

— *Valpola Ráhula* —

A Buddha tanítása



A Tan Kapuja



~

Valpola Ráhula

A Buddha tanítása

~

A Tan Kapuja, Budapest, 2014

~

A fordítás az alábbi kiadás alapján készült:

Walpola Rahula: What the Buddha Taught,

Grove Press, New York, 1974, Second and enlarged edition,

© Copyright 1974 by W. Rahula

Fordította Tóth Zsuzsanna

Szerkesztette és lektorálta Farkas Pál

A válogatott szövegeket fordította Farkas Pál, Fórizs László, Tóth Zsuzsanna és Végh József

Minden adományt fölülmúl a Tanítás adománya.

~

Szabbadánam Dhammadánam dzsináti.

Előszó

Valpola Ráhula srí lanka-i buddhista szerzetes-tudós könyve 1959-ben jelent meg, de máig sem veszített időszerűségéből és népszerűségéből. Köszönhető mindez a szerző bámulatosán átfogó tudásának, kivételes műveltségének, és elragadó emberségének, amellyel a Buddhától napjainkig töretlenül továbbörökített hagyományt rendkívüli hitelességgel képviselte, közérthetően magyarázta és életpéldájával felmutatta.

Párizsi professzortársa, tisztelője és barátja, Paul Demiéville, a könyv 1959-es első kiadásának előszavában ezekkel a szavakkal méltatja:

„Kezünkben a Buddha tanításának eme magyarázata, melyet határozottan modern szellemben fogalmazott meg e vallás egyik legképzettebb és legmegvilágosodottabb képviselője. A tiszteletreméltó Dr. Valpola Ráhula Ceylonban részesült a buddhista szerzetesek hagyományos elméleti és gyakorlati képzésében, és kiemelkedő helyet foglalt el a sziget egyik vezető szerzetesi egyetemén, *Pirivénában*, ahol a Buddha tanítása *Asóka* császár ideje óta virágzik, és mindmáig megőrizte elevenségét. Így tehát, miután nevelése az ősök hagyománya szerint befejeződött, elhatározta, hogy ezekben az időkben, amikor minden hagyomány megkérdőjeleződik, szembenéz a nemzetközi tudományos oktatás szellemével és módszereivel.

Ceyloni és londoni tanulmányok után a filozófia doktora címet a ceyloni egyetemen a ceyloni buddhizmus történetéről írt kiemelkedő tudományos értekezésével nyerte el. A kalkuttai egyetemen kiváló professzorokkal dolgozott együtt, itt került kapcsolatba a *mahájána*, a Tibettől Távol-Keletig elterjedt »nagy szekér« avatott képviselőivel, és határozta el, hogy jobban belemerül a tibeti és kínai szövegekbe, hogy kiszélesítse ökömenizmusát. Azután pedig megtisztelt minket azzal, hogy eljött a párizsi Sorbonne egyetemre, hogy tanulmányt készítsen a *mahájána* illusztris filozófusáról, *Aszangáról*, akinek legalapvetőbb, eredetileg szanszkrit nyelven írt művei elvesztek, és csak tibeti és kínai fordításban olvashatók. Dr. Ráhula már nyolc éve él köztünk, egy sárgaruhás keleti szerzetes Nyugaton, aki a nyugati

világ homályos tükrében talán saját vallása egyetemes tükröződését keresi.

Valpola Ráhula könyve, melynek bemutatását kérte a nyugati olvasóközönségnek, közérthető és ragyogó beszámoló a buddhista tanítás alapelveiről, ahogyan fellelhetők a legrégebbi szövegekben, amelyeket szanszkrit nyelven Hagyománynak (*ágama*), páli nyelven Kánonnak (*nikája*) neveznek. Dr. Ráhula, aki ezen szövegek összehasonlíthatatlan tudásával rendelkezik, folytonosan és csaknem kizárólagosan rájuk utal, hiszen hitelességüket a számos buddhista iskola – amelyek sosem tértek el ezektől a szövegektől, hacsak nem azzal a szándékkal, hogy még helyesebben értelmezzék a szavak mögötti jelentést – egyhangúlag elismeri. A buddhizmus elterjedése során, sok-sok évszázadon és hatalmas területen át, az értelmezések valóban változtak, és a Tan számtalan nézőpontot vett föl. De a buddhizmusnak az a szemlélete, amelyet Dr. Ráhula itt előad – humanista, racionális, bizonyos szempontból szokratikus, más szempontból evangélikus, és szinte tudományosnak nevezhető –, nagymennyiségű hiteles írásos bizonyítékban talál támaszra, melyeket hagy önmagukért beszélni.

Azokat a magyarázatokat, amelyeket idézeteihez fűz, mindig lelkiismeretes pontossággal fordítja, azok világosak, egyszerűek, közvetlenek, és mentesek mindenféle tudálékosságtól. Némelyikük persze vitához vezethet, például amikor a *máhájána* minden tantételét fel kívánja fedezni a páli forrásokban, de ezen forrásokban való jártassága lehetővé teszi, hogy új fényt vessen rájuk.

Maga is a modern embert szólítja meg, de tartózkodik attól, hogy olyan szedett-vedett összehasonlításokhoz ragaszkodjék, amelyeket a modern világ bizonyos irányzatai és gondolatrendszerei sugallnak: a szocializmus, ateizmus, egzisztencializmus, pszichoanalízis. Az olvasóra marad, hogy elismerje egy olyan tanrendszer értelmezésének modernségét és lehetőségeit, amelyet eredeti gazdagságában tárnak elé ebben a hiteles tudományos munkában.”

Valpola Ráhula 1907-ben született Srí Lankán, és 1997-ben távozott el. Olyan időszakban nőtt föl, amikor a Buddha tanítása új életre kelt Srí Lankán. Életével és műveivel – köztük a jelen könyv mellett elsősorban a *The Heritage of the Bhikkhu* (1946) és a *History of Buddhism in Ceylon* (1956) című művével – jelentős szerepet

játszott ebben a megújulásban, nagyban hozzájárult ahhoz, hogy a buddhizmus ismét visszaszerezze régi tekintélyét és rangját.

Tanulmányai a buddhizmus legősibb szentiratait, a Páli Kánon szövegeinek mesterévé avatták. Élete során fáradhatatlanul tanult és tanított, szülőföldje után Indiában az ind filozófiát tanulmányozta, Franciaországban a mahájána tanaiban mélyedt el, majd az Egyesült Államokban ő volt az első buddhista szerzetes, akit professzorrá neveztek ki egy nagy nyugati egyetemen. Ottlétekor jelentős szerepet játszott a Washington Villára, az öregek tanítása (*theravāda*) szerint való első kolostor megalapításában. Nyugati utazásai közben néhány évig Srí Lankán a Vidyodaya Egyetem egyik vezetője volt. A buddhizmus megismertetése és megújítása érdekében kifejtett kiemelkedő angol, francia és szingaléz nyelvű munkásságát a srí lanka-i Sangha feje a dicső (*srī*) cím adományozásával ismerte el.

Jelen könyvét azzal a meggyőződéssel bocsátjuk magyar olvasói elé, hogy megszületése óta sem sikerült senkinek felülmúlnia egyszerűségben, lényegretörésben és közérthetőségben.

A szerkesztő kedves kötelessége, hogy megköszönje a könyv és a szutták fordítóinak, hogy fordításukat nemes adományként bocsátották a kiadó rendelkezésére, lehetővé téve ezzel, hogy a kötet méltányos áron kerülhessen az olvasók kezébe. Segítse ez a könyv, a Tanítás csodálatos adománya, a hozzá fordulókat a megvilágosodás felé!

Farkas Pál

Bevezetés

A világon egyre nagyobb érdeklődés mutatkozik a buddhizmus iránt. Az érdeklődők társaságokba és körökbe tömörülnek, és számos könyv tárgyalja a Buddha tanítását. Sajnálatos azonban, hogy a legtöbb könyv szerzője nem ismeri jól a témát, vagy éppenséggel más vallásokból levezetett, téves feltételezésekből indul ki, aminek következtében egyszerűen félreértelmezi és tévesen mutatja be a buddhizmust. A közelmúltban írt könyvet a buddhizmusról egy összehasonlító vallástudománnyal foglalkozó professzor, aki azzal sem volt tisztában, hogy Ánanda, a Buddha odaadó tanítványa, *bhikkhu* (szerzetes) volt, nem pedig világi ember. Nem nehéz elképzelni, hogy az ilyen könyvek milyen információkat terjesztenek a buddhizmusról.

E könyvecskével az volt a célom, hogy elsősorban azokat a művelt olvasókat szólítsam meg, akik nem jártasak a témában, és szeretnék megtudni, hogy a Buddha valójában mit tanított. Rájuk való tekintettel arra tettem kísérletet, hogy röviden és a lehető legközvetlenebb és legegyszerűbb módon, hűen és pontosan tolmácsoljam a Buddha szavait, úgy, ahogy azok a tudósok által a buddhai tanítások legrégebbi fennmaradt leírásának tartott *Tipitaka* páli nyelvű szövegeiben megtalálhatók. A felhasznált források és idézett szövegrészek közvetlenül az eredeti szövegekből származnak. Egyes helyeken korábbi művekre is hivatkoztam.

Nem feledkeztem meg azokról az olvasókról sem, akik már valamelyest ismerik a Buddha tanításait, és szeretnék bővíteni ismereteik körét. Ezért feltüntettem a legtöbb kulcsfontosságú kifejezés páli nyelvű megfelelőjét, valamint lábjegyzetben az eredeti szöveg helyeket.

Feladatomból több szempontból is nehéz volt: végig az volt a szándékom, hogy megtaláljam az egyensúlyt az ismeretlen és a népszerű között, és hogy a mai nyugati olvasóval olyasmit közöljek, amit megért és méltányol, de ugyanakkor hű maradjak a Buddha beszédeinek tartalmához és formájához. Tekintettel voltam az ősi szövegekre, és tudatosan megtartottam a szóbeli úton ránk hagyományozott buddhai beszédekre jellemző szinonima-

használatot és ismétléseket, azért, hogy az olvasónak legyen valamiféle benyomása arról, hogy a Tanító hogyan beszélt. Próbáltam a lehető leginkább ragaszkodni az eredeti szövegekhez, úgy, hogy közben fordításom egyszerű, könnyen olvasható legyen.

Van azonban egy pont, amin túl nehéz úgy megmaradni az egyszerűségnél, hogy ne vesszen el az üzenet, amelyet a Buddha közölni szándékozott. Amikor „A Buddha tanítása” cím mellett döntöttem, úgy éreztem, hogy nem lenne helyes, ha nem idézném a Buddha szavait (szóképeit és szófordulatait is) csak azért – bár ezzel kockáztatom azt, hogy a jelentés torzul –, hogy a szöveg könnyen értelmezhető legyen.

Ebben a könyvben csaknem minden olyan kérdést tárgyaltam, amelyet általában a Buddha alapvető tanításai közé sorolnak. Ezek a következők: a négy nemes igazság, a nyolcrétű nemes ösvény, az öt *khandha*, a karma, az újraszületés, a függő keletkezés (*paticca samuppáda*), az éntelenség tanítása (*anattá*) és a *szatipatthána* (az éber figyelem megalapozása). Természetes, hogy a nyugati olvasó találkozik majd olyan kifejezésekkel, amelyek ismeretlenek a számára. Azt javaslom, hogy (amennyiben érdeklődik e kifejezések iránt) a Buddhista hozzáállás című fejezettel kezdje az olvasást, majd folytassa a negyedik nemes igazságról, a meditációról és a Buddha tanításának mai megjelenéséről szóló fejezetekkel. Ezután – amikor már világosabb képe van a buddhista tanításokról – térjen vissza az első, második és harmadik nemes igazságról, és az éntelenségről szóló fejezetekhez.

A Buddha tanításáról nem lehet könyvet írni anélkül, hogy tárgyalnánk azokat a témákat, amelyeket a *theravāda* és a *mahájána* buddhizmus egyaránt alaptanításoknak fogad el. A „*theravāda*” jelentése – a „kis szekér” jelentésű „*hínájána*” kifejezést a hozzáértők már nem használják – az „öreges {*thérák*) iskolája”, a „*mahájána*” pedig a „nagy szekér”. E két kifejezés a buddhizmus mai két fő formáját jelöli. Az eredeti, ortodox buddhizmusnak tekintett *theravādat* Srí Lankán, Mianmarban, Thaiföldön, Kambodzsában, Laoszban és a bangladesi Csittagongban követik, míg a később kialakult mahájána többek között Kínában, Japánban, Tibetben és Mongóliában terjedt el. A két iskola között vannak bizonyos különbségek, elsősorban bizonyos elgondolások, gyakorlatok és

fegyelmi szabályok terén, azonban megegyeznek a Buddha legfontosabb tanításaival, például a jelen kötetbe tárgyalt tanításokkal kapcsolatban.

Végül szeretnék köszönetét mondani E. F. C. Ludowyk professzornak, aki nagy segítségemre volt, javaslatokat tett és átolvasta a kéziratot – és voltaképpen felkért e könyv megírására. Hálás vagyok továbbá Marianne Möhnnek, aki áttekintette a kéziratot és megjegyzéseivel segítette a munkát. Végül szeretném hálámat kifejezni Paul Demiéville professzornak, aki párizsi tanulmányaim során tanárom volt.

Valpola Ráhula

Rövidítések

A hivatkozásokat többnyire az azóta megjelent modernebb fordítások megfelelő szöveghelyeire cseréltük, és ennek megfelelően tüntettük föl az irodalomjegyzéket is. A hivatkozásokat általában arab számokkal jeleztük, törtvonal jellel mögé téve a Pali Text Society páli nyelvű kiadásainak kötet- és oldalszámait vagy oldalszámait, a Dhammapada esetében a folyamatosan számozott versek számait. Az elől lévő hivatkozás a Maddzshima-nikája és Dígha-nikája esetében a szutta száma és a szakasz száma, a Szamjutta-nikája, a Szuttanipáta és az Udána esetében a fejezet száma és a szutta száma, az Anguttara-nikája esetében a könyv és a szutta száma. A versek esetében a vers számát a hivatkozások után zárójelben közöltük (ha a kiadás számozta). A Viszuddhimagga esetében az első hivatkozás a fejezet és a szakasz száma, a Dhammapada esetében a fejezet és a vers száma. A Mahávagga esetében a fejezet száma, az értekezés száma és a szakasz száma. A többi kommentár, illetve a mahájána szútrák esetében az elől lévő szám a páli vagy szanszkrit szöveg, a mögötte zárójelben lévő szám a fordítás oldalszáma (ha van). A magyaros átírás után zárójelben adjuk meg a páli, illetve a szanszkrit megfelelőit.

A. ~ Anguttara nikája (p: Anguttara-nikája), The Numerical Discourses of the Buddha, A Translation of the Anguttara Nikája, fordította Bhikkhu Bodhi, Wisdom Publications, Boston, USA, 2012.; Anguttara Nikája, szerkesztette R. Morris-E.Hardy, The Pali Text Society, UK.

As. ~ Abhidharma-szumuccsaja (sz: Abhidharma-samuccaya), Abhidharma samuccaya of Asanga, szerkesztette Pradhan, Visvabharati, Santiniketan, 1950.; The Compendium of the Higher Teaching (Philosophy) of Asariga, fordította Sara Boin-Webb, Asian Humanities Press, Fremont, California, 2001.

D. ~ Dígha-nikája (p: Digha-nikája), Digha-nikája, The Long Discourses of the Buddha, A Translation of the Digha Nikája,

fordította Maurice Walshe, Wisdom Publications, Boston, USA, 1995.; Digha Nikája, szerkesztette T. W. Rhys Davids-J. E. Carpenter, The Pali Text Society, UK.

DA. ~ Digha-nikájatthakathá/Szumangalavilásziní (p: Dighanikáyatthakathá/Sumahgalavilásiní), Simon Hewavitarne Bequest Series, Colombo; Digha-nikájatthakathá/Sumangalavilásiní, szerkesztette T. W. Rhys Davids-J. E. Carpenter-W. Stede, The Pali Text Society; UK.

Dhp. ~ Dhammapada, K. R. Norman: The Word of the Doctrine (Dhammapada), 1997. szerkesztette K. Dhammaratana Thera, Colombo, 1926.

DhpA. ~ Dhammapadatthakathá (p: Dhammapadatthakathá), szerkesztette Helmer Smith-H. C. Norman, The Pali Text Society, UK.

Dhs. ~ Dhammaszanganí (p: Dhammasanganí), szerkesztette E. Müller, The Pali Text Society, UK.

J. ~ Dzsátaka (p: Játaka), szerkesztette V. Fausböll, The Pali Text Society, UK.

Lnk. ~ Lankávatára-szútra (sz: Lankavatára-sütra), The Lankávatára-sütra, szerkesztette Nanjio, Kyoto, 1923.; The Lankávatára-sütra, fordította Daisetz Teitaro Suzuki, Motilal Banarsidass Publishers, Delhi, 1999.

M. ~ Maddzshima-nikája (p: Majjhima-nikája), The Middle Length Discourses of the Buddha, A Translation of the Majjhima Nikája, fordította Bhikkhu Nánamoli-Bhikkhu, Wisdom Publications, Boston, USA, 2001.; Majjhima Nikája, szerkesztette V. Trenckner-R. Chalmers, The Pali Text Society, UK.

MA. ~ Maddzshima-nikájatthakathá/Papanycsasúdaní (p: Majjhima-nikáyatthakathá/Papancasüdaní), szerkesztette J. H. Woods-D. Kosambi-I. B. Horner, The Pali Text Society, UK.

Mink. ~ Miilamadhjamaka-káriká (sz: Mülamadliyamaka-káriká), Mádhyamika-karika of Nágárjuna, szerkesztette L. de La Vallée Poussin (Bibi. Buddh. IV.); Mülamadhyamaka-káriká of Nágárjuna, fordította Dávid J. Kalupahana, Motilal Banarsidass Publishers, Delhi, 1999.

Ms. ~ Mahájána-szútrálankára (sz: Maháyána-sutrálaiikára), Maháyána-sütrálankára of Asanga, szerkesztette Sylvain Levi, Paris,

1907.; Maháyána-sütrálarikára by Asanga, fordította Dr. Surekha Vijay Limaye, Sri Satguru Publications, Delhi, 1992.

Mhvg. ~ Mahávagga (p: Mahávagga, a Vinaya második könyve, a Khandhaka első kötete), I. B. Horner: The Book of Discipline, Vol. IV. Mahávagga, 1951. reprint 1993. szerkesztette Saddhátissa Thera, Alutgama, Sri Lanka, 1922.

Prmj. ~ Paramatthadsótiká I. (p: Páramatthajotiká, a Khuddakapátha, kommentárral), szerkesztette Helmer Smith, The Pali Text Society, UK.

S. ~ Szamjutta-nikája (p: Samyutta-nikája), The Connected Discourses of the Buddha, A Translation of the Samyutta Nikája, fordította Bhikkhu Bodhi, Wisdom Publications, Boston, USA, 2000.; Samyutta Nikája, szerkesztette L. Feer, The Pali Text Society, UK.

SA. ~ Szamjutta-nikájatthakathá / Száratthapakásziní (p: Samyutta-nikájatthakathá / Sárattthapakásiní), szerkesztette F. L. Woodward, The Pali Text Society, UK.

Sn. ~ Szuttanipáta (p: Suttanipáta), szerkesztette Dines Andersen-Helmer Smith, The Pali Text Society, UK.

Ud. ~ Udána (p: Udána), Colombo, 1929.; The Minor Antologies of the Pali Kanon, II., Udána: Verses of Uplift and Itivuttaka: As it was said, fordította: F. L. Woodward, The Pali Text Society, UK, 1935.

Vibh. ~ Vibhanga (p: Vibhanga), szerkesztette C. A. F. Rhys Davids, The Pali Text Society UK.

Vism. ~ Viszuddhimagga (p: Visuddhimagga), Bhadantácariya Buddhaghosa, The Path of Purification, Visuddhimagga, fordította Bhikkhu Nánamoli, Buddhist Publication Society, Kandy, Sri Lanka, 1991.

A Buddha

A Buddha – akinek neve Sziddhattha (szanszkritul Sziddhártha), családneve pedig Gótama (szanszkrit: Gautama) volt – az i. e. 6. században élt Észak-Indiában. Apja, Szuddhódana a Szakják királyságának uralkodója volt (a terület a mai Nepál területén található); anyja Májá királyné. Az akkori szokásoknak megfelelően Sziddhattha fiatalon, tizenhat évesen házasodott meg; egy Jaszódhará nevű szépséges hercegnőt vett feleségül, aki odaadóan szerette őt. A fiatal herceg a palotában élt, az elképzelhető legnagyobb fényűzésben. Azonban amikor kapcsolatba került a valóságos élettal és találkozott az emberi szenvedéssel, egyik pillanatról a másikra úgy döntött, hogy megoldást keres: megkeresi a kiutat az egyetemes szenvedésből. Huszonkilenc évesen, nem sokkal egyetlen gyermeke, Ráhula születése után elhagyta a királyságot és aszkéta lett.

Gótama ezután hat évig vándorolt a Gangesz völgyében, találkozott híres vallási tanítókkal, tanulmányozta és gyakorolta módszereiket. Szélsőséges aszketikus gyakorlatokat végzett, ezeket azonban nem találta elégségesnek, így szakított a hagyományos vallásokkal és azok módszereivel, s a saját útját kezdte járni. Harmincöt éves volt, amikor egy este egy fa alatt ülve – ezt a fát azóta bódhi- vagy bó-fának, a bölcsesség fájának nevezik – Buddha-Gajá közelében (a mai Bihár területén található, Gajá mellett), a Néranydzsará folyó partján, elérte a megvilágosodást. Ezután nevezték Buddhának, azaz Megvilágosodottnak.

Gótama, a Buddha, megvilágosodása után az első tanítóbeszédét Benáresz mellett, az iszipatanai Özligetben (ma: Szárnáth) mondta el öt aszkétának, akik korábban a tanítványai voltak. Attól a naptól kezdve negyvenöt éven keresztül mindenféle rendű és rangú férfit és nőt tanított: királyokat és földműveseket, bráhminokat és kaszton kívülieket, pénzembereket és koldusokat, szent embereket és rablókat, úgy, hogy egyáltalán nem tett különbséget köztük. Nem látott különbséget az egyes kasztok és társadalmi csoportok tagjai között; az út, amelyről tanított, minden olyan ember előtt nyitva állt, aki kész volt arra, hogy megértse és

végigjárja. A Buddha nyolcvanévesen hunyt el Kuszinárában (a mai indiai Uttar Pradész állam területén).

Ma a buddhizmus jelen van Srí Lankán, Mianmarban, Thaiföldön, Kambodzsában, Laoszban, Vietnamban, Tibetben, Kínában, Japánban, Mongóliában, Koreában, Tajvanon, India bizonyos részein, Bangladesben és Nepálban, valamint a Szovjetunió egyes utódállamaiban. A világon több mint 500 millió buddhista él.

A buddhista hozzáállás

*Az emberi létforma a legmagasabb • Az ember saját maga menedéke • Felelősség • Kétely • Gondolati szabadság • Tolerancia • Buddhizmus: vallás vagy filozófia? • Az igazságnak nincs neve • Vakhit és hiedelmek helyett látás és megértés • Az igazsághoz sem kell ragaszkodni • A tutaj példázata * A spekuláció fölösleges • Gyakorlati hozzáállás • A sebesült ember példázata*

A Buddha a vallásalapítók között (már ha nevezhetjük őt vallásalapítónak a szó hagyományos értelmében) olyan tanító volt, aki nem állította magáról, hogy több lenne tiszta és egyszerű embernél. A többi tanító Isten vagy Isten megtestesülése volt, vagy Istentől nyerte az inspirációt. A Buddha azonban csak ember volt, és nem állította, hogy valamilyen istenség vagy külső hatalom inspirálta volna. Mindazt, amit megértett és elért, az emberi erőfeszítésnek és értelemnek tulajdonította. Az ember és csakis az ember lehet *buddha*, és e lehetőség minden emberben megvan, feltéve, ha akarja és erőfeszítést tesz. Azt is mondhatnánk, hogy a Buddha a *par excellence* ember: emberi mivoltában annyira tökéletes, hogy később a népi vallási irányzatok már-már emberfölöttinek kezdték tekinteni.

A buddhizmus szerint az emberi lét a legjobb helyzet, mert az ember saját maga ura, és nincs olyan felsőbb lény vagy hatalom, amely ítélkezhetne sorsáról.

„Az ember saját maga menedéke; ki más lehetne a menedéke?”^{1} – mondta a Buddha. Arra biztatta tanítványait, hogy legyenek „saját maguk menedékei”: sose keressenek másban menedéket, és ne várjanak mástól segítséget.^{2} Arra tanított, bátorított és ösztönzött mindenkit, hogy fejlessze magát, és érje el a megszabadulást, mert az ember képes arra, hogy erőfeszítéssel és értelemmel minden kötöttségtől megszabadítsa magát. A Buddha

azt mondja: „A Tathágaták^{3} csak mutatják az utat, cselekednetek már nektek kell.”^{4} Ha a Buddhát lehet egyáltalán megváltónak nevezni, akkor csakis abban az értelemben, hogy felfedte és megmutatta a szabaduláshoz, a nirvánához vezető utat. Azonban az utat már mindenkinek saját magának kell bejárnia.

A Buddha az egyéni felelősség elve alapján ad szabadságot tanítványainak. A *Maháparinibbána-szuttában* azt mondja, hogy sosem gondolt arra, hogy irányítsa a *Szanghát* (a szerzetesrendet),^{5} és azt sem akarta, hogy a *Szangha* függjön tőle. Kijelentette, hogy tanításában nincsenek ezoterikus elemek, és hogy semmi sincs rejtve a „tanító összezárt öklében” (*ácsarija-mutthi*), azaz semmit sem tart titokban.^{6}

A Buddha olyan gondolati szabadságot engedett meg, amely példátlan a vallások történetében. Erre a szabadságra azért van szükség, mert a Buddha szerint az ember szabadulása azon múlik, hogy felismeri-e az igazságot, nem pedig valamely istenség vagy külső hatalom jóindulatától vagy kegyétől függ, amelyet az ember jó és engedelmes viselkedéséért nyer el.

A Buddha egy alkalommal ellátogatott Kószala királyságába, egy Készaputta nevű városba. A város lakói – akiket kálámáknak neveztek – meghallották, hogy a Buddha a városukban időzik, felkeresték őt, és így szóltak hozzá:

„Urunk, vannak olyan remetéik és bráhmanák, akik ellátogatnak Készaputtába. Kifejtik és megvilágítják saját tanaikat, de megvetik, becsmérlik, ócsárolják mások tanait... Azonban, ami minket illet, urunk, mindig kételyeink vannak azt illetően és töprengünk azon, hogy e tiszteletreméltó remetéik és bráhmanák közül ki mond igazat és ki nem.”

A Buddha erre válaszul olyan tanácsot adott nekik, amely egyedülálló a vallások történetében:

„Igen, kálámák, nagyon helyes, hogy kételyeitek vannak és töprengetek olyan dolgokon, amelyek valóban kérdésesek. Mármint, kálámák, ne hagyjátok, hogy félrevezessenek titeket a beszámolók, a hagyomány és a szóbeszéd. Ne hagyjátok, hogy félrevezessenek titeket a vallási szövegek, a puszta logika vagy a következtetések, sem a látszat, sem pedig az, hogy örömtöket lelitek a spekulatív nézetekben, sem a valószerűnek látszó dolgok, sem pedig az a

gondolat, hogy »ez a mi tanítónk«. Ó, kálámák, amikor ti magatok tudjátok, hogy bizonyos dolgok kedvezőtlenek (*akuszala*), helytelenek és rosszak, akkor hagyjátok el azokat... És amikor ti magatok tudjátok, hogy bizonyos dolgok kedvezőek (*kuszala*) és jók, akkor fogadjátok el és kövessétek azokat.”^{7}

A Buddha még ennél is tovább ment. Azt mondta a bhikkhuknak, hogy egy tanítványnak még magát a *Tathágatát* (a Buddhát) is meg kell vizsgálnia, hogy teljesen meggyőződhessen mestere tanainak valódi értékei felől.^{8}

A Buddha tanítása szerint a kétely (*vicsikiccshá*) az öt akadály (*nívarana*)^{9} egyike; ezek az akadályok gátolják az igazság belátását és a spirituális fejlődést – és éppenséggel minden fejlődést gátolnak. A kétely azonban nem bűn, mivel a buddhizmusban nincsenek hittételek. A legtöbb vallással ellentétben a buddhizmus egyáltalán nem ismeri a bűn fogalmát: minden rossz dolog gyökere a tudatlanság (*aviddzsá*) és a hamis nézetek (*miccshá ditthi*). Tény, hogy amíg az emberben van kétely és bizonytalanság, addig nem képes előrehaladni; de az is tagadhatatlan, hogy amíg az ember valamit nem lát vagy ért világosan, addig mindenképpen van benne kétely. Ahhoz azonban, hogy továbblépjen, meg kell szabadulnia a kételytől. Ehhez pedig világosan kell látnia.

Semmi értelme azt mondani, hogy nem szabad kételkedni, vagy hogy hinni kell. Hiába hajtogatjuk, hogy hiszünk, attól még nem alakul ki bennünk a tudás és a megértés. Amikor egy diák egy matematikapélda megoldásán dolgozik, akkor elérkezhet egy pontra, ahol nem tudja, hogyan tovább, ahol kételyei támadnak. Amíg fennáll ez a kétely, addig nem tud továbblépni. A kétely megszüntetésének pedig megvan a maga módja. Amíg azt hajtogatjuk, hogy hiszek, vagy hogy nem kételkedem, addig semmiképpen sem fogjuk megoldani a problémát. Ha arra kényszerítjük magunkat, hogy megértés nélkül higgyünk el vagy fogadjunk el valamit, az ügyeskedés, nem pedig szellemi vagy intellektuális lépés.

A Buddha mindig is nagyon fontosnak tartotta a kétely eloszlatását. Még a halála előtt néhány perccel is többször arra kérte tanítványait, hogy kérdezzék őt, ha kételyeik vannak a tanításával kapcsolatban, és ne később bánják meg, hogy nem tudták eloszlatni

e kételyeket. Ám a tanítványok hallgattak. Ekkor a Buddha megható szavakat mondott: „Ha valamelyikőtök a Tanító iránti tiszteletből nem kérdez semmit, akkor szóljon egy jóbarátjának.” (Azaz mondja el kérdését a barátjának, aki majd helyette felteszi a kérdést.)^{10}

A buddhizmus a gondolati szabadság mellett a tolerancia miatt is különleges helyet foglal el a vallások történetében. Egyszer Nándában egy Upáli nevezetű ismert és vagyonos házigazdát – Nigantha Nátaputta (Dzsína Mahávira) tanítványát – maga Mahávira küldte, hogy találkozzék a Buddhával, és a karma elméletével kapcsolatos egyes pontokról folytatott vitában győzze le őt, mivel a Buddha nézetei különböztek Maháviráétól.^{11} A várakozásokkal ellentétben a vita végén Upáli meggyőződött afelől, hogy a Buddhának van igaza és hogy mestere téved. Arra kérte tehát a Buddhát, hogy fogadja el világi tanítványának (*upászaka*). A Buddha azonban arra intette, hogy gondolja át a dolgot és ne siesse el, mivel „a hozzád hasonló ismert emberek jól teszik, ha alaposan meggondolják a dolgokat.” Amikor Upáli megismételte kérését, a Buddha elfogadta tanítványának, és azt tanácsolta neki, hogy továbbra is tisztelje és támogassa régi vallási tanítóit.^{12}

Az i.e. 3. században Asóka, a nagy indiai buddhista uralkodó, a tolerancia és megértés e nemes példáját követve hatalmas birodalmának minden vallását tiszteletben tartotta és támogatta. Egyik sziklába vésett rendeletében, amely ma is olvasható, kijelentette:

„Senki ne kizárólag saját vallását tartsa becsben, senki ne vesse meg mások vallását, hanem ilyen vagy olyan okból mindenki tisztelje a másik vallását. Ha így tesz, azzal saját vallását erősíti, és szolgálatot tesz a többi vallásnak is. Ha nem így tesz, azzal saját vallását dönti romlásba, és a többi vallásnak is kárt okoz. Az az ember, aki saját vallását tartja becsben és megveti a többi vallást, azért tesz így, mert odaadón követi saját vallását, és úgy hiszi, hogy ily módon növelheti annak dicsőségét. De épp ellenkezőleg: ha így tesz, azzal súlyos károkat okoz vallásának. Az egyetértés tehát jó: mindenki hallgassa meg, mindenki legyen hajlandó meghallgatni a mások által vallott tanokat.”^{13}

Ezen a ponton meg kell jegyeznünk, hogy az együttérző megértést nem csupán a vallási tanok esetében, hanem minden

területen alkalmaznunk kell. A buddhista kultúrában és civilizációban az egyik legfontosabb ideál a kezdetektől fogva a tolerancia és a megértés volt. Ez az oka annak, hogy a buddhizmus terjedésének 2500 éve alatt egyetlen példa sincs arra, hogy embereket üldöztek volna, és egyetlen csepp vért sem ontottak ki a térítés érdekében. A tanok békés úton terjedtek el egész Ázsiában; jelenleg^[14] több mint 500 millióan vallják. Az erőszak minden formája – függetlenül attól, hogy mivel próbálják igazolni – teljes mértékben ellentmond a Buddha tanításának.

