

*Sudhir Ranjan Bhaduri – Paul Brunton*  
*Szudhír Randzsán Bhaduri – Paul Brunton*

## PATH OF BRAHMA CHINTA A BRAHMA-CSINTÁ ÖSVÉNYE

or/avagy

what is left out of Paul Brunton's *A Search in Secret India*  
ami Paul Brunton *India titkai* című könyvéből kimaradt

with a translation and commentary by Ferenc Buji  
Buji Ferenc fordításában és kommentárjával

*for Hapi Ankhaton*  
*Hapi Ankhatonnak*

BRAHMA CHINTA

BRAHMA-CSINTÁ

*Sudhei Babu*

*(Sudhir Ranjan Bhaduri)*

*Szudhí bábu*

*(Szudhír Randzsán Bhaduri)*

ELSŐ RÉSZ

PATH OF BRAHMA CHINTA

A BRAHMA-CSINTÁ ÖSVÉNYE

“How is one to obtain *samadhi* for the first time?”

„Hogyan érhető el a *samádhi*?”

The first stage

Az első szint

The practice is this: Have a quiet room where you can be alone. Sit down for one hour every day. If you cannot give so much time, then give a half-hour. Keep the body still and do nothing. Sit quietly – as quietly as a lizard waiting for its prey. Random thoughts will fly in and out of your mind. It is well too if you plug the ears with cotton-wool and wax during your early efforts. Try not to think of anything in particular but just before you begin remember God and ask His help. The random thoughts will go on but if you keep the body

A gyakorlat a következő: Keressen egy csendes szobát, ahol egyedül lehet. Üljön le minden nap egy órára. Ha ennyi időt nem tud ennek szentelni, akkor legalább egy félórát fordítson rá. Testét tartsa nyugalomban, és ne tegyen semmit. Üljön csendesen – mint amilyen csendesen a gyík várja áldozatát. Elméjén mindenféle gondolat fog átcikázni. Nem árt, ha eleinte bedugja a fülét viaszos vattával. Próbáljon nem gondolni semmi különösebbre, de mielőtt hozzákezdene a gyakorlathoz, idézze emlékezetébe Istent, és kérje a segítségét. A gon-

perfectly still, with the deep desire to attain inward quietness, they will slowly diminish their activity. All sorts of thoughts and desire-pictures will enter the mind. Deeds done years ago will be remembered. The emotions of the same day may come again. But maintain the inward desire for blankness, for the vacuum mind, which our sage Bhriku teaches is the easiest way to attain knowledge of God for persons of your temperament.

### The second stage

Somewhere in the region of the forehead you may see occasional flashes of light. This is a good sign of progress. Now the second step possesses some difficulty. For you will begin to feel drowsy; sleep will almost overcome the mind. Do not yield to it, otherwise progress is stopped. Nine persons out of ten do not go beyond this stage; do you be the tenth. Those who yield too frequently to sleep when performing this exercise will develop the faults of inertia and laziness in their characters.

### The third stage

If you carry on with this exercise every day you will be rewarded by attaining the third stage. In this an inward tenderness, a suffusing happiness is felt. A great peace will fall upon your mind also. The result upon your character will be to make you kinder towards others and to be well disposed even to your enemies. And the joy in your heart will compensate for the patience needed to endure this practice in the early efforts. The power of thoughts and desires to interrupt the mind during the hour of practice will greatly weaken in the third stage. You will be only half-conscious of them.

Never forget that your greatest desire is to achieve mental blankness. Do not fear this; you will not be harmed in the least way. No truth-seeker who is sincerely searching for God can come to grief with this practice; dangers are only for those foolish ones who seek occult powers to gratify vanity or selfishness, or who have evil motives in their hearts.

dolatok továbbra is rendszertelenül fognak jelentkezni, de ha teljes nyugalomban tartja a testét, eltelve azzal a mély vágygal, hogy elérje a belső csöndet, lassan csökkenteni fogják aktivitásukat. Mindenféle gondolat és vágykép fog elméjébe lépni. Olyan dolgok emlékképei fognak felmerülni, amelyeket évekkorábban tett. A tettekkel együtt a hozzájuk kapcsolódó érzések is felidéződhetnek. De továbbra is tartsa fenn belső vágyakozását az ürességre, a „vákuum”-elmére, mert a mi bölcs Bhrigunk tanítása szerint ezen az úton a legkönnyebb elérni Isten megismerését az olyan embereknek, akik az önéhez hasonló vérmérséklettel rendelkeznek.

### A második szint

Alkalmanként valahol a homlok tájékán fényfelvillanásokat tapasztalhat. Ez a haladás jele. Ugyanakkor ez a második szint bizonyos nehézséget is magában rejt. Ekkor jelenik meg ugyanis az álomosság. Az alvás csaknem legyőzi az elmét. Ne engedje át magát az álomságnak, mert ez a haladás végét jelentené. Tízből kilenc ember elvérzik ezen a fokozaton. Legyen ön a tizedik. Akik a gyakorlatot végezve túl gyakran engedik át magukat az alvásnak, azoknak a személyiségén egyre inkább a tehetetlenség és a lustaság fog eluralkodni.

### A harmadik szint

Ha mindennap végzi ezt a gyakorlatot, akkor az lesz a jutalma, hogy eléri a harmadik szintet. Ekkor egyfajta belső érzékenység fog kifejlődni önben, és azt fogja érezni, hogy elárasztja a boldogság. Elméjén nagy béke fog eluralkodni. Ennek következménye személyiségére nézve pedig az lesz, hogy másokkal szemben kedvesebbé válik, és még az ellenségei irányában is jóindulatot fog tanúsítani. A szívében megjelenő öröm pedig kompenzálni fogja a türelemért, ami ahhoz szükséges, hogy a kezdeti időszakban kitartsa ebben a gyakorlatban. A gondolatok és vágyak, melyek a gyakorlás órája alatt megpróbálták elterelni figyelmét, ezen a harmadik állomáson elveszítik erejüket, és csak félig-meddig lesz tudatukban.

Sose feledkezzen meg arról, hogy az ön leghőbb vágya a mentális üresség elérése. Ne féljen ettől: ez a legkevésbé sem lesz ártalmára. Nincs olyan igazságkereső, akit ez a gyakorlat bajba sodorhatna, ha őszintén keresi Istent; a veszélyek csak azokat a bolondokat fenyegetik, akik okkult erőket kergetnek, hogy kielégítsék önösségüket vagy hiúságukat, vagy akik szívükben gonosz szándékokat hordoznak.

#### The fourth stage

In the fourth stage the Holy Light will appear. It will seem as though you saw the sky within your head, even though the eyes are closed. You may also see a sun shining in this sky; if it should be there do not direct your attention to the sun or the thread of meditation will be broken.

#### The fifth stage

Presently the fifth stage will come. Your attention will be drawn to a point between the eyebrows and in consciousness it will seem that a funnel-shaped object is over it, with mouth facing you. Within the mouth it is likely that an emblem will appear — the crescent moon and star. All this you see by a kind of inward vision of the mind's eye. Then all your consciousness will be quite withdrawn from your surroundings and you will feel as though you were passing into the tube of the funnel. It will be perfectly dark there. Do not fear but go through it.

#### The sixth stage

Day by day carry on with your exercise and the sixth stage will come. Your consciousness will emerge out of the darkness and a great golden sun appear. At the same moment a great love will be born in you for all the universe and for all God's creatures. There may even be a reaction of feverish tendencies in the body as a result, but be not afraid; they will pass away and cannot endanger you.

