



A természet mint a mélységhez vezető kapu

Thomas Schmid
Tanulmányozás és Elmélkedés Parkjai, Casa Giorgi
2015 január

Tartalomjegyzék

1.	Bevezető	3
2.	A természet, mint a mélységhez vezető kapu a különböző kultúrákban	3
	- Kelták	5
	- Természeti népek	9
	- Kelet és nyugat	14
	- Záró megjegyzések	16
3.	Személyes tapasztalatok	17
	- A mélységhez vezető kapu	17
	- Túrázás	20
	- Egyszerűség	22
	- Megtanulni látni.....	24
	- A természet, mint az emberi lét metaforája	26
	- Végtelen terek.....	29
	- Az energia kifejeződése.....	31
	- Hang és csend	32
4.	Záró megjegyzések	33
5.	Irodalom	34

„Itt öröm lakozik; a test, a természet, az emberiség és a szellem szeretete.” Silo¹

Az élet mozgalmas, mint Kandinszkij festményein a hangok,
harmonikus, mint Debussy szimfóniáiban a színek,
erőteljes, mint a nyári zápor villámlása és mennydörgése,
hatalmas, mint a fenyvesek hófödte csúcsai,
illatozik, mint a gyanta és a nedves erdei talaj mohája,
fenséges, mint a bakkecske a napsütötte sziklákön,
zaftos és teljes, mint az érett alma íze,
jót tesz, mint a legjobb barát ölelése,
kedves, mint szerelmem.

De elsuhanok mindezek mellett, csodálkozva, könnyedén-derűsen,
jól tudván, hogy mindezeket nem birtokolhatom.
Csak ittlétem ideje alatt élvezhetem mindezeket.
Sejtem, hogy utam tovább visz,
de hogy hová, azt nem tudom.
A csillagos ég alatt fogok várakozni, mígnem új nap virrad.

¹ Silo, A Föld emberivé tétele, A belső tekintet

1. Bevezető

A dokumentum első részében azt vizsgálom, hogyan vezet a természet a mélységhez a különböző kultúrákban, a második részben pedig az érintetlen természettel való tapasztalataimat beszélem el. Ezek teljességgel szubjektív megfigyelések, személyes gondolatok, nem tudományosak és nem is általános érvényűek.

Erős szenvedély fűz mindenhez, ami természet: a növényekhez, az állatokhoz, a kövekhez, a földhöz, a hegyekhez, a felhőkhöz, a víz mozgásához.

Az aszkézis gyakorlata összefonódik a természet útjaival. A tapasztalat azt mutatja, ha a természetben, a vad és érintetlen természetben végezhetem az aszkézist (elmélkedések, meditációk, tanulmányozás, tapasztalatok), az hasznos és segítő számomra. A hegyeknek az az előnye is megvan, hogy ilyenkor a magasban vagyok, a mindennapi dolgok felett, közelebb az éghez.

Életem első felében a hegymászás fizikai edzés, becsvágy, másokkal való versengés volt. Mióta a spirituális keresés útját járom – először a diszciplinával, majd az aszkézissel – ez egy úttá fejlődött, hogy ezáltal közeledjem a mélységhez, hogy távolságot tudjak tartani a mindennapoktól, s hogy nyugalommal meditálhassak a nagy, tágas térben.

Az életemben tapasztalt minden fontos megértésénél kísérőként ott voltak a természet jelenségei. Évekkel ezelőtt egy délután, egy szeminárium alkalmával barátaimmal egy erdei ösvényen gyalogolva tapasztaltam s értettem meg először a saját tudatomat. Később, a diszciplína lépéseinél a hegyek voltak a kísérőim.

A természet szó (natura) a latin *natus* szóból ered, ami szó szerint azt jelenti: az, ami megszületik. A szótár a következőképpen definiálja a természet fogalmát: „Az univerzumban lévő dolgok és lények összessége, melyeket törvények szabályoznak, s melyeknek saját rendjük van, s mely az ember megfigyelésének és tanulmányozásának tárgyát képezi.”² Én azonban jelen írásomban nem veszem tekintetbe az ember ösztönének, temperamentumának és karakterének tágabb jelentését.

2. A természet, mint a mélységhez vezető kapu a különböző kultúrákban

Ez a rövid történelmi kutatás néhány kultúrára és korszakra korlátozódik, melyek jellemzője az embereknek a természet szentségével szembeni mélységes tisztelete, s mely kultúrák és korszakok nagyon különböznek a mai fogyasztáscentrikus és egoista hozzáállástól.

A bolygó sok más tája és más történelmi pillanatok is teremtetek ilyen tapasztalatokat, de ha mindet figyelembe venném, az meghaladná e munka kereteit.

A természet számos múltbéli kultúrában és korszakban nem csupán a mélységhez vezető kaput jelentette. A természet volt AZ ÚT, maga a mélység és a szentség. A természet megélésének ez a fajta módja még ma is létezik Latin-Amerika, India és Óceánia globalizált és technológiai alapú társadalmaktól elszigetelten élő bennszülött népeinél.

Az ember azért tud a szentségről, mert az megnyilatkozik, és a profántól tökéletesen különbözőnek bizonyul. [...] a vallások története, a legkezdetlegesebbektől a magasan fejlettekig – nagyszámú hierophániából, vagyis szent valóságok megnyilatkozásaiból áll. Töretlenül folytonos út vezet a legelemibb hierophániától (például a szentség megnyilvánulásától valamilyen tárgyban, kőben vagy fában) a legmagasabb rendű hierophániáig (a keresztény ember számára Isten Jézus Krisztusban való megtestesüléséig). Mindig ugyanazzal a titokzatos folyamattal állunk szemben; az „egészen más”, nem a mi világunkhoz tartozó valóság olyan tárgyokban nyilatkozik meg, amelyek „természetes”, „profán” világunk szerves alkotórészei.

A modern nyugati ember kissé kényelmetlenül érzi magát a szentség nem egy megnyilvánulásmódjával szemben: nehezen képes felfogni, hogy miként nyilvánulhat meg bizonyos emberi lények számára a szent

² Lo Zingarelli minore, Zanichelli Editore, 1995

kövekben vagy fákban. Rövidesen látni fogjuk azonban, hogy nem a kő mint olyan imádatáról, vagy a fa mint olyan kultuszáról van szó. [...]azért tisztelik őket, mert hierophániák, mert olyasmi mutatkozik meg bennük, ami már nem kő vagy fa, hanem a szentség, az „egészen más”^{3,4}.

A kelták

Az általánosan elfogadott vélemény szerint a kelták durva, primitív, erőszakos és kaotikus népek voltak. Ez az ítélet főleg a rómaiak beszámolóin alapul, akik évszázadokon át a kelták riválisai és ellenségei voltak, s akik végül legyőzték a keltákat. De régészeti és történetírási kutatások azt mutatják, hogy a kelták a kézművesség, a technika, valamint a művészet és a kultúra területén is jóval megelőzték korukat.

Néhány sírban négykerekű, elegáns kialakítású kocsikat találtak, a kerekeknek gondosan kidolgozott gyertyánfa küllői voltak, hozzájuk tölgyfából készült kerékagyat rögzítettek, amelyek szintén nagy találatekonyságról tanúskodó csapágyakon gördültek.⁵

A fellelt impozáns kelta művészeti alkotások arról tanúskodnak, hogy a kelták a fémmegmunkálás mesterei voltak, fejlett művészi képességeik, kifinomult ízlésük volt. Példák erre a csodálatos, stilizált állatfigurákkal elegánsan díszített korsók, melyeket a lotaringiai Basse Yutz-ban (Franciaország), egy sírban tártak fel.

Bizonyos, hogy a kelták erőszakos nép voltak, a bosszú és a háború mellett ember- és állatáldozatot is bemutatnak, de ugyanez érvényes a rómaiakra is, akik az áldozatokat a legkülönbözőbb módon kínozták meg.



Római írók leértékelő beszámolóival mellett az a kevés információ, melyről tudomásunk van az európai országokban feltárt régészeti leleteken alapul, valamint azokon a perem-kultúrákból fennmaradt mítoszokon és szokásokon, melyek túléltek az évszázados írországi, angol és Nagy-britanniai keresztény uralmat.

Szintén a rómaiaknak köszönhetjük azt a kevés ismeretet, mely a kelták vallásáról maradt fenn. A rómaiak nem igazán érdeklődtek az iránt, milyen is volt a barbár népek embere. Megelégedtek a hozzájuk teljesen véletlenszerűen eljutott információkkal, melyek sajnos máig sok, a keltákról szóló tudományos tanulmányt teljesen helytelen irányba tereltek.⁶

Célunk most nem az, hogy a kelták kultúráját és vallását részletesen bemutassuk, hanem hogy a vallási szokásaikat közelebbről megvizsgáljuk. Ezek szorosan kötődnek a természethez, mely az adott korban (i.e.1000 -i.sz. 400) valószínűleg sokkal gazdagabb és érintetlenebb volt.

A fa, a forrás és a hegy nem csak a szentség szimbólumai és metaforái voltak, hanem maguk a szentség - istenek.

A kelták kedvelt kultikus helye a szent liget, a Nemeton volt. Ez a hely sokkal inkább volt köthető a „centrum” szimbolikus elképzeléséhez, semmint valamilyen formához vagy anyagi aspektushoz. A kelták úgy gondolták, értelmetlen és buta dolog lenne az isteneket templomba vagy zárt térbe zárni. A kelták számára a Nemeton a „szent kapcsolódás” helye volt, ahol az emberek világa az istenek világával – az isteneké pedig az emberek világával találkozhatott. Ez a hely lehetett egy erdei tisztás, vagy akár egy egész erdő, hegy, vagy egy sziget a tengerben. Különösen fontosak voltak a források, hiszen ezek nem csak az éggel (Nem), hanem az élő, termékeny és anyai, titokzatos módon a Föld középpontjából eredő életerővel való kapcsolatot is lehetővé tették.

³ német kifejezés „ganz andere”: egészen más

⁴ Mircea Eliade, A szent és a profán. A vallási lényegről. (ford. Berényi Gábor); Budapest, Európa, 1987

⁵ Ward Rutherford, Keltische Traditionen (Kelta hagyományok), Neri Pozza Editore

⁶ Margarete Riemschneider, La Religione dei Celti – una concezione del mondo, Rusconi, 1997.

Bizonyos értelemben mindegyik Nemeton a világ közepe volt. Az a hely, ahol kapcsolatot lehetett létesíteni a láthatatlan, isteni világgal – ami ezáltal szükségszerűen abszolút központtá válik. Innen erednek az erők, de az ember az, aki éltehozza a központot, saját érzelmeinek függvényében.



A Nemeton gyakran olyan helyen volt, mely már az ősidőkben is szent helyként működött. Bizonyos helyek – a vallástól függetlenül – folytonosságot adtak a szentség hagyományának.

A Nemeton másik jellemzője, hogy egy erdő, vagy hegy rejtékén, elszigetelten található. Ennek oka nem abban keresendő, hogy a helyet ellenséges politikai hatalmak vagy be nem avatottak előtt akarták volna titokban tartani; sokkal inkább vonzotta őket a magányos hely; egyfajta visszavonulás a sivatagba, mint ahogyan azt más kultúrákból ismerjük.

Druida szentély, Penmaenmawr, Nordwales, UK

A római kereszténység eltorzította ennek a jelenségnek a megértését. A Római Birodalom kereszténysége, pontosabban az, hogy az a városi civilizáció részét képezte, üzenetének görög illetve római városokban történő elterjedése után egyfajta törést okozott a természettel való együttélésben. A pusztába visszavonuló első keresztény misztikusok érezték ezt. A puszták etimológiai értelemben egy elhagyatott hely; nincs alávetve emberi tevékenységeknek. A vidék szóhasználatában a puszták mai napig az elhagyatott, beépítetlen hely megfelelője, ahol az ellenőrizetlen vegetáció kerekedik felül, anélkül, hogy a szárazság vagy elsivatagosodás értelmét magában hordozná. A pusztába vonulás egyet jelentett a természetbe való visszatéréssel, mint ahogyan tették azt az első keresztény remeték. Mivel azonban a pusztai szerzetesek közül a legismertebbek száraz, aszályos országokban éltek, a remeteséget Egyiptom és Líbia földjének magányosságával kötjük össze. Közben elfeledtük, hogy a középkorban a „puszta” egészen a városkapukig ért. A szerzetesek jól tudták, hogy kolostorjaikat elhagyatott, egyszerű földi halandóktól elszigetelt helyeken, de mégis közel a városokhoz kell létrehozniuk. Ezzel az ír és bretoni remeték példáját követték, akik viszont a druidák⁷ példáját vették alapul.

