

Szokások, szabályok, rítusok

Szokásaik már az állatoknak is vannak. A természetben vagy az ember közelében élő állatok rendszeres megfigyelésével könnyen belátható, hogy mindennapi életük tevékenységeit, közvetlen környezetük felderítését, a vacok vagy fészek karbantartását, bizonyos táplálkozási aktusokat többnyire egyedi módon, de általában ugyanúgy hajtják végre. A szokások kialakulásának élettani magyarázata egyszerű: az egyes cselekvési aktusok elvégzése előtt nem kell az állatnak részletesen vizsgáldni, újra és újra dönteni az akció mikéntjéről, hanem támaszkodhat a memóriájára és automatikusan a már bevált mozgásmintázatokat használja.

Az embernek is vannak ehhez hasonló személyes szokásai – személyes rítusoknak is szoktuk ezeket nevezni. Hogyan kel fel az ember reggel, milyen sorrendben végzi reggeli egészségügyi vagy egyéb teendőit? Először mosakodik, azután mos fogat, vagy fordítva: iszik valamit, gyümölcslevet, teát, kávé? Eszik-e előtte néhány falatot vagy csak utána? A munkában is kimutathatjuk a személyes rítusokat, ha valaki szerszámokkal dolgozik, kialakul, hogy azokat hogyan kezdi használni; ha egy iroda várja számítógéppel, ott is van valamiféle sorrendje a naponta elvégzett teendőknek. Az igazán izgalmas azoknak a szokásoknak a kialakulása, amelyek egy közösséget vagy valamilyen szempontból összetartozó embercsoportot jellemeznek. Mert itt már nemcsak az a kérdés, kell-e minden cselekedet előtt dönteni és a döntésen törni a fejünket. Az embercsoportok esetében sokkal fontosabb funkciója is van a szokásoknak.

Vegyünk egy egyszerű példát! Hogyan öltözködünk, ha valamilyen közösségi eseményre, mondjuk egy esküvőre vagy temetésre vagyunk hivatalosak. Nincsenek erre vonatkozó törvények

vagy hatósági előírások, mégis, feltehetően pucéran senki sem fog menni, mert az már a botrányokozás tilalmába ütközne, de mondjuk úszónadrágban – hölgyek fürdőruhában – éppen mehetnénk, ám így öltözve mégsem járunk ilyen helyekre. Generációk óta az a szokás, hogy az esemény résztvevőit megtiszteljük az adott korban éppen szokásos „ünneplő” ruhával. Miért? Félmeztelenül, rövid nadrágban is kifejezhetném örömemet vagy gyászomat azoknak, akiket illet, de mégsem így teszem, mert érzem, az esemény komoly dolog az életükben, és az a szokás, hogy a komoly tennivalóhoz megfelelő ruházatban fogunk. Ha elgondolkodunk ezen, hamar rájöhethetünk, hogy ennek a szokásnak afféle szinkronizációs funkciója van. A meghívottak a legkülönbözőbb élethelyzetekből érkeznek: van, aki nagyon vidám vagy nagyon szomorú éppen, de érzelmeit palástolnia, az adott eseményhez igazítania kell. Ebben segíti, hogy a többi résztvevő is a szokáshoz tartja magát, és megfelelően öltözik. Egy gyászoló csoportot látva az ember elkomolyodik még akkor is, ha nincsen közelebbi ismeretségben a szertartás résztvevőivel.

A szokások persze változnak. Az én gyerekkoromban például operában vagy színházban sem illett lenge ruhában megjelenni. A szokás akkor megkövetelte az ünnepi öltözetet. Ez a világ elmúlt, ma senki sem döbben meg, ha valakit pulóverben és farmerben pillant meg egy jelesebb koncerten. Én még mindig kényelmetlenül érzem magam ilyesmiben, de ez csak a gyermekkori szocializáció tartós hatása.

Az emberi szokások kialakulását akkor érthetjük meg igazán, ha az egyik legemberibb tulajdonságot, a „szabálykövetés” tulajdonságát is megvizsgáljuk.