#### The seventh stage

So eventually you enter the seventh stage. Another sun will appear and in its light you will recognise the unity of life and sense how one Soul animates the universe. "All is myself" will be your feeling. In birds and beasts, landscapes and men, you will feel that one Soul pervades everywhere.

#### The eighth stage

The eighth stage consists of deepening visions of different suns until twelve suns in all have been seen, including those I mentioned as belonging to earlier stages.

#### A negyedik szint

A negyedik szinten meg fog jelenni a Szent Fény. Mintha csak az eget a fején belül látná, még ha a szemei csukva is vannak. Egy Napot is láthat ezen az égen ragyogni; ha ott lenne, ne irányítsa figyelmét feléje, mert különben a meditáció fonala megszakad.

#### Az ötödik szint

Ezt követően az ötödik állomás következik. Figyelmét magára fogja vonni egy pont a szemöldökei között, és a tudatában úgy fogja érzékelni, mintha egy tölcsér formájú tárgy volna felette, szájával ön felé fordulva. Elképzelhető, hogy a tölcsér szájában egy jelkép jelenik meg: a felkelő Hold a csillagokkal. Mindezt az elme szemének egyfajta belső víziójával fogja látni. Akkor minden tudatossága csöndesen elfordul környezetétől, és úgy fogja érezni, mintha belépne a tölcsér csövébe. Ott teljes sötétség fog uralkodni. Ne féljen, hanem menjen rajta keresztül.

#### A hatodik szint

Nap mint nap végezze gyakorlatát, s akkor el fog érkezni a hatodik állomáshoz. Tudata ki fog emelkedni a sötétségből, és egy hatalmas aranyló Nap fog megjelenni. Ugyanebben a pillanatban nagy szeretet fog ébredni önben az egész univerzum és Isten minden teremtménye iránt. Ennek következtében a testben megjelenhet bizonyos nyugtalanság, de ne féljen, ez meg fog szűnni, és nem jelenthet semmi veszélyt önre.

#### A hetedik szint

Így végül is el fogja érni a hetedik szintet. Itt egy újabb Nap jelenik meg, s ennek fényében felismeri az élet egységét és megérzi, hogy a mindenséget egyetlen Lélek eleveníti meg. „Minden én magam vagyok” – ez az érzés uralkodik el önben. A madarakban és a négylábú állatokban, a tájakban és az emberekben is azt fogja érezni, hogy egyetlen Lélek az, amely mindenütt mindent áthat.

#### A nyolcadik szint

A nyolcadik állomás különböző Napok egyre mélyebb vízióiból áll, míg csak láthatóvá nem válik egyszerre tizenkét Nap, közöttük azok is, amelyeket a korábbi állomásokkal kapcsolatban említettem.



## A kilencedik szint

The next brings a vision of a great triangle, with a star in the centre. This star is really the point whence emerge the universal forces of creation, preservation and destruction. Proceed – and the triangle itself will vanish, intimately your concentration will deepen until the star disappears from your mental sight...

...and then all thought dies out, all visions are gone, and *samadhi* itself is reached. No thinking can take place during this wonderful experience, for you will be wholly occupied with realizing your oneness with God. The body will appear to an observer to be in a trance.

Before you enter this final stage either pray to God to awaken you within & certain time or arrange with a friend to awaken you by placing a thin piece of wood upon your head and gently tapping it.

## THE PRINCIPLES OF BRAHMA-CHINTA

**1st Simplicity.** A child-like nature.

**2nd Faith in God.** We then absolutely believe in his existence, his omnipotence and his power to lead us.

**3rd Total Dependence on His Will.** We give up the idea of free-will, by realizing there is really no free-will; whatever happens is by His will and that which seems like free will is His Power.

**4th Complete Surrender to God.** We give our whole self – body, mind, actions and soul – up to the will of the Almighty.

## GENERAL PRACTICES

There are three.

1. Before getting out of bed in the morning, pray to God. Ask him to save you from disaster, from trouble, from evil-doing, and from every kind of wrong-doing. After this, carry out your usual meditations and then go out on your daily work.

Ezt követően egy nagy háromszöget fog maga előtt látni, közepén egy csillaggal. Ez a csillag valójában egy pont, amelyből a teremtés, fenntartás és megszüntetés univerzális erői fakadnak. Haladjon tovább – és maga a háromszög is el fog enyészni. Közvetlenül ezt követően összpontosíthatósága is egyre mélyebb lesz, míg csak a csillag el nem tűnik mentális tekintete elől.

## A tizedik szint

Utána minden gondolkozás megszűnik, minden vízió eltűnik, s ezzel eléri magát a *samadhi*-t. E csodálatos tapasztalat alatt egyetlen gondolat sem merülhet föl, mert önt egészen le fogja kötni az Istennel való egységének felismerése. A külső megfigyelő számára teste olyannak fog tűnni, mintha transzban lenne.

Mielőtt belépne ebbe a végső stádiumba, vagy imádkozzon Istenhez, hogy ébressze fel egy bizonyos időn belül, vagy kérje meg az egyik barátját, hogy tegyen a feje tetejére egy vékony fadarabot, és azt finoman ütögetve térítse magához.

## A BRAHMA-CSINTÁ ALAPELVEI

1. **Egyszerűség.** Gyermekies természet.

2. **Istenbe vetett hit.** Ekkor feltétel nélkül hiszünk Isten létezésében, mindenhatóságában, és abban, hogy hatalmában áll bennünket vezetni.

3. **Teljes bizalom Isten akaratában.** Feladjuk a szabad akarat eszméjét – felismerve, hogy valójában nincs is szabad akarat; bármi is történjék, az az ő akarata szerint van, és az, ami a szabad akarathoz hasonlóknak látszik, valójában az ő Hatalma.

4. **Teljes ráhagyatkozás Istenre.** Egész énünket – testünket, elménket, tetteinket és lelkünket – alárendeljük a Mindenható akaratának.

## ÁLTALÁNOS ALAPELVEK

Ebből három van.

1. Reggel, mielőtt még felkelne, imádkozzon Istenhez. Kérje őt, hogy óvja meg a szerencsétlenségtől, a gondtól, gonosztettől és mindenféle rossz cselekedettől. Ezt követően végezze el a szokásos elmélyedéseit, majd fogjon neki napi teendőinek.

2. While out on your usual avocation, in every action worship Him. At the time of doing anything, think that God is doing it through you (this body)« Carry the remembrance of the Lord into everything, even while working at your profession. Even while walking in the crowded streets you can fill the mind with the thought of God.

3. In every action or speech, think thrice of God – before you begin, in the middle, and after you finish. It is the time in the middle that is hardest. This can apply to eating food also. Or if you are speaking to a man, before you utter the first word, think of God – and so on.

#### SPECIAL PRACTICES

1. **To obtain the *Shakti* from God (for Power).** Stand up erect, toes together, both feet touch each other side by side. Raise arms steadily forward and then above your head, looking upwards. As you do this ask God to put his Power into *this* body. Then lower your hands and let them touch your heart. Then drop them down. As you do this give out your love and desire to serve mankind. This exercise need only be done once a day.

2. **Electrifying process.** Put tips of your fingers almost together so that they nearly touch but not actually. The wrists, too, must nearly touch. Then think of God for one minute. This will bring on a kind of divine intoxication – happiness. It electrifies you. *Do* this once a day.

3. **Navel Exercise.** Uncover your abdomen and gaze at the navel for five minutes steadily. Think of God. This, too, induces a state of self-hypnosis of divine intoxication. Do it once a day.

4. **For Kundalini.** Imagine the *chakra* which is at the base of the spine. Then think that the power of God is over this *chakra* and flowing upwards to the head.

