

VII. TÉMA: AZ ÉSZLELÉS MÉLYSTRUKTÚRÁJA

21. lecke

A tiszta észlelés

Mit jelent a tiszta észlelés?

A külső és a belső észlelés megkülönböztetése a közvetlen érzéki észleléstől való elfordulást feltételezi. Ekkor becsukjuk a szemünket, lehetőleg csendben vagyunk, egy olyan helyen, ahol megfelelő a hőmérséklet és nem érzünk erős szagokat. Ilyenkor a látás, hallás, szaglás, ízlelés és tapintás nem befolyásolja az észlelést, mégis az észlelés folytatódik. A belső észlelés során képesek vagyunk korábbi benyomásokat felidézni belső képek, hangok stb. formájában. Ha azonban úgy határozunk, hogy nem emlékezünk, nem képzelődünk, nem jelenítünk meg semmit önmagunk számára, akkor is folytatódik az észlelés. Az elme folyton képeket vetít elénk, asszociál, el-elkalandozik. A kérdés az, vajon képesek vagyunk-e elérni, hogy az elme kiüresedjen, azaz ne gondolkozzon, ne képzelődjön, ne idézzon fel benyomásokat és nem vetítsen képeket elénk. **A tiszta észlelés** az az állapot, amikor az elme kiürül minden olyan tartalomtól, amelyek az érzékszervi észlelés folyamán pecsételődött belé, azaz nem gondolkodik, nem képzelődik, nem emlékezik, nem fantáziál stb. Ha most feltesszük a kérdést, hogy mi történik ilyenkor az elmében, vajon ilyenkor az észlelés sem jellemző-e rá, akkor arra azt válaszolhatjuk, hogy ilyenkor az elme a tiszta észlelés állapotába kerül.

Mi jellemző a tiszta észlelés állapotára?

A tiszta észlelés állapotában az elme nem észlel tárgyakat. Nem ragad meg tárgyat, nem ragad meg véges formákat. Az elme teljesen nyitott marad, nem zárul be véges keretek közé. Mivel az elme észlelése ilyenkor nem vonatkozik tárgyra, ezért nem is különbözteti meg magát mástól, sem egyedi észleleti formáktól, sem a környezetétől. Mivel nem működik ilyenkor sem az emlékezet, sem a képzelet, az elmét **nem jellemzi az időtudat**. Nem vonatkozik a múltra, az emlékezete révén, és nem vonatkozik a jövőre a képzelete révén. Ilyenkor az

elme ideje a jelen, az elme állapota a folytonos jelenlét.

Pascal a *Gondolatok* egyik töredékében arról beszél, hogy mindennapi létezésünk során soha nem „tartózkodunk” a jelenben, hanem mindig vagy a múltban, vagy a jövőben élünk.

Sohasem a jelenhez igazodunk. Előrevetítjük a jövőt, mint ami túl lassan érkezik, mintegy siettetve folyását, vagy visszahívjuk a múltat, hogy megállítsuk, mint ami túl gyorsan tovatűnik; ily óvatlanul tévelygünk azokban az időkben, amelyek nem tulajdonunk, és sosem gondolunk az egyetlenre, amely hozzánk tartozik; és amilyen hiúk vagyunk, csak azokkal törődünk, amelyek valójában semmik, és hagyjuk tovatűnni figyelmetlenül az egyetlen, amely fennmarad. [...] Szálljon csak mindenki magába, azt fogja találni, hogy gondolatai kivétel nélkül a múlttal vagy a jövővel vannak elfoglalva. Szinte sosem gondolunk a jelenre, és ha igen, csak azért tesszük, hogy segítségével megfejtsük, miként uralhatnánk a jövőt. A jelen soha nem célunk. A múlt és a jelen eszközeink csupán, egyedüli célunk a jövő. Ezért aztán soha nem élünk, mindig csak élni remélünk. Blaise Pascal: *Gondolatok*, 80 [172. töredék]

Az élet azért a jelenben van, mert az életet átélni csak a jelenben lehet. Ha valakiről azt mondják egy helyzetben, hogy csak a testével van jelen, vagy ott van, de mégis jelen, az azt jelenti, hogy elkalandozott, másra gondol, nem figyel arra, ami éppen vele és körülötte történik. A jelenlét az élet megélését, átélését jelenti teljes figyelemmel és odaadással abban a pillanatban, amikor éppen az események megtörténnek velünk. Ez a jelenre figyelés jellemzi a tiszta észlelés állapotát is.