A zarándokhely bárhol lehet, de mégis mindig a világ közepét jelenti, kapcsolatban áll az érintetlen természettel – ez a druidák felfogásának egyik sajátossága. [...] Ez a fajta világszemlélet arról tanúskodik, hogy az ember állandó kapcsolatban van a kozmosszal, soha nincsen egyedül, akkor sem, ha a sivatag közepén van: épp ellenkezőleg: amikor visszavonul a figyelmét elterelő zajos mindennapok elől – mely voltaképpen nem egyéb, mint illúzió –, megtapasztalja a Mindenséggel, az Istenivel, vagy nevezzük bárhogyan is, való kapcsolatot. Ez a hit cáfol bizonyos, a „elsődleges naturalizmus”-ról szóló megjegyzéseket, s azokat, melyek a druidák vallását rítusok sorával, a természet erőinek kedvező irányba való terelésével írják le. A kelta szentség ezzel pont ellentétes: nagy erejű filozófiai és teológiai elmélyülésről tanúskodik, mely soha nem törlődött ki az emlékezetből – s később a kereszténységben is különös erővel elevenedett fel.⁸

A kelták földművelő nép voltak, társadalmi berendezkedésük matriarchális alapú volt. A nők fontos szerepet játszottak a társadalomban, ugyanolyan jogok és kötelességek illeték őket, mint a férfiakat.

A kelta kultusz középpontjában a legfőbb istennő, Morrigan és fia állt, de a kelták vallását nem egyszerű leírni. Ami Galliát illeti, csak a rómaiak által közvetített írásos emlékekre hagyatkozhatunk. A britonok esetében pedig a keresztény misszionáriusok beszámolóival kell beérnünk, akik nem álltak túlságosan jóindulattal a kelták kultuszaihoz.

⁷ A druidák a kelták vallásának főpapjai voltak, vallási befolyásuk mellett nagy volt a társadalmi szerepük is. Nemcsak a mai papok funkcióját töltötték be, hanem a filozófusok, tudósok, tanárok, bírák és királyi tanácsadók szerepét is.

⁸ Jean Markale, Die Druiden (A druidák), Schirner Taschenbuch Stb, 2005

Biztosan állíthatjuk, hogy a kelták vallása nem a csillagokraon alapult, sokkal inkább adózott a növényvilágnak, semmint az égnek. A túlvilág ábrázolásában – egy vallás a túlvilág ábrázolásával kezdődik – nem az ég felé fordultak, hanem a Föld felé⁹.

A kelta vallás legrégebbi kifejeződései a természet szellemeinek, illetve a természetben megmutatkozó élet iránti tiszteletadásból álltak.

A vadászó férfiak tisztelték az vadakat, megölésükért bocsánatot kértek. Ez az apologetikus hozzáállás, mely minden természeti nép vadászánál megtalálható, magának a kultusznak a természetében gyökerezik. Egyes állatokat, melyek túlságosan szentek voltak ahhoz, hogy megöljék őket, védtek és tiszteltek. Így teremtette meg a kultusz az állatok megszelídítésének és a pásztoréletnek az alapjait [...]. A talajt, melyből kifejlődött a növényzet, termékeny anyának tekintették, s mivel a földművelés létrejötté elsősorban a nőknek köszönhető, valószínűleg a föld kultuszát is ők művelték, mint ahogyan később a növényzet kultuszát és a mag szellemét is nőneműnek tekintették.

Mint ahogyan a növényzet szellemei iránti tiszteletadás az ültetés és a vetés rituáléjára támaszkodott, úgy a növekedés istenei iránti tiszteletadás az évszakok és a földművelés nagy ünnepeiben csúcsosodott ki. Valószínűleg ez volt a kelta vallás fejlődésének kulcsa.¹⁰

Még ha a kelták viszonylag kevés nyomot és írásos emléket is hagytak maguk után, az nem primitívságukra vagy tudatlanságukra vezethető vissza, hanem tudatos döntésre: nagy valószínűséggel volt írásuk, melynek nyomait megtalálták, de ami a vallást illeti: a druidák vezetése tiltotta a tanok írásos terjesztését. A tanítvány szóbeli közvetítés útján kapta meg a szövegeket, az előírásokat kívülről kellett megtanulnia.

Egyetlen kelta sem hagyott hátra bizonyítékokat hitéletével, vallásgyakorlásával kapcsolatosan. A druidák írásban nem rögzített eposzai pedig velük együtt szálltak a sírba. De a kevés fennmaradt töredékből megállapítható, hogy a kelták a szent keresésének útját járták, közelebb szándékoztak kerülni az élet értelméhez, s képesek voltak szoros kapcsolatot kialakítani a természet titkaival.

A természeti népek

A német nyelv (de a magyar is) a primitív népek elnevezés helyett a természeti nép (Naturvölker), azaz a természet népei, vagy természetes népek kifejezést használja. A „primitív” kifejezést maximum abban az értelemben használhatnánk, hogy kifejezhessük vele, ezek a népek már előttünk is ezen a bolygón éltek, nem pedig azt, hogy faragatlanok, hiszékenyek vagy visszamaradtak.

Mit is jelent egészen pontosan a „primitív emberek” számára egy kő, egy állat vagy egy szent növény? Vajon maga a dolog „szent”, avagy ezek a dolgok csak megjelenítik a szentséget, azaz előhívják a szentséggel való tapasztalatot – ebben az esetben ezek a dolgok csak eszközök. Az antropológusok Brazíliától Borneóig, az Észak-amerikai indiánoktól kezdve egészen az ausztrál őslakosokig a legapróbb részletekbe menően vizsgálták a természeti népek rituáléit és mítoszait, a vélemények a fenti kérdéssel azonban megoszlanak. A válasz talán e munka, valamint az érintett népcsoportok számára nem is olyan lényeges, hiszen számukra ez tapasztalatot jelent és bizonyára nem egy vitára bocsátandó elméleti kérdés.

A természeti népek számára minden él. Az egész természet, az emberek, az állatok, a növények, még az elszáradt falevelek is, szintúgy a levegő, a tűz, a víz... minden megtapasztalhatja az örömet és a szenvedést.¹¹

A primitívek számára minden természet. A természet jelenti egyszerre az otthont, az éléskamrát, a patikát, a munkahelyet, az imahelyet; a természet a ruházat és a szerszámok „beszállítója”. *Borneó bennszülött lakossága nagy gonddal és finomérzékkel ügyel arra, nehogy megharagítsa a dolgok lelkét. Ha az éhség arra kényszeríti őket, hogy élőlényeket ejtsenek el, áldozati adományokkal próbálják azok lelkét elcsendesíteni.*

⁹ Margarete Riemschneider, La Religione dei Celti – una concezione del mondo, Rusconi, 1997.

¹⁰ J.A. MacCulloch, „The Religion of the Ancient Celts”, Verlag Tebbo, 2012

¹¹ Lévy-Bruhl Lucien, Le Surnaturel et la Nature dans la mentalité primitive, Presses universitaires de France, Paris, 1963.

*Mivel a mennydörgés és a villám, az eső és az égiháború számukra titkok, az embereknel hatalmasabb, de éppúgy gondolkodni és érezni képes lelkek jelzéseiként értelmezik ezeket.*¹²

Az ausztrál őslakosok imádatának tárgya egy Wandjina nevű természetfeletti lény, mely barlangrajzaikon is megjelenik. Ez a lény a Wayrrull, egy minden létezőben kifejeződő erőben nyilvánul meg:

*„A Wayrrull-t nem lehet megmagyarázni. Ez egy misztérium, a Wandjina hatalma. A Wayrrull az az erő, mely megengedi számokra, hogy beszélj. [...] A Wayrrull ott van a fűben, a fában, a folyóban, a hegyekben... A Wayrrull az egész teremtés, az erő, mely ott rejlik minden dologban. Mindegy, hova megyünk, a Wayrrull ott van! Ha elmegyünk egy fa mellett, a fa is rendelkezik ezzel az erővel. A fát azért láthatjuk, mert Wayrrullja, azaz az ereje kapcsolatba lép szemünkkel. A Wayrrull teszi lehetővé, hogy a fa szólni tudjon hozzánk. A fa elmeséli nekünk a történetét. A Wayrrull az, ami lehetővé teszi számunkra, hogy meghallgassuk őt. Ő az, aki szól hozzánk. A Wayrrull-tól tudásra tehetünk szert, tanulhatunk tőle, vezet bennünket. [...] Nem lehet megmagyarázni, túlmutat minden felfogóképességen”.*¹³

*„Ha a bölcsességet keressük”, – mondja a lakota vezető, Mathew King, „akkor egy dombra megyünk és ott beszélünk Istennel. Négy napon, négy éjszakán át, táplálék és víz nélkül. Igen, beszélhetsz Istennel, egyedül, egy dombon. Mondhatsz, amit csak akarsz, ott senki nem hall téged. Ez a beszélgetés közted és Isten között zajlik, senki más nincs ott. Nagyon különleges érzés Istennel beszélni. Én tudom. Én beszéltem vele, ott, a hegyen. A szél fúj, sötét és hideg volt. Én pedig ott maradtam és beszéltem Istennel.”*¹⁴

A különbség a saját személy (az önnön lény) és a természet szellemei között homályos. Az ashanti törzs (Ghana) egyik papja ezt így fejezi ki: *Védekeznünk kell az Ég és a Föld dolgaiban lakozó minden szellemmel szemben és amikor csak tudjuk, saját oldalunkra kell őket állítani. Amikor az erdőben jártok és elejtetek egy vadállatot, felfedezhetitek, hogy egy embert öltetek meg. [...] Fogjatok egy kést, és vágjátok le azt, amiről azt gondoljátok, csak egy ág. Fel fogjátok fedezni, hogy saját karotokat vágjátok le. Vannak emberek, akik képesek leopárdá válni.*¹⁵ Ugyanazokat az aggodalmakat fejezi ki, mint az eszkimó sámánok vagy a Kiwai-szigeteki pápuák: úgy érzik, számtalan láthatatlan lény veszi körül őket. A nagy istenek mellett ott vannak a folyók, fák, varázslók szellemei. Nem csak az emberek és az állatok képesek mozgásra, nem csak nekik vannak szándékaik: *vannak fák, melyek rád esne, és megölnék. Vannak folyók, melyek elemésztenek.*



A totem¹⁶ fogalmát általánosságban egy fatörzsszel hozzák összefüggésbe. Jellemző az észak-amerikai indiántörzsekre, hogy a fatörzsbe állatok ábrázatát vésik – ez a totemoszlop. A természeti népeknél a totemizmus az ember és a természet kapcsolatának komplex rendszerét jelenti. A totemek általában állatok, de lehetnek növények is, ritkábban égitestek vagy más természeti tárgyak. A totem különös jelentőséggel bír az egyes személy vagy a törzs számára, a totemállattal való mély kapcsolat a születéstől kezdve az egész életen át elkíséri őket. Emiatt ezt az állatot nem is vadásszák és nem is fogyasztják.

Mota szülöttei (Bank-szigetek) a totemeiket víziókban vagy jóvendőmondás által pillantják meg. Maewon (Aurora, Vanautu/Új-Hebridák) a gyermeket váró anya az, aki elképzei, hogy egy kókuszdió, a kenyérfa termése, vagy valamilyen más tárgy misztikus kapcsolatba kerül gyermekével, és ily módon „visszhangzik”.¹⁷

Az, hogy a fehér ember elűzte földjükről az indiánokat és az ausztrál őslakosokat, pontosan a természettel való szoros kapcsolatuk miatt okozott számukra traumát. A városok peremén létrehozott táborokba való áttelepítésük létezésüket fenyegette. A természet szellemeivel való

¹² ibid.

¹³ David Mowaljarlai in *Dreamkeepers: A Spirit-Journey into Aboriginal Australia*, Harper Collins, 1995.

¹⁴ Arden Harvey, *Dreamkeepers: A Spirit-Journey into Aboriginal Australia*, Harper Collins, 1995.

¹⁵ ibid.

¹⁶ A „totem” kifejezés az ojibwe amerikai indiántörzs szókinésében található „Ototeman” szóból származik.

¹⁷ Lévi-Strauss Claude, *Das wilde Denken*, Suhrkamp, Frankfurt am Main 1968

együttéléshez szokott bennszülöttek számára majdhogynem lehetetlen feladat volt helyreállítani a létezés érzését azok után, hogy gyökerestül kiszakították őket élőhelyeikről.

Egy ausztrál bennszülött asszony, akit egy bauxitbánya-vállalat (a bauxitot az alumínium előállításához bányásszák) üzött el, a következőképpen írja le kapcsolatát őseinek földjével:

„A bánya emberei elpusztították a növényeket. Azokat a növényeket, melyektől a nevünket kaptuk. Nevünket a Föld adta, a fák és az állatok, a dombok és a hegyek, az égbolt csillagai és a felhők. Nevünket mindazoktól kaptuk, akiket Isten teremtett, érted? A mi törzsi világunkban tőlük kaptuk a neveinket.

Mi testesítjük meg mindezeket a dolgokat, a növényeket, a fákat, a dombokat, a hegyeket, az állatokat, a csillagokat és a felhőket. Látod ott azokat a fákat? Mi személyesítjük meg őket. Én képviselhetném azt a fát ott. Talán ott van a nevem, abban a fában. De ott a szövőke, a víz... a békák... az ebihalak és a halak.... a tücskök... a sok különféle dolog... mindezeket mi személyesítjük meg. Mi személyesítjük meg mindazt, amit Isten adott nekünk... vagy ahogyan mi mondjuk, mindazt, amit Wandjina adott nekünk.”¹⁸

Az antropológusok és etnológusok gyakran közeledtek előítélettel a természeti népekhez, összehasonlították őket a nyugati, zsidó-keresztény kultúrával, s ez az összehasonlítás sok esetben félrevezetőnek bizonyult. Sokan közülük misszionáriusok voltak, a természeti vallásokat majd mindegyikük saját vallásuk szempontjából tanulmányozta, legyen az katolikus, evangélikus, orthodox vagy zsidó. Akadémiai érdekek vagy a hittérítés hátsó gondolata nélkül, őszinte, személyes érzéssel csak páran közelítettek a természeti népek vallásához.

