
Csonthó Aranka:

Vallápszichológiai párhuzamok a halál jellegének kutatásában a keresztyénségben és a keleti világvallásokban (hinduizmus, buddhizmus)

Abstract: My study examines death as a phenomenon from the point of view of psychology of religious, as death affects everyone and is closely related to everyday life, the perception of life and the meaning of life. The purpose of my work is pointing on how certain religions give an adequate or acceptable answer to the question of death, in our case the Christianity and Eastern world religions such as Hinduism and Buddhism. From the point of view of psychology of religious, I would like to point out the character of death and dying in these religions, looking for parallels between them. After exploring the specifics and manifestations of general psychology of religious, the research provides a brief insight into the approach to death in the three mentioned religions, and then tries to compare differences and looking for parallels. It shows how preparation for death is taking place in ones lives, followed by funeral, and how death is processed and accepted during the period of mourning, highlighting some characteristics.

Key words: death, religions, Christianity, Hinduism, Buddhism.

Absztrakt: Vallápszichológiai párhuzamok a halál jellegének kutatásában a keresztyénségben és a keleti világvallásokban (hinduizmus, buddhizmus)

Tanulmányomban a halált, mint jelenséget vizsgálom vallápszichológiai szempontból, mivel a halál mindenkire hatással van és szorosan hozzátartozik a mindennapokhoz, az élet felfogásához és az élet értelméhez. A munkám célja, hogy rávilágítson, miként adnak a halál kérdésre megfelelő vagy elfogadható választ egyes vallások, esetünkben a keresztyénség mellett a keleti világvallások, úgy, mint a hinduizmus és a buddhizmus. Vallápszichológiai szempontból

szeretném rámutatni a halál és haldoklás jellegére ezekben a vallásokban, párhuzamokat keresve közöttük. A kutatás az általános valláslélektani konkrétumok és megnyilvánulások feltárása után rövid betekintést ad a halál megközelítése kapcsán a három említett vallásba, majd megpróbál összehasonlítást tenni eltéréseket, ill. párhuzamokat keresve. Rámutat miként történik a halálra való készülődés, majd a temetkezés, illetve miként folyik a halál feldolgozása, elfogadása a gyász időszakában kiemelve néhány jellegzetességet.

Kulcsszavak: halál, vallások, keresztyénség, hinduizmus, buddhizmus.

Bevezetés

Látszólag lehetetlenre vállalkozunk, amikor vallásokat megpróbálunk összehasonlítani. A mi esetünkben párhuzamokat keresni a keresztyénség és a keleti vallások között. Tudjuk, hogy maguk a keleti vallások önmagukban is hatalmas palettát alkotnak, rengeteg irányzat, felfogás, filozófia, sőt egyes kutatók szerint nem is vallások¹. Mégis miért vállalkozunk arra, hogy a halál jellegét kutassuk és megpróbáljunk valamennyire párhuzamot vonni egy-egy valláspszichológiai területen ezek között a vallások között? Egyáltalán lehetséges-e ezt a szegmensét vizsgálni, ha magukat a vallásokat össze sem lehet hasonlítani? Bizonyára nem tudunk majd olyan párhuzamokat felmutatni, amik megállják a helyüket, de magát az embert, annak viselkedését és feladatát észlelhetjük a vallásos élet mindennapjaiban, amihez hozzátartozik a haldoklás, elmenetel, temetkezés és gyász is. Ezért arra törekszünk inkább, hogy a vallások egy-egy jellemzőjére rámutassunk, egy-egy szegmensét kiemeljük, amik szorosan a halál témájával vannak kapcsolatban. Ezekben próbálunk felfedezni hasonlóságokat vagy rámutatni a különbségekre.

Tudjuk, hogy a halál kérdésére a vallások különböző válaszokat adnak. A keresztyén kultúrában a reménység és a feltámadásba vett hit, az örök élet perspektívája adja meg a választ, de mindezt csak

¹ Pl. a buddhizmus a <https://www.britannica.com/topic/Buddhism> szerint egyfajta filozófia és gyakorlatalapú világnézetként van számon tartva

hittel lehet elfogadni. Isten az, aki mindent megtett. Nem az ember maga tud megszabadulni a halálból. A keleti vallásokra a ki(meg)szabadulás a jellemző, így a halál „jó” dolognak számít sok esetben, mert a reinkarnáció és lélekvándorlás következtében újra lehetőséget kap az ember a végső kiszabadulás eléréséhez.

Miért is kell a halállal foglalkozni? A halál, mint jelenség, mindenkire hatással van és szorosan hozzátartozik a mindennapokhoz, az élet felfogásához és az élet értelmének kereséséhez. Ideális esetben a halálra való készülődés akkor kezdődik, amikor az ember megszületik. Ez nem szkeptikus megközelítés, hanem realisztikus. Tudomásul kell venni, hogy mindenki meg fog halni egyszer. Az ezzel való szembesülés az ember lelkében törést szokott okozni, főleg ha személyesen érinti őt meg a halál szele egy szerette elvesztése által. Ezért szükséges kérdéseket feltenni és keresni a választ, foglalkozni vele és nem tabuizálni. Itt van nagy szerepe a vallásoknak, a vallásosságnak. A kritikus életkérdések alkalmával szembesül az ember azzal, hogy nem ura az életnek, ezért keres kapaszkodót, kiutat, megoldást. Feltesz kérdéseket, amikre a vallások adhatják meg egyedül a választ.

Foglalkoznunk kell ezért azzal, milyen kérdések, területek merülnek fel a halál témájában, amit kutatni lehet. Miként adnak a halállal kapcsolatos ezen kérdésekre megfelelő vagy elfogadható lélektani választ a vallások, mi esetünkben a keresztyénség, a hinduizmus és a buddhizmus.

A valláspszichológia jellemzése után először általánosságban mutatunk rá a halál kérdésének teológiai hátterére a keresztyénségben. A hinduizmus tanításának a halál témáját is érintjük, majd a buddhizmusra jellemző alaptanításokat vizsgáljuk meg. Ezután rátérünk magára a témára, mivel a halál kérdését több szempontból lehet megközelíteni. Megpróbáljuk felmutatni a lehetséges párhuzamokat, de az eltéréseket is. Amit vizsgálni fogunk: A halálra való felkészülés majd a temetkezési szokások végül a gyász és feldolgozás folyamataira mutatunk rá.