Gyakran felteszik a kérdést, hogy a buddhizmus vallás-e vagy filozófia. Nem számít, hogyan nevezzük, a buddhizmus attól még ugyanaz marad. Az elnevezés lényegtelen. Annak sincs sok jelentősége, hogy a Buddha tanait buddhizmusnak nevezzük.

*„Eh, mit a név? Mit rózsának hívunk,
bárhogy nevezzük, éppoly illatos.”^[15]*

Az igazságot sem szükséges megnevezni: nem buddhista, nem keresztény, nem is hindu vagy muszlim. Az igazság nem monopólium. A szektáriánus elnevezések csak akadályozzák az igazság független megértését, és káros előítéleteket alakítanak ki.

Ez nem csupán az intellektuális vagy spirituális dolgokra, hanem az emberi viszonyokra is igaz. Amikor találkozunk valakivel, nem úgy tekintünk rá, mint egy emberi lényre, hanem mindjárt valamilyen kategóriába soroljuk: angol, francia, német, amerikai vagy zsidó, és azokkal az előítéletekkel fordulunk felé, amelyeket ezekhez a kategóriákhoz kötünk, holott lehetséges, hogy az illetőre ezek egyáltalán nem jellemzők.

Az emberek annyira szeretik a megkülönböztetésen alapuló kategóriákat, hogy egészen odáig elmennek, hogy az egyetemes emberi tulajdonságokra vagy érzelmekre is ilyen címkéket ragasztanak. Ezért beszélnek különböző „márkájú” – például keresztény vagy buddhista – nagylelkűségről, és lenézik a „többi” nagylelkűséget. Azonban a nagylelkűség nem köthető szektákhoz: nem keresztény, nem buddhista, nem hindu és nem is muszlim. Az anyai szeretet sem lehet buddhista vagy keresztény: egyszerűen anyai szeretet. Az olyan emberi tulajdonságokat és érzelmeket, mint a szeretet, a nagylelkűség, az együttérzés, a tolerancia, a türelem, a

barátság, a vágy, a gyűlölet, a rosszakarat, a tudatlanság, az önhietség, meg a többi, nem kell kategóriákba sorolni, nem köthetők egyetlen valláshoz sem.

Ha valaki az igazságot keresi, akkor teljesen érdektelen a számára az, hogy egy gondolat honnan származik. Egy gondolat eredete és kialakulása a tudósokat foglalkoztatja; ahhoz azonban, hogy megértsük az igazságot, még csak azt sem kell tudnunk, hogy az adott tanítás a Buddhától származik-e vagy valaki mástól. Az a fontos, hogy megértsük. A *Maddzshima-nikájában* van egy történet, amely ezt szemlélteti.

A Buddha egy alkalommal egy fazekas fészereben töltötte az éjszakát. Volt ott egy fiatal remete, aki már korábban érkezett.^{16} Nem ismerték egymást. A Buddha megfigyelte a remetét, és azt gondolta: „Bizalmat ébreszt ez a fiatalember, mi lenne, ha kérdéseket tennék fel neki?” Ezért megkérdezte a fiatal remetét:

– Bhikkhu,^{17} kinek nevében hagyta el otthonod? Ki a tanítód, kinek a tanításában leled öröme?

– Barátom – válaszolta a fiatalember –, Gótama remete, a Szakja család sarja, azért hagyta el a Szakja családot, hogy remete legyen. Az a hír járja róla, hogy arahant, tökéletesen megvilágosodott. Ennek az Áldottnak a nevében lettem remete, ő a tanítóm, és az ő tanításában lelem öröme.

– Jelenleg hol tartózkodik ez az Áldott, ez az arahant, ez a tökéletesen megvilágosodott?

– Barátom, az északi vidéken van egy Szávatthí nevű város. Jelenleg ott tartózkodik ez az Áldott, ez az arahant, ez a tökéletesen megvilágosodott.

– Láttad-e valaha ezt az Áldottat? Felismernéd, ha látnád?

– Sosem láttam ezt az Áldottat, és nem is ismerném fel, ha látnám.

A Buddha megtudta tehát, hogy ez az ismeretlen fiatalember az ő nevében hagyta el otthonát és lett remete. Anélkül, hogy felfedte volna kilétét, így szólt:

– Ó, bhikkhu, elmondom neked a tanítást. Jól figyelj, beszélni fogok.

– Jól van, barátom – egyezett bele a fiatalember.

Akkor a Buddha egy azóta híressé vált tanítóbeszédet adott neki az igazságról (e beszéd kivonatát később közöljük).^{18}

Ez a Pukkuszáti nevű fiatal remete csupán a tanítóbeszéd végén jött rá, hogy magával a Buddhával beszél. Felkelt, odament a Buddhához, a lábához borult, és bocsánatát kérte azért, hogy tudatlanságában barátomnak^{19} nevezte, majd arra kérte, hogy vegye fel a *Szanghába*, a szerzetesrendbe.

A Buddha megkérdezte tőle, hogy van-e alamizsnászilkéje és köntöse. (Egy szerzetesnek három ruhadarabra és egy szilkére van szüksége ahhoz, hogy ételt koldulhasson.) Amikor Pukkuszáti nemmel válaszolt, a Buddha kijelentette, hogy a Tathágaták nem avatnak fel olyasvalakit, akinek nincs szilkéje és köntöse. Ezért Pukkuszáti elindult, hogy megszerezze a szükséges tárgyakat, de útközben egy megvadult tehén halálra taposta.^{20}

Amikor a Buddhának később tudomására jutott a szomorú hír, kijelentette, hogy Pukkuszáti bölcs volt, ismerte az igazságot, és elérte a nirvánához vezető út utolsó előtti állomását, azaz olyan létállapotban született újra, ahol majd arahant^{21} lesz, végül ellobban és soha többé nem tér vissza e világba.^{22}

Egyértelmű, hogy Pukkuszáti, amikor a Buddhát hallgatta és megértette tanítását, nem tudta, hogy kivel beszél, hogy kinek a tanait hallja. Belátta az igazságot. Ha a gyógyszer hatásos, akkor a betegség elmúlik – és ehhez nem szükséges tudni, hogy ki készítette vagy honnan származik.

Szinte minden vallás a hiten alapul, mégpedig – úgy tűnik – vakhiten. A buddhizmus ezzel szemben a „látást” hangsúlyozza: a megértést, az ismeretet, nem pedig a hitet. A buddhista szövegekben előfordul a *szaddhá* szó (szanszkrit: *sraddhá*), amelynek gyakori fordítása: „hit”. A *szaddhá* azonban nem a szó megszokott értelmében vett hit, sokkal inkább meggyőződésből fakadó bizalom. El kell ismerni, hogy a népi buddhizmusban és hétköznapi értelemben a *szaddhá* szóban is megvan a hit mint konnotáció annyiban, hogy a *Buddha*, a *Dhamma* (Tan) és a *Szangha* (Közösség) iránti odaadást jelöli.

Aszanga, az i.sz. 4. században működő nagy buddhista filozófus szerint a *sraddhá*nak három aspektusa van: (1) teljes és szilárd meggyőződés afelől, hogy valami létezik, (2) a jó tulajdonságok fölött

érezett nyugodt öröm, (3) vágy avagy törekvés egy adott dolog elérésére.^{23} De akárhogy is fogalmazzunk, a buddhizmusnak nem sok köze van ahhoz a hithez, amit a legtöbb vallás ismer.^{24}

A hit kérdése akkor merül fel, amikor nincs közvetlen ismeret, mégpedig ismeret a szó valamennyi értelmében. Abban a pillanatban, hogy közvetlenül megismerünk valamit, a hit kérdése már nem merül fel. Ha azt mondom neked, hogy egy drágakövet tartok a markomban, akkor ezt legfeljebb elhinni tudod, hiszen nem látod a drágakövet a saját szemeddel. De ha szétnyitom az öklöm, és megmutatom a követ, és magad is láthatod, akkor már szó sincs hitről. Ezért mondják az ősi buddhista szövegek: „felismeri, éppúgy, ahogy az ember a drágakövet (vagy balzsamdiót) látja a tenyerén.”

A Buddha egyik tanítványa, akit Muszílának neveztek, így szól egy másik szerzeteshez: „Szavithha barátom, odaadás vagy hit^{25} nélkül, kedvezés vagy hajlandóság nélkül, hallomásra és hagyományra nem támaszkodva, a kézzelfogható okokat figyelembe nem véve, anélkül, hogy örömet lelném a spekulációban, tudom és látom, hogy a létesülés megszűnése a nirvána”^{26}.

A Buddha azt mondja: „Bhikkhuk, azt mondom, hogy a szennyeződések megszűnése azok sajátja, akik tudnak és látnak, nem azoké, akik nem tudnak és nem látnak.”^{27} Mindig a tudásról és a látásról van szó, nem pedig a hitről. A Buddha tanítása *éhipasszika*, azaz arra szólítja fel az embert, hogy jöjjön és lásson, nem pedig arra, hogy jöjjön és higgyen.

A buddhista szövegek a következőket mondják azokról, akik felismerték az igazságot: „Megszületett az igazság tiszta, folttalan látása (*Dhamma-csakkhu*); látta az igazságot, elérte az igazságot, megismerte az igazságot, felfogta az igazságot, túllépett a kételyen, nincs benne bizonytalanság”;^{28} „így helyes bölcsességgel úgy látja a dolgokat, ahogy azok vannak (*jathá-bhútam*)”.^{29} Saját megvilágosodásáról a Buddha ezt mondta: „Megszületett a látás, megszületett a tudás, megszületett a bölcsesség, megszületett a tudomás, megszületett a fény.”^{30} Minden esetben a tudáson és bölcsességen keresztül történő látásról van szó (*nyána-dasszana*), nem pedig a hitről.

Ez különösen jelentős volt abban az időben, amikor a brahmanikus ortodoxia intoleráns módon erőltette, hogy az emberek

kérdés nélkül, mint kizárólagos igazságot fogadják el e rendszer hagyományát és ismerjék el tekintélyét. Egyszer egy csoport tanult és ismert bráhmín felkereste a Buddhát, és hosszú vitát folytattak vele. Egyikük, egy Kápathika nevű tizenhat éves fiatal bráhmín, akit mindenki kivételesen okosnak tartott, ezt a kérdést tette fel a Buddhának:^{31}

– Tiszteletreméltó Gótama, vannak ősi szent szövegek, amelyeket a bráhmínok töretlen szóbeli hagyományozás útján őriztek meg. Ezekkel kapcsolatban a bráhmínok arra a végső következtetésre jutottak, hogy csak ez az igazság, minden más hamis. Mit mond erről a tiszteletreméltó Gótama?

A Buddha erre megkérdezte:

– Van-e a bráhmínok között akár csak egy is, aki azt állítja magáról, hogy személyesen tudja és látja, hogy csak ez az igazság, minden más hamis?

A fiatalember őszintén, nemmel válaszolt.

– Akkor hát, van-e a bráhmínok között akár csak egyetlen olyan tanító, vagy tanítók tanítója, egészen a hetedik nemzedékig visszamenőleg, vagy akár van-e egyetlen e szövegek szerzői közt, aki azt állítja magáról, hogy tudja és látja, hogy csak ez az igazság, minden más hamis?

– Nincs.

– Akkor hát olyan ez, mint amikor a vak emberek egy sorban mennek: mindenki az előtte álló kezét fogja; az első nem lát, a középső nem lát, és az utolsó sem lát. Úgy tűnik nekem, hogy a bráhmínok épp olyanok, mint ezek a vakok.

Akkor a Buddha egy fontos tanácsot adott a bráhmínoknak:

– Nem helyes, ha egy bölcs ember, aki az igazsághoz tartja magát (szó szerint: az igazságot védi), erre a következtetésre jut: csak ez az igazság, minden más hamis.

Amikor a fiatal bráhmín megkérte, hogy fejtse ki, hogy mi is az igazság védelme, a Buddha így szólt:

– Ha egy embernek van hite, és azt mondja: „ezt hiszem”, akkor az igazságot vallja. Csakhogy ennek alapján nem juthat arra a végső következtetésre, hogy csak ez az igazság, minden más hamis.

Más szóval, az ember hihet, amit akar, és mondhatja, hogy abban hisz. Ilyenkor igazat beszél. De hitéből kiindulva nem mondhatja,

hogy csak az az igazság, és minden más hamis.

A Buddha ezt mondja: „Ragaszkodni valamihez (egy bizonyos nézethez) és lenézni más dolgokat (nézeteket) – a bölcsek szerint ez béklyó.”^{32}

Egy alkalommal a Buddha kifejtette^{33} az ok és okozat tanítását tanítványai számára, és ők azt mondták, hogy világosan látják és értik. Akkor a Buddha így szólt:

„Bhikkhuk, ez a nézet tiszta és hibátlan; mégis, ha ragaszkodtok hozzá, dédelgetitek, nagy becsben tartjátok, kötődtek hozzá, akkor nem értitek meg, hogy a tanítás olyan, mint egy tutaj, amely az átkelést szolgálja, és nem arra való, hogy megtartsátok.”^{34}

Máshol a Buddha kifejti ezt a híres példázatot: a tanítást tutajhoz hasonlítja, amellyel át lehet kelni a vízen, de azután már nem szabad továbbvinni a hátunkon.

„Bhikkhuk, egy utazó egy nagy folyóhoz érkezik. Az innenső part veszélyes, de a túlsó part biztonságos. Azonban nincs csónak vagy híd, amellyel át lehetne jutni a biztonságos túlsó partra. Azt mondja magában: »Ez a folyó széles, és az innenső part veszélyes, de a túlsó part biztonságos. Nincs csónak vagy híd, amellyel át lehetne jutni. Jó lenne tehát, ha fűvet, fát, ágakat és leveleket gyűjtenék, s azokból tutajt készítenék, és a tutajjal, kezemmel és lábammal evezve, biztonságosan átjutnék a túlpartra.« Bhikkhuk, ez az ember akkor fűvet, fát, ágakat és leveleket gyűjt, s azokból tutajt készít, és a tutajjal, kezével és lábával evezve, biztonságosan átjut a túlpartra. Miután átkelt és megérkezett, azt gondolja: »Ez a tutaj nagy hasznomra volt: e tutajjal, kezemmel és lábammal evezve, biztonságosan átjutottam erre a partra. Jó lenne, ha a fejemre vagy a hátamra emelném ezt a tutajt, és aztán mennék, amerre kedvem tartja.« Mit gondoltok, bhikkhuk, helyesen cselekedne ez az ember, ha így tenne?

– Nem, urunk.

– Mikor cselekedne helyesen ez az ember? Miután átkelt és megérkezett, azt gondolja: »Ez a tutaj nagy hasznomra volt: e tutajjal, kezemmel és lábammal evezve, biztonságosan átjutottam erre a partra. Jó lenne, ha kihúznám a partra, kikötném vagy vízre bocsátanám, és aztán mennék, amerre kedvem tartja.« Ekkor cselekedne helyesen.

Ugyanígy, bhikkhuk, a tan, amelyet tanítottam, hasonló a tutajhoz: átkelésre való, nem arra, hogy tovább vigyük (szó szerint: megragadjuk). Nektek, bhikkhuk, akik értitek, hogy a tan olyan, mint a tutaj, fel kell adnotok a jó dolgokat is (*dhamma*); mennyivel inkább fel kell tehát adnotok a rossz dolgokat (*adhamma*)!”^{35}

Ebből a példázatból világosan kiderül, hogy a Buddha tanítása arra való, hogy biztonságba, békébe, boldogságba, nyugalomba, a *nirvána* eléréséhez juttassa az embert. A Buddha minden tanítása ezt a célt szolgálja; nem mondott semmit azért, hogy hallgatói intellektuális kíváncsiságát kielégítse. Gyakorlatias tanító volt, és csak olyasmit tanított, amely békét és boldogságot hoz az ember számára.

A Buddha egy időben Kószambíban (a mai Allahabad mellett), egy szimzapa-erdőben tartózkodott. Kezébe fogott néhány levelet, és megkérdezte tanítványait:

„– Mit gondoltok, bhikkhuk? Melyik a több? A néhány levél a kezemben, vagy a levelek az erdőben?

– Urunk, az Áldott kezében igen kevés levél van, míg a szimzapa-erdőben sokkal több.

– Ugyanígy, bhikkhuk, amit tudok és amit elmondtam, az csak kevés, és sokkal több az, amit nem mondtam el. És miért nem mondtam el ezeket? Mert nem hasznosak..., nem vezetnek a *nirvánához*. Ezért nem mondtam el ezeket a dolgokat.”^{36}

Teljesen fölösleges azokon a dolgokon spekulálnunk, amelyeket a Buddha nem mondott el – bár néhány tudós éppen ezt teszi.

A Buddhát nem érdekelte olyan szükségtelen metafizikai kérdések megvitatása, amelyek tisztán spekulatív természetűek és képzeletbeli problémákhoz vezetnek. Ezeket a nézetek vadonjának nevezte. Láthatólag tanítványai között is voltak olyanok, akik nem fogadták örömmel ezt a hozzáállást. Tudunk arról, hogy egyikük, Málunkjáputta, feltette a Buddhának a tíz jól ismert, klasszikus metafizikai kérdést, és választ követelt.^{37}

Egy napon Málunkjáputta felkelt délutáni meditációjából, felkereste a Buddhát, üdvözölte, leült az egyik oldalára, és így szólt:

– Uram, ahogy egyedül meditáltam, ez a gondolat merült fel bennem: vannak kérdések, amelyeket az Áldott nem fejtett ki, félretett és elutasított. E kérdések a következők: (1) a világ

örökkévaló? (2) nem örökkévaló? (3) a világ véges? (4) végtelen? (5) a lélek azonos a testtel? (6) a lélek és a test két különböző dolog? (7) létezik a Tathágata a halál után? (8) nem létezik a halál után? (9) egyszerre létezik és nem létezik a halál után? (10) sem nem létezik, sem pedig nem létezik a halál után? Ezeket a kérdéseket az Áldott nem fejtette ki nekem. Ez pedig nem tetszik nekem, nincs kedvemre. Felkeresem az Áldottat, és megkérdem ezekről. Ha az Áldott kifejti nekem ezeket, akkor továbbra is az irányítása alatt élem a szent életet. Ha nem fejt ki nekem ezeket, akkor elhagyom a szerzetesek rendjét és távozom. Ha az Áldott tudja, hogy a világ örökkévaló, akkor mondja azt. Ha az Áldott tudja, hogy a világ nem örökkévaló, akkor mondja azt. Ha az Áldott nem tudja, hogy a világ örökkévaló-e vagy sem, stb., akkor úgy tisztességes, ha az Áldott – mint olyan ember, aki nem tudja – azt mondja: nem tudom, nem látom.

A Buddha Málunkjáputtának adott válasza tanulságos lehet annak a sok millió embernek, akik az értékes időt arra fecsérlik, hogy ilyen metafizikai kérdésekre keresik a választ, és szükségtelenül megzavarják saját elméjük békéjét:

– Mondtam-e neked valaha, Málunkjáputta: „jőjj, Málunkjáputta, éld a szent életet irányításom alatt, és én kifejtem neked ezeket a kérdéseket”?

– Nem, uram.

– És te, Málunkjáputta, mondtad-e nekem: „uram, az irányításod alatt fogom élni a szent életet, ha kifejted nekem ezeket a kérdéseket”?

– Nem, uram.

– Málunkjáputta, most sem mondom neked: „jőjj és éld a szent életet irányításom alatt, és én kifejtem neked ezeket a kérdéseket.” És te sem mondd nekem: „uram, az Áldott irányítása alatt élem a szent életet, az Áldott pedig kifejti nekem ezeket a kérdéseket.” Ha ez így van, te ostoba, akkor ki utasít vissza kit?^{38}

– Málunkjáputta, ha valaki azt mondja: „nem élek szent életet az Áldott irányítása alatt, amíg az Áldott ki nem fejt ezeket a kérdéseket” – akkor meghal úgy, hogy a Tathágatától nem kap választ a kérdéseire. Olyan ez, Málunkjáputta, mint amikor egy embert mérgezett nyíllal lőnek meg, és barátai és rokonai orvost

hívnak hozzá. A meglőtt ember pedig azt mondja: „Addig nem engedem, hogy kihúzzátok ezt a nyilat, amíg nem tudom, hogy ki lőtt meg, *ksatrija* (a harcosok kasztjába tartozó), *bráhmana* (a papok kasztjába tartozó) vagy *vaisja* (kereskedő vagy földműves); hogy mi a neve és milyen család tagja; hogy magas, alacsony vagy közepes termetű-e; hogy bőrszíne sötét, barnás vagy aranyszínű-e; hogy melyik faluból vagy városból származik. Addig nem engedem, hogy kihúzzátok ezt a nyilat, amíg nem tudom, hogy milyen íjból lőtték ki, hogy milyen tollból volt a vessző tollazata és miből készült a nyílhegy.” Málunkjáputta, ez az ember előbb hal meg, semmint hogy választ kapna akár egyetlen kérdésére. Ugyanígy, Málunkjáputta, ha valaki azt mondja: „nem élek szent életet az Áldott irányítása alatt, amíg az Áldott ki nem fejtje ezeket a kérdéseket”, úgy hal meg, hogy a Tathágata nem válaszolja meg a kérdéseit.

Ezután a Buddha elmagyarázza Málunkjáputtának, hogy a szent élet nem függ e kérdésektől. Bármit is gondoljon az ember ezekről a kérdésekről, attól még van születés, öregség, hanyatlás, halál, bánat, siránkozás, fájdalom, gyász és nyugtalanság, „amelyekről azt mondom, hogy még ebben az életben megszüntethetők (*nirvána*)!”

– Ezért, Málunkjáputta, ne feledd, hogy amit kifejtettem, azt kifejtettem, és amit nem fejtettem ki, azt nem fejtettem ki. Melyek azok a dolgok, amelyeket nem fejtettem ki? Hogy a világ örökkévaló-e vagy sem, stb. (lásd a fenti tíz véleményt) – ezeket nem fejtettem ki. És, Málunkjáputta, miért nem fejtettem ki ezeket? Mert nem hasznosak, és nincsenek szoros összefüggésben a szent élettel, nem vezetnek kiábránduláshoz, vágytalansághoz, megszűnéshez, nyugalomhoz, mély megértéshez, teljes felismeréshez, *nirvánához*. Ezért nem beszéltem ezekről.

Málunkjáputta, mi az tehát, amit kifejtettem? Kifejtettem a *dukkhát*, a *dukkha* keletkezését, a *dukkha* megszűnését, és a *dukkha* megszűnéséhez vezető utat.^{39} És, Málunkjáputta, miért fejtettem ki ezeket? Mert hasznosak, és szoros összefüggésben állnak a szent élettel, kiábránduláshoz, vágytalansághoz, megszűnéshez, nyugalomhoz, mély megértéshez, teljes felismeréshez, *nirvánához* vezetnek. Ezért beszéltem ezekről.^{40}

A következőkben a négy nemes igazsággal foglalkozunk, amelyeket a Buddha Málunkjáputtához intézett szavaiban említett.

A négy nemes igazság

*A buddhizmus nem optimista vagy pesszimista,
hanem realista • A „dukkha” jelentése • A
tapasztalat három aspektusa • Mi a „létesülés”? •
Az öt halmaz • Az anyag és a szellem kettőssége
nem létezik • Áramlás • A gondolkodó és a
gondolat • Van-e az életnek kezdete?*

Buddha tanításának lényege a négy nemes igazság (csattári arijaszaccsáni), amelyet első tanítóbeszédében^[41] fejtett ki. A beszédet régi társainak, az öt aszkétának adta Iszipatanában (ma: Szárnáth), Benáresz mellett; a szöveg, ahogy azt az eredeti forrásokból ismerjük, a négy igazság összefoglalását adja. Emellett igen sok olyan buddhista szöveg van, amely újra meg újra, részletesebben, más és más módon fejt ki ezt a tanítást. Ha a négy nemes igazságot e magyarázatok és utalások segítségével tanulmányozzuk, akkor viszonylag pontos képet kapunk arról, hogy az eredeti szövegek szerint melyek a Buddha alapvető tanításai. A négy nemes igazság a következő:

1. *Dukkha*.^[42]
2. *Szamudaja*: a *dukkha* keletkezése vagy eredete.
3. *Niródha*: a *dukkha* megszűnése.
4. *Magga*: a *dukkha* megszűnéséhez vezető út.

Dukkha: AZ ELSŐ NEMES IGAZSÁG

Az első nemes igazságot (*dukkha-arjaszaccsa*) szinte minden tudós így fordítja: „a szenvedés nemes igazsága”, és úgy értelmezi, hogy az élet a buddhizmus szerint nem más, mint szenvedés és kín. Mind a fordítás, mind az értelmezés igen pontatlan és félrevezető. E korlátolt, felszínes fordítás – és annak felszínes értelmezése – az oka annak, hogy sokan (tévesen) úgy vélik, hogy a buddhizmus pesszimista.

Először is, a buddhizmus nem pesszimista és nem optimista; ha valami mondható róla, akkor realista, mert valóság-hű képet alkot az életről és a világról. Objektíven tekint a dolgokra (*jathábhútam*). Nem ringatja az embert abba az ostoba illúzióba, hogy paradicsomban élünk, de nem is riogatja és kínozza képzeletbeli félelmekkel és bűnökkel. Pontos és objektív leírást ad arról, hogy mik vagyunk és milyen a világ körülöttünk, és megmutatja a tökéletes szabadsághoz, békéhez, nyugalomhoz és boldogsághoz vezető utat.

Lehetséges, hogy az egyik orvos eltúlozza a betegség súlyosságát, és felad minden reményt. A másik pedig tudatlanságában kijelenti, hogy nincs betegség és kezelésre sincs szükség, és ezzel áztatja a beteget. Mondhatjuk azt, hogy az előbbi orvos pesszimista, az utóbbi pedig optimista, csak hogy mindkettő egyaránt veszélyes. Egy harmadik orvos pedig helyesen diagnosztizálja a tüneteket, világosan látja, hogy a betegség gyógyítható, irányítja a kezelést, és ezzel megmenti betegét. A Buddha ehhez a harmadik orvoshoz hasonlítható; ő a világ bajainak bölcs és tudós orvosa (*bhiszacka* vagy *bhaisadzsjá-guru*).

Igaz, hogy a páli *dukkha* (szanszkrit: *duhkha*) hétköznapi jelentése szenvedés, fájdalom, bánat vagy nyomorúság; ellentéte a *szukha*, amelynek jelentése boldogság, kényelem vagy elégedettség. Azonban a *dukkha* mint az első nemes igazság (amely a Buddha életről és világról alkotott nézetét foglalja össze), mélyebb filozófiai jelentéssel bír, és jóval szélesebb körben vannak jelentésárnyalatai. Az igaz, hogy az első nemes igazságban a *dukkha* természetesen magában foglalja a hétköznapi jelentést, a szenvedést is, de emellett olyan elgondolásokat is felölel, mint a tökéletlenség, a múlandóság, az üresség és a lényegnélküliség. Ezért nehéz olyan szót találni, amely kifejezi mindazt, amit a *dukkha* jelent az első nemes igazságban, azaz helyesebb megtartani a páli kifejezést, mint kényelmesen „szenvedés“-nek vagy „fájdalom“-nak fordítani, majd tévesen értelmezni.

A Buddha, amikor azt mondja, hogy van szenvedés, nem tagadja azt, hogy az életben van boldogság. Épp ellenkezőleg, elismeri az (anyagi és szellemi) boldogság különféle formáit – a világi emberek esetében éppúgy, mint a szerzetesek esetében. Az *Anguttara-nikájában*, a Buddha tanítóbeszédeit tartalmazó öt páli nyelvű

gyűjtemény egyikében, található egy felsorolás a boldogság (*szukháni*) formáiról: szerepel benne például a családi élettel járó boldogság, a remeteélettel járó boldogság, az érzéki örömök nyújtotta boldogság és a lemondás boldogsága, a ragaszkodással járó boldogság és a ragaszkodásmentességgel járó boldogság, a testi boldogság és a tudat boldogsága, stb.^{43} Csakhogy ezek mind a *dukkha* körébe tartoznak. Még a magasabb szintű meditáció gyakorlásával elért igen tiszta spirituális állapotok, a *dzshánák* (szanszkrit: *dhjána*, elmélyedés), amelyekben a szó megszokott értelmében vett szenvedésnek az árnyéka sincs jelen, és amelyeket zavartalan boldogságként írnak le, valamint az a *dzshána*-állapot, amely mind a kellemes (*szukha*), mind a kellemetlen (*dukkha*) érzésektől mentes, és nem más, mint tiszta egykedvűség és tudatosság – még ezek az állapotok is a *dukkha* körébe tartoznak. A *Maddzshima-nikája* (az öt eredeti gyűjtemény egyike) egyik *szuttájában* a Buddha, miután dicsőíti az e *dhzsánákra* jellemző spirituális boldogságot, kijelenti, hogy ez „múlandó, *dukkha* és változásnak kitett” (*aniccsá dukkhá viparinámadhammá*).^{44} Érdeemes megfigyelni, hogy explicit módon a *dukkha* kifejezés kerül használatra. Minden *dukkha*, és nem azért, mert a szó megszokott értelmében vett szenvedéssel jár, hanem azért, mert „minden *dukkha*, ami múlandó” (*jad aniccsam tam dukkham*).^{45}

A Buddha realista és objektív volt. Az életről és az érzéki örömök élvezetéről azt mondta, hogy az embernek három dolgot kell világosan megértenie: (1) a vonzalmat vagy élvezetet (*asszáda*), (2) a rossz következményt, veszélyt vagy elégtelenséget (*ádnava*), és (3) a szabadságot vagy szabadulást (*nisszarana*).^{46} Amikor meglátunk egy kellemes külsejű embert, akkor vonzódni kezdünk hozzá, és örömünket leljük abban, ha újra látjuk: örömet és megelégedettséget érzünk a jelenlétében – ez élvezet (*asszáda*). Ezt mutatja a tapasztalat. Csakhogy ez az élvezet nem állandó, éppúgy, ahogy ez a személy és vonzó tulajdonságai sem állandók. Amikor megváltozik a helyzet, amikor nem láthatjuk az illetőt, amikor már nincs részünk ebben az élvezetben, akkor elszomorodunk, ésszerűtlenül kezdünk viselkedni, kibillenünk az egyensúlyunkból, akár ostobaságokat is csinálunk. Ez a helyzet rossz, elégtelen vagy veszélyes aspektusa (*ádnava*). Ezt is a tapasztalat mutatja. Viszont

ha nem ragaszkodunk az illetőhöz, ha teljesen vágytalanok vagyunk, az a szabadság, a megszabadulás (*nisszarana*). Ez a három dolog az életben minden élvezetre igaz.

Világos tehát, hogy nem optimizmusról vagy pesszimizmusról van szó, hanem arról, hogy az élet örömeit és fájdalmait egyaránt észre kell vennünk, ahogy észre kell vennünk az ezektől való szabadságot is – ekkor értjük meg az életet teljesen és objektíven. Csakis ekkor lehetséges a valódi szabadság. A Buddha a következőket mondja:

„Bhikkhuk, ha egy remete vagy bráhmaņa nem érti meg ily módon, a valóságnak megfelelően azt, hogy az érzéki örömek élvezete élvezet, az érzéki örömek elégtelensége elégtelenség, és hogy az ezektől való szabadulás szabadulás, akkor nem lehetséges, hogy teljes mértékben megértse az érzéki örömek iránti vágyat, vagy hogy másvalakinek útmutatást adjon ehhez, vagy hogy az útmutatását követő személy teljes mértékben megértse az érzéki örömek iránti vágyat. De, bhikkhuk, ha egy remete vagy bráhmaņa ily módon, a valóságnak megfelelően érti meg azt, hogy az érzéki örömek élvezete élvezet, az érzéki örömek elégtelensége elégtelenség, és hogy az ezektől való szabadulás szabadulás, akkor lehetséges, hogy teljes mértékben megértse az érzéki örömek iránti vágyat, vagy hogy másvalakinek útmutatást adjon ehhez, vagy hogy az útmutatását követő személy teljes mértékben megértse az érzéki örömek iránti vágyat.”^{47}

A *dukkha* fogalmát háromféle szempontból vizsgálhatjuk: (1) a *dukkha* mint hétköznapi szenvedés (*dukkha-dukkha*), (2) a *dukkha* mint a változás okozta szenvedés (*viparináma-dukkha*) és (3) a *dukkha* mint a feltételekhez kötött állapot (*szankhára-dukkha*).^{48}

Az életben minden szenvedés – például a születés, az öregség, a betegség, a halál, az együttlét a kellemetlen személyekkel, a kellemetlen körülmények megtapasztalása, az elválás szeretteinktől és a kellemes körülményektől, ha nem tudjuk megszerezni azt, amit akarunk, a szomorúság, a siránkozás, a nyugtalanság –, vagyis az összes testi és tudati szenvedés, amelyet általában szenvedésnek tartanak, a *dukkha* mint hétköznapi szenvedés kategóriájába (*dukkha-dukkha*) tartozik.

A boldogság érzése, a boldogság mint körülmény nem állandó, nem tart örökké: előbb vagy utóbb megváltozik. És e változás

bekövetkezése szenvedéssel, kínnal, boldogtalansággal jár. Ezeket a viszontagságokat foglalja magában a változás okozta szenvedés (*viparináma-dukkha*).