A természeti népek nyelvét, különösen azokat, melyekben nincsen szó a fára vagy az állatra, példaként hozták fel az elvonatkoztatás hiányának bizonyítására, de elmulasztják azon példák tekintetbevételét, melyek azt bizonyítják, hogy az absztrakt szókincs jelenléte és gazdagsága nem egyedüli ismérve a civilizált nyelveknek. Az Észak-amerikai indiánok nyelve, a chinook az élőlények és dolgok számos tulajdonságának megnevezésére használ elvont kifejezéseket.¹⁹

A csendes-óceáni Ryukyu-szigetek őslakosságának nagyon részletes szókincsé van a növények elnevezéseire vonatkozólag. Még a gyerekek is képesek felismerni a fajtákat egy darabka fa alapján, és ami még bámulatosabb, a fa nemét is kitalálják. A bennszülöttek értelmezése szerint a fa neve megállapítható annak külső megjelenését, kergét, illatát, keménységét és egyéb hasonló tulajdonságait megfigyelve. Szintén képesek a hal- és kagylófajták különböző ismertetőjegyeit felismerni, és azokat névvel ellátni.²⁰

A természeti népekre nem jellemző az írásbeliség, ennek következtében nem is maradtak ránk etikai szabályaikat és vallási világgépüket tükröző szövegek. Szóban sem maradt ránk szinte semmi, mivel az európaiak megfertőzték, illetve beolvasztották a bennszülött kultúrákat.

A természeti népek ellenállnak, ha arról van szó, hogy meg kell szegniük a rítusok által meghatározott szabályokat vagy törvényeket, valamint ha a környezetük és az évszakok által megszabott ritmuson változtatniuk kell. Bizalmatlanul tekintenek a nem feltétlenül szükséges és a természet egyensúlyát veszélyeztető tevékenységre.

Habár a primitív népekre általánosan jellemző a másfajta, miénktől eltérő természetfelfogás, az anyagi élet és etika értelmezése náluk a fizikai környezet babonás szemléletében fejeződik ki. Természetesen az emberi lét és természetes környezetének összeegyeztethetősége, pontosabban ez az általánosítás nem abszolút, a mindenkor társadalmi-vallási nézőpont alakítja. Műszaki és tudományos ismeretek hiányában a természeti népek életformája is sértheti a természetet. A mozgatható, kiszedhető keretes kaptár felfedezése előtt például a méz begyűjtése a méhek megölésével járt együtt.

A személyes életfeltételek vagy a környezet változásait mágikus eseményként értelmezték, különösen akkor vált mindez mágikussá vagy esetenként sorszerűvé, ha ezek eltértek a normától, vagy ha azok az megjósolhatóság határán kívül álltak.

¹⁸ Harvey Arden, *Dreamkeepers: A Spirit-Journey into Aboriginal Australia*, Harper Collins, 1995.

¹⁹ Lévi-Strauss Claude, *Das wilde Denken*, Suhrkamp, Frankfurt am Main 1968

²⁰ ibid.

Vallási, történeti és gazdasági szempontból nézve ezek zárt rendszerek, melyek alapmodellje nem számol valódi változásokkal. Erre hivatkozik Lévi-Bruhl is, amikor a Az újtól való félelemről (mizoneizmus) beszél a természeti népeknél, de Eliade is, amikor a ciklusok örök visszatéréséről vagy a történelemtől való félelemről ír. Az „örök visszatérés” problematikája különösen kiemeli a történeti és a mítikus társadalmak közötti különbséget. Előbbi hisz az ember azon felelősségében, miszerint változásokat idézhet elő és a sorsot pozitívan befolyásolhatja. Utóbbi nem gondol sem a haladással, sem a történelem által előidézett változásokkal, számára az egyetlen létező valóság a mítosz, mely az ember, az istenek és a természet teremtését írja le. Az ember egyetlen felelőssége abban áll, hogy a kozmosz keletkezésének történetét szimbolikusan megismételje és újra megélje a mítoszt. A mítoszban és a kultikus szokásokban, melyek új életre keltik a mítoszt, adottak az élet szabályai, mint ahogyan a vadászat és a földművelés szabályai is.²¹

A természeti népek számára az élet örök körforgásban van, melyben a Hold és a Nap ciklusai osztják fel az időt. Ez a vízió, melyre mi az emberi aktivitások korlátozásaként tekintünk, radikálisan különbözik a monoteista vallásokat átítató a lineáris fejlődéstől, mely maga után vonta a haladás és növekedés eszméjét, mely a mai nyugati kultúrát áthatja.

Az amerika duwamish törzsfőnök (Seattle) 1850 körül a következő szavakat intézte az Egyesült Államok elnökéhez: „Hogy lehet az eget, a Föld melegét megvásárolni vagy eladni? Nem az ember szötte az élet szövetét: az ember csak kezében tartja a fonalat. Mindaz, amit a szövettel tesz, saját magával teszi... A mi istenünk jó. Talán azt hiszitek, hogy birtokolhatjátok őt, mint ahogyan azt gondoljátok, birtokolhatjátok a földünket. De nem tudjátok... A Teremtőnek kedves a föld, és ha elsivatagosítják, az azt jelenti, hogy megvetik azt. Egy nap eltűnnek a fehérek is, talán más népek előtt. Ha beszennyezitek az ágyakat, egy éjjel arra ébredtek, hogy saját piszkotokba fulladtok...”²²

Az indiánok többségének vallásos felfogása erősen korlátozta a környezetbe való beavatkozást. Olyannyira, hogy bizalmatlanul tekintettek a mezőgazdasági munkálatokra, illetve vadászni is csak bizonyos keretek között vadásztak.

”A nagy Szellem úgy adta át gyermekeinek a földet, hogy azon éljenek, és csak annyira műveljék azt meg, amennyire az a létfenntartásukhoz szükséges; amíg rajta élnek és megművelik, addig joguk van hozzá, de ha önként elhagyják azt, mindenki másnak joga van letelepedni ott. Semmit sem lehet eladni, kivéve azt a keveset, amit az ember magával tud hordozni.”²³

A természeti népek ezért úgy alakítják az életüket, hogy az tökéletesen illeszkedjék a természeti térbe, hogy minél kevésbé változtassanak rajta és rongálják azt. Vallási és társadalmi rendszerük alapvetően különbözik a miénktől. A természetes környezetet az embernél sokkal hatalmasabb szellemek és istenek lakják, akik nem mindig viselkednek jóindulattal az ember iránt.

Kelet és nyugat

A buddhizmus azt tanítja, hogy egyetlen egység sem létezhet függetlenül az őt körülvevő környezettől, mivel az univerzum minden jelensége összeköttetésben áll egymással. A jelenségek közötti kapcsolatokra ez éppúgy vonatkozik térbeli (ontológiai), mint időbeli (változások) síkon is. Ebből a nézőpontból tekintve ez a természethez való hozzáállás, és az a mód, ahogyan a környezetet tekintik, nagyon közel áll a környezetvédő gondolatokhoz. Minden egymástól függ, az aspektusok, a biológiai sokszínűség, az élőlények közötti szimbiózis nélkülözhetetlen világunk fenntartásához.

Az univerzumban minden élő. (...) Akkor is, ha csak az anyagi aspektust vesszük tekintetbe, az anyag, mely egy csillag halálakor kilöködik az univerzumba, új csillagok vagy biológiai szervezetek testének keletkezésénél újrafelhasználásra kerül. Lehetséges, hogy a testünket alkotó atomok hosszú idővel ezelőtt egy csillag részei voltak. (...) Az emberek a csillagok, az univerzum gyermekei.²⁴

²¹ Luigi Zoja a “Osservazioni sul limite in culture non Occidentali” c. fejezetben, “Obiettivo Decrescita” – kiadta Mauro Bonaiuti.

²² Ibid

²³ Cry of the Thunderbird, The American Indian's Own Story, Charles Hamilton Editor

²⁴ Ikeda Daisaku, The Wisdom of the Lotus Sutra: A Discussion.

A buddhista világnézet az állatokat érző lényeknek tekinti, az újjászületések ciklusának részei ők. Pozitív vagy negatív karmát halmoznak fel, éppúgy, mint az emberek erényes vagy rossz tettek által. Ha az ember káros cselekedeteket hajt végre, és ezzel a negatív karmát erősíti, az egy későbbi életében azt okozhatja, hogy az alsóbb szintű birodalmakban születik újra, az állatok vagy az éhes szellemek birodalmában.

Az állatokat alapvetően azonos szintűeknek tekintik, legyen szó emlős- vagy gerinctelen állatokról. Az embereknek az állatokkal erőszakmentesen, könyörülettel és védelmezően kell bánniuk.

*Amikor Buddha egyik előző életében Bodhisattwa²⁵ volt, odaadta saját testét egy éhes tigrisnek, és tette ezt nagy örömmel, mert az emberi életet rövidnek és múlnak tekintette, s fontos volt számára, hogy valami pozitívát tegyen mások javára. Saját életét összehasonlította az erényes cselekedetekkel, és rögtön felismerte, hogy egy rövid, ilyen jellegű cselekedet is különösen értékes volt. A darmának ezen felismerése ezért késlekedés nélkül arra ösztönözte, hogy felajánlja saját testét.*²⁶

A kínai és a japán buddhizmusban a növények, a hegyek és a folyók is Buddha-természetűek, és elérhetik a megvilágosodást. Szemben az indiai buddhizmussal, mely csak az embereket és az állatokat tekinti érző lényeknek.

Amikor Buddha meditált, gyakorta vonult vissza az erdőbe egy fa árnyékát keresve. Nyilvánvaló, választása a fára nem csak azért esett, mert oltalmat keresett a hőség ellen és húsét akarta élvezni, hanem azért is, mert a fa és leveleinek közelsége inspirálta őt. Élete során gondosan ügyelt arra, hogy ne tegyen kárt a növényekben és magokban, s ez egyértelművé teszi, hogy teljességgel megértette a növényvilág méltóságát.

Az emberi élet és a környezet kapcsolatát következőképp nem-duálisnak tekintik. Ha egy egyed javítja karmáját, azzal környezetét is automatikusan pozitívan befolyásolja. Az emberek egyéni karmájuk miatt születnek, míg környezetük az összes karma eredménye. Az emberek belső világa tudati szinten összekapcsolódik a természeti környezettel. Az egyéni karma minden egyes jobbítása pozitív hatással bír az együttes karmára.²⁷

A keleti etika, mindenekelőtt a buddhista és az indiai etika nagyon fontosnak tartja a környezet iránti tiszteletet, azt, hogy az ember, amennyire lehet, nem változtatja meg azt, valamint hogy megszabadul attól a vágytól, mely sürgetésével mozgást és a keletkezést okoz. A lemondáshoz való hozzáállást megtalálhatjuk azokban a rendszerekben is, ahol létezik áldó istenség, de olyanokban is, amelyekben nem ismerik el sem a gondviselést, sem valamilyen istenséget.

Kínában a nyugat számára ismeretlen módon létezik egymás mellett évezredek óta a taoizmus, a buddhizmus és a konfucianizmus. A társadalmi együttélés nem törvényeken nyugszik, és a helyes cselekedetet sem a parancsolatok határozzák meg. A megváltozhatatlan határok a mindennapokban az ősök és a hierarchiával szembeni „természetes” tiszteletben nyilvánulnak meg.

*A történelemnek ez a fajta alábecsülése Ázsiában [...] megegyezik az ókori görögök sorsról alkotott felfogásával. Ahhoz, hogy helyesen értékeljük a kelet és az ókori görögök emberi cselekedetekkel szembeni csekély tiszteletét, számításba kell vennünk, hogy a mi hozzáállásunk nagyon ellentétes és viszonylag új. A zsidó-keresztény tradíció – különösen a protestáns – túlságosan nagy fontosságot tulajdonít az emberi cselekedetnek, s bár magát az embert isten előtt kicsinek tekinti, mégis az Úr képmásaként, a tenger, az ég és a föld állatainak uraként, a növények haszonélvezőiként tekint rá.*²⁸

A Teremtés könyvének Hatodik napról szóló része közismert: *Isten megteremtette az embert, saját képmására, az Isten képmására teremtette őt, férfinek és nőnek teremtette őket. Isten megáldotta őket, Isten szólt hozzájuk: „Legyetek termékenyek, szaporodjatok, töltsétek be a földet és vonjátok uralmatok alá. Uralkodjatok a tenger halai, az ég madarai és minden állat fölött, amely a földön mozog.”*²⁹

²⁵ A legmagasabb megismerésre törekvő lények, akik a tökéletes erényesség útját járva a Buddháság állapotára törekcszenek, illetve ez tudatosul bennük, azért, hogy ezt minden élő lény üdvére tegyék.