Valláspszichológia

A valláspszichológia a pszichológia egyik területe, amely a lélektan szemszögéből vizsgálja a vallásosságot. A vallásosság következményeit és hatását nézi olyan jelenségek átélésekor, amelyek a mindennapi életben az embert próbára teszik. Vizsgálja, milyen a vallások válasza az embernek bizonyos őt ért jelenségekre, ill. milyen következményei és hatásai vannak a vallásnak az embert ért élmények következtében. Jelentős Jung, Fromm és Frankl hatása ezen a területen. Néhány jellemző a megnevezett kutatókról: *„Mindenképp Jungot kell számontartanunk az első olyan pszichológusként, aki a gyógyítás folyamatában döntő szerepet szánt a vallásnak. Ezzel párhuzamosan a pszichológiának is nagy jelentőséget tulajdonított az egyházon belül. Jung egy lehetséges módot villantott fel az egészen mély vallási tartalmak pszichológiai tárgyalására, megkockáztatható: bizonyos mélységek tárgyalására ezidáig az egyetlen módot (mármint, hogy a kollektív tudattalan fogalmának segítségével megközelíteni és tárgyalni azt).”²* *„Fromm hozzájárulása a valláslélektanhoz a mi szempontunkból annyiban számottevő, hogy kibontotta és részleteiben tárgyalta a vallást, mint kultúrateremtő erőt. A pszichoanalitikus gondolatokat kritikusan, de építőleg vizsgálta, fűzte tovább vagy vetette el. Egyrészt előmozdította a vallások közös alapjának megtalálását, a minden vallás mélyén meghúzódó humanista és etikai szándékok kibontásával, másrészt összehasonlíthatóvá tette a vallásokat más ideológiai rendszerekkel.”³* *„Jung úgy határozza meg a vallást, mint egy felsőbb hatalomnak való behódolás érzelmi élményét, ami Fromm szerint nem egyeztethető össze a vallási élmény olyan fajtáival, amelyet például a buddhizmus képvisel. Másrészt Jung egyáltalán nem foglalkozik az általa vizsgált lélektani tartalmak igaz voltával.”⁴* *„V. E. Frankl úgy véli, hogy bár a vallásnak nem célja a pszichoterápia, azaz a lelki egészség szolgálata, eredményében mégis szolgálja azt, mivel az embernek olyan védettsé-*

² Szenes, Márta: Új vallási közösségekbe megtért fiatalok életúttelemezése az identitáskeresés tükrében, PhD értekezés, Pécs 2008, 19.o.

³ Ui. 20.o.

⁴ Ui. 21.o.

*get és megkapaszkodást tesz lehetővé egyedülálló módon, melyet nem igazán találhat meg másutt.*⁵ Ezen jellemzőkből látjuk, hogy a vallápszichológiának nagy jelentősége van, amikor a halált mint a mindennapok velejáróját vizsgáljuk a vallásokban és megpróbálunk párhuzamokat keresni közöttük.

Válaszok a halál kérdésére a keresztyénségben

A halál kérdését kutatva nem tudunk egyértelmű válaszokat felsorakoztatni, csak töredékesen tudjuk érinteni a keresztyén vallás tanain alapuló megfogalmazásokat. Hiszen a keresztyénségen belül is vannak eltérő tanítások és szemléletek abból adódóan, melyik felekezetet kutatjuk. Ha általánosságban akarunk beszélni a halálról, akkor a reménység az, ami egyértelműen felmutatható, mint olyan közös pont, ami minden felekezetre érvényes, méghozzá a feltámadásról szóló reménység.

Vallápszichológiai szempontból viszont vannak olyan konkrétumok, amik érvényesen a keresztyén hitben élő és aktív egyházi életet élő emberek számára. A keresztyén tanítás a Biblián alapszik, melynek középpontjában Jézus Krisztus áll, mint Megváltó, aki egyedül képes választ adni a halál kérdésére azok számára, akik benne hisznek. A halál felett győzelmet aratott feltámadása által és ezt a feltámadást ígéri és garantálja azok számára is, akik hitben élnek és halnak meg.

A bibliai tanítás egyértelműen úgy tekint a halálra, mint a bűnre való válaszra, tehát a bűnnek – mint Isten ellen való engedetlenségnek, lázadásnak és tőle való elszaladásnak – következményére, ill. mint a bűn büntetésére. Isten haragszik ezért a bűnért az emberre, de meg akarja ettől szabadítani, mert Isten szereti az embert. Ezért készítette el tervét, és ígérte meg már az első emberpárnak a paradicsomban, hogy legyőzi ezt a legnagyobb ellenséget. Csak az élet és a halál Ura képes választ adni az ember legnagyobb ellenségére, a halál kérdésére.

⁵ Ui. 22.o.

Jézus Krisztus megváltói munkáját a hitvallásokban tudjuk kísérni, mint például a minden keresztyén felekezet által használt és alap tanításként hangsúlyozott Apostoli hitvallásban. Ez szépen összefoglalja, hogy kicsoda a Szentháromság egy Isten és mit tett értünk, bűnös emberekért.

A keresztyén tanítás egyértelműen kimondja, hogy Jézus Krisztus az a megváltó, akinek eljövetelet Isten megígérte. Ő jött el a világba és úgy győzte le a halált, hogy maga is meghalt, mint elégtétel a bűnökért. Helyettes áldozatot mutatott be mindenkiért, mert mindenki a halál foglya. Ezzel kiengesztelte Isten haragját, ami az emberen a bűn miatt jogos, de ezen felül megmutatta a megújulás, a tökéletes élet felé vezető utat is úgy, hogy nem maradt halálban, hanem feltámadt. Ezzel győzte le igazából a halált és nyitott új utat azok számára, akik hitben hozzá tartoznak. Ez tehát közös minden keresztyén irányzatban, úgy a katolikusban, ortodoxban, mint a protestáns egyházakban. Az eltérésekre nem térünk ki részletesebben, de érintjük az üdvösség kérdését, ami a haláltól való megváltás csúcsa. Az üdvösség kérdésében ugyanis vannak tanbeli különbségek, amik abban mutatkoznak meg leginkább, milyen feltételeket, milyen módot illetve milyen szerepet határoznak meg az ember számára.

Az alapvető keresztyén tanítás tehát egyértelmű választ tud adni a halál kérdésére, mégis lélektani szempontból nem ilyen egyszerű és fekete-fehér minden. A legmeghatározóbb probléma az, kinek a haláláról van szó, mert általánosságban a hitben járó ember racionálisan tudja és meggyőződéssel is fogadja a tanításokat, de amikor személyesen érintett az ember, teljesen másként kezd gondolkodni a halál felől is.

Fontos elválasztani, hogy a saját haláláról elmélkedik az ember, vagy egy közeli hozzátartozójáról, aki haldoklik vagy elhunyt. Megrázó és elgondolkodtató az is, amikor egy híresség távozik az élők sorából, vagy egy olyan tragédia, baleset történik, ami sokat érint. Nagyon sok esetben merülnek fel kérdések az élet végességével, az élet értelmével és a miértekkel kapcsolatban. Még az igazán hívő, Istennek átadott életű ember is meg kell, hogy harcolja kételyeit, kérdéseit, félelmeit. Ilyen szempontból jó vizsgálni a halálra való készülö-

dést és felkészülést, illetve magát az elmenetelt és az utána következő gyászidőt.