2. Ha épp nincs megszokott hivatásába belemerülve, minden tetteiben imádja Őt. Amikor éppen csinál valamit, gondoljon arra, hogy azt Isten teszi önön – ezen a testen – keresztül. Vigye bele az Úrra való emlékezést mindenbe, még akkor is, ha hivatásával van elfoglalva. Még forgalmas utcákon sétálva is be tudja tölteni elméjét Isten gondolatával.

3. Minden tetteiben és beszédében gondoljon háromszor Istenre: mielőtt belefogna, közben, s miután befejezte. Ezt a gyakorlatot közben a legnehezebb véghezvinni. Az étkezés vonatkozásában is gyakorolja ezt. Vagy ha éppen beszélget valakivel, mielőtt még az első szót kiejtené, gondoljon Istenre – és így tovább.

#### SPECIÁLIS GYAKORLATOK

1. **Elnyerni a *Saktit* Istentől (a Hatalomért).** Álljon egyenesen, lábfejeit tegye össze, lábái érjenek össze. Emelje karjait egyenletesen előre, majd a feje fölé, fölfelé nézve. Amint ezt teszi, kérje Istent, hogy helyezze az ő Hatalmát *ebbe* a testbe. Ezt követően eressze le a kezeit, és érintse meg velük a szívét. Utána eressze le őket. Ahogy ezt csinálja, sugározza ki szeretetét és vágyát, hogy szolgálatára legyen az emberiségnek. Ezt a gyakorlatot naponta csupán egyszer kell végezni.

2. **Energetizáló folyamat.** Helyezze össze ujjbegyeit, úgy, hogy csaknem érintkezzenek egymással, de ténylegesen mégsem. A csuklóknak úgyszintén majdnem érintkezniük kell. Ekkor gondoljon Istenre egy percen keresztül. Ez isteni mámort – boldogságot – eredményez, és energetizálni fogja önt. Tegye ezt naponta egyszer.

3. **Köldökgyakorlat.** Takarja ki a hasát és nézzen a köldökére szünet nélkül öt percen keresztül, közben pedig gondoljon Istenre. Ez úgyszintén az isteni megrészeségülés önhipnotikus állapotához vezet. Végezze ezt a gyakorlatot naponta egyszer.

4. **A Kundalini [felébresztése] érdekében.** Képzletében idézze fel a gerincoszlop alján lévő *csakrát*. Közben gondoljon arra, hogy Isten ereje van e *csakra* fölött, és a fej irányába árad.

## NADA-VIDYA

THE WAY OF SOUNDS  
OR  
GOD THROUGH SOUND

Note this path seems remarkably like that described in H. P. B.'s *Voice of the Silence*.

## 1. Preliminary

The ears must be stopped up. You may use cotton-wool, but the most efficient is a rubber fountain pen-filler padded with cotton-wool. With this shutting out of external sounds, the inner psychic sounds can be heard. These practices are best performed at midnight when the world is quiet or asleep. You will get results (hear the inner sounds) very quickly with this path – perhaps the very first night you practice. Sit quietly and listen inwardly. The sounds will come in the following order. You may be able to hear all up to the highest and thus complete this path in six months, if you practice once a day for an hour or two:

1<sup>st</sup> sound is like a fire burning

2<sup>nd</sup> sound is a number of mingled notes, including the conch-horn

3<sup>rd</sup> sound is the ringing of bells

4<sup>th</sup> sound is like water gushing forth from a height

5<sup>th</sup> sound is like wind blowing through the trees

6<sup>th</sup> sound is a distant shrill voice like a whistle

7<sup>th</sup> sound is a very distant sound

8<sup>th</sup> stage is silence

9<sup>th</sup> and 10<sup>th</sup> Then while you are in absolute stillness of meditation, very suddenly and unexpectedly you will hear the roaring of a lion or tiger near to you. This will fright you and you may lose presence of mind as some inner voice tries to prevent you going on, saying “stop!” But do not fear.

## NÁDA-VIDJÁ

A HANGOK ÚTJA  
AVAGY  
ISTEN [ELÉRÉSE] A HANG RÉVÉN

Megjegyzés. Ez az ösvény feltűnően hasonlóknak látszik ahhoz, amit Helena Petrovna Blavatsky írt le *A csend hangja* című művében.

## 1. Előkészület

A fület be kell tölteni. Használhat erre vattát, de a leghatékonyabb, ha egy töltőtoll tintabeszívó gumitömlőjét vattával teletömi. A külső hangoknak ezzel a kizárásával a belső pszichikus hangok hallhatóvá válnak. Ezeket a gyakorlatokat legjobb éjfélkor végezni, amikor a világ elcsöndesedett és mindenki alszik. Ez az ösvény nagyon gyorsan – talán már a gyakorlat legelső éjszakáján – eredményekhez vezet. Üljön csöndesen és hallgatózzon befelé. A hangok a következő sorrendben fognak érkezni (egészen a legmagasabbig elmenően mindegyik hangot meghallhatja, s így befejezheti ennek az ösvénynek a bejárását hat hónap alatt, ha naponta egyszer egy-két órán keresztül gyakorolja):

Az első hang olyan, mint amikor ég a tűz.

A második hang többféle hang keveréke, de ott van közöttük a kagylókürt hangja is.

A harmadik hang csengők csilingelése.

A negyedik hang olyan, mint amikor a víz a magasból lezúdul.

Az ötödik hang olyan, mint amikor a szél fújja a fákat.

A hatodik hang távoli éles, síphoz hasonló hang.

A hetedik hang egy nagyon távoli hang.

A nyolcadik állomás a csönd.

A kilencedik és a tizedik. Miközben éppen az elmélyedés tökéletes nyugalmában van, egészen hirtelen és váratlanul, egészen közélről ordító oroszlán vagy tigris hangját fogja hallani. Meg fog rémülni tőle, és a lélekjelenségét is elveszítheti, amikor valamilyen belső hang megpróbálja megakadályozni önt abban, hogy továbbhaladjon, mondván hogy „állj!”. De ne féljen.



11<sup>th</sup> sound is of a distant harp

12<sup>th</sup> sound. This will approach nearer and nearer. It is so musical and beautiful that it makes one mad with joy, so at first it is not advisable to listen more than once or twice to it.

After this 12<sup>th</sup> sound there is a dropping of a garland of flowers. Next is the breathing in and out, drawing God in and exhaling egoism, *-hamsa*. Then you will hear the sound of Prana. After this, silence. You will lose your own self.

Sounds 1, 2 and 3 will always occur in the order named, but sounds 4, 5 and 6 are variable. They may change their order.

A tizenegyedik hang távoli hárfahang.

A tizenkettedik hang. Ez egyre közelebből fog hallatszani. Ez olyan mélységesen zenei és olyan gyönyörű, hogy az embert szinte örületbe kergeti a gyönyörűség, így eleinte nem is ajánlatos többször hallgatni ezt, legfeljebb egyszer-kétszer.

E tizenkettedik hang után olyan hang következik, mint amikor egy virágfüzér leesik. Ezt követi a belégzés és kilégzés [tizenharmadik hang]: beszívva Istent és kifelé az egoizmust *-hamsa* [hattyú]. Akkor meg fogja hallani a *prána* hangját [tizennegyedik hang]. Ez után már csak a csend van [tizenötödik „hang”]. El fogja veszíteni saját énjét.

Az első, második és harmadik hang mindig az említett sorrendben hallható, de a negyedik, ötödik és hatodik hang sorrendje változó. Ezek más sorrendben is megjelenhetnek.

