlatilag bárkit meg lehet tanítani arra, hogy sikerrel hajtson végre hasonló kísérleteket.

A TELEPÁTIA közvetlen hozzájutást jelent más személyek gondolati folyamataihoz, szavak, gesztusok vagy más kommunikációs eszközök közreműködése nélkül. Telepatikus "bevillanások" időnként előfordulnak hétköznapi tudatállapotokban is. A telepatikus kapcsolatok előfordulása azonban jelentősen megnövekszik, amikor valaki meditáció, pszichedélikus szerek fogyasztása vagy életveszélyes helyzet során holotropikus tudatállapotba kerül. Bár a telepátiát nem mindig könnyű a többi parapszichológiai és transzperszonális jelenségtől megkülönböztetni, a kutatások kétségtelenül bizonyították, itt eredeti jelenségről beszélhetünk.

A MOST KÖVETKEZŐ példa egy testen kívüli élmény leírása, amely egy távoli helyszín pontos leírását is tartalmazza. A történetről egy seattle-i védőnő, Kimberly Clark számolt be, akit az esemény annyira meggyőzött, hogy azóta is behatóan foglalkozik a testen kívüli élményekkel.

Első találkozásom a halálközeli élménnyel Maria nevű betegemhez fűződik. Idénymunkásként dolgoztam, s éppen seattle-i barátait látogatta meg, amikor súlyos szívrohamot kapott. Mentők vitték kórházba, ahol az intenzív osztályon kezelték. Szociális és anyagi gondjai miatt került gondozásom alá. Kórházi felvétele után néhány nappal megállt a szíve. Mivel gondos megfigyelés alatt állt és amúgy egészséges volt, sikerült gyorsan visszahozni. Néhány órára intubálták, hogy a megfelelő oxigénellátást biztosítsák számára.

Még aznap meglátogattam, számítva arra, hogy a történet igencsak felzaklatták. Valóban izgatott, nyugtalan állapotban találtam, ellentétben megszokott nyugodt természetével. Valamiről mindenáron beszélni akart velem. Kiderült, nem az egészségi állapota miatt ilyen zaklatott. "Fantasztikus dolog történt velem, miközben a doktorok és nővérek próbálták újraéleszteni" mesélte. "Azon vettem észre magam, hogy a mennyezetről bámulom, mit csinálnak a testemmel."

Először nem vettem komolyan a dolgot. Úgy véltem, bizonyára sejtette, mi történhetett akkor a szobában, ki volt ott és mit viselhetett, hiszen mindezt megfigyelhette az esemény előtt, a nap folyamán. A gép is már ismerős volt a számára. Mivel a hallás az az érzék, amely a legtávolabbi működik, úgy gondoltam, mindent hallhatott, ami körülötte történik. Mivel nem feltételeztem Maria-ról, hogy hazudik, úgy véltem, amit elmondott, öntudatlan fantáziájának terméke csupán.

Valami a mentőbejárat fölé vonzotta, mesélte Maria tovább az élményeit, s egyszer csak kint találta magát az épület előtt. Amint "kigondolta" magát az autófelfjáróhoz, abban a pillanatban már ott is volt. Ez már kissé meglepett, hiszen Maria éjjel érkezett a kórházba, egy mentőautó belsejében, s igazából nem tudhatta, hogyan is néz ki a mentőfelfjáró környéke. Végül is úgy magyaráztam a dolgot, hogy az ágya valamikor az ablak mellett lehetett, s amit onnan látott, könnyen beleszőhette a fantáziájába.

De ezután Maria tovább folytatta az elbeszélést. Elmondta, hogy az épület északi oldalán, a harmadik emelet külső párkányán egy tárgy vonzotta magához. "Feligondolta" magát a párkányhoz, és ott lebegett egy magasságban egy teniszcipővel. Kérte, keressem meg neki ezt a cipőt, mert szüksége volt arra, hogy valaki megerősítse a testen kívüli élményét.

Vegyes érzésekkel mentem ki az épületből, s néztem föl a párkányokra. Semmit nem láttam. Fölmentem a harmadik emeletre, bementem a kórtermekbe, s kinéztem az összes ablakon, melyek olyan keskenyek voltak, hogy arcomat az üvegnek szorítva is éppen hogy csak képes voltam megpillantani a párkányt. Végül találtam egy szobát, ahol, mikor arcomat erősen az ablakhoz nyomtam, megláttam a teniszcipőt!

Látószögem erősen különbözött attól, amit Maria leírt nekem, hiszen olyan részleteket is leírt - például, hogy a kisujjánál a cipő erősen kikopott, a cipőfűző a sarok alá szorult, s még számos egyéb apróságot - melyek teljesen észrevehetetlenek voltak számomra. Az egyetlen mód, hogy mindezeket megfigyelje, csak az lehetett, ha valóban az épület előtt lebegett, igen közel a cipőhöz. Megszereztem a cipőt, és elvittem Maria-nak; számomra ez igen meggyőző bizonyíték volt.

A NORMÁLISTÓL eltérő érzékelést mély metafizikai félelem kísérheti, mivel az alaposan megkérdőjelezi és aláássa a nyugati kultúra által elfogadott normákat. Szeretném ezt a Maryland Pszichiátriai Kutatóintézetben folytatott LSD ülésen történetekkel illusztrálni.

Mikor már erősen éreztem a szer hatását, az ülés vezetője (Walter Pahnke) ismertette az ESP kísérletet, ahogyan erről megállapodtunk. Az a híres Zener kártyacsomag egy módosításán alapult. Kaptam egy billentyűzetet, amelyen öt különböző szimbólum - kör, négyzet, kereszt, csillag és a Vízöntő asztrológiai jelére emlékeztető két hullámos vonal szerepelt. A billentyűk ezen kívül színkóddal is rendelkeztek. E billentyűzet összeköttetésben állt egy másikkal, melyet a szomszédos szobában helyeztek el. Ennek billentyűi a kísérletvezető szándéka, illetve egy elektronikus véletlen-generátor utasítási szerint villantak fel. A kísérletet úgy tervezték, hogy a kísérleti személy a sikeres találgatások függvényében akár visszajelzéssel, akár anélkül dolgozhasson.

Hozzáállásom a kísérlethez először meglehetősen könnyed és játékos volt. Vagy automatikusan nyomogattam a billentyűket, vagy pedig vízióim színét és természetét használtam kulcsként. Kis idő elteltével már éreztem, ez a kísérlet komoly dolog. Az ESP vizsgálata nem választható szét az emberi tudat alapvető kérdéseitől, a psziché szerepétől a világban és a valóság természetétől. Amit vizsgáltunk, az a jelenlegi tudományos világképnek, nem pedig a normálistól eltérő érzékelésnek igazolását vagy cáfolatát jelentette. A megkérdőjelezhetetlen pozitív eredmények lerombolnák a huszadik századi hitrendszert, s összezuñnák azt a bizonyosságot és biztonságot, amelyet egy átlagos nyugati polgár mindezekből meríthet.

Ugyanekkor világos volt számomra, hogy ez az alternatív világkép egyértelmű és magától értetődő; a normálistól eltérő érzékelés könnyű feladatnak, gyerekjátéknak tűnt. Teljes azonosulást éreztem John Lennox-szal, aki a másik szobában ellenőrizte a billentyűket. Éreztem a rágógumija mentholos ízét, és biztos voltam benne, könnyen figyelemmel kísérhetem a variációkat az ő szemén keresztül. Úgy tűnt, Helen Bonny érzelmes, érzékeny személyiségét hasonlóképpen felhasználhatom a színek felismerésére.

Ekkor Walter a mikrofonon keresztül bejelentette, hogy most visszajelzést fog adni a helyes és téves válaszokról. Mikor az első szimbólumot eltaláltam, furcsa izgatottság és kalandvágy kerített hatalmába. Mikor közvetlenül az elsőt követő második találgatás is sikerrel járt, az érzés hatalmasan megnövekedett. A harmadik találgatás, amely szintén talált, metafizikai pánikkal töltött el. A tér és idő határainak áttörése objektív, tudományos vizsgálattal igazolt valósággá vált.

Tisztán láttam a negyedik szimbólumot, de furcsa módon féltem ezt a kísérlet vezetőinek visszajelezni. Elhatároztam, egy másikat nevezek meg, s inkább a négy az egyhez valószínűséget játszom meg, mintsem hogy egy jó válasz bizonyosságát kockáztassam. (Mint az ülés után ellenőriztem, a látott s nem visszajelzett kép helyes volt; ez az eredmény 625 véletlen próbálkozás közül egyszer sikerült volna) Ezen a ponton - Wallie nagy csalódására - úgy döntöttem, nem folytatom a kísérletet. Ennek oka pedig az a furcsa meggyőződés volt, hogy úgy éreztem, teljesen abszurd az egyértelműt vizsgálgatni, s a félelem, hogy mindez megerősítést nyer a modern nyugati tudomány módszerei segítségével.

MEGVÁLTOZOTT tudatállapotban sokan érzéketes és pontos élményekről számolnak be, melyeket magzati és embrionális emlékként azonosítanak. Ezek során nem ritka, hogy az átélők a méhen belül fejlődő embrióval azonosulnak annak korai állapotában, sőt, még a hím ivarsejt és petesejt tudatát is képesek átvenni a fogamzás pillanatában. Néha az idő-regresszió még ennél is távolabbi területeket érint. Ily módon vannak, akik úgy érzik, őseik életének emlékeit élik újra, esetleg a faji vagy kollektív tudattalan memóriabankjából merítenek élményeket. Mikor valaki inkább spirituális, mint testi színezetű jeleneteket él át régmúlt személyes emlékeiből, ezt *karmikus*, vagy előző életekből származó élménynek nevezzük. Az átélők időnként beszámolnak a törzsfajlás szerinti állati ősökkel, sőt, a teljes állati törzsfával való azonosulásról is. Ezen kívül lehetséges még megtapasztalni az univerzum fejlődését a földi élet kialakulása előtt, az ősrobbanást, a galaxisok kialakulását, a Naprendszer születését és bolygónk korai geofizikai folyamatait is.

2. A lineáris idő korlátainak áttörése

a. Embrionális és magzati élmények

RÖVIDEN ismertettem már néhány ide vonatkozó élményt az *első születéskörüli mátrix-szal* kapcsolatban. Mivel a születéskörüli élmények és jelenségcsoportok a biológiai születéssel kapcsolatos folyamatokat jelölik, ezért csak a késői magzati élmények tartoznak az *első születéskörüli mátrix* kategóriájába. A pszichedélikus szerekkel, gyógyszer nélküli technikákkal, pszichoterápiával vagy meditációval végzett belső utazás során az átélő az embrionális és a magzati fejlődés bármely időszakával kapcsolatot létesíthet.

AZ ÉLMÉNYEK körvonalazott, valóságos és részletes képet nyújtanak a különböző születés előtti - általában drámai és erős érzelmi töltéssel bíró - állapotokról. A zavartalan méhen belüli léthez az óceáni extázis élménye kapcsolódik, melynek során az átélő az étellel s a kozmikus teremtető erővel fennálló misztikus kapcsolatát érzékeli, míg a születés előtti fejlődés különféle válságai a szenvedés, a paranoia, a fizikai veszély és a támadó démoni erők képzetét idézik. Mindkét fajta születés előtti élménysor jellegzetes kapcsolódást mutat másfajta transzperszonális jelenségekkel, legtöbbször törzsfajlási, karmikus és archetipikus élményekkel, valamint a szervekkel, szövetekkel, sejtekkel való azonosulással. E jelenségekre később részletesen is kitérünk.

IGEN SOK születés előtti élmény a méhen belüli pszicho-traumatizációval függ össze, melyet különféle ártalmas (mechanikus, fiziológiai vagy biokémiai) vagy zavaró ingerek váltanak ki. A pszichedélikus és holotróp ülések tanúsága szerint a magzat nemcsak a méhen belüli létet erősen felkavaró hatásokat érzékeli - mint amilyen a küszöbön álló vetélés, abortuszkíséret, erős mechanikus rázkódások és vibrációk, kiabálás, mérgező hatások és az anya testi betegsége -, hanem az anya érzelmeit is átveszi. Sok észlelő ismételten megerősítette, hogy a méhen belüli lét átélése során egyértelműen részt vett az anya érzelmi megrázkódtatásaiban, szorongásiban, gyűlölet- és agressziós kitöréseiben, depressziós hangulatában, szexuális izgalmaiban, vagy éppen ellazult, elégedett, boldog és szerelmes érzéseiben.

EZ AZ EGYMÁSRA HATÁS és érzelmekben osztozás nemcsak az intenzív testi és lelki állapotokat jellemzi. Gyakran tapasztalható az érzelmi minőség finom, árnyalatnyi változásainak, sőt, gondolatoknak és képeknek telepátikus átadása is. A méhen belüli tartózkodás újraélése során az átélők beszámolóiból bebizonyosodott, hogy a magzat tudatában van annak, ha léte nemtetszést és ellenkezést vált ki, illetve ha szeretet és várározás előzi meg világra jöttét. Úgy tűnik, a magzat világos szervi üzenetet kap az anya terhességgel kapcsolatos érzéseiről, s érzékeli a rá vonatkozó szeretetteli és ellenséges közléseket is.

A MAGZATI traumák igen sok személy számára az általános érzelmi bizonytalanság és a pszichopatológikus elváltozások fontos kiváltó tényezői közt szerepelnek. Hasonlóképpen az a tény, hogy egy adott személy az anyja által akart vagy nem akart gyermek volt, újból és újból mint alapvető fontosságú élmény bukkan elő, melynek feldolgozása a pszichoterápiákban rengeteg időt és energiát emészt fel. Azoknak, akik ikreként látták meg a napvilágot, az jelent különleges feladatot, hogy korábban kénytelenek voltak megosztani az anyaméhet egy partnerrel és vetélytárral, mely élmény későbbi lelki fejlődésükre is alapvető kihatással lehet.

A PSZICHEDÉLIKUS szerekkel vagy anélkül dolgozó élmény-pszichoterápiák során felmerülő embrionális emlékek hitelessége igen fontos kérdés, amelynek messzemenő gyakorlati és elméleti kihatási vannak. Ez a kora gyermekkori élmények újraélésének problematikájához hasonlatos, csak annál jóval összetettebb és alapvetőbb. Születéskörüli és születés előtti élményekről gyakori említés történik a pszichoanalitikus irodalomban, de néhány kivételtől eltekintve (Otto Rank, Ferenczy Sándor, Fodor Nándor, Lietaert Peerbolte) ezeket senki nem vette komolyan. Míg a páciensek által a pszichoanalízis során rekonstruált születés utáni eseményeket - hacsak nem túlságosan fantasztikusak és hihetetlenek - mindig mint valóságos eseményekre utaló emlékeket veszik figyelembe, addig a születésre és a méhen belüli állapotra utaló visszaemlékezéseket a fantázia termékének tekintik.

HOSSZÚ ÉVEK pszichedélikus ülései és drogmentes terápiái során a magam és mások élményeit feldolgozva úgy találtam, e jelenségek nem söpörhető félre azzal, hogy mindez csupán a képzelet játéka. Különféle tudományágak szakemberei újból és újból megerősítik a feljegyzett élményanyag hitelességét, s az anatómia, fiziológia, embriológia, szülészet és szövettan területén nyert információk gazdagságát. Gyakran laikus személyek is igen részletes leírását adják olyan bonyolult folyamatoknak, mint az anya és gyermek szívverésének jellegzetességei, a véredények és bélrendszer hanghatásai, a magzat elhelyezkedésének és viselkedésének különleges részletei, a magzati keringés valamint a méhlepény-bolyhokban történő vércserélődés sajátosságai. Művelt és magasán iskolázott személyek gyakran beismerik, hogy az e témakörbe vágó élményeik alapvetően ellentmondanak tudományos világképüknek, s korábban maguk sem hittek a születés előtti emlékek létezésében.

A SZÜLETÉS ELŐTTI élmények hitelessége valamint a velük járó információk gazdagsága számomra hitelesen bizonyították e téma jelentőségét. Amikor csak megtehettem, mindent elkövettem annak érdekében, hogy független információkhoz jussak az anyától, a születési naplóból, a szüléstől, a rokonoktól és más forrásokból, hogy a pácienst szubjektív beszámolóját mindezekkel összevethessem. Az így nyert adatok gyakran bámulatra méltó pontossággal megerősítették azokat az élményeket, amelyeket a terhesség különféle válságaként, abortuszkísérletekként, érzelmi zűrzavarokként vagy az anya testi betegségeinek emlékeként tapasztalt meg az átélő. E tények több mint elégséges okként szolgálnak arra, hogy a jövőben komoly és módszeres tudományos kutatásnak vessék alá e jelenségek körét.

A SZÜLETÉS előtti élmények között időnként a személyes biológiai fejlődés igen korai szakaszai is felbukkannak. Ide tartozik - a sejtek tudatának átvételével - a petével vagy a spermiummal való azonosulás, az ovuláció, a pete vagy a spermiumok Fallop kürtön való áthaladása, a fogamzás pillanata, a megtermékenyített pete beágyazódása a méh nyálkahártyába, valamint a korai embrionális növekedés élménye. Az ilyen jelenetek kísérőjeként felismerhetővé válhat az embrió fejlődését irányító örökletes hatások, kozmobiológiai és asztrológiai energiamezők, valamint a spirituális, karmikus és archetipikus erők működése is.

MOST egy krónikus depresszióban szenvedő homoszexuális férfi (Richard) pszichedélikus terápiájának részletét szeretném e jelenség illusztrálására bemutatni.

Az egyik LSD ülés alkalmával a páciens olyan tapasztalatokról számolt be, amelyek hiteles méhen belüli élményeknek tűntek. Úgy érezte, alámerül a magzatvízbe és köldökszínórral kapcsolódik a méhlepényhez. Tudatában volt a köldöktájon a testébe áramló tápláléknak, s közben az anyával való szimbiotikus egység csodálatos érzése töltötte el. Méhlepény-vérkeringés által kapcsolódott az anyai szervezethez, s a vért mágikus, életadó folyadéknak érezte. Két, különböző frekvenciájú szívverést hallott, melyek a hullámzó háttérzajokba olvadtak.

Mindezt különös, korgó és morajló hangok kísérték, melyet Richard némi fejtörés után a medence-arteriákban áramló vér és a perisztaltikus mozgást végző belekben mozgó gázok és folyadékok hangjaként azonosított. Tökéletes belső képpel rendelkezett a testéről, s észrevette, az erősen különbözik a felnőttkori testképétől. Egészen apró volt, s fejét a testhez és a végtagokhoz viszonyítva aránytalanul nagygnak érezte. A tapasztaltak, valamint felnőtt tudatának mérlegelése alapján önmagát egy éppen születés előtt álló fejlett magzatként azonosította.

Ebben az állapotban hirtelen különös hangok értek el hozzá a külvilágból. Szokatlan, visszhangos hatásuk volt, mintha egy hatalmas terem faláról verődneek vissza, vagy mintha egy vastag vírétegen szűrődneek át. Leginkább arra a hangminőségre emlékeztették, amelyet hangtechnikusok állítanak elő modern zenék felvételekor. Végül rájött, hogy a has, a méhfal valamint a magzatvíz okozza ezt a jelenséget, s hogy a magzat ezen a módon érzékeli a külvilág hangjait.

Ezután megpróbálta a hangok forrását és irányát azonosítani. Némi idő elteltével felismerte, hogy emberi hangokat hall; kiabálást, nevetést, s valamit, ami leginkább a karneváli trombita hangjára emlékeztette. Hirtelen az emlékezetébe villant: ez csak annak vásárnak a zaja lehet, amelyet évente pontosan két nappal a születésnapja előtt tartanak a szülőfalujában. Richard mindent összevetve arra a következtetésre jutott, hogy édesanyja, terhessége igen előrehaladott szakaszában, ellátogatott erre a vásárra.

Richard édesanyja - akivel nem az eset kapcsán beszélgettünk el - nem tudva fia LSD élményéről, a következő történetet mondta el: a falu viszonylagosan unalmas életébe, ahol a fiatalkorát töltötte, egyedül az évenként tartott vásár hozott különleges izgalmat. Bár igen késői szakaszában volt már a terhességének, ezt a lehetőséget a világon semmiért el nem szalasztotta volna. Anyja minden ellenkezése és figyelmeztetése ellenére elment, hogy részt vegyen az ünnepségen. A rokonok szerint a piac zaja és a nagy felfordulás eredményezte Richard korai látágra jöttét.

Richard állította, még sohasem hallott erről, s az anyja sem emlékezett, hogy valaha is elmondta volna neki ezt a történetet.

b. Az ősök emlékei

A TRANSZPERSZONÁLIS élmények e csoportját a biológiai öröklésvonalon történő idő-regresszió jellemzi, melynek során az egyén a fogamzását megelőző történéseket él át a felmenőivel vagy az őseivel való azonosulása során. Néha e tapasztalatok viszonylagosan közeli családi eseményeket és rokoni vonatkozásokat érintenek (szülők, nagyszülők), szélsőséges formáiban viszont számos generációig, néha évszázadokig is visszanyúlnak.

AZ IDE TARTOZÓ élmények tartalma mindig összefügg az adott átlévő vérégi történetével és kulturális háttérével. Ily módon egy zsidó személy ősei történetét a második világháborús holocaust, a középkori pogromok és a bibliai idők Izraelének törzsi társadalmában élheti újra, így kerülve szoros kapcsolatba vérégi, kulturális valamint vallási örökségével. Akik Skandináviából származnak, átélhetik a vikingek kalandos felfedezéseit és hódításait; az élmények nagy részletességgel tartalmazhatnak a korabeli öltözetekre, fegyverekre, ékszerekre valamint hajózási technikára és tengeri ütközetekre vonatkozó adatokat. Hasonlóképpen egy afro-amerikai újraélheti Afrikában élt ősei életének részleteit: a falu mindennapi tevékenységét, avatási szertartásokat, gyógyító rítusokat, ünnepeket, valamint a rabszolgaság történetének drámai eseményeit. Ezeket az élményeket általában jelentős pszichológiai meglátások kísérik; az átlévő képes felismerni az ősi elemek és az éppen aktuális személyiségi és lelki problémák közötti összefüggéseket.

AZ ŐSI élmények számtalan formában és összetételben jelentkeznek. Az átlévő néha rövidebb vagy hosszabb epizódokban végigéli ősei életének eseményeit. E tapasztalatok határozottak, egyéniek és részletgazdagok. Ezek során teljes azonosulás is előfordulhat az ősökkel, ide értve a testérzést, arckifejezést, gesztusokat, érzelmi reakciókat és gondolkodásmódot. Máskor viszont ennél sokkal általánosabb és diffúzabb természetű az élmény; a családon, klánon, törzsön belül tapasztalható személyközi kapcsolatok érzelmi hangulata és minősége mellett az átlévő intuitíven beleérez az adott kulturális viszonyokba, vallási rendszerekbe, szokásokba, hagyományokba, előítéletekbe és babonákba.

TÖBBEN beszámoltak arról, hogy az átlétek hatására új megvilágításba került személyiségük szerkezete és azok a problémák, konfliktusok is, amelyekkel azelőtt nem tudtak mit kezdeni. Ezek egytől egyig visszakövethetők voltak az anyai és apai leszármazási vonalon tapasztalt különféle ellentétekig és ütközési pontokig. Ami mint személyes probléma addig érthetetlennek bizonyult, egyszerre érthetővé vált, mint elmúlt generációknak a pszichébe vetített, személyessé tett konfliktusa.

KÉT FONTOS jellegzetesség különbözteti meg a fenti élménycsoportot a faji és kollektív emlékektől. Az első ezek közül élményszintű, s igen nehéz körülírni. A személynek, aki ősei emlékeit éli át, határozott szubjektív meggyőződése, hogy az élmény főszereplője az ő vérvonalához tartozik, s hogy az élmény valamilyen módon a DNS kódok "kiolvasásával" függ össze. Figyelemreméltó, hogy valahányszor lehetséges volt objektív vizsgálatnak alávetni ezeket az élményeket, azok minden esetben pozitív eredménnyel zárultak. Sokszor, ahol látszólagos ellentmondás mutatkozott - például amikor egy angolszász személy ősi emlékeiben cigány vagy néger ős bukkant fel - a családfa vizsgálata végül megerősítette az élmény hitelességét.

E JELENSÉGET egy Stockholmban tartott holotróp légzési szemináriumon tapasztalat esettel szeretném illusztrálni.

Egy fiatal nő, aki Finnországból érkezett a csoportba, az ülés során igen erőteljes élményeken ment keresztül. A halál-újászületés megtapasztalása valamint a biológiai születés újraélése közben - a harmadik születéskörüli mátrix jellegzetes kísérőjeként - háborús vérengzéseket élt át.

Egy epizód azonban különösnek és a többitől eltérőnek tűnt neki. Mint fiatal katona, egy második világháborús ütközetben vett részt, mely esemény tizennégy évvel előzte meg fogantatását. Hirtelen felismerte, hogy saját apja testében van, s az ütközetet is az ő szemével figyeli. Teljesen azonosult az apjával, sajátjának érezte a testét, az érzéseit, a gondolatait. Pontosan érzékelté azt is, mi történik körülötte. Abban a pillanatban, amikor egy fa mögé ugrott, hogy elrejtőzzék, egy golyó súrolta végig az arcát és a fülét.

Az élmény hihetetlenül elevenen, hitelesen és meggyőzően hatott. Nem értette, mindez honnan jött, s neki mi köze az egészhez. Tudta, hogy apja részt vett a orosz-finn háborúban, de biztos volt abban, hogy a fenti epizódról sohasem hallott. Végül arra a következtetésre jutott, hogy ez nem lehetett más, mint az apja valóságos élménye, s elhatározta, telefonon ellenőrzi a történetet.