A halál kérdése a hinduizmusban

A hindu vallási közeg nem csak Földrajzilag esik távol tőlünk, hanem főleg jellegével. Általában összehasonlítást szoktunk végezni, hogy valamit megértsünk, de ebben az esetben magát a vallást nehezen tudnánk a keresztyénséghez hasonlítani. A hinduizmusnak ugyanis nincs egyértelmű alapítója, nincsenek kiemelt személyekkel teli történelmi eseményei, nincs „szent irata” vagy tanai, sőt hitvallása sincs, olyan értelemben, amelyeket mi ismerünk. Nem létezik „hinduista” egyház, de még kifejezett templomi tereik sincsenek, vagyis a saját templomi helységeiken kívül bármilyen helyen elvégzik a rítusaikat, mint pl. más indiai vallások templomaiban, de az sem ritka, hogy moszlim szentek sírjait is látogatják imádkozás céljából.⁶

A valláskutatók megállapították, hogy valójában nincs is olyan vallás, hogy hinduizmus, természetesen abban az értelemben, ahogyan a többi vallásra gondolunk és azok jellemzőire: nincs konkrét istenség, inkább többistenhit (fő Istenek: Brahma, Visna, Siva, Sakti – Sarasváti, Laksmi, Parvátí, Káli), nincs olyan értelemben vett szent irat, mint a Tóra, Korán vagy a Biblia, hanem többbretű kidolgozott és kifejlett iratok (inkább útmutatók és szabályok, védikus szövegek), nincs „alapító és lelki vezető”. Egyes kutatók szerint tehát a hinduizmus egy kreált, vagy gyűjtő fogalom, ami összefoglalja azt a színes és sokrétű tradíciót, ami Indiában kialakult és jelen van. A meghatározó vonás a rituális aktusokra való fókuszálás az élet minden területén. Ahogy híres holland indológus írja: „A hinduista lehet teista, panteista, ateista, kommunista és hihet abban, ami csak tetszik neki. Ami viszont hinduistává teszi őt, azok a rituálék, amiket végez és a szabályok, amikhez hűséges, röviden tehát az, amit *cselekszik*.”⁷ Min-

⁶ Ondračka, Lubomír: Dobrá smrt, In. *Smrt a umírání v náboženských tradicích současnosti*, ed. Ondřej Krása, Praha 2017, 9.o.

⁷ Staal, Fritse: *Rules Without Meaning. Ritual, Mantra, and Sciences*, New York 1989. 359.o.

dennek ellenére közös megnevezésként maradunk ennél a kifejezésnél, amit megszoktunk: hinduizmus. Agéhananda Bháratí, amerikai antropológus szerint a hinduista társadalmat 3 fő rétegre oszthatjuk: városi, bráhmáni és népi.⁸

E vallásrendszert kutatva arra fókuszálunk, ami közös és jellegzetes ezekre a tradíciókra és ezekből megpróbáljuk kihámozni azt a szegmensét, ami a halálra vonatkozik. Nagyon leegyszerűsítve: „A lélek egyesülése egy adott testtel a születés, a róla való leválás pedig a halál. Amikor egy lélek elhagyja fizikai burkát, átvándorol egy másik testbe, amely lehet emberi, állati, sőt növényi test, az érdemei alapján.”⁹

Ennek a vándorlásnak a megszakadása jelenti a végleges kiszabadulást, amikor a lélek már nem tér vissza az anyagba, hanem egyesül a világlélekkel – Brahmannal.

Leginkább viszont a temetkezési szokások leírása az, amivel foglalkozhatunk, mivel fontos szerepe van a temetkezési szertartásoknak, aminek a célja: a kedvező vagy jobb halálutáni sors, tehát a „végleges kiszabadulásra” való törekvés. Hogy ez milyen módon befolyásolható, megfigyelhetjük az elhalálozási és temetési rítusok által.

Az indiai kasztrendszer jellegzetes felépítése szerint a magasabb kaszt tagjai azok, akik temetkezési szokásaikat vizsgálhatjuk, mivel ők azok, akik leginkább eleget tesznek azoknak a rítusoknak, amik jellegzetesek erre a vallási rendszerre. Ők az ún. Bráhmáni hinduizmus képviselői.

A temetési rítusokkal kapcsolatban is gazdag forrás áll rendelkezésre, szinte a szövegek áttekinthetetlen sokasága. Ez abból ered, hogy a 3 évezred alatt rengeteg rituális irodalom készült.¹⁰

⁸ Bharati, Agéhananda: *Hindu Views and Ways and the Hindu-Muslim Interface. An anthropological Assessment*, New Delhi 1981, 8-17.o

⁹ <https://hu.wikipedia.org/wiki/Szansz%C3%A1ra>

¹⁰ Ondračka: a 14. oldalon hivatkozik egy tanulmányra, amit J. Gonda adott ki, *Ritual Sutras* név alatt Wiebadenben 1977-ben.

Fontos terminus a hinduizmus halál felfogásában a „jó halál”. Hogy az elhalálozást jónak lehessen nevezni, több szempontból is meg kell felelni bizonyos kritériumoknak, amik az időt, a helyet és a módot illetik. Erről lejjebb értekezünk.

A buddhizmus tanítása

Röviden a vallásról: alapítója Sziddhártha Gautama kb. Kr.e. 563, hercegi rang, anyja születése után meghal. 16 éves korában megnősül, gyermeke születik. Amikor elhagyta a palotát felfigyelt a szenvedésre. Később elhagyta a gondtalan, biztos életet, az aszketikus életet választotta, hogy az élet értelmét és célját keresse. Meditáció közben eljutott oda, hogy sikerült meglátnia az igazságot, a szabadulás útját. Ekkor vált Buddhává, megvilágosodott¹¹, tehát elérte a Nirvánát, ráébredt arra, hogy nem kell többé újjászületnie.¹²

„A buddhizmus lényege, hogy az ember a tudást saját erejéből szerezzze meg, és ne valamilyen kinyilatkoztatás, tanítómester vagy szent irat segítségével.”¹³ Követői a szerzetesek, akik a megvilágosodásra törekszenek és a laikusok, akik a morális előírások betartását tartják elsősorban megvalósíthatóvá.

Buddha követőinek száma hamar megnövekedett.¹⁴ A szerzetesek elhagyták otthonaikat és a lelki útra tértek, amely a megvilágosodáshoz vezet és annak az állapotnak az eléréséhez, amit nirvánának hívunk. A követők másik csoportja a laikusok, akik a morális előírások betartására törekszenek¹⁵ és a szerzeteseket támogatják adományaikkal.