A szabálykövetés

Az ember abban is különbözik az állatoktól, hogy képes bonyolult szabályokat megtanulni és követni. Szabálykövetés nélkül nem létezhetnének emberi közösségek, hiszen sok tevékeny résztvevőből álló csoport csak akkor működhet békésen és esetleg közösen, ha tagjai elfogadják a működésükre vonatkozó szabályokat. Az állatoknál, a kutyákat kivéve, ez nincsen így. Az emberszabású majmok nyelvtanítási kísérleteiből kitűnt, hogy egy csimpánz vagy gorilla könnyen elsajátít néhány száz jelből álló „szókészletet”, megfelelő értelemben használja is ezeket a jeleket, de képtelen a szavak, jelek sorrendjére, egymással való kapcsolatára vonatkozó szabályokat megtanulni. Vagyis az állati elme nem képes például nyelvtani szabályok elsajátítására. De azt sem képes elfogadni, hogy közvetlen kényszer nélkül a viselkedését előre és tőle függetlenül meghatározott szabályok szerint folytassa. Például ha éhes, és ott az elfogyasztható táplálék, akkor ne essen neki a falatozásnak, hanem várjon, és különböző haszontalannak látszó apró rítusoknak engedelmesskedjék.

Az ember faji jellegzetessége a rendkívül fejlett szabálykövető viselkedés. A szabályoknak nincs elfogadott definíciója, bár a szabályalkotásnak, szabálykövetésnek, a szabályok szerepének a törvényekben és a gyakorlati életben jelentős a haszna. Ehhez hozzátehetjük a nyelvet, a tárgyak készítését, a vallási szabályokat és a kultúra szinte bármely összetevőjét, amely szabályok nélkül nem alakulhatna ki vagy maradhatna meg tartósan. A legizgalmasabb kérdés az, hogyan alakult ki az evolúció során a szabálykövető viselkedés, hogyan lehet biológiai alapokon megérteni ezt a tulajdonságunkat. Megléte ugyanis nem tekinthető magától értetődőnek.

Abból induljunk ki, hogyan jelennek meg a ki nem mondott, de megtartott szabályok kisebb csoportokban, közösségekben. Ha gyakran járunk valahova többedmagunkkal, gyorsan kialakulnak bizonyos helyi szabályok, amelyek az együttlét alkalmainak rendjét szolgálják. Például milyen ajándékot vigyünk a vendéglátónak? Semmit? Valamilyen italt? Mit a ház asszonyának? Virágot? Valamilyen édességet? Milyen öltözetben menjünk, hogy a többiekhez illő legyen, tehát hogy ne legyünk túlságosan szakadtak, de nagyon elegánsak sem? Milyen pontosan kell megérkezni, mikor illik elmenni? Melyik ülőalkalmatosságot lehet elfoglalni? Nincs-e valamelyik egy másik személy részére fenntartva? És így tovább. Ha belegondolunk, a legtöbb összeszokott kis társaság szabályok tucatjait alkalmazza anélkül, hogy ezt megbeszélték volna, vagy egyáltalán tudatára ébrednének, hogy szabályokat alkalmaznak. Az etológus számára ez a helyzet teljesen egyértelmű: egy ilyen társaság tagjai úgy viselkednek, hogy kerüljék a konfliktusokat. Ha valamelyik kialakult szabályt megszegjük, apró kellemetlenségünk támadhat, magyarázkodni kell, „nem emlékeztem pontosan, mikorra beszéltük meg”, „bocsánat, nem tudtam, hogy itt ő szokott ülni” stb.

Emberszabású rokonainknál nem megy ilyen simán a dolog. Ott is világos, hogy a rangsor figyelembevételével mit szabad és mit nem, és sokan tekintik ezt egyfajta primitív szabálykövetésnek. De Waal primatólógus szerint a csimpánzoknál már megjelent az a képesség, hogy bizonyos viselkedések elkerülésével, mások végrehajtásával, vagyis „szabályok” alkalmazásával elkerüljék ezeket a konfliktusokat. Ez a szabálykövetés azonban igen szerény mértékű, az életük tele konfliktusokkal, és általában agresszióval oldják meg ezeket. Az ember egyszerű szabálykövetése éppen a konfliktus minimalizálásáról szól, az agresszió legenyhébb formáinak is az elkerülését szolgálja.