Nemsokára izgatottan és megrendülten tért vissza a csoportba. Elmondta, hogy mikor apjának beszámolt az átlétekről, az teljesen megrökönyödött. Az elmondottak az ő valóságos háborús élményei voltak. A lány leírása az eseményről és annak környezetéről teljesen megfelelt a valóságnak. Ezután az apa azt is megerősítette, hogy ezt az élményét soha nem mesélte el sem neki, sem más családtagnak, mert a történetet nem tartotta eléggé jelentősnek.

c. Rasszhoz és a kollektívumhoz kötődő élmények

EZEK AZ ÉLMÉNYEK még távolabb esnek az ember személyes életének és történetének körén. A rasszhoz kötődő élmények főszereplője nem tartozik az egyén felmenőjé közé, csupán ugyanazon rassz tagja. A kollektív élmények során pedig e folyamat a rasszok határait áttörve az egész emberiséget felöleli. E jelenségek egyértelműen alátámasztják Carl Gustav Jungnak a kollektív tudattalánról alkotott sokat vitatott elméletét (Jung 1959).

AZOK A SZEMÉLYEK, akik megváltozott tudatállapotban erre az élményterületre hangolódnak, drámai s általában igen rövid, bár összetett és gazdag élményeken mennek át különféle történelmi időszakokban, országokban és kultúrákban. Élményük néha a külső megfigyelőé, de gyakoribb eset, ha az átélő teljesen azonosul a főszereplővel. Az élmények jellegzetes velejárói azok az általános különleges megfigyelések, amelyek az adott kultúra és történelmi korok társadalmi tagozódásával, vallási gyakorlatával, rítusaival, erkölcsi törvényeivel, művészetével vagy tudományával kapcsolatosak.

A KOLLEKTÍV ÉLMÉNYEK bármely országhoz, történelmi korhoz, rasszhoz, kultúrához kötődhetnek, bár úgy tűnik, bizonyos előnyt élveznek a magasan fejlett spirituális, filozófiai és művészeti hagyományokkal rendelkező ősi civilizációk. A régi Egyiptomból, Indiából, Tibetből, Kínából, Japánból, a prekolumbián Mexikóból és Peruból, valamint az antik Görögországból és Rómából származó emlékek meglepően gyakran fordulnak elő. A szóban forgó kultúra és földrajzi hely legtöbbször teljesen független az átélő etnikai háttérétől, születési helyétől, kulturális hagyományaitól, korábbi tanulmányaitól vagy érdeklődési körétől.

ILY MÓDON egy szláv személy élményszinten részt vehet Dzsingisz Kán mongol hordáinak hódításaiban, azonosulhat a transztáncot járó kalahári busmanokkal, táncolhat az ausztrál bennszülöttek beavatási szertartásán, vagy egygyé válhat egy, az aztékok által fölládozott fogollyal. Egy angolszász is átélheti az afro-amerikai rabszolgaság történetét, vagy egy préri indián szerepében megtapasztalhatja a Vadnyugat meghódítását kísérő mészárlásokat, s mindezek az élmények hatására új, érzékeny szemszögből alkothat képet Amerika etnikai problémáiról. Egy zsidó származású személy a Távol-kelet kultúráira hangolódva betekintést nyerhet a japán, kínai, tibeti lélekbe, megérthet taoista és buddhista tanításokat, s meglepő felismerései lehetnek a harci művészetekkel, a keleti zenével és drámával kapcsolatosan.

A FENTI élményeket néha összetett gesztusok, testtartások, mozdulatsorok kísérik, melyek tökéletesen megfelelnek az érintett kultúra vagy tradíció hagyományainak. Holotróp és pszichédélikus ülések alkalmával többször megfigyeltük, amint laikus személyek megfelelő időben és összefüggésben öltözték fel a jogi hagyományok szimbolikus gesztusait (mudrák) és testtartásait (ászanák), utána pedig ezek helyes értelmezését is megadták. Sok esetben, ha az átélő egy adott kultúrkörre hangolódott, erős vágyat érez arra, hogy táncoljon. Bármiféle előzetes gyakorlás, sőt, az adott kultúra ismerete nélkül is képes ilyenkor olyan különleges tánc- és mozgásformákat bemutatni, mint a Kung Bushman transztánc, a szufi kerengő dervisek tánca, a jávai és bali táncok, s az indiai Kathakali és Manipuri iskola szimbolikus táncmozdulatai.

A KOLLEKTÍV emlékek átélése során az érintett személy úgy érzi, az emberiség történetének eseményeit, az emberiség kulturális sokféleségének és gazdagságának példáit, vagy a kozmikus dráma és isteni színjáték (*lila*) képeit szemléli. Ezeket az élményeket nem kíséri az ősi emlékekre jellemző "DNS kód olvasás" érzése, a rasszhoz kötődő emlékekre jellemző azonosulás élménye, sem az elmúlt inkarnációk élményeire jellemző személyes emlékek, sem a spirituális vagy karmikus folyamatosság érzete.

A RASSZHOZ kötődő emlékeket illusztráló következő példa egy zsidó származású személy egyedül végzett LSD kísérletének részlete.

Hirtelen felfedeztem, hogy a szegyen az, ami az egész emberiséget megbélyegzi. Úgy éreztem szégyellem az apámat, aki meg az ő apját szégyellte! Valami azt súgta, a szegyen a születésnél hagyományozódik át, s igen sok köze van a nemi szervekhez. Öregnek és fáradtnak éreztem magam, mint az apám, mint az apám apja, s az apám apjának apja. A halált megelőző fáradtság volt ez, és a halál utáni vágy. Mély kötődést éreztem zsidó örökségemhez a férfi ősök láncán, és az ezredévek rabbi hagyományán keresztül.

Ezután égő fájdalom jelentkezett a péniszem körül, s észrevettem, éppen körülmetélésen esem át. Úgy tűnt, a szertartás bora és az apám jelenléte váltja ki a fáradtság érzését. Ez volt hát a szegyen igazi oka! A szertartáson résztvevő férfiak tudat alatt szégyenkeztek, és zavarban voltak az esemény miatt, s érzéseiket átsugározták a gyermekekre, így adva tovább a fájdalmat, a szegyen és a fáradtság érzését a vallási hagyomány során.

Mélyszégyenem szégyelltem magam. "Nem szégyelled magad? Szégyellheted magad!" Anyám és apám ezerszer mondta, hogy szégyelljem magam. Annyira szégyenkeztem, hogy már a szégyenkezés miatt is szégyenkeztem! Szégyelltem amit kívántam, szégyelltem, amit érzetem. A zsidó emberek közös érzése: a szegyen. A Hegedűs a háztetőn lakodalmi dalában van egy kívánság: "Örizzen az Úr téged a szegyentől!" Ádám megette az almát, és megismerte a szegyent. Az örökség, amelyet Ábrahám óta apáról fiúra adnak: a szegyen. Ábrahám szövetsége, mely négyezer éve a fiúgyermekre hagyományozódik!

Észrevettem, a péniszemet és a herémet markolom. Hirtelen vízióm támadt, mely mindent megvilágosított előttem. A körülmetélés a gyermekáldozatot helyettesíti! Ábrahám Izsákot áldozatként vitte az Úr elé, csak azután kapta a parancsot, hogy metélje körül, az emberáldozat helyett. A körülmetélés szimbolikus kasztráció. A fiúgyermek legbecsebb részét ajánlják Istennek, férfiaságát az élete helyett. A kasztráló zsidó anya szindróma! Apám áldozatként ajánlott fel, hogy anyám egyetértését elnyerje. Az elsőszülött fölládozása! Jézus Isten fia volt, s feláldoztatott. Mintha Isten azért hagyta volna életben Ábrahám fiát, hogy leszármazottai Istené legyenek, s Ő később jogot formálhasson rájuk. Ezért "választott nép" a zsidóság - kiválasztott az áldozatra!

Később úgy döntöttem, némi történelmi kutatást indítok az átéltekkel kapcsolatban. Egy helyi zsidó szakértő azt állította, hogy az elsőszülött feláldozásáról sohasem történik említés a zsidó hagyományokban, s tanácsolta, forduljak a Zsidó Enciklopédiához és az Elsőszülött Bőjtjéhez. Mindezek ellenére számos utalást találtam arra, hogy az elsőszülött feláldozását kétezer évig gyakorolták, egészen a Birák koráig. Az ősi örökséggel való élményszintű találkozás meggyőzött arról, hogy mindez hihetetlenül mély nyomokat hagyott a zsidóság és más mediterrán népek faji tudattalanjában.

2. A lineáris idő korlátainak áttörése

d. Karmikus emlékek

VALÓSÍNŰLEG ez a transzperszonális jelenségek legizgalmasabb és legtöbbet vitatott csoportja. Mint arról már korábban említés történt, az elmúlt inkarnációk emlékei sok tekintetben hasonlítanak az ősi, faji és kollektív élményekhez. Többnyire drámaiak, és erős pozitív vagy negatív érzelmi töltéssel rendelkeznek. Jellemző rájuk, hogy az átélő határozottan úgy érzi, valami olyasmire emlékszik, ami ugyanezzel a lényeggel, ugyanezzel a tudati egységgel történt meg valamikor. A személyek e drámai tapasztalatok során nem veszítik el individualitásuk és önazonosságuk érzetét, bár magukat más formában, más helyen és időben érzékelik.

EGY KORÁBBI inkarnációban már látott (*déjà vu*), már tapasztalt (*déjà vécu*) dolgok újra átélése olyan alapélmény, amely már tovább nem boncolható. Hasonlatos ahhoz az egyértelmű különbségtételhez, amelyet a valóságosan megtörtént események, valamint álmunk, fantáziáink, álmodozásaink között tenni tudunk. Nehéz lenne valakit meggyőzni arról, hogy egy előző héten vele megtörtént esemény emléke nem valóságos, csupán a fantáziájának terméke. Az elmúlt inkarnációk emlékei a hitelesség és a realitás hasonló szubjektív minőségével rendelkeznek.

AZ ELMŰLT INKARNÁCIÓK emlékeiben általában egy vagy több további szereplő is felbukkan. Ritka esetben állatok is megjelennek, mint a drámai történetek szereplői. Ilyenkor az átélő úgy érzi, egy esemény, melynek során tigris tépte szét, elefánt taposta halálra,

bika öklelte fel, kígyó marta meg, "karmikusan" nyomot hagyott benne. Az ilyen jelenetek, az érintettek gyakorolt hosszantartó hatásukat tekintve valóban hasonlóak a karmikus élményekhez, csak hogy itt hiányzik a szerepek váltogatott ismétlése az egymást követő inkarnációk során. Így inkább olyan helyzetekre emlékeztet, amelyek pszichológiai hatása több inkarnáción is átsugárzik, s amelyek elsődlegesen személytelen okokból eredtek. Tipikus példája ennek egy fájdalmas és elnyomó baleset vagy betegség kapcsán érzett keserűség, gyűlölet és irigység, vagy egy pusztító köömélés, vulkánkitörés, földrengés, tűzvész során elszenvedett gyötrelmet és rémület.

A KARMIKUS élmények, érzelmi minőségük szerint, két alapvető csoportra oszthatók. Egy részükhöz erősen pozitív érzelmek kötődnek, melyek az igaz barátsággal, szenvedélyes szerelemmel, spirituális egymásra találással, tanár-tanítvány kapcsolattal, vérségi kötelékekkel, és a megértő, segítő partneri viszonyjal járnak együtt. Az élmények nagyobb részéhez azonban negatív érzelmek kapcsolódnak. Ezek az előző életek változatos, egymást pusztító szerepeit mutatják fel, melyekhez gyötrelmes testi fájdalom, gyilkos agresszió, embertelen rettegés, hosszantartó kínlás, keserűség és gyűlölet, örületes féltékenység, kielégíthetetlen bosszúvágy, féktelen szexuális vonzalom, vagy káros mohóság és fukarság kötődik.

SOKAN, akik negatív karmikus élményeket éltek át, képesek voltak a főszereplők közötti pusztító kötődés természetét elemezni. Észrevették, hogy a látszólag különböző érzelmi minőségek - a gyilkos szenvedély, a kielégíthetetlen vágy, az emésztő féltékenység, vagy a halálos kín - ha egy bizonyos határon túllépnek, már nagyon hasonlóan egymásra. Úgy tűnik, létezik a biológiai és érzelmi magasfeszültségnek egy olyan szintje, amelyen az érintett szélsőséges minőségek eggyé válnak, és átlépnek a metafizikai dimenziókba. Mikor kettő vagy több személy eléri a szenvedélyek és ösztönök eme univerzális "olvasztó téglét", a kiváló helyzet - függetlenül az éppen viselt szereptől - a résztvevőkbe karmikusan belevésődik.

SZÉLSŐSÉGES érzelmi töltésű szituációkban a hóhér szadista kéje és az áldozat embertelen kínja fokozatosan egyre hasonlóbbá válik, s a gyilkos tomboló dühe valamint a haldokló áldozat szenvedése és fájdalma egy ponton egybeolvad. Úgy tűnik, a karmikus bevésozás folyamatában ez az érzelmi egyesülés lényegesen nagyobb jelentőségű a történetben elfoglalt sajátos szerepeknél. Mikor két személy olyan helyzetbe kerül, ahol érzelmeik elérik a fent leírt állapotot, elkövetkező életeikben újból és újból - váltott szerepekben - el kell hogy ismételjék ugyanezt az eseményt, míg el nem érik a tudatosságnak azt a szintjét, amely a karmikus kötések feloldásához szükséges.

A SPIRITUÁLIS irodalomban járatos személyek a karmikus kötést eredményező érzelmi magasfeszültség állapotát a buddhista *trishá* vagy *tanha*, a "hús és vér szomjúhozásának" fogalmához hasonlítják, ahhoz az erőhöz, mely a halál és újjászületés körforgását hajtja, s mely minden emberi szenvedésért felelős. Mások arról számoltak be, hogy mély hasonlóságot fedeztek fel ezen állapot, valamint a születés végső szakaszát kísérő élménykomplex (a *harmadik születéskörüli mátrix*) között, ahol a gyilkos agresszió, a szörnyű kín, a szélsőséges szexuális feszültség, a démoni vágyak, a trágár indulatok és a vallásos buzgalom ötvöződik furcsa, kibogozhatatlan egységgé. A biológiai születés így egyfajta transzformációs állomást is képvisel, ahol a karmikus lenyomatok érzékelhetetlen "morfogenetikus mezeje" (a spirituális irodalom "*akasa* krónikája") belép az egyén biofizikai életébe.

MIKOR az elmúlt inkarnációs emlékek birodalma megnyílik, azt néha - igaz, nem szavak útján nyert - összetett meglátások és tanítások előzik meg, illetve kísérik. Ezek segítségével az átléelő megértheti, hogy a karma törvénye a kozmikus rend fontos része, s egyetlen érző lény sem vonhatja ki magát a hatása alól. Ily módon elfogadja, hogy felelősség terheli a korábbi életeiben elkövetett tetteiért, amelyeket a jelenben még feledés borít. Az általános tanítások mellett ilyenkor az újjászületés körforgásában működő mechanizmusok természetéről és a karmikus kötésektől való megszabadulás módszereiről is megtudhatók információk.

EGY KARMIKUS lenyomattól vagy kötéstől való teljes eloldódáshoz az érintett személynek teljes mértékben át kell élnie mindazokat a fájó érzéseket és testi kínokat, melyek egy pusztító, elmúlt inkarnációs eseményhez kötődnek. Emellett az is szükséges, hogy az átléelő a történeteken érzelmileg, etikailag, filozófiailag és spirituálisan teljesen felül tudjon emelkedni, képes legyen megbocsátani és bocsánatot nyerni. Egy karmikus lenyomattól és a vele kapcsolatos kötöttségtől való teljes megszabadulás során az átléelő úgy érzi - s ennek az élménynek az intenzitása ilyenkor meghalad minden hétköznapi mértéket - hogy elérte a legfőbb célt, és kivívta a lehető legnagyobb győzelmet. Mikor ez bekövetkezik, mindennél erősebb érzése támad: erre a pillanatra várt, és ennek az eléréséért küzdött évszázadokon át. Ebben az állapotban semmi nem tűnik a világon fontosabbnak, mint hogy a karmikus kötelékektől megszabaduljon.

EZT AZ ESEMÉNYT extatikus elragadtatás és mindent elsöprő üdvözültség érzése kíséri. Előfordul, hogy az átléelő szeme előtt újból leperreg saját karmikus története, s világosan látja, hogyan ismétlődött ugyanaz a minta különféle változatokban a korokon át, s hogyan fertőzte meg újból és újból az életét. Sokan beszámoltak arról, hogy úgy érezték, egy "karmikus hurrikán" vagy "ciklon" söpör végig a múltjukon, s eltépi mindazokat a kötéseket, amelyek az éppen feloldott karmikus mintához kapcsolódtak.

AZ ELMÚLT inkarnációk emlékei különösen gyakoriak a mély pszichoterápiákban és hatalmas gyógyító erejük van. Emellett messzemenő elméleti jelentőséggel is bírnak, mivel komoly kihívást jelentenek a mechanisztikus és materialista világkép számára. Azok a terapeuták, akik nem hagyják, hogy ilyen élmények a betegekben tudatosodjanak, vagy ha néha maguktól jelentkeznének, akkor sem tulajdonítanak nekik jelentőséget, a gyógyítás és a személyiségfejlődés igen hatásos módszeréről mondanak le. Mivel e jelenségek elfogadásának legfőbb gátja a karma és a reinkarnáció elégtelen tudásából fakadó filozófiai tagadás, ezért szeretném e témát most kicsit részletesebben is körüljárni.

EGYÉRTELMI tűnik, hogy az elmúlt inkarnációs jelenség, mely az élmény-pszichoterápiákban, meditációban és a megváltozott tudatállapot spontán eseteiben tapasztalható, azonos azokkal a tényezőkkel, melyek az újjászületés tanában való hitért világszerte felelősek. A karma és a reinkarnáció elmélete a hinduizmus, buddhizmus, janizmus, szikhizmus, zoroasztrianizmus, a tibeti vajrayana buddhizmus és a taoizmus alapkövét jelenti. Hasonló elképzeléseket találhatunk olyan földrajzi, történelmi és kulturális szempontból eltérő csoportoknál, mint az afrikai benszülött törzsek, az amerikai indiánok, a prekolumbián kultúrák, a polinéziai kahunák, a brazil *umbanda* követői, a gaulok és a druidák. Az antik Görögországban számos iskola tanította a reinkarnációt; többek között a pitagoreusok, az orphikusok és a platonisták. Ezt a nézetet vallották az esszénusok, a farizeusok, a karaiták és más zsidó és félzsidó közösségek, s mindez fontos részét képezte a középkori zsidóság kabbalisztikus teológiájának. Az újra testetöltés a neoplatonikus és gnosztikus tanoknak éppúgy része volt, mint az újkorban a teozófusok, antropozófusok és a spiritualisták világképének.

NEM IGAZÁN közismert az a tény, hogy a korai keresztények körében léteztek a reinkarnáció és karma gondolatköréhez hasonló nézetek. Szent Jeromos (i.sz. 340-420) szerint a reinkarnáció ezoterikus magyarázatába csak egy kiválasztott réteget avattak be. Az egyik legjelentősebb keresztény gondolkodó és egyházatyja, Origenész (i.sz. 186-253), sokat elmélkedett a természet körforgásáról és a lelkek korábbi létezéséről. Írásaiban, különösen a *Elsődleges elvek* (*De Principiis*) című könyvében annak a véleményének adott hangot, hogy a Biblia egyes részei csak a reinkarnáció fényében értelmezhetők. Tanításait a Jusztiniánusz császár által összehívott Második Konstantinápolyi Zsinat betiltotta, és eretnek tannak nyilvánította. A Konstantinápolyi Tanács elrendelte: "Ha valaki a lelkek korábbi létének hazugságát állítja, vagy aláveti magát az abból származó szörnyű tannak, sújtsa egyházi átok". Ennek ellenére akad

olyan tudós, aki úgy véli, a tan nyomai felfedezhetők Szent Augustin, Szent Gergely, sőt, még Assisi Szent Ferenc tanításaiban és írásaiban is.

A REINKARNÁCIÓ elméletének egyetemessége mellett igen fontos hangsúlyozni azt a tényt, hogy az előző életek emlékei az élményalapú pszichoterápiákon minden előzetes felvezetés és gyakran a kliens és a terapeuta világnézeti meggyőződése ellenére fordulnak elő. Magam is jóval azelőtt kezdtem el a jelenségek megfigyelését, mint hogy azt igazán komolyan vettem volna. Sok esetben ezek az élmények olyan tudósok terápiáin jelentkezték, akik korábban úgy vélték, a reinkarnációban való hit csupán képtelen babona és a primitív népek kulturális érzéksalódása, sőt, egyéni felbukkanása a pszichopatológia kétségtelen jele.

GYAKRAN olyan személyek, akik korábban nem ismerték a karma és a reinkarnáció elméletét, nemcsak drámai emlékeket éltek át korábbi éveikből, de összetett és részletes betekintést is nyertek e tan sajátos területeire, melyek meglepő egyezést mutattak a spirituális rendszerek és az okkult irodalom tanításaival. Példaként említhetem egy iskolázatlan paciensünket, aki a marylandi Baltimore-ban rákos betegek számára tartott pszichedélikus terápiákon vett részt. Az illető csaknem analfabéta volt, és alkalmi munkákból élt; ennek ellenére a pszichedélikus ülés során átélte a reinkarnáció és az újjászületések láncolatának teljes mechanizmusát, s ezután az élet folytonosságának szilárd hívójévé vált. Ez az élmény segítette őt a végső stádiumában lévő, áttételes rákos betegsége komor realitásával szembenézni, és békeességben meghalni.

EZUTÁN az általános bevezető után szeretném a korábbi életek megtapasztalásának néhány különleges szempontját ismertetni, amelyek igen figyelemreméltóak, s a tudat és az emberi psziché kutatásával foglalkozó tudósoktól komoly figyelmet érdemelnének. A karmikus jelenségek átélői gyakran bámulatos betekintést nyernek az érintett időszakba és kultúrába, s néha egyes történelmi eseményekbe is. Néhány esetben minden kétséget kizáróan bebizonyosodott, hogy az átélők nem juthattak az adott információkhoz hagyományos úton, a szokásos érzékelési csatornákon keresztül. Ebből a szempontból a megelőző életek emlékei valóságos transzperszonális élményeknek tekinthetők, amelyekre szintén érvényes, hogy segítségükkel azonnali, közvetlen, érzékelésen túli módon nyerhetők információk a világról.

A KARMIKUS élmények másik érdekes vonatkozása, hogy egyértelmű kapcsolatban állnak az érintett személy érzelmi, pszichoszomatikus és interperszonális problémáival. A meghatározó élettörténeti és születéskörüli élmények mellett leggyakrabban ezek képviselik a problémák igazi, mély gyökerét. Néhány esetben közvetlen és kizárólagos alapját képezik a pszichoszomatikus tüneteknek is. E tüneteket aktiválják a mély élményterápiák, és az átélőt közvetlenül a karmikus témához irányítják, amely a szimptómák magyarázatául szolgál, és feloldásuk módjáról is útba igazít. Ezek az élmények így nemcsak a pszichés betegség megértéséhez vezetnek, hanem az egyik leghatásosabb terápiás módszerként is szolgálnak.

A KORÁBBI életekkel kapcsolatos jelenségek sorából, melyekre a mechanisztikus tudomány nem tud magyarázatot adni, kiemelkednek a jungi értelemben vett szinkronizációk bámulatra méltó esetei (Jung 1960). Sok esetben megfigyeltem, hogy a karmikus élményeket átélő személyek a másik főszereplőben szüleikre, gyermekükre, hitvesükre, partnerükre, barátjukra, felettesükre, s életük más, fontos figuráira ismertek. Mikor a karmikus mintát teljességgel újból átértékelték, s a feloldás és megbocsátás érzéséig eljutottak, gyakran úgy érezték, az érintett fél is valamilyen módon részese volt e folyamatnak, s ő is bizonyára valami hasonlót élt át.

MIKOR kellőképpen nyitottá váltam ahhoz, hogy kísérletet tegyek ezeknek az állításoknak az igazolására, nagy meglepetéssel tapasztaltam, hogy a beszámolóik gyakran tökéletesen fedték a valóságot. Bebizonyosodott, hogy azok a személyek, akiket az átélők a karmikus jelenet másik főszereplőjeként jellemeztek, pontosan ugyanabban az időpontban drámai változást tapasztaltak érzelmi alapállásukban, s e változás jellege is egybeesett az elmúlt inkarnációs minta feloldásának irányával. E változások olyan úton-módon történtek, melyeket nem lehet lineáris, oksági levek szerint magyarázni. Az érintett személyek gyakran több száz vagy ezer mérföld távolságra voltak az átélőtől, s mit sem tudtak annak éppen folyó önfeltárási munkájáról, s a bennük létrejött változást is ettől független események eredményezték. Mélyreható, változást okozó belső élményt éltek át ők is, s valami módon olyan információkhoz jutottak, vagy környezetükben olyan változásokat észleltek, amelyek alapvetően megváltoztatták az átélőhöz való viszonyukat. E szinkronisztikus események időzítése gyakran megdöbbentett: néhány esetben csupán percnyi eltérés volt közöttük. E tapasztalat, amely az Univerzumban létező nem térfüggő kapcsolatok létezését feltételezi, némely ponton egybevág a modern fizika Bell-féle elméletével (Bell 1966, Capra 1982).

EMLÍTÉSRE érdemes, hogy a misztikus tradíciók a karmikus élmények alsóbbrendű és elnagyoltabb magyarázatának tekintik a különálló személyiségek újjászületésében való szó szerinti hitet. A reinkarnációs elmélet teljes formájában azt tanítja, hogy az Univerzumban tapasztalható minden elkülönülés és lehatároltság önkényes és illuzórikus. Végeredményében csupán a Teremtő Erő, a Kozmikus Tudat az, ami létezik. Az, aki a végső tudás birtokába jut, úgy szemléli a karmikus jelenségek birodalmát, mint az illúziók egy másik szintjét. Példaként azt a hindu nézetet említhetjük itt, amely az Univerzumot egy felsőbb lény (Brahma) isteni játékaként (*lila*) tekinti.

