

TÉZISGYŰJTEMÉNY

Huszár Orsolya

Az elvonulás mint kommunikációs színtér

Felkészültségek és problémamegoldás egy buddhista közösségben

című Ph.D. értekezéséhez

Témavezető:

Dr. Karácsony András, CSc
habil. egyetemi tanár

Budapest, 2017

Magatartástudományi és Kommunikációelméleti Intézet

TÉZISGYŰJTEMÉNY

Huszár Orsolya

Az elvonulás mint kommunikációs szintér

Felkészültségek és problémamegoldás egy buddhista közösségben

című Ph.D. értekezéséhez

Témavezető:

Dr. Karácsony András, CSc
habil. egyetemi tanár

© Huszár Orsolya

Tartalomjegyzék

1. Kutatási előzmények és a téma indoklása	5
2. A felhasznált módszerek	7
3. Az értekezés eredményei.....	9
3.1 Kutatási hipotézisek	9
3.2 Az értekezés áttekintése	10
3.3 Az értekezés eredményei	11
3.3.1 A nyelv intézménye.....	11
3.3.2 A vallás intézménye	12
3.3.3 A tudomány intézménye.....	12
3.3.4 Az elvonulás mint színtér	12
3.3.5 A szertartások és rítusok	13
3.3.6 A közösség	13
3.3.7 Felkészültségek és problémamegoldás.....	13
3.3.8 Kapcsolódás a nyugati buddhizmushoz	14
3.4 Az eredmények összefoglalása	14
4. Főbb hivatkozások.....	16
5. A témakörrel kapcsolatos saját publikációk.....	19
5.1 Magyar nyelvű publikációk	19
5.2 Angol nyelvű publikáció.....	19

1. Kutatási előzmények és a téma indoklása

A különböző kultúrák találkozása évezredek óta zajlik, beleértve a nagy kereskedelmi útvonalak kialakulását és a gyarmatosítás évszázadait, azonban a XX. századtól kezdve már egy új szinten zajlik a világ globalizálódása. A különféle javak cseréje a múlt században és napjainkban minden korábbinál intenzívebbé vált – beleértve a kulturális javakat is. Ezek elérhetősége jelentősen megváltozott: míg a korábbi korokban elsősorban az úri/értelmiségi rétegek kiváltsága volt, hogy távoli országokból származó irodalmat olvassanak és egzotikus művészeti alkotásokat szemléljenek, ma már sokkal szélesebb rétegek számára érhető el mindez. Ennek megfelelően megnövekedett az érdeklődés is a keleti inspirációk iránt, amihez számos további tényező is hozzájárult: az egyik oldalról a korábbi nagy értelmezőrendszerek (vallási világkép) kizárólagosságának megrendülése és a kapcsolódó szekularizációs folyamatok, a tudományos világnézet térhódítása, de a másik oldalról a kialakuló fogyasztói társadalommal és a szekuláris világképpel szembeni elégedetlenség is. E folyamat egyik „terméke” az, hogy a nyugati emberek egyre nagyobb számban érdeklődnek a keleti gondolkodás iránt.

Az értekezés tágabban véve ezért azt tárgyalja, hogy milyen módon adhat választ egy keleti eredetű nézetrendszer a nyugati ember problémáira, és milyen átalakulásokon megy át vagy kell átmennie ahhoz, hogy illeszkedjen a nyugati ember gondolkodásmódjához és életviteléhez. A kiindulópontom az volt, hogy a buddhizmus egy olyan vallás (vagy filozófia), amely képes olyan mértékben adaptálódni az adott kultúrához, hogy a befogadás és elfogadás megtörténhessen. Az ELTE Buddhista vallástörténet és filozófia programjának elvégzése során világossá vált számomra, hogy az ázsiai elterjedésnél végbement ez az adaptálódás, ezért felmerült bennem a kérdés, hogy képes-e a buddhizmus a nyugati körülményekhez is alkalmazkodni, és ha igen, miképpen. Az alkalmazkodásnak több dimenziója is van, amelyek kapcsolódnak egymáshoz. Ilyen kapcsolódás például az, hogy a nyelvi fordítás egyben mindig kulturális fordítást is jelent. De ide tartozik az is, hogy vajon egy vallás szertartásai milyen jelentéseket hordozhatnak egy másik kulturális közegben, vagy hogy az előírásai betarthatók-e eltérő körülmények között.