A szenvedés (*dukkha*) fent említett két formáját könnyű megérteni; létezésüket senki sem tagadja. Az első nemes igazságnak ezt az aspektusát többen ismerik, mivel könnyebb megérteni: mindennapi életünk során mindannyian tapasztaljuk.

Azonban a *dukkha* mint feltételekhez kötött állapot (*szankhára-dukkha*) az első nemes igazság legfontosabb filozófiai aspektusa; megértéséhez elemző magyarázatot kell adnunk arra, hogy mi az, amit lénynek, egyénnek vagy ének nevezünk.

A buddhista filozófia szerint az, amit így nevezünk, nem több, mint folytonosan változó testi és tudati energiák kombinációja, amelyeket öt csoportba vagy halmazba csoportosíthatunk (*panycsakkhandha*). A Buddha azt mondja: „Röviden, szenvedés a ragaszkodás eme öt halmaza.”^{49} Máshol a *dukkhát* egyértelműen az öt halmazzal azonosítja: „Bhikkhuk! Mi a *dukkha*? Azt kell mondanunk, hogy a *dukkha* a ragaszkodás öt halmaza.”^{50} Ezen a ponton világosan meg kell értenünk, hogy a *dukkha* és az öt halmaz nem különbözik egymástól; az öt halmaz maga a *dukkha*. Jobban megértjük a kérdést, ha valamennyire belátjuk, hogy mit jelent ez az öt halmaz, amelyek az úgynevezett „lény”-t alkotják. Az alábbiakban ezt vizsgáljuk.

AZ ÖT HALMAZ

Az első halmaz az anyag (*rúpakkhandha*). Ez magában foglalja a hagyományos négy nagy elemet (*csattári mahábhútáni*), nevezetesen a szilárdságot, a folyékonyságot, a hőt és a mozgást, valamint a négy nagy elem származékait (*upádájarúpa*).^{51} Ilyen származék az öt érzékszerv, azaz a szem, a fül, az orr, a nyelv és a tapintás képessége, valamint ezek megfelelői a külső világban, vagyis a látható forma, a hang, a szag, az íz és a tapintható dolgok, valamint bizonyos gondolatok vagy elképzelések, amelyek a tudattárgyak (*dhammájatana*) körébe tartoznak.^{52} Az anyag halmaza tehát magában foglalja a teljes – külső és belső – anyagi világot.

A második az érzés halmaza (*védanákkhandha*). Ez a csoport foglalja magában minden érzésünket – legyen az kellemes, kellemetlen vagy semleges –, amelyet akkor tapasztalunk, amikor a külső világgal kapcsolatba kerülnek testi vagy tudati érzékszerveink. Hat fajtája van: az érzések, amelyeket a szem és a látható formák találkozása kelt, a fülé és a hangoké, az orr és a szagoké, a nyelv és az ízeké, a testé és a tapintható tárgyaké, valamint az elmeé (amely a buddhista filozófia szerint a hatodik képesség) és tudattárgyaké avagy gondolatoké, elképzeléseké.^{53}) Ez a csoport foglalja magában minden testi és tudati érzésünket.

Ezen a ponton hasznos lehet arról szólni, hogy a buddhista filozófiában mit értünk elme (*manasz*) alatt. Világosan kell látnunk, hogy az elme nem a szellem, mint az anyag ellentéte. Nem szabad megfeledkeznünk arról, hogy a legtöbb filozófiai és vallási rendszerrel szemben a buddhizmus szerint nincs szellem, amely ellentétes lenne az anyaggal. Az elme éppoly képesség vagy szerv (*indrija*), mint a szem vagy a fül. A többi képességhez hasonlóan uralható és fejleszthető; a Buddha gyakran említi, hogy a hat képesség uralása és fegyelmezése értékes dolog. A szem és az elme mint képességek között az a különbség, hogy míg az előbbi a színek és a látható formák világát tapasztalja, az utóbbi a gondolatokat és a tudattárgyakat. A világ különböző szeleteit különböző érzékekkel tapasztaljuk. Nem hallhatjuk a színeket, de láthatjuk őket. A hangokat pedig nem láthatjuk, de hallhatjuk. Tehát az öt fizikai érzékszervünkkel (a szemmel, füllel, orral, nyelvvel és testtel) csupán a látható formák, a hangok, a szagok, az ízek és a tapintható tárgyak világát tapasztaljuk. Azonban ez nem az egész világ, csupán annak egy szelete.

Mi a helyzet az elgondolásokkal, a gondolatokkal? Ezek is a világhoz tartoznak, de a szem, a fül, az orr, a nyelv és a test képességével nem érzékelhetők. Viszont van egy másik képesség, amely érzékeli őket: az elme. Mármost, az elgondolások és a gondolatok nem függetlenek az öt fizikai érzékszervi képesség által tapasztalt világtól. Éppenséggel a fizikai tapasztalatoktól függnék, azok függvényében léteznek. Ezért van az, hogy annak az embernek, aki vakon született, nem lehet fogalma a színekről, csakis a hangok vagy a más érzékszervei által tapasztalt egyéb dolgok

analógiája segítségével. A világ részét képező gondolatokat és elgondolásokat tehát a fizikai tapasztalatok hozzák létre és határozzák meg, és az elme fogja fel őket. Ezért az elmét (*manasz*) éppúgy érzékszervnek vagy képességnek (*indrija*) tekintik, mint a szemet vagy a fület.

A harmadik az észlelések halmaza (*szannyákkhandha*). Az érzésekhez hasonlóan az észlelések is hatfélék lehetnek: a hat belső képesség és az azoknak megfelelő hat érzéki tárgy szerint. Az érzésekhez hasonlóan a hat képesség és a külvilág érintkezése során jönnek létre. Az észlelés az, ami a testi és tudati tárgyakat felismeri.^{54}

A negyedik halmaz a késztetések halmaza (*szankhárakkhandha*).^{55} Ebbe a csoportba tartozik minden szándékos tett, jó és rossz egyaránt. Az, amit szanszkrit szóval általában *karmának* (páli: *kamma*) nevezünk, szintén ide tartozik. Ezen a ponton érdemes felidézni, hogy a Buddha hogyan határozta meg a *karmát*: „Bhikkhuk, a szándékot (*csétaná*) nevezem *karmának*. Az ember, ha megvan benne a szándék, testtel, beszéddel és tudattal cselekszik.”^{56} A szándék „tudati konstrukció, tudati tevékenység. Funkciója az, hogy a tudatot a jó, a rossz vagy a semleges cselekedetek köre felé irányítsa.”^{57} Az érzésekhez és az észlelésekhez hasonlóan a szándéknak is hat fajtája van: a hat belső képességnek és a nekik megfelelő, a külvilágban található hatféle (fizikai és tudati) tárgynak megfelelően.^{58} Az érzések és észlelések nem szándékos tettek. Nem váltanak ki karmikus következményeket. Kizárólag a szándékos cselekedetek járhatnak karmikus következményekkel mint például a figyelem (*manaszikára*), az akarat (*cshanda*), az elhatározás (*adhimokkha*), a bizalom (*szaddhá*), az összeszedettség (*szamádhi*), a bölcsesség (*panyyá*)t az erő (*virija*), a vágy (*rága*), az ellenérzés vagy a gyűlölet (*patigha*), a tudatlanság (*aviddzsá*), a gőg (*mána*), az énképzet (*szakkájaditthi*). Ötvenkét ilyen tudati tevékenység van; ezek alkotják a késztetések halmazát.

Az ötödik a tudatosság halmaza (*vinnyánakkhandha*).^{59} A tudatosság reakció vagy válaszadás, amelynek alapja a hat képesség (a szem, fül, orr, nyelv, test és elme) valamelyike, tárgya pedig a hat nekik megfelelő külső jelenség (látható forma, hang,

szag, íz, tapintható tárgy és tudattárgy, azaz gondolat vagy elgondolás) egyike. A látás-tudatosság (*csakkhu-vinnyána*) alapja például a szem, tárgya pedig a látható forma. Az elme-tudatosság (*manó-vinnyána*) alapja az elme (*manasz*), tárgya pedig a tudattárgy, vagyis elgondolás vagy gondolat (*dhamma*). A tudatosság tehát más képességekkel áll kapcsolatban. A tudatosság – az érzéshez, az észleléshez és a szándékhoz hasonlóan – szintén hatféle lehet, a hat belső tudatosságnak és a hat külső tárgynak megfelelően.^{60}

Világosan kell látnunk, hogy a tudatosság nem ismeri fel a tárgyat. Ez az, amikor az ember tudatában van valaminek: tudatában van egy tárgy jelenlétének. Amikor a szem találkozik egy színnel, mondjuk a kézzel, akkor megjelenik a szem-tudatosság: ez azt jelenti, hogy tudatában vagyunk a szín jelenlétének. Ebben a szakaszban még nincs jelen a felismerés. Az észlelés (a fentebb tárgyalt harmadik halmaz) az, ami felismeri, hogy kék. A látás-tudatosság filozófiai kifejezés, amely ugyanazt a fogalmat jelöli, mint a hétköznapi látás szó. A látás még nem jelent felismerést is, és ugyanez vonatkozik a tudatosság egyéb formáira is.

Ezen a ponton meg kell említenünk, hogy a buddhista filozófia szerint nincs olyan állandó, változatlan szellem, amelyet ének, léleknek vagy egonak nevezhetnénk és az anyag ellentétpárjának tekinthetnénk, és hogy a tudatosságot (*vinnyána*) nem szabad az anyaggal ellentétben álló szellemnek tekinteni. Ezt különösen hangsúlyozni kell, mert a legkorábbi időktől kezdve egészen a mai napig tartja magát a téves elképzelés, miszerint a tudatosság nem más, mint az én vagy a lélek, amely az élet során folytonos, állandó szubsztanciaként van jelen.

A Buddha egyik tanítványa, akit Szátinak neveztek, úgy vélte, hogy a Mester tanítása a következő: „éppen ez a tudatosság az, amely átvándorol és kóborol.” A Buddha megkérdezte tőle, hogy mit ért tudatosság alatt. Száti klasszikus választ adott a kérdésre:

– Tudatosság az, ami a jó és rossz tettek következményeit itt és ott megtapasztalja.

– Te ostoba – válaszolta a Mester –, hallottad-e valaha, hogy így fejtetem ki a Tant? Vajon nem magyaráztam-e el sokféleképpen, hogy a tudatosság feltételek hatására jelenik meg, s hogy feltételek nélkül nem jelenik meg a tudatosság?

Akkor a Buddha tovább részletezte a tudatosságot:

– A tudatosság azon feltétel alapján kapja nevét, melynek révén megjelenik: ha a tudatosság a szem és a látható formák révén kel fel, akkor szem-tudatosságnak nevezik; ha a fül és a hangok révén, akkor fül-tudatosságnak; ha az orr és a szagok révén, akkor orr-tudatosságnak; ha a nyelv és az ízek révén, akkor nyelv-tudatosságnak; ha a test és a tapintható tárgyak révén, akkor test-tudatosságnak; ha az elme és a tudattárgyak (elgondolások és gondolatok) révén, akkor elme-tudatosságnak.

A Buddha a következőképpen szemléltette ezt a gondolatot: a tüzet aszerint nevezik el, hogy mi táplálja. Ha fa táplálja, akkor fa-tűz. Ha szalma táplálja, akkor szalma-tűz. Ugyanígy, a tudatosság is azon feltétel alapján kapja a nevét, amelynek függvényében megjelenik.^{61}

Ezzel kapcsolatban Buddhaghósa, a kiváló kommentáríró hozzáteszi: „A tűz, amelyet fa táplál, csak akkor ég, ha van tüzelőanyag, de amint a tüzelőanyag elfogy, ott helyben kialszik, mivel ebben az esetben a feltétel megváltozott, ám a tűz nem lép át a forgácsra, stb., és nem lesz forgács-tűz és így tovább. Ugyanígy a tudatosság, amely a szemnek és a látható formáknak köszönhetően jelenik meg abban az érzékszervi kapuban (azaz a szemben), és amely csak akkor van jelen, ha jelen van a szem, a látható formák, a fény és a figyelem mint feltétel, de megszűnik akkor és ott, amikor e feltételek már nincsenek jelen, mivel megváltoztak, – ez a tudatosság nem lép tovább a fülre meg a többire, és nem lesz belőle fültudatosság vagy egyéb tudatosság...”^{62}

A Buddha egyértelműen kijelentette, hogy a tudatosság az anyagtól, az érzéstől, az észleléstől és a késztetésektől függ, és hogy ezektől függetlenül nem létezhet. A következőket mondja:

„A tudatosság létezhet úgy, hogy eszköze az anyag (*rúpupájam*), hogy tárgya az anyag (*rúpárammanam*), hogy támasza az anyag (*rúpapatittham*), és örömet keresve növekedhet, gyarapodhat és fejlődhet; a tudatosság létezhet úgy, hogy eszköze az érzés... vagy eszköze az észlelés... vagy eszköze a késztetés, tárgya a késztetés, támasza a késztetés, és örömet keresve növekedhet, gyarapodhat és fejlődhet.

Ha valaki azt mondaná: megmutatom az anyagtól, érzéstől, észleléstől és késztetéstől független tudatosság jövését, menését, elmúlását, megjelenését, növekedését, gyarapodását és fejlődését, akkor olyasmiről beszélne, ami nem létezik.”^{63}

Röviden ez az öt halmaz. A „lény”, az „egyen” vagy az „én” csupán alkalmas nevek, amelyekkel az öt csoport kombinációját jelöljük. Mind mulandók, folyamatosan változnak. „Ami múlandó, az *dukkha*” (*jad aniccsam tam dukkham*). Valójában ezt jelentik a Buddha szavai, miszerint „röviden, *dukkha* a ragaszkodás öt halmaza” Az öt halmaz még két egymást követő pillanatban sem ugyanaz. Ebben az esetben az „A” nem azonos „A”-val. A halmazok a pillanatról pillanatra történő keletkezés és elmúlás folyamatos áramlásában léteznek.

„Bráhmána, olyan ez, mint a hegyi folyó: gyorsan folyik tova, mindent magával sodor, és nincs olyan perc, nincs olyan pillanat, hogy megállna a folyása; csak halad tovább. Bráhmána, ilyen az emberi élet is: hegyi folyóhoz hasonló.”^{64} Ahogy a Buddha Ratthapálának mondta: „a világ folytonos áramlásban van és múlandó.”^{65}

Az egyik dolog eltűnik, s ezzel meghatározza a következő megjelenését az okok és okozatok sorozatában. Nincs bennük változatlan lényegiség. Semmi sincs bennük, amit állandó ének (*átman*)y személyiségnek mondhatnánk, vagy bármi olyasminnek tekinthetnénk, amit valóban „én”-nek nevezhetünk. Abban mindenki egyetért, hogy sem az anyagot, sem az érzést, sem az észlelést, sem a tudati tevékenységeket, sem a tudatosságot nem nevezhetjük valójában ének.^{66} De amikor az öt fizikai és tudati, egymástól kölcsönösen függő halmaz egymással összefüggésben, pszichofiziológiai gépezetként^{67} működik együtt, akkor az a benyomásunk, hogy létezik én. Ez azonban téves elgondolás, egy késztetés, amely nem más, mint a negyedik halmazt kitevő, fent említett 52 késztetés egyike: az énképzet (*szakkája-ditthi*).

Az öt halmaz együttese, amelyet általában lénynek nevezünk, nem más, mint *dukkha* (*szankhára-dukkha*). Az öt halmaz mögött nem áll semmiféle lény vagy én, aki megtapasztalná a *dukkhát*. Ahogy Buddhaghósa mondja:

„Csak szenvedés van, de nem található a szenvedő.
Vannak tettek, de nem található a cselekvő.”^{68}

A mozgás mögött nem áll mozdulatlan mozgató; csak mozgás van. Nem az élet mozog, az élet maga a mozgás; az élet és a mozgás nem különböznek. Más szóval, a gondolat mögött nincs gondolkodó személy; a gondolat maga a gondolkodó. Ha elveszük a gondolatot, nem találjuk a gondolkodót. Itt azt láthatjuk, hogy a buddhista nézet homlokegyenest ellentétben áll a kartéziánus „*cogito ergo sum*”-mal, vagyis az elgondolással, miszerint „gondolkodom, tehát vagyok.”

Felmerülhet a kérdés, hogy az életnek van-e kezdete. A Buddha tanításai szerint gondolattal nem tudjuk felmérni az élőlények életfolyamának kezdetét. Az, aki hiszi, hogy az életet Isten teremtette, meglepődhet ezen a válaszon. De ha feltesszük neki a kérdést, hogy Isten léte mikor kezdődött, akkor habozás nélkül azt válaszolja, hogy Isten létének nincs kezdete, és ezt a választ nem tartja meglepőnek. A Buddha azt mondja: „Bhikkhuk, a folytonosság e köre (*szamszára*) látható vég nélkül való; ugyanígy nem észlelhető, hogy mikor kezdődött a tudatlanságba (*aviddzsá*) süllyedt, vágyaktól (*szomj, tanhá*) leigázott lények kóborlása, vándorlása.”^{69} Később a Buddha ezt mondja a tudatlanságról, vagyis a létezés körforgásának fő okáról: „a tudatlanság (*aviddzsá*) kezdetét nem lehet úgy érzékelni, hogy azt állíthatnánk: egy bizonyos pont előtt nem volt tudatlanság.”^{70} Nem lehet tehát azt mondani, hogy egy bizonyos pont előtt nem volt élet.

Röviden ezt jelenti a *dukkha* nemes igazsága. Rendkívül fontos, hogy világosan megértsük ezt az igazságot, mivel, ahogy a Buddha mondja, „az, aki látja a *dukkhát*, látja a *dukkha* keletkezését is, látja a *dukkha* megszűnését is, valamint látja a *dukkha* megszűnéséhez vezető utat.”^{71}

Egy buddhista ettől nem lesz lehangolt vagy rosszkedvű, ahogy azt sokan tévesen hiszik. Épp ellenkezőleg: az igazi buddhista a legboldogabb lények egyike. Nincs benne félelem vagy aggodalom. Mindig nyugodt és derűs, nem zaklatják fel a változások és a problémák, mert úgy látja a dolgokat, ahogyan azok vannak. A Buddha nem volt melankolikus vagy lehangolt, kortársai leírása szerint „mindig mosolygott” (*mihitapubbangama*). A buddhista képeken és szobrokon minden esetben boldog, nyugodt, elégedett

és együttérző arckifejezéssel ábrázolják, arcán nyoma sincs szenvedésnek vagy fájdalomnak.^{72} A buddhista művészet és építészet, a buddhista templomok sosem nyújtanak lehangoló vagy szomorú benyomást, hanem nyugodt és derűs örömet sugároznak.

Jóllehet az életben van szenvedés, a buddhista ember nem szomorkodik miatta, nem is dühöng és nem türelmetlenkedik. A buddhizmus szerint az egyik legsúlyosabb rossz az ellenérzés vagy gyűlölet. Az ellenérzés (*patigha*) a magyarázat szerint „az élőlényekkel, a szenvedéssel és a szenvedéssel kapcsolatos dolgokkal szembeni rosszindulat. Funkciója szerint a boldogtalan tudatállapotok és a helytelen viselkedés alapjául szolgál.”^{73} Ezért nem helyes türelmetlenül fogadni a szenvedést. A türelmetlenség vagy a harag nem szünteti meg a szenvedést; épp ellenkezőleg, csak súlyosbítja a problémákat, csak ront a már amúgy is kellemetlen helyzeten. Nem haragra és türelmetlenségre van szükségünk, hanem arra, hogy megértsük a szenvedést, azt, hogy hogyan keletkezik és hogyan lehet véget vetni neki – aztán eszerint tevékenykedni, türelmesen, intelligensen, elszántan és energikusan.

Van két régi buddhista szöveg, a *Thérágáthá* és a *Thérígáthá*, amelyek többek között a Buddha férfi és női tanítványainak örömteli kijelentéseit tartalmazzák. Ezek az emberek a Buddha tanításai segítségével találták meg a békét és a boldogságot. Kószala királya egyszer azt mondta a Buddhának, hogy sok más vallási rendszerrel ellentétben (amelyek követői elkínzottak, durva külsejűek, sápadtak, ösztövérek és visszataszítóak), a Buddha tanítványai „boldogok és elégedettek (*hattha-pahattha*), lelkesültek (*udaggudagga*), élvezik a szellemi életet (*abhiratarúpa*), érzékeik nyugodtak (*pínitindrija*), nyugodtan élnek (*apposszukka*), derűsek (*pannalóma*), békések (*paradavutta*) és elméjük gazelláéhoz hasonló (*migabhúténa csétaszá*), vagyis szívük könnyed.” A király még hozzátette, hogy véleménye szerint ez az egészséges alkat annak tudható be, hogy „ezek a tiszteletreméltók bizonyára megértették a Magasztos tanításának mélységes jelentését.”^{74}

A buddhizmus éppen hogy szembehelyezkedik a melankolikus, szomorú, önostorozó és nyomott tudatállapottal; sőt, ezt a tudatállapotot az igazság megértése akadályának tekinti. Emellett pedig érdekes szem előtt tartani, hogy az öröm (*piti*) a hét

boddzshanga, azaz megvilágosodási tényező egyike, tehát olyan alapvető minőség, amely a nirvána megvalósításához szükséges. [\[75\]](#)

A második nemes igazság

Definíció • A négy táplálék • A szenvedés és a szamszára gyökérok • A keletkezés és a megszűnés természete • Karma és újraszületés • Mi a halál? • Mi az újraszületés?

Szamudaja: A DUKKHA KELETKEZÉSE

A második nemes igazság a *dukkha* keletkezése vagy eredete (*dukkhaszamudaja-arijaszaccsa*). A második nemes igazság legjobban ismert definícióját számos eredeti szöveg megadja:

„Ez a szomj (sóvárgás, *tanhá*) az, ami az újonnan létezőt és újra-létesülést (*pónóbhaviká*) okozza. Szenvedélyes mohóság kíséri (*nandirágaszahagatá*), hol itt, hol ott talál új örömet (*tatratatrábhindandiní*), nevezetesen: (1) sóvárgás az érzéki örömökre (*káma-tanhá*), (2) sóvárgás a létezésre és a létesítésre (*bhava-tanhá*), és (3) sóvárgás a nemlétezésre (az önmegsemmisítésre, *vihhava-tanhá*).^{76}

E sokféle formában megjelenő „szomj”, vágyakozás, mohóság vagy sóvárgás okozza az összes szenvedést, ez a szamszára oka. A szomj azonban nem tekinthető első oknak, hiszen első ok nincs, lévén hogy a buddhizmus szerint minden relatív és minden jelenség kölcsönösen függ egymástól. Ez a szomj (*tanhá*), amely a *dukkha* okának vagy eredetének tekintendő, szintén valami mástól függően keletkezik (*szamudaja*): az érzés (*védaná*) függvényében,^{77} az érzés pedig az érintkezés (*phassza*) függvényében keletkezik, és így tovább: ez a függő keletkezésnek (*paticca szammuppáda*) nevezett kör, amelyet a későbbiekben tárgyalunk.^{78}

Tehát a *tanhá*, a szomj, a *dukkha* felkelésének nem az első vagy egyetlen oka, azonban a legkézzelfoghatóbb és legközvetlenebb oka: „az elsődleges dolog, a mindent átható dolog”.^{79} Ezért bizonyos páli szöveghelyeken a *szamudaja*, vagyis a *dukkha* eredetének definiálásakor – a *tanhá* mellett, amely mindig elsődleges szerepet játszik – említést tesznek más

szennyeződésekről is (*kilészá, szászává dhamma*).^{80} Ezen a ponton csak érintjük a kérdést: elegendő azt észben tartanunk, hogy a sóvárgás középpontjában a nemtudásból fakadó hamis énképzet áll.

Ebben az esetben a vágyakozás nem csupán érzékszervi örömhöz, gazdagsághoz és hatalomhoz való ragaszkodást és az ezekre irányuló vágyat jelenti, hanem elképzelésekhez és eszmékhez, nézetekhez, véleményekhez, elméletekhez, elgondolásokhoz és hiedelmekhez való ragaszkodást és az ezekre irányuló vágyat is (*dhammatanhá*).^{81} A Buddha elemzése szerint a világon minden probléma és baj – az apró-cseprő családi vitáktól kezdve az országok és nemzetek közötti nagy háborúig – ebből az önző vágyakozásból ered.^{82} Ebből a szempontból nézve minden gazdasági, politikai és társadalmi probléma ebben a vágyakozásban gyökerezik. Azok a befolyásos államférfiak, akik nemzetközi problémákat próbálnak elsimítani, és háborúról és békéről beszélnek, de pusztán gazdasági és politikai értelemben, csak a felszínt kapargatják, és nem néznek a probléma mélyére, nem keresik a baj valódi okát. Ahogy a Buddha Ratthapálának mondta: „a világ sóvárog, és a vágy rabszolgája (*tanhádászó*)”,^{83}

Azt mindenki elismeri, hogy a világon minden problémát az önző vágyakozás okoz – ezt nem nehéz belátni. Azt azonban már nehezebb megérteni, hogy ez a vágy, ez a szomj hogyan vezethet újraszületéshez és újralétesüléshez (*pónóbhaviká*). Ezen a ponton kell alaposabban megtárgyalnunk a második nemes igazság mélyebb filozófiai aspektusát, amely egyébként megfelel az első nemes igazság filozófiai nézőpontjának. Ehhez pedig bizonyos mértékben meg kell értenünk a karma és az újraszíületés elméletét.

Négy olyan „táplálék” (*áhára*, azaz ok vagy feltétel) van, amely szükséges a létezéshez és a folytonossághoz: (1) közönséges anyagi étel (*kabalinkárahára*), (2) az érzékszervek (beleértve a tudatot is) érintkezése a külvilággal (*phasszáhára*), (3) tudatosság (*vinnyánáhara*), és (4) tudati készletés vagy akarat (*manószanyocsétanáhára*).^{84}

A négy közül az utolsó a készletés, ami nem más, mint az életre, a létezésre, az újonnan létezésre, folytatódásra irányuló vágy: arra, hogy újra meg újra legyünk.^{85} Ez hozza létre a létezés és a

folytonosság gyökerét, és a jó és rossz tettek (*kuszalákuszalakamma*) révén törekszik előre.^{86} Azonos a szándékkal (*csétaná*).^{87} Fentebb láttuk,^{88} a Buddha maga definiálta úgy, hogy a szándék a *karma*. A most említett késztetéssel kapcsolatban a Buddha azt mondja: „amikor az ember megismeri, hogy mi táplálja a késztetést, megérti a vágyakozás (*tanhá*) három formáját.”^{89} A „vágy“, a „késztetés“ a „tudati késztetés“ és a „*karma*” kifejezések tehát ugyanazt jelölik: a vágyat az életre, hogy újra meg újra létrejyjünk, növekedjünk és fölhalmozzunk. Ez a *dukkha* megjelenésének oka, és a tudati késztetések halmazához tartozik, amely halmaz a lényt alkotó öt halmaz egyike.^{90}

Ez a Buddha tanításának egyik legfontosabb és leglényegesebb pontja. Ezért világosan és alaposan meg kell értenünk és észben kell tartanunk, hogy a *dukkha* megjelenésének oka vagy csírája magában a *dukkhábán* található és nem azon kívül. Arról sem szabad megfeledkeznünk, hogy a *dukkha* megszűnésének oka vagy csírája szintén magában a *dukkhábán* található, és nem azon kívül. Ezt jelenti a következő, páli nyelvű szövegekben található jól ismert kijelentés: „*Jam kinycsi szamudajadhammam szabbam tani niródhadhammam*”. „Aminek természete a megjelenés, annak természete a megszűnés is.”^{91} Abban a lényben, dologban vagy rendszerben, amelyben megvan a keletkezés természete – vagyis az a természete, hogy létrejön –, megvan saját megszűnésének avagy pusztulásának természete avagy csírája is. Így a *dukkha* (az öt halmaz) magában foglalja saját keletkezésének természetét és saját megszűnésének természetét is. Erre a harmadik nemes igazság, a *niródha* tárgyalásakor még kitérünk.

A páli *kamma* (szanszkrit: *karma*) szó a *kri* (tenni) gyökből ered, és annyit jelent: tett, cselekvés. Azonban a buddhista gondolkodásban a karmának szűkebb jelentése van: csak szándékos tettet jelöl, nem minden tettet, és nem is a tettek következményét, ahogyan sokan helytelenül értelmezik és pongyola módon használják. A buddhista terminológiában a karma nem jelöli a karma következményét; ezt a karma gyümölcsének vagy eredményének nevezik (*kamma-phala* vagy *kamma-vipáka*).

A szándék lehet relatíve jó vagy rossz, ahogy a vágy is, tehát a karma is lehet relatíve jó vagy rossz. A jó (*kuszala*) karma jó

következményekhez vezet, a rossz (*akusza*) karma pedig rossz következményekhez. A vágyakozásnak, a szándéknak, a karmának – függetlenül attól, hogy jó vagy rossz – egyfajta erőhatás a következménye: erőhatás, amelynek eredményeként jó vagy rossz irányban halad tovább. Függetlenül attól, hogy jó vagy rossz, mindenképpen relatív, és a folytonosság körén (*szamszára*) belül van. Az arahant, jóllehet cselekszik, nem halmoz fel karmát, mivel nincs meg benne az énre vonatkozó hamis elképzelés, nincs meg benne a folytonosságra és a létesülésre irányuló vágy, és mentes minden más szennyeződéstől és tisztátalanságtól is (*kilésza, szászava dhamma*). Számára nincs újraszületés.

A karma elméletét nem szabad összekeverni az úgynevezett erkölcsi igazságszolgáltatással, vagy a jutalommal és büntetéssel. Az erkölcsi igazságszolgáltatás – a jutalom és büntetés mint elgondolás – alapja az az elképzelés, hogy van egy legfelsőbb lény, egy Isten, aki ítélkezik, törvényt szab, és eldönti, hogy mi jó és rossz. Az „igazság” szó pedig kétértelmű és veszélyes: az igazság nevében sokkal többet szenvedett az emberiség, mint amennyi haszna volt belőle. A karma elmélete az ok-okozat, a hatás-ellenhatás törvényszerűségén alapuló elmélet: természeti törvény, amelynek semmi köze igazságszolgáltatáshoz, jutalmazáshoz vagy büntetéshez. Minden szándékos tett következménnyel jár. Ha egy jó tett jó következményekkel jár, a rossz tett pedig rossz következményekkel, akkor az nem igazságszolgáltatás, jutalom vagy büntetés, amelyet egy olyan személy vagy erő szab ránk, amely ítéltetteink fölött, hanem olyasvalami, ami a saját természete szerint, saját törvényszerűségei alapján működik. Ezt könnyű belátni. Azt viszont már nehezebb megérteni, hogy a karma elmélete szerint a szándékos tett következményei a halál utáni életben is megmutatkozhatnak. Ezen a ponton ki kell térnünk arra, hogy a buddhizmus szerint mi a halál.

Láttuk korábban, hogy egy lény nem más, mint fizikai és mentális energiák vagy erők kombinációja. Amit halálnak nevezünk, az a fizikai test teljes működésképtelensége. De vajon minden erő és energia megszűnik létezni akkor, amikor a test már nem funkcionál tovább? A buddhizmus erre a kérdésre nemmel válaszol. A szándék, az akarat, a vágy, a létezés és az újra meg újra létesülés iránti szomj

olyan hatalmas erő, amely egész életeket, teljes egzisztenciákat mozgat meg: az egész világot ez mozgatja. Ez a világon a legnagyobb erő, a legnagyobb energia. A buddhizmus szerint ez az erő nem szűnik meg a halállal, azaz akkor, amikor a test már nem funkcionál tovább, hanem más formában nyilvánul meg, és kiváltja az újabb létezést, amit újraszületésnek nevezünk.

Ezen a ponton felmerül egy újabb kérdés. Ha nincs állandó, változatlan entitás vagy lényeg (én vagy lélek, azaz *átman*), akkor mi az, ami a halál után létezni tud, vagy újra tud születni? Mielőtt a halál utáni élet kérdését tárgyalnánk, gondoljuk végig, hogy mi az élet és hogyan folyik most. Ahogy már többször elmondtuk, az, amit életnek nevezünk, nem más, mint az öt halmaz – vagyis fizikai és mentális erők – kombinációja. Ezek a halmazok folytonosan változásban vannak, egyetlen pillanatig sem maradnak ugyanazok: pillanatról pillanatra létrejönnek és elpusztulnak. „Bhikkhu, amikor a halmazok létrejönnek, hanyatlanak és elpusztulnak, minden pillanatban létrejössz, hanyatlasz és elpusztulsz te is.”^[92] Ez azt jelenti, hogy ebben az életben is minden pillanatban megszületünk és meghalunk, de mégis folytatódik a létünk. Ha azt meg tudjuk érteni, hogy ebben az életben lehetséges az, hogy létünk folytatódik anélkül, hogy létezne egyfajta állandó, változatlan lényegiség, lélek vagy én, akkor miért ne érthetnénk meg, hogy ezek az erők a test funkcióinak megszűnése után is tovább létezhetnek anélkül, hogy lenne én vagy lélek?