Az konfliktus-minimalizálás természetesen csak a legegyszerűbb biológiai formája a szabálykövető viselkedésnek, noha ez minden embercsoportban érvényesül. Fejlettebb forma a megfogalmazott szabály, amit egy csoportban valamikor megalkotnak, a csoportnorma részének tekintenek, a csoporttagok pedig követik. Még fejlettebb és bonyolultabb viselkedést követel az írott szabályok, törvények megjelenése a modern társadalmakban.

Az emberi szabálykövetési viselkedés azért is előnyös, mert szükségtelenné teszi, hogy valamilyen akció megbízhatóságát, megfelelő szerkezetét minden egyes alkalmazás esetén újra kelljen vizsgálni. Elegendő a bevált szabályok követése. Ez azt is lehetővé teszi, hogy a kevésbé tehetséges csoporttagok is olyan komplex, intelligens viselkedési formákat sajátítsanak el és kövessenek, amelyek feltalálására önmaguk esetleg nem is volnának képesek.

Etológiai nézőpontból a szabályok követése tulajdonképpen egyfajta rangsorhoz kötött szubmisszív viselkedés. Az állati csoportokban a szociális rangsor szabja meg, hogy adott helyzetben az egyed hogyan viselkedjék. Az embernél is fontos szerepe van ennek, de alkalmanként a rangsor egy pozícióját nemcsak egy domináns személy foglalhatja el, hanem valamilyen előírás is, amit az ember éppen olyan hűségesen követ, mint a közvetlen feljebbvaló parancsát. Az embernek tehát vegyes rangsora van, a rangsor pozícióit személyek és szabályok is elfoglalhatják.

Legközelebbi rokonunkat, a csimpánzt sok mindenre meg lehet tanítani, megfelelő mennyiségű tréninggel talán még azokra a műveletekre, foglalatosságokra is, amelyeket egy kis faluban élő emberek mindennapjaikban végeznek. Ha azonban néhány száz csimpánzt erre megtanítanának és elhelyeznének egy üres faluban, sohasem alakulna ki az emberi közösségre jellemző társas élet, mert a csimpánzkolónia képtelen bonyolult szabályrendszernek engedelmeskedni. Az egyedek, ha éhesek, mindenáron megszerzik az élelmet, szexuális vágyaikat is azonnal és erőszakosan elégítik ki. Egy ember sokszor inkább éhezik, de nem nyúl az üzletekben található bőséges ételválasztékhoz, ha nincs pénze. Ez egy állattal soha nem fordulna elő. Az ember számára az elfogadott szabályok követése mindennél fontosabb. Ha mégis megszegjük ezeket, akkor ezt egy jogosabbnak ítélt szabályrendszer alapján tesszük. A személyes tulajdont sokféle szabály védi a társadalomban, de ha egy csoport úgy gondolja, hogy a mindennapi életéhez szükséges javak megszerzését egy, a tulajdon védelménél magasabbrendű szabály parancsolja, amely úgy szól: éhesek vagyunk, életben akarunk maradni, nekünk is jogunk van a javakhoz és effélék, akkor megszűnik a tulajdon tisztelete. A kommunista ideológia szerint a javak mindenkinek egyformán járnak, függetlenül attól, hogy azok előállításaért mennyit tett, és ha valakinek több van, azt el lehet, sőt el kell venni. Ilyen elgondolások alapján készült szabályok szerint vettek el földet, lakást, vagyont azoktól, akiknek éppen volt, a terror és a diktatúra eszközeire támaszkodva.

Az embercsoportokban kialakuló pozíciók csak a legprimitívebb csoportokban felelnek meg a fizikai erőnlét rangsorának. A nyelvet, kultúrát használó embercsoportokban a magasabb pozíciókat viselkedési szabályok formájában megjelenő ideák határozzák meg. A csoport vagy törzs vezetőjének nem kell fizikailag megküzdeni pozíciójáért, mert a vezetővel kapcsolatos

idea olyan szabályokat is tartalmaz, amelyek a pozíció megszerzését és megtartását pontosan szabályozzák. Mindez történhet akár választás, akár öröklődés alapján. Különösen fontos a korai szocializáció szerepe. A gyermek megtanulja a csoport vezetőit elfogadni, beleni az adott idea teremtette körülményekbe, és ez lehetővé teszi, hogy a pozíciókkal kapcsolatos ideák folyamatosan, generációk során keresztül is változatlan formában megmaradjanak.