A hazai tudományos irodalomban a nyugati buddhizmus témája meglehetősen szerény mértékben tárgyalt, inkább a buddhizmus hagyományvonalai klasszikus szövegeinek feldolgozására történnek erőfeszítések. Ez a nyelvi nehézségek miatt önmagában is nagy kihívást jelentő terület. Ugyanakkor – a térségben egyedülálló módon – Budapesten van buddhista felsőoktatási intézmény, valamint számos gyakorló közösség működik, így a téma

mindenképpen érdekes és aktuális. A jelen értekezés újdonsága, hogy egy sajátos társadalomtudományi nézőpontból közelít a tárgyahoz – a kommunikációelmélet és az antropológia határterületén elhelyezkedve kíván hozzájárulni a vonatkozó tudományos diskurzushoz. Tehát nem egy vallástudományi munkáról van szó, hanem az értekezés középpontjában az a kérdés áll, hogyan és mennyire sajátítható el és milyen módon használható a buddhista tan Magyarországon a mindennapi életvitel támogatására. Ehhez megvizsgálja azt, hogy milyen nyelvi és kulturális akadályok merülhetnek fel a befogadás tekintetében, milyen módon – vallásként, filozófiaként, pszichológiaként vagy máshogy – jelenik meg a buddhizmus a gyakorlók életében, mi jelent számukra vonzerőt, valamint milyen, a mindennapi életvitelt segítő felkészültségek megszerzésére kínál lehetőséget a közösség és különösen annak egyik fő programja, az elvonulás.

2. A felhasznált módszerek

Az értekezés interdiszciplináris. A fő keretet a kommunikáció participációs elmélete adja, amely maga is tekinthető tudományos határterületnek, amennyiben olyan (társadalmi) intézményeket vizsgál és vesz számításba, mint a nyelv, kultúra, művészet, jog, tudomány, moralitás, vallás, politika, gazdaság. A kommunikációelméleten kívül a vallástudomány, szociológia, kulturális antropológia, nyelvészet és a pszichológia/idegtudomány területéről származó elméletek, megközelítések, kutatási eredmények felhasználására is szükség volt. A téma miatt ezenkívül nem voltak megkerülhetők bizonyos filozófiai megfontolások sem, különösen a fenomenológia és a buddhista filozófia köréből.

A gyakorlati kutatás terepmunkával zajlott, amely egy magyarországi buddhista kisközösségben végzett résztvevő megfigyelésből, valamint a közösség tagjaival készített mélyinterjúkból állt. A terepmunka négy elvonuláson (2014 nyarán, 2015 tavaszán, 2015 nyarán és 2016 elején) való részvételt, valamint 15 mélyinterjút (amelyek közül egy a közösség tolmácsával készült) foglalt magába. Az interjúalanyok a 30–65 éves korcsoportból kerültek ki, 7 férfi és 8 nő megkérdezésére került sor. 13-an állami felsőfokú végzettséggel, ketten az állami iskolarendszeren kívüli végzettséggel rendelkeznek, zömmel a pszichológiához köthető területen dolgoznak, a többiek más szellemi munkát végeznek. Egy megkérdezett az agglomerációban lakik, a többiek Budapesten élnek. Többen éltek vagy töltöttek hosszabb-rövidebb időt külföldön.

Az értekezés a buddhizmussal kapcsolatos olyan különféle témákra fókuszál, amelyek kommunikációs nézőpontból, a kommunikáció participációs elmélete által említett bizonyos intézmények, szinterek és ágensek vonatkozásában tárgyalhatók. Mivel ez számos, önmagában is nagy területet jelentene, a terjedelmi korlátok miatt szükség volt bizonyos szűkítésre. Ez a szűkítés egyrészt a kutató érdeklődését tükrözi, nem pedig az egyes területek jelentőségét (már ha egyáltalán felállítható lenne valamiféle sorrend köztük). Másrészt azonban van egy fontos rendező elv: mindegyik résztéma kapcsolatban van a megértéssel – legyen az nyelvi megértés, vallási-rituális megértés, tudományos megértés stb. – és a megértés révén nyert ismeretek, erkölcsi elvek, attitűdök stb. alkalmazásával, mindennapi életbe való beépítésével, ami átvezet a participációs elmélet alapjához, a problémamegoldáshoz. E résztémák tárgyalása minden esetben tartalmaz bizonyos szintű kitekintést az adott területen folyó kutatásokra, fellelhető elméletekre, kételyekre és kérdésekre, ugyanakkor ezek értelemszerűen nem tudják lefedni az ezen témákban zajló kutatások sokszínűségét és volumenét. Ehelyett inkább megpróbálják bemutatni azt, hogy milyen sokféle lehetőség áll

rendelkezésre, ha valaki a buddhizmust a jelenkor kontextusában kívánja vizsgálni, és milyen veszélyeket rejthetnek ezek a vizsgálatok.