RITKÁN előfordulnak olyan esetek is, amelyek a reinkarnációs elmélet határozottabb bizonyítékául szolgálnak. Az elmúlt inkarnációs emlékek kis töredéke ugyanis egyértelmű információt tartalmaz annak a személynek az egyéniségéről és életéről, akivel az átélő karmikusan azonosnak érzi magát. Ide tartoznak személy- és helységnevek, dátumok, különös alakú tárgyak leírásai, és még számos más adat. Időnként ezek természete lehetővé teszi, hogy akár független vizsgálat tárgyává teheszük őket. Ilyen esetekben a történeti kutatás gyakran a legkisebb részletekbe menő bizonyítékát szolgáltathatja a feljegyzett élményeknek.

LÉTEZIK még egy igen érdekes forrása a reinkarnáció elméletének: azok a gyerekek, akik azt állítják, hogy különféle emlékeket őriznek előző életükből. Ez lehet az előző születési helyük neve, részletes leírása, az állítólagos korábbi rokonaik, ismerőseik, barátaik neve és élettörténete, s még sok egyéb részlet. Ian Stevenson, aki a világ különböző helyszínein számos ilyen esetet tanulmányozott, kutatásainak eredményét a *Húsz reinkarnációs eset* című könyvében valamint annak folytatásában (Stevenson 1984) tette közzé.

ÉRDEKES lehet megemlíteni ebben az összefüggésben a reinkarnálódott *láma* személyazonosságának vizsgálatát a tibeti hagyományokban. Ennek során a különféle nyomok és előjelek alapján megtalált gyermekeket egy papi küldöttség különleges vizsgálatnak veti alá. Hogy meggyőződjenek az inkarnáció hitelességéről, a kisfiúnak hasonló tárgyak csoportjaiból kell kiválasztania mindazt, ami az elhunyt láma tulajdonában volt.

REMÉLEM, hogy a reinkarnációs adatok fenti elemzése felébresztette az olvasóban azt a meggyőződést, hogy a korábbi évekből származó élmények és a velük kapcsolatos jelenségek alapos és gondos kutatást érdemelnek. Az alábbi esettörténet az elmúlt inkarnáció megtapasztalásának néhány fontos oldalát világítja meg. Főszereplője, Karl, esalení egyhónapos programunkon vett részt, ahol a holotróp légzés technikáját alkalmaztuk.

Mialatt Karl a korábbi terápiák során a születési traumát különféle megközelítésben újraélte, drámai események töredékei bukkantak fel a tudatában, amelyek egyértelműen más korhoz és országhoz kötődtek. Ezeket az élményeket erős érzelmek és testi

érzetek kísérték, s úgy tűnt, mindez mély és bensőséges kapcsolatban áll az életével, bár nem volt kimutatható semmiféle párhuzam a jelenlegi élettörténetével.

Látomásaiban alagutakat, földalatti raktárakat, katonai barakkokat, vastag falakat és bástyákat látott, melyek egy tengerparti sziklaszirten elhelyezkedő erődítmény részeinek tűntek. Időnként különféle helyzetekben lévő katonák képe is elévillant. Nem igazán értette a dolgot, mivel a katonák spanyoloknak látszottak, a helyszín viszont Skócia vagy Írország tengerpartjához hasonlított.

A későbbiek során a jelenetek egyre drámaibbá és összetettebbé váltak, sok közülük heves harcokat és véres leszámolásokat idézett. Bár körülötte mindenki katona volt, Karl önmagát papként látta, s egyszer erős látomása is volt, amelyben a Biblia és egy kereszt igen nagy jelentőséggel bírt. Ekkor egy pecsétgyűrűt is észrevett az ujján, amelyen fölismerte a belevéselt kezdőbetűket.

Mivel tehetséges művész volt, elhatározta, e különös folyamatot végig dokumentálni fogja, annak ellenére, hogy akkor még minderre semmiféle magyarázatot nem tudott adni. Készített egy rajz sorozatot, és néhány kifejező és erőteljes ujj-festményt. Ezek az erőd különböző részeit, a vérengzés jeleneteit és az általa átélt eseményeket ábrázolták, amelynek során öt karddal átszúrták, s a bástyákról a tengerpartra hajítva megölték. E rajzok egyike a pecsétgyűrűt ábrázolta.

Amint a történet apró darabkáit összerakta, Karl egyre több összecsengést fedezett föl a történet és a jelen élete között. Rájött, hogy sok érzelmi és pszichoszomatikus tünete, valamint az emberi kapcsolataiban mutatkozó mindennapi problémák egyértelmű kapcsolatban állnak a bensőjében feltárt folyamatokkal, és a rejtélyes múltbeli eseménnyel.

Fordulatot akkor vett a történet, amikor Karl egy hirtelen ötlettől hajtva elhatározta, hogy Írországba megy nyaralni. Visszatérése után levetítette a diákat, amiket Írország nyugati partjainál készített. Észrevette, hogy tizenegy képet készített egy helyszínen, ami semmilyen szempontból nem tűnt érdekesnek. Elővette egy térképet, és visszaidézte, hol állt és milyen irányban fényképezett akkor. Felfedezte, hogy a hely, amely figyelmét annyira magára vonta, a Dunanoir nevű erőd romjainak látványa volt.

Gyanította, hogy az ülésen tapasztalt élmények és e felfedezés között összefüggés lehet, ezért elhatározta, tanulmányozni kezdi Dunanoir történetét. Nagy meglepetéssel nyugtázta, hogy az erőd Walter Raleigh korában a spanyolok kezén volt, de később a britek megostromolták. A krónika szerint Walter Raleigh tárgyalta a spanyolokkal, s szabad elvonulást ígért nekik abban az esetben, ha kinyitják a kapukat, és megadják magukat. A spanyolok beleegyeztek a feltételekbe, de a britek nem tartották meg a szavukat. Mikor végre a falakon belül kerültek, könyörtelenül lemészárolták az összes spanyolt, és a bástyákról a tengerpartra dobálták őket.

Bár a belső élményekből gondosan felépített történet egyedülálló megerősítést nyert, Karl még most sem volt igazán elégedett. Addig folytatta könyvtári búvárkódásait, amíg rá nem bukkant a dunanoiri ütközet egy különös dokumentumára. Ebben az állt, a spanyol katonákkal egy pap is Dunanoirban tartózkodott, aki később velük együtt vesztette el az életét. Nevének kezdőbetűi azonosak voltak azzal, amit Karl víziójában a pecsétgyűrűn látott, s az egyik rajzán meg is örökölt.

e. Törzsfjlődési élmények

A TRANSZPERSZONÁLIS ÉLMÉNYEK e típusa szorosan kapcsolódik a korábban tárgyalt állati azonosulás eseteivel. Azokhoz hasonlóan itt is teljes mértékű anatómiai, fiziológiai, pszichológiai, sőt, biokémiai azonosulás történik más fajokkal és élő szervezetekkel, s ezáltal az átélő páratlan betekintést nyer az érintett életformákba. A legfőbb különbség itt a történeti időben való visszahatolás érzése. A csupán faji korlátok áttörése és a jelenleg élő állatokkal való azonosulás helyett az élmények során az átélő a régmúlt korokban élt, s az evolúciós lánc korábbi állomásait képviselő élőlényekkel kapcsolódik össze.

AZ ÉLMÉNYEK EGY RÉSZÉBEN az érintett személy úgy érzi, személyes biológiai őstörténetét tapasztalja, s állati őseivel válik eggyé. Ezek a korábban leírt embrionális, ősi és faji emlékek logikus kiterjesztései. Az élmények más részében a földi élet fejlődésének különféle megnyilvánulásai, illetve magával az élet törzsfájával való azonosulás lép fel. Az élményeket kísérő meglátások kapcsán gyakran nemcsak az érintett életforma megértése lehetséges, hanem azoké az erők is, amelyek az evolúciót irányítják: a kozmikus intelligencia teremtő akarataé, az archetipikus erőké, és a törzsfjlődés logikájáé. Ilyenkor az átélő képes azonosulni az élet egészével, és gyakran fölteszi magának a következő kérdéseket: vajon az élet vajon mindörökké működőképes kozmikus jelenség-e? Rendelkezik-e beépített önmegsemmisítő programmal? S az élet túlélést és evolúciót segítő erői hatalmasabbak-e, mint a romboló és az önromboló késztetések?

AZ ALÁBBI BESZÁMOLÓ - amely a törzsfjlődési élmény jellegzetes példája - egy 250 mikrogrammos LSD üléssorozat alatt készült Baltimore-ban, a Maryland Pszichiátriai Kutató Központban, egy pszichiáterek számára tartott továbbképzésen.

Az élmények többnyire az őshüllők korszakával - a triász, jura és kréta idősakkal - álltak kapcsolatban, s központi témájkra a túlélésért folytatott küzdelem változatos formái voltak jellemzők. Ezek egyike most is igen élénken él bennem. Egy nagy testű dinosaurusz bőrében kegyetlen küzdelmet vívtam egy hatalmas Tyrannosaurusz-szerű hüllővel. Szeretném hangsúlyozni, hogy az élmény abszolút valóságosnak tűnt. Minden részlet teljességgel hiteles volt, messze túl mindazon, amit hétköznapi emberi agyammal valaha is kitalálhattam volna. Hatalmas, esetlen testbe zárva szörnyű félelem és primitív, vad düh keverékét éltem át. Éreztem a fájdalmat, s azt, hogy a húsomat szagztatják; az élménynek nem volt semmi emberi minősége. De a helyzet legkülönösebb eleme az a különös íz volt a számban, melyet a vér és a poshadt, bűzös ösmocsár vizének keveréke adott. Élénken emlékszem arra, hogy elvesztettem a küzdelmet. A támadó ütései következtében fejem a sárba hanyatlott, és meghaltam. Ez volt az átéltek közül a legtisztább és legelevenebb epizód, bár más hüllőkkel is voltak emlékeim.

f. A bolygófejlődés megtapasztalása

ENNEK SORÁN átfogó kép nyerhető bolygónk fejlődéséről, Naprendszeren belüli eredetéről, a korai geofizikai folyamatokról, az ósöceánban uralkodó viszonyokról, az élet eredetéről és kifejlődéséről. Mindez átélhető a megfigyelő nézőpontjából, ám előfordulhat a bolygófejlődés egészével vagy valamely részével való eggyé válás érzése is. Ez a korábban említett Gaia-val történő azonosulással mutat rokonságot, azonban ez esetben az evolúciós szemlélet kap hangsúlyt. Más transzperszonális élményekhez hasonlóan az érintett folyamatok megértése és átlátása itt is gyakran túllépi az átélőnek a témával kapcsolatos tudását és műveltségi színvonalát.

g. A világegyetem keletkezésének megtapasztalása

AZ E CSOPORTBA tartozó élmények az előzőekben tárgyaltak logikus kiterjesztését jelentik. Itt az evolúciós élmény az egész világegyetemet magában foglalja. Az átélő, felfoghatatlan kiterjedésű erőkerekbe és dimenziókba hatolva, figyelemmel kísérheti vagy átélheti a világegyetem születését és fejlődését. Ez magában foglalhatja a világegyetem kialakulásának különféle fázisait - az ősrobbanásnak, az anyag, a tér és az idő teremtésének, a galaxisok születésének és tágulásának, novák és szupernovák

felrobbanásának, valamint hatalmas napok fekete lyukká való összehúzódásának megtapasztalását. Előfordul, hogy a szubjektív időérzet sajátos megváltozásával a kozmosz teljes története lejátszódik az átélő szeme előtt.

AZ E TÉMÁBAN iskolázott személyek - köztük matematikusok és fizikusok - beszámoltak arról, hogy megváltozott tudatállapotuk során számos jelentős asztrológiai és asztrofizikai probléma témakörébe nyertek egyenletekkel is alátámasztható betekintést, de megfigyeléseiket a hétköznapi tudatállapotba nem tudták teljes mértékben áthozni. Élményeik között megtalálható volt az einsteini végtelen ám önmagába záródó világegyetem, a Lobacsevszkij és Riemann féle nem-euklideszi tér, a Minkovszki féle téridő, az eseményhorizont, a fekete lyukban fellépő téridő-kollapszus, valamint a modern fizika számtalan más bonyolult eleme is.

A MEGVÁLTOZOTT TUDATÁLLAPOTOKBAN újból és újból megerősítést nyer, hogy a tudat s a teremtő intelligencia jelen volt a világegyetem születésénél. Ez új fényt vet az úgynevezett *antropikus elvre*, amelyet elméleti asztrofizikusok egy csoportja a közelmúltban dolgozott ki (Davies 1983). Az elmélet abból a tényből indul ki, hogy a világegyetem születése során túlságosan sok véletlenszerű esemény bekövetkezését kell ahhoz feltételeznünk, hogy eredményképpen egy életet fenntartó univerzum létrejöhesse. Mindez alátámasztja azt a feltevést, hogy a teremtés kezdetétől fogva jelen volt a szándék egy olyan világegyetem létrehozására, amelyben kifejlődhet az élet.

A KÖVETKEZŐKBEN a híres brit-amerikai író és filozófus, Alan Watts egy pszichedelikus ülésen készült jegyzeteit olvashatjuk, melyben az író elevenen és kifejezően tárja elénk, hogyan kísérte visszafelé az evolúció folyamatát személyes élettörténetéből kiindulva a szerves élet fejlődésén át egészen a galaxisok, a világegyetem születéséig.

Visszafelé követtem önön magamat az agy labirintusában, számtalan kacskaringón át, amelyekben az örökös körbe-körbejárás folytán az eredeti nyom már régen kitörlődött, s ami miatt ide, ebbe az erdőbe tévedtem. Vissza, az alagutakon át - a felnőtt élet túlélési és státusz-stratégiáin, a végeérhetetlen, álmainkból ismerős folyosókon át - vissza az összes utcán, melyen valaha is jártam, az iskolafolyosókon, a széklyák közötti kanyargós utakon, ahol mint kicsi gyerek másztam, vissza a méh szűk és véres kijáratán, a pénisz kanyargó járatain át, vissza a csatornáknál és szivacsos üregekben való időtlen vándorlásig. Le és vissza az egyre szűkülő csöveken addig a pontig, amelyben az út és az utazó egyé válik - a molekulák vékony láncolataig, melyek újból és újból megkísérik önmagukat helyes sorrendbe fűzni, hogy a szerves élet egységévé alakuljanak. S könnyörtelenül vissza és tovább, az örvénylő asztrológiai arányú tereken át, melyek a világ igazi magjait veszik körül, a központok központjait, amelyek éppoly elérhetetlenül messze vannak odabent, mint a galaxisunkon túli csillagködök odakint.

Tovább, lefelé, s végül: ki! Ki a kozmikus útvesztőből, hogy felismerjem legbelül, én, a zavart és ámuló utazó, a minden létező eredendő impulzusának elfelejtett és mégis ismerős érzését, a felsőbbrendű azonosságtudatot, a legbenső fényt, a végső központot, az önmagamnál magamabb magamat.

h. Pszichikus jelenségek, az idő korlátainak átlépésével

(Elmúlt és jövőendő események megérzése, tisztánlátása és hallása, pszichometria, időutazás)

A PSZICHIKUS JELENSÉGEK (és más transzperszonális élmények) létezése, melyek a korábban leírt módon áttörnek a tér korlátait, egyértelműen bizonyítják, hogy a világegyetemben történő események közötti kapcsolat független a lineáris távolságoktól. Az extraszenzorális tapasztalatok e csoportja a helyeket átívelő összeköttetések mellett bonyolult, az időt átívelő jelleggel is rendelkezik, s ez messze túllépi az általunk ismert és mindennaposan tapasztalt linearitást. Az anyagi világ hagyományos energia- és információátvittele az e kategóriába tartozó extraszenzorális eseményekre nem ad magyarázatot.

MEGVÁLTOZOTT tudatállapotokban és esetenként a hétköznapi életben is lehetséges jövőbeli események bepillanása vagy előre megérzése, s ezek az élmények a később bekövetkező eseményekkel messzemenő egybeesést mutatnak. Ritka esetben az átélő mind az öt érzékével egy jövőbeli eseményt teljességgel és minden részletében átélheti. Különösen gyakori a jövőbeli történések akusztikus elemekkel kísért, élénk képekben jelentkező felbukkanása. Ezek a hétköznapi élet hangjaitól, szavaitól és mondataitól a baleseteket és sérüléseket kísérő drámai zajokig (tűzoltó- és mentőautó szirénák, fékcsikorgás, csattanások, autódudák) terjednek. E jelenség bizonyítása során különleges gonddal kell eljárunk; ha az esetek nem kerültek azonnal lejegyzésre, a későbbiekben már nagy a veszélye az adatok eltorzulásának. E tekintetben az átéltek szabad előadása, a bizonytalan emlékezés és a *déjà vu* élmények képezik a legfőbb csapdákat. Mindezek ellenére a jövő tényleges előre megérzése és tisztánlátása kétségtelen tény.

A MÚLT ESEMÉNYEIHEZ kapcsolódó tisztánlátás és tisztánhallás (*clairvoyance* és *clairaudience*) magában álló jelenségeként is, de az időkorlátokat átlépő transzperszonális élményekkel kapcsolatosan is megfigyelhető (az ősi, faji, kollektív, karmikus és törzsfajlódási élmények során). E kategória különleges példája a pszichometria, ahol e jelenséget egy tárgy megérintése váltja ki, s a felidézett élmények sajátosan kapcsolódnak a tárgy történetéhez. Ezek lehetnek érzések, gondolatok és változatos érzékszervi észleletek: képek, hangok, illatok és testi érzések.

PSZICHEDELIKUS ülések és holotróp terápia során ismételtelen megfigyeltem a múlt és jövőbeli események megérzésének, tisztánlátásának, valamint a pszichometriának (utólag igazolt) előfordulásait. Emellett szerencsém volt többször is részt venni olyan kiváló médiumok, mint Anne Armstrong és Jack Schwartz e területet érintő bemutatóin. A témában különleges jelentőségűek a Stanford Kutatóintézetben Russel Targ, Harold Puthoff és Keith Harary által a jövőbeli távolbalátás témakörében folytatott ellenőrzött kísérletei. Ezekben nemcsak több híres médium, hanem igen sok, semmiféle médiumi képességgel nem rendelkező átlagember is részt vett (Targ és Puthoff 1978, Targ és Harary 1984). Russel Targ és Keith Harary legutóbbi sikeres távolbalátási kísérletében egy olyan szovjet személy vett részt, aki nemcsak arra volt képes, hogy egy, az Egyesült Államokban véletlenszerűen kiválasztott, s a "keresőszemély" (az, aki a médium leírasi kísérletével egy időben a célterületet felkeresi) által meglátogatott területet volt képes leírni, de azokat a helyszíneket is, melyet a keresőszemély csak azt követően keresett fel.

RITKA ESETEKBEN előfordul a hétköznapi időhatárok akaratlagos átlépése és a meglátogatni kívánt időpont szabad kiválasztása is. E helyzet némileg emlékeztet H. G. Wells időgépjére, illetve más, tudományos-fantasztikus írók által kitalált szerkezetekre, amelyekkel az időutazás megoldható. E jelenség általában a meglátogatni kívánt esemény helyének szabad kiválasztásával is együtt jár. E szabad választás az, ami ezeket az élményeket megkülönbözteti a gyermekkori, születési, ősi, faji vagy kollektív emlékek spontán újraélésétől. Az irányított időutazás hipnózisban is előidézhető; ilyenkor az átélő egy meghatározott időpontot keres fel a hipnotizőr utasítására, vagy egy bizonyos esemény után kutat a múltban. Szép és művészi ábrázolását találhatjuk az erőteljes és spontán időutazás jelenségének Vonnegut az *Ötös számú vágóhíd* című könyvében.

AZ ÉLMÉNYEK, melyek a lineáris idő korlátait átlépik, komoly kihívást jelentenek a materialisztikus világkép számára. Az, hogy a központi idegrendszer közvetítése nélkül is képesek vagyunk a múlt információihoz hozzáférni, megsérti a mechanisztikus tudomány metafizikai dogmáját, amely az anyagot a tudat elé helyezi, s felveti az anyagi alap nélkül működő emlékezet meghökkenítő lehetőségét. A jövőről nyerhető információk ténye pedig aláássa a nyugati civilizációknak az idő lineáris voltáról alkotott, mélyen bevéssé vált hitét. A modern tudatkutatók e téren nyert megismerései mindazonáltal párhuzamba állíthatók az időről és a jövőről

alkotott olyan figyelemreméltó alternatív modellekkel, mint amilyen Charles Musés kronotopológiája (Musés 1985) vagy V. V. Nalimov valószínűségi elmélete (Nalimov 1982).

AZ ELŐRE MEGÉRZÉS itt következő példája egy 30 milligrammos psilocybinnel végzett ülés kivonata, melyen Stanley Krippner, a neves parapszichológus vett részt a Harvard Egyetem psilocybin kutatóprogramja során. Az ülésen előre megérezte J. F. Kennedy elnök meggyilkolását, több, mint másfél évvel az esemény bekövetkezése előtt. (Aaronson és Osmond 1970).

Baltimore-ból a fővárosba utaztam. Azon vettem észre magam, hogy Lincoln szobrát bámulom. A szobor teljesen fekete volt, a feje lehajtva. Egy puska feküdt a szobor talpazatán, és valaki ezt mormolta: "Lelőtték. Lelőtték az elnököt." Füstgomolyag emelkedett a levegőbe.

Lincoln arca elmosódott, és a helyén Kennedy-é tűnt elő. Még mindig Washingtonban voltunk. A puska még mindig a fekete szobor talpazatán feküdt. A füstgomolyag a puskacsőből szivárgott elő, s a levegőbe bodorodott. A hang megismételte: "Lelőtték. Az elnököt lelőtték." Kinyitottam a szemem; könnyeztem.

1962-ben, az első psilocybin élményem során, a Kennedy-vel kapcsolatos vízióra nem fordítottam nagy figyelmet. De mivel ez volt az egyetlen élmény, amely könnyet csalt a szemembe, teljes részletességgel leírtam abban jelentésben, melyet a Harvardra küldtem. Tizenkilenc hónappal később, 1963. november 23-án a vízió visszatért, amikor Kennedy meggyilkolásának tragikus híre eljutott hozzám.

3. A test belső világába fordulás és a tudat beszűkülése: a szervi, szöveti és sejti tudat

A TUDAT TÉRBELI kitágulásával járó transzperszonális élmények során az átélő túllép azon, amit hagyományosan a személyiség, a "testi én" határának tekintenek. A most tárgyalt csoportban a tudatos én a testben marad, s olyan anatómiai területekre és folyamatokra összpontosít, amelyek hétköznapi körülmények között elérhetetlenek a tudat számára. Ilyenkor a belső lelki tér átélése helyett a test belső tere válik megtapasztalhatóvá. E jelenség során a tudat térben ugyan beszűkül, de ezzel egy időben az átélt jelenség működését feltárva ki is tágul.

A HOLOTRÓP tudati működés során lehetségessé válik a test különféle részeibe való belépés, és az ott folyó folyamatok megfigyelése. Előfordul élményszintű azonosulás egyes szervekkel, szövetekkel is. Valaki a szó szoros értelmében eggyé válhat a saját szívével, s tapasztalhatja a szívműködését, a szívbillentyűk kinyílását és bezáródását, a vér biodinamikai áramlását, s a szinusz-csomó ritmuskeltő működését. A májjal való azonosulás során átélhető a méregtelenítés drámája, vagy az epe termelése, összegyűjtése és kiválasztása. Ugyanezen a módon eggyé lehet válni a szaporodás szerveivel, az emésztőcsatorna tetszőleges szakaszával, illetve bármely más szervvel vagy szövettel.

EZEKBE AZ ÁLLAPOTOKBAN a tudat gyakran a sejtek, sőt, a sejt alatti szerkezetek és működések szintjére süllyed. Pszichedélikus szerek vagy holotróp légzés hatására nem ritka a vörös- vagy fehérvérsejtekkel, az emésztőcsatorna hámszejteivel, a méhnyálkahártyával, spermiumokkal és petesejtekkel, vagy az agyi neuronokkal való azonosulás sem. Egy másik érdekes jelenség a sejtmag és a kromoszómák tudatos felderítése, a gének pszichokémiai kódjába való betekintés, valamint a "DNS kiolvasásának" megtapasztalása. Az e csoporthoz tartozó élmények igen nagy hasonlóságot mutatnak Isaac Asimov *Fantasztikus utazás* című filmjének egyes jeleneteivel.

E JELENSÉG felkeltette azoknak a kutatóknak az érdeklődését, akik a hagyományos orvoslást a pszichológiai gyógyítással próbálják összekapcsolni. E terület úttörője Carl Simonton onkológus és radiológus volt (Simonton, Matthews-Simonton, és Creighton 1978). A rákos betegek számára tartott LSD-pszichoterápiás programunk során ismételten megfigyeltük, hogy a különféle rosszindulatú elváltozástól szenvedő személyek képesek voltak szöveti és sejti szinten kapcsolatot létesíteni a testükben növekvő tumorról. Ezt az élményt gyakran arra használták, hogy megkíséreljék önmagukat gyógyítani pszichológiailag pozitív energiamezők létrehozásával, a betegség kialakulásában résztvevő negatív érzelmek feldolgozásával, a szervezet védekező erejének mozgósításával, vagy a tumor tudati megtámadásával. Számos ilyen esetben időszaki javulás állt be a beteg állapotában, s e tény arra mutat, hogy a gyógyítás e lehetőségét további módszeres vizsgálatnak kell alávetni (Grof és Halifax 1977).

A SZERVI, szöveti és sejttudat különféle megnyilvánulása egyaránt megtalálható a következő beszámolóban, amely egy olyan ülésen készült, amelyen 125 milligramm MDA-t (methylén-dioxid-amfetamin) használtunk. E pszichedélikus vegyület, kémiai felépítését tekintve, átmenetet képez a meszkalin és az amfetamin között.

Figyelmem most a számról a nyelőcsővemre terelődött. Lassú utazásba kezdtem lefelé az emésztőcsatornán, kapcsolatba lépve az összes emésztési folyamattal a sejtek és a biokémiai folyamatok szintjén. A szó szoros értelmében a gyomromat kibélelő hámréteggé váltam és részt vettem a tápanyagok felszívódásában, valamint az emésztés hihetetlen alkímiájában. A gyomortartalom különleges szaga és íze megtöltötte egész valómat. Először emberi értékrendem szerint válaszoltam az ingerre: összerázkódtam az undortól. Azután fokozatosan képes voltam az emberi szemléletet hátrahagyni, és a biológikum szintjén szemlélni a jelenséget.