Amikor ez a fizikai test már nem tud funkcionálni, az energiák nem pusztulnak el vele együtt, hanem más formát öltenek – ezt nevezzük következő életnek. A kisgyereknél a fizikai, mentális és intellektuális képességek még gyengék és éretlenek, de ott van bennük a lehetőség, amelyből kialakul a felnőtt ember. A fizikai és mentális energiák, amelyek az úgynevezett lényt alkotják, képesek új formát ölteni, fokozatosan gyarapodni és kiteljesedni.

Mivel nincs állandó, változatlan lényegiség, semmi sem lép tovább az egyik pillanatról a másikra. Az is nyilvánvaló tehát, hogy semmi olyan állandó vagy változatlan dolog sincs, amely az egyik életből a másikba léphetne tovább. A folyamat töretlenül folytatódik, de minden pillanatban változik. A folyamat pedig nem más, mint mozgás. Olyan ez, mint az egész éjszakán keresztül égő láng: a

hajnali láng nem ugyanaz, mint az éjféle, de nem is különbözik attól. A kisgyerek felnő, majd hatvanéves ember lesz. Bizonyos, hogy a gyermek nem azonos a hatvanéves emberrel, de nem is másik személy. Ugyanígy, az a személy, aki itt meghal és máshol újraszületik, nem ugyanaz a személy, és nem is más (*na csa szó na csa annyó*), hanem ugyanazon folyamat folytonossága. A halál és a születés közötti különbség csak egy gondolat-pillanat: ezen élet utolsó gondolat-pillanata meghatározza, kondicionálja az úgynevezett következő élet első gondolat-pillanatát; a következő élet tulajdonképpen ugyanazon sorozat folytatódása. A buddhista gondolkodás szerint tehát a halál utáni élet kérdése nem valami nagy titok, és a buddhisták nem is aggódnak miatta.

Amíg van bennünk vágy arra, hogy létezzünk és létesüljünk, a folytonosság köre (*szamszára*) nem szakad meg. Ez csak akkor történik meg, amikor megszűnik hajtóereje, a vágyakozás – amikor a vágyakozásnak véget vet a bölcsesség, amely látja a valóságot, az igazságot, a nirvánát.

A harmadik nemes igazság

Mi a nirvána? • A nyelv és az abszolút igazság • A nirvána definíciói • A nirvána nem negatív • A nirvána mint az abszolút igazság • Mi az abszolút igazság? • Az igazság nem negatív • A nirvána és a szamszára • A nirvána nem eredmény • Mi van a nirvána után? • Pontatlan kifejezések • Mi történik az arahanttal a halál után? • Ha nincs én, ki éri el a nirvánát? • Nirvána ebben az életben

Niródha: A dukkha MEGSZŪNÉSE

A harmadik nemes igazság az, hogy a szenvedéstől, a *dukkha* folytonosságától meg lehet szabadulni. Ez a *dukkha* megszűnésének nemes igazsága (*dukkhaniródha-arijaszaccsa*); ez a megszűnés a *nibbána*, ismertebb, szanszkrit nevén a *nirvána*.

Ahhoz, hogy a szenvedés megszűnjék, teljesen el kell távolítanunk a *dukkha* fő gyökerét, azaz a vágyakozást, a szomjat (*tanhá*), amelyről korábban beszéltünk. A nirvánát ezért úgy is nevezik: *tanhakkhaja*, „a vágyakozás megszűnése”

Ezen a ponton felmerül a kérdés: mi a nirvána? Ennek az igen természetes és egyszerű kérdésnek megválaszolására köteteket írtak; egyre többet és többet, és ezzel, ahelyett, hogy rávilágítottak volna a kérdésre, még inkább megzavarták az olvasókat. Az egyetlen értelmes válasz az, hogy a kérdés szavakkal nem válaszolható meg teljes mértékben és kielégítően, mivel az emberi nyelv túlságosan szegényes ahhoz, hogy kifejezze az abszolút igazság, a végső valóság, azaz a nirvána természetét.^{93} A nyelvet az emberek azért hozták létre és azért használják, hogy kifejezhessenek olyan dolgokat és fogalmakat, amelyeket érzékszerveikkel tapasztalnak. Az olyan transzcendens tapasztalás, mint például az abszolút igazság, nem tartozik ebbe a kategóriába; ez a tapasztalat tehát nem foglalható szavakba, ahogy például a

halaknak sincs szavuk arra, hogy milyen a szárazföld. Van egy példázat, amely szerint a teknősbéka kimászik a partra, majd visszatér a tóba, és elmondja barátjának, a halnak, hogy nemrég a szárazföldön sétált. Úgy érted, úsztál? – kérdezi a hal. A teknős megpróbálja elmagyarázni, hogy a földön nem lehet úszni, mivel szilárd és éppenséggel járnak rajta. De a hal csak erősködik, hogy ilyen dolog nincs, hogy a föld szükségszerűen folyékony, mint a tó, hullámzik, és lehet benne úszkálni.

A szavak jelképek, amelyek a számunkra ismert dolgokat és fogalmakat szimbolizálják, de még a hétköznapi dolgok valódi természetét sem fejezik ki, és nem is fejezhetik ki. Ami pedig az igazság megértését illeti, a nyelv csalóka és félrevezető. A *Lankávatára-szútra* ezért mondja, hogy a tudatlan ember úgy ragad bele a szavakba, mint az elefánt a sárba.^{94}

Mindazonáltal szükségünk van a nyelvre. De ha a nirvánát pozitív terminusokkal, állításokkal íránk le, akkor valószínűleg azonnal elkezdenénk ragaszkodni egy, az adott kifejezésekkel kapcsolatos elgondoláshoz. Ezek pedig távol vannak az igazságtól. A nirvánáról ezért általában tagadó kifejezésekkel beszélnek^{95} – ez talán kevésbé veszélyes: *tanhakkhaja* (a szomj megszűnése), *aszankhata* (nem összetett, feltételekhez nem kötött), *virága* (a vágyakozás hiánya), *niródha* (megszűnés).

Az alábbiakban tekintsük át a nirvána néhány leírását és definícióját az eredeti páli szövegek alapján.

„Éppen ennek a szomjnak (*tanhá*) teljes megszűnése, feladása, elhagyása, az attól való szabadulás, elválás.”^{96}

„Minden feltételekhez kötött dolog lecsendesítése, minden szennyeződés elhagyása, a szomj elmúlása, a vágytalanság, a megszűnés, a nibbána”^{97}

„Bhikkhuk, mi az abszolút (*aszankhata*, feltételekhez nem kötött)? Bhikkhuk, a vágy megszűnése (*rágakkhajó*), a gyűlölet megszűnése (*dószakkhajó*), a tévképzetek megszűnése (*tnóhakkhajó*). Szerzetesek, ezt nevezik az abszolútnak.”^{98}

„Rádlia, a szomj megszűnése (*tanhakkhajó*) a nibbána.”^{99}

„Bhikkhuk, minden, feltételhez kötött vagy feltételhez nem kötött dolog között a vágytalanság (*virága*) a legkiválóbb. Ez az önhiittségtől mentesség, a szomj^{100} vége, a ragaszkodás teljes

eltávolítása, a folytonosság elmetszése, a szomj (*tanhá*) elmúlása, a vágytalanság, a megszűnés, a nibbána.”^{101}

Amikor egy *paribbádzsaka* (szanszkrit: *parivrádzsaka*) megkérdezte Száriputtától, a Buddha egyik fő tanítványától, hogy mi a nibbána, Száriputta olyan meghatározást közölt, amely azonos az *aszankhata* azon definíciójával, amelyet a Buddha adott (lásd fent): „a vágy megszűnése, a gyűlölet megszűnése, a tévképzetek megszűnése.”^{102}

„A ragaszkodás öt halmaza iránti vágyakozás és sóvárgás megszűnése: ez a *didkkha* megszűnése.”^{103}

„A szamszárikus létesülés megszűnése (*bhavaniródha*) a nibbána”^{104}

A Buddha a nibbánáról ezt is mondja:

„Bhikkhuk, van az, ami nem keletkezett, létre nem jött és feltételekhez nem kötött. Ha nem lenne az, ami nem keletkezett, létre nem jött és feltételekhez nem kötött, akkor nem lenne menekvés attól, ami keletkezett, létrejött és feltételekhez kötött. Ám mivel van az, ami nem keletkezett, létre nem jött és feltételekhez nem kötött, van menekvés attól, ami keletkezett, létrejött és feltételekhez kötött.”^{105}

„Itt a négy elemnek – a szilárdságnak, folyékonyságnak, hőnek és mozgásnak – nincs helye; a hosszúság és szélesség, a finom és durva, a negatív és pozitív, a név és forma mind megszűnik; ott nincs sem ez a világ, sem a másik, nincs jövés, menés, állás; nincs sem születés, sem halál, sem érzéktárgyak.”^{106}

Mivel ezek a megfogalmazások a nibbánát negatív, tagadó terminusokkal írják körül, sokaknak az a téves elképzelése, hogy a nibbána negatív jelenség, és az önmegsemmisítést, az én megsemmisülését jelöli. A nibbána azonban semmiképpen sem lehet az én megsemmisülése, hiszen nincs én, ami megsemmisülhetne. Ha valami megsemmisül, az az én illúziója, tévképzete.

Nem helyes azt mondani, hogy a nibbána negatív vagy pozitív. A negatív és a pozitív relatív fogalmak, és a kettősség világhoz tartoznak. Ezek a kifejezések nem vonatkoztathatók a nibbánára, az abszolút igazságra, amely túl van a kettősségen és a relativitáson.

A negatív, vagyis tagadó kifejezés nem feltétlenül jelenti azt, hogy az általa jelölt állapot is negatív. Az „egészség”-et jelentő szanszkrit *árógya* és pali *áróga* egyaránt negatív kifejezés, amelynek szó szerinti jelentése: „a betegség hiánya”. Ennek ellenére az *áróga* mint állapot korántsem negatív. A „halhatatlan” (szanszkrit: *amrita*, páli: *amata*) – a nibbána egyik szinonimája – szintén negatív kifejezés, de nem negatív állapotot jelöl. A negatív értékek tagadása nem negatív. A nirvána egyik jól ismert szinonimája a szabadság (páli: *mutti*, szanszkrit: *mukti*). Senki nem gondolja úgy, hogy a szabadság negatív dolog. Pedig a szabadságnak is van egy negatív, tagadással kapcsolatos aspektusa: a szabadság minden esetben megszabadulás valamitől, ami gátol, rossz, negatív. A szabadság maga azonban nem negatív dolog. A nirvána, a *mutti* vagy *vimutti*, az abszolút szabadság tehát szabadság minden rossztól, szabadság a sóvárgástól, a gyűlölettől és a tudatlanságtól, szabadság mindattól, ami a kettősséghez, a relativitáshoz, az időhöz és a térhez köthető.

A *Maddzshima-nikájában* található *Dhátuvihhanga-szutta*^{107} segítségével némileg megérthetjük a nirvánát mint abszolút igazságot. Ezt a rendkívül fontos tanítást a Buddha a már említett Pukkuszátinak adta, akiről ott, a fazekas fészkerében, úgy látta, hogy értelmes és törekvő ember. A *szutta* vonatkozó részei a következőképpen foglalhatók össze:

Az ember hat elemből áll: szilárdságból, folyékonyságból, hőből, mozgásból, térből és tudatosságból. Ezeket vizsgálva úgy találja, hogy közülük egyik sem „enyém”, „én” vagy „az én énem”. Megérti, hogy a tudatosság, valamint a kellemes, a kellemetlen és a semleges érzetek hogyan tűnnek fel és tűnnek el. A tudás következtében tudata megszabadul a ragaszkodástól. Ekkor az ember megtalálja magában a tiszta egykedvűséget (*upekkhd*) amelyet aztán bármely magasrendű szellemi állapot elérésére irányíthat, és tudja, hogy ez a tiszta egykedvűség hosszú ideig megmarad. Ám akkor ezt gondolja:

„Ha e tiszta egykedvűséget a végtelen tér birodalmára irányítom, s kifejlesztem azt a tudatállapotot, amely ezzel összhangban áll, akkor az egy tudati képződmény (*szankhatam*).^{108} Ha e tiszta egykedvűséget a végtelen tudatosság birodalmára irányítom..., a semmi birodalmára irányítom..., a sem-tudatosság-sem-nem-

tudatosság birodalmára irányítom..., s kifejleszttem azt a tudatállapotot, amely ezzel összhangban áll, akkor az egy tudati képződmény.” Azután tudatilag nem hozza létre sem a folytonosságot és a létesülést (*bhava*), sem a megsemmisülést (*vibhava*), és nem is akarja ezeket.^{109} És mivel nem hozza létre és nem akarja a létesülést vagy a megsemmisülést, semmihez sem kötődik a világon; mivel semmihez sem kötődik a világon, nem aggodalmaskodik; mivel nem aggodalmaskodik, teljességgel nyugodt („odabent teljesen ellobbant” *paccsattam jéva parinibbájati*). És tudja: „Nincs több születés; a tiszta élet immár tökéletes; amit meg kellett tenni, elvégeztetett; nincs már több teendő.”^{110}

Amikor ez az ember kellemes, kellemetlen vagy semleges érzetet tapasztal, tudja, hogy az adott érzet múlandó, hogy nem köti őt, és hogy szenvedélymentes a tapasztalása. Bármilyen is legyen az az érzet, ez az ember úgy tapasztalja meg, hogy nem kötődik hozzá (*viszamjuttó*). Tudja, hogy minden érzet elnyugszik majd a test széthullásakor, ahogy a lámpa lángja is kialszik, amikor elfogy az olaj és elég a kanóc.

„Ezért, bhikkhu, az, aki mindezzel megáldott, abban az abszolút bölcsesség van jelen, mivel a minden *dukkha* kialakulására vonatkozó tudás az abszolút nemes bölcsesség.

Ez a szabadulás – melynek alapja az igazság – rendíthetetlen. Bhikkhu, ami nem a valóság (*mószadhamma*), az hamis; ami valóság (*amószadhamma*), az a nibbána, az igazság (*szaccsa*). Ezért, bhikkhu, abban, aki mindezzel megáldott, ez az abszolút igazság van meg. Mert az abszolút nemes igazság (*paramam arijaszaccsam*) a nibbána, a valóság.”

A Buddha másutt egyértelműen az igazság szót használja a *nirvána* jelölésére: „Megtanítom nektek az igazságot és az igazsághoz vezető ösvényt.”^{111} Egyértelmű, hogy itt az igazság a *nirvánát* jelenti.

Mármost, mi az abszolút igazság? A buddhizmus szerint az abszolút igazság az, hogy a világon semmi sem abszolút, hogy minden relatív, feltételekhez kötött és múlandó, és hogy sem belül, sem kívül nincs olyan változatlan, örökkévaló, abszolút lényegiség, amit ennek, léleknek vagy *átmannak* nevezhetnénk. Ez az abszolút igazság. Az igazság sosem negatív, jóllehet létezik a „negatív

igazság”, mint népszerű kifejezés. Amikor az ember belátja ezt az igazságot – vagyis a dolgokat úgy látja, ahogy valóban vannak (*jathábhútam*), tévképzetek és tudatlanság (*aviddzsá*) nélkül^{112} –, akkor a sóvárgás vagy szomj megszűnik (*tanhakkhaja*): ez a *dukkha* megszűnése (*niródha*), ami nem más, mint a nirvána. Ezen a ponton érdemes felidézni azt, hogy a mahájána szerint a nirvána nem különbözik a *szamszárától*.^{113} Ugyanaz a dolog lehet szamszára vagy nirvána – attól függ, hogyan tekintünk rá: szubjektíven vagy objektíven. Ez a mahájána elgondolás valószínűleg a fentebb már említett eredeti theravāda páli szövegekben található elgondolásokról alakult ki.

Nem helyes úgy gondolni, hogy a nirvána a sóvárgás megszűnésének természetes következménye. A nirvána semminek sem a következménye. Ha következmény lenne, akkor olyan eredmény lenne, amely okból jött létre. Ebben az esetben a nirvána *szankhata*, azaz létrejött, feltételekhez kötött lenne. A nirvána sem ok, sem következmény: túl van ezeken. Az igazság nem eredmény vagy következmény. Nem jön létre; nem olyan, mint a misztikus, spirituális tudatállapotok, például a *dhjána* vagy a *szamádhi*. Az igazság van. A nirvána van. Egyetlen dolgot tehetünk: megláthatjuk, beláthatjuk. Van ösvény, amely a nirvána belátásához vezet. Azonban a nirvána nem eredménye ennek az ösvénynek.^{114} Az ember egy ösvényen eljuthat a hegyhez, de a hegy nem az ösvény eredménye vagy következménye. Láthatja a fényt, de a fény nem annak következménye, hogy képes látni.

Gyakran teszik fel a kérdést: mi van a nirvána után? Ez a kérdés fel sem merülhet, hiszen a nirvána a végső igazság. Ha pedig a végső, akkor nem lehet semmi utána; ha lenne valami a nirvána után, akkor az lenne a végső igazság, nem pedig a nirvána. Egy Rádha nevezetű szerzetes egyszer ezt a kérdést tette fel a Buddhának kissé más formában: „mi a nirvána célja?” A kérdés feltételezi, hogy a nirvánának van valami célja. A Buddha ezért így válaszolt: „Rádha, ez a kérdés nem tartozik a tárgyhoz. Az ember úgy éli a szent életet, hogy a nirvánába (az abszolút igazságba) veti bele magát, s ez a cél, a végső cél.”^{115}

Az olyan, gyakran előforduló, pontatlanul megfogalmazott kijelentések, mint például az, hogy „a Buddha halála után belépett a

nirvánába vagy a parinirvánába” sok fantáziadús találgatásra adnak okot.^{116} Ha azt halljuk, hogy „a Buddha belépett a nirvánába vagy a parinirvánába” akkor úgy gondoljuk, hogy a nirvána egyfajta állapot, birodalom vagy helyzet, amelyben van bizonyos formájú létezés, s ezért a nirvánát a „létezés” szó általunk ismert jelentéseinek keretein belül próbáljuk elképzelni. A „belépett a nirvánába” gyakran használt kifejezés, amelynek az eredeti szövegekben nincs megfelelője, egyszerűen nem létezik. Van egy szó, a *parinibbutó*, amely a Buddha halálát jelöli, vagy egy olyan arahantét, aki elérte a nirvánát, csak hogy nem jelenti azt, hogy „belépett a nirvánába.” A *parinibbutó* egyszerűen annyit tesz: „teljesen kihunyt, teljesen kialudt, teljesen ellobbant”, mivel a Buddha vagy egy arahant a halála után nem létesül újra.

Felmerül egy másik kérdés: mi történik a Buddhával vagy egy arahanttal a halál, a *parinirvána* után? Ez a kérdés a megválaszolatlan kérdések egyike (*avjākata*). Amikor a Buddha erről beszélt, jelezte, hogy nem áll rendelkezésünkre olyan szó, amely kifejezné, hogy mi történik az arahanttal a halál után. A Vaccsha nevezetű *paribbādzsaka* kérdésére adott válaszában a Buddha kijelentette, hogy az olyan kifejezések, mint a „született” vagy „nem született”, nem használhatók az arahant esetében, mivel mindazok a dolgok (az anyag, az érzés, az észlelés, a késztetések, a tudatosság), amelyekhez az olyan szavak kapcsolódnak, mint például a „született” vagy „nem született”, teljességgel megszűntek, és az illető halála után többé soha nem jelennek már meg.^{117}

Az arahantot a halála után gyakran hasonlítják a tűzhöz, amely kialudt, miután elfogyott a tűzifa, vagy a mécses lángjához, amely ellobban, ha elég a kanóc és elfogy az olaj.^{118} Ezen a ponton világosan és teljesen egyértelműen kell látnunk, hogy *nem* a nirvánát hasonlítják az ellobbant tűzhöz vagy lánghoz, hanem az öt halmazból álló „lényt”, aki megvalósította a nirvánát. Ezt hangsúlyozni kell, mivel sokan – köztük kiváló tudósok is – félreértik és félreértelmezik ezt a hasonlatot, és úgy vélik, hogy a nirvánára vonatkozik. Csak hogy a nirvánát sosem hasonlítják kialudt mécseshez vagy tűzhöz.

Van egy másik kérdés, amelyet igen gyakran feltesznek: ha nincs én, nincs *átman*, akkor ki valósítja meg a nirvánát? Mielőtt a

nirvánáról beszélünk, kérdezzük meg, hogy ki az, aki most azt gondolja: „ha nincs én”? Láttuk korábban, hogy a gondolat az, ami gondol, hogy a gondolat mögött nincs senki, aki gondolja. Ugyanígy, a bölcsesség (*panyyá*), a felismerés az, ami felismer. A felismerés mögött nincs én. A *dukkha* eredetének tárgyalásakor láttuk, hogy mindenben – legyen bár lény, tárgy vagy rendszer amelyre jellemző a keletkezés természete, megvan a megszűnés, pusztulás természete avagy csírája. Mármint, a *dukkhábán*, a *szamszárábán*, a folytonosság körforgásában megvan a keletkezés természete; következésképpen a megszűnés természetének is benne kell lennie. A *dukkha* a szomj (*tanhá*) következtében jön létre, és a bölcsesség (*panyyá*) következtében szűnik meg. Ahogy már szóltunk róla, a szomj és a bölcsesség egyaránt az öt halmazon belül van.^{119}

Tehát keletkezésük és megszűnésük csírája egyaránt az öt halmazban található. Ez a Buddha egyik igen jól ismert kijelentésének valódi értelme: „mondom: ebben a hat ölnyi emberi testben van a világ, a világ keletkezése, a világ megszűnése és a világ megszűnéséhez vezető út.”^{120} Ez azt jelenti, hogy a négy nemes igazság az öt halmazon belül – azaz bennünk – van. (Ebben a szövegrészben a Buddha a *dukkha* helyett a „világ” jelentésű *lóka* szót használja.) Ebből többek között az következik, hogy nincs olyan külső erő, amely a *dukkha* keletkezését és megszűnését okozná.

Amikor a bölcsességet az ember kifejleszti és ápolja a negyedik nemes igazság szerint, akkor ez a bölcsesség látja az élet titkát, a valóságot: azt, ahogyan a dolgok vannak. Amikor a titokra fény derül, amikor az igazság látható lesz, minden olyan erő, amely lázasan fenntartja az illúziótermészetű szamszára folytonosságát, elcsendesül, és már nem tud újabb karmát létrehozni, mivel nincs több tévképzet, és megszűnt a folytonosság iránti sóvárgás, szomj. Olyan ez, mint amikor az elme kigyógyul valamilyen betegségből, amikor a betegség oka vagy titka feltárul a beteg előtt.

Szinte minden vallás úgy tartja, hogy a legfőbb jót az ember halála után érheti csak el. Azonban a nirvána már ebben az életben megvalósítható; nem kell várunk addig, amíg meghalunk.

Az, aki felismerte az igazságot, megvalósította a nirvánát, a legboldogabb lény a világon. Szabad. Nincsenek komplexusai, rögeszméi, nincsenek benne azok az aggályok és gondok, amelyek

a többieket gyötrik. Szelleme tökéletesen egészséges. Nem bánkódik a múlt miatt, nem álmodozik a jövőről. Teljes mértékben a jelenben él.^{121} Ezért a dolgokat a lehető legtisztább értelemben élvezi, mindenféle projekció nélkül. Ez az ember boldog, öröme kitörő, élvezi az életet magát, érzékei nyugodtak, nincs benne aggodalom, nyugodt és békés.^{122} Nincs benne önző vágy, gyűlölet, tudatlanság, önhittség, gőg, sem semmi más „szennyeződés”, ezért tiszta és szelíd, s egyetemes szeretet, együttérzés, kedvesség, megértés és elfogadás jellemzi. A lehető legtisztább módon szolgálja a többieket, mert nem gondol magára. Semmit sem nyer, semmit sem halmoz fel, szellemi értelemben sem, mert nincs meg benne az én tévképzete, és nem szomjazik a létesülésre.

A nirvána túl van minden kettősségen és relativitáson; következésképpen a jó és rossz, a helyes és helytelen, a létezés és nemlétezés fogalmain is túl van. Ebben az esetben a boldogság (*szukha*) kifejezés is – amelyet a nirvána leírására használnak – teljesen mást jelent. Száriputta egyszer ezt mondta:

– Barátom, a nirvána a boldogság! A nirvána a boldogság!

Akkor Udáji megkérdezte:

– De barátom, Száriputta, miféle boldogság lehet ott, ahol nincs érzet?

Száriputta igen filozofikus, a hétköznapi gondolkodáson túlmutató választ adott:

– Éppen az a boldogság, hogy nincs érzet.^{123}

A nirvána túl van a logikán és az érvelésen (*atakkávacsara*).^{124} Nem számít, mennyi ideig folytatunk spekulatív jellegű vitát – gyakran fölösleges intellektuális időtöltésként – a nirvánáról, vagy a végső igazságról, vagy a valóságról, ezen a módon sosem érthetjük meg. Az óvodás kisgyerekeknek nem érdemes megvitatnia a relativitáselméletet, de ha később türelmesen és szorgalmasan tanul, akkor egy nap megértheti. A nirvánát „a bölcseknek magukban kell felismerniük” (*paccsattam véditabbó vinnyúhi*).^{125} Ha türelmesen és kitartóan járjuk az ösvényt, ha elszántan fejlődni akarunk és meg akarunk tisztulni, és ha megvalósítjuk a szükséges szellemi haladást, akkor a nirvánát egy nap saját magunkban fedezhetjük fel, mégpedig anélkül, hogy rejtélyes és fellengzős kijelentésekkel terhelnénk magunkat.

Kezdjünk tehát a nirvána felismeréséhez vezető ösvénnyel foglalkozni.

A negyedik nemes igazság

Középút: a nyolcrétű nemes ösvény • Együttérzés és bölcsesség • Etikus viselkedés • Tudati fegyelem • Bölcsesség • Kétféle megértés • A négy nemes igazsághoz kapcsolódó négy funkció

Magga: AZ ÖSVÉNY

A negyedik nemes igazság a *dukkha* megszűnéséhez vezető ösvény igazsága (*dukkhattiródhagámintpatipadá-arijaszaccsa*). Ez a középút (*maddzshima patipadá*), mivel elkerüli a két végletet: azt, amikor az ember az érzéki örömek segítségével keresi a boldogságot, ami „alacsonyrendű, közönséges, hasztalan és a közönséges emberek útja”, valamint azt, amikor az ember az aszkézis különféle formáit alkalmazva az önkínzás révén keresi a boldogságot, ami „fájdalmas, méltatlan és hasztalan.” A Buddha, miután maga is kipróbálta e két végletet, saját tapasztalataiból kiindulva ismerte fel a középutat, amely „látáshoz és tudáshoz vezet, s elvezet a nyugalomhoz, belátáshoz, megvilágosodáshoz, nirvánához.” Ezt a középutat általában a nemes nyolcrétű ösvénynek (*arija-atthangika-magga*) nevezik, mivel nyolc csoportból vagy részből áll:

- helyes megértés (*szammá ditthi*),
- helyes elgondolás (*szammá szankappa*),
- helyes beszéd (*szammá vácsá*),
- helyes cselekvés (*szammá kammanta*),
- helyes megélhetés (*szammá ádzsiva*),
- helyes erőfeszítés (*szammá vájárna*),
- helyes éberség (*szammá szati*),
- helyes összeszedettség (*szammá szamádh*).

Tulajdonképpen a Buddha teljes tanítása (amelynek negyvenöt éven át szentelte magát) valamilyen módon ezzel az ösvénnyel foglalkozik. Különböző módon, különböző szavakkal magyarázta különböző embereknek, aszerint, hogy hallgatósága milyen képességekkel rendelkezett, és mennyire tudta megérteni vagy

figyelemmel követni a hallottakat. Azonban a buddhista szentiratokban található több ezer tanítóbeszéd lényege a nemes nyolcstréű ösvény.

Ne gondoljuk, hogy az ösvény nyolc csoportját vagy részét egymás után kell gyakorolni, a fenti, általában használatos lista számozása szerinti sorrendben. Az egyes részeknek többé-kevésbé egyszerre kell kialakulniuk, mégpedig olyan mértékben, amennyire az egyes emberek képességei lehetővé teszik. A részek mind összefüggnek, és mindegyik kifejlődése segíti a többi kifejlődését.

E nyolc tényező célja az, hogy a buddhista gyakorlás és fegyelem három alapelemét tökéletesítse. Ez a három: (a) az erkölcsös viselkedés (*szíla*), (b) a tudati fegyelem (*szamádhi*), és (c) a bölcsesség (*panyá*).^{126} Az ösvény nyolc részét tehát átfogóbban és mélyebben értjük meg, ha e három nagy kategória szerint rendezzük őket.

Az erkölcsös viselkedés (*szíla*) alapja a minden lény iránt érzett egyetemes szeretet és együttérzés nagyszerű gondolata, a Buddha tanításának magja. Sajnálatos, hogy sok tudós megfélekedzik a Buddha tanításának e nagyszerű eszméiről, és csak száraz filozófiai és metafizikai kalandozásokat tesz, amikor a buddhizmusról beszél vagy ír. A Buddha „sokak javára, sokak boldogságáért, a világ iránti együttérzésből” (*bahudzsanahitája bahudzsanaszukhája lókánukampája*) tanított.^{127}

A buddhizmus szerint az ember akkor tökéletes, ha az együttérzést (*karuná*) és a bölcsességet (*panyá*) azonos mértékben fejleszti ki. Az együttérzés itt nem más, mint a szeretet, a jóindulat, a kedvesség, az elfogadás és a többi hasonló, az érzelmi oldalhoz köthető pozitív tulajdonság, azaz a szív minőségei. A bölcsesség pedig az intellektuális oldalhoz tartozik, azaz a tudat minőségeihez. Ha az ember úgy fejleszti az érzelmi oldalt, hogy közben elhanyagolja az intellektuális oldalt, akkor jószívű bolond lesz, ha pedig csak az értelmet fejleszti, de elhanyagolja az érzelmi oldalt, annak az lehet a következménye, hogy keményszívű, intellektus lesz belőle, aki semmit sem érez mások iránt. A tökéletes embernek tehát mindkét oldalt egyaránt fejlesztenie kell. Ez a buddhista életmód célja: ebben az életmódban a bölcsesség és az együttérzés elválaszthatatlanul összefügg, ahogy azt majd később látjuk.

A szereteten és együttérzésen alapuló erkölcsös viselkedést (*szíla*) a nemes nyolcrétű ösvény következő három része alkotja: a helyes beszéd, a helyes cselekvés és a helyes megélhetés (a listán a harmadik, a negyedik és az ötödik).

A helyes beszéd azt jelenti, hogy tartózkodunk (1) a hazugságtól, (2) a rágalmazástól, a becsméréstől, és az olyan beszédétől, amely egyének vagy csoportok között gyűlöletet vagy ellenségeskedést szíthat, szakadást vagy diszharmóniát idézhet elő, (3) a durva, nyers, udvariatlan, rosszindulatú és sértő beszédétől, és (4) a fölösleges, üres és ostoba fecsegéstől és a pletykától. Ha az ember tartózkodik a helytelen vagy káros beszéd e formáitól, annak természetes következménye, hogy barátságos, jóindulatú, kellemes, szelíd, értelmes és hasznos módon szól. Nem szabad könnyelműen beszélnünk: a beszédnek megvan a megfelelő ideje és helye. Ha pedig nem tudunk hasznos módon szólni, akkor a „nemes csöndet” kell megtartani.

A helyes cselekvés célja az, hogy az erkölcsös, tisztességes és békés viselkedést mozdítsa elő. Arra figyelmeztet minket, hogy tartózkodjunk az élet kioltásától, a lopástól, a tisztességtelen ügyletektől, a kifogásolható szexuális viszonyoktól, valamint arra, hogy másokat is segítsünk, hogy békés és tisztességes életet élhessenek.

A helyes megélhetés annyit tesz, hogy nem olyan tevékenységből tartjuk fent magunkat, amely másoknak kárt okoz: például nem kereskedünk fegyverekkel, szeszes itallal, méreggel, nem ölünk állatokat, nem csalunk, és így tovább, hanem olyan szakmát művelünk, amely tisztességes, ártalmatlan és nem okoz kárt másoknak. Láthatjuk itt is, hogy a buddhizmus igen határozottan ellene van mindenféle háborúnak, amikor kijelenti, hogy a fegyverrel és hasonló eszközökkel történő kereskedés a megélhetés rossz és hibás módja.

A nyolcrétű ösvény e három tényezője (a helyes beszéd, a helyes cselekvés és a helyes életmód) alkotja az erkölcsös viselkedést. Fel kell ismernünk, hogy a buddhista etika és erkölcs célja az, hogy mind az egyén, mind a társadalom boldogan és harmonikusan létezzen. Eszerint az ilyen erkölcsös viselkedés minden magasabb rendű szellemi megvalósítás nélkülözhetetlen alapja. Ha

nincs meg ez az erkölcs, az alap, akkor a szellemi fejlődés nem lehetséges.

A következő a tudati fegyelem, amely a nyolckrétű ösvény három másik elemét foglalja magában: a helyes erőfeszítést, a helyes éberséget (vagy tudatosságot) és a helyes összeszedettséget (a listán a hatodik, a hetedik és a nyolcadik számú elem).