²⁶ Ghesce Yesce Tobden, *Commentario al testo di Shantideva 'Bodhisattvacharyavataara'*, Chiara Luce Edizioni, Pisa, 2001.

²⁷ Shuichi Yamamoto, *How does Buddhism Contribute to the Environmental Problems?* The Journal of Oriental Studies, vol. 18, 2008

²⁸ Luigi Zoja a "Osservazioni sul limite in culture non Occidentali" c. fejezetben, "Obiettivo Decrescita" – kiadta Mauro Bonaiuti.

²⁹ Biblia, Teremtés Könyve 1,27; 1,28 <http://mek.oszk.hu/00100/00176/html/ter.htm>

Ebben a verzióban az ember, isten képmására alkotva, független akarattal és szabad belátással rendelkezik. Mivel hasonló a teremtőhöz, most tehát erőt kell vennie magán, hogy eleget tegyen a felelősségnek.

Isten egy sárgöröngyből alkotta meg az embert, és a maga közelébe emelte őt. A zsidó-keresztény hívők történetét ez a fáradozás alakította, az, hogy megfeleljenek ennek az érdemnek. Saját maga is teremtővé válik, a föld sarát dagasztja, hogy újraterejtse a világot.

Ha a keleti embert vízrézecskeként tekintjük, melyet a kozmikus áramlat szállít, akkor a nyugati ember vele szemben egy hajó, mely bármilyen törekeny is, úszik a vizen, nem keveredik vele és saját útját járja. És mégis a hajó az, ami hajótörést szenvedhet, s nem a víz.”³⁰

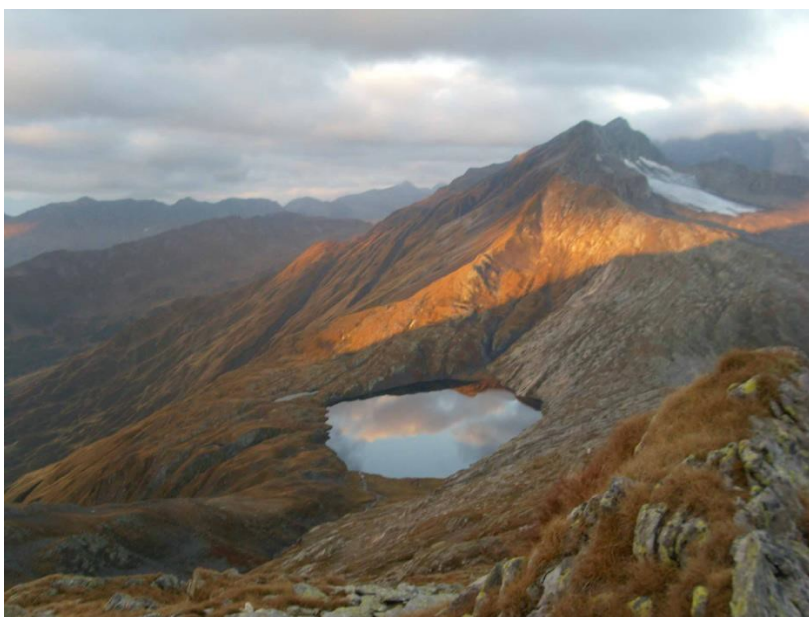
A keleti kultúrák illetve a preszókratikusok felfogása az ember Földön betöltött szerepét illetően merőben más, mint a klasszikus görög filozófia utáni nyugat szemléletmódja.

Záró megjegyzések

Az ősi vallási meggyőződéseket nem intézhetjük el annyival, mintha azok csak egy minden alapot nélkülöző abszurd babonák volnának. Ha megvizsgáljuk a kelták és a természeti népek vallásosságát, szembe találjuk magunkat ezzel a „valami teljesen mással”, amiről Mircea Eliade beszél. Amikor a szentség behatol az emberi tudatba, az mindig olyasvalami, ami teljesen különbözik a profántól, a racionálistól.

Bizonyos, hogy a természeti jelenségek a primitív vallásokban gyakran adtak teret babonáknak és sokrétű, tabukkal és dogmákkal teli totemrendszereknek, megszabva ezáltal a társadalmi élet és a szellem szabadságának határait is. De ugyanezen jelenségek arra is ösztönözték a primitív embereket, hogy túllássanak a túlélésért folytatott küzdelmen, illetve a kemény élet objektív feltételein, s a szellemmel magasabb régiókba emelkedjenek. Az emberekben megszülető vallásosság messzemenően azon alapszik, mi magasztosat és titokzatosat nyújt a természet.

Két ellentétes világnézet és vallásos beállítottság áll szemben egymással: az egyik oldalon a keltáké és a természeti népeké. Ezt a beállítottságot megtalálhatjuk az ókori görögöknél is, illetve a mai buddhizmusban is. E felfogás szerint az embernek a lehető legkevesebbet kell a természetbe avatkoznia. Az újjörögök és a monoteista vallások ezzel szemben egyre fontosabb szerepet tulajdonítanak az embernek a világ, s ezzel együtt a természet átalakításában. Ez a két, alapvetően teljesen különböző felfogás megmutatja, hogy spirituális szempontból mennyire eltérően látják képviselői a természet jelenségeit.



Lago Retico, Bleniotal, Kanton Tessin, CH

³⁰ Luigi Zoja a „Osservazioni sul limite in culture non Occidentali” c. fejezetben, „Obiettivo Decrescita” – kiadta Mauro Bonaiuti.

3. Személyes tapasztalatok

A mélységhez vezető kapu

A Chironico-völgytől gyaloglok, a sűrű köd ellenére úgy döntök, tovább folytatom utamat a hegy felé a Sponda menedékháztól.³¹ Szemerkél az eső, néha teljesen körülölel a köd. Amikor alábbhagy az eső, leülök egy oltárnak tűnő lapos sziklával szembeni kőre. Az oltárra helyezek egy kis világosbarna követ, majd egy kisebb fehérét is.

Ellazítom a szellememet, a szívemet és a testemet. Amennyire csak tudom, elengedem az „én”-hez és a birtokláshoz kötődő dolgokat, és megpróbálom elengedni a szél, a hideg és a test keltette érzéseket is. Befelé haladok, a fénylő központ felé, befelé, a szellemi felé, olyan ellazult állapotban, amennyire csak lehetséges. Tudom, hogy nem kell az észlelés vagy a képzelet tárgyait keresnem. A fény és a hőmérséklet kellemes. A központ (az Egy) összekapcsolódik a Mindennel (az univerzummal, a titokzatos felhőkkel). A bölcsék, a vezetők, a példaképek, a bódhiszattwák mind jelen vannak ebben a pillanatban. Itt vannak. Egy ideig csendben ülök.

Végül elmondom a gnosztikus imát, a természetes kő-oltár előtt állva.



Az érintetlen természet számomra mindig is az inspiráció legfőbb forrását jelentette. Nincs értelme bezárnom magamat egy terembe, hogy ott meditáljak; a nyitott táj egészen más távlatokat ad a szellemnek.

Miért nyújtanak a természetes tájak ekkora inspirációt számomra? Miért tudom a természettől körülvéve jobban megfigyelni a létet, és miért sikerül megtalálnom a bejáratot a belső mélységhez?

A következő válaszokat találtam magamban: az emberkéz által alkotott termekkel ellentétben a természet bizonyos szempontból sokkal semlegesebb hely. A természetben én a külső megfigyelő vagyok, egy sokkal nagyobb valami kis részeként érzem magam. Nem ítélek a természet fölött, mert az minden ítélettől függetlenül szép vagy borzasztó, jó vagy rossz. A kietlen táj, mint pl. a sivatag vagy egy fennsík sem csúnya, egészen egyszerűen csupán csak: van.

A természetnek megvan a maga végtelen körforgása, mindig visszatér saját magához (kivéve, ha az ember beleavatkozik a változtatásaival). A természet lassú és csendes, csaknem hangtalan, és még a hegyi patak zúgása is harmonikusnak és pihentetőnek hallatszik számomra.

Nem azonosulok a természettel. Nem azonosulok sem állattal, sem növénnel, sem sziklával, sem a homokszemmel. Tudatában vagyok annak, hogy testem természet, de szellemem a gondolkodás, a múlt és a jövő tudatának lehetőségeivel messze túlhalad ezen. A természet nem függ tőlem, nem kell, hogy tőlem függjön, én pedig megpróbálom oly kevésbé hatni rá, amennyire csak lehet. Nagy gondossággal mozgok ebben a természetes világban, és próbálom eredeti állapotában meghagyni. Minél kevesebb nyomot hagyok hátra, annál jobb.

A kérdés nem annyira az, mi is a természet, hanem hogy milyen érzéseket és benyomásokat kelt bennem. Inspirál – nagy szabadságot, a végtelen távlatok érzését ébreszti bennem. Az egyszerűség benyomását kelti bennem, annak ellenére, hogy a benne lejátszódó folyamatok és összefüggések nagyon is összetettek. Ez bennem újfent csak csodálkozást és bámulatot ébreszt.

A természettől inspirálva teszem fel a kérdést annak teremtésére vonatkozólag. Teremtették vagy mindig is létezett? „Valaki” teremtette? Miért teremtették? Hol van a kezdete? Ezeket a kérdéseket akkor teszem fel, amikor a természeti világ valamely eleme előtt állok (vagy egy igaz valójában megmutatkozó ember előtt), de emberkéz alkotta tárgyak jelenlétében nem tudom feltenni ezeket a kérdéseket. Pontosan ezek a kérdések

³¹ Val Leventina, Schweiz.

és ez a csodálkozás az, mely az érzékenység állapotába helyez. Abba az állapotba, melyben megsejthetem a létet. Megérteni nem tudom, de megsejthetem.

A szabadságnak és a térnek a természet által közvetített érzete belső természetű. A belső tér tágulását tapasztalom meg, a szellemem eloldódik a kötelekektől és a gondoktól. A természet vallásosságom temploma. Ezért szent számomra a természet. Halálom után testem a természet mélyébe tér vissza. Szellemem felemelkedik, hogy egyesüljön a léttel, mely a természetben is benne van. A lét ezért egyetemes, ez az Egy és a Minden, benne foglaltatik a természet és én.

Számomra egyre inkább egyértelműbb, hogy a lét és a természet ugyanaz, hogy a lét magába foglalja a testet és a szellemet. Nem állítom, hogy ez a nézet az igazság, de bennem belső igazságként hangzik.

Hogy ebben az összefüggésben hol áll a többi ember, akiknek a szándékait nem mindig osztom? Ők a kísérőim a keresésemben és az utamon, ők is (ugyanúgy mint én) többé-kevésbé összezavaradott vagy egységes emberek... Némelyikük rendelkezik a példaképek, vezetők jellemzőivel, mások ezzel szemben úgy tűnnek, kényszereik sötét mélységeibe süllyedtek. Mindenesetre mindannyian nagy belső potenciállal rendelkező emberek vagyunk. Türelemre, nagyvonalúságra, együttérzésre irányuló törekvéseimet nekik ajánlom.

Miért olyannyira fontos szívemnek a természet és a természetvédelem témája? Mert sejtem, hogy a természet és a bolygó az Egész részei, melynek én is résztvevője vagyok. Halálom után valamilyen módon és valamilyen formában én is visszatérek az Egészhez. Vagy hamuként, vagy a szellemem nem-mozgás-formájaként. Az olasz író, Tiziano Terzano a fákkal beszélgetett. Fontos, hogy az ember az élete végén egy olyan természethez és egy olyan Mindenhez tudjon visszatérni, mely teljes egész, melyre az ember jól vigyáz s melyet óv. Bizonyos, hogy ez a Minden nem korlátozódik csupán arra a sárga tülevelekbe öltözött őszi fenyves tájra, mely szemeim előtt megjelenik (vagy pont ezzel ellentétben egy városi tájképre), de ez a táj ennek része. Ez a kapu a belépéshez, melyet szemeimmel láthatok. Meg kell tanulnom szellememmel magasabbra repülni. Gondoskodnom kell másokról, legyenek azok az embertársaim, állatok vagy a természet elemei.

Nem messze Milánótól egy csatornaparton ülök a rézsűn, a fűben. A csatornában friss víz folyik. A lekaszált fű édeskés illata keveredik a vadvirágokéval, a víz zúgása, a megcsillanó, táncoló fények eljutnak hozzám. Hátamat a Nap melengeti. Ha figyelmemet mindezekre fordítom, olyan az egész, mint egy mámorító érzékelésekből álló koncert. Ezzel egyidejűleg az illathangok és zajok olyan lágyak, hogy szemeimet becsukva a belső béke állapotába tudok siklani. Gondolataim lármáját lassan elcsendesítem, így erősebben érzékelem a háttérben lévő természet ténykedéseinek feltartóztatatlan folyamát. Ha ebben az állapotban időzöm, a külső ingerek lassan az érzékelés szintje alá csúsznak, én pedig szabadon mozgok befele és felfele a belső megjelenítési teremben.