¹¹ vö.: Gerhard J. Bellinger: Nagy valláskalauz, 48. old

¹² Erdélyi Zoltán Jézus és Buddha című előadásában erre hivatkozik, vö. Hans Küng, Heinz Bechert: Párbeszéd a buddhizmusról, 18 old.

¹³ Ui. vö.: Helmuth von Glasenapp: Az öt világvallás, 75. old

¹⁴ Zemánek, Marek: Smrt a umírání z pohledu buddhizmu, ed. Ondřej Krása, Praha 2017, 96.o.

¹⁵ Ui. 96.o: 1. gyilkolástól való tartózkodás, 2. lopástól való tartózkodás, 3. helytelen szexuális magatartástól való tartózkodás. 4. hazugságtól való tartózkodás, 5. alkoholfogyasztástól való tartózkodás.

A nirvána elérése nem könnyű dolog, erre kell törekednie Buddha követőjének. Ezért azok, akik tudatában vannak, hogy ezt nem érhetik el (a laikusok), ők arra törekszenek, hogy az reinkarnációkor jobb pozícióban létezzenek.

Maga a vallási irányzat is fejlődött és átalakuláson ment keresztül, ezért van több ágazata. Az alap tanítás viszont a mi szempontunkból ugyanaz: az újjászületés vagy lélekvándorlás. Van azonban különbség a hinduista lélekvándorlás felfogása között és a buddhizmus által tanított reinkarnáció között.

A hinduizmustól eltérően a buddhizmus tagadja a lélek állandó változatlan létét, az „átmánt”, az egyént különböző meghatározások szerint analizálja¹⁶. A reinkarnációt viszont vallja. Magának a reinkarnációnak nincs kezdete és ha az egyén nem éri el a megvilágosodást és a nirvánát, nincs vége sem.

Buddhizmus további jellemzője hasonlóan a többi indiai valláshoz, a karma törvénye. Az ember minden tette, gondolata, beszéde valamikor a jövőben következményekkel jár. Mint a gyümölcs, úgy érnek be. Így nem csak az adott életben, hanem akár következő testbe átvándorlás során. Ebből kifolyólag az élet feltételei nem véletlenek, hanem válaszok az morális kvalitásokra. A rossz tettek kellemetlen következményeket vonnak maguk után, ezzel együtt a „jó tett helyébe jót várj” igazság valósul meg. Még élesebb, hogy nem is annyira a tettek a mérvadóak ebben a felfogásban, hanem inkább a szándék. Egy nem szándékos ölés nem von maga után rossz karmát, de egy megvalósulatlan gyilkosság, amely befejezetlen valami okból kifolyólag, olyannak minősül a karma szempontjából, mintha megvalósult volt.¹⁷

Helyesen értelmezve tehát a karma nem kimondott büntetés vagy jutalom, hanem következmény. Ennek következtében nincs lehetőség kitérni a karma elől, tehát a szándékok és tettek következményei elől. Az embert ugyanis a tettei határozzák meg, azt, amilyen ez az ember.

¹⁶ Az 5 szkandha: 1. a forma, 2. érzékelés, 3. érzés, 4. törekvés, 5. tudat. Vö: ui. 98. o.

¹⁷ Vö: Zemának, 99. o.

Ha tehát meghal, a következő formája megfelel annak a jellemnek, ami kialakult.¹⁸

A buddhista kozmológiában 6 újjászületési szféra van. Három kellemetlen állapot – poklok, éhező lelkek, állatok – ezekben azok születnek újjá, akiknek tetteik következményeit itt kell, hogy viseljék. A kellemes szférák: az emberek szférája, a félistenek (asura), és az istenek szférája. Több pokol és több menny is létezik a buddhista hitképzetben. Itt az egyének a szerint születnek újjá, hogy milyen „eledt” kapott a karmájuk korábban. Még a legmagasabb szférában, az istenek szférájában történő újjászületés is mulandó. A buddhizmus alapján a legjobb szférának az emberi számít, mert ebben van lehetősége találkozni Buddha tanításával és eljutni a megvilágosodásra.

Köztes állapot¹⁹ az a fázis, ami a halál és a következő élet között van, tehát az újrászületés előtti fázis. A halott „áttestesül” egy köztes állapotban lévő lénybe, amit a néphit léleknek vagy szellemnek képzel. Ez a lélek vagy szellem a karmikus erőktől mozgatva halad a következő születésbe. A tradíciók szerint ez 49 napig tart. Ezalatt a 49 nap alatt a „lélek” szükséges, hogy újrászülessen.

Ez a 49 nap nagyon fontos. A sikeres áthaladás ezen a szakaszon előfeltételezi a jobb körülmények közé való születést. De ellenkezője is igaz, ha nem megfelelő a haladás, lejjebb bukás is lehetséges a kellemetlen szférákba. Ebben segítenek újra csak a rituálék a halottak körül. De ez a felfogás is különböző, függ a buddhizmus egyes ágazataitól és iskoláitól.

Amiben viszont megegyeznek, az a halál pillanatának fontossága és hangsúlya. A halál pillanatában az elme állapota meghatározza azt az állapotot amiben a fogantatáskor vagy a köztes állapotban lévő lény elméje lesz. Ezért fontos, hogy a haldokló jó kedvében legyen vagy legalább is nyugalomban. „a halál annak fájdalmas, aki fél.”²⁰

¹⁸ Vö: P. Harvey, *An Introduction to Buddhist Ethics. Foundations, Values and Issues*, Cambridge – New York 2000, 15. o.

¹⁹ 100.o.

²⁰ Vö: Zemának 101.o. a Nákula szútrában a feleség nyugtatja a férjét. Idézet: *Anguttaranikája* VI. 16.

Az aktív halálra való készülés jelen van a buddhizmusban is. Különböző praktikák léteznek a halál pillanatában lévő ember elméjének pozitívumokkal való megtöltésére. Képek, hangok, illatok és ízek. Ugyanúgy a rosszra való hangolódás a reinkarnációt negatív irányba terelheti. Ezért a hirtelen halált szükséges kerülni.

Az újraszületés jellegét 3 dolog befolyásolja: karmaikus okok és következmények, a halál pillanata és a köztes állapoton való áthaladás.

A következő rituálék inkább a gyászolóknak segítenek a feldolgozásban, mivel a reinkarnáció már megtörtént. Egyszerű, nem túl díszes ravatal után a hamvasztás következik. Ezzel a mulandóságot hangsúlyozzák, de nem kizárt a földbe való temetés sem.

A szerzeteseken kívül a szertartást a legközelebbiek is elvégezhetik. A hamvakat azután eltehetik vagy akár szét is szórják.

Lehetséges párhuzamok

A haldokló szempontja:

A tudatos halálra való készülődés jelen van minden vallásban. Annak ellenére, hogy általánosságban negatív dolognak számít a halál minden ember számára, mégis lehet pozitívan, tudatosan úgy készülni, hogy annak bekövetkezte ne jelentsen teljes összeroppanást.