Az értekezés szerkezetileg a participációs elmélet említett három fő fogalma mentén épül fel – ezek az intézmény, a szintér és az ágens –, és tükrözi a téma megközelítésének „kívülről befelé” haladó irányát. A bevezető rész utáni második rész ennek megfelelően a különféle intézményeket, a harmadik rész a releváns szintereket, a negyedik rész pedig az ágenseket tárgyalja. A záró fejezet után mellékletként szerepelnek a közösség gyakorlatainak szövegei, az interjúkérdések, valamint a terepmunkán készült képek.

3. Az értekezés eredményei

3.1 Kutatási hipotézisek

A H1 hipotézis:

A tárgyalt vallás, vagyis a buddhizmus (bizonyos korlátokkal) rendelkezik azzal a rugalmassággal, amelynek révén alkalmas lehet a nyugati (és ezen belül a magyar) ember életvitele vezérfonalának.

E hipotézis igazolásához három alhipotézist használtam fel:

H1a: *A buddhista tan nem vár el olyan szintű kizárólagosságot, mint más vallások, ami a jelenlegi plurális társadalomban önmagában is vonzerőt jelenthet, valamint lehetővé teszi a más vallásokkal/nézetekkel való összeegyeztetést.*

H1b: *A buddhizmus nyugati ága és azon belül különösen a közösség gyakorlását meghatározó irányzat lehetővé teszi az eltérő szintű elkötelezettséget, bevonódást, sajátos formájú vallásgyakorlást (a „maga módján vallásosságot”), ennek megfelelően pedig összeegyeztethető a modern mindennapi életvitellel.*

H1c: *A nyelvi és kulturális korlátok nehezítik a megértést és gyakorlást.*

A H2 hipotézis: *A buddhista közösségben szerzett felkészültségek hatékonyan segítik a problémamegoldást a mindennapi életben.*

A hipotézisek bizonyításánál a kommunikáció alábbi *intézményeinek* tárgyalására került sor: vallás, kultúra, nyelv és tudomány. Ehhez elsősorban a témával kapcsolatos szakirodalomra támaszkodtam. Az intézmények mellett a kommunikáció *színterei, ágensei* és az ágensek *felkészültségei* voltak az elemzés tárgyai. Ezek esetében a szakirodalom támogató szerepet tölt be a terepkutatás során nyert meglátások mellett.

A *színterek* elsősorban azokat az elvonulásokat jelentik, amelyeken kutatómunkám során részt vettem. Ezen belül hangsúlyosan tárgyaltam az elvonulások központi terét (a zendót), amely egyben szakrális térként is funkcionál. A színterek leírása a résztvevő megfigyelés alapján történt.

Ágens egyrészt a közösség mint olyan, valamint *ágensek* a közösség tagjai, akik négy kategóriába sorolhatók: a tanító (az elvonulás vezetője), a tolmács, a „magot” képező tagok és a holdudvar. Az ágensek kapcsán a H1 hipotézis további bizonyítására is sor került:

a tanítónál a H1a, a tolmácsnál a H1c, a mag és a holdudvar tagjainál pedig a H1b alhipotézisére. Az ágensek leírása a résztvevő megfigyelés és a mélyinterjúk alapján történt.

A közösségben szerzett *felkészültségekkel* kapcsolatban elsősorban a mélyinterjúkra támaszkodtam.

3.2 Az értekezés áttekintése

Az értekezésben a kommunikáció intézményeinek, színtereinek és ágenseinek fogalmi mentén igyekeztem feltárni az alábbiakat:

- mit jelent az egy magyarországi buddhista közösség elvonulásain részt vevők számára a buddhizmus, a közösség, az elvonulás;
- hogyan tudják az itt megszerzett felkészültségeiket felhasználni a mindennapokban (a magánéletükben és a munkájukban), esetlegesen milyen konfliktusokkal szembesülnek;
- mennyire értik meg a buddhista tan elveit magyarul, illetve angol nyelven közvetítve;
- hogyan élik meg az elvonulás szakrális dimenzióját;
- és hogyan illeszkedik ez az egész a nyugati buddhizmus keretébe.