This path to be performed after the first two paths have been practiced. Try to slowly – very slowly – close the eyelids and then open them again very slowly. Do this six times, it will induce a tranquil state of mind. Within a short time it develops a “vacuum” mind. Then you will try the “vacuum sight” – to look without seeing. This path quickly brings on *Samadhi*.

(Ezt az ösvényt csak az első két ösvény gyakorlását követően szabad alkalmazni.) Próbálja meg lassan – nagyon lassan – lecsukni a szemét, majd utána nyissa ki ismét hasonlóképpen lassan. Tegye ezt egymás után hatszor: ez az elmére megnyugtató hatással lesz. Ez a gyakorlat rövid idő alatt kifejleszti a „vákuum”-elmét. Ezt követően próbálkozzon meg a „vákuum”-látással: nézni látás nélkül. Ez az ösvény gyorsan elvezet a *samadhi*-hoz.



VEGYES MEGJEGYZÉSEK

1. God may be attained by any one of these paths, but by doing two or three of them, *Samadhi* comes more easily.

2. To remove headaches caused by these meditations (a) eat more butter, (b) practice the navel exercise (c) keep casting your eyes downwards.

3. **To awaken from Samadhi without external help:** Before you meditate, pray to God to awaken you from it at the time you choose – say two or three hours later. And He will. This is the method Sudhei uses himself.

4. One may have great illness or painful trouble in the body, but by going into Samadhi, one does not feel it.

5. If you see any beauty in Nature, as a beautiful landscape for example, do not worship it for its own sake, but remember that it is beautiful because of the Deity present in it. Hence always worship the Transcendent God, see Him in objects and people, and do not worship them for their own sakes.

6. It is true one can only fully help others when one has fully helped oneself and united with God. But still one can and ought to give some lesser help meantime. Just so, a boy in the third class can help one in the first; he need not wait until he reaches the seventh form before helping the pupil in the first. So try to help as far as you are able. Even if you only speak to someone, that is better than nothing when they are seeking help.

7. In reality there is no creation; what we see as the universe is *within* us.

8. Another proof that a guru is not necessary is this: If you have a guru, who is it that you worship, listen to and obey – the body of the teacher or his soul? It is the soul, of course. But if he is already one with God, his soul is then the same soul that is in yourself. Why not then go direct to this divine Soul, which is God, in your own self? What can the guru give you which the God in you cannot give.

1. Isten ezen ösvények bármelyikén elérhető, de aki egyszerre kettőt-hármat is alkalmaz, annak számára a *szamádhi* könnyebben érkezik el.

2. Hogy megszüntesse a fejfájást, amelyet ezek az elmélyedések idéznek elő, (a) egyen több vajat; (b) végezze a köldökgyakorlatot; (c) szemét tartsa lesütve.

3. **Felébredni a *szamádhiból* külső segítség nélkül.** Mielőtt hozzáfogna az elmélyedéshez, imádkozzon Istenhez, hogy ébressze föl önt belőle az ön által választott időben (mondjuk két vagy három óra múlva), s ő meg is fogja ezt tenni. Ez az a módszer, amit maga Szudhí is alkalmaz.

4. Az embernek lehet komoly betegsége, vagy lehet valami fájdalom a testében, de ha *szamádhi*-ba merül, ezt nem fogja érezni.

5. Ha bármilyen szépet lát a természetben, például valamilyen gyönyörű tájat, ne saját magáért csodálja, hanem emlékezzen arra, hogy az csupán a benne jelenlévő Istenség miatt szép. Ennélfogva mindig imádjá a Transzcendens Istent, lássa meg őt a tárgyokban és az emberekben, és ne saját magukért becsülje őket nagyra.

6. Kétségtelen, hogy az ember csak akkor tud másoknak segíteni, ha előbb magán segített és egyesült Istennel. De mégis, az ember időközben is segítségére lehet – és segítségére is kell lennie – másoknak. Épp úgy, mint ahogy egy harmadik osztályos tanuló is tud segíteni egy első osztályos tanulóknak; nincs szüksége arra, hogy elérje a hetedik osztályt, mielőtt segítséget adna az első tanulóknak. Ennek megfelelően ön is próbáljon segíteni, amennyire képes rá. Még ha csak szóbeli segítséget tud adni, az is jobb, mintha semmit sem tenne, amikor mások az ön segítségére szorulnak.

7. Valójában nincsen teremtés; amit mindenségként [magunk körül] látunk, *bennünk* van.

8. Egy további bizonyítéka annak, hogy nincsen feltétlenül szükség *gurura*, a következő. Ha van *guruja*, aki felé hódolattal fordul, akit hallgat és akinek engedelmeskedik – akkor vajon ez a tanítónak a teste vagy a lelke? Természetesen a lelke. De ha ő már egy Istennel, akkor az ő lelke ugyanaz a lélek, mint ami önben is van. Miért nem fordul akkor közvetlenül ehhez az isteni Lélekhez, amely az ön saját lényében rejtőz Isten? Mit adhat a *guru* önnek, amit az Isten önben nem adhat meg?

9. When you feel the great love for others which God-knowing brings by this path of Brahma Chinta, you cannot help wanting to help, to serve them and to enlighten them unselfishly.

10. The English have some fine points and I believe that God brought them to India for the latter's benefit. Before they came, life was unsafe and law and justice very partial. It is my hope that England will not leave India. We need their help, but it should be given in friendship, not force. If the English withdraw now, however, I think anarchy, chaos, civil strife and bloodshed would prevail, not only between Hindus and Moslems but among the Hindus themselves in the struggle for place and power.

11. There must be meditation *every* day, if only five minutes, but no single day must pass without it.

12. The stage of the vacuum is when the mind becomes empty of thought. No thinking now takes place. Then Samadhi supervenes with Realization. This path will lead to the goal very quickly.

13. When working at your worldly activities, think you are doing them for God; so do them perfectly and efficiently. Think this before starting the work, once in the middle, and at the finish of it.

14. Many occult powers will come to you as you go on with these practices. Reject them. But you may use them to help others spiritually. These powers include astral traveling, clairvoyance in space, etc.

15. You may have visions of myself in your meditations or dreams, because I will try to help you henceforth. Similarly if you help someone else spiritually, that person will get visions of you. You will also get help from other Sages.

16. The flashes of light you are daily seeing are a very good sign of progress.

17. You have placed your life entirely in the Lord's hands, therefore you will carry this to the logical conclusion of ceasing to care about future or past, ceasing to worry about woes, and being ready to accept your fate, however hard it be. Henceforth regard every event as sent by God, and do not resist it. So why worry about the future or about your horoscope?

9. Amikor mások iránt nagy szeretetet érez, mely a Brahma-csintá ösvényén az istenismeret következménye, nem tud más tenni, csak segíteni, szolgálni az embereket, önzetlenül megvilágosítani őket.

10. Az angoloknak vannak kiváló vonásaik, és én hiszek abban, hogy Isten a mi hasznunkra hozta őket Indiába. Mielőtt ide jöttek, az élet itt bizonytalan volt, a törvény és az igazság pedig részrehajló. Én azt remélem, hogy Anglia nem fogja elhagyni Indiát. Nekünk szükségünk van az ő segítségükre – de ezt nekik barátsággal és nem erőszakkal kell kínálniuk. Ha az angolok most visszavonulnának, helyükben anarchia, káosz, polgárháború és vérontás támadna, nemcsak a hinduk és a muszlimok között, hanem – a területért és a hatalomért folyó harcban – maguk a hinduk között is.