A haldokló családjának szempontja:

Az elkísérés, a haldokló támogatása, a szeretetteljes környezet jelenléte megkönnyíti az elmenetelt. Amit láthatunk és vizsgálhatunk, az a motiváció, miért is van jelen a családtag vagy közeliak a haldokló mellett.

A temetkezésnek olyan pillanatai amik tipikusak egy-egy vallásra, mégis egy célt szolgálnak: a méltó búcsúztatást és lezárását az életnek

A temetkezés utáni időszak, a gyásznak az idejét is különböző rituálék, szokások és cselekmények kísérik. Ezek eltérőek, de egy célt szolgálnak. Lezárását az itt maradtak életében is.

Mindezekben láthatunk párhuzamokat, amik kifejezik, hogy a vallásoknak milyen nagy szerepük van a halál kérdésében.

Eltérések

Adottak az eltérések a halál felfogásában teológiai szempontból vagy a tanítások szempontjából.

Mi történik a halál után kérdése különböző válaszokat ad a lélek felfogása szerint. Ezeket most nem érintjük részletesen. De annyit tudnunk kell, hogy a hinduizmus és a buddhizmus a lélekvándorlás és újraszületés tanát hirdeti. A keresztyénségben a lélek egy ami egy testhez tartozik, ami ugyan a halál révén megszűnik, de a lélek Istenhez kerül vagy újra egyesül azzal a testtel, ami a feltámadás utáni nem fizikai, hanem lelki test (1 Kor 15, 1Thessz 4).

A halálra való készülődés

A keresztyén hívő, ha Krisztusban valóban hisz és neki átadott élete van, tudja hová megy és tud tudatosan készülni, sőt, számolni a halállal akkor is, ha nem kimondottan öreg vagy beteg. A hirtelen halál kérdése sem szabad, hogy tragédia legyen, persze ez sokszor nem igaz annak, aki így veszíti el a hozzátartozóját. A hívő ember tudja, hová megy és ez vigasztalja – sőt látja lelki szemei előtt, amit Pál így fogalmaz: „Mert nekem az élet Krisztus, és a meghalás nyereség” (Fil 1,21). Ha így készül, akkor is meg kell harcolni, ezért ideális, ha el tud búcsúzni, be tudja fejezni, amit megkezdett. A hitben járó ember nem maga miatt bánkodik, hanem általában azokért aggódik, akiket hátrahagy. Ha a család is hívő, valószínűleg könnyebben meg tud békélni a halál tényével, főleg ha idősebb emberről van szó, mégis mindenkinek meg kell mindezzel harcolni, elfogadni, Isten elé vinni a fájdalmakat, a sírást.

Nem csak a haldoklónak vagy a hitben járó embernek kell tehát készülni az elmenetelre, hanem a környezetének is. A hívő hite csak a saját halálának a tényét tudja elfogadtatni vele. Sok esetben a környezet, főleg ha csak névlegesen keresztyén, tehát a hozzátartozók azok az, akik harcolnak a halál ellen. Szinte tagadják a halál közeledését, nem engedik meg és nem tudnak rá ezért készülni sem. Ez sajnos a mai európai kultúrában oda vezetett, hogy az idős vagy beteg ember egy kórházi ágyon, elhagyatva, egyedül, félelmek között fejezi be éle-

tét csak azért, mert a családja ragaszkodott a kezeléshez, az orvosi segítséghez, az orvos által kínált „gyógyításhoz”. Ritka az, ami korábban természetes volt, hogy a családi környezetben, otthonában távozik el valaki az élők sorából. Abban az esetben, ha ez mégis így történik, már van lehetőség igénybe venni olyan hospice szolgáltatásokat, amik a haldokló testi-lelki fájdalmait csökkentik. A hinduizmus és buddhizmus képviselői példa lehetnek ebben, mert sok esetben a családtagok készítik, kísérik, vele vannak a haldoklóval, nem hagyják magukra. Pl. a hinduizmus sok rituálja között az elmenetel is helyet kap. Mindennek meg van a maga szimbolikája. Ezek a szokások eltérőek kaszttól és vallási irányzattól függően, de szorosan hozzátartoznak a haldokló elkíséréséhez. Látni fogjuk azonban, hogy nem annyira a beteg és hozzátartozó mostani életének a fájdalommentes lezárása a lényeg, hanem annak újra-testet öltésének befolyásolása van a központban.

A haldoklók gondozása a buddhizmusban – déli tradíció (Théraváda)²¹

A haldokló beteget olyanok kell, hogy körbe vegyék, akik pozitívan vannak hangolva és nyugodt az elméjük. Bizonyos önkontrollt kíván meg a helyzet, amikor a beteg környezete nem közvetíthet félelmet, haragot vagy depressziót. Ez elég nehéz, ha erős a kötődés, de mégis szükséges az elengedés, hogy a haldokló elméje ne legyen nyugtalan. A haldokló el kell, hogy fogadja, hogy a halál természetes és elkerülhetetlen jelenség.²² Fel kell eleveníteni a jó tetteit, és biztatni kell, hogy ezek átsegítik a jó újraszületéshez. A felől is biztosítani kell a

²¹ Zemánek 103.o.

²² Ui. 103. o – egy illusztrációs történetben a következőket írja: Egy asszonynak meghalt a gyermeke, de ő ezt nem tudta elfogadni és valakit keresett, aki ad neki egy gyógyszert, ami visszahozná a gyermekét az életbe. Senki ilyet nem talált amíg eljutott Buddhához. Buddha annyit mondott neki, hogy ad neki ilyen gyógyszert, ha hoz neki egy mustármagot olyan házból, ahol még soha senki nem halt meg. Az asszony járt házról házra, bárki adott volna neki egy mustármagot, de amikor megkérdezte, meghalt-e a házban valaki mindig igennel válaszoltak. Megértette, hogy a halál univerzális és elkerülhetetlen.

haldoklót, hogy a hozzátartozói az elmenetel után jó anyagi helyzetben lesznek. A haldokló nevében is lehet még tenni jót, adománnyal vagy olyan állat elengedésével, amelyik levágásra volt ítélve. Fontos az is, hogy ott legyen Buddha szobra vagy képe a haldokló ágya mellett, hogy arra tekintsen és elmélkedjen. Az énekek és a meditáció is megfelelő elkísérés.