Innen a folyamat a patkóbélben, az éhbélben és a csipőbélben folytatódott. Ahogy tudatom fókusza lefelé vándorolt, úgy változott a bélben található levek, enzimek és epeváladék sajátos keverékének izősszetétele. Miközben a bélbolyhokkal, membránokkal és sejtekkel azonosultam, elbűvölt az élet e hihetetlen laboratóriumának csodája. Annak ellenére, hogy korábban mindezt már számtalan oldalról megismertem orvosi tanulmányaim során, mégsem voltam képes igazán értékelni mindazt, ami e folyamatok során történik.

E "fantasztikus utazás" utolsó állomásaként találkoztam mindazzal az érzéssel, amit kultúránk a bélsárral szemben alakított ki. Az undor és ellenérzés mellett szembe kellett néznem a mohóság, fukarság, irigység és rosszindulat elképzelhetetlen súlyú, megtagadott, elnyomott és elfogadhatatlannak ítélt érzésével, amely egy ponton groteszk, gnóm-szerű mitológiai lények alakját öltötte magára.

Kezdtém megérteni a folyamatot, amelyen keresztülmentem. Úgy tűnt, alapvető kérdés, hogy képes legyek elfogadni az emésztőrendszeremet, annak minden termékével és tartalmával, mint lényem szerves részét, valamint hogy képes legyek legyőzni azt az elfojtást és tagadást, amely az eredeti és feltétel nélküli önelfogadás és a személyiség kiteljesedésének útjában áll. S úgy éreztem, e különleges élmények mindehhez alapvető segítséget nyújtottak.

ÉLMÉNYEK A KONSZENZUS-VALÓSÁG ÉS A TÉRIDŐ HATÁRAIN TÚL

A TRANSZPERSZONÁLIS ÉLMÉNYEK e nagy csoportjában a tudat áthatol a hétköznapi dologi világon és a téridőn. Ide olyan asztrálpeszichológiai jelenségek sorolhatók, mint az elhunytakkal való találkozás és kapcsolatfelvétel, a csakrák, aurák, meridiánok és más, a finomtest-energiával kapcsolatos tények megtapasztalása. E kategória másik fontos élménycsoportjába az állati vagy emberi formájú szellemi vezetők és különféle magasabbrendű lények érzékelése tartozik. Átélők időnként fantasztikus kalandokról számolnak be, amelyek a miénktől eltérő, más világegyetemekben zajlanak.

A MEGVÁLTOZOTT tudatállapotokban a Carl Gustav Jung által leírt (Jung 1959) kollektív tudattalan ősképeinek világa életre kel, s magára ölti változatos mitológiai lények és helyzetek, mesejelenetek, jóságos és félelmetes istenalakok, valamint a kultúrák fölötti archetipusok és egyetemes szimbólumok formáit. Tovább tágitva a kört, az egyéni tudat képes azonosulni a Teremtővel, kapcsolatba lépni a Kozmikus Teremtőerővel, vagy beleolvadni az Univerzális Tudatba, a kozmosz fölötti és a kozmoszon túli Térbe, vagy magába az Abszolútba.

a. Spiritisza és médiumi élmények

AZ E KATEGÓRIÁBA tartozó élmények már régóta a spiritisza szeánszok résztvevői, a halál utáni élet kutatói, és az okkult irodalom művelői érdeklődésének homlokterében állnak. Ide sorolhatók találkozások és telepátikus kapcsolatfelvétel az elhunyt rokonokkal vagy barátokkal, az anyagi testtel nem rendelkező lényekkel való érintkezés, valamint az asztrálbírodalom lényének megtapasztalása. Első szinten az elhunyt emberek kísértetének észlelése és a tőlük kapott üzenet átvétele képezi az élmény tárgyát. Az átélő ilyenkor vagy maga a címzett, vagy csatornaként működik, és másoknak szóló üzeneteket közvetít. Ilyen tapasztalatokról elsősorban pszichedélikus élmények és halálközeli tapasztalatok kapcsán hallani beszámolókat.

ELŐFORDUL, hogy az átélő nem egyetlen testnélküli lényt, hanem a teljes asztrálbírodalmat, minden kísérteties jelenésével együtt érzékeli. Raymond Moody-nak a "zavarodott lelkek birodalmáról" szóló leírása említhető itt példaként (Moody 1977). E jelenség fejlettebb formájában az átélő transzállapotba kerül, s ekkor egy idegen lény vagy erő keríti hatalmába. Az esemény minden pontban egyezik a spiritisza szeánszokon előforduló médiumi transzállapottal.

A MÉDIUMI transzállapotban az átélő arcán különös, új vonások jelenhetnek meg, testtartása és mozdulatai furcsának és idegennek tűnhetnek, s a hangja is drámaian megváltozhat. Szemtanúja voltam, amikor személyek ilyen állapotban olyan nyelveken beszéltek, amelyet nem ismertek, automatikusan szövegeket írtak, képeket festettek, s különös, értelmezhetetlen hieroglifákat rajzoltak. E jelenségek ismét csak nagyon hasonlítanak a spiritisza és okkult irodalomban leírtakhoz. E jelenségek igen különös megnyilvánulásai tapasztalhatók a fülöp-szigeteki és a brazil Spiritisza Egyházban, mely közösségekre Allan Kardec tanításai hatottak nagy erővel (Kardec 1975).

Luiz Antonio Gasparetto brazil pszichológus és médium, a Spiritisza Egyház tagja, képes könnyű transzban szinte bármely elhunyt nagy festő stílusában festeni. Mikor az Esalen Intézet meghívott vendégeként részt vett egyhónapos kurzusunkon, lehetőségünk volt megfigyelni, milyen hihetetlen sebességgel dolgozott, amikor - saját elmondása szerint - halott mesterek használták a testét (akár 25 vázlat is megfestett egy óra alatt). Tudott teljes sötétben és vörös fény mellett is festeni, amely tökéletesen lehetetlenné tette a színek megkülönböztetését, képes volt egyszerre két képen dolgozni, s időnként azt is meg tudta tenni, hogy a lábaival festett az asztal alatt úgy, hogy közben nem látta, mit csinál. Médiumi festményeiből egy különleges gyűjtemény is megjelent (Marcalo Gaetani 1986). A Braziliában és a Fülöp-szigeteken gyakorolt médiumi sebészet szintén szoros kapcsolatban áll Allan Kardec tanításaival és a Spiritisza Egyházzal.

AMENNYIBEN a testetlen lényekkel és az elhunyt hozzátartozókkal és barátokkal való kapcsolatfelvétel csak látványelemeket és az érintkezés szubjektív érzését tartalmazza, úgy tűnik, viszonylag egyszerű helyzettel állunk szemben. Ilyenkor a jelenség mindössze a fatáziatévékenység, emléknymok és vágyképek keveredéseként is értelmezhető. Azonban az ide sorolt jelenségek ennél mégis sokkal összetettebbek.

MINT azt az alább következő két példa is mutatja, az effajta tapasztalatok néha megdöbbentő vonatkozásokat mutatnak fel, melyeket korántsem könnyű megmagyarázni. Magam is többször megfigyeltem olyan jeleneteket, melyek során elhunyt rokonok és barátok olyan szokatlan, később igazolható információkat közöltek, amelyekhez az élmény részesei nem juthattak hétköznapi csatornákon. Hasonlóképpen azok, akik elhunyt ismeretlenektől vesznek át névre szóló üzeneteket, néha a legnagyobb megdöbbenéssel tapasztalják, hogy egy nemrég meghalt személy rokonainak létező címét és pontos nevét kapták meg.

A FIZIKAI HALÁL személyes túlélése nem szükségszerűen az egyetlen magyarázat e tapasztalatokra, s természetesen kiagyalható bármiféle más értelmezés is, hogy elkerüljük a test nélküli lények asztrálbírodalmával való tényleges kapcsolatfelvétel hipotézisét. Egy dolog azonban bizonyos: egyetlen alternatív magyarázat sem illik bele a hagyományos newtoni világmodellbe. Minden esetben öntörvényű jelenséggel van dolgunk, amely módszeres tanulmányozást igényel.

E TAPASZTALATOK bizarr tényeit és a hozzájuk kötődő elméleti kihívást csupán amiatt elvetni, mert nem illenek bele a jelenleg elfogadott kategóriákba - nem éppen a tudományunk közelítés legjobb példája. El kell tudnunk fogadni a világot olyannak, amilyen, s óvakodni kell attól, hogy ráerőltessük saját elképzelésünket. Elméleteinknek a tények egészét kellene figyelembe venniük, nem csak azt a kényelmes válogatást, amely nem lóg ki a világképünkéből és a vallási rendszerünkéből. Amíg a nyugati tudomány nem képes elfogadható magyarázattal szolgálni a spiritisza élményeket és a korábbi életekre való emlékezést kísérő jelenségekre, addig a misztikus és okkult irodalom tanítása értékesebb forrásul szolgál a nyugati tudósok véleményénél, akik vagy nem ismerik az e témával kapcsolatos tényeket, vagy pedig nem veszik azokat komolyan.

ELSŐ példaként egy fiatal depressziós beteg, Richard pszicholitikus kezelése során tapasztaltakból idézek.

Az egyik LSD-ülés során Richardnak igen szokatlan élménye volt, amelyben egy különös és hátborzongató asztrálbírodalom jelentkezett. Félelmetes, foszforeszkáló fényben testetlen lények nyüzsögtek, s igen sürgető és követelőző módon próbálták vele kapcsolatot teremteni. Richard sem nem látta, sem nem hallotta őket, mégis érezte szinte tapintható jelenlétüket, s felfogta telepátikus úton küldött üzeneteiket. Az egyik ilyen üzenetet leírtam, s ez, részletessége folytán, könnyen ellenőrizhető volt.

Ebben arra kérték Richardot, hogy vegye fel a kapcsolatot Kromerizben egy morvaországi házaspárral, s mondja meg nekik, hogy fiuk, Ladislav jól van, és gondoskodnak róla. Az üzenet tartalmazta a házaspár nevét, pontos címét és telefonszámát; mindezek az adatok teljesen ismeretlenek voltak előttünk. Ez az epizód igen rejtélyesnek tűnt; mint idegen test ékelődött Richard élményei közé, és semmi összefüggést nem mutatott problémáival és a terápia menetével.

Némi töprengés után úgy döntöttem, hogy megteszem azt, amitől később a kollégák viccelődésének céltáblájává válhatok, ha netán kitudódik. Felvettem a telefont, feltárcsáztam a kromerizi számot, s Ladislavot kértem a telefonhoz. Meglepetésemre az asszony a vonal túlsó felén sirni kezdett. Mikor kissé megnyugodott, összetört hangon megszólalt: "A fiunk már nincs velünk. Eltávozott. Éppen három hete veszítettük el őt."

A MÁSODIK példánkban egy közeli barátom és kollégám, Walter N. Pahnke szerepel, aki a baltimori Maryland Pszichiátriai Kutatóközpontban pszichedélikus kutatócsoportunk tagja volt. Intenzíven érdeklődött a parapszichológia iránt, különösképpen a halál utáni tudat kérdése foglalkoztatta, s igen sok híres médiummal és extraszensszel dolgozott együtt, többek között barátjával, Eileen Garrettel, az Amerikai Parapszichológiai Társaság elnökével. Ő is egyike volt azoknak, akik a rákos betegek LSD programját kidolgozták.

1971. nyarán Walter feleségével, Evával és gyerekeivel Mainbe ment nyaralni egy kis házba, amely közvetlenül az óceán partjára épült. Egy nap magányos könnyűbűvár-merülésre indult, és többé nem tért vissza a mélységből. Igen kiterjedt és jól szervezett kutatás során sem bukkantak a holttestre vagy a bűvárfelszerelés darabjaira. Ezek után Eva szinte képtelen volt elfogadni a férje halálát. Utolsó emléke Walterről az volt, ahogy tökéletes épségben és egészségben elhagyta a házat. Nehéz volt elhinnie, hogy ő nem a hétköznapijainak része többé, s hogy egy új fejezet kezdődött az életében.

Pszichológus lévén beiratkozott az intézetünk által tartott LSD terápiára, amelyet a lélektan területén dolgozó orvosoknak tartottunk. Úgy döntött, pszichedélikus élményeken keresztül próbálja megérteni a történeteket, s engem kért meg, hogy legyek a segítője. Az ülés második felében erős víziója támadt Walterről, s egy igen hosszú és tartalmas beszélgetést is folytatott vele. Walter különleges utasításokat adott a három gyermekükre vonatkozóan, s biztatta Evát, kezdjen új életet, megszabadulva emléke terhelő és gúzsba kötő hatásától. Eva igen mélyreható és felszabadító élményt élt át.

Éppen amikor Eva azt kérdezte tőlem, vajon mindez csak vágyfantázia volt-e csupán, Walter újra felbukkant a tudatában egy rövid időre, a következő kéréssel: "Elfelejtettem valamit. Tegye meg nekem egy szívességet, s adj vissza egy könyvet, amelyet egy barátomtól kértem kölcsön. A dolgozószobámban van a padláson." Ezek után megadta a könyv címét, a barát nevét, s a könyv pontos helyét a polcon. Az utasításokat követve Eva megtalálta és visszaadta a könyvet, melynek létezéséről korábban nem volt tudomása. A paranormális jelenségek tudományos bizonyítékát élethosszig kutató Waltertől természetes volt, hogy Eva-val való érintkezése során határozott és ellenőrizhető információt is adott, hogy felesége kétségeit eloszlassa.

b. A finomtest energetikai jelenségei

MEGVÁLTOZOTT tudatállapotokban láthatóvá és tapasztalhatóvá válnak a különféle energiamezők és energiaáramok, amelyekről a misztikus hagyomány és a keleti kultúrák is említést tesznek. A nyugati orvostudomány szempontjából e leírásoknak semmi közük sincsen a valósághoz, mivel egyetlen anatómiai vagy fiziológiai folyamathoz sem kapcsolódnak - bár az ezoterikus hagyomány soha nem is állította, hogy mindez a durva anyagi valóság része volna. Úgy tekintette, hogy e jelenségek az emberi *finomtest*hez kötődik. Óriási meglepetést okozott nekem, amikor nyugati emberek - azok is, akik számára teljesen ismeretlen volt ez az ezoterikus rendszer - hiteles megfigyelésekről számoltak be megváltozott tudatállapotokban.

A HOLOTRÓP MŰKÖDÉSEK során igen gyakori élmény a más emberek körül megjelenő különböző színű energiamezők látványa, amely megegyezik az aurák hagyományos leírásával. Időnként az érintett személyek egészségi állapotáról is spontán benyomás nyerhető ilyenkor. Személyesen is többször megfigyeltem e jelenséget, nemcsak megváltozott tudatállapotú alanyoknál, hanem képzett médiumoknál is, akik auralátásukat megbízhatóan használják a mindennapi életben. E médiumok egyikének, Jack Schwartznak különleges képessége, hogy képes a hozzá forduló betegségtörténetében olvasni, s az aktuális betegségeiket diagnosztizálni.

EGY MÁSIK érdekes jelenségcsoport a Kigyóerő, vagy *Kundalini* elméletével kapcsolatos, amely igen fontos szerepet játszik az indiai hagyományokban. A hindu és buddhista tantra iskolák Kundalinit a világegyetem kreatív erejének tartják, amely természetét tekintve nőnemű (Muktananda 1979, Mookerjee 1982). Ez külső megnyilvánulásában a jelenségek világában manifesztálódik, belső megnyilvánulásában pedig az emberi gerincoszlop alján szunnyad. Ebben a formájában hagyományosan egy összetekeredett kígyó alakjában ábrázolják. Spirituális gyakorlatokkal, gurukkal történt érintkezés során, vagy csupán önmagától is tevékenyvé válhat, s ilyenkor aktív energia (*sakti*) formájában felfelé kezd emelkedni a finomtest csatornáin (a *nádikon*), megnyitva és fénnel töltve meg az energetikai központokat (a *csakrákat*).

BÁR A KUNDALINI-ELMÉLET legkifejtettebb formájában főleg Indiában ismeretes, fontos párhuzamait megtalálhatjuk számtalan kultúrában és vallásban: a taoista jógában, a koreai Zenben, a tibeti Vajrayana buddhizmusban, a szufizmusban, a szabadkőműves hagyományban, a Kalahári sivatag Kung bushmanjai között, az észak-amerikai indián törzsekben (különösen a hopiknál), és így tovább. Igen érdekes, hogy hasonló jelenségekről többször is említés történik a keresztény misztikus hagyományokban, különösképpen a *hesychazmusban*. A *hesychazmus* egy keleti keresztény szerzetesi életforma, amelyben az egész emberi lényt - a testet és lelket - magában foglaló imádság játssza a legfontosabb szerepet. Ezzel az úgynevezett "Jézus-imádsággal" érhető el az isteni béke, a *hesychia* (Matus 1984).

A TANTRA ISKOLÁK megalkották a *csakrák* bonyolult térképét, részletesen leírták fizikai, érzelmi és spirituális megnyilvánulásait a Kundalini erő ébredésének, s megőrizték az e folyamathoz kapcsolódó mitológiát is. A Kundalini-ébredés folyamatát, bár nincs híján veszélyeknek és buktatóknak, általában úgy tekinthetjük, mint a pszichoszomatikus gyógyulásnak, a személyiség pozitív újraépítésének, és a tudat fejlődésének egy lehetséges útját. Mivel ez esetben komoly és igen félelmetes erő lép fel, a tantra iratok a folyamatot igen aggályosan kezelik, s az ebben érintett személyt egy gyakorlott tanító felügyelete alá rendelik.

A KUNDALINI-SHAKTI felemelkedésével, mint azt az indiai források írják, drámai testi és pszichológiai tünetek jelentkezhetnek, amelyeket *krijáknak* neveznek. A legfeltűnőbb ezek közül az erőteljes energia és hőérzet, amely a gerincoszlopon felfelé áramolva erős érzelmeket, remegést, görcsöket, vad rázkódást és összetett, csavarodó mozdulatokat kelt. Igen gyakori az akaratlan sírás vagy nevetés, mantrák és dalok éneklése, nyelveken beszélés, kiabálás és állathangok utánzása, valamint jóga kéztartások (*mudrák*) és testhelyzetek (*ászanák*) automatikus felvétele.

BÁR A KUNDALINIRÓL szóló leírások már igen régóta ismertek a nyugati világban, egészen a közelmúltig úgy tekintették azt, mint valami kizárólagosan keleti jelenséget. Még Carl Gustav Jung is, aki pedig különleges érdeklődéssel fordult a Kundalini jelenség felé (Jung 1975), úgy vélte, hogy ez nyugaton csak a legritkább esetben jelentkezhet. Ő és kollégái annak a véleménynek adtak hangot, hogy talán ezer év is beletelik, míg kultúránkban a Kundalini-erő mozgásba lendül a mélypszichológia hatására. Az azóta történtek e jóslatot alaposan megcáfolták.

HOGY MINDEZ a felgyorsult fejlődésnek, a spirituális gyakorlatok népszerűségének és gyors terjedésének, a globális válságnak, vagy a pszichedélikus szerek hatásának köszönhető-e, nem tudni. De az biztos, hogy ma a Kundalini ébredés félreérthetetlen jelei nyugati személyek ezreinek megfigyelhetők. A világszerte ismert kashmiri Gopi Krisna, aki korábban maga is egy erőteljes spirituális ébredés alapvető válságát élte át, közérthető és népszerű könyveivel próbálta meg a nyugati világ figyelmét felhívni a Kundalini-jelenség alapvető fontosságára (Krishna 1970). Az pedig Lee Sannella kaliforniai pszichiáter érdeme, hogy a szakmai körök figyelmét ráirányította e jelenségek fontosságára.

MAGAM IS többször megfigyeltem pszichedélikus ülések során olyan megnyilvánulásokat, amelyek pontosan ráillettek a tantrikus szövegekben szereplő jelenségekre: a Kundalini emelkedésre, a pránikus energia finom és elágazó csatorna-rendszerére, a csakrák kinyílására és a Kundalini erőnek a fő vezetékeken (az Idán és Pingalán) valamint a *nadisok* bonyolult csatornáin történő áramlásának leírására.

MÉGIS, igen fontos hangsúlyoznunk, hogy ezek a tapasztalatok - a Kundalini-szerű jelenségek, amelyeket a hagyományos indiai leírások *pránikusnak* neveznek - nem egyenlőek a valóságos Kundalini-ébredéssel. Ez utóbbi egy alapvető jelentőségű és átalakító erejű összetett folyamat, amelynek lezajlásához gyakran hosszú évek szükségesek. A magában álló pránikus tapasztalatokkal összehasonlítva a Kundalini-ébredés független jelenségnek tűnik, s csak igen ritkán jelentkezik a pszichedélikus élmények és alternatív pszichoterápiák hatására.

A FINOMTESTBEN áramló energia formája, ahogy a Kundalini leírásokban szerepel, nem feltétlenül az egyetlen és egyetemes minta. Sok esetben azok, akik az ősi kínai kultúrára hangolódnak, az enegriaáramlást pontosan olymódon tapasztalják, ahogyan az a kínai orvoslásban használatos meridiántérképeken található, s képesek tudatosítani az akupunktúra pontok különleges jelentőségét is. Ezt sokaknál az öt elem (fa, tűz, föld, víz és fém) kínai rendszerének filozófiai megértése is követi, amely felosztás alapjaiban különbözik az európai hagyományoktól. Megfigyeltem személyeket, akik tapasztalataik alapján megértették a hasi központ (*hara*) különleges jelentőségét, és a japán harci művészetek alapját képező csi energia dinamikáját.

A FINOMTEST különféle energetikai jelenségei különösen gyakoriak a holotróp légzések során. Az energiamezők és anergiaáramok ilyenkor szinte kézzelfoghatóan érzékelhetők, sőt, láthatók is, ha csukott szemmel figyelik őket. Az itt következő holotróp élmény, amelyet ötnapos szemináriumunk egyik résztvevője élt át, közeli hasonlóságot mutat a tantrikus irodalom leírásaival.

Ahogy folytattam a légzést, hihetetlen erejű feltörő energiát kezdtem érezni a medencémben. A keresztcsont-táji rész a fény és hő erőteljes forrásává vált, amely minden irányban szétsugárzott. Ezután ez az energia fölfelé kezdett áramlani a gerincoszlopomban, egy világosan meghatározható vonalat követve. Útja során fénnel töltötte meg az energia másodlagos forrásainak fészkeit, amelyek az ezoterikus térképek csakra-pontjainak feleltek meg. Eközben igen boldog, orgasztikus érzéseket éltem át.

Az ülés egyik legerőteljesebb élménye az volt, amikor az energia elérte a szívemet. Hirtelen olyan hihetetlenül erős szeretetet éreztem a világ és a többi ember iránt, hogy szerettem volna felkelni és mindenkit megölelni a csoportban. Különös volt, hogy mennyire közelinek éreztem magamhoz ezeket az embereket, pedig csak előző este találkoztam velük először, s jóformán nem is ismertem őket.

De nem zavartam meg ezt az állapotot, s az energia folytatta áramlását fölfelé. Amikor elérte a fejem tetejét, egy fantasztikusan szép, rózsás-narancs színű sugár-gömbbé alakult. Olyan volt, mint amilyennek az Ezerszirmú Lótuszt ábrázolják. Úgy éreztem, meg kell feszítenem a lábamat és össze kell érintenem a két talpamat, hogy az energia zárt körben cirkuláljon. Energiamezőm messze túlterjedt a fizikai testem határain. Hirtelen megértettem, hogy az ezoterikus térképek mért ábrázolják a finom energiatestet sokkal nagyobbak az anyagi testnél; bizonyos állapotokban ezt így tapasztalja az ember.

Az energia fölfelé áramlott, kilépett a fejem tetején, és azután lent visszatért, hogy részt vegyen újra a felfelé áramlásban. Sokáig maradtam ebben az állapotban, nagy erőt és érzelmi megújulást merítve ebből az energiából.

c. Találkozás állati szellemekkel

AZ E TÍPUSBA SOROLHATÓ élmények során az átélő úgy érzi, közeli kapcsolatba kerül állatokkal - illetve nem is egyes állatok meghatározott fizikai formáival, hanem azok archetipikus lényegével. Ennek kiváltójaként gyakran az adott faj egy példányával történt valóságos találkozás szerepel, akit azután megváltozott tudatállapotban az állatfaj isteni megfelelője képvisel. Ilyen tapasztalatokról gyakran számolnak be olyanok, akik a szabad természetben vagy háziállatok jelenlétében vettek magukhoz pszichedélikumot. E jelenség leggyakrabban azonban a psziché belső világának független megnyilvánulásként jelentkezik.

SOK ESETBEN a megváltozott tudatállapotban észlelt állati szellemek nemcsak isteni természetű jelenségnek bizonyulnak, hanem olyan tanítóknak és barátoknak is, akik segítséget és spirituális útmutatást kínálnak. Az élmény gyakran együtt jár a különféle kultúrákban szentként tisztelt állatok jelentségének megértésével is. A tapasztalatok egy része a totemisztikus kultúrák lélektanának és a totemállat szerepének megértéséhez is közelebb vezet, nagyobbik része viszont a sámánizmussal és a sámánt állati formában segítő szellemi vezetők szerepével kapcsolatos.

A NYUGATI átélők belső folyamatai időnként a sámáni kultúrákból ismert formákat vehetnek fel. Ezekben megtalálható az erőteljes halál-újjászületés motívum, az alvilágra szállás és a felsőbb világokba emelkedés, amelyet az antropológusok "sámán-betegségként" írtak le. Az élmény másik fontos jellegzetessége a természettel érzett különleges kapcsolat, valamint az állati azonosulás és az állati alakban jelentkező spirituális vezetőkkel való találkozások nagy száma. A sámánizmus az emberiség legrégibb vallása, sok tízezer éves múltra tekint vissza. Mint jelenség, gyakorlatilag teljesen egyetemes. Változatai megtalálhatók Szibériában és Ázsia más részein, Észak- és Dél-Amerikában, Ausztráliában, Óceániában, Afrikában és Európában. A sámánikus és totemisztikus élmények ezáltal az egyént a psziché mély és ősi rétegeivel kapcsolják össze.