11. Az elmélyedést *mindennap* kell végezni, ha csak öt percre is, és egyetlen nap se múljon el nélküle.

12. A „vákuum”-állapot akkor valósul meg, amikor az elme üressé válik a gondolatoktól. A gondolkodás ebben az állapotban megszűnik. Ekkor bekövetkezik a *szamádhi*, s ezzel elérte a megvalósítást. Ez az ösvény nagyon gyorsan fog célhoz vezetni.

13. Amikor szokásos világi tevékenységeivel foglalja el magát, gondoljon arra, hogy azokat Istenért végzi; így végezze őket tökéletesen és hatékonyan. Gondoljon erre, amikor hozzáfog a munkához, munka közben, és amikor befejezte munkáját.

14. Ahogy ezeket a gyakorlatokat végzi, sok okkult erő fog ébredni önben. Utasítsa el őket – de felhasználhatja őket arra, hogy másoknak spirituális segítséget nyújtson. Ezek között a képességek között ott van az asztrális utazás, a térbeli tisztánlátás etc.

15. Lehet, hogy víziói lesznek rólam elmélyedései vagy álmai során, mert én ezentúl megpróbálok a segítségére lenni önnek. Hasonlóképpen, ha ön valaki másnak spirituális segítséget ad, annak önről lesznek víziói. Úgyszintén segítséget fog nyerni más bölcsektől.

16. A fényfelvillanások, melyeket nappal lát, a haladás nagyon jó jelei közé tartoznak.

17. Ha egyszer életét egészen az Úr kezébe helyezte, akkor ennek az a logikus konklúziója, hogy többé nem törődik sem a jövővel, sem a múlttal, többé nem aggodalmaskodik a bajok miatt, és kész elfogadni a sorsát, bármennyire is nehéz legyen az. Mostantól fogva minden eseményre úgy tekintsen, mint ami Istentől jön, és ne álljon ellen. Miért is aggódna a jövője vagy a horoszkópja miatt?

18. You can realize God while married. If God sends marriage to you, then it is His will. You can still go on and attain Him. You will not slip or fall from the path through marrying if beforehand you pray to God to protect you against this, and against all dangers.

19. Prayer is necessary. I pray often and the Lord has protected me marvel[lo]usly. I have had many troubles but through all of them, I felt His saving hand.

20. While walking one can practice meditation. This is very good.

18. Akkor is eljuthat Isten ismeretére, ha házasemberként él. Ha Isten házasságot küld önnek, akkor ez az ő akarata. A házasság miatt nem fogja elvéteni az utat és törekvése nem fog kudarcba fulladni, ha előzőleg imádkozik Istenhez, hogy védje meg ez ellen, és egyáltalán minden veszélytől.

19. Az imádság megkerülhetetlen. Én gyakran imádkozom, és az Úr csodálatos módon mindig megsegített. Sok megpróbáltatáson mentem keresztül, de azok mindegyikében az ő megmentő kezét éreztem.

20. Az ember sétálás közben is gyakorolhatja az elmélyedést, s az igen jó hatású.





Paul Brunton, eredeti nevén Raphael Hurst (1898–1981) angol újságíró, utazó, spirituális kutató 1930–1931-ben több mint egy évet Indiában töltött, és az ottani tapasztalataiból 1934-ben megjelentette *A Search in Secret India* című „spirituális útleírását”, ezt a maga nemében egyedülálló munkát, amely első megjelenésétől fogva mindmáig számos ismeretlen és ismert emberre volt igen komoly hatással, s amely – nyugodtan mondhatjuk – azon kevés könyv közé tartozik, amelyek változtattak a világ menetén. A kötet nem sokkal később 1938-ban magyarul is megjelent, meghozza neves orientalistánk, Baktay Ervin tolmácsolásában, és az első kiadást gyorsan követte még kettő (1941 és 1943). A könyv különlegessége nem annyira az író személyéből fakad, mint inkább azokból az emberekből, akikkel Indiában sikerült megismerkednie<sup>1</sup> – ami persze egyáltalán nem független az utazó/író személyiségétől. Brunton különleges érzéssel talált rá a XX. századi Indiában olyan személyiségekre, akikről Nyugaton legfeljebb halvány és ködös elképzeléseink lehettek, és akikről azt gondolták, hogy legfeljebb a távoli múltban éltek.<sup>2</sup> Olyan kivételes, de rejtett életet élő személyiségekről van itt szó, akikről Brunton nélkül vagy semmit, vagy csak jóval kevesebbet tudnánk. És nemcsak rátalált ezekre az emberekre, hanem közel is került hozzájuk, s így – író lévén – ő is közel tudta hozni őket olvasóihoz. Bár voltak közöttük kétes egzisztenciák (például a „párszi messiás”, Meher Baba, 1894–1969), többségükben mégis az indiai spiritualitás autentikus és gyakran kiemelkedő képviselői voltak. Mindenekelőtt Ramana Maharsit (1879–1950) kell kiemelni, aki kétségtelenül a XX. század legjelentősebb spirituális személyisége volt, és akit Brunton könyve előtt nemhogy Nyugaton, de még Indiában sem nagyon ismertek. A teljes visszavonultságban és elzárkózottságban magukba merülő jógik kiemelkedő képviselője volt az a névtelen asz-kéta, akinek Brunton „A Bölcs Aki Sohasem Beszél” nevet adta, és akinek a szellemi útmutatása gyakorlatilag megegyezett azzal, amelyet Brunton Ramana Maharsitól kapott. Brunton barátai közé sorolhatta azt a fiatal jógit, aki a hatha- és a tantra-jóga haladott képviselőjeként a durva és a szubtilis testiség tudományába avatta be őt. És ne feledkezzünk meg itt arról a tanítványával együtt vándorló jógiról sem, aki annak ellenére, hogy ismerjük a nevét (Csandi Dász), ama jógik közé tartozik, akik a maguk névtelensége, földi egzisztenciájuk jelentéktelensége mögött az isteni lét teljességét birtokolták. E három utóbbi személyiségről voltaképpen semmit nem tudunk azon kívül, amit Brunton leírt róluk.

Brunton önálló fejezetet szentelt egy benáreszi (ma Váránaszi) asztrológusnak, akit ő „Szudhei Babu”-ként emleget. A diskurzus során azonban fény derült arra, hogy Szudhei Babu nemcsak asztrológus, hanem általában a tradicionális tudományok elkötelezett kutatója, egy könyvtárnyi kéziratállomány birtokosa, és nem utolsósorban jógik, aki egy olyan sajátos jógamódszer, a Brahma-csintá követője volt, amelyben nincsen szükség *gurura*. Brunton számára Szudhei Babunak éppen ez az oldala volt a legfontosabb, és mivel az asztrológus felismerte Brunton különleges viszonyát a spiritualitáshoz, késznek mutatkozott arra, hogy megossza vele a maga jógamódszerének részleteit. Szudhei Babu több estén keresztül oktatta európai tanítványát a Brahma-csintá tudományára. Brunton természetesen részletes feljegyzéseket készített a hallottakról, ezeket azonban nem osztotta meg olvasóival, vagyis kihagyta az *India titkai* kiadásaiból. Indoklása, melyet láb-jegyzet formájában csatolt a fejezethez, a következő:

*I do not care to commit the details of this system to print, nor would Western readers derive any benefit even if I did*

<sup>1</sup> Hasonlóképpen megírt könyve, az *A Search in Secret Egypt* (1936 – első magyar kiadása *Egyiptom titkai* címmel 1940-ben jelent meg) éppen amiatt képvisel szerényebb értéket, mert Egyiptomban a szerzőnek nem állt módjában olyan különleges személyiségekkel találkozni, mint Indiában.