Ehhez először áttekintettem az olyan intézmények bizonyos megközelítéseit és meghatározásait, mint a kultúra, a vallás és a nyelv, majd beszámoltam a buddhizmus nem vallásként való értelmezései lehetőségeiről, valamint egyes tudományos területek buddhizmus iránti érdeklődéséről, továbbá bemutattam néhány buddhista terminus fordítási lehetőségeit is. Az elméleti fejtegetések során klasszikus és kortárs szakirodalomra is támaszkodtam, a gyakorlati kutatást pedig egy olyan magyarországi buddhista kisközösségben végeztem, amelynek tanítója holland anyanyelvű, és angol nyelven tart évente kétszer elvonulást. A terepmunkám során ennek a tanítónak két nyári 6 napos elvonulásán, valamint két másik (egy holland és egy vietnami származású, Hollandiában élő) tanító 2 napos elvonulásain vettem részt.

A kutatáshoz a kommunikációelméletek közül a participációs elmélet bizonyult a legmegfelelőbbnek, mivel ennek esetében egy olyan elméleti keretről van szó, amelyben a kommunikáció fogalma a participáció fogalmára épül, és amelyben az ágensek felkészültségeiben való kölcsönös részesedéséről mint a problémamegoldás szükséges feltételéről gondolkodunk. A felkészültségekhez tartozik itt minden, amit „igénybe veszünk” a megértéshez, tehát a nyelvi kompetenciáink, kulturális háttérünk, világnézetünk, az adott témára vonatkozó elméleti tudásunk, a másokkal való kommunikációnkból származó

ismeretek, valamint – az értekezés témája tekintetében – például a buddhista tanítások, szertartások, meditációk, gyakorlások során szerzett belátások. Mivel ezeknek a dolgoknak az összetétele, szintje, irányultsága minden ágens esetében más, a megértésben is várhatók különbségek. Azonban mégis van közös platform: a kommunikáció segítségével tudjuk tisztázni például azt, hogy pontosan mit is értünk egy-egy fogalom alatt.

A kultúrát egy olyan értelemadó rendszerként tekintetem, amelyen keresztül az ember olyan fogalmakat, viselkedési mintákat és eszközöket sajátít el, amelyekkel az adott társadalomban funkcionálni tud, és kulturális tudása, felkészültségei révén jelentéseket képes előállítani. Ennek elfogadásával felmerül a kérdés, mihez kezd egy személy vagy közösség egy nagymértékben eltérő kultúrából érkező nézetrendszerrel, mennyire képes annak fogalmait megérteni, illetve hogyan tud új jelentéseket létrehozni, az értékeit kulturálisan adaptálni és a mindennapi életébe beilleszteni.

A nyelv a kutatásban a kommunikáció olyan intézményeként jelenik meg, amelynek aktív szerepe van a gondolkodásban, a világ reprezentációjában és rendszerezésében. A nyelv intézmény, mert az individuális beszélő mögött ott van a nyelvközösség annak szilárd hagyományaisal és életmódközösségével. Nézőponttól függően a nyelv tekinthető az egyik legmerevebb, de az egyik leghajlékonyabb emberi intézménynek is. A nyelvet annak mérsékelt relativista felfogásában értelmeztem: hogy az egyedi lehetőségeink, kognitív erőforrásainak, tehát összességében gondolkodásunk, valamint érzésvilágunk alapjai tekintetében egyetemesek vagyunk – ugyan vannak különbségek a kultúrák és a nyelvek között, ezek azonban nem jelentenek végső akadályt a megértés számára.

A vallás fogalmának meghatározása a téma szempontjából nehezebb volt, de a legplauzibilisebbnek William James megközelítése bizonyult, aki az intézményes vallásosság helyett a személyes élményt helyezi a középpontba, és vallásnak az egyén magányosan megélt érzéseit, tetteit és tapasztalatait tekinti, amennyiben azok megragadhatók úgy, mint amelyek kapcsolatban állnak az általa isteninek tekintett dologgal.