SZERETNÉM megragadni az alkalmat arra, hogy összehasonlítsam az állati szellemekkel való találkozást más, állatokkal kapcsolatos transzperszonális élménnyel. Ezek mindegyike sajátos jellegzetességekkel bír, amelyek alapján egy tapasztalt átélő képes őket egymástól jól megkülönböztetni. Általában igen fontos, hogy különbséget tudjunk tenni a jelenség-világában élő állatokkal való élményszintű azonosulás, az emberi tudattalan szimbolikus megnyilvánulásai és a psziché archetipikus képei között.

AZOK A SZEMÉLYEK, akik élettörténetük egy meghatározott témáján dolgoznak, alternatív pszichoterápia során gyakran számolnak be különféle állatok látványáról, sőt, a velük való azonosulásról is. E jelenségek elemzése során világossá válik, hogy ezek nem mások, mint dinamikus szerkezetű összetett formák, amelyek leginkább a freudi álmokképekhez hasonlatosak. Az ezen a szinten jelentkező állati autoszimbolikus víziók vagy transzformációk az adott átélő személyiségéről vagy élethelyzetéről szóló többé kevésbé rejtjelezett üzenetként foghatók fel, és ekként is értelmezhetők. Egy ragadozóval - tigrissel, oroszlánnal, fekete párduccal - való autoszimbolikus azonosulás a személy intenzív agresszív érzéseinek kifejezésekként fejthető meg. Az erős szexuális vágyat megszemélyesítheti egy csődör vagy bika, s ha mindez csupán a kéjvágy és az alacsony ösztönök visszataszító formájában jelentkezik, szimbolizálhatja egy emse vagy vaddisznó is. A férfiúi hiúság és a szexualitástól áthatott exhibicionizmus megjelenhet egy szemétdombon kukorékoló kakassal való autoszimbolikus azonosulás formájában. Hasonlóképpen egy sertés jelképezheti az önelhagyást, a slampoasszát és az erkölcsi hibákat; egy majom a különféle perverziókat és a genitális és pregenitális örömeiben való elmerülést; egy öszvér a keményfejűséget és makacsságot; egy szamár pedig a butaságot, stb.

AZ AUTOSZIMBOLIKUS átalakulással szemben a valódi állati azonosulás tisztán transzperszonális jelenség, amely nem vezethető le tudattalan tartalmakból és nem is értelmezhető szimbolikusan. Ugyanazon személyek, akik korábban készségesen részt vettek szimbolikus állati élményeik értelmezésében, kategorikusan visszautasítják, hogy valóságos azonosulási élményükhöz egyazon módon

közelítsünk. Az ilyen esetek kapcsán gyakran hallottam ehhez hasonló kijelentéseket: "Nem, ezt nem érted; itt nincs mit elemezni. Én tényleg elefánt voltam. Tudtam, mit érez az elefánt amikor mérges és szexuálisan izgatott, s milyen az, amikor vizet szív az ormányába. Egy elefánt nem jelképez semmit; egy elefánt az elefánt." A törzsejlődési tapasztalatok során mindig találkozhatunk valódi állati azonosulással, bár ez egyben a törzsejlődési láncon való időbeli visszahatolás érzésével is kapcsolatban áll. Létezik egy érdekes jelenség, amely láthatóan az autoszimbolikus átalakulás és a valóságos állati azonosulás között helyezkedik el: ez pedig a vámpírral vagy vérfarkassal való eggyé válás. Kapcsolata egyértelmű az erdélyi folklórral, a téveszmés állati azonosulással, s ennek malayziai megfelelőjével, a *tigeranthropiával* (téveszmés azonosulással egy tigrissel).

EGY FAJ egyetlen meghatározott példányával való azonosulás helyett lehetséges megtapasztalni valamit, amit egy faj "állati lelkének" nevezhetünk. Ez egy adott faj összes egyedének összetett tapasztalatait egyesíti történeti távlatból: mindent, amit egy faj valaha megtanult, az ösztönös viselkedéseket, a fajon belüli érintkezési mintákat, szokásokat, stb. Az ilyen típusú tapasztalatok közeli kapcsolatot mutatnak a *morfikus rezonancia* elméletével, amelyet Rupert Sheldrake (Sheldrake 1981) írt le, valamint Gregory Bateson tudatos természetképével (Bateson 1972, 1979). Mindez arra mutat, hogy e jelenség a természettudomány fogalmi körében is tárgyalható.

AZ ÁLLATI SZELLEMEK és *szellemi vezetők*, ahogy a különféle megváltozott tudatállapotokban megtapasztalhatók, bár világosan összekapcsolódnak meghatározott fajokkal, alapvetően a mítikus és archetipikus formák világába tartoznak. Mégis, a természettel való közvetlen kapcsolatuk megkülönbözteti őket a változatos *theriomorfikus istenalakoktól*, amelyek bár állati formával rendelkeznek, mégsem kötődnek szorosan a természethez, illetve bennük bizonyos emberi és állati jellegzetességek keverednek. A hindu pantheon elefánt-istenének, Ganeshának sokkal kevesebb közös vonása van a létező indiai elefánttal, mint például a mexikói huichol indiánok Szarvas Szellemének az erdei szarvassal. A szimbolikus tulajdonságok, amelyek isteni szerepével kapcsolatosak, messze túlhaladják az elefánt-fajjal fennálló kapcsolatait.

EZ MÉG egyértelműbbé válik, amikor a szóban forgó istenség egy *állati-emberi összetett forma*, mint az egyiptomi ibiszfejű Thot és a sakálfejű Anubisz, vagy az indiai Narasimha, amelyben az emberi és az oroszlánszerű jellegzetességek keverednek. Ezek az istenségek teljes mértékben már nem is veszik fel azoknak az állatoknak a külső formáját, amelyekkel kapcsolatban állnak.

AZ ÁLLATOK egy különálló, érdekes csoportját az *isteni lények szállítóinak* szerepét betöltő lények képviselik. Ide tartozik például a hindu Ganesha istent szállító egér; Shiva bikája, Nandi; a Durga istennőt szolgáló oroszlán vagy tigris; a Brahma hitvesét, Sarasvatit tartó páva; a görög Heliosz isten nap-szekerét húzó paripák, vagy az északi Fricka istennő kecskebakjai.

AZ ÁLLATI SZELLEMEKKEL való találkozás nagyszerű példáját szolgáltatja az a leírás, amely az equatori jivaro fejedelmek törzs sámánjának víziós állapotáról tudósít. Az élményt nála az *ayahuasca* fogyasztása idézte elő (Harner 1973).

Ivott, s most halkan énekelt. Finom vonalak s formák kezdtek fokozatosan előtűnni a sötétből, s a szellemi vezetők, a cencák, éles muzsikája harsant fel körülötte. Az ital ereje táplálta őket. A sámán szólította őket, s azok eljöttek. Először pangi, az anakonda tekeredett a feje köré, s változott át arany koronává. Azután wampang, az óriás pillangó lebegett a vállá fölött, s a szárnyával énekelt neki. Kígyók, pókok, madarak és denevérek táncoltak a levegőben a feje fölött. Amint démon-segítői előbukkantak, karján ezer szem nyílt ki, s mind az ellenség után kutatott az éjszakában.

Ekkor a rohanó víz hangja töltötte meg a fülét, s zúgásába hallgatózva tudta, vele van Cungi, az első sámán ereje. Most már képes volt a látásra.

d. Találkozás szellemi vezetőkkel és magasrendű lényekkel

A SPIRITUÁLIS VILÁGBÓL származó vezetőkkel, tanítókkal és védelmezőkkel való találkozás élménye a transzperszonális birodalom legértékesebb és legkivételesebb eseményei közé tartozik. Az átélő e lényeket olyan, az emberek fölött álló entitásoknak érzékeli, kik a tudat magasabb fokán és az energiák magasabb szintjén léteznek. Néha teljesen maguktól jelentkeznek az egyén spirituális fejlődésének meghatározott időszakában; máskor pedig egy belső válság során bukkannak fel, az érintett személy segélykérésére válaszként. Sok esetben ezt követően rendszeresen visszatérnek vagy saját akaratok, vagy pártfogoltjuk szándéka szerint.

A SZELLEMI VEZETŐK néha sajátos, nem evilági minőségű emberi formában bukkannak fel, máskor mint sugárzó fényforrás vagy erős energiamező mutatkoznak. Sokan számolnak be arról, hogy nem érzékszervi úton észlelik vezetőjük közelségét: egyszerűen csak érzik a jelenlétét. A vezetők csak kivételes esetekben érintkeznek szavak útján. Legtöbb esetben az üzenetek, magyarázatok és utasítások vétele gondolatátvitel vagy más extraszenzorális úton történik.

A SZELLEMI vezetők által nyújtott segítségnek számtalan különböző formája és fokozata létezik. Néha nehéz és veszélyes helyzetekben lépnek közbe valaki érdekében, máskor elkísérik őt belső, válságos utazásai során, miként Vergilius vezette Dantét az Isteni színjátékban. Intellektuális, erkölcsi és spirituális támogatást nyújtanak, segítenek a gonosz és romboló hatalmak elleni harcban, néha pozitív energiákból védőpajzsot vonnak pártfogoltjuk köré. Esetenként az adott személy problémáival, általános életvezetésével kapcsolatos konkrét utasításokat és javaslatokat tesznek. A szellemi vezetők egy része mindvégig névtelen és azonosíthatatlan marad; másik része közli nevét vagy pártfogoltjaik képesek őket azonosítani bizonyos jellegzetességeik alapján.

AZ ÁTÉLŐK időnként beszámolnak arról, hogy megváltozott tudatállapotban Jézus Krisztus, Buddha, Mohamed, Zoroaszter, Sri Ramana Maharisi vagy Mózes képében jelentkező nagy vallási vezetőkkel találkoztak. Ezek általában egyszeri élmények; szokatlan, ha valaki ilyen rangú személyiséget tart személyes vezetőjének, hacsak nem átvitt értelemben gondolja.

A MÁS SZINTEKRŐL érkező vezetők jelenségkörének igen érdekes oldala, hogy segítségükkel egy adott személy olyan információkhoz juthat, amelyekkel előtte nem rendelkezett. Jó példa erre Thelma Moss, a híres parapszichológus esete, aki egyik pszichédélikus ülése során egy, magát Benjamin Franklinnak nevező lénnel került kapcsolatba - bár Moss inkább a Bölcs Öregember archetipusaként szereti e lényt emlegetni. Körülbelül egy évvel az említett ülés után meditatív állapotban képes volt e lényt megidézni, beszélgetést folytatni vele, valamint információt és irányítást kérni tőle. Egyszer, mikor bioenergetikai kutatásaival zsákutcába jutott, "Benjamin Franklin" azt javasolta neki, szerezzé meg a témával foglalkozó Becker egy bizonyos könyvét, amelyben később meg is találta a kérdéses információt, amelyre szüksége volt.

FONTOS, hogy e téma kapcsán megemlítsünk egy jelenséget, amely az utóbbi időben egyre nagyobb népszerűségnek örvend. Ez a *channeling* (csatornaként szolgálás), amely a mai szakkifejezése annak a folyamatnak, amelynek során egy személy automatikus írás, transzban való beszéd vagy belső diktálás alapján egy tudatán kívül álló forrás üzeneteit közvetíti. A forrás magát gyakran a fizikai világon kívüli lényként jelöli meg; a hierarchiában elfoglalt rangja istenségtől és angyaltól kezdve egy emberek fölötti fejlett lényig vagy testet nem öltött emberi lélekig terjedhet.

AZ ILY MÓDON NYERT spirituális tanítások közé tartozik egyebek között a Korán (Mohamed) és a Mormon Biblia is. Alice Bailey egy, magát "a tibetinek" nevező lénynek tulajdonítja spirituális írásainak tekintélyes gyűjteményét. Roberto Assagioli ugyane lényt nevezte meg *pszichoszintézis* elnevezésű pszichológiai rendszerének forrásaként. A legnépszerűbb modern szövegek között találjuk a

Seth beszél (Roberts), az *Üzenetek Michaeltől* (Yarbro), a *Csodák útja* (Schucman), a *New Age átváltozás: felismerések* (Spangler), a *Csillagmag átvitelek* (Rafael), az *Uranita könyv* (Névtelen), az *Emmanuel könyve* (Rodegast), és a *Ramtha* (Knight) című írásokat. A channeling jelenségéről, valamint annak sajátos vallási, filozófiai, művészeti és tudományos megnyilvánulásairól részletesebben Arthur Hasting közeljövőben megjelenő könyvéből nyerhetünk bővebb áttekintést.

e. Látogatás más világegyetemekbe és találkozás azok lakóival

AZ ILYEN TÍPUSÚ ÉLMÉNYEK során az átélők izgalmas kalandokba keverednek különös, idegen világokban, amelyek a mi kozmoszunktól eltérő, öntörvényű valósággal rendelkeznek. Úgy tűnik, ezek az univerzumok a miénkkel párhuzamos, de más valóság-szinteken léteznek. Lakóik különös testi formákban élnek, a mienktől teljesen különböző fiziológiai és metabolikus folyamatokkal bírnak, s számunkra értelmezhetetlen törvényszerűségek alapján működnek. Sokan közülük kétségtelenül értelmes lények, de érzelmi és fogalmi megnyilvánulásaik semmilyen ismert hasonlattal nem közelíthetők meg.

EZEK AZ IDEGEN UNIVERZUMOK sokkal kisebbek vagy elképzelhetetlenül nagyobbak lehetnek a mienknél, s lakóik barátságosan, közömbösen vagy ellenségesen viselkedhetnek a más dimenziókból érkezett látogatókkal. Az ilyenfajta élmények általában veszélyesnek tűnnek; ez részben az ellenséges lények fellépésével, részben pedig az ismeretlennel szembeni bizonytalanság érzésével magyarázható. Néhány esetben a veszély forrása az, hogy a látogató teljesen jelentéktelen parány az idegen világban, amely őt azzal fenyegeti, hogy merő figyelmetlenségből egy véletlen baleset áldozata lesz. E rendkívüli kozmikus kalandok átélői gyakran a valaha írt legnagyobb sci-fi történethez hasonlítják élményeiket.

ITT KELL MEGEMLÍTENEM az idegen repülő járművek, űrhajók és repülő csészealjok ügyét. Azok beszámolóiból, akik ilyen tárgyakat észleltek, legénységükkel találkoztak, ezeken a tárgyakon utaztak és belsejüket szemügyre vették, megállapítható, hogy élményeik olyan különös jellegzetességekkel bírnak, amelyek alapján e jelenségek a fizikai valóság és az archetipikus világ közötti "szürkületi zónába" kell helyezniük. Egyes esetekben az átélők a látottakat inkább a világegyetemünkben érzett valóságos földönkívüli űrhajóként értelmezték, máskor pedig dimenzióinkon túli, vagy belső lelki folyamatokként magyarázták. E témakörhöz később még visszatérek a pszichoid természetű transzperszonális tapasztalatok tárgyalása során.

A FENTI BESZÁMOLÓK gyakran említést tesznek az idegenekkel és értelmes gépekkel folytatott gondolati kommunikációról, testi vizsgálatokról és operációkról, amelyek során a földönkívüliek különféle rejtélyes szerkezeteket használtak, stb. Az elrablási élmények tartalmának rendszeres elemzése, amelyet Alvin Lawson folytatott (Lawson 1984), a születés-körül elemek és témák meglepő bőségét mutatta. Bár ez természetesen nem bizonyítja, hogy ezek a jelenségek csupán a születési traumából fakadó fantáziák, a tény mindenképpen további figyelmet érdemel.

A FÖLDÖNKÍVÜLI érintkezések és a más világegyetemekbe tett látogatások különösen eleven példái találhatók a neves kutató és fáradhatatlan pszichédélikus önfelfedező, John Lilly írásaiban. Lilly megváltozott tudatállapotú észlelései e témában különösen gyakoriak és gazdagok (Lilly 1972, 1978).

A KÖVETKEZŐ PÉLDA egy harmincöt éves író élménye, aki egy kísérleti csoportulésen vett részt, ahol két empatogenikus amfetamin-származék - először 150 milligramm MDMA és négy órával később 20 milligramm 2CB - hatását vizsgálták (Adamson 1986). *Az utazás másfeledek órájában nyitott és csukott szemmel is láttam a víziókat; idegen bolygókon és dimenziókban jártam. Mindegyik világban vallási szertartás zajlott. Egyik helyen hatalmas, imádkozó sáskákhoz hasonló bölcs, halálosan komoly lények voltak, akik szívesen fogadtak a szertartásukon. Máshol zöld, arany, kék és lila lények, amelyek kristályos rovaroknak látszottak, s állandóan új s új kaleidoszkóp-szerű formákat öltöttek, küldtek néma támogatásuk sürgető üzenetét felém.*

Végül feltűnt egy dimenzió, ahol minden élet kristályos formában létezett; mikroszkopikus és makroszkopikus szinten hihetetlenül gyönyörű energia-lények népesítették be e birodalmat.

f. Mitológiai és mesemotívumok átélése

E TRANZSPERSZONÁLIS élmények során a mítoszok, legendák és tündérmesék világa a szó szoros értelmében életre kel. Az átélő részt vehet olyan kalandokban, járhat olyan mitikus vidékeken, amelyekről a világ kultúráinak mítoszaiban és folklórájában olvashatunk. Legendás hősökkel, hősnőkkel és fantasztikus mitológiai lényekkel azonosulhat. Az élmények során megtapasztalhatja Herkules próbatételeit vagy Thézeusz és Jázon kalandjait. A legendás polinéziai hőssé, Mauivá változhat vagy végigszenvedheti a maya Papol Vuh ikreinek megpróbáltatásait. Azon archetipikus figurák között, amelyek a pszichédélikus ülések és holotróp légzések során felbukkannak, megtalálhatjuk Uroboros, Typhon, Kentaurus, Cerberus, Sphynx alakját, különféle európai, keleti és prekolumbián sárkányok típusait, valamint Hófehérkét, Csipkerózsikát, a legendás lovagokat, sellőket, tündéreket, törpéket, gnómkokat, skandináv trollokat, és így tovább.

E MOTÍVUMOK részben független transzperszonális témaként, részben az átélő személyes problémáival szoros összefüggésben jelentkeznek. Az élettrajzi elemekkel kapcsolatban legsűrűbben a gonosz mostoha (Hamupipőke), a jó és a rossz testvér (Káin és Ábel), az anya iránti szeretet és az apával szembeni gyűlölet (Ödipusz), az apa iránti szeretet és az anyával szemben táplált gyűlölet (Elektra), a szerető testvéreket veszélybe sodró gonosz felnőttek (Jancsi és Juliska), valamint a külső erők által fenyegetett nagy szerelem (Trisztán és Izolda) motívuma bukkan elő. Ezek vagy egy sajátos kultúra jelmezében, vagy absztraktabb, archetipikus formájukban jelentkeznek.

KORÁBBAN már említés történt arról a sajátos összefüggésről, amely bizonyos mitológiai témák és a születéskörül mátrixok között áll fenn. Az első születéskörül mátrix esetében ez a különféle kultúrák mennyország és paradicsom elképzeléseiben, a második születéskörül mátrixban a pokol képeiben, a harmadik születéskörül mátrixban pedig a purgatórium jeleneteiben ölt testet. A második születéskörül mátrix témái között gyakran jelentkezik az isteni átok és az örökre elátkozott hős - Prométeusz, Tantalusz, Sziszifusz, Ixion, Ahasvérus, a bolygó zsidó - mitológiai motívuma. A harmadik és negyedik születéskörül mátrixra jellemző mitológiai elemek a hősök pozitív kimenetelű próbatételeit és megpróbáltatásait tartalmazzák - szörnyek megölését, a gonosz legyőzését, a halálon való felülkerekedést, szent házasságot, felszabadulást és megváltást.

ÚGY TŰNIK, elvben mindenki képes bármely történelmi kor bármely kultúrájának mitológiai kincseihez élményszinten hozzáférni. Sok esetben az adott témában teljesen tájékozatlan személyek irtak le olyan mitológiai képeket, jeleneteket a közép és dél-amerikai, polinéziai, mezopotámiai, indiai, egyiptomi, japán, stb. folklórból, amelyről korábban egyáltalán nem volt tudomásuk. E megfigyelések egyértelműen megerősítik Carl Gustav Jungnak a kollektív tudattalanról alkotott elméletét, amelyet az álmokban (gyakran gyerekek és a témában tájékozatlan személyek álmaiban is) valamint a neurotikus és pszichotikus betegek tüneteiben felbukkanó különös és gyakran ismeretlen mitológiai motívumok inspiráltak (Jung 1959).

A TRANSPERSZONÁLIS élmények e válfaját most egy ötnapos holotróp légzési szemináriumunkon részt vett japán származású asszony élményeivel illusztrálom.

Az ülés elején mélységes fájdalmat éreztem, amely olyan hatalmas volt, hogy már sírni sem tudtam. Elkezdtem a szomorúság lehetséges okain gondolkodni. Azután eszembe jutott az a formátlan sötétség, amely a gyermekemet elragadta a karjaimból. Erőtlennek éreztem magam a sötétséggel szemben.

Mikor visszaemlékeztem a fájdalomra okára, nagy düh támadt bennem. Hatalmasnak és erősnek éreztem magam, s a dühöt mint testem tüzes kiterjedését érzékeltem. Harcoltam a sötétség ellen, hogy visszaszerezsem a gyermekemet, de a gyermek halott volt. Elszomorított, hogy gyermekemet a saját kezemtől megégetve kell látnom. Az égett test ezután hamuvá változott, és szétszóródott a földön.

Nagyon csendes, istennő-szerű figurává változtam, s körbe-körbe sétáltam azon a helyen, ahol a hamu a földre hullott. Könnyeim a hamuból feltörekvő hajtásokat táplálták. Ekkor szárba szökkenett egy növény és virágot bontott. A virág kelyhében sugárzó gömb tűnt fel. A gömb egy csodás gyermekké változott. Ebben a pillanatban úgy éreztem, a kör bezárult. Rájöttem, ez most már így lesz újra és újra. Úgy éreztem, befejeztem a munkám.

Ezután érezni kezdtem a testemet és három további élményem is volt, bár nem tudom, ezek milyen sorrendben követték egymást.

1. A bal oldalam egy hegységgé változott, s átéltem a hegy-épülés és erózió geológiai körforgását. 2. A jobb oldalam erdővé változott. 3. A lábaim között az óceánt éreztem, s az apály és a dagály áramlását. Rájöttem, a körforgás, amelyet megtapasztaltam, végtelen; ha belekerülnék, örökre fogva tartana. De úgy találtam, mindenhol közvetlen ösvény vezet a középpontba, amelynek segítségével megtörhetem a körforgást.

g. Találkozás jóindulatú és haragos isteni lényekkel

E KATEGÓRIA szorosan kapcsolódik az előzőhöz, s annak egy alcsoportjaként is felfogható. Az ide tartozó mitológiai képek határozottan nem evilági erővel és minőséggel rendelkeznek, s ez isteni szintre emeli az élményt. E víziók igen sajátosak és világosan felismerhetők bennük a különböző kultúrák panteonjának istenségei. Az átélők néhány esetben képesek azonosítani és megnevezi a jelentkező isteneket valamint a kultúrát, ahonnan azok származnak. Ezek az élmények az esetek többségében azonban lényegesen több információt hordoznak, mint amennyivel az adott személy korábban rendelkezett. Más esetekben az átélők arról számolnak be, hogy az istenségek tökéletesen ismeretlenek számukra, bár képesek róluk képet rajzolni, működésükről részletes leírást adni, s nagyjából azonosítani is a kultúrát, ahonnan erednek. Ezek az információk aztán lehetővé teszik a megfelelő forrásokból való tájékozódást és az élmény igazolását. Előfordulnak azonban olyan esetek is, amikor a felbukkant istenségek azonosítása a páciens és a terapeuta közös erőfeszítései ellenére sem sikerül.

A LEGTÖBB, megváltozott tudatállapotban tapasztalt istenség két világosan elkülöníthető csoportba tartozik: az áldást osztó és jótékony istenekébe, akik a fény és a jó erőivel hozhatók kapcsolatba, valamint a haragvó és gonosz istenségekébe, kik a sötétség és a rossz erőit személyesítik meg. E felosztás azonban nem teljes érvényű; úgy tűnik, léteznek istenek, amelyek e két kategória között állnak, valamint olyanok, amelyek mindkét oldalt - az üdvöset és a szörnyűségeset - egyszerre képviselik. Ez utóbbinak jellegzetes példái a Tibeti Halottaskönyv Dhyani-Buddhái, kik a haldokló személy előtt először sugárzó formájukban, majd később démoni alakjukban tűnnek föl.

SOK SPIRITUÁLIS kereső a halál és újjászületési folyamat során találkozik először az archetipikus istenségekkel. A sötét isteni lények, mint a sátán, Lucifer, Hádész, Arimán, Huitzilopochtli, Kali, Lilith, Rangada, Coatlicue vagy Moloch jellegzetesen a második és a harmadik születéskörüli mátrix, az én halálának élményei során bukkannak fel. A halált és újjászületést szimbolizáló istenségek, mint Ozirisz, Plútó, Perszefoné, Attisz, Adónisz, Quetzalcoatl, Dionüszosz, Wotan, Balder és Krisztus különleges kapcsolatban állnak a harmadik születéskörüli mátrixszal, valamint a negyedik születéskörüli mátrixba való átmenettel. Az áldást hozó istenségek - Szűz Mária, Afrodité, Apolló, Ízisz, Aura Mazda, Lakshmi vagy Kuan-yin (Kannon) - a negyedik és az első születéskörüli mátrix extatikus jeleneteiben tűnnek föl.