A különböző kultúrák társadalmi eszméiben gyakran helyettesítik a parancs kiadóját az ősökkel, istenekkel, de a legtöbb ember számára meggyőző lehet az is, ha „úgy kell” valamit csinálni. Már a feltehető szabályokra való utalás is kiváltja az engedelmességet. Kisgyermekeknek, ha már beszélnek, felesleges magyarázni a szabályok racionalitását – amelyek ráadásul nem is mindig racionálisak –, elegendő azt mondani nekik, mi így vagy úgy szoktuk, ezt így kell csinálni. És a gyerekek követni fogják a szabályt. Az ember és a gyerek különösen érzékeny a dominanciaviszonyokra; azokra is, amelyeket a szabályokat tartalmazó ideák hordoznak, s azokra is, amelyekre ilyen konkrét ideák esetleg nem vonatkoznak, de a mindennapi életében megjelennek.

Tisztán biológiai alapon 100–150 embernél nagyobb csoportokban nem alakulhatna ki egységes rangsor. Az ideák viszont lehetővé teszik, hogy a szabályok segítségével sokezres vagy akár sokmillió emberben is pontosan szabályozzák a dominanciarendet. A hadseregek kitűnő példái ennek. A közkatonától a generálisig pontosan szabályozva van, ki kinek köteles engedelmeskedni. Lényeges felismerni e rendszerek mindkét tényezőjét. Az adott szervezőidea, ha megfelelő, pontosan meghatározza minden egyes egyén helyzetét a rangsorban, és ez a rangsor fennáll, amíg az egyének hajlandóak elfogadni az adott szabályrendszert, elismerik és megtartják a rangkülönbségekből adódó pozicionális szabályokat. Ha egy adott helyzetben az emberek felmondják az engedelmességet, vége a szabályrendszernek.

Az eddigiekben szociális viselkedési szabályokat értettünk szabályok alatt, de az emberi elme képes a szociális szabályok mintájára teljesen elvonatkoztatott, absztrakt szabályokat is létrehozni. Például számsorokat állíthatunk fel egy bizonyos szabály alapján, mondjuk 4, 15, 26, 37. Ebben az esetben úgy kapjuk meg a számsor következő tagját, ha az előző számhoz hozzáadunk tizenegyet. Ez a szabály látszólag teljesen független a dominanciától, a csoporttól. A számsorban érvényesülő szabálynak már csak annyi köze van a szabálykövetés biológiai alapjaihoz, hogy itt is alkalmazni kell egy sorozat viselkedési utasítást, hogy éppen ezeket a számokat kapjuk, de mégis egy utasítási sornak engedelmeskedünk. Mindennek belátása biológiai adottságunk, a „nyelvjáték” következménye. A szabályok ilyesfajta felismerése, szenvedélyes keresése teremtette meg a matematikát, a természettudományokat és természetesen a komputer világát.

Sokszor jelenik meg a szabályokban a dominancia. Az esetek egy részében a szabályt vagy valamilyen ésszerű előírást saját érdekünkben kell megtartanunk, más esetben a szabályt valamilyen külső hatalom követeli meg, s nem feltétlenül szolgálja az érdekünket. E két jellegzetesség sokszor keveredik. Tipikus példa a közlekedési szabályok bevezetése. Ezek jó része ésszerűen szabályozza a forgalmat, de hogy ne csak a mi hajlandóságunkon múljék a dolog, külső hatalom, a rendőrség, bíróság gondoskodik a betartásáról.

Az a különös, hogy a szabályoknak nemcsak engedelmeskedünk, hanem szeretjük is betartani őket. Mindenfajta szociális organizáció, vállalat, állami hivatal, iskola, klub, párt, egyházi szervezet működése szabályok rendszerén alapul. Pontos útmutatók mondják meg azt is, ki és hogyan alkothatja meg azokat a szabályokat, amelyeknek majd engedelmeskedünk.