3.3 Az értekezés eredményei

3.3.1 A nyelv intézménye

A kutatásból az a kép bontakozott ki, hogy a megkérdezettek érzékelik a nyelv jelentette korlátokat (a buddhizmus szövegeinek eredeti nyelve, a tanító holland anyanyelve, a tanítások angol nyelve és a tolmácsolás miatti többszörös közvetítésből fakadó újraértelmezések

megléte világos számukra), azonban ez nem lehetetleníti el a megértést. Ennek oka egyrészt az, hogy bár úgy vélik, valamilyen keleti nyelv ismeretével a buddhista szövegek, kifejezések újabb jelentésrétegei tárulhatnak fel számukra, de a személyes életükben való alkalmazáshoz elégséges az a tudás, amit a nyugati buddhizmusból magyarul, illetve angolul nyerhetnek. A másik ok pedig annak érzése, hogy a tudás átadása nem csupán a szavak szintjén történik meg.

3.3.2 A vallás intézménye

A kutatásból az derült ki, hogy ugyan a megkérdezettek jellemzően nem tartják vallásnak a buddhizmust – sokkal inkább életfilozófiának, pszichológiának, egy olyan támpontnak vagy rendszernek, amely segít az életben – a William James-féle értelemben (egy-két kivétellel) tekinthetők vallásosnak vagy vallásos érzülettel rendelkezőnek. Leírhatjuk ezt az autonóm vallásosság vagy a maga módján vallásosság, illetve akár a spirituális érdeklődés/útkeresés terminusaival is.

3.3.3 A tudomány intézménye

A buddhizmus és különösen a nyugati buddhizmus egyik vonzereje a tudományos világgéppel való (más vallásokkal összehasonlítva) könnyebb összeegyeztethetőség. A közösség tagjai döntő többségükben felsőfokú végzettségű, urbánus emberek, akik vagy valamilyen tudományos területen tevékenykednek, vagy más értelmiségi/segítő munkát végeznek. Nagy számban vannak közöttük pszichológusok, terapeuták és más segítő foglalkozásúak, beleértve a közösség tanítóját és tolmácsát is. Ennek tükrében nem meglepő eredmény, hogy fontos számukra a racionális gondolkodással való összeegyeztethetőség.

3.3.4 Az elvonulás mint színtér

Az elvonulás funkciója a kutatás eredményei szerint (azon kívül, hogy az elvonuláson való részvétel a feltétele a közösségben való tagságnak) a kiszakadás a mindennapi élet forgatagából, a befelé figyelés, az elme lecsendesítése, az empátia erősítése, az önfejlesztés, a „jelenben levés”. Az elvonuláson való részvételt motiválhatja a kíváncsiság, a nehéz élethelyzetre való megoldáskeresés, a rekreáció igénye és a közösségben való gyakorlás (illetve a régebbi tagoknál a közösség más tagjaival való találkozás) lehetősége is. A közösség

meglétét mindenki fontosnak tartja, abban azonban eltérések mutatkoznak, ki mennyire igényli a közösség támogatását a saját gyakorlásához.

3.3.5 A szertartások és rítusok

A közösség tagjainak szertartásokkal és rítusokkal való kapcsolata ambivalens, de jellemzően szeretik vagy elfogadják őket – azzal a kitételrel, hogy nem feltétlenül a szakrális jellegüket élik meg (bár arra is vannak példák), hanem inkább az érzelmi oldalukat, az emberi életben és közösségekben betöltött szerepüket.

3.3.6 A közösség

A közösség szerepével és jelentőségével kapcsolatban az derült ki, hogy a közösségben való tagságot sokféleképpen élik meg a megkérdezettek. A részvétel nagy vonalakban leírható a „mag” és a „holdudvar” fogalmaival, azonban ezek között nem éles a választóvonal, ráadásul jelenleg éppen változik is a közösség e tekintetben. Az arról alkotott vélemény, hogy a közösség mennyire funkcionál kollektív ágensként, összefügg egyrészt az egyéni szerepvállalás és az elkötelezettség szintjével, másrészt a közösséggel kapcsolatos elvárásokkal is. Összességében a közösség meglehetősen rugalmasan kezeli a tagságot, ami egyrészt ronthatja a kohéziót, másrészt azonban könnyebbé teszi a bekapcsolódást. A tanító fontos szerepet tölt be a közösség életében, sokan kötődnek hozzá bizonyos szinten, de általában azt gondolják, a közösségnek önmagában is meg kell állnia. Az azonban egyértelműen bebizonyosodott, hogy a közösség elvonulásain a tanító személye nagy vonzerőt jelent, a résztvevők hiteles embernek tartják, és szívesen tanulnak tőle. A közösség összetételéből következően a tanító pszichológiai irányultsága kifejezetten előnyként jelenik meg.