A helyes erőfeszítés az az energikus akarat, amely arra irányul, hogy (1) megakadályozzuk a rossz és káros tudatállapotok megjelenését, (2) a már megjelent rossz és káros tudatállapotoktól megszabaduljunk, (3) a még meg nem jelent jó és hasznos állapotokat kialakítsuk, vagy elősegítsük kialakulásukat, és (4) a már meglévő jó és hasznos tudatállapotokat fejlesszük és tökéletesítsük.

A helyes éberség (vagy figyelem) azt jelenti, hogy tudatában vagyunk (1) a test (*kája*) tevékenységeinek, (2) az érzéseknek vagy érzeteknek (*védaná*), (3) a tudat (*csitta*) tevékenységeinek, (4) valamint az elképzeléseknek, gondolatoknak, fogalmaknak és dolgoknak (*dhamma*), és hogy ezen jelenségek felé éberséggel és figyelemmel fordulunk.

A légzésre irányuló összpontosítás (*ánápánaszati*) gyakorlata az egyik olyan jól ismert gyakorlat, amely a tudati fejlődés érdekében a testet vizsgálja. A testtel kapcsolatos tudatosság kifejtésének több más módja is van.

Ami az érzeteket és érzéseket illeti, teljes mértékben tudatában kell lennünk minden érzésnek és érzetnek, kellemesnek, kellemetlennek, semlegesnek egyaránt – annak, ahogy megjelennek, majd eltűnnek.

A tudati tevékenységek tekintetében pedig tisztában kell lennünk azzal, hogy a tudatunkban van-e vágyakozás, vagy nincs, hajlik-e a gyűlöletre, vagy nem, van-e benne tudatlanság, vagy nincs, hogy szétszórt-e vagy sem, és így tovább, így kell tudatában lennünk minden tudati mozzanatnak, ahogy megjelenik és eltűnik.

Ami az elképzeléseket, gondolatokat, fogalmakat és dolgokat illeti, ismernünk kell természetüket, azt, ahogy megjelennek és eltűnnek, hogyan alakulnak ki, hogyan szoríthatók vissza, és hogyan szűnnek meg.

A *Szatipatthána-szutta* (Az éberség megalapozása) foglalkozik részletesen a tudat művelésének, a meditációnak e négy formájával.

{128}

A tudati fegyelem harmadik és utolsó tényezője a helyes összeszedettség, amely a *dhjána* (páli: *dzshána*) négy fokozatához vezet – ezeket általában elmélyedéseknek nevezik. A *dhjána* első fokozatánál eltűnnek a szenvedélyes vágyak és bizonyos nem üdvös gondolatok, mint például az érzéki vágy, a rosszindulat, a tunyaság, az aggodalom, a nyugtalanság, valamint a szkeptikus kétség, és megmarad az öröm és boldogság érzése, valamint bizonyos egyéb tudati tevékenységek. A második fokozatnál minden intellektuális tevékenység megszűnik, kialakul a nyugalom és az összpontosítás, miközben megmarad az öröm és boldogság. A harmadik szakaszban az öröm érzése – amely aktív érzet – szintén eltűnik, míg a boldogságra való hajlam és a tudatos vagy éber kiegyensúlyozottság megmarad. A *dhjána* negyedik fokozatán eltűnik minden érzés, ideértve a boldogságot és boldogtalanságot, az örömet és bánatot, és csupán a tiszta kiegyensúlyozottság és a tudatosság marad.

A helyes erőfeszítéssel, helyes éberséggel és helyes összeszedettséggel így képezhetjük, fegyelmezzhetjük és fejleszthetjük tudatunkat.

A fennmaradó két tényező – a helyes gondolkodás és helyes megértés – alkotja a bölcsességet.

A helyes gondolkodás az önzetlen lemondás vagy vágytalanság, a szeretet és az erőszakmentesség minden lényre kiterjedő gondolatait foglalja magában. Ezen a ponton meg kell jegyeznünk, hogy az önzetlen lemondásból, szeretetből és erőszakmentességből fakadó gondolatoka bölcsesség körébe tartoznak. Ez világosan mutatja, hogy a valódi bölcsességben megvannak ezek a nemes minőségek, és hogy minden olyan gondolat, amely az önző vágyból, a rosszindulatból, a gyűlöletből és az erőszakból fakad, voltaképpen a bölcsesség hiányának következménye. Ez az élet minden területére igaz, az egyéni, a társadalmi és a politikai életre egyaránt.

A helyes megértés azt jelenti, hogy a dolgokat a valóságnak megfelelően értjük meg, ezt a négy nemes igazság fejtí ki. Ez a megértés a legmagasabb bölcsesség, amely belátja a végső valóságot. A buddhizmus szerint kétféle megértés létezik. Az, amit általában megértésnek nevezünk, nem más, mint tudás, felhalmozott

emlékek összessége, egy adott tárgy intellektuális megragadása bizonyos adatoknak megfelelően. Ez az úgynevezett megfelelő tudás (*anubódha*), ami nem különösebben mély. A valódi, mély megismerés az átlátás (*pativédha*), ami a dolgokat a maguk igazi természete szerint látja, anélkül, hogy megnevezné vagy kategorizálná azokat. Az ilyen átlátás csak akkor lehetséges, amikor a tudat minden szennyeződéstől mentes, és a meditációnak köszönhetően már teljes mértékben kifejlődött. ^{129}

Ahogy ebből a rövid összefoglalóból is látszik, az ösvény életmód, amely minden egyén számára követendő, gyakorlandó és fejlesztendő. Nem más ez, mint önfegyelem testben, beszédben és tudatban, önmagunk fejlesztése és megtisztítása. Semmi köze a hithez, imákhoz, szertartásokhoz. Ebben ez értelemben semmi köze sincs ahhoz, amit általában vallásosnak nevezünk. Olyan ösvény ez, amely az erkölcsi, szellemi és intellektuális tökéletesedésnek köszönhetően a végső valóság felismeréséhez, teljes szabadsághoz, boldogsághoz és békéhez vezet.

A buddhista országokban vannak vallási alkalmakhoz köthető egyszerű és szép szokások és szertartások. Ezeknek nem sok közük van a valódi ösvényhez. Értékük abban áll, hogy kiszolgálják bizonyos vallási érzelmeket, és egyes, az út elején járó embereket segítenek abban, hogy fokozatosan haladjanak előre.

A négy nemes igazsággal kapcsolatban négy feladatunk van:

Az első nemes igazság a *dukkha*, az élet természete, az étellel járó szenvedés, az élet szomorúságai és örömei, tökéletlensége és elégtelen mivolta, múlandósága és éntelensége. Ezzel kapcsolatban az a dolgunk, hogy ezt tényként, világosan és teljes mértékben megértsük (*parinnyéjja*).

A második nemes igazság a *dukkha* eredete, a vágy vagy szomj, amelyhez az összes többi szenvedély, szennyeződés és tisztátalanság járul. Ezt nem elég pusztán megértenünk; ebben az esetben az a dolgunk, hogy elhagyjuk, eltávolítsuk, elpusztítsuk és megszüntessük ezt a ragaszkodást (*pahátabba*).

A harmadik nemes igazság a *dukkha* megszűnése, a nirvána, az abszolút igazság, a végső valóság. Itt az a dolgunk, hogy ezt megtapasztaljuk (*szaccshikátabba*).

A negyedik nemes igazság a nirvána megvalósításához vezető ösvény. Ehhez nem elegendő, ha pusztán ismerjük az utat, bármilyen tökéletesen is ismerjük. Az a dolgunk, hogy ezen az úton járjunk, és tartsuk magunkat hozzá (*bhávétabba*).^{130}

Az éntelenség: anattá

Mi a lélek vagy én? • Isten és lélek: az én védelme és fenntartása • Az „ár ellenében haladó” tanítás • Analitikus és szintetikus módszerek • Függő keletkezés • A szabad akarat kérdése • A két igazság • Téves nézetek • A Buddha egyértelműen tagadta az Átman létezését • A Buddha hallgatása • Az én képzele bizonytalan benyomás • Helyes hozzáállás • Ha nincs én, ki tapasztalja meg a karma következményét? • Az anattá tanítása nem tagadás

A lélek vagy ego – a szanszkrit kifejezéssel élve *átman* – alatt azt értik, hogy az emberben van valamiféle állandó, örökkévaló és abszolút entitás, amely nem más, mint a változó jelenségvilág mögött meghúzódó változatlan lényegiség. Egyes vallások szerint minden egyénnek van egy önálló lelke, amelyet Isten teremtett, és amely a halál után örökké él tovább a mennyben vagy a pokolban, sorsa pedig teremtője ítéletétől függ. Mások szerint a lélek számos életet él át, míg végül teljesen megtisztul és egyesül Istennel, Brahmannel, az egyetemes lélekkel vagy az *átmannel*, amelyből eredt. Ez a lélek vagy én az a valami az emberben, ami gondolja a gondolatokat, érzi az érzéseket, jó és rossz tetteiért élvezzi a jutalmat vagy elszenvedti a büntetést. Ezt az elgondolást nevezik az énről szóló elgondolásnak.

A buddhizmus egyedülálló az emberi gondolkodás történetében annyiban, hogy tagadja az ilyen lélek, én vagy *átman* létezését. A Buddha tanítása szerint az énről szóló elgondolás megalapozatlan, hamis hit, amely nem felel meg a valóságnak, és olyan hamis elgondolásokhoz vezet, mint például az „én” vagy az „enyém”, önző vágyat, sóvárgást, ragaskodást, gyűlöletet, rosszindulatot, önhittséget, büszkeséget, önzést vált ki és egyéb tudati

szennyeződések okoz, és problémákhoz vezet. A világon minden gond – a személyes konfliktusoktól kezdve a nemzetek közötti háborúkig – ebből ered. Röviden, a világon minden rossz dolog erre a téves nézetre vezethető vissza.

Két olyan ösztön van, amely az emberben pszichológiailag mélyen gyökerezik: az önvédelem és az önfenntartás ösztöne. Az előbbi miatt az ember megalkotta Istent, akitől védelmet és biztonságot remélhet, és úgy hagyatkozhat rá, mint a kisgyerek a szüleiére. Az utóbbi miatt pedig kitalálta a halhatatlan, örökre fennmaradó lélek vagy *átman* elgondolását. Az embernek tudatlanságában, gyengeségében, félelmében és vágyakozásában e két dologra van szüksége a vigasztalódáshoz, ezért ragaszkodik hozzájuk ennyire erősen és fanatikusán.

A Buddha tanítása nem szolgálja ki ezt a tudatlanságot, gyengeséget, félelmet és vágyakozást, hanem azt célozza, hogy az ember – éppen ezek gyökeres eltávolítása és megszüntetése következtében – megvilágosodjék. A buddhizmus szerint Istenről és a lélekről alkotott elképzeléseink hamisak és üresek. Összetett elméletekről van szó, amelyek mégiscsak tudati projekciók, habár rendkívül kifinomultak, és komplikált metafizikai és filozófiai kifejezőkészlettel kerülnek megfogalmazásra. Ezek az elgondolások olyan mélyen gyökereznek az emberben, annyira kedvesek számára, hogy nem akar meghallani vagy éppenséggel megérteni olyan tanítást, ami ellentmond ezeknek.

A Buddha ezzel nagyon is tisztában volt. Úgy fogalmazott, hogy tanítása „az ár ellenében” halad (*patiszótagámi*), vagyis az ember önző vágyai ellenében mozog. A megvilágosodása után négy héttel, amikor egy banjanfa alatt üldögélt, ezt gondolta: „Felismertem ezt az igazságot, amely mélységes, nehezen belátható, nehezen érthető..., amelyet csak a bölcsek foghatnak fel... Azok az emberek, akiket elborítottak a vágyak és akiket körbevesz a sötét, nem látják ezt az igazságot, amely az ár ellenében halad, magasztos, mélységes, kifinomult és nehezen érthető.”

A Buddha emiatt habozott egy ideig, hogy vajon nem lesz-e fölösleges megpróbálnia elmagyarázni a világnak az igazságot, amelyet felismert. Akkor a világot egy lótuszokkal borított tavacskához hasonlította: a tóban vannak olyan lótuszok, amelyek

még víz alatt vannak, vannak olyanok, amelyek épp a víz felszínéig emelkednek, és vannak olyanok, amelyek virágai a víz felszíne fölé nyúlnak, és nem szennyezi őket a sáros víz. Ugyanígy az emberek is a fejlettség más-más szintjén állnak. Vannak olyanok is, akik megértik az igazságot. A Buddha tehát úgy döntött, hogy tanítani fog.^{131}

Az *anattá* vagy az éntelenség tanítása az öt halmaz elemzésének és a függő keletkezés (*paticca-szamuppáda*) tanításának természetes következménye avagy velejárója.^{132}

Ahogy láttuk korábban, az első nemes igazság (*dukkha*) tárgyalásánál, az, amit lénynek vagy egyéniségnek nevezünk, az öt halmazból áll össze, és amikor e halmazokat elemezzük és megvizsgáljuk, akkor azt látjuk, hogy semmi sincs bennük, amit ennek, *átmarmak* vagy változatlan, örökké fennálló lényegiségnek lehetne tekinteni. Ez az elemzés módszere. Ugyanerre az eredményre jutunk a függő keletkezés szintézisen alapuló módszerével: eszerint a világban semmi sem abszolút. Minden feltételekhez kötött, relatív, a dolgok kölcsönösen függnek egymástól. Ez a buddhista relativitáselmélet.

Mielőtt megvizsgálnák az *anattá* kérdését, hasznos röviden áttekinteni a függő keletkezés elgondolását. Az alapelv a következő négy sorban összegezhető:

Amikor ez van, az is van (*imaszmim szati idam hóti*);

amikor ez megjelenik, az is megjelenik (*imasszuppádá idam uppaddzsati*);

amikor ez nincs, az sincs (*imaszmim aszati idam na hóti*);

amikor ez megszűnik, az is megszűnik (*imassza niródhá idam niruddzshati*).^{133}

A függés, relativitás és kölcsönös függőség alapelvét, az egész létezését, az élet folytonosságát és annak megszűnését magyarázza a részletes formula, amelyet függő keletkezésnek (*paticca-szamuppáda*) neveznek és tizenkét részből áll:

A tudatlanság függvényében jönnek létre a szándékos tettek vagy karmikus késztetések (*aviddzsápaccsajá szankhárá*).

A szándékos tettek függvényében jön létre a tudatosság (*szankhárápaccsajá vinnyánam*).

A tudatosság függvényében jönnek létre a tudati és testi jelenségek (*vinnyánapaccsajá námarúpam*).

A tudati és testi jelenségek függvényében jön létre a hat képesség (vagyis az öt testi érzékszerv és a tudat) (*námarúpapaccsajá szalájanam*).

A hat képesség függvényében jön létre az (érzékszervi és tudati) érintkezés (*szalájanapaccsajá phasszó*).

Az (érzékszervi és tudati) érintkezés függvényében jön létre az érzés (*phasszapaccsajá védaná*).

Az érzés függvényében jön létre a vágy (*védanápaccsajá tanhá*).

A vágy függvényben jön létre a tapadás (*tanhápaccsajá upádánam*).

A tapadás függvényben jön létre a létesülés folyamata (*upádánapaccsajá bhavó*).

A létesülés folyamatának függvényben jön létre a születés (*bhavapaccsajá dzsáti*).

A születés függvényben jön létre az elmúlás, halál, siránkozás, fájdalom, stb. (*dzsátipaccsajá dzsarámaranam...*).

Az élet így keletkezik, áll fenn és folytatódik. Az ellentétes formula a folyamat megszűnését taglalja: a tudatlanság teljes megszűnésével megszűnnek a szándékos tettek vagy karmikus késztetések; a szándékos tettek megszűnésével megszűnik a tudatosság;...a születés megszűnésével megszűnik az elmúlás, a halál, a siránkozás, a fájdalom, stb.

Nem szabad megfeledkezni arról, hogy e tényezők mindegyike feltételekhez kötött (*paticcsaszamuppanna*)t és ugyanakkor maga is valaminek a feltételül szolgál (*paticcsa szamuppáda*).^{134} Azaz minden tényező relatív: egymástól kölcsönösen függnek és kölcsönösen kapcsolódnak egymáshoz, tehát semmi sem abszolút vagy független. Ezért a buddhizmus – ahogy azt már korábban láttuk

– nem ismeri el valamely első ok létezését.^{135} A függő keletkezés tehát körnek tekinthető, nem pedig láncolatnak.^{136}

A „szabad akarat” mint jelenség mindig is fontos szerepet játszott a nyugati gondolkodásban és filozófiában. Azonban a függő keletkezés szerint ez a kérdés nem merül és nem is merülhet fel. Ha a létezés egésze relatív, feltételekhez kötött és kölcsönös függésnek alávetett, akkor miért éppen az akarat lenne szabad? Az akarat a negyedik halmaz körébe tartozik (*szankhárakkhandha*), és mint minden más gondolat, feltételekhez kötött (*paticca-szamuppanna*). Ebben a világban az úgynevezett „szabadság” sem teljesen szabad: a szabadság is feltételekhez kötött és relatív. Természetesen létezik egyfajta, feltételekhez kötött és relatív „szabad akarat”, ez azonban nem abszolút. Ebben a világban semmi sem lehet teljesen szabad, legyen akár testi, akár tudati jelenség. Minden feltételekhez kötött és relatív. Ha a „szabad akarat” kifejezés olyan akaratot jelöl, amely független a feltételektől és az ok-okozat törvényszerűségétől, akkor azt kell mondanunk, hogy ilyen szabad akarat nem létezik. Hogyan is jelenhetne meg feltételek nélkül, az ok-okozati viszonyon kívül az akarat (vagy bármi más), amikor az egész élet, az egész létezés feltételekhez kötött és relatív? Ezen a ponton látjuk, hogy a szabad akarat mint elgondolás alapvetően összekapcsolódik az Isten, a lélek, az igazságszolgáltatás, a jutalom és a büntetés elképzelésével. Nem csupán arról van szó, hogy a szabad akarat nem szabad – még a szabad akarat mint elgondolás sem független a feltételektől.

A függő keletkezés tanítása szerint – valamint azon elemzés szerint, melynek során megállapítjuk, hogy egy lény az öt halmazból tevődik össze – az örökkévaló, halhatatlan szubsztancia, amely az emberen belül vagy kívül van, és amelyet *átmannak*, *énnek*, *léleknek* vagy *egonak* neveznek, pusztán tévhit, tudati projekció. Ez az *anattá*, a „nem-én” vagy „nem-lélek” buddhista tanítása.^{137}

Az egyértelműség kedvéért ezen a ponton meg kell említeni, hogy kétféle igazság van: a hagyományos igazság (*szammuti-szaccsa*; szanszkrit: *szumvritti-sziltja*) és a végső igazság (*paramattha-szaccsa*; szanszkrit: *paramárthaszatja*).^{138} Amikor a hétköznapok során olyan kifejezéseket használunk, mint például én, te, lény, egyén, stb., akkor sem hazudunk (annak ellenére sem, hogy

nincs én vagy egyén), hanem a világi hagyományoknak megfelelő igazság szerint beszélünk. Azonban a végső igazság az, hogy valójában nincs ilyen én vagy lény. Ahogy a *Mahájána-szútrálankára* mondja: „A személy (*puḍgāla*) csak úgy említendő, mint ami csupán közmegegyezésként (*pradnyapti*) létezik (azaz hétköznapi értelemben van lény), de valójában – azaz szubsztanciaként (*dravja*) – nem létezik.”^{139}

A halhatatlan *átman* tagadása a hínájána és a mahájána minden iskolájának közös jellegzetessége, és ezért nincs okunk azt feltételezni, hogy a buddhista tanítás (amely e kérdés tekintetében egységes) eltért volna a Buddha eredeti tanításától.^{140}

Ezért érdekes, hogy egyes tudósok az utóbbi időben^{141} arra tettek kísérletet, hogy a Buddha tanításába becsempésszék az én koncepcióját, amely pedig éppen ellentétes a buddhizmus szellemiségével. E tudósok tisztelik, nagyra tartják és megbecsülik a Buddhát és tanítását, de nem tudják elképzelni azt, hogy a Buddha – akiről úgy vélik, hogy a lehető legtisztábban és legmélyebben gondolkodó ember volt – tagadta volna annak az *átmannak* vagy *Énnek* a létezését, amelyre nekik olyannyira szükségük van. Szükségük van az örökkévaló létezésre, és ehhez tudattalanul a Buddha segítségét kérik; természetesen nem a kisszerű, kisbetűs individuális „énről” van szó, hanem a nagybetűs „Énről”.

Ha az ember hisz az *átman*ban vagy az énben, azt jobb őszintén kimondani. Még azt is mondhatja, hogy a Buddha teljes tévedésben volt, amikor tagadta az *átman* létezését. Az azonban senkinek sem jó, ha megpróbálnak a buddhizmusba bevezetni egy olyan koncepciót, amelyet – amennyire azt a meglévő eredeti szövegekből láthatjuk – a Buddha sosem fogadott el.

Azok a vallások, amelyekre jellemző az Istenbe vagy a lélekbe vetett hit, nem csinálnak titkot ebből. Épp ellenkezőleg: újra meg újra, ékesszólóan kifejtik e tételeiket. Ha a Buddha elfogadta volna ezt a két, a vallásokban oly fontos elgondolást, akkor ezt bizonyára nyilvánosan jelentette volna ki, éppúgy, ahogy a többi tanítását is elmondta, és nem tartotta volna őket titokban úgy, hogy csak huszonöt évszázaddal a halála után fedezzük fel.

Az embereket felzaklatja, amikor úgy érzik, hogy a Buddha *anattá*-tanítása miatt megszűnik az az én, amelyet létezőnek

hisznek. A Buddha tisztában volt ezzel.

Egy szerzetes egyszer megkérdezte tőle:

– Uram, van-e olyan eset, amikor az ember amiatt szenved, mert nem talál magában olyasvalamit, ami örök?

– Igen, bhikkhu, van ilyen eset – válaszolta a Buddha. – Egy ember azt gondolja: „a világegyetem az *átman*, és én halálom után azzá válók: állandó, örökkévaló, örökké fennálló, változatlan leszek, s így létezem majd örökkön-örökké.” Meghallja, hogy a Tathágata vagy a Tathágata valamely tanítványa az összes spekulatív nézet teljes megszüntetését célzó tanítást ad, tanítást, amely a szomj megszüntetését, a vágytalanságot, a megszűnést, a nirvánát célozza. Akkor ez az ember azt gondolja: „megszűnök hát, elpusztulok hát, nem leszek többé.” S ezért siránkozik, aggodalmaskodik, panaszkodik, sír, mellét veri, és megrémül. Tehát, bhikkhu, van olyan eset, amikor az ember amiatt szenved, mert nem talál magában olyasvalamit, ami örök. ^{142}

Más helyen a Buddha azt mondja:

– Bhikkhuk, a tanulatlan, világon csüngő ember számára rémisztő a gondolat: „talán nem leszek, talán nem lesz az enyém.” ^{143}

Azok, akik a buddhizmusban meg akarják találni az Ént, a következőképpen érvelnek. Igaz, hogy a Buddha elemzése szerint a lények anyagból, érzésből, észlelésből, tudati készletekből és tudatosságából állnak, és valóban azt mondja, hogy ezek közül egyik sem az én. Azonban azt nem mondja, hogy – az emberben vagy bárhol másutt – ezen öt halmazon kívül ne lenne én.

Ez az álláspont azonban két ok miatt nem tartható. Az egyik az, hogy a Buddha tanítása szerint egy lényt kizárólag az öt halmaz alkot, és semmi más. Sehol sem jelentette ki, hogy egy lény az öt halmazon kívül bármi másból is állna. A másik ok az, hogy a Buddha kategorikusan, egyértelmű módon tagadta – nem is egy helyen –, hogy az emberben, az emberen kívül vagy bárhol másutt az univerzumban létezne *átman*, lélek, én vagy ego. Nézzünk meg két példát.

A *Dhammapadában* olvasható három olyan versszak, ^{144} amely alapvető fontosságú a Buddha tanításában.

Az első két versszak így hangzik: „Minden feltételhez kötött dolog múlandó” (*szabbé szankhára aniccsá*) és „minden feltételhez kötött

dolog *dukkha*” (*szabbé szankhára dukkhá*).

A harmadik versszak a következő: „Minden *dhamma* értelen”(szabbá *dhamma anattá*J.^{145}.

Vegyük észre, hogy az első két versszakban a *szankhára* (feltételhez kötött dolgok) kifejezés szerepel, míg a harmadik versszakban ugyanezen a helyen a *dhammá* szó. Mi az oka ennek?

A *szankhára*^{146} kifejezés ezúttal az öt halmazt jelöli: minden feltételekhez kötött, kölcsönös függésben létező, relatív testi és mentális dolgot és állapotot. Ha a harmadik versszak így szólna: „minden *szankhára* (feltételhez kötött dolog) értelen” akkor azt gondolhatnánk, hogy azzal együtt, hogy a feltételhez kötött dolgok értelenek, mégis lehetséges, hogy van egy olyan én, amely kívül esik a feltételhez kötött dolgok, az öt halmaz körén. A harmadik versszak azért használja a *dhammá* kifejezést, hogy kizárja ennek a félreértésnek a lehetőségét.

A *dhamma* szó jelentésköre jóval tágabb, mint a *szankharáé*; a buddhista terminológiában ez a legtágabb jelentéskörrel bíró kifejezés. Nem csupán a feltételekhez kötött dolgokat és állapotokat foglalja magában, hanem a feltételekhez nem kötöttet, az abszolútot, a nirvánát is. A világban vagy azon kívül nincs semmi – legyen bár jó vagy rossz, feltételekhez kötött vagy feltételekhez nem kötött, relatív vagy abszolút –, ami ne tartozna ebbe a körbe. A „minden *dhamma* értelen” kijelentés tehát igen egyértelműen azt mondja ki, hogy nincs én vagy *átman*, és nem csupán az öt halmazban nincs, hanem azokon kívül vagy azokon túl sem.^{147}

A theravāda tanítás szerint ez azt jelenti, hogy sem az egyénben (*puggala*), sem a *dhammákban* nincs én. A mahájána buddhista filozófia ugyanezt mondja ki, a legkisebb eltérés nélkül, úgy, hogy a *pudgala-nairátmja* mellett a *dharma-nairátmjára* helyezi a hangsúlyt.

A *Maddzshima-nikája Alagaddúpama-szuttájában* a Buddha így szól tanítványaihoz:

– Bhikkhuk, azt a lélekről szóló elméletet (*attavāda*) fogadjatok el, amelyet ha elfogadtok, nem lesz részetek szomorúságban, siránkozásban, szenvedésben, zaklatottságban és gyötrelemben. Csakhogy, bhikkhuk, ismertek-e olyan lélekről szóló elméletet, amelyet ha elfogadtok, nem lesz részetek szomorúságban, siránkozásban, szenvedésben, zaklatottságban és gyötrelemben?

– Nem, urunk.

– Jól van, bhikkhuk. Én sem ismerek olyan lélekről szóló elméletet, amelyet ha elfogadtok, nem lesz részetek szomorúságban, siránkozásban, szenvedésben, zaklatottságban és gyötrelemben.^{148}

Ha lett volna olyan lélekre vonatkozó elmélet, amelyet a Buddha elfogadott, akkor ezen a ponton bizonyosan kifejtette volna, hiszen arra kérte a szerzeteseket, hogy fogadják el azt a lélekről szóló elméletet, amely nem vezet szenvedéshez. Csakhogy a Buddha szerint nincs ilyen elmélet, és a lélekről szóló bármely elmélet – legyen bármilyen kifinomult és emelkedett –, hamis és csupán a képzelet játéka, amely problémákat okoz, szomorúsághoz, siránkozáshoz, szenvedéshez, zaklatottsághoz, gyötrellemhez és gondokhoz vezet.

A Buddha ugyanebben a *szuttában* így folytatja a tanítást:

– Bhikkhuk, ha valójában nem található sem az én, sem az, ami az énhez kapcsolódik, akkor vajon nem teljességgel és tökéletesen ostoba az a spekulatív állítás, miszerint: „a világegyetem az *átman*, és én halálom után azzá válok: állandó, örökkévaló, örökké fennálló, változatlan leszek, s így létezem majd örökkön-örökké.”?^{149}

A Buddha egyértelműen kijelenti, hogy a valóságban nincs *átman*, vagy lélek, vagy Én, és ostobaság ennek az ellenkezőjét hinni.

Azok, akik a Buddha tanításában megpróbálják felfedezni az ént, néhány példát idéznek, amelyet rosszul fordítanak le, és aztán félreértelmeznek. Az egyik ilyen jól ismert szövegrész az *attá hi attanó náthó*,^{150} amelyet így fordítanak: „az Én az én ura”, majd úgy értelmezik, hogy a nagy Én a kis én ura.

Először is, a fordítás hibás. Az *attának* ebben a szövegösszefüggésben nincs „én” (lélek) jelentése. A *páliban* az *attá* szó általában visszaható vagy határozatlan névmás, kivéve azt a néhány esetet, amikor kimondottan filozófiai értelemben – ahogy korábban láttuk – a lélekről szóló elméletre utal. Azonban általában (a *Dhammapada* XII. fejezetében és számos egyéb helyen) visszaható vagy határozatlan névmás: „én magam”, „te magad”, „ő maga”, stb.^{151}

Másodszor, a *náthó* szó jelentése nem „úr”, hanem „menedék, támasz, védelem”.^{152} Az *attá hi attanó náthó* valódi jelentése tehát: „az ember önmaga menedéke”, vagy „az ember önmaga segítsége, támasza” Mindennek semmi köze a metafizikai lélekhez vagy énhez. Egyszerűen annyit jelent, hogy az embernek saját magára kell hagyatkoznia, és nem másokra.

Az énről szóló elképzelést más módon is megpróbálják bevezetni a Buddha tanításába, mégpedig a *Maháparinibbána-szutta* kontextusából kiemelt „*attadípa viharatha, attaszaraná anannyászaráná*”^{153} sorral. A mondat szó szerinti jelentése: „úgy időzzetek, hogy saját magatok szigete (támasza) vagytok, hogy saját magatok menedéke vagytok, és senki más nem a menedéketek.”^{154} Azok, akik szeretnék, ha a buddhizmusban lenne én, az *attadípa* és az *attaszaraná* kifejezéseket a következőképpen értelmezik: „az én legyen a lámpás” és „az én legyen a menedék.”^{155}

Nem érthetjük meg annak a tanácsnak a teljes jelentését és jelentőségét, amelyet a Buddha adott Ánandának, ha nem vesszük figyelembe az elhangzottak háttérét és kontextusát.

A Buddha abban az időben egy Béluva nevű faluban időzött; a beszélgetés három hónappal a halála, a *parinirvána* előtt zajlott le. A Buddha ekkor már nyolcvanéves volt, és igen komoly betegségben szenvedett, csaknem haldoklott (*máranantika*). De úgy gondolta, hogy nem lenne helyes, ha úgy halna meg, hogy nem tárja fel e kijelentés értelmét tanítványai számára, akik igen közel álltak hozzá. Ezért bátran és elszántan viselte a fájdalmat, kilábalt a betegségből, és meggyógyult. De az egészsége megrendült. Gyógyulása után egy napon az árnyékban üdögélt lakhelye mellett. Ánanda, aki a Buddha legelkötelezettebb kísérője volt, odament szeretett mesteréhez, leült mellé, és így szólt:

– Uram, gondoskodtam az Áldottról, amikor egészséges volt, és gondoskodtam róla betegsége idején. De amikor azt láttam, hogy beteg az Áldott, elsötétült előttem a világ, és érzékeim nem működtek már világosan. De volt egy kis vigaszom, mert úgy gondoltam, hogy az Áldott nem távozik el addig, amíg a Szanghára nézve nem adott útmutatást.

Akkor a Buddha mély együttérzéssel, szelíden így szólt elkötelezett kísérőjéhez:

– Ánanda, mit vár tőlem a Szangha? Tanítottam a *Dhammát* (az igazságot), úgy, hogy semmiféle módon nem tettem különbséget exoterikus és ezoterikus tanok között. Ami az igazságot illeti, a Tathágata semmit nem tart összezárt öklében (*ácsarija-mutthi*, „a tanító összezárt ökle”). Ánanda, ha van valaki, aki úgy gondolja, hogy vezetni lógja a Szanghát és hogy a Szanghának tőle kell függnie, hát határozza meg ő ezeket az útmutatásokat. De a Tathágata nem gondolja így. Miért adna hát útmutatást a Szanghára vonatkozóan? Öreg vagyok, Ánanda, nyolcvan éves. Ahogy az ütött-kopott szekér is csak akkor megy tovább, ha újra meg újra kijavítják, ugyanúgy, azt látom, hogy a Tathágata teste is csak azért megy tovább, mert újra meg újra kijavítják. „Ezért, Ánanda, úgy időzzetek, hogy saját magatok szigete (támasza) vagytok, saját magatok menedéke vagytok, és senki más nem a menedéketek; hogy a Dhamma a szigetetek (támaszotok), a Dhamma a menedéketek, és semmi más.”^{156}

Nagyon is világos, hogy a Buddha mit akart közölni Ánandával. Ánanda szomorú volt, úgy érezte, hogy a nagy Tanító halála után mindannyian magányosak, védtelenek lesznek, s nem lesz menedékük, nem lesz vezetőjük. A Buddha tehát vigasztalta, bátorságot és bizalmat öntött belé: azt mondta, hogy saját magukra és a *Dhammára* kell támaszkodniuk, senki másra és semmi másra. A metafizikai *átman* vagy én kérdése fel sem merült.