<sup>2</sup> Brunton előtt és után számos utazó ment hasonló céllal Keletre, de az ő eredményeik e tekintetben össze sem mérhetők Brunton eredményével.

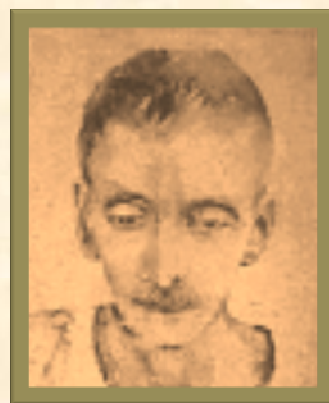
so. Its essence is a series of meditations which aim at creating what the tutor described as “the vacuum mind.” There are six different paths of practice to be studied, and there are ten stages of attainment upon the principal path. It is neither right nor necessary for the average European to take up the practice of a method which is fit only for jungle retreats or mountain monasteries, and which might even prove dangerous. Insanity lies around the corner for Western amateurs who dabble in such practices.<sup>3</sup>

Nem tartom szükségesnek itt ezt a rendszert ismertetni; a nyugati olvasó különben sem venné hasznát. Lényege különböző meditációkban áll, amelyek célja – mint azt mesterem leírta – „az elme üressé tétele”! Hat különböző gyakorlati utat kell tanulmányozni, s a legfőbb úton a beteljesülésnek tíz fokozata van. Az átlageurópai semmi értelmét és célját nem látná az ilyen módszer gyakorlásának, amely egyedül a vadonban, vagy a hegyi kolostorokban lakó aszkétáknak felel meg, sőt még veszéllyel is járhat. A nyugati műkedvelőket, akik ilyesmivel próbálkoznának, könnyen elmebaj fenyegethetné.<sup>4</sup>

Szudhei Babu, pontosabban – a hindi kiejtéshez alkalmazkodva – Szudhí bábu, vagy teljes alakban Szudhír bábu eredeti neve Szudhír Randzsan Bhaduri. A *bábu* egyszerű udvariassági formula, amely elsősorban a nagy tudású embereknek jár ki. Szudhír bábu 1889-ben született a nyugat-bengáli Nadia körzetben, Kalkuttától északra, rádza-családba. Már kora gyermekkorában felébredt vallási érdeklődése és a spirituális megismerés utána vágya, s ez a könyvek iránti nagy szeretetével párosult. Éppen ez utóbbi volt az oka annak, hogy házasságkötése után néhány nappal elhagyta a felesége. Ezt követően Benáresbe költözött abban a reményben, hogy ott megtalálja *guru*-ját. Mivel reményei nem váltak valóra, elhatározta, hogy mindaddig böjtölni és imádkozni fog a benáreszi Arany Templomban, amíg meg nem találja *guru*-ját. Három nap múlva egy látomás formájában megjelent előtte a védikus kor egyik bölcse, Bhrigu, aki beavatta a Brahma-csintá nevű tanításeggyüttesbe, amelynek éppen úgy vannak tantrikus, ajurvédikus, asztrológiai és filozófiai, mint jógikus-spirituális részei. Szudhír bábu ígéretet tett Bhrigunak arra, hogy a megismert bölcsességet nem fogja magának megtartani. Ezt követően Szudhír bábu minden pénzét arra fordította, hogy India különböző részeiből, sőt Tibetből beszerezze a Brahma-csintá tanításának egyes egységeit, de figyelme természetesen nem korlátozódott a Brahma-csintára. A Brahma-csintá jógamódszerét követve Szudhír bábu komoly sikereket ért el a spirituális ösvényen.

Szudhír bábu feltehetőleg 1930-ban találkozott Brunton-nel Benáreszben. Ekkor 41 éves volt. E találkozás, illetve a találkozást leíró *A Search in Secret India* című könyvből szerzett a világ tudomást részint Szudhír báburól, részint a Brahma-csintá létéről. Brunton a könyvében eleven képet fest Szudhír bábu megnyerő személyiségéről, asztrológiai felfogásáról és általános világszemléletéről, de a Brahma-csintá részletes leírását nem foglalta bele a könyvébe.

Szudhír bábu Brunton-nel való megismerkedése után négy évvel – 1934-ben – ismét megházasodott, ezúttal sikerebben. Leendő feleségének nevééről és hollétéről elmélyedése során kapott információt. Öt gyermekük született, de csak kettő, egy fiú (1943–) és egy lány (1944–1999) érte meg a nagykorúságot. Szudhír bábu felesége 1947-ben, ő maga pedig 1955. június 13-án hunyt el, 66 éves korában. Hatalmas, ötvenezres kéziratállományt és harminchatezer nyomtatott könyvet hagyott maga után, alighanem a korabeli India



Szudhír bábu  
harmincas évei elején

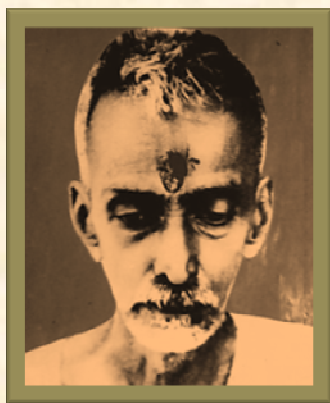
<sup>3</sup> Paul Brunton: *A Search in Secret India*. York Beach: Samuel Weiser, 1994, p. 217.

<sup>4</sup> Paul Brunton: *India titkai*. Budapest: Rózsavölgyi és Társa, [1943], 237. o. A jegyzet hiányzik a rendszerváltás utáni kiadásokból (1991, 1999).



egyik legnagyobb magángyűjteményét.<sup>5</sup> Mivel a gyerekek ekkor még kiskorúak voltak, a bíróság gyámság alá helyezte őket, a kéziratokat pedig átadta megőrzésre a helyi szanszkrit iskolának, amely nemsokára Szanszkrit Egyetemmé vált. Miután a gyermekek elérték a felnőttkort, visszaigényelték a kéziratokat, amelyeket azonban csak hosszadalmas pereskedés után tudtak visszaszerzni 1993-ban. A Brahma-csintá „családi” hagyományát tovább folytatta Szudhír bábu fia, Brahma Gópál Bhaduri (Brahma Gopal Bhadury), illetve az ő két fia, Hemant Kumar Bhadury (Hémant Kumár Bhaduri, 1973–) és ikertestvére, Dzsajant Kumár Bhaduri (Jayant Kumar Bhadury, 1973–).