3.3.7 Felkészültségek és problémamegoldás

A kutatásból kiderült, hogy a buddhista tanításból, a közösségben és kifejezetten az elvonulásokon a résztvevők olyan felkészültségeket szereznek, amelyek érzékelhetően segítik őket a problémamegoldásban. Ez igaz mind a magánéletre, mind a munkavégzésre és a munkahelyi kapcsolatokra. A buddhista tanítások leginkább úgy határozzák meg a mindennapi életvitelt, hogy az általuk képviselt elvek és attitűdök fokozatosan beépülnek a gondolkodásba, és belső késztetesként segítik a döntéseket bizonyos élethelyzetekben.

A megkérdezettek arról számoltak be, hogy olyan felkészültségeket szereztek a buddhizmus révén, amelyek jelentősen befolyásolták és befolyásolják az emberi kapcsolataikat: jobban bele tudják magukat élni mások helyzetébe, ezáltal toleránsabbak, empátikusabbak, megértőbbek lettek. Emellett nagyobb önismeretre tettek szert, könnyebben megbirkóznak a nehéz helyzetekkel, és jobban kezelik a konfliktusokat. Mivel a buddhizmust nem vallásként élik meg, nem jelent számukra gondot a más vallásokkal való esetleges összeegyeztetés sem. Volt ugyan példa erősebb kettős vallási identitásra is, de a megkérdezettek többsége inkább csak egy valláshoz kötődőként definiálja magát, és ez is csak gyengébb kötődést jelent. Emellett csak kevés konfliktussal szembesülnek a „buddhistaságuk” miatt, alapvetően azért, mert nem akarják másokra ráerőszakolni a saját nézeteiket.

3.3.8 Kapcsolódás a nyugati buddhizmushoz

A közösség által követett buddhista irányzat a Thich Nhat Hanh nevéhez köthető „mindennapi buddhizmus” vagy „elkötelezett buddhizmus”, amely közelebb áll a nyugati ember gondolkodásmódjához. A megkérdezettek saját bevallásuk szerint is a nyugati buddhizmushoz tudnak kapcsolódni, és jól látják azt, hogy az ázsiai emberek buddhizmusa jóval intézményesebb, a klasszikus értelemben véve vallásos jellegű. Ennek nyugati megvalósítását nem tartják lehetségesnek, azonban azt gondolják, hogy a nyugati változat megfelelő ahhoz, hogy vezérfonalul szolgáljon a mindennapokban, mert csak ez egyeztethető össze az életvitelükkel. Ők maguk változó mértékben és módon gyakorolnak, a napi szintű meditációtól vagy tanítások napi hallgatásától kezdve addig, hogy inkább csak az elvonulásokon vesznek részt, és a menedékvétel során felvett öt gyakorlatban szereplő elveket igyekeznek az életükben többé-kevésbé megvalósítani.

3.4 Az eredmények összefoglalása

A kiinduló hipotéziseket a kutatás igazolta.

1. A buddhizmus – a „mindennapi” vagy „elkötelezett” buddhizmusban megvalósuló formájában – rendelkezik azzal a rugalmassággal, ami befogadhatóvá teszi a nyugati ember számára, így alkalmas lehet az életvitel vezérfonalának. A nyugati és azon belül is a mindennapi buddhizmus lehetővé teszi az eltérő mélységű kapcsolódást, bevonódást, és az, hogy nem vár el kizárólagosságot (megengedi akár a kettős vallási identitást is), vonzerőt

jelent. Emellett ez a forma összeegyeztethető a mindennapi életvitellel is. Az eredeti buddhista tanítások megértését ugyan korlátozza a keleti nyelvek hiányzó ismerete, valamint az angol nyelven tartott tanítások fordítása során is vesznek el (és keletkeznek is újabb) jelentések, ez nem gátolja az érdemi befogadást.

2. Bebizonyosodott, hogy a megkérdezetteknel a közösségben szerzett felkészültségek hatékonyan segítik a problémamegoldást a mindennapi életben. E felkészültségek megszerzésének egyik központi tere az elvonulás, ahol igen intenzíven zajlik a felkészültségek megszerzése és bővítése: tanítások, közösségi megosztások, különféle meditációk és szertartások, valamint informális beszélgetések révén. Ezenkívül a csendes időszakok éppúgy szolgálnak a felkészültségek megszerzésének terepeként, mint az egyéb programok. A megkérdezettek mindannyian a problémamegoldási és konfliktuskezelési készségeik fejlődéséről számoltak be a buddhista gyakorlás kapcsán. Összességében elmondható, hogy a közösségben való részvétel és a buddhista gyakorlás hozzájárul az önismeret fejlesztéséhez, az emberi kapcsolatok elmélyítéséhez és általában az életminőség javításához.