A Buddha ezután kifejtette Ánandának, hogy az ember hogyan lehet saját maga szigete vagy menedéke, és hogyan teheti a *Dhammát* saját maga szigetévé vagy menedékévé: úgy, hogy gyakorolja a testre, az érzésekre, a tudatra és a tudattárgyakra irányuló éberséget (a négy *szatipatthánát*).^{157} Az én egyáltalán nem kerül említésre.

Egy másik gyakran hivatkozott utalás a következő. A Buddha egy alkalommal egy erdőben, egy fa tövében ült, útban Benáreszből Uruvelá felé. Azon a napon harminc jóbarát, mindannyian fiatal hercegek, fiatal feleségeikkel együtt ugyanabba az erdőbe érkeztek szórakozni. Az egyik herceg, akinek nem volt felesége, egy kurtizánnal érkezett. Amíg a többiek szórakoztak, a lány ellopott néhány értékes tárgyat, és eltűnt. A többiek keresni kezdték őt az erdőben, és így találtak rá a fa alatt ülő Buddhára. Megkérdezték

tőle, hogy látott-e arra egy nőt. A Buddha azt kérdezte, hogy miért keresik, ők pedig elmondták neki. Erre a Buddha így szólt: „Mit gondoltok, fiatal emberek, mi a jobb? Ha egy nőt kerestek vagy saját magatokat keresitek?”^{158}

Itt megint egy egyszerű és természetes kérdésről van szó; semmi alapja nincs annak, hogy a metafizikai *átman* vagy én fogalmát erőszakos módon ide kapcsoljuk. A fiatal emberek azt válaszolták, hogy jobb, ha saját magukat keresik. A Buddha akkor helyetl kínálta őket, és kifejtette nekik a *Dhammát*. A rendelkezésünkre álló leírás szerint abban az eredeti szövegben, amit tanított nekik, egyetlen szó sem esik az *átman*ról.

Sokat írtak arról az esetről is, amikor egy Vaccshagotta nevű *paribbádzsaka* (vándor) megkérdezte a Buddhától, hogy van-e *átman* vagy nincs. A történet így szól.

Vaccshagotta felkereste a Buddhát, és ezt kérdezte tőle:

– Tiszteletreméltó Gótama, létezik *átman*?

A Buddha hallgatott.

– Tiszteletreméltó Gótama, nem létezik *átman*?

A Buddha ismét csak hallgatott. Vaccshagotta felkelt, és távozott.

Ekkor Ánanda megkérdezte a Buddhát, hogy miért nem válaszolt Vaccshagotta kérdésére. A Buddha így felelt:

– Ánanda, ha a vándor Vaccshagotta azon kérdésére, hogy létezik-e én, azzal válaszoltam volna, hogy igen, létezik, akkor azon remeték és bráhmanák mellé álltam volna, akik az örökkévalóság tanát (*szasszata-váda*) vallják.

És, Ánanda, ha a vándor azon kérdésére, hogy nem létezik-e én, azzal válaszoltam volna, hogy nem létezik, akkor azon remeték és bráhmanák mellé álltam volna, akik a megsemmisülés tanát (*uccshéda-váda*)^{159} vallják.

És, Ánanda, ha Vaccshagotta azon kérdésére, hogy létezik-e én, azt válaszoltam volna, hogy igen, létezik, akkor válaszom vajon összhangban állt volna azzal, hogy tudom: minden *dhamma* éntelen?^{160}

– Bizonyosan nem, uram.

– És, Ánanda, ha a vándor azon kérdésére, hogy nem létezik-e én, azzal válaszoltam volna, hogy nem létezik, akkor csak még jobban összezavartam voltam a már amúgy is zavarodott

Vaccshagottát.^{161} Mert azt gondolta volna, hogy korábban volt egy *átmanja* (énje), de most már nincs.^{162}

Most már világosan áll előttünk, hogy a Buddha miért hallgatott. De még világosabban látjuk majd, ha megvizsgáljuk a teljes kontextust, valamint azt, hogy a Buddha hogyan kezelte a kérdéseket és a kérdezőket. E két dolgot teljesen figyelmen kívül hagyják azok, akik e kérdéssel foglalkoznak.

A Buddha nem számítógép volt, amely ugyanarra a kérdésre mindig ugyanazt a választ adja ki, függetlenül attól, hogy ki a kérdező. Gyakorlati beállítottságú tanító volt, akiben nagy volt az együttérzés és a bölcsesség. Nem azért válaszolt egy kérdésre, hogy a tudását fitogtassa vagy az intelligenciájával kérkedjen, hanem azért, hogy a kérdezőnek segítsen a megvalósításhoz vezető úton. Mindig úgy beszélt az emberekhez, hogy figyelembe vette fejlettségüket, hajlamaikat, tudatuk felépítését, jellemüket és azt, hogy egy adott kérdést mennyire képesek megérteni.^{163}

A Buddha szerint egy kérdésre négyféleképpen lehet válaszolni: (1) vannak kérdések, amelyek közvetlen választ igényelnek, (2) vannak, amelyeket magának a kérdésnek az elemzésével lehet megválaszolni, (3) vannak, amelyeket viszontkérdésekkel, és (4) vannak olyanok, amelyeket félre kell tenni.^{164}

Egy adott kérdést sokféleképpen lehet félretenni. Az egyik lehetséges mód, hogy kijelentjük: erre a kérdésre nincs válasz vagy magyarázat, ahogy a Buddha is ezt válaszolta Vaccshagottának, amikor az feltette neki a híres kérdéseket, hogy a világegyetem állandó-e vagy sem, stb.^{165} A Buddha ugyanígy válaszolt Málunkjáputtának és a többieknek is. Azonban nem reagálhatott ugyanígy arra a kérdésre, hogy létezik-e *átman* (Én), hiszen ezt a kérdést többször taglalta. Nem mondhatta, hogy „van én”, mivel ez nem felelt volna meg a tudásának, miszerint „minden *dhamma* értelen”. Azt sem akarta mondani, hogy „nincs én”, mivel fölösleges és hasztalan lett volna, és csak megzavarta volna szegény Vaccshagottát, aki korábban már elismerte, hogy egy hasonló kérdésre kapott válasz hallatán összezavarodott.^{166} Vaccshagotta nem volt még abban a helyzetben, hogy megértse az *anattá* fogalmát, ezért ebben az esetben a Buddha részéről a hallgatás volt a legbölcsebb dolog.

De arról sem szabad megfeledkeznünk, hogy a Buddha régóta és jól ismerte Vaccshagottát, ugyanis nem ez volt az első alkalom, hogy találkozott ezzel a kíváncsi vándorral. A bölcs és együttérző tanító nagy tapintatot tanúsított e zavarodott kereső iránt. A páli szövegek sokszor tesznek említést ugyanerről a vándorló Vaccshagottáról, és arról, hogy igen gyakran felkereste a Buddhát és tanítványait, és újra meg újra ugyanazokat a kérdéseket tette fel nekik, láthatólag igen aggodalmasan és szinte megszállottan feszegette ezeket a kérdéseket.^{167} A Buddha hallgatása nagyobb hatással volt Vaccshagottára, mint bármilyen ékesszóló válasz vagy fejtegetés.^{168}

Egyesek értelmezése szerint az én az, amit általában tudatnak vagy tudatosságnak nevezünk. A Buddha azonban azt mondja, hogy jobb, ha az ember a fizikai testét tekinti énnak, mint ha a tudatot, az elmét vagy a tudatosságot, mivel az előbbi kézzelfoghatóbb, mint az utóbbi, lévén hogy a tudat, az elme vagy a tudatosság (*csitta, manó, vinnyána*) folyamatosan, éjjel-nappal változik, gyorsabban, mint a test (*kaja*).^{169}

Az a határozatlan érzés, miszerint „én vagyok”, kialakítja az énképzetet, amelynek semmi köze a valósághoz. Aki ezt az igazságot belátja, az megvalósítja a nirvánát – ez pedig korántsem könnyű. A *Szamjutta-nikája*^{170} tartalmaz egy ezzel kapcsolatos, megvilágító erejű beszélgetést egy Khémaka nevű szerzetes és a többi bhikkhu között.

A szerzetesek azt kérdezik Khémakától, hogy lát-e az öt halmazban ént, vagy bármit, ami az énnel kapcsolatos lenne. Khémaka nemmel válaszol. A többi szerzetes erre azt feleli, hogy ebben az esetben Khémaka arahant, aki mentes minden tisztátalanságtól. De Khémaka elismeri, hogy jóllehet az öt halmazban nem lát ént és semmi olyasmit, ami az énnel kapcsolatos, „mégsem vagyok arahant, aki mentes minden tisztátalanságtól. Barátaim, a ragaszkodás öt halmazával kapcsolatban megvan bennem az az érzés, hogy »én vagyok«, de nem látom világosan, hogy »ez vagyok én«.” Ezután Khémaka kifejti, hogy az, amit „én vagyok”-nak nevez, az nem anyag, nem érzés, nem észlelés, nem tudati készítmény és nem is tudatosság, és nem is olyasvalami, ami ezeken kívül esik. De az öt halmazzal kapcsolatban

megvan benne az érzés, hogy „én vagyok”, bár azt már nem látja világosan, hogy „ez vagyok én”.^{171}

Azt mondja, hogy olyan ez, mit a virág illata: nem a szirmok illata, nem is a bibéé, nem is a porzóé, hanem a virágé.

Khémaka a továbbiakban kifejti, hogy még abban az emberben is megvan az „én vagyok” érzése, aki már a megvalósítás első szakaszaiba lépett. Később azonban, ahogyan továbbhalad, ez az érzés teljesen megszűnik, éppúgy, ahogy a tisztított ruhából is eltűnik a vegyszer szaga egy idő után.

A szerzetesek olyan hasznosnak és megvilágító erejűnek találták ezt a beszélgetést, hogy a végén – ahogy arról a szöveg beszámol – mindannyian (Khémakát is beleértve), minden tisztátalanságtól mentes arahantokká lettek, és így végül megszabadultak az elgondolástól, miszerint „én vagyok”.

A Buddha tanítása szerint éppen akkora tévedés azt a véleményt fenntartani, miszerint „nincs énem” (ez a megsemmisülés elmélete), mint azt, hogy „van énem” (ez pedig az örökkévalóság elmélete), mivel mindkettő egyaránt béklyó, és mindkettő gyökere az „én vagyok” téves elgondolása. Az *anattával* kapcsolatban a helyes álláspont az, hogy nem teszünk magunkévá semmiféle nézetet vagy véleményt, hanem a dolgokat tárgyilagosan, tudati projekciók nélkül nézzük, és belátjuk, hogy az, amit énnak vagy lénynek nevezünk, pusztán a testi és tudati halmazok kombinációja, amely halmazok egymástól kölcsönösen függve működnek, a pillanatról pillanatra történő változás áramában, az ok-okozati törvényszerűségek keretein belül, és látjuk, hogy a létezésben sehol sincs olyasmi, ami állandó, örökkévaló, változatlan és örök lenne.

Ezen a ponton természetszerűleg felmerül a kérdés: ha nincs *átman* vagy én, akkor ki tapasztalja meg a karma (a tettek) következményét? Erre a kérdésre senki sem tud pontosabb választ adni, mint a Buddha maga. Amikor egy szerzetes feltette neki a kérdést, a Buddha azt felelte: „bhikkhuk, azt tanítottam nektek, hogy mindenhol, mindenben a feltételekhez kötöttséget lássátok”.^{172}

A Buddha *anattáról* vagy éntelenségről szóló tanítását nem tekinthetjük negatívnak vagy nihilistának. Éppúgy, mint a nirvána, ez is az igazság, a valóság; a valóság pedig nem lehet negatív. A nemlétező, képzeletbeli énbe vetett hamis nézet viszont negatív. Az

anattárol szóló tanítás eloszlatja a tévhitek sötétségét, és fellobbantja a bölcsesség fényét. Nem negatív tanítás. Ahogy Aszanga nagyon találóan mondja: „az éntelenség van” (*nairátrnjásztitá*).^{173}

Meditáció avagy a tudat művelése: bhávaná

Téves nézetek • A meditáció nem menekülés • A meditáció két formája • Az éberség megalapozása • Légzésmeditáció • A cselekvésre irányuló éberség • A jelen pillanatban élni • Az észlelésre, a tudatra és az etikai, szellemi és intellektuális tárgyra irányuló éberség

Buddha azt mondta: „Bhikkhuk, kétféle betegség van. Mi ez a kettő? A test betegsége és a tudat betegsége. Láthatólag vannak olyan emberek, akiket egy évig, két évig..., akár száz évig vagy még tovább nem sújt testi betegség. Csakhogy, bhikkhuk, kevesen vannak ezen a világon azok, akiket akár csak egy pillanatig nem sújt a tudat betegsége; ez alól csupán azok kivételek, akik mentesek a tudati szennyeződésektől” (azaz arahantok).^{174}

A Buddha tanításának – és különösképpen „meditációs módszerének” – célja egy olyan állapot, amelyet tökéletes tudati egészség, egyensúly és nyugalom jellemez. Sajnálatos, hogy talán a Buddha egyetlen tanítását sem értik annyira félre, mint a meditációt; és ez a tévedés buddhistákra és nem buddhistákra egyaránt jellemző. A meditáció szót hallva sokan arra gondolnak, hogy aki meditál, az megpróbál elmenekülni az élet mindennapi tevékenységei elől, hogy egy bizonyos testhelyzetet vesz fel, visszavonul egy barlangba, egy kolostori cellába, vagy valami elszigetelt helyre, és ott egyfajta misztikus, titokzatos gondolatmenetbe vagy transzba ringatja magát. A valódi buddhista meditáció egyáltalán nem menekülés. A Buddha erről szóló tanítását olyannyira kevésbé értették vagy félreértelmezték, hogy az idők során a meditáció módszere egyfajta csaknem rutinszerű rítussá vagy szertartássá alacsonyodott.^{175}

A legtöbben azért érdeklődnek a meditáció vagy a jóga iránt, mert szeretnének valamiféle spirituális vagy misztikus erőre szert tenni, olyanra, ami másnak nincs, például megnyitni a harmadik szemet.

Volt régebben Indiában egy buddhista szerzetesnő, aki megpróbálta azt a képességet kifejleszteni, hogy a fülével lásson, holott tökéletesen birtokában volt annak a képességnek, hogy a szemével lásson! Az ilyen ötletek spirituális perverziók, és a hatalomra irányuló vágygal állnak összefüggésben.

A meditáció szó alig-alig adja vissza az eredeti *bhāvanā* kifejezés jelentését: „művelés, fejlesztés”. A buddhista *bhāvanā* a tudat művelése a szó legmélyebb értelmében. Célja az, hogy a tudatot megtisztítsa a szennyeződésektől és a zavaroktól, vagyis a vágyaktól, a gyűlöletől, a rosszakarattól, a lustaságtól, az aggodalomtól és nyugtalanságtól, a szkeptikus kételytől, és hogy olyan jellemzőket műveljen ki, mint például az összeszedettség, a tudatosság, az értelem, az akarat, az energia, az elemzés képessége, a bizalom, az öröm, a nyugalom – ezek végül elvezetnek a legmagasabb bölcsesség megvalósításához, amely olyannak látja a dolgokat, amilyenek, és felismeri a végső igazságot, a nirvánát.

Kétféle meditáció létezik. Az egyik a tudati összpontosítás (*szamatha* vagy *szamádhi*), az egyhegyűség (*csittékaggatá*, szanszkrit: *csittaikágratá*) kifejlesztése különféle, a szövegekben leírt módszerekkel, egészen a legmagasabb misztikus állapotokig, például az úgynevezett semmi birodalmáig vagy a sem-észlelés-sem-nem-észlelés birodalmáig. A Buddha szerint ezeket a misztikus állapotokat a tudat hozza létre, vagyis a tudat függvényében alakulnak ki (*szankhata*).^{176} Semmi közülük a valósághoz, az igazsághoz, a nirvánához. Ez a meditációs módszer már a Buddha előtt is létezett, tehát nem kizárólag buddhista eszköz. Ugyanakkor a buddhista meditációban is megvan a maga helye, azonban a nirvána megvalósításához nem szükséges.^{177} Megvilágosodása előtt a Buddha maga is tanulta ezeket a jógatechnikákat különböző mesterek irányítása alatt, és el is érte a legmagasabb állapotokat. Azonban nem volt elégedett, mert ezek nem vezettek teljes megszabaduláshoz, nem engedtek bepillantást a végső valóságba. Azt tartotta, hogy ezek a misztikus állapotok „ebben az életben kellemes időtöltést” (*ditthadhammaszukhavihára*), vagy „békés létezést” (*szantavihára*) jelentenek, de nem többet.^{178}

Ezért feltárta a meditáció egy másik formáját, amelyet *vipasszanán*ak (szanszkrit: *vipasjaná* vagy *vidarsaná*) neveznek: ez

a dolgok természetének belátása, amely elvezet a tudat teljes megszabadulásához, a végső igazsághoz, a nirvánához. Ez a buddhista meditáció, a tudat buddhista művelése. Olyan analitikus módszer, amely az éberségre, a tudatosságra, a figyelemre és a megfigyelésre alapul.

Pár oldalban lehetetlen megfelelően összefoglalni ezt a hatalmas témakört. Mindenesre kísérletet teszünk arra, hogy igen röviden és nagy vonalakban gyakorlati betekintést nyújtsunk a valódi buddhista meditációba, a tudat művelésébe vagy fejlesztésébe.

A legfontosabb beszéd, amelyet a Buddha a tudat fejlesztéséről (meditáció) adott, a *Szatipatthána-szutta* címet viseli.^{179} Ezt a beszédet a hagyomány olyan nagy becsben tartja, hogy nem csak a buddhista kolostorokban, hanem a buddhista otthonokban is rendszeresen recitálják: a családtagok körben ülnek és odaadással hallgatják. A szerzetesek sokszor ezt recitálják a haldokló ágya mellett, hogy utolsó gondolatai tiszták legyenek.

Azok a meditációs módszerek, amelyeket ez a beszéd ír le, nem életidegen, „a gyakorlattól” távol eső módszerek; épp ellenkezőleg, nagyon is kapcsolatban állnak életünkkel, mindennapi tevékenységeinkkel, szomorúságainkkal és örömeinkkel, szavainkkal és gondolatainkkal, erkölcsi és intellektuális foglalatosságainkkal.

A beszéd négy nagyobb részből áll: az első a testtel foglalkozik (*kája*), a második az érzésekkel (*védaná*), a harmadik a tudattal (*csitta*), a negyedik pedig különféle erkölcsi és intellektuális tárgyakkal (*dhamma*).

Nem szabad megfeledkeznünk arról, hogy bármilyen meditációról legyen is szó, a legfontosabb dolog az éberség vagy a tudatosság (*szati*), a figyelem vagy a megfigyelés (*anupasszaná*).

A testtel kapcsolatos meditáció egyik legismertebb és leggyakorlatiasabb példája a „ki- és belégzésre irányuló éberség vagy tudatosság” (*ánápánaszati*). A szöveg csak ezen gyakorlat esetében ír elő egy bizonyos, meghatározott testhelyzetet. A *szuttában* említett többi gyakorlat közben az ember ülhet, állhat, járhat vagy feket, ahogy kedve tartja, de a ki- és belégzésre irányuló éberség gyakorlásához az ülő testhelyzet szükséges, ahogy a szöveg mondja: „a lábat keresztbe téve, egyenes testtel, éber

figyelemmel” kell ülni. Azonban sok olyan ember van – különösen igaz ez a nyugatiakra –, akik számára nem praktikus vagy kényelmetlen keresztbe tett lábbal ülni. Ezért azok, akiknek ez nehézséget okoz, ülhetnek széken is, „egyenes testtel, éber figyelemmel”. E gyakorlatnál nagyon fontos, hogy a test egyenes legyen, de ugyanakkor ne legyen merev; a kezek kényelmesen az ölből pihennek. Ebben az ülő helyzetben az ember becsukhatja a szemét, vagy nézheti az orra hegyét is, attól függően, hogyan érzi kényelmesebben magát.

Éjjel-nappal ki- és belélegzünk, de sosem figyelünk oda erre, egyetlen másodpercre sem összpontosítjuk erre tudatunkat. Most pedig éppen ez a gyakorlat. Lélegezzünk be és ki a megszokott, természetes módon, erőltetés nélkül, a tudat pedig figyelje meg a ki- és belégzést, legyen éberen tudatában a ki- és belégzésnek. Esetenként mély levegőt veszünk, esetenként pedig nem. Ennek nincs jelentősége; lélegezzünk a szokott módon, természetesen. A dolgunk csupán annyi, hogy amikor mély levegőt veszünk, akkor tudatában legyünk annak, hogy mély levegőt veszünk, és így tovább. Más szóval, a tudat olyannyira a légzésre összpontosít, hogy tudatában vagyunk a légzés mozgásának és változásának. Felejtsünk el minden mást, a minket körülvevő dolgokat, ne emeljük fel a tekintetünket, és ne nézzünk semmire. Ezt a gyakorlatot próbáljuk végezni öt-tíz percig.

Először úgy érzi az ember, hogy rendkívül nehéz a tudatot a légzésre összpontosítani. Meglepő, hogy a tudat mennyire szétszórt és fegyelmezetlen; nem marad egyhelyben. Az ember elkezd mindenfélére gondolni. Hallja a külső hangokat, és a tudat megzavarodik, szétszóródik. Az ember ettől adott esetben elcsügged és elveszíti a kedvét. De ha naponta kétszer (reggel és este) elvégzi ezt a gyakorlatot, minden alkalommal öt-tíz percig, akkor a tudat szép lassan, fokozatosan összpontosítani kezd a légzésre. Egy bizonyos idő után azt tapasztalja – a másodperc töredékéig –, hogy a tudat teljes egészében a légzésre összpontosít, hogy nem hallja a hangokat, és a külvilág megszűnik számára. Ez az egyetlen pillanat hatalmas élmény, nagy öröm, boldogság és nyugalom, és szeretné fenntartani ezt az állapotot. Csakhogy erre még nem képes. Azonban ha továbbra is rendszeresen gyakorol, akkor az élmény

megismétlődik, újra meg újra, ezúttal már hosszabb ideig. Ez az a pillanat, amikor az ember elveszíti magát a légzésre irányuló éberségben. Amíg tudatában van saját magának, addig semmire sem képes összpontosítani.

A légzésre irányuló éberség – ami az egyik legegyszerűbb és legkönnyebb gyakorlat – célja az, hogy olyan összeszedettséget fejlesszen ki, amely igen magas szintű misztikus állapotokhoz (sz: *dhjána*) vezet. Ugyanakkor az összeszedettség ereje alapvető fontosságú ahhoz, hogy mélyen megértsük, belássuk a dolgok természetét – és ide tartozik a nirvána megvalósítása is.

Emellett a légzéssel kapcsolatos gyakorlat azonnal eredményekkel jár. Jót tesz a testi egészségnek, megkönnyíti a pihenést és a jó alvást, és hozzájárul ahhoz, hogy mindennapi munkánkat hatékonyabban végezzük. Elnyugtat, elcsendesít. Ha az ember ideges vagy izgatott, és pár percig ezt gyakorolja, akkor azt tapasztalja, hogy azonnal megnyugszik. Úgy érzi majd magát, mintha pihentető alvásból ébredt volna.

A meditáció (a tudat fejlesztése) egy másik fontos, gyakorlati és hasznos formája az, hogy bármit is csinálunk – a testünkkel vagy a beszédünkkel, a hétköznapi élet, a munka, a szakmai élet vagy a magánélet során –, annak tudatában vagyunk. Ha járunk, állunk, ülünk, fekszünk alszunk, nyújtózkodunk, körbenézünk, öltözködünk, beszélünk, csendben maradunk, eszünk vagy iszunk, vagy a szükségünket végezzük – mindeközben (és minden más tevékenység esetében) teljesen tudatában vagyunk annak, amit az adott pillanatban éppen csinálunk. Más szóval, a jelen pillanatban, az adott cselekvésben kell létezni. Ez nem azt jelenti, hogy egyáltalán nem szabad a múltra vagy a jövőre gondolni. Épp ellenkezőleg: a jelen pillanat, az adott cselekvés fényében kell gondolni rájuk, ott és akkor, amikor időszerű.

Az emberek általában nincsenek jelen a tetteikben, a jelen pillanatban. A múltban vagy a jövőben élnek. Látszólag jelen vannak, és éppen csinálnak valamit, de valójában valahol máshol vannak: a gondolataikban, képzelt gondjaikban, a múlt emlékeiben, vagy a jövővel kapcsolatos vágyakban és találgatásokban. Ezért nem élnek a jelen pillanatban, és nem is élvezik azt. Emiatt aztán elégedetlenek a jelennel, azzal a munkával, amit éppen végeznek,

és nem tudják magukat teljesen átadni annak, amit látszólag csinálnak.

Gyakran láthatjuk, hogy az étteremben az emberek olvasnak evés közben. Ilyenkor az a benyomásunk, hogy az illető nagyon elfoglalt, hiszen még enni sincs ideje. Nem világos, hogy eszik vagy olvas. Azt is mondhatnánk, hogy mindkettőt csinálja, holott valójában egyiket sem csinálja és egyiket sem élvez. Zaklatott, feszült, nem élvezi azt, amit az adott pillanatban csinál, nem éli az életet a jelen pillanatban, hanem tudattalanul és ostoba módon megpróbál elmenekülni az élet elől. (Ez természetesen nem jelenti azt, hogy például ne lenne szabad barátainkkal beszélgetni étkezés közben.)

Hiába is próbálkozunk, nem tudunk elfutni az élet elől. Amíg élünk – függetlenül attól, hogy egy barlangban vagy egy városban lakunk –, addig szembe kell néznünk az élettel, és meg kell élnünk azt. A valódi élet nem más, mint a jelen pillanat: nem a múlt emlékei, hiszen azok már halott dolgok, és nem is a jövőbe vetett remények, hiszen azok még nincsenek sehol. Aki a jelen pillanatban él, az a valódi életet éli, és ő a legboldogabb ember.

Amikor a Buddhától azt kérdezték, hogy egyszerű életet élő, naponta csak egyszer étkező tanítványai külseje mitől olyan sugárzó, azt felelte: „Nem rágódnak a múlton, nem merengenek a jövőn. A jelenben élnek, ezért ez a sugárzás. A bolondok, akik a jövőn merengenek és a múlton rágódnak, olyanok, mint a levágott, fonnyadó zöld nád.”^{180}

Az éberség vagy a tudatosság nem azt jelenti, hogy az embernek azt kell gondolnia és annak kell tudatában lennie, hogy „most ezt csinálom”. Épp ellenkezőleg. Abban a pillanatban, hogy azt gondolja: „most ezt csinálom”, tudatába kerül saját magának, és akkor már nem a cselekvésben él, hanem az „én vagyok” elgondolásában, és ennek következtében a cselekvés sem lesz tökéletes. Meg kell magáról feledkeznie, el kell merülnie abban, amit csinál. Amikor egy előadó tudatába kerül annak, hogy „közönség előtt beszélek”, beszéde zavaros lesz, gondolatmenete megszakad. De ha belefeledkezik a beszédbe, a témába, akkor a legjobb teljesítményt nyújtja, jól beszél és világosan magyarázza el a dolgokat. Minden nagy alkotás, függetlenül attól, hogy művészi, költői, intellektuális vagy szellemi, azokban a pillanatokban születik meg, amikor az

alkotók teljesen elmerülnek a cselekvésben, megfélekeznek magukról és megszabadulnak a saját magukra irányuló tudatosságtól.

A tevékenységekre irányuló éberség vagy tudatosság, amelyet a Buddha tanított, nem más, mint az, hogy a jelen pillanatban, az adott cselekvésben élünk. (Ezt hangsúlyozza a zen is, amely alapvetően a Buddha tanításaira épül.) E meditáció során nem kell semmi különlegeset tennünk ahhoz, hogy kifejlesszük az éberséget; egyszerűen csak éber figyelemmel kell fordulnunk afelé, amit éppen csinálunk. Az olyannyira drága időből egyetlen pillanatot sem kell erre a bizonyos meditációra áldoznunk, egyszerűen csak éberséget és tudatosságot kell gyakorolnunk, éjjel-nappal, a megszokott hétköznapi élet minden tevékenységével kapcsolatban. A fentebb leírt két meditációs módszer a testre vonatkozik.

A tudat fejlesztésének (a meditációnak) van olyan módja is, amely az érzésekhez kapcsolódik: az érzések lehetnek kellemesek, kellemetlenek vagy semlegesek. Nézzünk egy példát. Fájdalmas, szomorú érzést tapasztalunk. Ebben az állapotban a tudat ködös, zavaros, fénytelen és nyomott. Előfordulhat, hogy azt sem tudjuk világosan, hogy mi az oka ennek a szomorú érzésnek. Először is azt kell megtanulnunk, hogy a boldogtalan érzés miatt ne legyünk boldogtalanok, hogy ne aggodalmaskodjunk aggodalmaink miatt. Ehelyett próbáljuk meg világosan látni azt, hogy miért van jelen a boldogtalanság érzése, az aggodalom vagy a bánat. Próbáljuk megfigyelni, hogy mitől alakul ki, mi az oka, hogyan tűnik el, milyen a megszűnése. Próbáljuk úgy megfigyelni, mintha kívülről néznénk, szubjektív reakció nélkül, úgy, ahogy a tudós vizsgálja érdeklődésének tárgyát. Ne úgy nézzünk rá, mint „az én érzésemre” (azaz ne szubjektív módon), hanem objektíven, mint érzésre. Az én tévképzetét el kell felejtenünk. Amikor belátjuk az érzés természetét, azt, hogy hogyan keletkezik és hogy tűnik el, akkor a tudat szenvedélymentes lesz az adott érzéssel kapcsolatban, vágytalan és szabad. Ez minden érzés esetében igaz.

Ejtsünk most szót arról, hogy mit jelent a tudattal kapcsolatos meditáció. Teljesen tudatában kell lennünk annak, amikor a tudat vágyakozó vagy éppen vágy nélküli, amikor elborítja a gyűlölet, a rosszakarat, vagy épp megtölti a szeretet, az együttérzés, amikor

tudatlanság van benne, vagy világosan és helyesen lát, és így tovább. El kell ismernünk, hogy nagyon gyakran a félelem vagy a szégyenkezés visszatart minket attól, hogy ránézzünk tudatunkra. Inkább elfordulunk. Bátornak és őszintének kell lennünk ehhez, éppen úgy, mintha tükörbe néznénk.^{181}

Ilyenkor szó sincs bírálatról és ítékezésről, nem teszünk különbséget helyes és téves, jó és rossz között. Pusztán megfigyelünk, figyelünk, vizsgálódunk. Nem bírák vagyunk, hanem tudósok. Amikor megfigyeljük a tudatot, és világosan látjuk a természetét, akkor már nincsenek bennünk szenvedélyek a tudat érzelmeivel, érzéseivel és állapotaival kapcsolatban.

Így eltávolodunk és szabadok leszünk; úgy látjuk a dolgokat, ahogyan vannak.

Nézzünk egy példát. Tegyük fel, hogy nagyon mérgesek vagyunk, hatalmába kerít minket a düh, a rosszindulat, a gyűlölet. Érdekes és paradox dolog, hogy az ilyen állapotban lévő ember nincsen tudatában annak, hogy dühös. Abban a pillanatban, hogy éberén felismeri saját tudatállapotát, abban a pillanatban, hogy rálát a haragra, a harag – hogy úgy mondjuk – elszégyelli magát, visszahúzódik és lassan elül. Meg kell vizsgálnunk a harag természetét, azt, hogy hogyan jelenik meg és hogyan tűnik el. Ezen a ponton megint észben kell tartanunk azt, hogy nem szabad azt gondolnunk: „dühös vagyok” vagy „az én dühöm”. Egyszerűen csak éberén tudatában kell lennünk a haragos tudatállapotnak. Nem történik más, mint hogy megfigyeljük és megvizsgáljuk a haragos tudat állapotát. Ez a hozzáállás szükséges minden érzelem, érzés és tudatállapot esetében.

Ott van még az erkölcsi, szellemi és intellektuális témákkal kapcsolatos meditáció. A meditáció e típusa magában foglalja minden tanulmányunkat, olvasmányunkat, beszélgetéseinket, vitáinkat és gondolatainkat, amelyek e témákra vonatkoznak. Ha valaki elolvassa ezt a könyvet, és mélyen elgondolkodik a benne foglaltakon, az is a meditáció egy formája. Korábban láttuk,^{182} hogy Khémaka és a többi szerzetes párbeszéde egyfajta meditáció volt, amely a nirvána megvalósításához vezetett.

Az ilyen meditáció során az ember tanulmányozhatja az öt akadályt (*nívarana*), gondolkodhat róluk, fontolóra veheti azokat. Az

öt akadály a következő:

1. érzéki vágy (*kámaccshanda*),
2. rosszindulat, gyűlölet vagy harag (*vjápáda*),
3. tompaság és lustaság (*thína-middha*),
4. nyugtalanság és aggodalom (*uddhacsa-kukkucsa*),
5. szkeptikus kétely (*vicsikiccshá*).