Túrázás

Thoreau számára a túrázás valódi művészet: „Tudatosult bennünk, hogy tágabb környezetünkben mi vagyunk talán az egyedüliek, akik ezt a becses művészetet művelik. [...] Nincs az a gazdagság, mellyel megfizethető lenne az a nyugalom, szabadság és függetlenség, melyek ennek a művészetnek a tőkéi. Ebben csak isteni kegy által lehet részesülni. Ahhoz, hogy túrázóvá válhassunk, az ég kifejezett adományában kell részesülnünk. Bele kell születnünk a túrázók családjába.”

A túrázás nagy öröm. Az ember egymás elé rakja lábait, s minden egyes lépéssel helyreállítja a test egyensúlyát. Az élvezet még nagyobb, amikor természetes talajon sétálunk, mindegy, hogy az út kavicsos, földút, füves, köves vagy hóval borított. Az aszfalt és minden mesterséges talaj egyhangúvá és unalmassá teszi a vándorlást. Ha azonban az ember a természetben, közel az éghez, a magasokban túrázik egy szép úton, vagy az erdőben jár, az élvezet határtalan.

Ha az út nem kíván különös figyelmet vagy óvatosságot, a gondolatok szabadon szárnyalhatnak. A szellem egyesülhet a környezettel.

Ulrich Grober ezt így határozza meg „A túrázásról – Új utak egy régi művészethez” c. könyvében: *Egyszerűen csak eltűnni. Elindulni. Egy óra alatt gyalog négy-öt kilométert megtenni. Néha kevesebbet, néha többet, tereptől és időjárástól függően. A célokat, útvonalakat, pihenőket megválasztani. Irányt váltani. Letérni az útról. Járatlan utakra lépni. Korlátlanul rendelkezni térrel és idővel. Menni és cipelni. Mindazt, amire az embernek szüksége van vinni a hátizsákban. Elvárni valamit saját magunktól. Átlépni saját határainkat. Tengelyek, akusztikai terek, illatmezők észlelése, újra és újra ide-oda ingázás: befele tekinteni, párbeszédet folytatni önmagunkkal, a belső hangra hallgatni: ez a túrázás lényege.*

A túrázás zajtalan, egyszerű, egyáltalán nem látványos vagy „extrém”, s a jó cipőt kivéve nem igényel különleges felszerelést. Alig hagy nyomot, mivel a természet, az eső és a szél rövid idő múlva eltörli a nedves talajon, fűben vagy a friss hóban hátrahagyott lábnyomokat. Többnyire követem az utat, de előfordul, hogy szép időben, jó látási viszonyok között elhagyom a jelzett útvonalat, hogy szabadon, saját magam válasszam meg az utat ott, ahol a természetes akadályok a legegyszerűbben legyőzhetőek. Azt gondolom, a gyaloglás az a fizikai tevékenység, mely testnek és szellemnek a lehető legjobb.

A túrázás során jól tudok a figyelemmel dolgozni és meditálni, de a tény, hogy szemeimet nyitva kell tartanom, plusz erőfeszítést igényel, mivel minden, amit észlelek, legyen az egy virág vagy egy szembejövő személy, elterelheti a figyelmemet.

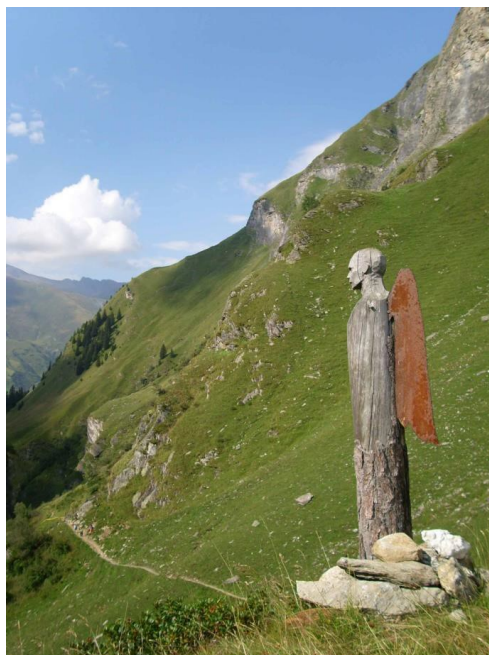
Néha szándékosan a természetes környezetre irányítom a figyelmemet, a fűtől szélre vagy a növények pompás illatára. Máskor a ki- és belégzésre koncentrálok, vagy a szívverésemre. Vagy járás közben megfigyelem magam, lábaim ritmikus mozgását, azt, ahogyan felemelem a sarkamat, majd a lábfejemet. Koncentrálnak arra a kellemes érzésre, amikor lábaim óvatosan megérintik a földet és hálásnak érezhetem magam, amiért ez a föld, mellyel oly gyakran rosszul bánunk, hord és táplál.

Néha elhatározom, hogy vándorlás közben egy bizonyos témáról fogok meditálni, vagy életem egy megoldásra váró problémájáról fogok elmélkedni, melyet bizonyos távolságból és különböző aspektusokból szeretnék megfigyelni. Gyaloglás közben gyakran megértek valamit és megvilágosodom.

A buddhistáknál létezik a gyalogló meditáció, melynek célja a szellemi jelenlét és a tiszta megértés. Az ember keres egy nyugalmas helyet a szabadban, ahol zavartalanul dolgozhat. Először nyugodtan megáll, majd tesz kb. 20 lépést, újra megáll, megfordul, majd 20 lépést tesz vissza. A tekintet a földre irányul, a fej enyhén lefele néz. Megpróbálunk nem észlelni semmi különöset, figyelmemet a lépésekre és a lábfej talajra érkezésének ritmikus találkozására irányítjuk. Így megfigyelhetjük a gondolatainkat és a benyomásokat, melyek a látás, hallás útján vagy más érzékszerveken keresztül jutnak el hozzánk. A 20 lépés végeztével megállunk és figyelmemet megpróbáljuk az egész testünkre, a lábtól egészen a fejtetőig kiterjeszteni, mintha egy fa lennénk, a gyökerektől a koronáig. Két-háromszor be- ill. kilélegzünk, megfordulunk és visszaindulunk. Így érhető el a Mindenség folyásának megtapasztalása.³²

Túrázás közben találkozhatunk a Hely Szellemével (Genius Loci). Minden egyes földdrabnak van saját Genius Locija³³. Minden kertnek, erdőnek, az Elmélkedés Parkjainak is van Genius Locija. Meg kell tanulnunk éreznünk és hallani őt, hogy megérthessük a helyet. Tisztelni kell azt, ami határt szab az emberi cselekedetnek, mert egyetlen helyen sem lenne szabad erőszakot tenni és elpusztítani azt. Jobban mondva: ha az ember megérti és tiszteli a helyet, akkor határokat fog szabni tevékenységeinek is.

Összefoglalva azt gondolom, az embernek határokat kellene szabnia a világban való cselekedeteit illetően, miközben a belső, szellemi cselekedetek határtalanok s nagy szabadságot adnak számunkra.



³² Walking Meditation, Ajahn Sucitto

³³ Russell Page, *The Education of a Gardener*, NYRB Classics, 2007.

Egyszerűség

A természetben kutatni a szellemi után – ezt a keresést egyszerűség jellemzi. A természetben az ember dimenziója kisebb léptéket ölt. Ott vagyok én, az ember, aki meditál, és ott vannak a természetes jelenségek, melyek függetlenek tőlem, melyeknek nincsen rám „szüksége”. A természet bizonyosan összetett, de ha a természetben meditálok, jelenlétem különösen szerénnyé válik. Ez az egyszerűség oda vezet, hogy az ember mindenről lemond, ami nem esszenciális. Megtanulom, hogyan létezhetek azok nélkül a dolgok nélkül, melyeket halálommal itt kell hagynom, hiszen nem vihetem őket magammal.

Matthieu Ricard A boldogságról (Plaidoyer pour le bonheur) c. könyvében André Comte-Sponville szavait idézi, melyek nagyon szépen írják le ezt az egyszerűséget: *Az egyszerű ember úgy él, ahogyan lélegzik, minden további erőfeszítés vagy dicsőség, minden további hatás vagy szégyen nélkül. Az egyszerűség nem olyan erény, ami hozzátevédnék a létezéshez. Maga a létezés, amennyiben semmi nem adódik hozzá. [...] Nincs más gazdagsága, csupán minden az övé. Nincs más kincse, csupán a semmi. Az egyszerűség szabadság, könnyedség, áttetszőség. Egyszerű, mint a levegő, szabad, mint a levegő [...]. (Az egyszerű ember) nem veszi magát se komolyan, se tragikusan. Járja a maga útját, könnyű szívvel, békés lélekkel, cél, nosztalgia, türelmetlenség nélkül. A világ a birodalma, s ez neki elég. A jelen az örökkévalósága, s ez betölti. Semmi bizonygatnivalója, hisz semminek sem akar látszani. Semmi keresnivalója, hisz minden itt van. Mi egyszerűbb az egyszerűségnél? Mi könnyűbb? Ez a bölcsék erénye, és a szentek bölcsessége.*³⁴

Ahhoz, hogy hozzáférjek a szellemihez, nincs szükségem se épületekre, se emlékművekre, se rituálékra. A természet maga szolgáltatja a helyeket, a templomokat és a szimbólumokat: egy erdei tisztás, egy mező, egy öreg fa, egy kőszikla.

Elgondolkodom egy szerényebb életstíluson, a fogyasztói magatartás kritikáján, s mindezek arra ösztönöznek, hogy egy belső egyszerűséget is kifejlesszek magamban. Van bennem egyfajta idegenkedés a nehézkes liturgiák és a barokkos kultikus helyek iránt, bármely vallást képviseljék is.

Mint ahogyan a külső, anyagi világban, úgy a belső, szellemi életben is a lehető legnagyobb egyszerűsége törekszem. Ez nem jelenti azt, hogy ez sikerül is, de legalább törekszem rá.

A Elmélkedés Parkjainak félgömb alakú csarnokát formai, anyagi és színbeli egyszerűsége miatt különlegesen szépnek találom, a legjobb meditációs helyszín számomra azonban a természetes, sziklás, füves hegygerinc, mely fölött ott magasodnak a fogazott hegycsúcsok, felhők és a végtelen égbolt (vagy éppenséggel a köd, mely mindent beburkol. Ennek nincs jelentősége.) Nincsenek épületek, padok, székek vagy kispárnák, nincsenek képek, szobrok, sem üvegablakok, sem arany vagy drágakövek, semmiféle szimbólum vagy tömjénfüst, nincsen zene sem. Nincsen fűtés, sem klímaberendezés. Nincsen semmiféle hierarchia, nincsenek papok, nincs semmi, ami közvetítené a szentséget, nincsenek ceremóniák.

Az az egyszerűség, ahogyan csendben ülök a természetben és meditálok – számomra ez az, ami legjobban hasonlít a sivatagi atyák aszkézisére, a kamalduli³⁵ szerzetesek csendjére, Silo elmélkedésére az ermitában, Ani Tenzin Palmo³⁶ hegyi barlangjára, Terzani³⁷ kunyhójára a Himalájában. A kispárna száraz füvekből áll, az oltár egy lapos szikla, a kegytárgy egy, a sziklára helyezett kő. A szél susogása helyettesíti a harangok zúgását, a havasszépe illata a tömjénfüstöt. Van ennél csodálatosabb templom?

A belső egyszerűség azt jelenti, elengedek mindent, ami zavar és eltereli a figyelmemet: a tulajdont, melyhez ragaszkodom, a függőséget, az ego túlzott fontosságát, a test érzékeléseit, a haragot és a féltékenységet, a gondokat és a félelmeket. A belső egyszerűség azt jelenti, hogy az én felfüggesztését keresem.

³⁴ A. Comte-Sponville, *Ermutigung zum unzeitgemäßen Leben. Ein kleines Brevier der Tugenden und Werte*, Rowohlt, 2010.// André Comte-Sponville: Kis könyv nagy erényekről

<http://filozofia.uni-miskolc.hu/wp-content/uploads/2015/09/Andr%C3%A9-Comte-Sponville-Kis-k%C3%B6nyv-nagy-er%C3%A9nyekr%C5%91PDF.pdf>

³⁵ Camoldoli, olasz kolostor az Appennineken

³⁶ angol születésű buddhista szerzetesnővér, aki 12 évig élt egy nepáli barlangban

³⁷ Tiziano Terzani, olasz író, újságíró

Az egyszerűség a szövegekre is vonatkozik. Sok vallásos szöveg nehezen emészthető és igencsak bőbeszédű. Ezzel szemben a gnosztikus ima jó példa a rövid és tömör egyszerűsége, ugyanúgy mint „A belső tekintet” vagy „Az út” Silo Üzenetében.

Nem fontos, hogy tapasztalataim nyomát magam mögött hagyjam. Akinek van szeme a látásra és értelme a megértésre, annak a természet mindent megmutat.