E szerint a tradíció szerint nem létezik köztes állapot, hanem a halál beállta a megfogadás (fogantatás) pillanatát is jelenti. A haldoklónak látomásai vannak a karmájától függően, a korábbi tetteivel kapcsolatosan, és ezek keverednek azokkal a képekkel, ahová újraszületik. Ezért az arckifejezésből meg lehet állapítani, hová tart. Ha nem kellemes látomásokat lehet leolvasni a haldokló arcáról az utolsó óráiban, itt van szerepe a környezetének. A barátok és szerzetesek a szútrák recitálásával és jóindulatú szeretet árasztásával az ember elméjében felébreszthetik a bizonyosságot és a pozitív gondolatokat. A szomorúság hangos kifejezése a környezet részéről mellőzendő.

A buddhista számára a halál nem véget jelent, hanem csak egy pillanatot a körbe-forgásban. Ha jó irányba, jó újraszületés történik, az jó halált jelent. A szenvedés enyhítésére pedig már léteznek a buddhista területeken hospice-k, gondozói szolgálat és intézmények épülnek.

*A jó halál a hinduizmusban*²³

A jó halál fogalma megtalálható a hinduizmusban és a buddhizmusban is egyaránt. Mint terminust használja a keresztyén kultúrában élő ember is, bár itt nincs konkretizálva, inkább csak individuálisan van megállapítva egy-egy esetben, hogy a hosszan szenvedő beteg számára a halál bekövetkezte a legjobb kimenetelt jelentette.

A hinduizmusban több szempontot kell figyelembe venni: az időt, helyet és a halál módját.

²³ Vö: Ondračka, 16.-26.o.

A halál ideje

Az ember az élet teljes hosszát, kell, hogy megélje. Kérdés, hogy is lehet meghatározni, mi a teljes hossza? Lehet-e konkrét évszámban kifejezni? Míg a legkorábbi védikus szövegekben 100 évről van szó, addig a mai korban a 60 év is elegendőnek mutatkozik, amikor az ember öregnek számít. Itt meg lehet említeni a statisztikai adatokat is: átlag kor a férfiak esetében 61 év, a nők esetében 63 év, de az átlagos indiai már az ötvenes éveinek elején idősnek tekinti magát.

Eltérő tehát az élet hosszának meghatározása, mégis azt mutatja ez a felfogás, hogy az embernek már a születésekor meg van határozva annak lehetséges hossza. Ezt igyekeznek is kiszámítani, megtudakolni, erre szolgálnak az asztrológusok. Ahhoz, hogy a halál „jó” legyen, ennek a hosszát kell végig élni. Ezzel szemben tehát a „rossz” halál az idő előtti halál. Némely nézet szerint nincs rá lehetőség, hogy ezt a hosszát kinyújtsák, de akadnak olyan nézetek is, amik szerint igen is vannak eszközök, amikkel meg lehet hosszabbítani. Ezt azzal magyarázzák, hogy valójában nem az évek száma van meghatározva születéskor, hanem a lélegzetvétel mennyisége. Ezért ezzel a lélegzetvétellel kell helyesen gazdálkodni. Pl. minél kevesebb alvás, mert alvás közben a legtöbb lélegzetvétel történik. Ezért van fontos szerepe a jóga technikák általi lélegzetvétel kontrollnak. (ebből is láthatjuk, hogy a jóga gyakorlatok nem tornagyakorlat, mint egy bizonyos tesztelés, hanem elválaszthatatlan a vallási és filozófiai háttérétől).

Más figyelemreméltó szempont, hogy a nők férfi nem kellene, hogy korábban haljon meg, mint felesége. Ha ez mégis megtörténik, az az asszony hibája lehet, aki a férje haláláról tehet. Valami olyat kellett, hogy tegyen (akár korábbi születései alatt is), aminek következménye a férjének korai vagy idő előtti halála. Ezért az özvegy asszony elég kiszolgáltatott helyzetbe kerülnek ennek a nézetnek a következtében. Ugyanis elképzelhetetlen, hogy az özvegy újra férjhez menjen. Ezért élete végéig hordozzák ezt a megbélyegzést, hogy a férjük haláláról ők tehetnek. Ez egy nagy társadalmi gondot is okoz, mivel a fentiekben is láttuk, hogy a nők az indiai társadalomban is tovább élnek, mint a férfiak, és ezt még az is tetézi, hogy a férjhez

menő lányok sokkal fiatalabbak a vőlegényüktől. Ebből kifolyólag nagyon sok az özvegy, ami szociális problémákat okoz elsősorban a vallási megvetésen kívül. Ezek az özvegy asszonyok nem is álmodhatnak „jó” halálról.

Az idő másként is szerepet kap a halál szempontjából. Nem mindegy ugyanis sem a napszak, sem az évszak, sem a holdjárás, sem a naptár szerinti napok. Ezek a szempontok szinte leküzdhetetlenek, hiszen nem lehetséges előre meghatározni és eldönteni, hogy a halál napközben, délután fél négy és fél hat között, hétfői napon és a lunáris hónap 11-ik napján, az újhoid és a telihoid között, az év első felében következzen be. De erre is találtak megoldást a brahmáni rituálék szakértői: mert a szertartásokkal képesek az időt is „becsapni”. Éjjel el lehet végezni a reggeli rítusokat, a hónap kedvezőtlen felében szintén annyi reggeli és esti rituálét, hogy „átcsúsztassa” azt a napot tovább, és ugyan ez érvényes a kedvezőtlen félévre, ekkor persze rövidített mantrák verselésével tolják ki az időt.

A halál helye

Talán nincs is a földön egy hindu vallású ember sem, aki nem egyetlen helyen szeretné befejezni életét – a legszentebb folyónak a legszentebb városában: Váránasziban a Gangeszen. Ez egy Siva istennek szentelt nagyon régi zarándok hely, ahol sok hindu mitológiai esemény zajlott. Ezekből kiindulva ez az a hely, ahol a végső kiszabadulás megtörténhet. A végső kiszabadulás – moksa vagy mukti – a Váránasziban történő halál következménye lehet. A lehetséges legjobb halál tehát, ha ez Váránasziban történik meg. Ez a vágy a hinduk részéről egy úgymond „halál üzletet” hozott létre, mert az ottani lakosok nagy része erre fókuszál, hogy eleget tegyen az odaérkezők vágyának. Ez egyik lehetőség, hogy itt haljon meg valaki, ha élete utolsó szakaszában odaköltözik. Ezek leginkább brahmánok vagy az özvegyek. Az özvegyeket már érintettük, ezért láthatjuk, hogy az ő esetükben ez az egyedüli méltó út, hogy ráutalva mások adományaira befejezzék életüket. A másik lehetőség, ha a halálán lévő a rokonai viszik el a városba. Ezeknek általában nincs a városban rokonságuk,

ezért erre a célra épített intézményekben helyezik el őket, „hospice”-hoz hasonló helyekre.