A törvények, rendeletek, civil szervezetek működési szabályai teszik lehetővé a társadalmak harmonikus, kiegyensúlyozott működését, de ezek mellett legalább ilyen fontos szerepet töltenek be a nem formalizált közösségi szokások is. Mindenki ismeri azt a kijelentést: „Megadjuk a módját!” Sokféle esetben használjuk, keresztelők, lakodalom, érettségi, születésnap, házavatás, lakásszentelés – hogy csak néhányat említsek. Ha megadjuk a módját, akkor alkalmazkodunk a kultúránkban gyakori szokásokhoz, és úgy járunk el, ahogyan azt szüleinktől láttuk, vagy ahogyan az eseményt a környezetünkben már korábban megtapasztaltuk. Ha valaki nem ezt teszi, rendszerint lelkiismeretfurdalása lesz, még akkor is, ha esetleg csak anyagiakon múlik, vagy sietség miatt nincs idő a megfelelő „mód”-ra. A szokások megtartása azzal a jó érzéssel tölt el mindenkit, hogy alkalmas, érdemes tagja társadalmának, a szokások megtartásával is kifejezi kötődését kultúrájához. A szokás megtartásának igénye fajunk egyetemes tulajdonsága, azt viszont, hogy melyek azok a szokások, amelyeket igyekszünk megtartani, már a helyi kultúrák határozzák meg. Különbözhet ez országonként, más lehet vidéken és városban, de még a közvetlen baráti társaság vélekedése és szokásai is meghatározhatják.

A szabályok érzelmekkel telített formái: a rítusok

A szokások fontosak ugyan, de néha mellőzhetőek. A szokások azon csoportját, amelyet *rítusnak* nevezünk, kiemelten fontosnak tartjuk. A jó közösségekben nagyon elítélik azt, aki megpróbál valamilyen rítusból kimaradni, amelyet a közösség tagjai együtt végeznek. Rítusok követéséről akkor beszélhetünk, amikor a viselkedés és a szabálykövetés az emberben működő érzelmi mechanizmusokkal kapcsolódik össze. Az embernél a szabálykövetés és egy rítus elvégzése között nagyon sok a hasonlóság. A rítusban azonban több az érzelmi töltet, a hiedelem és a vé-

letlenszerűség, a megszokás, míg a szabálykövetés sokszor visszavezethető egyszerű logikai műveletekre, s mindig külső beavatkozással, tanítással, fegyelmezéssel kapcsolatos viselkedés. A rítusok kialakítása és követése fontos összetartója és tudáshordozója volt az ősi emberi társadalmaknak.

A fiatalok felnőtté nyilvánítása során alkalmazott ősi beavatási szertartások gyakran fájdalmas formái érzelmi mechanizmusokat mozgósítottak, biztosítva, hogy a rítus elvégzése egy életre szólóan emlékezetes maradjon. A pontosan követett viselkedési szabályokkal végzett rituális szertartás alkalmas arra, hogy minden generáció újra és újra ugyanolyan módon élje meg, és lehetőleg ugyanazokra a fontos eszmékre, hitekre gondoljon a rítus elvégzése közben, mint elődei. A rítus viselkedési szabály, felfokozott érzelem és szimbólum egyetlen szétválaszthatatlan, önálló jelentéssel bíró egységben.

A különböző kultúrák akkor képesek „hordozóikat”, az embereket és az emberi társadalmakat adott környezeti feltételek között megtartani, ha léteznek azok a kulturális eszmék, hiedelmek, amelyek valamiféle egésznek képesek kialakítani a sok gyakorlati hasznú szokásból, technikai eljárásból és hiedelemből. A kulturális eszmék rituális kifejezése, meghatározott időnkénti ismétlése teszi lehetővé, hogy egy meghatározott csoport újból és újból elfogadjja, megvallja, megerősítse az adott kultúrához tartozását. A rítus viselkedési mintázatai, a felhasznált szimbólumok gazdagsága és egymással történő összefonódása nemcsak egyfajta – ahogy ezt az antropológusok már régen felismerték – tudáshordozó, hanem egy aktív dinamikus rendszer is, amely a benne foglalt ismeretek és hiedelmek újbóli érzelmi elfogadását és memorizálását is lehetővé teszi.