KÜLÖNFÉLE ARCHETIPIKUS istenségekkel a fenti előfordulásoktól függetlenül, tisztán transzpersionális természetű pszichedélikus és holotróp élmények során is találkozhatunk. Az istenek ilyenkor általában erőteljes víziók szereplőiként tűnnek elő, bár előfordul a velük való teljes azonosulás is. Az egyéni felbukkanások mellett az istenségek mint a kozmikus drámák szereplői is jelentkezhetnek (ilyen az Ahrimán és az Aura Mazda erői közötti harc a zoroasztrizmus panteonjából, az olümposzi istenek és a titánok háborúja, Lucifer és az öt követő angyalok bukása, a kozmikus óceán kőpülése, amelyből a hindu istenek és démonok az amrita nektárját nyerik, valamint az északi mitológia isteneinek alkonya).

A JÓSÁGOS és haragos isteni lényekkel való találkozás általában erőteljes érzelmi reakciót vált ki, amely az extatikus elragadtatástól, az üdvözültség állapotától a metafizikai pánikig, a kibírhatatlan fájdalomig és a megőrülés érzéséig terjedhet. Azonban bármennyire erőteljesek is e képek, az átélő mégsem érzi úgy, hogy az élmény során a Legmagasabb Lénnel, vagy a világegyetem végső okával szembesült. Ez az érzés ennél magasabb szinten jelentkezik, amelyről később bővebben is szólunk.

E KATEGÓRIA illusztrálására egy magas dóziszú LSD által kiváltott élmény leírását választottam, amelynek középpontjában Krisztus és az Antikrisztus iker-figurája áll.

Az élmény legmegrázóbb része az volt, amikor a gonosszal, a világegyetem rossz princípiumával azonosultam. Valahol fölöttem guggolt ez az elképesztően aljas és visszataszító figura, s a birodalmát szemlélte. Bele kellett bújnom a bőrébe, azonosulnom kellett vele, a legalávalóbb létezővel. Hitlerré váltam, a Halál Tábornokává. Semmi mást nem éreztem, csak tiszta gyűlöletet; ölni akartam, fájdalmat okozni, embereket kínozni. Nagyon fájdalmas volt, de meg kellett tennem. Nem hittem volna, hogy ennyi gyűlölet él bennem. A gyűlöletet, mint valami tapinthatót érzékeltem - fekete és gonosz állagnak vagy sötét és sűrű energiának tűnt előttem.

Egy démoni hatalom jelenlétét éreztem Krisztus közvetlen közelében; felismertem az Antikrisztust! Ő is a kozmikus utazás része volt. A világ összes Hitlerjét, az összes despotát és diktátort e gonosz erő megjelenésének és testet öltésének láttam. Nehéz volt tudomásul venni, hogy a Krisztus és Antikrisztus milyen közel állnak egymáshoz. Nagyon zavarba ejtett: vajon hogyan lehet eldönteni, amelyik amelyik? Megértettem, miért olyan nehéz igazi spirituális vezetőt találni. Hiszen honnan tudható, vajon egy spirituális vezető Krisztust vagy Antikrisztust testesíti meg? A spirituális jóság és gonoszság nem más, mint ugyanannak az éremnek a két oldala. Valamilyen módon e két ellentétes kozmikus energia paradox társítása megmagyarázni látszott olyan érthetetlen eseményeket, mint amilyen a náci párt felemelkedése volt Németországban, vagy mint bizonyos vallási szekták kérdéses működése napjainkban.

Azután egy rövid, de hihetetlenül erőteljes élményem volt, amelyet sohasem fogok elfelejteni. Éreztem Lucifer jelenlétét, s később láttam is őt. Hatalmas, fekete figura volt, félig ember, félig állat, szőrös testtel, nagy karmokkal és sárkány-szárnyakkal. Egy sötét

barlangból jött elő, s úgy szárnyalt fel a szurokfekete égre az éjszaka közepén, mint egy gigászi denevér. Ahogy a távolból figyeltem őt, nagy meglepetéssel vettem észre, hogy a feje lángokban áll. Az Ördög, maga Lucifer is átalakulóban van - Fénnyé, a Fény által. Ekkor megértettem, mért jelenti a Lucifer szó a "fény hordozóját". A szemem előtt emésztették a Tisztítóűz lángjai. Tudtam, többé nem fogok félni sem a gonosztól, sem az Ördögtől.

h. Egyetemes archetipusok megtapasztalása

AZ "ARCHETIPUS" fogalmát Carl Gustav Jung honosította meg a pszichológiában; e szót felváltva alkalmazta az "ősképek" és a "kollektív tudattalan szereplői" kifejezésekkel. Tágabb értelemben egy archetipus mindazokat a statikus mintákat és alakzatokat, valamint mindazokat a dinamikus lelki folyamatokat jelöli, amelyek az egyénen túlmutató, általános minőséggel bírnak (Jung 1959). E meghatározás azonban meglehetősen általános, és igen sok, e fejezetben tárgyalt transzperszonális jelenségre ráillik. A jungi életműben megtalálhatjuk még az archetipusok rendszerének hierarchikus felosztását is. Én magam ezúttal szűkített értelemben használok a kifejezést, s azokat az archetipusokat értem alatta, amelyek valóban univerzális érvényűek, s nem tekintem archetipusnak ezek különleges kulturális megnyilvánulásait, változatait és módosulásait.

EZEN UNIVERZÁLIS archetipusok némelyike általánosított biológiai, pszichológiai, társadalmi és foglalkozási szerepeket jelöl. A biológiailag meghatározott univerzális archetipusok példaként a Nő, a Férfi, az Anya, az Apa, a Gyermeke, a Zsidó, valamint a különböző színű fajok Emberét említhetjük. Bizonyos járulékos pszichológiai jellemvonások határozzák meg ezen túlmenően a Jó és Gonosz Anya, az Elnyomó Apa, a Szerető, a Mártír, a Hontalan, a Csavargó, a Fukar, a Despot, a Gonosz Romboló, a Szélhámos, a Bölcs Öregember és Öregasszony, az Aszkéta, a Remete archetipusát. Ezek közül néhány archetipus mitológiai dimenziójú s különleges földöntúli erővel is rendelkezik. Ez elmondható többek között a Nagy és Szörnyűséges Isteni Anya, a Nagy Hermafrodita vagy a Kozmikus Ember képéről.

A MEGHATÁROZOTT foglalkozási és társadalmi szerepet képviselő archetipusokra példaként a Tudós, a Diktátor, a Munkás, a Forradalmár vagy a Kapitalista figuráját említhetjük. Ezek az élmények szorosan kötődnek a korábban leírt csoport-tudatúsághoz, de mégsem azonosak azzal. Ez utóbbiban az átélő egy időben azonosul egy adott csoport minden egyes tagjával, míg a korábban említett kategória a szóban forgó szerep megszemélyesített képeit jelöli - a platoni ideákhoz hasonlatosan.

E KÉT JELENSÉG példája lehet az egyik oldalon a világ összes forradalmárával való tudati azonosulás, a másikon pedig az archetipikus Forradalmárral való eggyé olvadás. Az ilyenfajta archetipikus képekre gyönyörű példa az azonos kategóriába tartozó személyekről készült egymásra exponált lézer-képek sorozata. Egy, néhány éve Honoluluban tartott kiállításon, a *Hawaii gyermekei* címet viselő hologram-kép hawaii gyerekekről készült nagy számú egymásra másolt háromdimenziós képből állt. Csodálatos példája volt ez a fent tárgyalt kategóriának. E jelenség kevésbé drámai hatású változata a hagyományos fényképezési eljárással egymásra exponált arcképek sorozata, amelyet Rupert Sheldrake is felhasznált morfogenetikus rezonancia-elméletének illusztrálására (Sheldrake 1981). Létezik az archetipusoknak egy különleges kategóriája, amely az emberi személyiség bizonyos megszemélyesített aspektusait képviseli; ezek a híres jungi Animus, Anima és az Árnyék.

PÉLDAKÉNT saját 200 milligrammos MDMA (Adam vagy Extázis) által kiváltott pszichedelikus élményeimet szeretném leírni. Ebben megszemélyesített univerzális archetipusok vegyülnek az Apokalipszis archetipusával.

Erős aktivitást kezdem érezni a testem alsó részén. Medencém úgy vibrált, mintha hatalmas mennyiségű energia áradt volna belőle extatikus lökésekben. Egy ponton ez az áradó energia részegítő őrjöngésben sodort tova a teremtés és megsemmisítés kavargó kozmikus örvényébe.

A kezdeti erők e hatalmas hurrikánjának közepén négy óriás figura valami ősi kozmikus kardtáncot járt. Erős mongol arcvonásaik, kiugró pofacsontjuk, ferde vágású szemük és kopaszra borotvált fejük volt, közepén hosszú, fonott farkoccsal. Miközben őrjöngve járták körtáncukat, kezükben hatalmas fegyvereket forgattak, amelyek leginkább kaszára vagy L-alakú handszárra emlékeztettek. A forgó négy fegyver egy gyorsan pörgő szvasztikában egyesült. Bekapcsolódtam a táncba, s egyéniséget hátrahagyva átváltoztam egyiküké, vagy talán mind a négyüké.

Az élmény ezután a rombolás képeinek elképzelhetetlen panorámájává nyílt ki. E víziókban természeti katasztrófák - vulkánkitörések, földrengések, meteor-becsapódások, erdőtüzek és áradások - keveredtek égő városok, összeomló épületek, tömegszerencsétlenségek és háborús borzalmak képeivel. A teljes megsemmisítés e hulláma élén a világvégét szimbolizáló félelmes lovasok négy archetipikus alakja vágtatott. Rájöttem, ezek az Apokalipszis Lovasai. Csipőm folyamatosan rázkódása és lökései most szinkronba kerültek e baljós vágta mozdulataival, s én a lovasok egyikévé változtam.

A fenti leírásból talán úgy tűnhet, hogy az élmény kellemetlen volt és ijesztő. Ezzel szemben - bizonyára az amfetamin-szermazetek jóindulatú tulajdonságainak köszönhetően - az uralkodó érzés a fékevesztett energiákba való beolvadás és az az elragadtatás volt, amelyet az ülés során nyert hihetetlen filozófiai és spirituális felismerések váltottak ki. Rájöttem, hogy az Apokalipszis gondolatát nem szabad szó szerint venni, mint ahogy azt ma a kereszténység uralkodó nézetei szerint teszik.

Annak ellenére, hogy lehetséges: egyszer ténylegesen megvalósul bolygónkon mint valóságos történelmi esemény - az Apokalipszist mindenek előtt archetipusnak kell tekintenünk. Mint ilyen, a tudat-fejlődésnek azt a szintjét képviseli, amelyen az egyén rájön az anyagi világ illuzórikus voltára. Mikor az univerzum feltárja igazi lényegét, amely nem más, mint a tudat kozmikus játéka, az anyagvilág az egyén tudatában összeomlik. E helyzet egy korábbi állapotot idéz, amelyben a keresztre feszítés és feltámadás archetipusának átélése a testtel való filozófiai azonosulást semmisítette meg.

A különböző kultúrákban az apokaliptikus víziók archetipikus képekkel vegyülnek, szimbolizálva a dologi világ illuzórikus voltát. Ezek közül a legtalálóbbnak talán Platon barlang-hasonlatát tekinthetjük.

Az ülés utolsó jelentős élménye a megszemélyesített alapelvek, archetipusok nagyszerű felvonulása volt; egy bonyolult közbizalmi játék, amelyben a résztvevők megalkották a jelenségek világát, az isteni szindarabot, amelyet a hinduk lilának neveznek.

A szereplők ezerarcú személyiségek voltak, jelentésük számtalan oldalával, szintjével és dimenziójával, amely változó formájukat állandóan holografikus módon egybeolvasztotta. Mindegyik egyszerre látszott megjeleníteni funkciójának lényegét, s egyben princípiumának összes kézzelfogható megvalósulását is az anyagi világban. Ott volt Maya, a rejtélyes éteri alapelv, amely az illúziók világát szimbolizálta; ott volt Anima, az örök nőiség szimbóluma; Mars, a háború és agresszió megszemélyesítése; a Szeretők, a minden idők szexuális drámái és románcai képviseletében; megjelent az Uralkodó királyi figurája; a rejtőzködő Remete; a megfoghatatlan Szélhámos, és még sokan mások. Amint keresztülhaladtak a színpadon, meghajoltak felém, mintha csak elismerést vártak volna részvételükért az isteni színjátékban.

i. Egyetemes szimbólumok intuitív megértése

A LEGÉRDEKESEBB élmények közé tartozik az archetipikus képek ezoterikus értelmének felismerése. E tapasztalatok megerősítik a szimbólumok Carl Gustav Jung által felvetett értelmezését. Sigmund Freud magyarázatával szemben, amely szerint a szimbólumok ismert, de gátlás alá eső tartalmakat jelölnek, Jung a szimbólumokat olyan, más módon kifejezhetetlen dolgok legközelebbi jelölőinek tekintette, amelyek a tudat magasabb szintjeihez tartoznak. Az univerzális szimbólumok távolról sem egyszerű biológiai funkciók rejtélyes meghatározói, hanem az összetett transzcendens valóságra utaló jelképek. Amit Freud szimbólumoknak nevezett - a tudat azonos szintjén létező elemekre való burkolt utalást - arra leginkább a "jelek" kifejezés illenék.

MEGVÁLTOZOTT tudatállapotokban az univerzális szimbólumok látványa igen jelentős szerepet kaphat még azoknál a személyeknél is, akiket korábban egyáltalán nem érdekelt a miszticizmus, illetve akik a miszticizmus ellenzői közé tartoztak. E víziók segítségével az átlók gyakran azonnal megértik a szimbólumok különböző szintű értelmét, s mély érdeklődés ébred bennük a spirituális út iránt. Kutatásaim során leggyakrabban a kereszt, a körbe írt négyzet, az indo-iráni szvasztika baljós és békés formája, az ősi egyiptomi ankh (nílusi kereszt vagy *crux ansata*), a lótuszvirág, a taoista jin-jang, a hindu szent fallosz (*Shiva lingam*) és vulva (*joni*), a gyémánt és más drágakövek, a buddhista kerék, és a hatágú csillag héber és hindu értelmezésű szimbólumával találkoztam.

E TAPASZTALATOK nyomán különféle ezoterikus tanítások pontos értelme is megfigyelhetővé válik. Előfordult, hogy olyanok, akik számára tökéletesen ismeretlen volt a Kabbala, élményeik során, melyek igen hasonlítottak a Zóhár és a Szefer Jecirah leírásaihoz, meglepő felismerésekre jutottak a kabbalisztikus szimbólumok körében. Mások képesek voltak leírni a tibeti Vajrayana és más tantrikus iskolák bonyolult mandaláinak értelmét és szerepét. Olyan személyek, akik korábban megmosolyogták az asztrológiát, az alkímiát s a jóslás ősi formáit (Ji Csing, Tarot), hirtelen felfedezték ezek mélyebb jelentését, s becsülni kezdték metafizikai jelentőségüket. E megvilágosító felismerések gyakran nyitották meg addig szkeptikus egyénüket a gnosztikus tanításokra vagy a világegyetem térmértani és számtani rendjének pithagoreus magyarázatára.

A KERESZT univerzális szimbolikájának vízióiból valóságos gyűjteményt kínál a következő érdekes példa, amelyet Robert Masters és Jean Houston *A pszichedelikus élmény fajtái* c. könyvéből vettem (Masters és Houston 1966). Főszereplője egy ügyvéd, aki korábban teológiát hallgatott, de vallási kétségei miatt megszakította tanulmányait. Az alább következő élményét egy díszes kereszt váltotta ki, amelyet a kísérlet vezetői adtak a kezébe.

Láttam Jézus megfeszítését és Péter mártírúját. Néztam, ahogy a korai keresztények meghalnak az arénában, míg a többiek sietősen haladnak a római kis utcákon és Jézus tanait terjesztik. Ott voltam, amikor Konstantin megpillantotta az égre rajzolódó kereszt vízióját. Láttam Róma bukását és a Sötét Korok eljövételét, s láttam, amint a nyomorúságos kunyhók ezreiben kis, kereszt alakú, falra szegezett ágacsok jelentették az egyetlen reményt. Néztam, ahogy ezeket durva paraszt-lábak tiporják obszcén természeti rítusok során, míg a Bizánci tenger túlsó partján díszes mozaikokon és hatalmas kupolás katedrálisokban dicsőítik a keresztet.

A kezem megremegett, a kereszt megcsillant, s a történelem újabb fordulatot vett. Luther Márton karonfogva sétált Billy Grahammal, őket Aquinói Szent Tamás követte és a keresztetek hada. Az inkvizíció baljós figurái csontos ujjakkal tébolyult boszorkányokra mutattak, s egy hatalmas vércsepp dermedt lassan óriási, alvadt keresztté. XXIII. János pápa üdvözölte a máglyákat, Jean D'Arc és Savanarola széles mosollyal parolázott egy vörös nyakú, kénkövet és pokoltűzét kiáltó texasi lelkésszel. Bombázók húztak el kereszt alakzatban, és Szent Ferenc a madaraknak prédikált.

Százezer kép nőtt ki a kereszt csillogó felszínéből, s tudtam, újabb százezer várakozik mögöttem. De akkor - s nem tudom mindez mikor és hogyan történt - belemélytem e szimbólum lényegébe; testi, lelki és szellemi valóm a kereszt teljességgel magába olvasztotta. Életem a kereszt történetének csillogó, szikrázó epizódjaivá változott, s a várakozó százezer esemény már a saját életem története volt. A kereszt szégyene és dicsősége szüntelen ismétlődött életem apró részleteiben. Enyém volt a szégyen és enyém volt a dicsőség. Inkvizítor voltam és szent, igaztalanul elátkozott és fennköltén dicsért. S én is, miként a kereszt, meghaltam, és éltem, és meghaltam, és éltem, s meghaltam, hogy élhessek újra és újra. S talán még egyszer meghalok. De tudtam (és most is tudom), hogy a bűn mulandó, de a megváltás örök.

j. Teremtő inspiráció és a prométheuszi impulzus

AZ ALKOTÁS lélektanának felületes áttanulmányozása során is világossá válik, hogy az igazi művészi, tudományos, filozófiai és vallási ihletet transzperszonális forrásból eredő, megváltozott tudatállapotok közvetítik. Azok a működések, amelyek az alkotó folyamatok dinamikájával kapcsolatosak, láthatóan három nagy csoportba oszthatók.

AZ ELSŐ olyan helyzetekkel kapcsolatos, amelyben az adott személyek évek hosszú során át küszködnek egy problémával, s nem voltak képesek rábukkanni a megoldásra. Az előkészületi idő jellegzetesen adatgyűjtéssel, a témára vonatkozó irodalom áttanulmányozásával és ismételt próbálkozásokkal telik, amelyek során megkísérik a hagyományos logika segítségével legyőzni a problémát. A megoldás azután egy megváltozott tudati helyzetben - álomban, kimerült állapotban, lázas betegséget kísérő hallucinációban vagy meditáció során - megérkezik. E folyamat számtalan híres példával illusztrálható.

FRIEDRICH AUGUST von Kekulének, a híres kémikusnak a szerves kémia születését jelentő benzolgyűrű-képlet álmában jelent meg, mint egy önmaga farkába harapó kis Uroboros kígyó. A neuron-impulzusok kémiai átvitelét kutató Otto Loewy fiziológusnak a Nobel-díjat jelentő döntő kísérlet terve álmában érkezett. Werner Heisenberg a kvantum-fizika matematikai megoldására helgolandi tartózkodása során, komoly szénalázban fekve, félig öntudatlan állapotban jutott. E példák azt bizonyítják, hogy a megváltozott tudatállapot képes felfüggeszteni azokat a hagyományos gondolkodási folyamatokat, amelyek a megoldást és az új alkotói szintézist gátolják.

A MÁSODIK csoportba azok az esetek tartoznak, amelyek során egy eszme vagy gondolati rendszer általános formája hirtelen ihlet formájában érkezik meg a transzperszonális régiókból, s gyakran hosszú idő telik el, míg az adott terület fejlődése igazolni képes ezt az elképzelést. Évek, évtizedek, sőt, néha évszázadok is beletelnek, míg a szükséges mennyiségű bizonyíték összegyűlik. Ókori példaként említhetjük Leukipposz és Demokritosz atomisztikus elméletét, vagy az ión filozófus, Anaxagorasz által felvetett ötletet, hogy az élet az óceánból ered. Akár az ősi janaista iskolák által tanított jiva-elmélet a világegyetem minden részecskéjének részvételéről az információ-közvetítésben, akár az Avatamaska buddhizmus alapját képező, a minden létező egymásba hatolásának tana méltán különösnek és abszurdnak tűnhetett a világegyetem rezgő természetének és a holonomikus alapelvek fölfedezése előtt. Az ősi kozmogenetikus elméletek, amelyek a fényt, mint az univerzum teremtő lényegét tekintették, a közelmúltban szintén váratlan megerősítést nyertek a tudomány részéről. Bebizonyosodott ugyanis a fotonok különleges szerepe a szub-atomai részecskék között, s a fenti elméletet támasztja alá Arthur Young haladási elmélete is (Young 1976).

A HARMADIK csoportba tartoznak a valóságos prométheuszi teremtő impulzus esetei, amelyek során az ihlet teljesen kész, azonnal közölhető alkotást produkál. Nikola Tesla azután építette meg az ipart teljes mértékben forradalmasító generátorát, miután annak összes terve és tökéletesen működő prototípusa egy részletes vízióban szeme előtt megjelent. Relativitás-elméletének alapjait Albert

Einstein is megváltozott tudatállapotban fedezte fel; leírása szerint legtöbb felismerése az izmaiban kialakuló mozgás-érzet formájában jelentkezett. Állítólag Richard Wagner a legtöbb zenéjét hallucinációs úton szerezte. Wolfgang Amadeus Mozart azt állította, hogy szimfóniai, mielőtt még leírta volna őket, gyakran kész formában jelentek meg a fejében. A muzulmán hit szent szövegeit Mohammed víziós úton kapta. Ilyenkor Allah jelenlétét érezte, s a "megsemmisüléshez hasonló extázis" állapotában volt.

k. Találkozás a teremítő istenséggel és bepillantás a világegyetem teremítésébe

EZEN ÉLMÉNYEK során az átélő úgy érzi, találkozott vagy azonosult a világegyetem teremítőjével. Mindezt a teremítés folyamatára, annak motívumaira, okára és problémáira vonatkozó különleges meglátások kísérhetik. Ezen a szinten a Teremítő általában igen sok - bár nem mindig emberi léptékű - személyes tulajdonsággal rendelkezik. Megérezhetővé válik itt a teremítés folyamatát kiváltó és az a mögött álló erők jellege is. Sokan úgy írják le azokat, mint túlcserélődő teremítő energiát, ellenállhatatlan művészi impulzust, parttalan kíváncsiságot, szenvedélyes kísérletezési vágyat, a tudás és az önmegismerés szomjúságát, élmények utáni törekvést, és hatalmas, megnyilvánulni vágyódó szeretetet, illetve az egyhangúság és unalom előli menekülést.

AZ EFFAJTA élmények komoly kérdéseket vetnek föl az átélőkben a világban betöltött szerepüket illetően. Vannak, akik fellelkesülnek, mikor felfedezik, hogy képesek azonosulni a Teremítővel, s ezáltal napi problémáikra is tökéletesen új, metafizikus rálátást kapnak. Úgy találják, nehezen érezhetik magukat mostoha körülmények áldozatainak, miután ráébredtek, hogy egy másik szinten azonosak azzal, aki e körülményeket megalkotta.

MÁSOK ezzel szemben erősen ragaszkodnak a hétköznapi önmagukkal való azonossághoz, s úgy érzik, létük e formájában kell megtalálniuk létezésük értelmét. Annak gondolata, hogy az emberek egy előre megírt kozmikus dráma szereplői, lehet felemelő de elbátorítatlanító is egyben. Különböző személyek e téren saját élményeik alapján találják meg testre szabott válaszukat. Néhányuknak a tapasztalati világ csupán illúzió, s a legmagasabb cél számukra e tényre ráébredni. Mások úgy tekintik az embert, mint olyan létezőt, akinek sajátos feladata az intelligens tényező szerepét játszani a világban, és ezáltal elősegíteni a fejlődést, illetve kivonni magát az alap-elemek közül, amelyek nemkívánatos, ám elkerülhetetlen melléktermékei a kozmikus Teremtésnek.

A TEREMTŐ feltűnhet a legfelső erő képében, amely a különféle vallások Istenéhez teszi őt hasonlatossá. Egyes esetekben mégis mint a világegyetemek egyik teremítője tűnik elénk. Sőt, néhányan arról számoltak be, hogy élményeik során a teremtők - a nyugati kultúráktól eltérő - férfi-nő *dyádját* látták, illetve átérték, amint világegyetemünk egy felsőbb játékfolymat során, több magasrendű lény közreműködésével teremtetett.

A BESZÁMOLÓ, amelyet itt illusztrációként használok, egy magas-dózisú LSD ülésről származik.

Ezután a tudat hihetetlen kitágulása következett. Kint találtam magam a csillagközi térben, s láttam, ahogy galaxisok születnek galaxisok után a szemem előtt. Úgy éreztem, a fénysebességnél is gyorsabban mozgok. Galaxisok húztak el mellettem, egyik a másik után. Az energia egy központi kiáradása felé közeledtem, amelyből, úgy tűnt, az egész világegyetem ered. Ahogy közeledtem e terület felé, megéreztem az izzó hőséget, amely belőle árad. Hatalmas kohó volt, a világegyetem kohója.

A hőérzet hihetetlen méretűvé növekedett, s így volt ez a fény erejével is. Rájöttem, hogy az izzás, amelyet tapasztaltam, a Tisztítóűz sugárzása volt. Amint közelebb mentem, éreztem, hogy ön-azonosságom az Energia egyik testet öltéséből magává az Energiává változik. Úgy tűnt, ebben a pillanatban beléptem a kozmikus teremítés Kohójának legeslegközepébe. Extatikus élmény volt, s a Határtalan Erő érzetével töltött meg.