Hogy Brunton miért nem osztotta meg olvasóival azt, amit Szudhír bábutól megtanult, nem lehet világosan látni. Az ok, amit ő maga megfogalmazott, több szempontból sem vehető komolyan. Egyrészt ugyanis a Bhrigu-jóga egy olyan ösvény, amely nem „a vadonban vagy a hegyi klostorokban lakó askétáknak” való – mint ahogy Brunton hangsúlyozza –, hanem kifejezetten az élet hétköznapi körülményei között élő emberek számára lett kidolgozva, amit az is aláhúz, hogy ezen az ösvényen nincsen feltétlenül szükség *gurura*. Az, amit Brunton úgy ír le, hogy „a legfőbb úton a beteljesülésnek (ang. *attainment*) tíz fokozata van”, és ami a magyar fordításban különösen, de az angol eredetiben is félreérthető, voltaképpen az ösvény tíz egymást követő lépését vagy fokozatát jelenti, ahogy az ember az első lépéstől a végső beteljesülés felé halad. Szudhír bábu kifejezet-

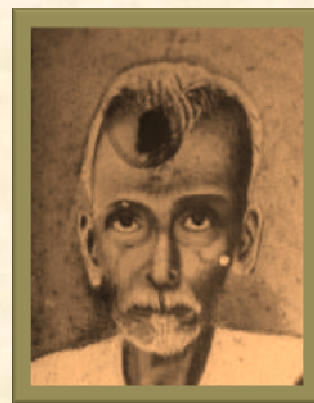


Szudhír bábu a Brunton-nel való találkozásának időszakában

ten azt állítja, hogy „nincs olyan igazságkereső, akit, ha őszintén keresi Istent, ez a gyakorlat bajba sodorhatna; a veszélyek csak azokat a bolondokat fenyegetik, akik okkult erőket kergetnek, hogy kielégítsék önösségüket vagy hiúságukat, vagy akik gonosz szándékot dédelgetnek szívükben”. Ezzel szemben Brunton azt állítja, hogy a nyugatiak számára a gyakorlatok könnyen veszélyt jelenthetnek (ami természetesen igaz, de ez voltaképpen mindenre igaz).

Brunton indoklása tehát nem állja

meg a helyét. Voltaképpen három oka lehetséges annak, hogy miért hallgatta el a Bhrigu-jógával kapcsolatos tudását. Az egyik az, hogy ez a tudás, még ha kifejezetten hétköznapi életmódot élő emberek számára is való, ezoterikus, amit nyilvánvalóan maga Szudhír bábu sem osztott meg akárkivel, és Brunton is alkalmazkodott ehhez a megszorításhoz. Második lehetséges oka az, hogy irodalmi értelemben ennek a leírásnak nem lett volna helye a könyvben, és az voltaképpen egy exkúrsus lett volna, ami megtörte volna a könyv irodalmi ívét; Brunton – legalábbis ekkor még – útikönyvet kívánt írni, s nem útmutatást akart adni. A harmadik lehetséges oka, hogy azt a tudást, amit Brunton Szudhír bábu oktatásából nyert, esetleg saját tudásaként kívánta felhasználni későbbi irodalmi működésében. Ilyen plágiumgyanús ügyei Brunton-nak Ramana Maharsi kapcsán is voltak, és éppen ez volt az egyik oka annak, hogy egy idő múlva már nem látták szívesen őt a Rasmanasramamban. Brunton ugyanis sok hasonló gyakorlati útmutatást megfogalmazott azokban a könyveiben, amelyekben már nem kételkedő keresőként, hanem útmutató mesterként lépett fel. (Ez egyúttal rávilágít arra, miszerint az az állítás, hogy e gyakorlatok veszélyesek és nem a



Szudhír bábu idősebb korában

<sup>5</sup> Az adatok forrása egy interjú, melyet Binay Kumar Singh készített Szudhír bábu fiával: A repository of ancient scriptures. *Times of India*, 1999. aug. 3. (Varanasi-Plus).



nyugati embernek valók, nem állja meg a helyét, mert hiszen ő maga is számos hasonló gyakorlatot írt le.) E három ok közül bármelyik szerepet játszhatott Brunton döntésében.

Ami magát a Brahma-csintá jógáját, vagyis a Bhri-gu-jógát illeti, ez indiai viszonylatban meglehetősen különlegesnek számít. Különlegességének forrása talán éppen az, hogy nem aszkéták és magányosan élő jógik számára dolgozták ki, hanem az élet hétköznapi körülményei között élő emberek számára. Emiatt a Bhri-gu-jóga a jóga ama különleges fajtája, amely – legalábbis úgy tűnik – tradicionálisan sem követelte meg egy mester jelenlétét és vezetését. Azt lehetne mondani, hogy a jógának ebben a formájában az ember belső isteni énje az, amely mesterként jelenik meg, és az embernek „csupán” annyi a feladata, hogy ráhagyatkozzon erre a mesterre. Ezt maga Szudhír bábu is hangsúlyozza Brunton könyvében. Magától értetődően egy ilyen típusú jóga nem épülhet bonyolult gyakorlatsorozatra, amelyben csak egy *guru* vezetésével lehet kiigazodni.

Noha itt döntően egy autoteisztikus jógáról vagy szó, melynek végső célja, mint nagyjából minden jógának, az individuuum végső transzindividuális gyökerének és az isteni univerzalitás egységének a felismerése, mégis talán éppen a *gurunélküliség* kompenzálására igen nagy szerepet kap benne az istenhit és az Istenbe vetett bizalom. A *guru* funkciója ugyanis korántsem merül ki az útmutatásban; a *guru* szerepében legalább ekkora hangsúlyt kap az, hogy vele mint az isteni teljesség emberi formában való manifesztációjával szemben gyakorolhatók mindazok a jellegzetesen vallásos attitűdök – tisztelet, szeretet, engedelmesség, odaadás, imádás –, amelyek regulárisan egy teisztikus értelemben vett vallásos ösvényhez tartoznak. Patandzsali *Jóga-szútrájában* is szerepet kap a személyes istenség tisztelete, de a Brahma-csintá jógájának láthatólag lényegi és elidegeníthetetlen egzisztenciális környezetét képezi az Istenbe vetett bizalom és a neki való engedelmesség.

Bizonyára szoros kapcsolatban van az eddig elmondottakkal a Bhri-gu-jóga legfőbb módszertani különlegessége, amely gyakorlatilag a jóga összes hagyományos változatától elkülöníti: lényege nem a koncentráció, a figyelem egyhegyűvé tétele, egyfajta voluntáris heroizmus, hanem éppen ellenkezőleg, minden mentális akcionalitás felszámolása, ideértve még a koncentrációt is, és egy magas fokú inaktivitás megvalósítása, körülbelül abban az értelemben, ahogyan az operatív taoizmus beszél a tett által megvalósított tétlenségről. Nyugodtan nevezhetjük ezt a módszert koncentrált dekoncentrációnak, vagy aktív inaktivitásnak is. Ez a tudati éberség fenntartását jelenti mindenféle tudati tárgyhoz való odatapadás nélkül, anélkül, hogy az ember figyelme bármiféle koncentrációs tárgyra irányulna. E módszer abból a felismerésből fakad, hogy *mindenféle* mentális tevékenység, még a magas fokú koncentráció is feltételezi azt a hamis alanyiságot, amelynek éppen megszüntetése volna a cél, s így tulajdonképpen akadályozza a mentális szféra mögötti isteni tudat „megnyilatkozását”. A jóga végső célját, amit Patandzsali *csitta vritti niródhaként*, vagyis a mentális aktivitás elnyomásaként definiált, a jógában hagyományosan valóban elnyomással, megfékezés-sel, a mentális mozgás szisztematikus gátlásával érték el, de a Bhri-gu-jógában ugyanezen cél érdekében nem az „erőt” alkalmazzák, hanem éppen hogy a „gyengeséget” – de egy nagyon is jól körülhatárolt „gyengeséget”. Indián kívül – különösen Kínában és Japánban – korántsem ismeretlen ez a módszer, és alapvetően a taoizmusban gyökerezik (a zen esetében is), de Indiában viszonylag ritkán bukkan fel.<sup>6</sup> Ez a módszer azonban csak megfelelő, mondhatni meglehetősen határozott és intenzív egzisztenciális hangoltság mellett fog működni; e nélkül az üresség gyakorlásából egyszerű relaxáció lesz.