A tiszta észlelés állapota nem félálom vagy teljes álom, nem ájultság vagy tudatvesztés, és nem is transz-állapot. Az elme ilyenkor teljes kapacitásának birtokában van, bármikor folyamodhat hozzá, de nem teszi. Ez az álomra vagy más tudathiányos állapotokra nem jellemző. Az elmét a tiszta észlelés állapotában nagyfokú éberség jellemzi, hiszen semmi nem kerül el a figyelmét, noha semmihez nem kapcsolódik hozzá a

figyelmével. A tiszta észlelés a tiszta, éber és összeszedett figyelem állapota. Mivel nem kapcsolódik hozzá semmilyen tárgyhoz és nem reflektál önmagára sem, ezért az összeszedett éber figyelem ezen állapota nem a koncentrált öntudat állapota. A figyelem ebben az esetben nem koncentráció, és nem jár aktív tudatossággal. Annak ellenére nem, hogy mindaz tudatosul az elmében, ami ilyenkor történik vele.

Meditáció, elmélkedés

A tiszta észlelés nem mindennapi tapasztalat. Ennek eléréséhez hosszú és kitartó **gyakorlatok** szükségesek. A különböző kultúrákban kifejlesztett meditációs technikák ezt alkalmazzák. A meditáció egy gyakorlat. Jelen esetben azonban nem hagyjuk el az elmélet szintjét. Noha a tiszta észlelés gyakorlat nélkül megvalósíthatatlan és elérhetetlen, bennünket itt mégis csak elméletileg érdekel, amennyiben ez a szint az észlelés struktúrájának null- vagy végpontja. A tiszta észlelés az a képesség, amelyre az észlelés egésze ráépül. Ám ha kifejlődik bennünk ez a struktúra, a tudatossággal, a belső és külső észleléssel és az érzéki tapasztalatok végtelen tömegével, akkor már nagyon nehéz ezt az alapállapotot elérni, átélni, megtapasztalni.

A meditáció Descartes *Elmélkedések* című művében

Noha a meditációs technikák főként a vallási hagyományhoz tartoznak, a filozófia is alkalmazza. Szép példája ennek Descartes *Elmélkedés az első filozófiáról* című műve, amelynek eredeti latin címe így hangzik: *Meditations metaphysicae*, azaz metafizikai meditációk. A címben a meditáció arra a sajátos eljárásra utal, amelyet Descartes a hat elmélkedés során követ. Descartes nemcsak azt várja el az olvasótól, hogy olvassák el a művét és értsék meg fő állításait és érveit, hanem azt is, hogy „együtt meditáljanak” a szerzővel. Ez azt jelenti, hogy a szöveg mély megértése feltételez bizonyos mentális gyakorlatok elvégzését. E gyakorlatok célja **megtisztítani az elmét minden olyan tartalomtól, amely az érzéki észlelés során íródott bele**. Ha ez hosszú gyakorlás során sikerül, akkor a tiszta észlelés állapotában olyan észlelési tapasztalatokhoz juthatunk hozzá, amely enélkül nem elérhető. Descartes szerint ilyenek a „gondolkodom tehát vagyok” bizonyossága valamint a végtelen (azaz

Isten) ideájának tiszta és elkülönült észlelése minden más ideát meghaladó evidenciával. Ez utóbbi legrészletesebb leírását a 3. elmélkedés utolsó bekezdésében találjuk. Ennek részletes elemzését lásd:

Ajánlott olvasmány:

Pavlovits Tamás: „A fenséges Istennek szemléletében elnyerhető legfőbb boldogság” – Megjegyzések Descartes harmadik elmélkedésének utolsó bekezdéséhez.

http://elpis.hu/issues/17/Elpis17_pavlovits.pdf

Ahhoz tehát, hogy a végtelen ideáját teljes pompájában képesek legyünk szemlélni az elmében, az elmét meg kell tisztítani minden olyan „rárakódott” tartalmától, amely az érzéki észlelésből ered. Descartes az *Elmélek*ben többször utal világosan ennek az eljárásnak a szükségességére

Most pedig lecsukom a szemem, fületem betapasztom, elcsitítom valamennyi érzékemet, s a testi dolgokat ábrázoló valamennyi képet vagy kitörlöm gondolkodásomból, vagy ha ez nem is lehetséges, legalábbis semmilyen jelentőséget nem tulajdonítok nekik, lévén hamisak és megbízhatatlanok. Így egyedül önmagamhoz szólva, s az eddigieknél mélyebben magamba tekintve arra fogok törekedni, hogy fokról fokra haladva mind közelebbi és meghittebb ismeretségbe kerüljek önmagammal. Descartes: *Elmélek az első filozófiáról*, Harmadik elmélkedés, 45. oldal.