A. Gell kulturális antropológus részletesen leírta az Umeda törzs (Új-Guinea) „ida” rítusát, amelynek évente történő megismétlése a törzs életében központi szerepet tölt be, de része a törzs egyéb ciklikus aktivitásainak, amelyet az élőhelyük ökológiai ciklusa határoz meg. A rítus során maszkos, különböző színűre festett táncosok meghatározott sorrendben táncolnak. A rítus többértelmű, egyrészt kifejezi azt a célt, hogy serkentse a törzs számára alapvető fontosságú szágó pálma keletkezését, másrészt kifejezi az emberi élet teljes ciklusát, a gyermekkori szinte korlátlan szabadság fokozatos szabályozását, az orgikus szexualitás termékenységbe történő transzformálódását, az idős generáció letűnését és az újnak a megszületését. Rendkívül gazdag a maszkok és a testfestések színvilága és szimbolikája. A táncot a feketére festett kazuár táncosok kezdik, akik az autonóm, szabad férfit szimbolizálják. Táncuk vad és szerkezet nélküli. Ahogyan halad előre a rítus, a tánc egyre szabályozottabb, a táncosok egyre rövidebbek. A rítus végén vörösre és csíkosra festett ifjúsok táncolnak, akik a kazuár csirkéket (ezek szintén csíkosak és vörösek), vagyis az új generáció megszületését szimbolizálják.

A kazuár táncosok ketten vannak, házas, gyermeket nevelő családapák, őket egyre fiatalabb táncosok követik, sokan, akik a halakat és a megtermékenyítést szimbolizálják, majd megjelennek a vörösre festett fiatalok, az új generáció, végül öreg emberek, akik a személyiség életciklusának befejezését jelzik.

Az „ida” rítus szimbolikájában fontos szerepük van a színeknek. A melanéz gyermekek vörösés színű bőrrrel és hajjal születnek, amely fokozatosan sötétedik és feketedik. Ugyanez a vörös-fekete átváltozás figyelhető meg a szágó pálma virágborító buroklevelein is, amely fontos nyersanyaga az Umeda technológiának. A kazuárok is feketék, s a rítus elején az érett, autonóm férfi állapotát szimbolizálják. Ahogy a rítus halad előre, a fekete egyre fogy és nő a vörös szín aránya: az érett kor átadja helyét az ifjúnak. Gell szerint az „ida” rítus a bioszociális regeneráció szimbóluma.

A kulturális eszmék kifejezése mellett nagyon sok rítus tölt be gyakorlati funkciót, gyógyító vagy kívánatos mágikus szerepet. R. Katz részletesen analizálta a !Kung busmanok „!kia” rítusát, amelyet gyógyítás, gyógyulás céljaira használnak. A „!kia” egy gyógyító tánc, amelyet általában kétszer egy héten, kora hajnalban táncolnak, s mindenki, a gyermekek is részt vesznek benne. Az asszonyok tüzet raknak, az alkalomhoz illő dalokat énekelnek, valamint ütemesen tapsolnak. A férfiak az asszonyok körül járják a „!kia” táncot hosszú órákon keresztül, szinte a végkimerülésig, és igyekeznek a „!kia” állapot valamelyik szintjét elérni. A „!kia” állapotban lévők ritmikusan vonaglanak, kiáltoznak, pusztá kézzel belekotornak a tűzbe, és még intenzívebben táncolnak. A „!kia” sokféle funkciót szolgál, elsősorban vallási tapasztalat szerzését, gyógyítást, vigasztalást. Fontos szerepe a közösség szolidaritásának és kohéziójának növelése. A „!kia” során a táncolók egy része megváltozott tudatállapotba, a „!kia” állapotába kerül: ez olyan csoporthelyzetet teremt, amelyben az állapot nagy valószínűséggel másoknál is megjelenik.