4. Főbb hivatkozások

- BAUBERGER, STEFAN SJ [2014]. *Nyitottan a teljességre. Keresztény hit, zen gyakorlatok*. Jézus Társasága Magyarországi Rendtartománya, Budapest.
- BLACK, MAX [1998]: *A nyelv labirintusa*. Holnap Kiadó.
- CAMPBELL, COLIN [2010]: The Easternization of the West: Or, How the West was Lost. *Asian Journal of Social Science* Vol. 38 5. pp. 738–57. DOI: 10.1163/156853110X522911
- COLEMAN, JAMES WILLIAM [2002]: *The New Buddhism: The Western Transformation of an Ancient Tradition*. Oxford University Press, New York.
- DOMSCHITZ MÁTYÁS–HAMP GÁBOR [2006]: A kommunikáció színtereiről. In Horányi Özséb et al.: *A kommunikáció mint participáció*. AKTI–Typotex, Budapest. pp. 101–173.
- DURKHEIM, ÉMILE [2004]: *A vallási élet elemi formái*. L’Harmattan Kiadó.
- ELIADE, MIRCEA [2014]: *A szent és a profán*. Budapest, Helikon Kiadó.
- FARKAS ATTILA MÁRTON [1998]: *Buddhizmus Magyarországon avagy az alternatív vallásosság egy típusának anatómiája*. MTA PTI Etnoregionális Kutatóközpont, Budapest. <http://mek.oszk.hu/10700/10732/10732.pdf>
- FAURE, BERNARD [2012]: A gray matter. Another look at Buddhism and neuroscience. *Tricycle (The Buddhist Review)*, Winter 2012.
- GEERTZ, CLIFFORD [1994a]: Az ethosz, a világkép és szent szimbólumok elemzése. In *Az értelmezés hatalma. Antropológiai írások*. Századvég, Budapest.
- GEERTZ, CLIFFORD [1994b]: Sűrű leírás. Út a kultúra értelmező elméletéhez. In *Az értelmezés hatalma. Antropológiai írások*. Századvég, Budapest.
- HAMILTON, MALCOLM [2002]: The Easternisation Thesis: Critical Reflections. *Religion* (2002) 32, 243–58 DOI:10.1006/reli.2002.0429
- HORÁNYI ÖZSÉB–SZABÓ LEVENTE [2006]: A kommunikáció ágenséről. In Horányi Özséb et al. [2006]: *A kommunikáció mint participáció*. AKTI–Typotex, Budapest. pp. 175–235.
- JAMES, WILLIAM [2009]: *The Varieties Of Religious Experience. A Study In Human Nature*. University of Adelaide e-book. https://csrs.nd.edu/assets/59930/williams_1902.pdf
- JOHNSTON, WILLIAM [2003]: *Christian Zen*. Fordham University Press, New York.
- KONÉ, ALIOUNE [2006]: *Le Zen en Europe : Un état des lieux*. Un Zen Occidental, Párizs. <http://www.zen-occidental.net/pdf/kone01.pdf>
- LEEUW, GERARDUS VAN DER [2001]: *A vallás fenomenológiája*. Osiris Kiadó, Budapest.