Ani Tenzin Palmo szavait idézve: „A lemondás fontos szakasza az útnak. A lemondás nem azt jelenti, hogy el kell hagynunk a házunkat és a családjunkat ahhoz, hogy zárandokútra induljunk, mint ahogyan Buddha tette. Azt gondolom, hogy a belső lemondás más szempontból sokkal nehezebb. Nem egyszerű a számunkra fontos (de haszontalan) gondolkodási módokat elengedni és a jelenben időzni ahelyett, hogy emlékeink, a jövőről alkotott fantáziaképek vagy spekulációink rabjává váljunk. Nagyon nehéz ezekről lemondani. Még akkor is, ha egyesek látszólag egyszerűen élnek – nem sokan élnek így –, belső életük gyakorta igen nagy luxussal bír. Az elengedés, a semmihez sem való ragaszkodás nem egyszerű. Különösen az nehéz, hogy elengedjük azt a képet, „ami én vagyok”.³⁸

Egy tengerszem feletti sziklán ülve megpróbálok a fentiekben elmélkedni. A víz hullámait figyelve megpróbálok elengedni az éneket és számtalan gondolatot. A víz felszínét felkavarja a szél, olybá tűnik, mintha az egész tó az egyik oldalra akarna billenni, s mégis mindig ott van, csendben, s mégis aktívan. Egy pillanatra az a benyomásom, mintha az énem folytonos döngicsélése elhallgatna. Az „Én” eltűnt, nincs ott. Egy egészen apró pillanatra sikerül belekerülnöm a nyitottság, egyszerűség és tisztaság állapotába, és ez egy újfajta megértéshez vezet el. Ez az állapot lehetővé teszi, hogy érzékeljek egy másfajta valóságot, mely eláraszt. A tó felszínén hullámzó foltok körülvesznek, részükké válok. Lemegyek a tóhoz, kezemet a tiszta vízbe merítem. Egynek érzem magam a létezéssel, a Bódhiszattvák és példaképek bölcsességével, akik ebben az elemben jelen vannak. Talán ez az, amikor megtorpan az én?

Fontos, hogy felismerjük a saját határainkat, az emberi cselekvés határait. Barangolásaim alatt tudom, hogy vannak határok, melyeket nem léphetek túl: a fizikai erőnlétem határait, a hegyi útvonalak nehézségi fokát, a rendelkezésre álló időt (sötétedés előtt vissza kell térnem), az időjárási viszonyokat, amikor sűrű köd vagy jég nehezíti a gyaloglást; ha havazik vagy zivatar fenyeget.

Megtanulni látni

Megtanulni látni vagy megtanulni érezni? Vagy mindkettőt? A természet megfigyelésekor mindenki valami mást lát.

Amikor az ember megfigyeli a természetet és belefeledkezik, mély terekbe léphet be. A figyelem alapvető tényező, hogy az emberben tudatosulhasson a természet. A magas hegységek lankás oldalain, a vegetációhatáron nő a kötőfű. Ez egy aprócska párnás növény, melynek oly apró levelei és virágai vannak, hogy állva alig lehet észrevenni őket. Nem nagyobb néhány milliméternél. Le kell hajolnom, hogy illatát egyáltalán érezzem.

A természet jelzői különbözőek lehetnek, aszerint, milyen a helyszín, az időjárás, az évszak: szép, harmonikus, nyüzsgő, eleven, erőteljes, energikus, bájos, büszke, hatalmas, erőszakos, kiszámíthatatlan, illatozó, vidám, alvó, tetszhalott, ébredő, álmos, komor, féktelen, nyugodt, látszólag mozdulatlan, örök.

A mai nap csodás. A tegnapi eső utáni ég kitisztult, csak néhány kis fehér felhő látszik. Friss, üde szél fúj, ez mutatja a természet erejét és fékezhetetlen szellemét. A széllekeések mindent megmozgatnak: az öreg fatörzsek recsegnek, a fiatalabb ágak hajladoznak mindenfelé, mintha játszanának, fény s árnyék táncol a mezőn. A fű, a fák olyan zöldek, mintha csak tavasz lenne.

Ha a természetben sétálok, gyakran úgy érzem magam, mint egy (eléggé figyelmetlen) megfigyelő. Meg vagyok győződve arról, hogy egyedül vagyok a természet közepén, de ez a benyomás hatalmas tévedés – jelenlétemet élőlények ezrei figyelik: madarak, rovarok, csúszómászók, hangyák, állatok, melyek

³⁸ Ani Tenzin Palmo, Reflections on a Mountain Lake

félelmükben menekülnek előlem. Behatolásomat inkább szaglással és hallással érzékelik, semmint látással.

Az állatvilággal való kapcsolat kérdések sora elé állít, melyekre nincsenek válaszaim. Mit éreznek? Mit érzékelnek tudatosan? Miért élnek? Mi életük célja? Miért olyan különbözőek, miért más a méretük, alakjuk, a színük, miért mozognak másképp, miért más a testük, melyben élnek? Testem nagyon hasonlít az emlősállatokéhoz, miáltal közel érzem magam hozzájuk, tudok velük kapcsolódni, tiszteltem őket. S mégis, egyetlen emlősállat sem ért és gondolkodik úgy, mint én. Vannak gondolataik? Ha igen, milyenek? Vagy minden csak ösztönös náluk? Egészen bizonyos, hogy érzékszerveiken keresztül ők is tapasztalják az éhséget, szomjúságot, a hideget, a meleget, a fájdalmat, a jóllétet, a félelmet. A háziállatoknál képes vagyok ismerni még a következő érzéseket: vonzalom, kedv, féltékenység, büszkeség, hiúság.

Az állatok tekintete mögött érzékelem az életet, mely ott lüktet bennük, szándékokat, energiát, egy törekvést, melynek valódi hajtóerejét azonban nem ismerem. Egyesek a Teremtő, egy isten kezemunkáját vélik az állatokban felfedezni, mások a reinkarnáción, az ok és okozat karmikus elvén keresztül látják a kapcsolatot emberek és állatok között.

A városi létforma miatt igen kevés kapcsolatunk van az állatokkal. Civilizációnk hajlik arra, hogy az állatokat kizárja, a higiénia hiányaként, piszok és betegségek forrásaként tekintsen rájuk. Csak a selymes bundájú, „édes, aranyos” állatokat hagyjuk meg magunk mellett. Ezeket az állatokat nagyon rokonszenvesnek találjuk, s majdhogynem emberi tulajdonságokkal ruházzuk fel őket. A háziállatok kivételével csak kevés rovarnak sikerül aszfalton, üveggel, falakkal és klímaberendezésekkel bebástyázott világunkba behatolni.

Amikor kimegyek a természetbe, ez gyökeresen megváltozik. Ezer szempár tekint rám, ezer láb, ezer, élelem után kutató száj vesz körül. Az erdei tisztás látszólag lakatlan, hallgatás és magány uralkodik, de ha egy ideig mozdulatlanra dermedek, megmutatkozik a sokszínű élet. Egy harkály kopácsol a halott fatörzsön. Egy mókus ugrándozik egyik ágról a másikra. Rovarok zümmögnek, csigák és bogarak törnek utat élelem után kutatva.

Az állatok behatolóként tekintenek rám, aki életüket veszélyezteti. Általában nem kedvelik az emberek közelségét, és joggal félnek tőle. Az ember elpusztította életterük nagy részét, vadászik rájuk, elfogyasztja őket, növényvédő szerekkel gyilkolja őket.

Amikor az Egyről és a Mindenségről beszélek, akkor azt feltételezem, hogy az állatok éppúgy részei a Mindenségnek, mint a növények, a kövek, a föld vagy a víz.

Egy évszázados fához sétálok, átölelem érdes kérgét. A fában élet lüktet, efelől semmi kétségem. Energia kering benne. Itt is egy akarat nyilvánul meg, melyet nem ismerek fel. A fa, ellentétben velem, óriási. Kitárt karom még csak törzsének felét sem éri körül. Ágai lényegesen erősebbek és vastagabbak, mint a lábam.

Itt is, a növényvilágban, hihetetlen sokszínűség van jelen: micsoda különbözőségek – itt egy évszázados fa, ott egy néhány nap alatt kibújó s ugyanolyan gyorsan elenyésző gomba!

Egy rózsaszirmait figyelem, teljesen elbűvöl: mielőtt a szírom kihajtott volna, már volt ott valami, ami a növekedést ösztönözte. Ez nem egy biológiai kérdés, melyet tudományosan meg lehetne magyarázni. Amikor a virág egy szirma elhervad és elbomlik, valami új történik. Hol végződik mindez? Már nem látható, átalakult. Hol van most az a virág, mely egy hónapja még virágzott? Hol van most az a virág, mely egy hónap múlva fog kinyílni?

Hogy lehetséges az, hogy egy apró, alig egy milliméteres, jelentéktelen kis fekete magból egy padlizsánnövény fejlődik ki, melynek termései testemnek táplálékul szolgálnak? Mindebben egy számomra titokzatos munkálkodó erőt vélek felfedezni.

Thich Nhat Hanh, vietnámi buddhista szerzetes „Hogyan vált Sziddhártha Buddhává” c. könyvében a következő történetet meséli el: *Buddha egy nap különös tanítást osztott meg tanítványával. Megvárta, míg mindannyian leülnek és elcsendesednek. Ezután lassan felállt, fogott egy lótuszvirágot, s anélkül hogy bármit is mondott volna, kezében tartotta. A jelenlévők csodálkoztak, azt kérdezték magukban, vajon mit akar közölni velük? Sokáig tartotta Buddha a virágot a kezében, némán. Végül feltekintett, körbe nézett,*

elmosolyodott, s így szólt: „Az igazi Dharma szemével rendelkezem, a csodálatos vízió kincsével, s ebben a pillanatban átadtam ezt Mahakasszapának.” Mindannyian a mélytiszteletű Kasszapa felé fordították tekintetüket, s látták, hogy az mosolyog. Szemét nem vette le Buddháról és a kezében lévő lótuszvirágról. Amikor a jelenlévők újra Buddhára néztek, látták, hogy ő is a virágot nézi, s mosolyog.

Szvászti, az egyik szerzetes tudta, hogy mennyire fontos megtartani a szellem tudatosságának állapotát. Légzésére koncentrált s egyidejűleg Buddhát figyelte. A fehér lótuszvirág nemrég nyílt ki. Buddha gyengéden, ünnepélyesen tartotta kezében. A virág szárát hüvelykujja és mutatóujja közé fogta, a virág pedig átvette kezének formáját. Buddha keze szép volt, mint ahogyan a virág is. Tiszta és elbűvölő. Ekkor Svvaszti hirtelen felismerte a virág tiszta, nemes szépségét. Semmiféle gondolat nem kellett hozzá. Arcán spontán mosoly jelent meg.

„Barátaim”, – szólt Buddha – „ez a virág egy csodálatos valóság. Amikor elétek tartom, mindannyian megélethetitek ezt. Kapcsolatba lépni egy virággal azt jelenti, hogy egy csodálatos valósággal, magával az étellel kerülünk kapcsolatba.

Mahakasszapa mosolyodott el először, mivel ő azonnal kapcsolatba lépett a virággal. Addig, amíg akadályok torlaszolgák el szellemeteket, nem tudtok a virággal kapcsolatba lépni. Sokan közületek azt kérdeztétek magatokban, miért tartja Gautama magasba a virágot? Mi értelme van kézmozdulatának? De ha szellemeteket ilyesféle gondolatokkal torlaszolgátok el, nem élhetitek meg a virágot valójában.

Barátaim, ha elveszünk a gondolatokban, azzal megakadályozzuk az élethez való kapcsolódást. Ha hagyjátok, hogy a gondok, a frusztráció, félelem, harag vagy irigység uralkodjanak rajtatok, akkor elveszítitek annak a lehetőségét, hogy az étellel kerüljétek kapcsolatba.

Barátaim, a kezemben lévő lótuszvirág azok számára igazi, akik tudatukban a jelen pillanatban időznek. Addig, amíg nem tértek vissza a jelenbe, a virág nem létezik igazán. Vannak, akik egy egész szantálerdőn át tudnak úgy vágni, hogy közben egyetlen szantálfát sem vesznek észre. Az élet teli van szenvedéssel, de nagyon sok csodával is. Legyetek tudatosak, és látni fogjátok a szenvedést és a csodálatosat is.”³⁹

A természet, mint az emberi lét metaforája

Az Alzasca menedékház felé ereszkedve megpihenek egy vízcsiszolta, enyhén lankás sziklán, mely közvetlenül az alattam zúgó hegyi patak fölött emelkedik. Kezemet megtámasztom a sziklán, biztonságot érzek. A patak zúgása megkönnyíti az inspirált állapotba történő belépést.

Íme a víz elem, az események folyásának, az idő múlásának, a dolgok feltarthatatlan fejlődésének metaforája. S íme a szikla, mely viszont a belső gravitációs pontot fejezi ki, a zsinórmérték, melyhez a féktelen élet viharában tarthatom magam. Köröttem fák, élőlények, melyek sokkalta nyugodtabbak mint én, s melyek a megrendíthetlenséget (ataraxia) testesítik meg. Vajon a víz az, mely a látszólag oly kemény sziklát formázza, vagy a szikla az, mely a víznek megmutatja a völgybe vezető utat, mely irányítja, s vezeti azt?



A természet megnyilvánulási formái precízen kapcsolódnak az érzéseimhez, létem metaforájaként szolgálnak, teljesen szubjektívek, és nem ruházhatók át másra. Számomra a mennydörgéssel és villámlással kísért nyári zápor – belső tájam által megszűrve – nem más, mint a szabadjára engedett erők grandiózus koncertje. Másokban félelmet kelt; a harag, düh és a büntetés kifejeződéseiként érzékelik. A költészet tele van ilyen metaforákkal. Tükröződöm a természetben, mint ahogyan arcom tükröződik egy tó felszínén.