Ha mind erre nincs lehetőség, a következő megoldás, ha a testnek a halál utáni elhamvasztása ezen a helyen történik – ez azért jó megoldás, mert a lélek a testet az égetés pillanatában hagyja el. Ezért egész észak Indiából szállítják a holttesteket égetésre erre a helyre. Végleges megoldás pedig, ha egyik fenti rituálé nem kivitelezhető, ha a hamvakat szórják bele a Gangeszbe. Illetve még az egész Gangesz folyó alkalmas hely az élet befejezésére. – miért? Végül a Gangesz folyó mellékfolyói is a jó hely kategóriába tartozhatnak, még akkor is, ha teljesen távol esnek is a Gangesztől.

A folyón kívül fel lehet még sorolni azokat a „szent” városokat, amelyek valamilyen hindu mitológiai eseménnyel függenek össze, vagy a Himálájában található zarándokhelyeket. Tehát a jó halálhoz elegendő, ha szent vagy zarándok helyen következik be. Ilyennek számít végülis minden folyó, így elég az is, ha a helyi „Gangesz”-hez viszik el a haldoklót.

A halál módja

A tudatos készülődés a természetes halálra az, ami jellemző a jó halálra. Ebből láthatjuk, hogy az erőszak, baleset, vagy más váratlan eset általi halál bekövetkezése, de még a betegség következtében vagy születéskor történő elhalálozás sem számíthat jó halálnak. Ideális esetben az ember felismeri, hogy közeleg az ideje, így lassan és következetesen elhagyja az addigi életét. Ez önkéntes módon is előfordul, amikor tudatosan megtagadja magától az étel az elmenőben lévő egyén, ami akár több hétig tartó böjtöt is jelenthet, a végén pedig már a folyadékot is elhagyja.²⁴

A következő lépés, szinte kötelessége a haldokló családjának, a brahminok megajándékozása. Előfordul lista is, amelyen szimbolikus tárgyak összessége található, de a legfontosabb ajándék a tehén. A tehén, mint „*psychopompos*” – lélek vezető szerepel, akinek át kell vinnie a halottat a folyón, ami elválasztja a halál istenének a birodal-

²⁴ Justice: Dying the Good Death, 212-215, 229-231.

mát. Az ajándékozás szertartása alatt a haldokló a tehenet a farkánál fogva tartja és kimondottan kéri erre a szolgálatra. Olyannyira elterjedt ez a rituálé, hogy még a legszegényebb családok is igyekeznek a megfelelő anyagiakhoz jutni, hogy biztosítsák a papnak – brahminnak szánt ajándékot.

Az élet utolsó szakaszában vallási iratok olvasásával (he ezt megengedi az állapota és nem analfabéta) és a velük való kapcsolattal kell töltönie a halálra készülőknek. Később valaki felolvas belőlük számára. A váránási hospicekben ilyen szolgálatot is biztosítanak, nonstop felolvasás és éneklés folyik. Ez azért nagyon fontos, mert az indiai elképzelés szerint a következő életet leginkább az utolsó gondolatok és kimondott szavak befolyásolják. Ezért arra törekcszenek, hogy az istenről való elmélkedés és isten nevének kiejtése legyen az utolsó, ami elhagyja a haldokló száját.

Nem utolsó sorban a jó halál a családi körben történik. Többgenerációs nagycsaládok révén ennek nem nehéz eleget tenni. Kórházakban kevesen szoktak meghalni (!). Ha ugyanis az orvosok észlelik, hogy nincs segítség, javulás, hazaküldik a pácienset. A családtagok (legalább öten) akkor is a haldokló mellett vannak, ha az szent helyre vonul el meghalni.

Temetkezési szokások

A temetkezési szokásoknak megvan a jelentősége. A keresztyén szokásokban az élet méltó lezárását és búcsúvételt jelentenek. Ennek az itt maradottak miatt van jelentősége, a halott számára már semmin nem változtat. A temetés legyen méltó és fejezzük ki vele tiszteletünket és a gyászolók felé pedig a támogatásunkat és részvétünket. A keresztyén reménység és vigasztalás hirdetésének lehetősége.

Hinduista temetésen²⁵ újra csak sok a rituálé. A meghalás pillanatában kezdődnek az előkészületek. Az előkészületek után elszállítják a halottat az égetés helyére. A jó halál esetében a halotti menet nem szomorú, majdnem hogy egy lakodalmi menethez hasonlít. A ham-

²⁵ Vö. Ondračka, 29.ol

vasztás körül is sok a teendő. Elégetés után rituális tisztálkodás következik.

Buddhista szokások²⁶: A halál beállta után a szerzetes elvégzik a halál utáni rituálékat. Megszólítják a köztes állapotban lévő „lelket”. Elmagyarázzák neki, hol van. A következő napokban elkészítik a testet, megigazítják a haját, megmossák, felöltöztetik és betekerik szövetbe. Ezt egy szakember végzi a legidősebb fiú segítségével. Közben a szerzetes szútrákat énekel és mantrákat mond. Ezután elhelyezik a koporsóba és elviszik a hamvasztás helyére. Végül megtörténik a hamvasztás, és az urna elhelyezése a családi pagodákban vagy kolumbáriumban.

Feldolgozás és gyászolók gondozása

Keresztýénség: Katolikus tradícióban jelen van a mise az elhunyt lelki üdvéért. Protestáns környezetben a családért, vigasztalásért imádkozunk. Szokások vannak jelen az öltözködésben, még sok helyen tartják a gyász időszakát, ami egy év, és így a fokozatos megszokása az új helyzetnek. De emléthetjük a gyász feldolgozásának a fázisait is, amik lelkipogondozás szempontjából fontos, mert így tudunk segíteni a gyászolónak ebben az időszakban. Fontos az évfordulókon a megemlékezés, ez is még sok helyen szokás. Katolikus környezetben a halottért való imádság vagy mise (purgatóriumból való kiváltás tanítása), protestáns istentiszteleteken hálaadás és vigasztalás, reménység kérése. Nehezebb a helyzet a tradicionálisan keresztýén, de nem hitben járók lelkipogondozásakor. Itt van lehetőség elmélyíteni olyan ismereteket, amik a halál következtében más értékrendre és felismerésre irányítják a gyászolót. Sok esetben történik Istenhez való fordulás és szerettük elvesztése következtében. Ezért fontos lélektani szempontból a temetés és az „egyházzal” való kommunikáció, mert ekkor találkoznak sokszor a hozzátartozók az evangéliummal, ami jó lehetőség, hogy megszólítva legyenek azok is, akik csak a keresztýén kultúrát mint tradíciót tartották fontosnak, de nem volt személyen

²⁶ 105.o. északi – Koreai tradíció

hitbeli élményük. Itt a gyász és a lelkigondozás a gyászolóra irányul és nem az elhunyt halál utáni állapota van a középpontban.