Úgy tartják, ez az öt akadályoz bármiféle tiszta megértést, mi több, a haladás bármely formáját. Amikor az emberen erőt vesznek ezek az állapotok és nem tudja, hogy lehetne megszabadulni tőlük, akkor nincs tisztában azzal, hogy mi helyes és helytelen, jó és rossz.

Meditálhatunk a megvilágosodás következő hét tényezőjén is (*boddzshanga*):

1. Éberség (*szati*), azaz tudatában lenni minden testi és tudati tevékenységnek (ahogy azt fent tárgyaltuk).

2. A tanítás különböző kérdéseinek vizsgálata és kutatása (*dhamma-vicsaja*). Ide tartozik minden vallási, erkölcsi és filozófiai tanítás, olvasmány, kutatás, vita, megbeszélés, vagy az ilyen témákkal foglalkozó előadások látogatása.

3. Tetterő (*virija*): elszántan tevékenykedni egészen addig, amíg el nem érjük a célt.

4. Öröm (*piti*): a pesszimista, borongó, melankolikus tudatállapot ellentéte.

5. A test és a tudat elnyugvása (*passzaddhi*). Az ember sem fizikailag, sem mentálisan nem merev.

6. Összeszedettség (*szamádhi*) (ahogy azt fent tárgyaltuk).

7. Felülemelkedett egykedvűség (*upekkhá*), vagyis az a képesség, hogy az élet minden viszontagságát nyugodt tudattal, békésen, zavarodottság nélkül fogadjuk.

E tulajdonságok kialakításához a legfontosabb dolog az őszinte akarat, szándék vagy hajlam. A szövegek sok más olyan anyagi és szellemi feltételt írnak le, amelyek előmozdítják az egyes tulajdonságok kialakítását.

Meditálhatunk olyan témákon is, mint például az öt halmaz – ilyenkor azt vizsgáljuk, hogy mi is az, amit lénynek nevezünk, mi az, amit ennek nevezünk –, vagy a négy nemes igazságon, ahogy fent tárgyaltuk. E kérdések tanulmányozása és kutatása teszi ki a

meditáció negyedik formáját, amely elvezet a végső igazság felismeréséhez.

A fentiekén kívül sok más meditációs tárgy is létezik; hagyományosan negyven ilyen tárgyról tesznek említést. Ezek közül érdemes kiemelni a négy magasztos állapotot (*brahmavihára*): (1) a határtalan, egyetemes szeretet és jóakarat (*mettá*) kiterjesztése minden élőlényre, mindenféle megkülönböztetés nélkül, „úgy, ahogy az anya szereti egyetlen gyermekét”; (2) együttérzés (*karuná*) minden szenvedő, gondban lévő, szerencsétlen élőlény iránt; (3) együttérző öröm (*muditá*) mások sikere, jóléte és boldogsága miatt; (4) felülemelkedett egykedvűség (*upekkhá*) az élet viszontagságaival szemben.

Amit a Buddha tanított és a mai világ

*Téves nézetek • A buddhizmus mindenkinek szól
• Buddhizmus a hétköznapi életben • Családi és társadalmi élet • A világi életet a buddhizmus nagyra becsüli • Hogyan lesz az ember buddhista
• Társadalmi és gazdasági problémák • Szegénység: a bűnözés oka • Anyagi és spirituális haladás • A világi ember négyféle boldogsága • Politika, háború és béke • Erőszakmentesség • A vezető tíz kötelessége • A Buddha üzenete • Gyakorlatias megközelítés? • Asóka példája • A buddhizmus célja*

Vannak, akik szerint a buddhizmus annyira emelkedett és kifinomult rendszer, hogy a mai sivár világban nem lehet gyakorolni, és hogy az embernek vissza kell vonulnia egy kolostorba vagy valamilyen nyugodt helyre, és akkor lesz belőle igazi buddhista.

Ez sajnálatos félreértés: aki így gondolja, az nem érti a Buddha tanítását. Az emberek akkor vonnak le ilyen elhamarkodott és téves következtetéseket, amikor véletlenszerűen hallanak vagy olvasnak valamit a buddhizmusról, mégpedig egy olyan embertől, aki az adott kérdést nem értette meg teljesen, és csak részleges, kiegyensúlyozatlan képet adott róla. A Buddha tanítása nem csak a kolostorokban élő szerzeteseknek szól, hanem családos férfiaknak és nőknek is. A nyolcrétű nemes ösvény – a buddhista életmód – mindenki számára megvalósítható, mindenféle megkülönböztetés nélkül. A világban élő emberek többsége nem lehet szerzetes, és nem húzódhat vissza barlangokba és erdőkbe. Akármilyen nemes és tiszta is a buddhista tanítás, hatalmas tömegek számára lenne haszontalan, ha a mai világban, hétköznapi életük során nem tudnák követni. De ha megértjük a buddhizmus szellemiségét, és nem csak

a szavak szintjén ismerjük, akkor minden bizonnyal hétköznapi életet élve is tudjuk követni és gyakorolni.

Vannak olyan emberek, akik számára könnyebb és kényelmesebb úgy befogadni a buddhizmust, hogy közben egy elhagyatott helyen, magányban élnek. Vannak viszont olyanok is, akik számára az ilyen típusú visszavonultság unalmas, testileg-lelkileg nyomasztó, és így nem segíti elő szellemi és intellektuális fejlődésüket.

A valódi lemondás nem azt jelenti, hogy fizikai valónkban meg kell szökni a világ elől. Száriputta, a Buddha egyik legkiválóbb tanítványa azt mondta, hogy az ember élhet egy erdőben és szentelheti az életét aszketikus gyakorlatoknak, attól még lehet, hogy gondolatai egytől-egyig tisztátalanok és tudata tele van szennyeződésekkel, míg egy másik élhet egy faluban vagy városban – esetleg nem éppen aszketikus fegyelemben –, de tudata mégis lehet tiszta, szennyeződésektől mentes. Száriputta kijelentette, hogy e kettő közül az a kiválóbb, aki a faluban vagy a városban él tiszta életet, és nem az, aki az erdőben lakik.^{183}

Tévedés az a széles körben elterjedt nézet, hogy a Buddha tanítása csak úgy gyakorolható, ha az ember visszavonul az élettől. A buddhista szövegek sokszor említenek olyan embereket, akik hétköznapi, szokásos családi életet éltek, és ugyanakkor sikeresen gyakorolták azt, amit a Buddha tanított, és elérték a nirvánát. A vándor Vaccshagotta (akiről az *anattá*-ról szóló fejezetben már említést tettünk) egyszer megkérdezte a Buddhát, hogy vannak-e olyan, világi életet élő férfiak és nők, akik sikeresen követik tanításait és magas szintű szellemi állapotokat érnek el. A Buddha egyértelműen kijelentette, hogy nem egy vagy kettő, nem száz, kétszáz vagy ötszáz, hanem jóval több ilyen ember van.^{184}

Vannak olyanok, akik kellemesnek találják a visszavonult életet, és a csöndes, nyugodt helyeket kedvelik. De minden bizonnyal dicséretesebb és bátrabb, ha az ember úgy gyakorolja a buddhizmust, hogy nem hagyja el embertársait, hanem segíti és szolgálja őket. Talán bizonyos esetekben hasznos, ha egy ember időről-időre el tud vonulni, és ezzel a bevezető erkölcsi, szellemi és intellektuális gyakorlással javítani tudja tudatát és jellemét. Ha pedig kellően megerősödött, akkor visszatérhet és segíthet másokon. De

ha az ember egész életét magányban éli le, nem gondol semmi másra, csak a saját boldogságára és „megváltására”, s közben embertársaival nem törődik, akkor egészen biztosan nem tartja magát a Buddha tanításához – amely tanítás alapja a szeretet, az együttérzés és mások szolgálata.

Felmerül a kérdés: ha az ember a buddhizmust hétköznapi, világi életet élve is követheti, akkor a Buddha miért hozta létre a Szanghát, a szerzetesek rendjét? A rend azok számára biztosít lehetőséget, akik hajlandók egész életüket nem csak saját szellemi és intellektuális fejlődésüknek, de mások szolgálatának is szentelni. Egy családos világi ember ezt nem teheti meg, míg egy szerzetes, akinek nincs családja, amiért felelősséggel tartozna, és semmilyen más világi kötöttsége sincs, abban a helyzetben van, hogy a Buddha tanácsának megfelelően egész életét „sokak javának, sokak boldogságának” szentelje. A történelem során a buddhista kolostorok így lettek nem csupán spirituális központok, hanem az oktatás és a kultúra központjai is.

A *Szigálaka-szutta*^{185} rámutat arra, hogy a Buddha milyen tisztelettel viseltetik a világiak élete, családi és társadalmi viszonyai iránt.

Egy Szigálaka nevű fiatalember a menny hat kardinális pontját vagy irányát (észak, dél, nyugat, kelet, a nadír és a zenit) imádja, így tartja magát ahhoz a tanácshoz, amelyet haldokló apjától kapott. A Buddha azt mondja neki, hogy a tanítás „nemes fegyelme” (*arijassza vinajé*) szerint a hat irány mást jelent. Eszerint a hat irány a következő: kelet – a szülők; dél – a tanítók; nyugat – a feleség és a gyermekek; észak – a barátok, rokonok és szomszédok; nadír – a szolgák, munkások és alkalmazottak; zenit – a vallási vezetők.

A Buddha azt mondja: „az embernek ezt a hat irányt kell imádnia.” A imádat (*namasszéja*) szó használata nagyon lényeges, hiszen az ember olyasvalamit tisztel így, ami szent, ami méltó a megbecsülésre. A buddhizmus e hat családi és társadalmi csoportot tartja szentnek és tiszteletreméltónak. De miben áll az imádatuk? A Buddha azt mondja, hogy az ember csak egyféleképpen tudja imádni őket: úgy, hogy teljesíti velük szembeni kötelezettségeit. Ezeket a kötelezettségeket a Szigálakának szóló tanítóbeszédben fejti ki a Buddha.

Először is: a szülők szentek a gyermekek számára. A Buddha azt mondja: „a szülők neve: *Brahmá*” (*Brahmáti mátápitáro*). A *Brahmá* itt az indiai gondolkodás legmagasabb és legszentebb fogalmát jelöli, és a Buddha ide sorolja a szülőket. A jó buddhista családokban a gyermekek a mai napig mindennap – reggel és este – a szó szoros értelmében „imádkoznak” a szüleikhez. A nemes fegyelem szerint bizonyos kötelezettségeket kell teljesíteniük a szülőkkel szemben: gondoskodniuk kell idős szüleikről, mindent meg kell tenniük értük, meg kell őrizniük a család becsületét és fenn kell tartaniuk a családi hagyományt, meg kell óvniuk a szülők által felhalmozott vagyont, és a szülők halálakor be kell mutatniuk a halotti szertartásokat. A szülőknek is vannak bizonyos kötelezettségeik gyermekeikkel szemben: meg kell óvniuk gyermekeiket attól, hogy azok rossz útra térjenek, jó és hasznos tevékenységekbe kell bevonniuk őket, jó oktatásban kell őket részesíteniük, jó családba kell őket kiházásítaniuk, és a megfelelő időben át kell adniuk részükre a családi vagyont.

A második a tanító és a tanítvány viszonya. A tanítványnak tisztelnie kell a mesterét, és engedelmeskednie kell neki, esetleges szükségleteit ki kell elégítenie, és komolyan kell tanulnia. A tanítónak pedig helyesen kell tanítania és alakítania tanítványát, megfelelő oktatásban kell részesítenie, be kell mutatnia barátainak, és az oktatás után megfelelő biztonságot vagy állást kell nyújtania számára.

A harmadik a férj és a feleség viszonya; a kettőjük közötti szeretetnek szinte vallásos jelentőséget tulajdonítanak, csaknem szentnek tekintik. *Szadára-brahtnacsarijának*, „szent családi életnek” nevezik. Ezen a ponton újból ki kell emelni a *Brahmá* kifejezés fontosságát: e kapcsolatnak a legnagyobb tisztelettel adóznak. A férj és a feleség hűségesek egymáshoz, tisztelik és odaadóan szeretik egymást; a férj mindig tiszteletben tartja feleségét, és e tisztelet sosem szenved csorbát; szereti őt és hűséges hozzá; biztosítja helyzetét és kényelmét, ellátja ruhákkal és ékszerekkel. (Az, hogy a Buddha arról sem feledkezett meg, hogy megemlítsé, hogy a férj milyen ajándékokat vigyen a feleségének, mutatja, hogy milyen megértően viszonyult a hétköznapi emberi érzésekhez.) A feleség pedig a háztartás dolgait intézi, szórakoztatja a vendégeket, a

látogatókat, a barátokat, a rokonokat és az alkalmazottakat, szereti férjét és hűséges hozzá, felügyel a férje által megkeresett összegre, minden tevékenységet okosan és energikusan végez.

A negyedik a barátok, a rokonok és a szomszédok közötti viszony: barátságosak és jószívűek egymással, egymás jóléte érdekében munkálkodnak, kedvesen beszélnek egymással, egyenlőnek tekintik egymást, nem vitáznak, szükségben segítik egymást, és nem hagyják el egymást a bajban.

Az ötödik az úr és a szolga viszonya. Az úrnak vagy a munkaadónak kötelezettségei vannak szolgálival vagy alkalmazottaival szemben: a munkát a dolgozók képességeinek és adottságainak megfelelően kell kiosztania, megfelelő fizetséget kell adnia, szükség esetén orvosi ellátást, esetenként pedig adományokat vagy jutalmat kell biztosítania. A szolga vagy alkalmazott pedig szorgalmas és nem lustálkodik, becsületes és nem csapja be urát, munkáját pedig lelkesen végzi.

A hatodik a vallási vezetők (szó szerint: a remeték és a bráhmanák) és a világi emberek viszonya: a világiak szeretettel és tisztelettel gondoskodnak a vallási vezetők anyagi szükségleteiről, a vallási vezetők pedig szerető szívvel megosztják a világiakkal tudásukat és tapasztalatukat, és a jó úton vezetik őket, távol a gonosz dolgoktól.

Látjuk, hogy a világi élet – beleértve a családi és társadalmi kapcsolatokat – a nemes fegyelem részét képezi, és a buddhista életúthoz tartozik.

Az egyik legrégebbi páli nyelvű szövegben, a *Szamjuttanikájában*, Szakka, az istenek (*déva*) ura kijelenti, hogy nem csak azt a szerzetest tiszteli, aki erkölcsös, szent életet él, hanem „a világi tanítványokat (*upászaka*) is, akik erkölcsös tetteket hajtanak végre, akik erényesek, és erényesen tartják fenn családjukat.”^{186}

Ha valaki buddhista szeretne lenni, nincs olyan, a kereszteléshez hasonló beavatási szertartás, amelyen át kellene esnie. (Ahhoz azonban, hogy *bhikkhuy* azaz a *Szangha* rendjének tagja legyen, a képzés és oktatás hosszú folyamatán kell keresztülmennie.) Ha valaki megérti a Buddha tanítását, ha meg van győződve afelől, hogy ez a tanítás a helyes ösvény, és ha megpróbál ezen az ösvényen járni, akkor az illető buddhista. Azonban a buddhista

országok ősrégi hagyománya szerint az buddhista, aki menedéket vesz a Buddhában, a *Dhammában* (a Tanban) és a *Szanghában* (a szerzetesek Rendjében) – ezt a hármat gyakran nevezik a „három ékkőnek” –, és elhatározza, hogy betartja az öt fogadalmat (*panycsa-szíla*), azaz a világi buddhistákra vonatkozó minimális erkölcsi szabályokat: (1) nem pusztít el életet, (2) nem lop, (3) nem követ el házasságtörést, (4) nem hazudik, (5) nem fogyaszt részegítő italokat. A fogadalmat az ősi szövegeket recitálva teszi le. A vallási eseményeken a buddhista közösség általában ezeket a formulákat recitálja, egy buddhista szerzetes vezetésével.

Nincsenek olyan külső rítusok vagy szertartások, amelyeket egy buddhistának be kellene mutatnia. A buddhizmus életút, és a lényege az, hogy az ember a nyolcrétű nemes ösvényt járja. Természetesen minden buddhista országban vannak egyszerű és szép szertartások, amelyeket vallási eseményeken mutatnak be. Vannak szentélyek, amelyekben ott állnak a Buddha-szobrok, vannak *sztúpák* vagy *dágabák*, ott vannak a hó-fák a kolostorok udvarán; a buddhisták ezeken a helyeken végeznek szertartásokat, ajánlanak fel virágokat, mécseseket, és gyújtanak füstölőt. Mindez nem hasonlítható a teista vallások imáihoz; ez pusztán egy módja annak, ahogyan a buddhisták tiszteletüket teszik az utat mutató Mester emléke előtt. Ezeknek a hagyományos szokásoknak – jóllehet nem igazán lényegesek – az adja az értékét, hogy kielégítik azoknak az embereknek vallási érzelmeit és szükségleteit, akik intellektuálisan és spirituálisan kevésbé fejlettek, és fokozatosan segítik őket abban, hogy előrehaladjanak az ösvényen.

Tévednek azok, akik úgy gondolják, hogy a buddhizmust csak az emelkedett ideák, a magasröptű erkölcsi és filozófiai gondolatok jellemzik, és közben figyelmen kívül hagyja az emberek társadalmi és anyagi jólétét. A Buddhát érdekelte az emberek boldogsága. Véleménye szerint az ember nem lehet boldog anélkül, hogy erkölcsi és spirituális elvekre alapuló életet élne. De azzal is tisztában volt, hogy kedvezőtlen anyagi és társadalmi körülmények között nehéz ilyen életet élni.

A buddhizmus az anyagi jólétet nem tekinti önmagában célnak, hanem egy magasabb és nemesebb célhoz vezető eszköznek: azaz olyan eszköznek, ami nélkülözhetetlen az emberi boldogság

magasabb céljának eléréséhez. A buddhizmus tehát elismeri, hogy a spirituális sikerhez szükség van bizonyos minimális anyagi feltételekre, és ez még az elhagyatott helyeken élő szerzetesekre is igaz.^{187}

A Buddha nem emelte ki az életet a társadalmi és gazdasági keretek közül; teljes egészében látta, annak minden társadalmi, gazdasági és politikai aspektusával együtt. Erkölcsi, spirituális és filozófiai kérdésekről szóló tanításai jól ismertek. Azonban általában igen kevesen tudnak (és ez különösen jellemző a nyugati világra) a társadalmi, gazdasági és politikai kérdésekről szóló tanításairól, jóllehet az ősi buddhista szövegekben számos olyan tanítóbeszéd van, amelyek ezt tárgyalják. Nézzünk néhány példát.

A *Csakkavattiszíhanáda-szutta* egyértelműen kijelenti, hogy a szegénység (*dáliddija*) olyan erkölcstelenségekhez és bűnözéshez vezet, mint például a lopás, a hazugság, az erőszak, a gyűlölet, a kegyetlenség, stb. A régi időkben a királyok – ugyanúgy, mint a mai kormányok – büntetéssel próbálták elejét venni a bűnözésnek. Ugyanezen *nikája Kútadanta-szuttája* kifejti, hogy ez mennyire fölösleges: kijelenti, hogy ez a módszer eleve kudarcra van ítélve. A Buddha szerint a bűn úgy előzhető meg, ha az emberek életkörülményein javítunk: a földművesek számára vetőmagot és egyéb szükséges eszközöket, a kereskedők és az üzleti életben dolgozók számára tőkét kell biztosítani, az alkalmazottaknak pedig megfelelő bért kell fizetni. Amikor az embereknek ily módon lehetőségük nyílik arra, hogy elegendő jövedelmük legyen, akkor elégedettek lesznek, nem fognak félni vagy aggodalmaskodni, és ennek eredményeként az országban béke uralkodik majd, és nem lesz bűnözés.^{188}

A Buddha ezért mondta a világi embereknek, hogy igen fontos anyagi helyzetük javítása. Nem mintha helyesnek tartotta volna azt, ha az emberek ragaszkodástól és vágytól hajtva vagyont halmoznak fel – hiszen ez ellentmondana az alapvető tanításoknak –, és nem tartotta helyesnek a megélhetés minden módját. Vannak olyan tevékenységek, amelyeket (ahogy azt korábban említettük) a megélhetés gonosz módjának tart és elítél; ilyen például a fegyvergyártás és -kereskedelem.^{189}

Egy Díghadzsánu nevű ember egy alkalommal meglátogatta a Buddhát, és így szólt: „Tiszteletreméltó uram, hétköznapi világi emberek vagyunk, családunk van, feleségünk és gyermekeink. Kérem az Áldottat, hogy adjon nekünk olyan tanítást, amely ebben a világban és a következőben boldogságunkat szolgálja majd.”

A Buddha azt felelte, hogy négy olyan dolog van, amely előmozdítja az ember boldogságát ezen a világon. Először is, képzettnek kell lennie abban a munkában, amit végez, hatékonyan, lelkesen és energikusan kell végeznie és jól kell ismernie (*utthána-szampadá*). Másodszor, vigyáznia kell jövedelmére, amelyet ily módon, erőfeszítéssel és helyes módon keres meg (*árakkha-szampadá*). (Ez többek között azt jelenti, hogy vagyonát megvédi a tolvajoktól. Minden elgondolást a kor jellegzetességeinek figyelembevételével kell értelmezni.) Harmadszor hűség, tanult, erényes, nagylelkű és értelmes barátai legyenek, akik segítik őt a helyes úton és távol tartják a rossztól (*kaljána-mittatá*). Negyedszer jövedelmének megfelelően kell költenie, azaz sem túl sokat, sem túl keveset, vagyis ne kuporgasson, de ne is szórja a pénzt, egyszóval, a lehetőségeinek megfelelően kell élnie (*szamadzsívikatá*).

Aztán a Buddha részletesen szól arról a négy erényről, amely a világi ember boldogságát szolgálja a következő életben: (1) *szaddhá*: hisz és bíz az erkölcsi, szellemi és intellektuális értékekben; (2) *szíla*: tartózkodik az élet elpusztításától és attól, hogy más élőlényeknek ártson, a lopástól, a hazugságtól, a házasságtöréstől, a hamisságtól és a részegítő italoktól; (3) *csága*: nagylelkű és adakozik, nem ragaszkodik gazdagságához; (4) *panyjá*: kifejleszti magában a bölcsességet, amely a szenvedés teljes megszüntetéséhez, a nirvána megvalósításához vezet. ^{190}

A Buddha esetenként részletesen beszélt arról, hogy hogyan kell megtakarítani és elkölteni a pénzt. Egy Szigálaka nevű fiatalembernek például azt mondta, hogy jövedelmének negyedét költse napi kiadásokra, a felét fektesse be, negyedét pedig tegye félre vészhelyzet esetére. ^{191}

Egy másik alkalommal azt mondta Anáthapindikának, a sikeres bankárnak (egyik legodaadóbb tanítványának, aki a Szávatthi melletti híres Dzsétavana ligetet adományozta), hogy a családi életet

élő világi embernek négyféle boldogságban van része. Az első az, hogy anyagi biztonságot vagy megfelelő mértékű vagyont élvez, amelyet becsületes módon szerzett (*atthi-szukha*); a második az, hogy vagyonát nagylelkűen költi magára, családjára, barátaira és rokonaira, valamint erényes tettekre (*bhóga-szukha*); a harmadik az, hogy nincs adóssága (*anana-szukha*); a negyedik pedig az, hogy hibátlan, tiszta életet él, és gondolatban, szóban vagy tettben sem követ el rossztetteket (*anavaddzsa-szukha*). Ezen a ponton meg kell jegyezni, hogy az első három anyagi természetű boldogság, és hogy a Buddha emlékeztette Anáthapindikát arra, hogy a gazdasági és anyagi boldogság tizenhatodát sem éri annak a szellemi boldogságnak, amely a hibátlan és jó életből fakad.^{192}

A fenti néhány példából látható, hogy a Buddha az anyagi jólétet szükségesnek tartotta az emberi boldogsághoz, de csak akkor tekintette valódinak a fejlődést, ha az nem csak anyagi jellegű volt, hanem megvolt a szellemi és erkölcsi alapja. A buddhizmus – amellet, hogy jelentőséget tulajdonít az anyagi előrelépésnek – a boldog, békés és elégedett társadalom szempontjából igen fontosnak tartja az erkölcs és a szellem fejlődését.

A Buddha épp ilyen egyértelműen nyilatkozott a politikáról, valamint a háborúról és a békéről. Nem szükséges elismételni azt az ismert tényt, hogy a buddhizmus az erőszakmentesség elvét vallja és tanítja, az élet kioltását és az erőszak semmilyen formáját sem fogadja el. A buddhizmus szerint nem létezik „igazságos háború”; ez egy hamis kifejezés, amelyet azért találtak ki és azért használnak, hogy igazolják vele a gyűlöletet, a kegyetlenséget, az erőszakot és a tömeges gyilkosságokat. Ki dönti el, hogy mi igazságos és mi nem az? A hatalmasoknak és a győzteseknek igaza van, a gyengéknek és a veszteseknek pedig nincs. A mi háborúnk mindig igazságos, a tiétek mindig igazságtalan. A buddhizmus nem fogadja ezt el.

A Buddha nem csupán tanított az erőszakmentességről és a békéről, hanem még a csatamezőre is kiment, hogy személyesen lépjen közbe és akadályozzon meg egy háborút, amikor a szakják és a kóliják a Róhiní folyó vize miatt készültek csatára, és azt is elérte, hogy Adzsátaszattu király ne rohanja le a vaddzsík királyságát.

A Buddha idejében, ahogy ma is, voltak olyan uralkodók, akik igazságtalanul kormányozták országukat. Az emberek elnyomásban éltek, kizsákmányolták, megkínózták és üldözték őket, hatalmas adókat vetettek ki rájuk, és kegyetlen büntetéseket kellett elszenvedniük. A Buddhát mélyen megindították az ilyen esetek. A *Dhammapadatthakathá* mutatja, hogy a Buddha ezért a jó kormányzás kérdésére fordította figyelmét. Nézeteit úgy kell értelmeznünk, hogy közben nem feledkezünk meg az akkori társadalmi, gazdasági és politikai háttérről. A Buddha rámutatott arra, hogy hogyan lesz egy egész ország korrump, romlott és boldogtalan, amikor az országot igazgató emberek (azaz a király, a miniszterei és a hivatalnokok) korrumpak és igazságtalanok. Egy országban akkor boldogok az emberek, ha igazságos a kormány. Arról, hogy az ilyen kormányzás hogyan valósítható meg, a Buddha „A király tíz kötelessége” (*dasza-rádzsa-dhamma*) című tanításában szól, az egyik *dzsátaka*-szövegben. ^{193}

Természetesen a király (*rádzsa*) kifejezést a kormánnyal kell helyettesíteni. A király tíz kötelessége tehát manapság azokra vonatkoztatható, akik egy országot kormányoznak, azaz az államfőkre, a miniszterekre, a politikai vezetőkre, a törvényhozásban dolgozó emberekre, a hivatalnokokra, stb.

A király tíz kötelessége közül az első a nagylelkűség, az adakozás (*dana*). Az uralkodó ne ragaszkodjon a vagyonhoz és a tulajdonhoz, hanem az emberek jóléte érdekében adakozzon.

A második az erkölcsös jellem (*szíla*). Semmiképpen sem szabad életet kioltania, csalnia, lopnia, másokat kihasználnia, házasságtörést elkövetnie, hazudnia és részegítő italt fogyasztania. Más szóval, a világi ember öt fogadalmát be kell tartania.

A harmadik az, hogy az emberek érdekében mindent fel kell áldoznia (*pariccsága*), azaz készen kell állnia arra, hogy feladja személyes kényelmét és dicsőségét, akár az életét is.

A negyedik a becsületesség és a tisztesség (*addzsava*). Kötelessége teljesítéskor nem szabad, hogy félelem vagy részrehajlás jellemezze, szándékainak őszintének kell lenniük, és nem szabad becsapnia az embereket.

Az ötödik a kedvesség és a szelídség (*maddava*): jóindulatúnak kell lennie.

A hatodik az önmegtartóztatás (*tapa*): egyszerű életet kell élnie, nem szabad fényűzésben élnie, és fegyelmeznie kell magát.

A hetedik az, hogy nincs benne gyűlölet, rosszindulat és ellenségesség (*akkódha*); senki iránt nem érez ellenszenvet.

A nyolcadik az erőszakmentesség (*avihimszá*): ez nem csak azt jelenti, hogy senkinek nem árt, hanem azt is, hogy megpróbálja előmozdítani a békét, elkerülni és megelőzni a háborút és minden mást, ami erőszakkal vagy az élet kioltásával jár.

A kilencedik a türelem, a tolerancia és a megértés (*khanti*): képesnek kell lennie arra, hogy elviselje a nehézségeket és a sértéseket, anélkül, hogy elveszítené a türelmét.

A tizedik az ellenállás hiánya, az akadályozás hiánya (*aviródha*): azaz nem ellenkezik az emberek akaratával, és nem akadályozza meg azokat az intézkedéseket, amelyek az emberek jólétet szolgálják. Úgy is mondhatjuk, hogy népével harmóniában kormányoz. ^{194}

Mondani sem kell, hogy ha egy országot olyan emberek irányítanak, akik rendelkeznek ezekkel a tulajdonságokkal, akkor abban az országban boldogok az emberek. És nem utópisztikus elképzelésről van szó, hiszen voltak olyan királyok, mint például az indiai Asóka, akik ezen alapelvek szerint uralkodtak.

A világ ma folyamatos félelemben, gyanakvásban és feszültségben él. A tudomány olyan fegyvereket adott a kezünkbe, amelyek hihetetlen pusztításra képesek. A nagyhatalmak ezeket a fegyvereket élesítgetik; fenyegetik és provokálják egymást, miközben szégyentelenül azzal kérkednek, hogy melyikük képes nagyobb pusztítást és nyomorúságot hozni a világra.

Ebben az őrületben egészen odáig jutottak, hogy elég még egy lépés, és az eredmény nem lesz más, mint az, hogy elpusztítják egymást, és azzal együtt az emberiséget is.

Az emberek, akik félnek abban a helyzetben, amit ők maguk hoztak létre, megpróbálnak kiutat találni, és megoldást keresnek. Csakhogy nincs más megoldás, csak az, amit a Buddha felmutat: az erőszakmentesség és a béke, a szeretet és az együttérzés, a tolerancia és a megértés, az igazság és a bölcsesség, az élet minden formájának tiszteletben tartása, az önzéstől, a gyűlölettől és az erőszaktól való mentesség.

A Buddha azt mondja: „A gyűlölet sosem szünteti meg a gyűlöletet, csakis a kedvesség. Ez örök igazság.”^{195} „Az ember a haragot kedvességgel, a gonoszsgot jósággal, az önzést jólelkűséggel, a hazugságot igazmondással győzze le.”^{196}

Nem tapasztalhat békét vagy boldogságot az az ember, aki arra vágyik, hogy legyőzze és leigazza szomszédait.

A Buddha azt mondja: „A győztesben gyűlölet születik, a vesztes gyötrődik. Az boldog, abban van békesség, aki a győzelmet és a vereséget egyaránt elutasítja.”^{197} Egyetlen győzelem van, ami meghozza a boldogságot: az önmagunk fölött aratott győzelem. „Az ember győzelmet arathat milliók fölött a háborúban, de az a legnagyobb győztes, aki önmagát győzi le.”^{198}

Mondhatjuk, hogy ez mind nagyon szép, nemes és emelkedett, de nem gyakorlatias. De vajon gyakorlatias dolog-e gyűlölni egymást vagy éppen megölni a másikat? Gyakorlatias és kényelmesebb vajon félelemben és gyanakvásban élni, úgy, mint a vadállatok? Volt-e már olyan, hogy a gyűlöletet gyűlölettel győzték le? Volt-e már olyan, hogy gonosszal győzték le a gonoszt? Arra azonban van példa – legalábbis az egyén szintjén –, hogy a gyűlöletet legyőzte a szeretet és a kedvesség, és a jóság felülkerekedett a gonoszsgon. Mondhatjuk erre azt, hogy az egyéni esetekben ez lehet igaz, lehet gyakorlatias megoldás, de sosem fog működni az országos vagy a nemzetközi kapcsolatok szintjén. Az embereket szinte hipnotizálja, elvakítja és becsapja az, ahogyan politikai és propagandacélokra használják az olyan szavakat, mint például „nemzeti”, „nemzetközi”, vagy „állam”. Mert mi az állam, ha nem egyének csoportja? A nemzet vagy az állam nem tud cselekedni; cselekedni csak az egyén tud. Amit az egyén gondol vagy tesz, azt gondolja vagy teszi a nemzet és az állam is. Ha a gyűlöletet az egyének szintjén le tudja győzni a szeretet és a kedvesség, akkor bizonyos, hogy ez a nemzeti és a nemzetközi szinten is megvalósítható. Az egyének is hatalmas bátorságra, és az erkölcs erejébe vetett hitre és bizalomra van szüksége ahhoz, hogy a gyűlöletre kedvességgel reagáljon; vajon ez nem sokkal inkább igaz a nemzetközi kapcsolatok esetében? Ha a „nem gyakorlatias” ebben az esetben azt jelenti, hogy „nem könnyű”, akkor a kijelentés igaz. Valóban nem könnyű. De attól még meg kell próbálni. Mondhatjuk azt is, hogy veszélyes

megpróbálni, de minden bizonnyal nem veszélyesebb, mint egy atomháború.