A hegy olyan, mint az élet analógiája: ott van a meredeken emelkedő, fáradtságos út, akadályokkal és nehézségekkel. Az út elején az ember erővel telve érzi magát, majd egyre inkább kezd fáradni. A hegycsúcs az élet tetőpontja. Látszólag semmi sincs felette, csak a végtelen ég, a felhők és a megfoghatatlan szél, a titok és az örökkévalóság.

³⁹ Thich Nhat Hanh, *Wie Siddhartha zum Buddha wurde*, Theseus Verlag, 2010.

Az erős, impozáns hegygel ellentétben a szakadék látszólagos úrja, a 'mozdulatlanság-forma'. A hegyivezető ismeri az utakat, a völgyeket, tudja, hol van átjáró és hol nincs. Megbízhatok benne. A téli táj a hegyekben nyugalmat, csendet, az újjászületés előtti halált jelenti. A havas hegycsúcsok az istenek lakhelyei.

Amikor túráim során hirtelen beburkol a köd, az üresség, tartalomnélküliség és a koncentráltság érzete tölt el, mivel a szokásos dolgok hiányában nem terelődik el a figyelmem.

A fa hasonlatos a monolithoz: Axis Mundi-ként köti össze az eget a földdel, a földi dolgokat a szentséggel. A talaj, a sár a termékenységnek feleltethetőek meg, ez az alap, amelyen elkezd kifejlődni az élet, s melybe minden visszatér. A virágok a vidámságot és az örömet jelentik, a források a születés és a tisztaság metaforái.

A Soreda-szorostól a Pizzo Cassinello felé vezető emelkedőn minden létező bizonytalan és ingatag voltán elmélkedem: életünk tartama, a test, a kapcsolatok, a pénz, munka, a divatirányzatok, fogyasztói javak, melyek elhasználandók, tönkremennek vagy kimennek a divatból, a futó gondolatok, a jó vagy a rossz idő, a növények, az évszakok, de még a hegyek, sziklák, kövek is – melyek úgy tűnnek, örökké megmaradnak –, lassan elporladnak. A hegycsúcs felé vezető úton óriási sziklatáblákon és kőtömbökön haladok át, melyek lassan, milliméterről milliméterre kúsznak lefele a völgybe, mígnem ítéletidő végez velük, s lezuhanva darabjaikra hullanak. A hegy is mozog.

A természet és az emberi lét életciklusai pontosan megfeleltethetőek egymásnak. A természet követi örök körforgását, legyen az a nappalok és éjszakák, a holdfázisok vagy az évszakok váltakozása. A növények körforgását, kezdve az elvetett magtól a termésig nagy szenvedéllyel írta le Goethe „A növények metamorfózisa” c. költeményében.

Testem is, melyhez annyira ragaszkodom, s melyet annyira azonosítok az „Én”-emmel, ennek a könnyörtelen körforgásnak a része. Egy nap meghal a test, és hamuvá, szerves hulladékká alakul át (ha ezt a modern kifejezést akarjuk használni minden kézzelfogható dologra, mely célját beteljesítve hasznavehetetlenné válik. A temető voltaképpen egyfajta hulladéklerakat, a krematórium pedig a hulladékégetőnek felel meg.)

A prehisztórikus társadalmakban nem létezett hulladék, minden, amit az ember elhasznált, a körforgás révén visszakérült a természetbe. Kivételt néhány kis mennyiségben rendelkezésre álló anyag képezett, úgy mint a kerámia és a fémek.

A szintetikus műanyagok és a fogyasztói társadalom elterjedésével ez a ciklus megszűnt. Szakadék képződött a természetes anyagok, nyersanyagok és a hulladéktermékek között. Utóbbiaktól lehetőleg minél gyorsabban és olcsóbban igyekszünk megszabadulni, vagy legalábbis eltüntetni a szemünk elől. Társadalmunk meg van győződve arról, hogy ez a szétválasztás hosszú távon is működhet. Azt gondoljuk, korlátlanul nyerhetjük ki a Föld nyersanyagait, élelmiszereit, energiáit, hogy azután rövid, tomboló lázban használjuk el őket, majd elégezzük, vagy szemétkukákba, folyókba, a tengerek mélyére tüntessük őket.

Ha valaki a Földre, mint egy felszentelt valamire tekint, akkor megdöbben ezen a világszerte elterjedt szokáson, melyet csak ritkán kérdőjelezünk meg. Egyrészt a lehető leggyorsabb módon, a lehető legnagyobb mennyiségű nyersanyagot akarjuk kinyerni a Földből: homokot, kőolajat, fémeket, drágaköveket, uránt, stb, másrészt a kinyerés során létrehozott gödröket környezetszennyező hulladékkal töltjük fel, melyben az egymással keveredett anyagok teljesen használhatatlanná válnak. A jövő generációi egyáltalán nem fogják tudni használni ezeket. A mezőgazdaságban sem jobb a helyzet. A föld termékenységének ősidők óta bevált ciklusa a műtrágya és a növényvédő szerek használata miatt felborult. A természetközelség, melyben a Föld és terményei iránti tisztelet fejeződött ki, teljesen eltűnt és megsemmisült.

A fogyasztói társadalomban éppen a szemetesvödrök elterjedt használata fejezi ki, mennyire , kiveszett a természet szentségének érzékelése. A természeti jelenségeket sem értjük már, holott ezek alapvetően fontosak lennének. Szerencsére vannak jelei annak is, hogy változóban van ez a gondolkodásmód: létezik recycling (újrahasznosítás), s ebben az angol szóban a „ciklus” szót fedezhetjük fel.

Amióta a természet örök körforgásáról meditálok, azóta a halál, testem végességének gondolata egyre kevésbé nyomaszt. A természet a közös otthont jelenti. Anyagi testem, mely egy életen át kísér, visszatér a földbe, hogy számomra ismeretlen formákban „újjászülessen”, szellemem pedig, az anyagi köteléktől megszabadulva, más utat jár majd.

Végtelen terek

Régen jártam már a Val Grande Nemzeti Parkban, mely most is, mint mindig, különös hatással van rám. A Pizzo Proman megmászása fáradtságos.⁴⁰ Az út egy része katonai hegyi ösvényen át vezet Colmától a csúcsra, az utat száz évvel ezelőtt vésték a sziklába, a magas terméskő támfalak részben beomlottak, részben benőtte őket a természet. A mai időjárás változékony, a csaknem merőlegesen futó hegyoldal sűrű, sejtelmes felhőbe burkolódik. Néhány napsugár elér s felmelegít, de délután esni kezd.

Az északi oldalon, a Val Grande irányában tökéletes csend honol; hallani a kakukk hangját és a sziklákról a jóval lejjebb lévő patakba ömlő víz zúgását. Az egész egy vad, grandiózus amfiteátrum, utcák és házak nélkül. Csupán az erdő, sziklák és néhány út. Varázslatos, egy ősi világot idéző hely, nehezen megközelíthető, távol a technológizált világtól, s éppen ezért különösen érezhető a természet szentsége. Az egész úton senkivel sem találkozom, csak amikor visszatérek a colmai menedékházhoz, ahol néhány túrázó akar megszállni éjszakára.

Mindennapjainkat egy kétdimenziós világban éljük. A televízió és a computer ellaposítja térérzékelésünket, ugyanúgy, ahogy a hidak és alagutak utainkat irányát határolják be. Újra fel kell fedoznunk a két másik dimenziót: az időt és a függőleges dimenziót. Az időt, mivel eredetünk és történetünk képezi alapját annak, hogy megértsük jelenünket, illetve hogy jövőnket értelmesen tervezhessük meg. A függőleges dimenziót pedig azért, mert egy hegy megmászása azt is jelenti, hogy a hétköznapiából a szellemi dimenziók felé emelkedünk.⁴¹ Amikor egy hegyet vagy egy fát szemlélünk, fel kell emelnünk tekintetünket, de mindenekelőtt a földről és az emberi szemmagasságból kell elmozdítanunk az érzékelést. Aki nem találja a mennyet saját magában, hiába keresi azt a világegyetemben.

Amikor Casa Giorgiban, a Parkban – amely vadállatok természetes élőhelye is – kerteszkedtem, akkor tudatosodott bennem, hogy a karbantartási feladatok, a mező, fák és utak gondozása egyenlő egy belső, megszentelt tér kialakításával. Egy olyan belső helyé, ahova bármikor visszavonulhatok, akkor is, ha nem vagyok ott.

A Trento megyei Sugana-völgyben felfedeztem egy egészen különleges, megszentelt helyet, az Arte Sella-t.⁴² Nemzetközi művészek kizárólag a helyszínen fellelhető ágakból, fatörzsekből, kövekből készült szobrai, műalkotásai láthatóak itt természetes közegükben, a mezőkön és az erdőkben. A kiállításban van valami mély,



Arte Sella:

A szerelem temploma



Fa-katedrális

⁴⁰ Nemzeti Park Észak-Olaszországban, vad, járhatatlan utakkal. Túra Colloroból a Pizzo Promanra, a Val d'Ossolán keresztül

⁴¹ Ezt a feliratot, melyet kicsit megváltoztattam, a sementinai erdőben találtam egy táblán (Tessin, Svájc)

⁴² nemzetközi kortárs művészeti kiállítótér, 1986 óta szabad téren, mezőkön és erdőkben láthatóak a kiállított szobrok. Val di Sella, Borgo Valsugana, Trento megye, Olaszország: www.artesella.it

mely túlmutat egy hagyományos kiállításon. Arte Sella mély benyomást tett rám; ritkán látni művészet és természet ily harmonikus szimbiózisát, az ember és a természet teljes megbékélését egymással, mindezt egy olyan világban, melyben a csúfság harapózott el. A művészeknek sikerült kifejezniük a környezet törékeny egyensúlyát megillető tiszteletet, s mindezt úgy, hogy ökológiai érzékenységről is tanúskodnak.

A műalkotások egyszerűek, nem akarnak az örökkévalóságnak megmaradni. A szobrok idővel elkorhadnak, elbomlanak, visszatérnek a természet körforgásába. Száz év múlva semmi sem marad belőlük, hiszen biológiailag lebomló anyagból készültek. Talán majd az akkori művészek új szobrokat alkotnak helyükön.

A „Fa-katedrális” három gótikusnak tetsző hajóból áll, mindez a szabad ég alatt, az íveket és boltozatokat száraz, illetve élő ágak alkotják, a padlózatot fű borítja. A „Szerlem temploma” egy faragott faoszlopokból álló kör, mely így egy különösen szép, szabályos teret zár magába. Az ős színeiben pompázó sárgásbarna falevelek ottjártamkor csak fokozták a hely harmóniáját. Számomra ez felért egy hazatéréssel – azon a borús napon nem egyszer az intenzív boldogság érzése töltött el. Meg kell tanulnom ezeket a pillanatok a mindennapokra is kiterjeszteni.

Az energia kifejeződése

Minél inkább haladok a megszentelt felé vezető úton és minél mélyebb terekbe lépek, annál nagyobb hatással van rám a természeti jelenségek ereje és teljessége. A bennem keringő energia és a meleg – mind a fizikai, mind a szellemi –, megtalálható a természeti jelenségekben is, legyen az egy fűszál vagy a Nap.

Az erő mindenütt fellelhető és érezhető a természetben, nem csak a „különleges” helyeken. Ez az energia a természet minden megnyilvánulásában jelen van; egészen nyilvánvaló ez az állatok, növények, a víz és az időjárás esetében, kevésbé nyilvánvaló a talaj, a geológiai alakzatok, vagy akár az őszi erdei talajt borító élénk-szelíd színben pompázó falevelek esetében. A fatörzsekben, különösen az évszázados fák törzsein érezhetem ezt az erőt, ha kezemet és fejemet a fa kérgehez érintem. A fűvön, kövön, vagy a csupasz földön ülve érzem a talajból áradó jótékony erőt.

Egy ragyogó májusi napon Rossából a Calvaresc-tóhoz tartok. Ez egy kis tengerszem a morénavölgyben, füves lejtők, hóborította mezők, sziklák ölelik.⁴³ A tó fölötti dombra érek, távol a mindennapoktól, közel a felhőkhöz, az éghez és az istenekhez, közel ahhoz, mely mindent magába ölel. Tudatom teljesen tiszta, s a természet is tudatosul bennem. Lassan megyek. Lerakom a hátizsákomat. Egészen könnyűnek érzem magam. Szemem becsukom. Lágy szellő simogatja arcomat, s olyan érzésem van, mintha az elmém, énem egy része a levegőbe emelkedne. Kinyitom a szememet. Alattam a tó csillogó vize, a tó közepét még jégréteg borítja. A hegy napos oldalán már elolvadt a hó, de árnyékos oldala még vakítóan fehérlik. Teszek néhány lépést. Azt érzem, hogy egy olyan tudatállapot tölt el, melyet csak ritkán ismerek fel. Az „Én”, a maga egyhangú gondolataival eltűnik. Megfigyelem a felhőket, a levegőben köröző madarakat, a fehér hegycsúcsokat, majd tekintetem visszatér a tó közepén fodrodózó jégréteghez. Az elme az, mely mindezt megfigyeli, mintha fentről figyelne pihekönyven. Megpróbálom ezt a határtalan szabadságérzetet rögzíteni magamban. Köszönetet mondok belső vezetőmnek. Itt otthon vagyok.