Hirtelen megértettem a kozmosz szerveződése mögött húzódó elvet. Az Univerzális Tudat végtelen színdarabok sokaságát adja elő olymódon, ahogy azt mi a színpadokon vagy a mozikban látjuk. Ezekben az önmagát elvesztítő, és újból megtaláló főszereplő maga a Teremtő. E Kozmikus Tudat folyton különválásba, elutasításba, fájdalomba, rosszba, kínba és sötétségbe merül, hogy megtapasztalja eredeti biztonságos és boldog állapota újrafelfedezésének végtelen örömet. Igazi lényege valójában a negativitáson és bármifajta dualitáson túli oszthatatlan egység. Ám hogy a fenti utat bejárhassa, meg kellett teremtenie a tér, az anyag és az idő illúzióját, s ezzel együtt a rosszt, a sötétséget, a fájdalmat és a rombolás kategóriáit.

Tovább gondoltam a mozi-analógiát; különösen találó hasonlatnak éreztem a teremítés folyamatára. Amit a pszichédikus ülésen tapasztaltam, az ahhoz volt hasonló, mint amikor az ember hátat fordít a vetítövászonnak és egyenesen a vetítőgép fényébe néz. Egyetlen fényforrás vetít végtelen számú képet és jelenetet a vászonra! Ha a fénysugarat a vetítőgép belsejéig követjük, ürességet találunk ott, ahonnan a fény ered. A filmet pedig azon archetípusok megfelelőjének lehet tekinteni, amelyek a kivetített élmények milyenségét eldöntik a négydimenziós tér-idő kontinuumban.

l. A Kozmikus Tudat élménye

AKIK a Kozmikus Tudat élményét átéltek, úgy érzik, hogy átfogják a létezés teljességét és elérik a valóság mögötti Valóságot. Minden kétséget kizáróan érzékelik kapcsolatukat a mindennek fölött álló és végső Létezéssel. Ez a létező az egyetlen igazi titok; ha valaki egyszer felfogta lényegét, minden mást képes megérteni és megmagyarázni. Az anyag, tér és idő illúziója, a valóság végtelen számú formája és szintje mind erre az egyetlen rejtélyes alapelvezethető vissza, ez mindennek a közös nevezője és forrása.

EZ AZ ÉLMÉNY határtalan, végtelen és kimondhatatlan. A szóbeli leírás, valamint a nyelv legszimbolikusabb kifejezései is nevetésgesen alkalmatlan eszköznek tűnnek, hogy lényegét és minőségét kifejezzék. Jelenségvilágunk, s mindaz, amit hétköznapi tudatállapotunk során érzékelünk, e magasrendű tudatosság fényében elhomályosul, s mint annak korlátozott, látszólagos és jelentéktelen megnyilvánulása tárul elénk. Ez az alapelv egyértelműen minden összehasonlítás fölött áll, s még a vele történt legközelebbi találkozás is tökéletesen kielégíti az átélő összes intellektuális és filozófiai kíváncsiságát. Az egyén minden valaha feltett kérdésére választ kap, vagy nem is érzi szükségét újabb kérdések föltételének.

AZ ÉLMÉNY természetének legjobb megközelítését az indiai okkult és vallási iratok *saccidánanda* elmélete adja. Ez az összetett szanszkrit szó az alábbi három részből áll: *sat* (lét vagy létezés), *chit* ((ezt általában tudatosságnak vagy tudásnak fordítják), és *ánanda* (üdvösség). A forma és dimenzió nélküli megfoghatatlan kozmikus tudat leginkább a Végtelen Létezés, a Végtelen Tudatosság és Tudás, valamint a Végtelen Üdvösség szavakkal írható le. Mégis, mivel minden szó elsődlegesen az anyagi valóság jelenségeire és folyamataira utal, csupán száználmas kísérletnek tekinthető szavakba foglalni e transzcendentális alapelv lényegét.

EGYETLEN eszközként a felhasználó szavak nagybetűs írása kínálkozik, amely jelenség a pszichotikus betegek írásmódját idézi, akik e módon igyekeznek belső világuk kifejezhetetlen tartalmát közölni. A fenti élményt átélt személyek gyakran állítják, hogy a költészet nyelve, ha mégoly tökéletlenül is, képes e tapasztalatot szavakba önteni. Hildegard von Bingen, Rumi, Kabir, Mirabi, Omar Khayyam, Kahlil Gibran, Rabindranath Thakur és Sri Aurobindo halhatatlan alkotásait kell itt megemlítenünk.

AZ ITT következő élményben, amelyet 150 milligramm Ketalar (ketamin) idézett elő, a más személyekkel és az égi birodalommal (mennyországgal) való azonosulás keveredik a kozmikus tudat elemeivel.

Úgy éreztem, jelen vannak mindazok a barátaim, akikkel érdeklődési körünkben, értékrendünkben, életcéljaink tekintetében hasonlóak vagyunk. Nem láttam őket, de extraszenzoriális úton éreztem teljes jelenlétüket. Összetett folyamaton mentünk keresztül, amelynek során a közöttünk lévő azonosságok és különbözőségek területeit próbáltuk azonosítani és azok ütközőpontjait megszüntetni egy már-már alkimiai semlegesítő eljárás segítségével.

Egy ponton úgy tűnt, elértük a célt, s egy teljesen egyesült hálózatot alkotunk - egyetlen, világos céllal rendelkező, belső ellentmondást nem hordozó egységet. Ezután ez a szervezet átváltozott valamivé, amit én a "tudat úrhajójának" neveztem magamban. Mozgásba lendültünk, amely egyesítette magában a térbeli repülés elemeit és a tudat fejlődésének meglehetősen elvont megnyilvánulásait.

Korábbi pszichedélikus üléseim során megtapasztaltam és filozófiailag is elfogadtam azt a hindu szemléletet, amely az univerzumot Isteni Drámának (lila) tekinti. E kozmikus bűjőcskában egy bizonyos szinten minden tudott és minden már megtörtént. Az egyén egyetlen feladata, hogy a tudatlanság fátylát felemelje és mindent megértsen. Amit viszont most tapasztaltam, az új volt és nagyon izgalmas. Az igazi fejlődés valószínűségi lehetőségnek tűnt, s úgy éreztem, ebben mindnyájan fontos részt vállalhatunk. Ez a fejlődés olyan dimenziókba vezetett, amelyekről nem tudtam a hétköznapi életben, s nem tapasztaltam a korábbi megváltozott tudatállapotok során sem.

A mozgás egyre gyorsabb és gyorsabb lett, míg el nem ért egy abszolút határt, olyat, mint amilyen a fénysebesség az einsteini univerzumban. Mindnyájan úgy éreztük, e határ átléphető, de ennek következménye teljességgel beláthatatlan és veszélyes. A kalandvágy, amely az érintett egyének csoportjára mindig is jellemző volt, megszülte az elhatározást: tovább megyünk, s szembenézünk az Ismeretlennel.

Amikor a határt átléptük, az élmény - igen nehezen leírható módon - dimenziót váltott. A térben való mozgást a tudat hihetetlen léptékű tágulása váltotta fel. Az idő megállt, s mi beléptünk egy létezési állapotba, amelyet "borostyán-tudatúságnak" neveztem el. Ezután tisztító folyamaton estünk át, amely az élményből kivonta a szerves élet utolsó részecskéit is. Egyszer csak ráébredtem, hogy már egy gyémánt tudatával rendelkezem. Nagy jelentőségűnek tűnt, hogy a gyémánt tiszta szén, olyan elem, amelyből minden élő építkezik, s hogy létrejöttéhez hihetetlen magas nyomás és hőmérséklet szükséges. Úgy tűnt, a gyémánt az élet és a természet összes információját - mint valami végső számítógép - teljesen tiszta és sűrített formában tartalmazza.

A gyémánt többi fizikai tulajdonsága is mintha annak metafizikai jelentőségére mutatna: a szépség, az átlátszóság, a csillogás, a tartósság, a megváltoztathatatlanság, s az a képesség, hogy a fehér fényt a szívrárgy színeire bontja. Úgy éreztem, megértettem, mért nevezik a tibeti buddhizmust Vajrayánának; ugyanis az egyetlen kifejezés, amellyel e végső kozmikus extázist le tudtam írni, a "gyémánt-tudatúság" volt. Ebben létezett az univerzum minden teremtő energiája és intelligenciája, mint téren és időn túli tiszta öntudat. Természetében teljesen absztrakt volt, s mégis tartalmazta az összes létező formát és a Teremtés minden titkát.

Teljesen feloldódva, bár a különvalóság bizonyos érzését megőrizve lebegtem ebben az energiában, mint a tudat egy dimenzió nélküli pontja. Érzékeltem a barátaim jelenlétét, akikkel idáig együtt utaztam; igaz, forma nélkül, de egyértelműen velem voltak. Mindnyájan úgy éreztük, elértük a végső megelégedés állapotát; elértük a forrást és a legvégső állomást, s olyan közel vagyunk a mennyországhoz, mint soha azelőtt.

m. A kozmosz feletti és a kozmoszon túli Ūr

AZ ŪR megtapasztalása a transzperszonális élmények legtalányosabb és leginkább paradox területe. Az átélő ilyenkor az eredendő Ūrességgel, a Semmivel és a Csönddel találkozik, amely minden létezés bölcsője. Mivel ez mindennek ősforrása, nem eredeztethető semmi másból; ez a nem teremtett és szavakkal kifejezhetetlen Ős-ok. A "kozmosz feletti" és "kozmoszon túli" szavak az e területen kiművelt átélők által használt kifejezések, mellyel az általunk ismert anyagi kozmoszhoz tartozó Ūr és a fenti élményben tapasztalt Ūr közötti különbséget igyekeznek szavakba önteni.

AZ ŪR TÚL VAN minden téren és időn, túl minden formán, túl olyan polaritáson, mint fény és sötétség, jó és rossz, mozgás és nyugalom, öröm és fájdalom. Mivel semmi kézzelfogható nem létezik ebben az állapotban, ezért semmi, ami a létezés része, nem is hiányzik belőle. Így ez az Ūresség bizonyos értelemben minden létezőtől terhes, mivel lehetséges formájában mindent tartalmaz. Ez az élmény - bár összehasonlíthatatlanul magasabb metafizikai szintet képvisel - bizonyos szempontból rokon vonásokat mutat a csillagközi tér átélésével és a kvantum-relativista fizikából ismert dinamikus Ūr elméletével.

AZ ŪR ÉLMÉNYE az általunk ismert oksági elvet is túlhaladja. Az átélők magától értetődőnek érzik, hogy a jelenségvilág változatos formái minden nyilvánvaló ok nélkül előbukkanhatnak ebből az Ūrből. Annak lehetősége, hogy valami a semmiből eredhet vagy éppen eltűnhet minden nyom nélkül, illetve hogy valami érzékelhető előzmény, kezdő impulzus vagy megfelelő ok nélkül megtörténhet, az élmény szintjén egyáltalán nem tűnik abszurdnak. A buddhista iratok paradox és talányos részei, amelyben a formát az Ūrességgel s az Ūrességet a formával azonosnak állítják, hirtelen kristályosan tiszta értelmet nyernek. Az Ūr Ūresség, amely formával terhes, és a lét különböző szintjein megnyilvánuló számtalan forma lényegében Ūres.

PSZICHOID TERMÉSZETŰ TRANZSPERSZONÁLIS TAPASZTALATOK

A PSZICHOID természetű transzperszonális tapasztalatok sajátos tulajdonságokkal rendelkeznek. Egyrészt tisztán szubjektív, belső, lelki események, másrészt viszont értelmezhető módon kapcsolódnak a materiális világban észlelhető bizonyos fizikai változásokhoz. Ez utóbbi mások által is megfigyelhető, sőt, mérhető tényező. Az itt használt pszichoid kifejezés azt sugallja, hogy e jelenségek a tudat és az anyag határán húzódó "szürkületi zóna" különleges hibridjei. Carl Gustav Jung a pszichoid kifejezést az archetípusok egyes tulajdonságaira és a psziché és a materiális világ közötti szinkronisztikus kapcsolatokra alkalmazta (Jung 1964). Én e kifejezés értelmét az e részben említésre kerülő jelenségek mindegyikére kiterjesztettem.

A KORÁBBAN tárgyalt transzperszonális jelenségek leírása egytől egyig első kézből származó élmények leírásán alapult. Betegeimen végzett megfigyeléseimet pszichedélikus ülések és holotróp légzést is magában foglaló ülések során gyűjtöttem össze. Emellett magam is megtapasztaltam a fenti élményeket különféle módon előidézett megváltozott tudatállapotok kapcsán. Ezzel szemben igen csekély tapasztalattal rendelkezem a most tárgyalt pszichoid jelenségek köréből. Kivételt egyedül a szinkronicitás képez, amely rendszeresen előfordul a megváltozott tudatállapotokat kutató szakemberek gyakorlatában. Úgy érzem azonban, a pszichoid eseményekről - igencsak ellentmondásos természetük ellenére - ha röviden is, de szót kell ejtenünk. Számtalan érv szól amellett, hogy a transzperszonális tapasztalatok átfogó tárgyalása során e jelenségek is említést érdemel.

A LEGLENYEGESEBB és legfigyelemreméltóbb érv ezek közül, hogy a pszichoid események leírása visszatérő eleme a különböző korok és kultúrák misztikus irodalmának. Jellemzően együtt említik más transzperszonális eseményekkel, amelyek létezését a modern tudatkutatás már megerősítette. Emellett a jungi pszichológia, a kísérleti pszichiátria és a kortárs parapszichológia is szolgáltat közvetlen bizonyítékokat egyes pszichoid jelenségekre. Mindemellett a tudományos légkör is egyre nyitottabbá válik e terület előítéletmentes tanulmányozására.

A PSZICHOID megnyilvánulások komoly vizsgálatának legfőbb akadálya a tudat és az anyag közötti kapcsolatok mechanisztikus - a newtoni - értelmezésében gyökerezik. Az az uralkodó elképzelés, miszerint a tudat az anyag véletlenszerű terméke s az agyban folyó fiziológiai folyamatoknak köszönheti létét, teljességgel abszurd és tarthatatlan. A tudományos alapelvek fejlődése a kvantum-relativista fizikában, az információ- és rendszerelméletben, a biológiában, a thanatológiában, a neuro-fiziológiában és a pszichédélikus kutatásokban egyértelműen arra mutat, hogy a tudat a természet és a kozmosz lényegi sajátja. A tudomány által szolgáltatott egyre több adat fényében a különféle pszichoid jelenségek lehetségessé, és bizonyos értelemben elfogadhatóvá válnak.

A PSZICHOID ESEMÉNYEK egyes elemei pszichológiai, más elemei szigorúan fizikai leírást igényelnek. E két összetevő aránya a pszichoid élmények típusa alapján, s a típuson belül az egyes események jellege szerint is változik. Mi több, ugyanannál az eseménynél ezt befolyásolhatják még külső körülmények és a résztvevő személyek eltérő hozzáállása is. Számos esetben a pszichoid események annyira sokrétűek, hogy - a vizsgálatot végző személy közelítésének függvényében - mind pszichológiai, mind fizikai magyarázatot is megengednek. Példaként említhetjük itt az elektromos berendezések meglepően gyakori meghibásodását a parapszichológiai kísérletek kritikus pillanataiban, a különös eseményeket, amelyek döntő bizonyítékok rögzítését teszik lehetetlenné, vagy az UFO jelenségek vizsgálata során jelentkező kétértelmű információk tényét. Sok jel mutat arra, hogy a kutatók markából folyton kicsúszó bizonyítékok kérdése e jelenségkör létének és érvényességének megkérdőjelezése helyett inkább a pszichoid események egy lényegi sajátosságát képezi.

A PSZICHOID JELENSÉGKÖR három nagy részre osztható. Az elsőben szokatlan szinkronicitások mutatkoznak különféle transzperszonális élmények és a materiális világ fizikai jelenségei között. A tudat sajátos módon az anyag világába avatkozik és értelmes egybeeséseket hoz létre. Nem kell azonban feltétlenül azt hinnünk, hogy itt a tudat aktívan hat az anyagi valóságra és abban fizikai változásokat hoz létre. Az ide tartozó anyagi események stabilan beleágyazottak a newtoni világmodellbe; az ok és hatás elvét követik, és nincsenek ellentétben a hagyományosan elfogadott természeti törvényekkel.

A MÁSODIK CSOPORTBA azok a spontán pszichoid események tartoznak, amelyekben a pszichológiai események láthatóan képesek a fizikai valóságot befolyásolni és a mechanikus tudomány törvényeit megváltoztatni. Ezek az események azonban minden tudatos szándéktól függetlenül, öntörvényűen jelentkeznek. Az átéltől utólag szándékosan megkereshetik a jelenség összefüggéseit, mint az a spiritiszta szeánszok (spiritiszta médiumítás) során felbukkanó pszichoid jelenségek esetében gyakran előfordul. Ezekben az esetekben az átélt tudatos akarata nem irányult a bekövetkezett eseményre. Az e körbe tartozó pszichoid élmények közül példaként említhetjük a stigmatizáció, a Poltergeist, a "repülő csészealj" (UFO-k) és a szentek és spirituális vezetők teste körül jelentkező fényjelenségek eseteit.

VÉGÜL az utolsó csoportba az akaratlagos pszichokinézis és a fizikai világba pszichológiai úton történő különleges és szándékos beavatkozás jelenségei tartoznak. Ide sorolható többek között a spirituális gyógyítás számtalan formája, a törzsi kultúrák rítusai, amelyek célja az esőcsinálás vagy más gyakorlati szempontok, a mágia különféle formái, az akaratlan testi működések befolyásolása, a jógik természetfölötti erői (*siddhik*), a transz-jelenségek, az akaratlagosan mozdított tárgyak, a távhipnózis és a pszichokinézis laboratóriumi esetei.

1. A tudat és az anyag közötti szinkron-kapcsolatok

A SZINKRONICITÁS - mint a newtoni tudományos gondolkodást uraló lineáris oksági rendszer figyelemre méltó alternatívája - először Carl Gustav Jung által került kifejtésre. A szinkronicitást mint nem-oksági kapcsolódási alapelvet írta le, amely a térben és/vagy időben különálló események között jelentéssel bíró egybeeséseket hoz létre (Jung 1960). A szinkronicitás igen sokféle formában jelentkezhet; személyeket és eseményeket köthet össze nagy távolságból vagy nagy időeltéréssel. Most elsősorban a szinkronicitás legérdekesebb formáját fogom ismertetni - azt, amelyben bizonyos személyek belső lelki történései (álmok, spontán víziók, meditatív állapotok, pszichédélikus jelenségek és halál-közel élmények) külső életeseményekkel kapcsolódtak össze.

AZ E CSOPORTBA tartozó szinkronisztikus események a transzperszonális élmények összes válfajánál, s néha a születéskörüli folyamat során is előfordulnak. Jung egyik saját példája annak a ritka rózsabogárnak a híres története, amely éppen akkor ütődött rendelője ablakpárkányának, amikor az egyiptomi skarabeusz álom-szimbolizációját magyarázta egy betegének, aki különösen nehezen fogadta be a transzperszonális eszméket (Jung 1961). Korábban már leírtam azokat a különlegesen fontos szinkronisztikus eseményeket, amelyek az elmúlt inkarnációk újraélését kísérik. Másik jellegzetes példa a veszélyes - mások és külső körülmények által előidézett - helyzetek és balesetek gyakori megszaporodása azon személyek életében, akik egy belső önfeltárási folyamat során az én-halál élmény közelébe jutottak. Mikor ezek az emberek átélnek az én-halált és az újjászületés élményét, a fenti helyzetek éppoly varázslatosan eltűnnek életükből, mint amilyen hirtelenséggel annak idején felbukkantak.

HASONLÓKÉPPEN, amikor valaki egy erőteljes sámánikus élmény kapcsán valamely állat formájában jelentkező szellemi vezetővel találkozik, később ez az állat annyi formában és olyan gyakorisággal képes felbukkanni az adott személy életében, amely minden ésszerű valószínűséget meghalad. Az Animus, Anima, a Bölcs Öregember vagy a Szörnyűséges Isteni Anya archetipikus képével való belső szembekerülés idején az átélt mindennapi életében is megjelennek e figurák ideális megtestesítői. Igen sok ember átélte már, hogy amikor a psziché transzperszonális területéről inspirált önzetlen munkába kezdett, körülötte hihetetlen szinkronicitások sorozata jelentkezett, és tette munkáját meglepően könnyűvé.

IGEN FONTOS tudni, hogy rendkívüli szinkronicitások fordulhatnak elő azoknak az embereknek életében, akik a transzperszonális terület tapasztalati felderítésébe fogtak. A hagyományos pszichiátria nem tesz különbséget szinkronicitás és a világ pszichotikus félreértelmezése között. Egy beteg bármely rendkívüli egybeesésről szóló közlése automatikusan a "tévképzet" címkét kapja, s a szakemberek szemében egyértelműen az illető elméleti zavarára utal. Egy nyitott szellemű kutató előtt azonban világos, hogy a valódi szinkronicitás eseteit vizsgálva - a tények ismeretében - belátható, hogy a jelentkező egybeesések minden statisztikai valószínűségnek felülmúlnak.

JUNG tisztában volt a ténnyel, hogy a szinkronicitás jelensége összeegyeztethetetlen a hagyományos tudományos gondolkodással. Ezért egyre inkább a kvantum-relativista fizika fejlődése és az általa kialakított alternatív világkép felé fordult. Maga Albert Einstein javasolta Jungnak egy személyes látogatás során, hogy folytassa a szinkronicitás jelenségének tanulmányozását, amelynek jelentőségét egyenrangúnak ítélte az új fizikai elméletekével (Jung 1973). Jung Wolfgang Paulival, a kvantumfizika egyik megalapítójával is jó barátságba került; a szinkronicitásról szóló tanulmánya éveken át hagyományosan együtt jelent meg Pauli

dolgozatával, amely az archetípusok szerepét vizsgálja az asztronómus Johannes Kepler világképében (Pauli 1955). A transzperszonális pszichológiában tapasztalt szinkronisztikus jelenségek bizonyos hasonlóságot mutatnak a modern fizika Bell-féle elméletével (Bell 1966, Capra 1982).

MAGAM is igen sok figyelemreméltó szinkronicitásnak voltam tanúja pszichedélikus és holotróp terápiák során, valamint a néhai jóga mester, Swami Muktananda környezetében. Most mégis a világhírű régész, Joseph Campbell egy nem mindennapi történetét szeretném példaként közölni, amelyet az Esalen Intézet egy szemináriumán hallottam tőle. Egy résztvevő Jung-ra és az univerzum nem-oksági kapcsolataira vonatkozó kérdésére az alábbi esetet mondta el:

A szinkronicitás egy példáját most a saját életemből fogom felidézni. Mi New York City-ben lakunk a Sixth Avenue és a Waverly Place sarkán, egy tizennegyedik emeleti lakásban. A legutolsó dolog, amire valaki New York City-ben számíthat, az az, hogy imádkozó sáskát láthat. Az imádkozó sáska játssza egyébként a busman folklórban a hős szerepét.

Éppen a busman mitológiát, vagyis imádkozó sáskákról szóló történeteket olvassgattam. A szobának, amelyben ültem, két ablaka volt; ez egyik a Sixth Avenu-re nézett, a másik a Hudson folyóra. Ez utóbbit szoktam mindig kinézni; a sixth avenue-i ablakot jó, ha kétszer nyitottam ki negyven-valahány éves ott-tartózkodásunk során.

Szóval az imádkozó sáskáról - a hősről - olvastam éppen, amikor hirtelen úgy éreztem, ki kell nyitnom a Sixth Avenu-ra néző ablakot. Kinyitottam, kinéztem, és jobbkéz felől megpillantottam egy imádkozó sáskát; ott sétált fölfelé az épület falán. Igen, ott, pontosan az ablakunk sarkában! Ilyen nagy volt (mutatja a kezével); rám nézett, s az ábrázata éppen olyan volt, mint egy busman arca. Csak úgy futkosott a hátamon a hideg! Most azt mondhatják erre, ez csupán egybeesés volt, de ugyan mi a valószínűsége annak, hogy ilyesmi véletlenül megtörténjék?

2. Spontán pszichoid események

a. Paranormális fizikai megnyilvánulások

A **SPIRITUÁLIS** és misztikus irodalomban számos leírását találhatjuk annak, hogy megváltozott tudatállapotban a test látványos fiziológiai változásokon megy keresztül vagy a megváltozott tudatállapotú személy látszólag lehetetlen teljesítményekre képes. A testi változások skálája az extatikus állapotokban jelentkező stigmatizációtól (melyre talán hagyományos magyarázatok is adódnak) az olyan szélsőséges helyzetekig terjed, mint a szentek testének fénykibocsátása, vagy a szórványosan előforduló teljes testre kiterjedő égés.

A **KÜLÖNFÉLE** harci művészetekkel kapcsolatos jelenségek is hasonlóképpen természetfölöttinek tűnhetnek. Ezek némelyike spontán jelentkezik, mások koncentrációt és akaratot igényelnek, s így inkább a később részletezett kategóriába tartoznak. Michael Murphy és Rhea White a *Sport pszichés oldala* című könyvében (Murphy and White 1978) olyan történeteket gyűjtött csokorba, amelyekben sportolók a lehetetlent súroló teljesítményeket értek el, feltehetően pszichoid működések segítségével. Murphy és társai a kaliforniai Big Surben, az Esalen Intézetben kiterjedt történeti tanulmányokat folytatnak a tudat és a test korábban dokumentált rendkívüli megnyilvánulásainak témakörében.

b. Spiritisztikus jelenségek és fizikai médiumitás

A **FENTI KATEGÓRIÁBA** tartozó jelenségek e csoportja hagyományosan a parapszichológia vizsgálati körébe tartozik. Számos "kísértetjárta" kastélyban, házban és más helyszínen igen sok ember élt át különös élményeket. Ezek gyakran meglepően hasonlóak bizonyultak, még olyan személyek esetében is, akiknek semmiféle előzetes ismeretük nem volt erről a témakörrel. Előfordultak olyan példák is, amikor többen voltak szemtanúi ugyanazoknak az eseményeknek; máskor a történetek bizonyos objektíven igazolható változásokat hoztak létre. E jelenség újkori példája lehet az a történet, amelyet Carl Gustav Jung írt le önéletrajzában (Jung 1961). Életének bizonyos időszakában a házában szellemek jelenlétét érezte, s a hangjukat is hallotta. Ezeket az észleléseket családtagjai is megerősítették. Jung a hozzá érkező közléseket leírta, s így született a híres *Septem Sermones Ad Mortuos* (*Hét példabeszéd a halálról*), amely gnosztikus szöveget Basilides neve alatt közölte (Jung 1982).