A Hinduizmus ellenkezőleg, a halott lelkének a megsegítése, tehát a halott maga áll a fókuszban és nem annyira a hozzátartozók lelke, megélése a fontos szempont. Az égő máglyán elhagyja a lélek²⁷ (szellem – préta) a testet, a célja a mennybe való jutás, ahol minden elődje van. De ehhez segítségre van szüksége. A „szellem” (préta) táplálással és ideiglenes „test” segítik az elődök világába vezető úton. Nehéz a táplálása, ezért a szellem ingerült, így gyakran gonoszul nyilvánul meg a családjában, főleg ha valakivel rendezetlen ügye volt. Az áldozatbemutatás – víz és a fent említett golyók formájában 10 napon át tart, amíg elkészül az új „test”. Ezek a szokások is változóak a család anyagi szituációjától és az időtől függően. A 12. napon eléri az ősei helyét és befejezi útját. Az egész időszak alatt jellemző a brahmánok ünnepi megvendéglése. Ezzel még nincs vége a rituáléknak. A menyinyben lévő szellemet is táplálni kell. Folytatódnak az áldozatok és ezek is megvendéglésekkel vannak összekapcsolva. De az első év a meghatározó itt is. A kérdés, mi szükség mind erre, ha az újrászületésben hisznek? A szanszára egy későbbi tanítás, ami nem tudta kiiktatni a korábbi halál felfogást, miszerint a halál után a holtak hazájába kerül az ember, ahol az ősei várják. Így tehát a rituálok dominanciája nincs éppen összhangban a lélekvándorlással. Érdekes az a megközelítés, ahogy sok hinduista konstatál: „nem számít miként végzi a testem.”

A Buddhizmusban az északi tradícióban a 49 napos időszaknak a halott szemszögéből van jelentősége, ezzel segítik át a köztes fázison. Érte cselekednek. A 49 napig tartó rituálé periodikusan ismétlődő tettekből áll. Illatrudakat, ételeket áldoznak, Buddha tanítását ismétlik, fürdő van készítve a „lélek” számára. Végül megtörténik a hamvasztás, és az urna elhelyezése a családi pagodákban vagy kolumbáriumban.

²⁷ Vö. Ondračka, 37. o.

Összefoglalás

Lehetséges-e összehasonlítani olyan különböző vallásokat, mint a keresztyénség, hinduizmus és buddhizmus? A halál megközelítésében talán, hiszen, ha semmi más közös nincs is a különböző vallásuk között, ez az egy mindenkire érvényes. A halál mindenkit érint.

Lélektani szempontból fontos meglátni, hogy a haldoklónak szüksége van törődésre, odafigyelésre. Ezt minden vallás képviselője így éli meg, a gyakorlat mutatja meg viszont, hogyan is lehetséges ez. Az nagy különbség, mi áll a haldoklók gondozásának a hátterében. Fontos szerepet játszik a szenvedés enyhítése minden értelemben, de a vallásos rítusok szempontjából a távozó lelki állapota áll a központban. Jó, ha úgy távozik az élők sorából, hogy megbékélt és nem kell félnie, hová kerül. Ez közös ezekben a vallásokban. A halál utáni lét felfogása természetesen különbözik, és itt van szerepe azoknak a vallásos rítusoknak, amik inkább a hinduizmusra és buddhizmusra jellemzőek. Így tudják vagy igyekezzenek befolyásolni a halál utáni állapot vagy élet minőségét. A vallások egymásra hatása által viszont beszivárognak olyan szokások és cselekmények a keresztyén kultúrába is, amik addig nem voltak jellemzőek, vagy inkább pogány eredetűek voltak. Ezen jelenségek jobb megértése miatt fontos, hogy lássuk a hátterét és eredeti küldetését egyes szokásoknak.

A gyászoló lelkigondozása fontos minden szempontból, de ha „üdvbizonyossága” van az elhunyt felől, képes megvigasztalódni, bár a gyászolás fázisain szükséges átmenni a feldolgozás fontossága miatt. A keresztyén vallásban inkább ez jellemző. A keleti vallásokban a halott maga áll a középpontban halál után is, az ő lelkét segítik meg a hozzátartozók és ezzel bizonyára maguknak is segítenek, hogy lezárják „jól” az elmenetelt.

Jó meglátni, megismerni a más vallások szokásait, hogy így még jobban megértsük és értékeljük azt, ami a sajátunk.

A lélektan szempontjából a legfontosabb megállapítás, hogy a halálra minden vallás úgy próbálja megtalálni a választ, hogy nem tekint az végnek. Valami kapaszkodót jelent, ha értelmet nyer a halál, mert akkor nyer értelmet az élet is. Örökélet, az életkörforgása, újra-

születés, lélekvándorlás. Mindenképp a hit adhat csak reményt és vigasztalást, gyógyulást és felépülést.

Felhasznált és ajánlott irodalom

- Bellinger, Gerhard J.: Nagy valláskalauz, Akadémia kiadó, Budapest 1993
- Bharati, Agéhanda: Hindu Views and Ways and the Hinsu-Muslim Interfce. An anthropological Assesment, New Delhi 1981
- Cueva J.B.-Stone J.I: The Buddhist Dead. Practices, Discourses, Representation, Honolulu 2007
- Erdélyi, Zoltán: Jézus és Buddha, előadás, SJE RTK, 2022
- Filippi, G. G: Mrtyu: Concept of Death in Indian Traditions -Transformation of the Body and Funeral Rites, New Delhi, D.K. Printworld P Ltd 1996
- Fromm, Erich: Pszichoanalízis és vallás, Akadémiai Kiadó Budapest 1995
- Glasesnapp, Helmuth von: Az öt világvallás, Akkord kiadó Budapest 2012
- Jung, C. G: A nyugati és a keleti vallások lélektanáról, Scolar Budapest, 2012
- Justice, Christopher: Dying the Good Death. The Pilgrimage to Die in India's Holy Dity. Albany 1997
- Küng, Hans-Bechert,Heinz: Párbeszéd a buddhizmusról, Palatinus Budapest 1997
- Ondračka, Lubomír: Dobrá smrt, In. Smrt a umírání v náboženských tradicích současnosti, ed. Ondřej Krása, Praha 2017
- Rinpoche, Guru: The Tibetan book of the dead. The great liberation through hearing in the Bardo, Boston 2000
- Rinpočche, Sogjal: Tibetská kniha o živote a smrti, Praha 1996
- Staal, Fritse: Rules Without Meaning. Ritual, Mantra, and Sciences, New York 1989
- Szenes, Márta: Új vallási közösségekbe megtért fiatalok életútlemzése az identitáskeresés tükrében, PhD értekezés, Pécs 2008
- Veenat, Arora: Death Beliefs in Hinduism: An Analysis of Hindu Sacred Texts, 2021
- Zemánek, Marek: Smrt a umírání z pohledu buddhizmu, ed. Ondřej Krása, Praha 2017