Érdekes a busmanok elmélete a „!kiáról”. A „!kia” tánc egy n/um nevű energiát aktivál, ami a gyomor környékén (a jóga egyik fontos csakrája) gyűlik össze, majd a hozzáértő további tánc során felmelegszik, elpárolog, és amikor a gerincen keresztül a koponya alapját eléri, bekövetkezik a „!kia” állapot. A személyes beszámolók alapján a „!kia” intenzív emocionális állapot, amely lehet félelem, gyönyör, szenvedély. Az állapot magasabb szintjét elérők nem éreznek fáradtságot, gyógyító erők ébrednek bennük, kisebb betegségeik elmúlnak, elbeszéléseik szerint távolba látnak, és minden problémájuk egyszerűvé és megoldhatóvá válik. Találkozhatnak a meghaltak rosszindulatú szellemeivel is, de sokszor engedelmességre tudják azokat kényszeríteni.

Nem mindenki éri el a „!kia” állapotot, erre sok évig kell készülni és szorgalmasan táncolni, valamint szükséges hozzá egy n/um mester, aki az állapotot már többször elérte és segíti a kezdőt.

A részletes leírás alapján nyilvánvaló, hogy itt egy speciális élettani mechanizmus működik, de egészen különleges formá-

ban. Ismert, hogy a rendszeres fizikai fáradtság bizonyos gyakorlási szint után aktiválja az agy természetes opiátrendszerét, az agyi endorfinokat, és létrehoz egy könnyed, kellemes állapotot. Maratoni futók jól ismerik ezt a jelenséget. A sportolók komoly problémája a futáshoz történő szabályos „addikció”, amely – a rendszeres tréning abbahagyása után – hasonló, bár jóval enyhébb elvonási tünetekkel jár, mint a drogelvonás drogaddikció esetén. A mindennapi életben is sokszor találkozunk ezzel az állapottal. Amikor valamivel koncentráltan foglalkozunk és elfáradunk, de nem hagyjuk abba, egy idő után fáradtságunk elmúlik, és könnyed, kellemes állapotban tudjuk elfoglaltságunkat folytatni. Persze, nem mindig és nem mindenki; sok-gyakorlás, koncentrálás szükséges ehhez is.

A „!kia” tánc esetében világos, hogy az egyik összetevő az intenzív fizikai erőfeszítés, a másik a csoporthatás, az ének és a ritmikus taps, az emóciók szinkronizálódása. Tudjuk azt is, hogy az agyban vannak a jó érzésnek, a gyönyörnek speciális centrumai; valószínűleg különleges tudatállapotokban ezek egyfajta öningerlése megy végbe. Az agy mint egész képes a test és saját maga bármelyik részére hatni, ha megfelelő visszacsatolási mechanizmus épül ki.

A rítus ebben az esetben konkrét tudást, hatékony gyógyító eljárást foglal magában, természetesen nagyrészt függetlenül attól, amit követői magyarázatként elgondolnak róla.

Rítusokat ma is végzünk, az érettségi, a körmenet, a házasság kötése vagy oldása egyaránt az érzelmek, a viselkedés és a szabályok együttes harmóniáját nyújtja egy életünkben fontos, jelentéssel bíró esemény számára. A rítussal a csoport emlékezetébe vés valamit. Valamit, ami ismét megtörténik, ezzel a generációval, ezzel az égyennel is.

Különösen fontos a rítusok szerepe a vallási közösségek életében. A hit nem racionális szabályrendszer; érzelmek, az érzések, megérzések uralják. Nehezen foglalható valamiféle viselkedési séma kereteibe, át kell élni valamiképpen. Ebben segítenek a vallási rítusok, amelyek mind azt szolgálják, hogy a hit magasztos érzését a hívek újra és újra képesek legyenek átélni. Fontos, hogy a rítus ne változzon, mert ha változik, esetleg már nem képes feladatát ellátni, másrészt valamennyire hozzá kell igazítani a kultúra társadalmi változásaihoz, mert ha nagyon eltávolodik tőle, megint csak nem lesz alkalmas a hit generációk közötti közvetítő funkcióját ellátni.

A szokások, szabályok és a rítusok tehát egy összefüggő érzelmi és értelmi szabályozórendszer alkotórészei, amelynek legegyszerűbb, még biológiaiak tekinthető formái a közösségek hatékony, ütközések nélküli életét szolgálják, közvetítik a megelőző generációk tapasztalatait, érzelmeit. A kultúrával, hittel, belső elmélyedéssel telített magasabbrendű formái pedig elvezethetnek az ember köznapi világát meghaladó transzcendens élményekhez is.