Érdekes fordulat az idézet végén az, hogy a tiszta észlelésre törekvés egyre közvetlenebb és meghittebb ismeretségbe helyez **önmagammal**. Mintha az észlelés érzéki meghatározottsága elfordítana önmagunktól, míg a tiszta észlelés önmagunk legbelső tapasztalatába vezetne be bennünket. A jelenben önmagunkkal válunk azonossá.

Olyannyira hozzászóltam az utóbbi napokban ahhoz, hogy az elmét különválasszam az érzékektől, s olyannyira pontosan megfigyeltem, hogy a testi dolgokról csak nagyon kevés igaz

észleletünk van, s hogy sokkal több mindent ismerünk meg az emberi elméről, de még ennél is sokkal többet az Istenről, hogy már semmi nehézséget nem jelent gondolkodásomat a képzelettel megragadható dolgoktól az értelemmel megragadhatók, vagyis a mindenféle anyagtól különváltak felé fordítani. Descartes: Elmélkedések az első filozófiáról, Negyedik elmélkedés, 67. oldal.

Descartes szerint a tiszta észlelés állapotának elérése nem könnyű. Hiszen, ha az ember le is zárja az érzéki észlelés csatornáit („lecsukom a szemem, fületem betapasztom, elcsitítom valamennyi érzékemet”), az elmében még akkor is folytonosan egymást követik a gondolatok („a testi dolgokat ábrázoló valamennyi képet vagy kitörlöm gondolkodásomból, vagy ha ez nem is lehetséges, legalábbis semmilyen jelentőséget nem tulajdonítok nekik”). Descartes elismeri, hogy **nem könnyű megszabadulni a képi gondolkodástól**. Ha az elme nem is képes erre, akkor sem azokra figyel. Az elmélkedés lényege, hogy világosan megkülönböztessük egymástól az elmében az érzéki eredetű, és nem az érzékekből származó (a priori) tartalmakat. Az, hogy nem tulajdonítok jelentőséget az érzéki eredetű képeknek, azt jelenti, hogy belső figyelmemmel az elme tiszta, eredendő tartalmai, ti. önmagam és Isten észlelése felé tudok fordulni.

Itt ragadható meg tehát a tiszta észlelés lényege: **a tiszta észlelés a külvilágtól elfordult észlelés, amely az elme belső tartalmai felé irányul**. Azon tartalmak felé, amelyek az elmében minden érzéki észleléstől függetlenül adóttak, és amelyek **nem véges formákhoz kötődnek**. A tiszta észlelés ily módon a végtelen észlelésének állapotát is jelenti.

Összefoglalás

A tiszta észlelés az elmének egy sajátos képességét jelenti, amely nem áll automatikusan a rendelkezésünkre. A tiszta észlelés olyan belső észlelés, amely eltekint az elme minden olyan tartalmától, amely az érzéki észlelésből származik (képek, hangok, emlékek, fantáziák, vágyak stb.) A tiszta észlelés nem jelenti az észlelés felfüggesztését, hiszen jellemző rá a tudatosság, az éber és összeszedett figyelem. A tiszta észleléshez gyakorlatokat kell végezni. Ezeket meditációs gyakorlatoknak nevezzük, de a filozófiai reflexiókban is használatosak.

Kérdések:

- Mi jellemzi az időtudatot a tiszta észlelés folyamán?
- Mi különbözteti meg a tiszta észlelés állapotát a tudatvesztett állapotoktól?
- Miért nevezhető észlelésnek az a mentális állapot, amikor az elme megtisztul minden érzéki észlelésből származó tartalmaktól?
- Miként aknázza ki Descartes az *Elmélkedések az első filozófiáról* című művében a tiszta észlelésben rejlő lehetőségeket?