Tesztek néhány lépést. Azt érzem, hogy egy olyan tudatállapot tölt el, melyet csak ritkán ismerek fel. Az „Én”, a maga egyhangú gondolataival eltűnik. Megfigyelem a felhőket, a levegőben köröző madarakat, a fehér hegycsúcsokat, majd tekintetem visszatér a tó közepén fodrodózó jégréteghez. Az elme az, mely mindezt megfigyeli, mintha fentről figyelne pihekönyven. Megpróbálom ezt a határtalan szabadságérzetet rögzíteni magamban. Köszönetet mondok belső vezetőmnek. Itt otthon vagyok.

Lefeje haladtamban egy vörösfenyő alatt pihenek meg. Kicsit úgy érzem magam, mint Buddha. A tűlevelek világoszöldek, még nem nőttek meg egészen; a tavasz itt még csak nemrég köszöntött be. A fa alsó ágai szinte érintik a földet, s így, egyfajta természetes sátoorként a biztonság és védettség érzetét keltik bennem. Meditálok, majd újra köszönetet mondok.

⁴³ Val Calanca, Graubünden.

Sokkal lejjebb, már az erdőben, egy fakadó forrást fedezek fel, mely utam közepén, a hegy gyomrában ered. Vize hideg és tiszta. Megtöltöm kulacsom, majd megmosom arcomat s kezemet. Az egész olyan, mint egy rituális mosakodás. Érzem, hogy a vízben élet és energia van, az az energia, melyet a testben és az elmében is megtalálok. Hirtelen úgy érzem, eggyé válok az elemmel, mintha a víz és én ugyanazok volnánk.

Hang és csend

A csend a létező legszebb muzsika, de meg kell tudni hallani, odafigyelni rá. Ehhez belső, szellemi csöndre van szükség. A természet hangja nagyon szelíd, szinte alig észrevehető, finom, egyáltalán nem tola-kodó: a fák tetején susogó szél, a hullámok ritmusa a tengerparton. Csupán a vízesés mellett állva, vagy zivatarkor, a viharos szélben érezzük néha fülsüketítőnek a zajokat. Olykor egy-egy állat ad ki figyelmeztető kiáltásokat.

Mario Brunello, olasz csellóművész és karmester gyakran játszik a szabad ég alatt. A természet hangjai mély érzékenységet ébresztenek benne, melyet a következőképpen ír le:

Megpróbálom megtalálni a hallgatás helyeit. Oda megyek, ahol űr van, ahol egy másik hangot tudok belélegezni. Egy olyan végtelen tágas teret keresek, ahol kicsinek, de egyúttal az Egész részének érzem magam; olyan helyeket, ahol félhetek, de egyidejűleg mélyen eltölt a béke érzete, az egész teremtés iránti béke érzete. Amikor így, ezzel összefüggésben, ebben a dimenzióban kezdek el a csellón játszani és a szél megrezegteti a hangszer húrjait, akár egyetlen hang is kiterjedhet, így válva az ég egy hullámává, a csend imájává. Követem ezt a hangot, elveszek ebben az utazásban, a természet, s hallgatóinak néma résztvevőjévé válok: eggyé válunk, csak a hang, és semmi más.⁴⁴



⁴⁴ Mason Vittorino (a cura di), *La natura dimenticata*, Cierre Grafica, Verona, 2013

4. Záró megjegyzések

A titokzatosság az ok, ami miatt számomra a természet belépés a Szellemi terekbe. Bár a biológia és a botanika a lehető legrészletesebben írja le és magyarázza meg a természet jelenségeit, a miertre egyetlen tudomány sem tud választ adni. Az évszázadok során sok tudományos és teológiai magyarázat született és mindegyik magáénak tudja az igazságot. De vajon megvan-e az a képesség bennünk, hogy megértsük, mit jelent egy állat, egy növény, egy kő vagy a zivatar léte mélyebb szinten? Vajon a modern embernek tényleg tisztább a képe a természetről, mint a kőkorszak embereinek vagy a bennszülötteknek? Lehet, hogy már nem félünk a természeti jelenségektől, de a megválaszolatlan kérdéseink ugyanazok, mint 10.000 évvel ezelőtt. A misztérium ugyanolyan nagy, mint akkor.

A természet feltartóztathatatlan mozgását nem lehet csupán fizikai törvényekkel magyarázni. A természetben ható erők láthatatlanok az emberi szem számára. Van ott valami, ami túlmutat a természetben, valami mögöttes, valami, ami felette áll.

Miért nőnek gigantikus fák az egekig, miért gyökereznek mélybe? Miért szökken szárba a látszólag halott magból a növény, s hajt ki a virág, a termés? Mindezek szent, mélyebb, szellemi területekre vezetnek bennünket. Ebből következően hasonló kérdéseket tehetünk fel az emberi létre vonatkozólag is. Feltételezhetjük, hogy léteznek olyan erők, melyek számunkra láthatatlanok, melyek nem magyarázhatóak meg az értelemmel. Albert Einstein nem hitt egyfajta személyes istenben, de „mélyen tisztelte” a természetet. Alázattal, csodálattal szemlélte azt, s meggyőződése volt, hogy a tudósnak is meg kell alázkodnia annak szépsége és titokzatossága előtt.⁴⁵

Pierre Rabhi azt írja: *„Tudásunk megmagyarázza, hogy csirázik ki egy egyszerű mag, így folytatva az életet, de az élet miértjét soha nem tudtuk megmagyarázni. Nem találjuk az igazságot. Egyetlen filozófia, egyetlen dogma, egyetlen tan vagy ideológia sem tudja megragadni, még kevésbé ketrecbe zárni azt. Csakis akkor nyilvánul meg, ha felhagyunk a találgatásokkal és azzal, hogy emésztiük magunkat. Csakis akkor ragadtathatunk el, ha elcsendesedünk és hallgatunk. Ebben az állapotban nincsen helye nézeteknek, véleményeknek arról, ami kimondhatatlan. Úgy tűnik, az igazság megelőz minden létezőt. Valószínűleg ez az – számomra legalábbis úgy tűnik –, amit homályos intuícióval és ösztökélő kétségekkel Isteni erőnek nevezünk. Isteni erőnek, melyet primitív őseink az élet minden kifejeződésében felismerni véltek.”*⁴⁶

A természet az a terület, ahol a hegyek, a horizont, az ég és a mennybolt szemlélésekor megfigyelhetjük a távlatokat és a végtelent. Vagy ha az egészen kicsihez közelítünk, s egy virágot, vagy a fakéreg erezetét figyeljük. Mind a végtelenben, mind a kicsiben az örökkévalóság nyílik meg. Van a természetben egy titok, mely által érzelmileg és szellemileg ráhangolódunk a nyitásra.

Testünk által mélyen kapcsolódunk a természethez. A természet földi életünk alapja. Halálunkkor testünk visszatér a természet körforgásába, a természet befogadja azt. A természet nem ellenséges irányunkban, egészen egyszerűen csak: van.

A természetnek megvannak a határai. Egyetlen fa sem nő az égig. Egyetlen állatfaj sem szaporodik a végtelenségig. A mai társadalom elfeledte ezeket a fizikai, anyagi határokat. Elménkben azonban nincsenek határok, elménk szabadsága végtelen.

Összefoglalás

- A természet és a természet törvényeinek megfigyelése értékes segítséget nyújt számunkra életstílusunk kialakításában, fontos belátásokra tehetünk szert az életet és a transzcendenciát illetően. Sokmindenre „tanít” bennünket.
- A természetben olyan erők vannak jelen, melyek az emberi szem számára láthatatlanok, de érezhetőek.
- A természet néha közvetítő szerepet játszik, segítség a mélybe való belépéshez. A helyek és a tárgyak inspirálóan hatnak ránk.
- Más pillanatokban a természet mint maga a szellemi, a szentség jelenik meg. Ez esetben nincs közvetítő, a kapcsolat közvetlen. Semmi nem áll az ember és a benső mélység közé.

⁴⁵ Ronald Dworkin, *Religion without God*, Harvard University Press, Cambridge 2013.

⁴⁶ Pierre Rabhi, *Vers la sobriété heureuse*, Babel, Coédition Actes Sud, Leméac, 2010

5. Irodalomjegyzék

Első rész (A természet, mint a Mélyhez vezető kapu a különböző kultúrákban)

- Arden Harvey, *Dreamkeepers: A Spirit-Journey into Aboriginal Australia*, Harper Collins, 1995.
- Bonaiuti Mauro (a cura di), *Obiettivo Decrescita*, EMI, Bologna, 2005.
- Eliade Mircea, *Das Heilige und das Profane. Vom Wesen des Religiösen*. Insel Verlag, Frankfurt am Main, 1984
- Evans-Pritchard Edward E. – *Teorie sulla religione primitiva*, Sansoni, Firenze 1971.
- Hamilton Charles, *Cry of the Thunderbird – The American Indian's own Story*, University of Oklahoma Press, 1972
- Ikeda Daisaku, *The Wisdom of the Lotus Sutra: A Discussion*.
- Lévi-Strauss Claude, *Das wilde Denken*, Suhrkamp, Frankfurt am Main 1968
- Lévy-Bruhl Lucien, *Le surnaturel et la nature dans la mentalité primitive*, Presses universitaires de France, 1963.
- MacCulloch J.A., *La Religione degli antichi celti*, Neri Pozza Editore, 1998.
- Markale Jean, *Die Druiden*, Schirner Taschenbuch Stb, 2005.
- Riemschneider Margarete, *La Religione dei Celti – una concezione del mondo*, Rusconi, 1997.
- Rutherford Ward, *Tradizioni Celtiche*, Neri Pozza Editore.
- Tobden Ghesce Yesce, *Commentario al testo di Shantideva: Bodhisattvacharyavatara*, Chiara Luce Edizioni, Pisa, 2001.
- Yamamoto Shuichi, *How does Buddhism Contribute to the Environmental Problems?* The Journal of Oriental Studies, vol. 18, 2008
- Zoja Luigi, *Storia dell'Arroganza – Psicologia e limiti dello Sviluppo*, Moretti & Vitali, Bergamo, 2003.

Második rész (Személyes tapasztalatok)

- *Arte Sella, The Contemporary Mountain*, Silvana Editoriale, Cinisello Balsamo MI, 2011, (www.artesella.it)
- Ceserani Gian Paolo, *Il giardino lontano*, Cartacanta Editrice, Milano, 2000.
- Cleary Thomas, *The Secret of the Golden Flower*, Harper Collins Publishers, New York, 1991.
- Comte-Sponville André, *Ermutigung zum unzeitgemäßen Leben. Ein kleines Brevier der Tugenden und Werte*, 2010.
- Dworkin Ronald, *Religion without God*, Harvard University Press, Cambridge 2013.
- Goethe Johann Wolfgang, *Versuch die Metamorphose der Pflanzen zu erklären*, Ettingersche Buchhandlung, Gotha, 1790.
- Grober Ulrich, *Vom Wandern – Neue Wege zu einer alten Kunst*, Rowohlt Verlag, Hamburg 2011.
- Figueroa Pia, *Silo, il Maestro del nostro tempo*, Multimedia, Firenze, 2013
- Hesse Hermann, *Wandern*, Suhrkamp Verlag, Frankfurt am Main, 1980.
- Mason Vittorino (a cura di), *La natura dimenticata*, Cierre Grafica, Verona, 2013.
- Page Russell, *The Education of a Gardener*, 1962.
- Palmo Ani Tenzin, *Reflections on a Mountain Lake*, Snow Lion Publications, New York, 2002.
- Porcinai Pietro e Mordini Attilio, *Giardini d'occidente e d'oriente*, F.lli Fabbri Editori, Milano, 1966.
- Rabhi Pierre, *Vers la sobriété heureuse*, Babel, Coédition Actes Sud, Leméac, 2010.
- Ricard Matthieu, *Plaidoyer pour le bonheur*, Editions Robert Laffont, Paris, 2003.
- Röling Niels, *Gateway to the Global Garden*, 8th Annual Hopper Lecture, Univ. of Guelph, Canada, 2000.
- Schwenk Theodor, *Das sensible Chaos*, Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart 1963
- Silo, *Die Erde menschlich machen, Der Innere Blick*, M. Uzielli Verlag, 1997.
- *Silos Botschaft*, Éditions Références, Paris 2011.
- Snyder Gary, *La Pratica del Selvatico*, Fiori Gialli Edizioni, Velletri (Roma), 2010.
- Terzani Tiziano, *Un altro giro di giostra*, Longanesi, 2004
- Thich Nhat Hanh, *Wie Siddharta zum Buddha wurde*, Theseus Verlag, 2010
- Thoreau Henry David, *Vom Wandern*, Reclam.
- Wu Ming 2, *Il sentiero degli Dei*, edicicloeditore, 2010.

Thomas Schmid

Tanulmányozás és Elmélkedés Parkjai, Casa Giorgi

2015 január

thomsschmid@gmail.com