A **FENTIEKHEZ** hasonlóan egyes spiritiszta szeánszokon, amelyeken a J. B. Rhine által fizikai médiumitásnak nevezett esetek is előfordultak, a résztvevők kopogást és dörömbölést hallottak a padlóból és a falakból, láthatatlan kezek érintését érezték, rejtélyes hangokat és zenét hallottak, valamint hideg légáramlatot érzektek. Néhányszor elhunyt személyek kísértete is megjelent, illetve hangja is hallhatóvá vált a jelenlévők vagy a médium számára. Szélsőséges esetekben mindezt állítólag telekinézis és materializáció is kísérte - vagyis tárgyak és személyek fölemelkedése, levegőn át küldése, ektoplazmatikus formák kialakulása, illetve írás és tárgyak megmagyarázhatatlan felbukkanása (úgynevezett "apportáció").

MÉG az olyan neves médiumokat is, mint Eusapia Palladino, időnként családon kapták, s a szélhámosság és a komoly tudományos törekvések mindig is különös keveréket alkottak a parapszichológia történetében. Mégis, igen nehéz elképzelni, hogy ennyi figyelmet vonzott volna egy olyan terület, amely sohasem volt képes valóságos bizonyítékokat szolgáltatni. Mindenesetre elgondolkodtató, hogy nincsen még egy tudományterület, amelyben ennyi neves személyiség egyértelmű tanúbizonyságát vetették volna el és minősítették volna ostobaságnak. Azon kutatók között, akik e fenti sorsban osztoztak, olyan magasan kvalifikált személyeket találhatunk, mint a Nobel-díjas orvos és pszichológus Charles Richet és Sir Oliver Lodge, az Angol Királyi Társaság tagja.

c. Visszatérő spontán pszichokinézis (Poltergeist)

A **VISSZATÉRŐ** spontán pszichokinézis, amelyre a parapszichológusok a német Poltergeist kifejezést (szó szerint: kopogó manó) alkották, a jelenségek gazdag skáláját kínálja: a házban található tárgyak mozgásától és tönkretételétől, a sár- és kődobáláson s változatos hangadásokon át (ütés, dörömbölés, csikorgás, füttyülés, éneklés és beszéd) egészen a teleportációig, vagyis különféle dolgok lezárt szobákba és szekrényekbe való rejtélyes bejuttatásáig. Míg a fizikai médiumitás legerősebb formája mára már úgyszólván elenyészett, a Poltergeist esetek igen nagy bőségben állnak a kortárs kutatók rendelkezésére.

NAPJAINK legkiterjedtebb vizsgálatsorozatát a Poltergeist témakörében Németországban folytatták, a világhírű parapszichológus, Hans Bender minden részletre kiterjedő tudományos irányításával. Az elmúlt 35 évben a freiburgi Pszichohigiéne és Pszichológia Határterület-kutatás Intézetének munkacsoportja 65 eset vizsgálatát során a jelenségek iránti figyelemreméltó bizonyítékait gyűjtötte össze. Az esetek egy része megtalálható Hans Bender könyveiben a telepátia, a jóslatok, a fémhajlítás, a háborús okkult események és az UFO jelenségek leírása mellett (Bender 1984). A visszatérő spontán pszichokinézis leghíresebb kaliforniai esete az Oakland Poltergeist volt, amelyet Arthur Hastings tanulmányozott (Hastings 1978). Az esetek többségében megfigyelhető egy jelenlévő (általában serdülő vagy retardált) személy elnyomott ösztönelete.

E KATEGÓRIA illusztrálására szeretném Hans Bender egy esetét felhasználni. Ezek az események azért is érdekelnek különös figyelmet, mert a jelenségeknek legalább negyvenen voltak szemtanúi. Közöttük megtalálhatunk magasan képzett technikusokat, fizikusokat, orvosokat, pszichológusokat és rendőröket. Az esettel sokat foglalkozott annak idején a sajtó és a televízió is.

1967. novemberének végén a bajor Rosenheimben az Adam ügyvédi irodában rejtélyes események sorozata vette kezdetét. A plafonon lévő világítótestek minden nap kiégték. A villanyszerelők megállapították, hogy mindeközben kilencven fokkal el is fordultak a helyükből. Említés történt nagy zajokról, a biztosítékok kikapcsolódásáról és a másológép festékének szétfecskenedéséről is. A négy telefon gyakran egyszerre szólt, a beszélgetéseket félbeszakították és bontották. A berendezések nemlétező telefonhívásokat rögzítettek és a telefonszámla az egekbe szökött. Mindezekhez később a falon függő képek mozgása és 360 fokok körbeforgása is járult. A fénycsövek lehullottak a plafonról, az emberek épségét veszélyeztetve. A segítségül hívott szerelők ekkor a neoncsöveket hagyományos villanykörtékre cserélték. Amint elkészültek, a lámpák lengeni kezdtek és a villanykörték felrobbantak. Az elektromos hálózatba helyezett speciális mérőeszközök 50 amperes kisüléseket jeleztek anélkül, hogy a biztosíték kikapcsolt volna. Hans Bender a munich-garchingi Plazmafizikai Intézetből hívott két szakértőt, akik minden részletre kiterjedő oszcillografikus vizsgálatba kezdtek. Az elektromos zavarok folytatódtak, annak ellenére, hogy minden lehetséges hibaforrást kiküszöböltek a rendszerből. A zaklatások olyan fokot értek el, hogy az Adam ügyvédi iroda feljelentést tett a rendőrségen az "Ismeretlen" ellen.

Hans Bendernek sikerült a jelenségek forrását egy 19 éves lányban, Annemaria Sch.-ban megtalálni. Arra a következtetésre jutott, hogy a szükséges "hatómezőt" a lány főnöke iránt érzett heves érzelmi vonzalma, az irodában kialakult különleges helyzet és az eset körüli rendkívüli érdeklődés gerjesztette. Mikor Annemarie-t más munkahelyre küldték, a jelenségek azon nyomban megszűntek.

A fizikusok által végzett kutatás egy megállapítása további megfontolásra is érdemes. Kimutatták ugyanis, hogy a telefonhívások előidézésére a tárcsa mechanikus használatának megkerülésével csak olyan intelligens erő képes, amely megfelelő technikai felkészültséggel rendelkezik, valamint képes a millimásodperc méretű időközök pontos mérésére is.

d. Azonosítatlan repülő tárgyak (az UFO jelenség)

E KATEGÓRIÁBAN utolsóként az UFO-jelenségek témakörét érintjük. Már korábban kifejtettem, hogy a fizikai vagy metafizikai űrhajókkal, azok utasaival és szerkezeteivel való találkozás szubjektív élménye gyakori a megváltozott tudatállapotok során. Most azonban a vizsgálódást azokra az esetekre szűkítem, amelyek során a szubjektív beszámolókat tárgyi bizonyítékok is alátámasztják. Alapos okunk van azt hinni, hogy az Amerikai Légierő által kezdeményezett Grudge és Kék Könyv vizsgálatok eredményét politikai indítékok befolyásolták. Ugyanez valószínűsíthető a Colorado Egyetem speciális munkacsoportja által tett megállapításokról is, amelyek az összes tárgyi bizonyítékot természetes okokkal - léggömbökkel, meteorokkal, madarakkal, fényvisszaverődéssel és más hasonlókkal - magyarázták.

A PARAPSZICHOLÓGIAI eseteket vizsgálva megállapítható, hogy az UFO bejelentések legtöbbször érzelmileg stabil, művelt, intelligens és jó kifejezőképességű személyektől érkezett. Jó okunk van azt feltételezni, hogy az UFO jelenségek pszichoid események, amelyekben a pszichológiai és fizikai megnyilvánulások különböző arányban keverednek. E jellegzetesség igencsak megnehezíti a mechanisztikus tudomány eszközeivel való vizsgálódást, hiszen itt két élesen különálló tényezőt kellene egy időben vizsgálni: a fizikait és a pszichológiaiakat. Az ellentmondásoktól hemzsegő történeti és modern UFO jelenségek részletes tárgyalása messze túlmutat e fejezet keretein. Az érdeklődő olvasóknak melegen ajánlom Carl Gustav Jung *Repülő csészealjka: az égi jelenségek modern mítosza* című könyvét (Jung 1964), valamint Jacques Vallée írásait, aki több évet szentelt életéből az UFO jelenségek mélyreható és módszeres vizsgálatának (Vallée 1965).

3. Akaratlagos pszichokinézis

AZ AKARATLAGOS pszichokinézis az anyagi környezet tudatos megváltoztatására való képességként határozható meg. Ennek során a test fizikai közbeavatkozása nélkül, pusztán a jelenségek bekövetkezésének kívánásával, illetve olyan cselekedetek segítségével érhetők el változások, amelyek nincsenek semmiféle ok-okozati kapcsolatban a kiváltott eseményekkel.

a. Ceremoniális mágia

SOK ŐSI kultúrában volt szokás szertartások segítségével esőt, bőséges termést, sikeres vadászatot és más gyakorlati előnyöket előidézni. Az ősi bön hagyományaira épült buddhista Tibet négy bölcséről azt tartották, hogy képesek az időjárás befolyásolására. A mágia számtalan egyéb formájáról gyakori említés történik az okkult irodalomban. Bármennyire különösnek tűnik is mindez a mechanisztikus tudományon nevelkedett mai elmének, e jelenségek az elfogulatlan kutatók részéről igen komoly figyelmet érdemelnének. Alapos okunk van azt gondolni, hogy e tevékenységek a pszichoid működések kategóriájába sorolhatók, s gyakran összefüggésben állnak a fizikai világban bekövetkező eseményekkel. Elképzeltetetlen, hogy olyan praktikák, mint a gyógyító rituálék és esőcsináló szertartások, évszázadokon át minden látható következmény nélkül folytak volna. Egy sámán is igen nehezen tudná fenntartani pozícióját és tekintélyét, ha sorozatosan kudarcot vallana.

MAGAM is szemtanúja voltam a kétéves kaliforniai katasztrofális szárazság kellős közepén, amikor a mexikói Huichol indiánok százéves sámánja szertartását több órán át tartó bőséges eső követte.

A TIBETI kultúra elismerten az emberi psziché és tudat megismerésének legmélyéig hatolt. A tibeti bölcsnek tekintélye legalábbis igen figyelemreméltó szinkronicitások sorozatán kellett hogy alapuljon, nem pedig a nép feltételezett primitív előítéletei és önbecsapásán.

b. Spirituális gyógyítás

A TÖRTÉNELMI és antropológiai forrásmunkák gazdagon tartalmazzák a spirituális orvoslás különféle eseteit: az egyének és csoportok által végzett, valamint a rituálékkal összekötött gyógyításokat. Az orvos-antropológusok által vezetett kutatások azt mutatták, hogy az olyan spirituális gyógyító eljárások és szertartások, mint a latin-amerikai bevándorlók által űzött *santeria*, *palerismo* vagy *umbanda* gyakran felülmúlják a nyugati orvostudomány és pszichiátria eredményeit. Annak kérdését, hogy e módszerek csak az érzelmi és pszichoszomatikus zavarokat képesek megszüntetni, vagy alkalmazhatók más orvosi problémáknál is, további kutatások fogják eldönteni. A pszichédélikus vegyületek vizsgálata során viszont bebizonyosodott, hogy ezeket az anyagokat a sámánok hatásosabban alkalmazzák, mint a nyugati pszichoterapeuták a verbális technikát. Olyan magasan kvalifikált kutatókra, mint Walter

Pahnke, Andrija Puharich és Stanley Krippner mély benyomást tettek a brazil Arrigo, a fülöp-szigeteki Tony Agpoa és más spiritiszta pszichikus sebészek működésével kapcsolatos jelenségekre.

c. Siddhik

AZ INDIAI jogáról szóló tanulmányok lépten-nyomon említést tesznek a jogik csodálatos képességeiről, amelyekkel vegetatív testi funkcióikat befolyásolják. Képesek vérzésüket elállítani, szívüket megállítani, valamint étel, sőt, oxigén nélkül életben maradni. Ezek az állítások, amelyekről a tudományos világ sokáig úgy tartotta, nem többek képtelen tündérmeséknél, a modern felfedezések megvilágításában meglepő igazolást nyertek. E jelenségek módszeres vizsgálata a biofeedback technikák kifejlesztéséhez vezetett, amelynek segítségével bárki számára lehetővé vált, hogy szívverését, vérnyomását, testhőmérsékletét és más automatikus testi funkcióját akaratlagosan irányítsa. A tibeti *tumo* gyakorlatról szóló beszámolókat, amelyek a testhőmérséklet rövid idő alatt több fokos emeléséről tudósítottak, nemrégiben Benson és Epstein a Dalai Láma engedélyével és segítségével végzett orvosi kutatásai is megerősítették (Benson 1982).

MÍG a fent leírt jogagyakorlatok még beleférnek a nyugati orvosi gondolkodás kereteibe, a többi természetfölötti képesség (*siddhi*), amelyre állítólag spirituális gyakorlatok útján tett szert néhány jogi, élesen ellentmond a nyugati tudományos világképnek. Ide tartoznak a test lebegéséről, az adott személy távoli helyszínre való kivetüléséről, a bilokációról (két helyen való egyszerre létezés), valamint különféle tárgyak (sőt, a saját test) materializációjáról és dematerializációjáról szóló beszámolók. E jelenségek létének igazolása vagy cáfolta még további kutatások feladata. Az új tudományos eredmények fényében azonban mindez egyáltalán nem tűnik annyira abszurdnak s alapvetően lehetetlennek, mint amennyire az a mechanisztikus tudomány szemüvegén át látszik.

A PSZICHOID kategória egy másik jelenségek köré azokról a figyelemreméltó és fizikailag lehetetlennek tűnő képességekről is szót kell ejtenünk, amelyekkel a transzban lévő személyek rendelkeznek: képesek összetört üvegen hemperegni vagy olyan létrán felmászni, amelynek fokaik kardokból készültek. Ehhez hasonló elgondolkodtató transz-jelenségeket a világon sokhelyütt különféle csoportok mind a mai napig bemutatnak. Az egyik lehetetlennek látszó mutatvány - az indonéz tűzön járás - a közelmúltban került Kaliforniába, s hamarosan valószínű divathóborttá vált, amelyen tízezrek vettek részt. Nem tudjuk, hogy az 1400 Farenheit fokos izzó parázson való sértetlen átkelésre van-e természetes magyarázat, vagy sem, de annyi bizonyos: kultúránk igen hamar ítéletet alkot, és elveti az ehhez hasonló jelenségeknek még a létjogosultságát is.

d. Laboratóriumi pszichokinézis

A MAI parapszichológusok igen nagy számú érdekes megfigyelést tettek közzé. Ide tartoznak a pszichokinetikus tevékenységek is, amelyekkel kapcsolatban figyelemre méltó eredményeket felmutató, alapos laboratóriumi kutatásokat is végeztek. Módszerük az egyszerű kockadobási kísérlettől a radioaktív sugárzás, az elektromos berendezések és a számítógépek elektron-kibocsátásának véletlenszerűségén alapuló komplikált vizsgálatok kidolgozásáig terjedt. A pszichokinézist mozgó céltárgyon kocka-dobó gépek, elektromos órák, folyadékáramlások és elektronkibocsátás megfigyelésével tanulmányozták. Az élő alanyon végzett parapszichológiai kísérletek során az ellenőrzött pszichikai állapot-gyógyítás, a növény-növekedés befolyásolás, valamint az enzimek aktiválásának eseteit vizsgálták. Az Egyesült Államokban, a Szovjetunióban és másutt olyan személyeken végeztek minden részletre kiterjedő kutatásokat, akik képesek érintés nélkül tárgyakat mozgatni, gondolatképeket filmre másolni, távhipnózist alkalmazni és pszichikai úton fémeket hajlítani. Ezekről minden további megjegyzés nélkül tettem csak említést; az elemzést a terület kutatóira és szakértőire hagyom. Az érdeklődő olvasók a témáról bővebben Charles Tart, Stanley Krippner, Jules Eisenbund, Russel Targ, Harold Puthoff és Hans Bender könyveiben olvashatnak.

A TRANSPERSZONÁLIS ÉLMÉNYEK FILOZÓFIAI KÉRDÉSEI

A TRANSPERSZONÁLIS élmények számtalan olyan sajátossággal rendelkeznek, amelyek alapjaiban rendítik meg a materialisztikus tudomány és a mechanisztikus világkép alapjait. Azok a kutatók, akik komoly tanulmányok és/vagy tapasztalatok során e témával behatóbban foglalkoztak, belátták: a hagyományos pszichiátria törekvése, hogy mindezeket a jelenségeket a képzelet játékaiként vagy az agy beteges folyamataiból fakadó zavaros fantazmagóriának tekintse - felületes és helytelen hozzáállás. A psziché transzperszonális területének elfogulatlan vizsgálata minden esetben olyan eredményekre vezet, amelyek megkérdőjelezzik a nyugati tudomány newtoni paradigmáit.

ANNAK ELLENÉRE, hogy a transzperszonális élmények személyes önfeltárási folyamat során jelentkeznek, mégsem tekinthetők csupán hagyományos értelemben vett belső lelki folyamatoknak. Az egyik oldalon az élettörténeti-émlékezeti szinttel és a születéskörüli élményekkel alkotnak szoros egységet, míg a másikon közvetlen úton, az érzékszervek megkerülésével közvetítenek olyan információkat, amelyek az egyén hagyományosnak tekintett határain egyértelműen kívül esnek.

AZOK A BESZÁMOLÓK, amelyek az embrionális lét, a fogamzás pillanata, a sejtek, szövetek és szervek tudatának megtapasztalásáról szólnak, bővelkednek az érintett anatómiai, fiziológiai és biokémiai folyamatok orvosi hiteles leírásában. Hasonlóképpen az ősről szóló tapasztalatok, a faji és jungi értelemben vett kollektív emlékek, az elmúlt inkarnációk élménye gyakran szolgál részletes adatokkal az adott kor és kultúra építészetéről, öltözködéséről, fegyvereiről, művészetéről, társadalmi berendezkedéséről és vallási szokásairól éppúgy, mint konkrét történelmi eseményekről. Azok, akik törzsfelföldési élményeket vagy az élet más formáival való azonosulást éltek át, amellett, hogy tapasztalataikat szokatlanul meggyőzőnek és valószínűnek találták, az élmény során az állati pszichológiával, etológiával, az élőlények sajátos szokásaival és különleges reprodukciós folyamataival kapcsolatos rendkívüli megfigyeléseket tettek. Néhány esetben mindezt az embertől idegen ősi izommozgások kísérték, sőt, előfordult már állatok nász táncának teljes előadása is.

AZOK A BELSŐ UTAZÓK, akik növények vagy növényi részek tudatával azonosultak, időnként olyan botanikai folyamatok megértéséről számoltak be, mint a magvak csírázása, a levelek fotoszintézise, az auxinok növekedésben betöltött szerepe, a gyökerek ásvány- és vízforgalma vagy a beporzás folyamata. Legalább ilyen gyakori az élettelen anyagokkal és szervetlen folyamatokkal - az óceánok vizével, tűzzel, villámlással, vulkáni tevékenységgel, tornádókkal, arannyal, gyémántal, gránittal valamint a csillagokkal, galaxisokkal, atomokkal és molekulákkal való meggyőző erejű azonosulás. Előfordul, hogy ezek az élmények is hiteles információt tartalmaznak az érintett természeti jelenségekről.

A TRANZPERSZONÁLIS JELENSÉGEK körében létezik egy érdekes oldalág, amelynek jelenségei objektívek és kísérleti úton is igazolhatóak. Ide tartoznak a telepátia, a pszichikus diagnózis, a tisztánlátás, a tisztánhallás, az előre megérzés, a pszichometria, a testen kívüli élmények, az utazásos távolbalátás és a táv-érzékelés más esetei. Ez a transzpersionális jelenségek egyetlen csoportja, amelyről időnként hivatalos tudományos körökben is szót ejtenek, igaz, minden esetben erősen elutasító, negatív színezettel. Igen nagy elméleti érdeklődés kíséri viszont a pszichoid természetű transzpersionális jelenségek problematikáját.

TÁGABB SZEMPONTBÓL nincsen értelme az úgynevezett paranormális jelenségek külön kategóriába sorolásának. Mivel a transzpersionális élmények sok fajtájában az átélő extraszenzorális úton nyer új információt a világegyetemről, a pszichológia és parapszichológia közötti éles határvonal - a transzpersionális terület tudomásulvétele és elismerése esetében - eltűnik, illetve meglehetősen rugalmassá válik.

A FENT LEÍRTAKKAL kapcsolatos filozófiai kérdéseket - amelyek önmagukban is eléggé szerteágazók - igen vitatottá teszi az a tény, hogy a megváltozott tudatállapotok során a transzpersionális érzékelés ugyanazon kontinuumban tapasztalja az anyagi világot, mint ama többi, amelyeknek tartalma - a nyugati szemlélet szerint - nem képezi az objektív valóság részét. Ide sorolhatjuk a jungi archetipusokat - az istenségek, démonok, félistenek, hősök világát, valamint a mitológiai, legendás és mesés történeteket. Még ezek az élmények is adhatnak fontos új információt a vallási szimbolizmus, a folklór és különböző kultúrák mitológiai rendszerének - az átélő által korábban nem ismert - témaköréből.

A TRANZPERSZONÁLIS élmények léte és természete élesen ellentmond a mechanisztikus tudomány nem egy alaptételének. Olyan, látszólag abszurd megállapításokat tartalmaz, mint az összes fizikai határ önkényes és relatív volta; a nem helyhez kötött kapcsolatok léte a világegyetemben; az ismeretlen úton és eszközökkel történő kommunikáció; az anyagi alap nélkül működő emlékezet; az idő nem folyamatos volta; vagy a minden élőhöz (alsóbbrendű állatokhoz, növényekhez, egysejtűekhez és vírusokhoz), sőt, a szervesetlen anyaghoz rendelt tudat léte.

IGEN SOK transzpersionális élmény kapcsolódik a mikro- és makrokozmosz eseményeihez - olyan területekhez, amelyek a közvetlen emberi érzékelés elől el vannak zárva -, vagy olyan korszakok történéseihez, amelyek a naprendszer és a Föld keletkezését, az élőlények megjelenését, a központi idegrendszer kialakulását illetve a *homo sapiens* feltűnését megelőzték. E jelenség egyértelműen arra mutat, hogy egy eddig még nem ismert módon minden emberi lény tartalmazza a teljes univerzum illetve minden létező összes információját, képes ennek bármely részéhez hozzájutni; vagyis az ember bizonyos értelemben - bármennyire parányi, elkülönült és jelentéktelen biológiai egység is - a teljes kozmikus hálózat alapvető része.

A TRANZPERSZONÁLIS ÉLMÉNYEK az emberi psziché térképén különleges helyet foglalnak el. Az emlékezeti-analitikus szint és a személyes tudattalan egyértelműen az élettörténeti részhez tartozik. A születéskörüli jelenségek kör köztes állapotot vagy határt képez a személyes és a személyen túli (transzpersionális) között. Ez a születéssel és halállal - az individuális emberi élet kezdetével és végével - való mély összefüggésében is igen jól tükröződik. A transzpersionális jelenségek rávilágítanak a személy és a kozmosz közötti kapcsolatra, amelyről ma még igen keveset tudunk. Mindössze annyi bizonyos, hogy a születéskörüli élmények feltárása során valahol egy különös, minőségi Möbius-ugrás történik, amelynek során a személyes tudattalan mélységi felderítése egy univerzum-leptéki élménybe fordul, s az átélő azonosul a kozmikus, vagy tudatfeletti tudattal.

MÍG a transzpersionális élmények természete alapvetően összeegyeztethetetlen a mechanisztikus tudománnyal, igen jól alkalmazhatók rá az új határterület-kutatások forradalmi felfedezései. Azon alapelvek és elméletek közül, amelyek jelentősen hozzájárultak az új tudományos világkép kialakításához, meg kell említenünk a kvantum-relativista fizikát (Capra 1975, 1982), az asztrofizikát (Davies 1983), a kibernetikát, az információ- és rendszerelméletet (Bateson 1972, 1979; Maturana and Varela 1980; Varela 1979), Sheldrake morfikus rezonancia-elméletét (Sheldrake 1981), Prirogin tanulmányát a fluktuáció széteső strukturájáról és rendjéről (Prirogin and Stengers 1984), David Bohm holo-mozgásos elméletét (Bohm 1980), Karl Primbam holografikus agy-modelljét (Pribam 1971, 1977), és Arthur Young folymat-elméletét (Young 1976).

A TRANZPERSZONÁLIS TERÜLETEK fenti részletes térképe igen nagy jelentőségű lehet mindazok számára, akik a pszichedélikus állapotok, a sámánizmus, a vallások, a miszticizmus, a beavatási rítusok, a mitológia, a parapszichológia, a thanatológia és a pszichózis jelenségeit kívánják alaposabban tanulmányozni. Mindez természetesen nem csak akadémikus érdeklődésre tarthat számot; alapvető és forradalmi módon hozzájárulhat a pszichopatológia megértéséhez valamint a hagyományos pszichiátria által eddig nem sejtett új terápiás lehetőségek kialakításához.

A TRANZPERSZONÁLIS TERÜLETEK fenti részletes térképe igen nagy jelentőségű lehet mindazok számára, akik a pszichedélikus állapotok, a sámánizmus, a vallások, a miszticizmus, a beavatási rítusok, a mitológia, a parapszichológia, a thanatológia és a pszichózis jelenségeit kívánják alaposabban tanulmányozni. Mindez természetesen nem csak akadémikus érdeklődésre tarthat számot; alapvető és forradalmi módon hozzájárulhat a pszichopatológia megértéséhez valamint a hagyományos pszichiátria által eddig nem sejtett új terápiás lehetőségek kialakításához.