- LOY, DAVID R. [2004]: *What's Buddhist about Socially Engaged Buddhism*. <http://www.zen-occidental.net/articles1/loy12-english.html>
- LUCKMANN, THOMAS [1996]: A láthatatlan vallás. A vallás fenomenológiája. = *Lettre* 23. szám, 1996. tél. <http://epa.oszk.hu/00000/00012/00007/02luck.htm>
- LUTZ, ANTOINE–DUNNE, JOHN D.–DAVIDSON, RICHARD J. [2007]: Meditation and the Neuroscience of Consciousness. (In Zelazo, P.–Moscovitch, M.–Thompson, E. (eds.): *Cambridge Handbook of Consciousness*. Cambridge University Press, 2007.) http://brainimaging.waisman.wisc.edu/~lutz/Meditation_Neuroscience_2005_AL_JDD_RJD_2.pdf
- MÁTÉ-TÓTH ANDRÁS [2013]: *Vallási kommunikáció és vallási diskurzus*. Magyar Vallástudományi Társaság–L'Harmattan Kiadó.
- MIKULAS, WILLIAM L. [2007]: Buddhism and Western Psychology: Fundamentals of Integration. *Journal of Consciousness Studies* 2007, 14 (4), pp. 4–49.
- NEUMER KATALIN [1999]: Nyelv, gondolkodás, relativizmus. Filozófiai vizsgálódás. In Neumer Katalin (ed.): *Nyelv, gondolkodás, relativizmus*. Osiris Kiadó, Budapest. pp. 11–35.
- NHAT HANH, THICH [2003]: *A béke légy te magad*. Ursus Libris, Budapest.
- PETE KRISZTIÁN–P. SZILCZL DÓRA [2006]: A kommunikáció intézményeiről. In Horányi Özséb et al.: *A kommunikáció mint participáció*. AKTI–Typotex, Budapest. pp. 17–100.
- PLÉH CSABA [1999]: Hozzájárulhatnak-e az empirikus pszichológiai kutatások a nyelv-gondolkodás viszony filozófiai problémájának megoldásához? In Neumer Katalin (ed.): *Nyelv, gondolkodás, relativizmus*. Osiris Kiadó, Budapest. pp. 35–165.
- PRESSING LAJOS [1998]: *Buddhista meditációs technikák mentálhigiénés hatásai*. A Magyar Integratív Pszichoterápiás Egyesület 1998. október 23-i tudományos ülésén elhangzott előadás. <http://dakiniland.net/egyebek/pszichologia/irasok/buddhista-meditaciok-mentalhigienes-hatasa>
- QUAGLIA, JORDAN T. [2011]: *Theoretical and Methodological Contributions of Buddhism to Psychology and Neuroscience*. VESAK 2011, The 8th Conference of the United Nations Day of Vesak. Buddhist Virtues in Socio-Economic Development. <http://www.undv.org/vesak2011/panel4/06QuagliaFINAL.pdf>
- STARK, RODNEY–GLOCK, CHARLES Y.: PIETY [1968]: *The Nature of Religious Commitment*. Volume One. University of California Press, Berkeley–Los Angeles.
- TRÍAS, EUGENIO [2006]: Gondolatok a vallásról: a szimbólum és a szentség. In Korpics Márta – P. Szilczl Dóra (szerk.): *Szagrális kommunikáció*. Budapest, Typotex, 2007. pp. 191–202.

- TWEED, THOMAS A. [1999]: Night-Stand Buddhists and Other Creatures: Sympathizers, Adherents, and the Study of Religion. In: Queen, Christopher–Williams, Duncan Ryūken: *American Buddhism: Methods and Findings in Recent Scholarship*. Curzon Press, Richmond Surrey. pp. 71–90.
- WALLACE, B. ALAN – SHAUNA L. SHAPIRO [2006]: Mental Balance and Well-Being: Building Bridges Between Buddhism and Western Psychology. *American Psychologist* – AMER PSYCHOL, vol. 61, no. 7, pp. 690–701. DOI: 10.1037/0003-066X.61.7.690
- WATANABE, SHOGO [2005]: Compassion (*Karuṇā*) and Pity (*Anukampā*) in Mahāyāna Sūtras. = *Journal of International Philosophy*, No.4 2015. pp. 267–72.
- WEBER, MAX [2007]: *Világvallások gazdasági etikája*. Gondolat Kiadó – ELTE Társadalomtudományi Kar, Budapest.

5. A témakörrel kapcsolatos saját publikációk

5.1 Magyar nyelvű publikációk

HUSZÁR ORSOLYA [2009]: A kommunikációs jelenségek hatóköre – műhelybeszélgetés egy kommunikációs könyv kapcsán. *JEL-KÉP*, 2009/3, pp. 73–77.

HUSZÁR ORSOLYA [2017]: Az elvonulás mint kommunikációs színtér. *JEL-KÉP*, megjelenés alatt.

HUSZÁR ORSOLYA [2017]: „Résztevő” tolmácsolás egy buddhista közösségben. *JEL-KÉP*, megjelenés alatt.

5.2 Angol nyelvű publikáció

HUSZÁR ORSOLYA [2016]: The Role of Silence at the Retreats of a Buddhist Community. *KOME – An International Journal of Pure Communication Inquiry* 2016, Vol. 4 (2), pp. 59–73. DOI: 10.17646/KOME.2016.25