A gyakorlásban való előrehaladás egyes fázisait szimbolikus belső képek jelzik. Ezek a képek azonban csak szimbólumai az egyes elmélyedési fokozatoknak, voltaképpen nem ezek alkotják

<sup>6</sup> E módszer nyugaton sem ismeretlen; lényegileg megtalálható Eckhart mesternél, *A tudatlanság felhője* című XIV. századi anonim angol misztikus munkában, vagy például Keresztes Szent Jánosnál.

azok tartalmát. Minden belső vízió szimbolikus, de különösen jól látható a látomásoknak ez az erősen szimbolikus jellege az ötödik szinten, amikor a belső szem előtt egy tölcsér jelenik meg, mely egyfajta átmenetet jelez a mi világunk és a transzcendens világ között: a tölcsérnek ezen az oldalán még a mi világunk van a Holddal és a csillagokkal, de ha az ember vállalja, hogy a tölcsér száján keresztül behatol a tölcsér sötét csövébe, akkor onnan kibukkanva egy másik világban találja magát, melynek szimbólumaként egy aranyló Nap fogja fogadni. Ez a Nap már nem a mi világunk napja, hanem az isteni Nap (melynek a mi világunk napja csupán szimbóluma), amelynek ragyogásában feltárul a legfontosabb igazság: az élet egysége, az, hogy mindent egyetlen Lélek elevenít meg. Hasonlóan jól látható ez a szimbolikus jelleg a kilencedik szinten, amikor egy háromszög jelenik meg, amely a teremtés–fenntartás–visszateremtés hármas isteni funkcióját jelzi. Ezek a funkciók a középső pontból fakadnak, mely viszont transzcendens e funkciók vonatkozásában – vagyis immár *nirguna*, minőségtelen. Míg tehát a háromszög Ísvara Trimurtit, vagyis a Háromarcú Istent szimbolizálja, addig a háromszög közepén lévő pont Nirguna Brahmának felel meg. Ez a szimbolikus látvány szolgál a *szamádh*i kapujául.

Az „Alapelveket” és az „Általános alapelveket” nem lehet eléggé hangsúlyozni: az általuk jelzett egzisztenciális beállítódás nélkül maga az elmélyedés működésképtelen. Maguk a „Speciális gyakorlatok” is jól láthatóan arra szolgálnak, hogy ezt az általános egzisztenciális beállítódást bizonyos kiemelkedő pontokon megerősítsék. Külső formájuk szerint *mudrák*, szimbolikus rítusok ezek, melyek arra szolgálnak, hogy testi oldalról „támasszák meg” a belső, spirituális, vagyis a testtől alapvetően független gyakorlatokat. Az „Alapelvek”, az „Általános alapelvek” és a „Speciális gyakorlatok” teremtik meg ezt az egzisztenciális környezetet, azt a belső hangoltságot, amelyben a szorosan vett elmélyedés eredménnyel végezhető.

Míg a Bhri-gú-jóga a spontán belső imaginációra támaszkodik, addig a Náda-Vidjá, vagyis „A hangok útja” (szó szerint „a hang tudománya”) a belső hallás képességét használja ki, és a belső hangok lépcsőjén keresztül vezet el az isteni csönd birodalmába. A hang a differenciáltságnak avagy artikuláltságnak a szimbóluma, és a hang-jóga a hangok lépcsőjén vezet visszafelé az összes hang forrásához: a csendhez. Brunton megemlíti, hogy a Szudhír bábu által előadott hang-jóga erősen emlékeztet arra, amit Blavatsky leírt *A csend hangja* című munkájában.<sup>7</sup> Kétségtelen, hogy Blavatskynak valahonnan tudomása volt erről vagy egy ehhez hasonló a gyakorlatsorról (Szudhír bábu tizenöt és Blavatsky hét stációja között csak egyetlen egyezés van), de említett művében ennek mindössze egy fél oldalt szentel, ráadásul nem is egy elmélyedési ösvény stációiként írja le őket.

Nehéz lenne a Szudhír bábu által leírt hang-jóga egyes lépcsőiben felfedezni egy szisztematikus és koherens logikát. Például a csend éppúgy jelen van a nyolcadik, mint az utolsó, vagyis a tizenötödik fokozaton. Természetesen két különböző szintű csöndről avagy csöndtapasztalatról van szó. A rémületet keltő vadállatordítás éppen az első csöndtapasztalatot követi, vagyis egyfajta próbaként fogható fel. Az ezt követő hangtapasztalatok – „hallomások” –, legalábbis úgy tűnik, már sokkal magasabb „érzelmi töltettel” járnak, mint a korábbiak. De bármilyen sorrendben is következzenek a hangok az általános tendencia szerint, lényegét illetően a hang-jóga mégis a hangtól vezet a csend irányába, ami természetesen azt is magában foglalja, hogy az egymás utáni stációk-

<sup>7</sup> *A csend hangja. Napenkénti használatra a lanuknak (a tanítványoknak)*. Budapest: Kilián Frigyes, 1916. Ford. G. M. M. A címlapon úgy van feltüntetve, hogy „sanskritből fordította és jegyzetekkel ellátta H. P. B.” Valójában azonban Blavatsky nem fordító, mert ilyen tradicionális munka nem létezett, hanem szerző: Blavatsky egyszerűen olvasmányait saját magán átszűrve írt egy zavaros okkult munkát, amelyben még a hinduizmust és a buddhizmust is összekeverte.



hoz egyre szubtilisabb hangok tartoznak. Ami ennek a tendenciának az indokoltságát adja, az egyrészt az, hogy a hangok területén megjelenő artikuláció megfelel a különböző „világoknak”, míg a végső beteljesedés túl van mindenféle artikuláción, s ezt éppen a csend hivatott kifejezni; másrészt pedig ahogy a színtelen fény az összes színes fény forrása, éppúgy forrása az összes hangnak a csend.

A harmadik részben leírt gyakorlat, melyet Szudhír bábu „ösvénynek” nevez, meglehetősen különös, mert itt egy egyszerű gyakorlatról van szó (a szem lassú lecsukásáról és kinyitásáról), amelynek viszont nem is akármilyen spirituális következményei vannak. Nehéz megítélni egy ilyen gyakorlat hatékonyságát, de ne feledkezzünk meg arról, hogy ez a gyakorlat csak azok esetében vezet eredményre, akik már a Bhri-gu-jógában és/vagy a hang-jógában komoly eredményeket értek el. E nélkül aligha lehet több időpazarlásnál.

A negyedik résznek a „Vegyes megjegyzések” címet adtuk, mert itt a legkülönfélébb típusú megjegyzéseket találhat az olvasó, melyek között vannak már korábban elhangzott tanítások ismétlései; a korábban említett ösvényekkel kapcsolatban felmerülő problémák; az egyes ösvényeken való előrehaladás következményeinek ismertetése; továbbá néhány általánosabb utasítás, amelyeknek leginkább „A Brahma-csintá alapelvei” között volna helye, mert mindenekelőtt az Istenhez való viszonyt kívánják rendezni (5, 7, 17, 19, 20). Sőt még helyet kapott ezek között Szudhír bábu politikai felfogásának körvonalazása is.

Ami Szudhír bábu Brunton által ismertetett tanításának jelentőségét adja, az nem annyira a gyakorlatsorok „különlegessége”; még csak nem is az, hogy Brunton Indiában kapott tanításainak egy eddig ismeretlen elemével ismerkedhet meg az olvasó, hanem az, hogy mindezeket egy olyan személyiség hitelesíti, akinek komolyságához, morális tisztességéhez, spirituális elkötelezettségéhez éppúgy nem férhet kétség, mint ahhoz, hogy az általa Brunton-nak átadott tanítást ő maga is eredménnyel gyakorolta.