Vigasztaló és inspiráló arra gondolni, hogy legalább egy olyan nagy, a történelemből jól ismert vezető volt, akiben megvolt a bátorság, a bizalom és a tudás ahhoz, hogy alkalmazza az erőszakmentesség, a béke és a szeretet tanítását egy hatalmas birodalom kül- és belügyeinek intézésében. Ő volt Asóka, a nagy indiai uralkodó (i.e. 3. század), akiről azt mondták, hogy „az istenek szeretik őt.”

Kezdetben apja, Binduszára, és nagyapja, Csandragupta nyomdokában járt, és az volt a szándéka, hogy uralma alá hajtja az egész indiai félszigetet. Lerohanta és elfoglalta Kalingát, és birodalmához csatolta. Sok százezer embert pusztítottak el, sebesítettek meg, kínoztak meg és ejtettek fogságba e háború során. De Asóka később buddhista lett, és a Buddha tanai teljesen átalakították. Az egyik híres, sziklába vésett rendeletében^[199] az uralkodó megemlíti Kalinga leigázását, nyilvánosan hangot ad megbánásának, és kimondja, hogy „rendkívüli fájdalommal tölti el”, ha a mézszárlásra gondol. Kijelenti, hogy soha többé nem ránt kardot azért, hogy területeket hódítson meg, hanem „azt kívánja, hogy minden lény gyakorolja az erőszakmentességet, az önuralmat, a nyugalmat és a kedvességet. Az Istenek Kegyeltjének (Asókának) ez a legnagyobb győzelme: a jámborsággal elért győzelem (*dhamma-vidzsaja*).“ Nem csak saját maga utasította el a háborút, hanem kifejezte azt a vágyát is, hogy „fiaim és unokáim ne akarjanak új területeket leigázni..., csak egyfajta leigázás járjon az eszükben: a jámborsággal történő leigázás. Ez a jó ebben a világban és a következőben.”

Ez az emberiség történelmében az egyetlen olyan példa, hogy egy diadalmas hódító, hatalma csúcsán, amikor még lenne lehetősége arra, hogy újabb területeket foglaljon el, nemet mond a háborúra és az erőszakra, és inkább békére és erőszakmentességre törekszik.

Tanulságos ez a világ számára. Egy birodalom uralkodója nyilvánosan elfordult a háborútól és az erőszaktól, és békére és erőszakmentességre törekedett. Nincs történelmi bizonyíték arra, hogy bármelyik szomszédos uralkodó kihasználta volna Asóka

jámborságát és megtámadta volna őt, vagy hogy uralkodása alatt lázadás tört volna ki az országban. Épp ellenkezőleg: béke volt, és úgy tűnik, hogy a többi ország is elfogadta Asóka jóindulaton alapuló uralkodását.

Ostobaság azt gondolni, hogy az erők kiegyensúlyozásával vagy atomfegyverekkel gyakorolt nyomással fenntartható a béke. A fegyverkezés csak félelemhez vezet, nem békéhez; félelemmel nem lehet valódi, tartós békét megvalósítani. A félelem csak gyűlölethez, rosszindulathoz és ellenségeskedéshez vezet, amit talán ideig-óráig el lehet fojtani, de bármelyik pillanatban kitörhet és erőszakba torkollhat. Az igazi béke csak a *mettá*, a barátságosság légkörében alakulhat ki, akkor, ha senkiben sincs félelem vagy gyanakvás, és nincs veszély.

A buddhizmus célja, hogy olyan társadalmat alakítson ki, ahol az emberek nem folytatnak pusztító harcot a hatalomért; ahol nincs se győzelem, se vereség, ahol nyugalom és béke uralkodik; ahol határozottan elutasítják az ártatlanok üldözését; ahol jobban megbecsülik azt, aki saját magát győzi le, mint azt, aki katonai vagy gazdasági hadviseléssel milliókat gyűr le; ahol a gyűlöletet legyőzi a kedvesség, a gonoszsgót a jóság; ahol az emberek tudatát nem mérgezi ellenségesség, rosszakarat vagy kapzsiság; ahol a cselekedetek mozgatórugója az együttérzés; ahol mindenki – ideértve a legkisebb élőlényt is – méltányos, figyelmes és szeretetteljes elbánásban részesül; ahol békében és harmóniában, anyagi elégedettségben lehet élni, és ennek az életnek a célja a legmagasabb és legnemesebb cél: a végső igazság megértése, a nirvána megvalósítása.

VÁLOGATOTT SZÖVEGEK

Bevezetés a válogatott szövegek elé

A mai olvasónak esetleg szüksége lehet némi magyarázatra ahhoz, hogy megértse és méltányolni tudja a következő részben olvasható, páli és angol nyelvről fordított szövegeket

A Buddha *parinibbánája* (halála) után három hónappal közeli tanítványai tanácsot tartottak, amelyen elrecitálták és hitelesként elfogadták a Buddha összes tanítását, beszédét és fegyelmi szabályát, abban a formában, ahogyan emlékeztek rá. Ezeket öt gyűjteménybe (*nikája*) rendezték, amelyek a *Tipitaka* (a három részből álló kánon) részei. E gyűjteményeket bizonyos *thérákra* (öregekre) és tanítványaikra bízta, hogy szóbeli hagyományozással megőrizték azokat a következő nemzedékek számára.

A töretlen, hiteles szóbeli hagyományozáshoz rendszeres és módszeres recitációra van szükség. Külön ki kell emelnünk, hogy ezt a recitációt nem egyvalaki, hanem egy csoport végezte, és hogy a közös recitáció célja az volt, hogy a szövegek érintetlen, változatlan formában maradjanak fenn. Ha a csoportból valaki elfelejtett egy szót, mindig volt, aki emlékezett rá; ha valaki megváltoztatott, hozzátett vagy kihagyott egy szót, mindig akadt valaki, aki figyelmeztette. Így remélhették, hogy semmi nem módosult, egészült ki vagy maradt ki. Az ilyen töretlen szóbeli hagyományozás útján megőrzött szövegeket megbízhatóbbnak és autentikusabbnak tekintették, mintha e tanításokat egy ember lejegyezte volna sok évvel a tanító halála után. A Buddha tanítását először a Srí Lankán tartott zsinaton jegyezték le, az i.e. 1. században, négy évszázaddal a Buddha halála után. Addig az egész *Tipitaka* töretlen szóbeli hagyomány útján maradt fenn.

A szöveg eredeti nyelve a lágy, dallamos, kellemes hangzású páli nyelv. A gyakori ismétlések és a kategóriák alkalmazása nem csak a memorizálást – és így a szóbeli hagyomány folytonosságát – segítette elő, hanem ugyanakkor költői szépséggel ruházta fel e műalkotáshoz hasonló, lüktető szövegeket.

Amikor az eredeti páli szöveget egy trópusi liget vagy egy kolostor nyugodt légkörében recitálják, az ma is szépséges, harmonikus és nyugodt hatást kelt. A dallamos páli szavak – a

maguk nagyszerűségével – és a jól ismert ismétlések még arra is hatással vannak, aki nem ismeri e szövegek jelentését. A hagyományos recitáció annyira békés és megindító volt, hogy egyes szövegek arról számolnak be, hogy sok esetben még egyes erdei istenségeket is odavonzott a recitálókhoz.

A következő fejezetben található eredeti kanonikus szövegrészletek bizonyos esetekben teljes formájukban szerepelnek, hogy az olvasó ráérezhessen a stílusukra. Más esetekben az ismétléseket elhagytam és három ponttal jeleztem. ^{200} Arra tettem kísérletet, hogy az eredeti páli szöveget a lehető legpontosabban adjam vissza úgy, hogy a Buddha szavainak értelméhez és hangulatához, valamint az angol célnyelvhez egyaránt hű maradjak.

A Tan kerekét forgásba hozó tanítóbeszéd

(Dhammacsakkappavattana szutta)^{201}

Így hallottam. Egyszer a Magasztos Benáresz közelében, Iszipatana mellett, az Őzek ligetében időzött. Akkor a Magasztos az öt szerzeteshez^{202} a következő szavakat intézte:

– Szerzetesek, két végletet kell elkerülnie annak, aki az otthontalanságba távozik. Melyik ez a kettő? Az egyik az érzéki élvezetekhez tapad, amely hitvány, durva, közönséges, alantas, értéktelen, a másik az önsanyargatásba merül, amely nyomorúságos, alantas, értéktelen. E két végletet elkerülve, szerzetesek, a Beérkezett ráébredt a közép útjára, amely belátáshoz és megértéshez juttat, és elcsendesüléshez, közvetlen tudáshoz, felébredéshez, kialváshoz vezet.

Szerzetesek, és mi a közép útja, amelyre a Beérkezett ráébredt, amely belátáshoz és megértéshez juttat, és elcsendesüléshez, közvetlen tudáshoz, felébredéshez, kialváshoz vezet.

Ez bizony a nemes nyolcas út, nevezetesen a helyes szemlélet, helyes elhatározás, helyes beszéd, helyes cselekedet, helyes életvitel, helyes törekvés, helyes éberség, helyes összeszedettség.

Szerzetesek, ez az a nemes nyolcas út, amelyre a Beérkezett ráébredt, amely belátáshoz és megértéshez juttat, és elcsendesüléshez, közvetlen tudáshoz, felébredéshez, kialváshoz vezet.

Ez tehát a szenvedés nemes igazsága, szerzetesek: a születés szenvedés, az öregség szenvedés, a betegség szenvedés, a halál szenvedés, a szomorúság, kesergés, fájdalom, bánat és kétségbeesés szenvedés. Együtt lenni azzal, amit nem szeretünk, szenvedés, elválasztva lenni attól, amit szeretünk, szenvedés, nem jutni hozzá ahhoz, amit kívánunk, szenvedés. Mindent egybevetve szenvedés a ragaszkodás az öt léthalmazhoz.

Ez tehát a szenvedés keletkezésének nemes igazsága, szerzetesek: ez a szomj, ami újraszületéshez vezet, élvezet és vágy kíséri, hol ebben, hol abban gyönyörködik, nevezetesen az érzékek szomj a, a létezés szomj a, a nemlétezés szomja.

Ez tehát a szenvedés megszűnésének nemes igazsága, szerzetesek: ez pedig ugyanannak a szomjnak maradéktalan lecsillapodása, megszűnése, feladása, a lemondás, megszabadulás, elszakadás attól.

Ez tehát a szenvedés megszűnéséhez vezető út nemes igazsága, szerzetesek: ez bizony a nemes nyolcas út, nevezetesen a helyes szemlélet, helyes elhatározás, helyes beszéd, helyes cselekedet, helyes életvitel, helyes törekvés, helyes éberség, helyes összeszedettség.

Ez a szenvedés nemes igazsága; szerzetesek, e korábban sosem hallott igazságokat illetően belátás, megértés, bölcsesség, tudás és világosság ébredt bennem.

És éppen ezt a szenvedést kell tökéletesen megérteni; szerzetesek, e korábban sosem hallott igazságokat illetően belátás, megértés, bölcsesség, tudás és világosság ébredt bennem.

És éppen ezt a szenvedést tökéletesen megértettem; szerzetesek, e korábban sosem hallott igazságokat illetően belátás, megértés, bölcsesség, tudás és világosság ébredt bennem.

Ez a szenvedés keletkezésének nemes igazsága; szerzetesek, e korábban sosem hallott igazságokat illetően belátás, megértés, bölcsesség, tudás és világosság ébredt bennem.

És éppen ezt a szomjat kell hátrahagyni; szerzetesek, e korábban sosem hallott igazságokat illetően belátás, megértés, bölcsesség, tudás és világosság ébredt bennem.

És éppen ezt a szomjat hátrahagytam; szerzetesek, e korábban sosem hallott igazságokat illetően belátás, megértés, bölcsesség, tudás és világosság ébredt bennem.

Ez a szenvedés megszűnésének nemes igazsága; szerzetesek, e korábban sosem hallott igazságokat illetően belátás, megértés, bölcsesség, tudás és világosság ébredt bennem.

És éppen ezt a megszűnést kell megtapasztalni; szerzetesek, e korábban sosem hallott igazságokat illetően belátás, megértés, bölcsesség, tudás és világosság ébredt bennem.

És éppen ezt a megszűnést megtapasztaltam; szerzetesek, e korábban sosem hallott igazságokat illetően belátás, megértés, bölcsesség, tudás és világosság ébredt bennem.

Ez a szenvedés megszűnéséhez vezető út nemes igazsága; szerzetesek, e korábban sosem hallott igazságokat illetően belátás, megértés, bölcsesség, tudás és világosság ébredt bennem.

És éppen ezt az utat kell létrehozni; szerzetesek, e korábban sosem hallott igazságokat illetően belátás, megértés, bölcsesség, tudás és világosság ébredt bennem.

És éppen ezt az utat létrehoztam; szerzetesek, e korábban sosem hallott igazságokat illetően belátás, megértés, bölcsesség, tudás és világosság ébredt bennem.

Mindaddig, szerzetesek, amíg e négy nemes igazságot, annak három fokozatát és tizenkét megnyilvánulását, tökéletesen tisztán nem értettem és láttam úgy, amint van, ^{203} addig bizony, szerzetesek, nem vallottam azt, hogy e világban – istenségeivel, kísértőjével, teremtőistenével, vándorszerzeteseivel és papjaival, isteni és emberi lényekkel – a felülmúlhatatlan tökéletes megvilágosodásra ráébredtem.

De amikor, szerzetesek, e négy nemes igazságot, annak három fokozatát és tizenkét megnyilvánulását, tökéletesen tisztán megértettem és megláttam úgy, amint van, akkor bizony, szerzetesek, azt vallottam, hogy e világban – istenségeivel, kísértőjével, teremtőistenével, vándorszerzeteseivel és papjaival, isteni és emberi lényekkel – a felülmúlhatatlan tökéletes megvilágosodásra ráébredtem.

Megértés és meglátás ébredt bennem: Meginyithatatlan a megszabadulásom. Ez az utolsó születésem. Nem vár rám több újraszületés.

Így szólt a Magasztos. Az öt szerzetes boldogan örvendezett a Magasztos szavain. Amikor ez a Tan-kifejtés elhangzott, Kondannya tiszta, makulátlan szeme az igazságra felnyílt: mindaz, ami keletkezik, el is múlik.

Amint a Magasztos a Tan kerekét megforgatta, a földistenek üdvivalgásban törtek ki:

– Benáresz közelében, Iszipatana mellett, az Őzek ligetében a Magasztos megforgatta a felülmúlhatatlan Tan kerekét, amelyet eddig a világon sem vándorszerzetes, sem pap, sem istenség, sem kísértő, sem teremtőisten, sem senki más nem állíthat meg. –

Amikor a földistenek kiáltását meghallották, a négy nagykirály üdvivalgásban tört ki:

– Benáresz közelében, Iszipatana mellett, az Őzek ligetében a Magasztos megforgatta a felülmúlhatatlan Tan kerekét, amelyet eddig a világon sem vándorszerzetes, sem pap, sem istenség, sem kísértő, sem teremtőisten, sem senki más nem állíthat meg. – Amikor a négy nagykirály kiáltását meghallották, a harminchárom istenek üdvivalgásban törtek ki:

– Benáresz közelében, Iszipatana mellett, az Őzek ligetében a Magasztos megforgatta a felülmúlhatatlan Tan kerekét, amelyet eddig a világon sem vándorszerzetes, sem pap, sem istenség, sem kísértő, sem teremtőisten, sem senki más nem állíthat meg. – Amikor a harminchárom istenek kiáltását meghallották, a megbékélt istenek üdvivalgásban törtek ki:

– Benáresz közelében, Iszipatana mellett, az Őzek ligetében a Magasztos megforgatta a felülmúlhatatlan Tan kerekét, amelyet eddig a világon sem vándorszerzetes, sem pap, sem istenség, sem kísértő, sem teremtőisten, sem senki más nem állíthat meg. – Amikor a megbékélt istenek kiáltását meghallották, a boldogságban időző istenek üdvivalgásban törtek ki:

– Benáresz közelében, Iszipatana mellett, az Őzek ligetében a Magasztos megforgatta a felülmúlhatatlan Tan kerekét, amelyet eddig a világon sem vándorszerzetes, sem pap, sem istenség, sem kísértő, sem teremtőisten, sem senki más nem állíthat meg. – Amikor a boldogságban időző istenek kiáltását meghallották, a teremtésnek örvendő istenek üdvivalgásban törtek ki:

– Benáresz közelében, Iszipatana mellett, az Őzek ligetében a Magasztos megforgatta a felülmúlhatatlan Tan kerekét, amelyet eddig a világon sem vándorszerzetes, sem pap, sem istenség, sem kísértő, sem teremtőisten, sem senki más nem állíthat meg. – Amikor a teremtésnek örvendő istenek kiáltását meghallották, a mások teremtése fölött uralkodó istenek üdvivalgásban törtek ki:

– Benáresz közelében, Iszipatana mellett, az Őzek ligetében a Magasztos megforgatta a felülmúlhatatlan Tan kerekét, amelyet eddig a világon sem vándorszerzetes, sem pap, sem istenség, sem kísértő, sem teremtőisten, sem senki más nem állíthat meg. –

Amikor a mások teremtése fölött uralkodó istenek kiáltását meghallották, a Brahmát kísérő istenek üdvivalgásban törtek ki:

– Benáresz közelében, Iszipatana mellett, az Ózek ligetében a Magasztos megforgatta a felülmúlhatatlan Tan kerekét, amelyet eddig a világon sem vándorszerzetes, sem pap, sem istenség, sem kísértő, sem teremtőisten, sem senki más nem állíthat meg.

Ebben az órában, ebben a percben, egyetlen másodperc alatt elérte e kiáltás még Brahmá birodalmát is, és ez a tízezerszeres világrendszer rázkódott, rázkódott és megrendült, és végtelen, mérhetetlen fény ragyogott föl a világban, fölülmúlva még az istenek sugárzó fényét is.

Akkor a Magasztos ezt az ünnepélyes kijelentést tette:

– Kondannya valóban megértette! Kondannya valóban megértette!

Így nyerte el Kondannya a nevét: Annyáta-Kondannya – Kondannya, aki tud.

A nem-én ismertetőjegyeiről szóló tanítóbeszéd

(Anattalakkhana szutta)^{204}

Így hallottam. Egyszer a magasztos Benáresz közelében, Iszipatana mellett, az Ózek Ligetében időzött.

Akkor a Magasztos az öt szerzeteshez a következő szavakat intézte:

– A test, szerzetesek, nem én. Ha a test én lenne, szerzetesek, nem lenne kitéve nyomorúságnak, és az ember azt mondhatná a testnek: ilyen legyen a testem, ilyen ne legyen a testem. De mivel a test nem én, szerzetesek, ezért ki van téve a nyomorúságnak, és az ember nem mondhatja: ilyen legyen a testem, ilyen ne legyen a testem.

Az érzés, szerzetesek, nem én. Ha az érzés én lenne, szerzetesek, nem lenne kitéve nyomorúságnak, és az ember azt mondhatná az érzésnek: ilyen legyen az érzésem, ilyen ne legyen az érzésem. De mivel az érzés nem én, szerzetesek, ezért ki van téve a nyomorúságnak, és az ember nem mondhatja: ilyen legyen az érzésem, ilyen ne legyen az érzésem.

Az észlelés, szerzetesek, nem én. Ha az észlelés én lenne, szerzetesek, nem lenne kitéve nyomorúságnak, és az ember azt mondhatná az észlelésnek: ilyen legyen az észlelésem, ilyen ne legyen az észlelésem. De mivel az észlelés nem én, szerzetesek, ezért ki van téve a nyomorúságnak, és az ember nem mondhatja: ilyen legyen az észlelésem, ilyen ne legyen az észlelésem.

A késztetés, szerzetesek, nem én. Ha a késztetés én lenne, szerzetesek, nem lenne kitéve nyomorúságnak, és az ember azt mondhatná a késztetésnek: ilyen legyen a késztetésem, ilyen ne legyen a késztetésem. De mivel a késztetés nem én, szerzetesek, ezért ki van téve a nyomorúságnak, és az ember nem mondhatja: ilyen legyen a késztetésem, ilyen ne legyen a késztetésem.

A tudatosság, szerzetesek, nem én. Ha a tudatosság én lenne, szerzetesek, nem lenne kitéve nyomorúságnak, és az ember azt mondhatná a tudatosságnak: ilyen legyen a tudatosságom, ilyen ne legyen a tudatosságom. De mivel a tudatosság nem én,

szerzetesek, ezért ki van téve a nyomorúságnak, és az ember nem mondhatja, ilyen legyen a tudatosságom, ilyen ne legyen a tudatosságom.

- Mit gondoltok, szerzetesek, a test állandó vagy múlandó?
- Múlandó, urunk.
- És ami múlandó, az szenvedésteli vagy örömteli?
- Szenvedésteli, urunk.
- És ami múlandó, szenvedésteli, változásnak alávetett, azt tekinthetjük-e úgy: ez az enyém, ez én vagyok, ez az én énem?
- Bizony, nem, urunk.
- Mit gondoltok, szerzetesek, az érzés állandó vagy múlandó?
- Múlandó, urunk.
- És ami múlandó, az szenvedésteli vagy örömteli?
- Szenvedésteli, urunk.
- És ami múlandó, szenvedésteli, változásnak alávetett, azt tekinthetjük-e úgy: ez az enyém, ez én vagyok, ez az én énem?
- Bizony, nem, urunk.
- Mit gondoltok, szerzetesek, az észlelés állandó vagy múlandó?
- Múlandó, urunk.
- És ami múlandó, az szenvedésteli vagy örömteli?
- Szenvedésteli, urunk.
- És ami múlandó, szenvedésteli, változásnak alávetett, azt tekinthetjük-e úgy: ez az enyém, ez én vagyok, ez az én énem?
- Bizony, nem, urunk.
- Mit gondoltok, szerzetesek, a készítés állandó vagy múlandó?
- Múlandó, urunk.
- És ami múlandó, az szenvedésteli vagy örömteli?
- Szenvedésteli, urunk.
- És ami múlandó, szenvedésteli, változásnak alávetett, azt tekinthetjük-e úgy: ez az enyém, ez én vagyok, ez az én énem?
- Bizony, nem, urunk.
- Mit gondoltok, szerzetesek, a tudatosság állandó vagy múlandó?
- Múlandó, urunk.
- És ami múlandó, az szenvedésteli vagy örömteli?
- Szenvedésteli, urunk.

– És ami múlandó, szenvedésteli, változásnak alávetett, azt tekinthetjük-e úgy: ez az enyém, ez én vagyok, ez az én énem?

– Bizony, nem, urunk.

– Így hát, szerzetesek, bármilyen testet, ami csak volt, lesz és van, legyen belső vagy külső, durva vagy finom, alacsony- vagy magasrendű, távoli vagy közeli, helyes bölcsességgel úgy kell látni, amint van: ez a test nem az enyém, ez nem én vagyok, ez nem az én énem.

Így hát, szerzetesek, bármiféle érzést, ami csak volt, lesz és van, legyen belső vagy külső, durva vagy finom, alacsony- vagy magasrendű, távoli vagy közeli, helyes bölcsességgel úgy kell látni, amint van: ez az érzés nem az enyém, ez nem én vagyok, ez nem az én énem.

Így hát, szerzetesek, bármiféle észlelést, ami csak volt, lesz és van, legyen belső vagy külső, durva vagy finom, alacsony- vagy magasrendű, távoli vagy közeli, helyes bölcsességgel úgy kell látni, amint van: ez az észlelés nem az enyém, ez nem én vagyok, ez nem az én énem.

Így hát, szerzetesek, bármiféle késztetést, ami csak volt, lesz és van, legyen belső vagy külső, durva vagy finom, alacsony- vagy magasrendű, távoli vagy közeli, helyes bölcsességgel úgy kell látni, amint van: ez a késztetés nem az enyém, ez nem én vagyok, ez nem az én énem.

Így hát, szerzetesek, bármiféle tudatosságot, ami csak volt, lesz és van, legyen belső vagy külső, durva vagy finom, alacsony- vagy magasrendű, távoli vagy közeli, helyes bölcsességgel úgy kell látni, amint van: ez a tudatosság nem az enyém, ez nem én vagyok, ez nem az én énem.

Így látván ezt, szerzetesek, a tanult tanítvány elfordul a testtől, elfordul az érzéstől, elfordul az észleléstől, elfordul a késztetéstől, elfordul a tudatosságtól. Elfordulván, hagyja lecsillapodni azokat; amint hagyja lecsillapodni azokat, megszabadul. Amint megszabadul, tudatára ébred, hogy megszabadult, véget vetett az újrászületésnek, a szerzeteshez méltó életet leélte, teendőit megtette, ezen túl nincs további létezés.

Így szólt a Magasztos. Az öt szerzetes elégedetten örvendezett a Magasztos szavain. Amikor e Tan-kifejtés elhangzott, az öt szerzetes

elméje megszabadult a befolyásokhoz való ragaszkodástól.

A tűzről szóló tanítóbeszéd

(Ádittaparijája szutta)^{205}

Így hallottam. Egyszer a Magasztos ezer szerzetessel Gajá közelében, Gajászíszánál időzött. Akkor a Magasztos a szerzetesekhez a következő szavakat intézte:

– Ó, szerzetesek, minden lángban áll. Mi minden áll lángban, ó, szerzetesek?

Ó, szerzetesek, lángban áll a szem, lángban áll a látvány, lángban áll a látás,^{206} lángban áll a szem érzékelése,^{207} lángban állnak a szem érzékelésétől függően keletkezett örömteli, szenvedésteli és semleges érzések.

Mi gyújtotta lángra? A vágy tüze, az ellenszenv tüze, a káprázat tüze gyújtotta lángra, a születés, öregség, halál, szomorúság, kesergés, fájdalom, bánat és kétségbeesés tüze gyújtotta lángra, azt mondom néktek.

Ó, szerzetesek, lángban áll a fül, lángban áll a hang, lángban áll a hallás, lángban áll a fül érzékelése, lángban állnak a fül érzékelésétől függően keletkezett örömteli, szenvedésteli és semleges érzések.

Mi gyújtotta lángra? A vágy tüze, az ellenszenv tüze, a káprázat tüze gyújtotta lángra, a születés, öregség, halál, szomorúság, kesergés, fájdalom, bánat és kétségbeesés tüze gyújtotta lángra, azt mondom néktek.

Ó, szerzetesek, lángban áll az orr, lángban áll a szag, lángban áll a szaglás, lángban áll az orr érzékelése, lángban állnak az orr érzékelésétől függően keletkezett örömteli, szenvedésteli és semleges érzések.

Mi gyújtotta lángra? A vágy tüze, az ellenszenv tüze, a káprázat tüze gyújtotta lángra, a születés, öregség, halál, szomorúság, kesergés, fájdalom, bánat és kétségbeesés tüze gyújtotta lángra, azt mondom néktek.

Ó, szerzetesek, lángban áll a nyelv, lángban áll az íz, lángban áll az ízlelés, lángban áll a nyelv érzékelése, lángban állnak a nyelv

érzékelésétől függően keletkezett örömteli, szenvedésteli és semleges érzések.

Mi gyújtotta lángra? A vágy tüze, az ellenszenv tüze, a káprázat tüze gyújtotta lángra, a születés, öregség, halál, szomorúság, kesergés, fájdalom, bánat és kétségbeesés tüze gyújtotta lángra, azt mondom néktek.

Ó, szerzetesek, lángban áll a test, lángban áll a tapintásérzet, lángban áll a tapintás, lángban áll a test érzékelése, lángban állnak a test érzékelésétől függően keletkezett örömteli, szenvedésteli és semleges érzések.

Mi gyújtotta lángra? A vágy tüze, az ellenszenv tüze, a káprázat tüze gyújtotta lángra, a születés, öregség, halál, szomorúság, kesergés, fájdalom, bánat és kétségbeesés tüze gyújtotta lángra, azt mondom néktek.

Ó, szerzetesek, lángban áll az elme, lángban állnak a dolgok, lángban áll a tudomásszerzés, lángban áll az elme érzékelése, lángban állnak az elme érzékelésétől függően keletkezett örömteli, szenvedésteli és semleges érzések.

Mi gyújtotta lángra? A vágy tüze, az ellenszenv tüze, a káprázat tüze gyújtotta lángra, a születés, öregség, halál, szomorúság, kesergés, fájdalom, bánat és kétségbeesés tüze gyújtotta lángra, azt mondom néktek.

Így látván ezt, ó szerzetesek, a tanult tanítvány elfordul a szemtől, elfordul a látványtól, elfordul a szem tudatosságától, elfordul a szem érzékelésétől, elfordul a szem érzékelésétől függően keletkezett örömteli, szenvedésteli és semleges érzésektől. Elfordulván hagyja lecsillapodni azokat; amint hagyja lecsillapodni azokat, megszabadul; amint megszabadul, tudatára ébred, hogy megszabadult, véget vetett az újraszületésnek, a szerzeteshez méltó életet leélte, teendőit megtette, ezen túl nincs további létezés.

Így látván ezt, ó szerzetesek, a tanult tanítvány elfordul a fültől, elfordul a hangtól, elfordul a fül tudatosságától, elfordul a fül érzékelésétől, elfordul a fül érzékelésétől függően keletkezett örömteli, szenvedésteli és semleges érzésektől. Elfordulván hagyja lecsillapodni azokat; amint hagyja lecsillapodni azokat, megszabadul; amint megszabadul, tudatára ébred, hogy

megszabadult, véget vetett az újraszületésnek, a szerzeteshez méltó életet leélte, teendőit megtette, ezen túl nincs további létezés.

Így látván ezt, ó szerzetesek, a tanult tanítvány elfordul az orrtól, elfordul a szagtól, elfordul az orr tudatosságától, elfordul az orr érzékelésétől, elfordul az orr érzékelésétől függően keletkezett örömteli, szenvedésteli és semleges érzésektől. Elfordulván hagyja lecsillapodni azokat; amint hagyja lecsillapodni azokat, megszabadul; amint megszabadul, tudatára ébred, hogy megszabadult, véget vetett az újraszületésnek, a szerzeteshez méltó életet leélte, teendőit megtette, ezen túl nincs további létezés.

Így látván ezt, ó szerzetesek, a tanult tanítvány elfordul a nyelvtől, elfordul az íztől, elfordul a nyelv tudatosságától, elfordul a nyelv érzékelésétől, elfordul a nyelv érzékelésétől függően keletkezett örömteli, szenvedésteli és semleges érzésektől. Elfordulván hagyja lecsillapodni azokat; amint hagyja lecsillapodni azokat, megszabadul; amint megszabadul, tudatára ébred, hogy megszabadult, véget vetett az újraszületésnek, a szerzeteshez méltó életet leélte, teendőit megtette, ezen túl nincs további létezés.

Így látván ezt, ó szerzetesek, a tanult tanítvány elfordul a testtől, elfordul a tapintásérettől, elfordul a tapintástól, elfordul a test érzékelésétől, elfordul a test érzékelésétől függően keletkezett örömteli, szenvedésteli és semleges érzésektől. Elfordulván hagyja lecsillapodni azokat; amint hagyja lecsillapodni azokat, megszabadul; amint megszabadul, tudatára ébred, hogy megszabadult, véget vetett az újraszületésnek, a szerzeteshez méltó életet leélte, teendőit megtette, ezen túl nincs további létezés.

Így látván ezt, ó szerzetesek, a tanult tanítvány elfordul az elmétől, elfordul a dolgoktól, elfordul a tudomásszerzéstől, elfordul az elme érzékelésétől, elfordul az elme érzékelésétől függően keletkezett örömteli, szenvedésteli és semleges érzésektől. Elfordulván hagyja lecsillapodni azokat; amint hagyja lecsillapodni azokat, megszabadul; amint megszabadul, tudatára ébred, hogy megszabadult, véget vetett az újraszületésnek, a szerzeteshez méltó életet leélte, teendőit megtette, ezen túl nincs további létezés.

Így szólt a Magasztos. Az ezer szerzetes elégedetten örvendezett a Magasztos szavain. Amikor e Tan-kifejtés elhangzott, az ezer

szerzetes elméje megszabadult a befolyásokhoz való ragaszkodástól.

A szeretetről szóló tanítóbeszéd

(Metta szutta)^{208}

Aki jó úton jár, így cselekedjék, hogy elérje a nyugalom állapotát:

Legyen rátermett, becsületes, egyenes, nyájas szavú, szelíd és szerény, megelégedett, kevés igényű, kevés elfoglaltsággal bíró, egyszerű életet élő, érzékeit uraló, körültekintő, tartózkodó, támogatókhoz nem kötődő. Ne tegyen semmit sem, amit a bölcsek rosszallnának.

Legyen minden lény boldog és békés, töltsse el boldogság. Minden létező élőlényt – legyen gyenge vagy erős, hosszú, nagy- vagy középtermetű, rövid, kicsiny vagy vaskos, látásból ismert vagy sosem látott, távolban vagy közelben lakó, létező vagy létezést kereső –, kivétel nélkül minden lényt töltsön el boldogság.

A másikat senki sehol tönkre ne tegye, meg ne alázza. Haragból vagy ellenszenvből senki se kívánjon a másiknak rosszat. Ahogyan az anya védi gyermekét, egyetlen gyermekét, akár élete árán is, úgy terjessze ki az ember szívét határtalanul, mindenre, ami csak él. Az ember szerető szívét terjessze ki határtalanul, minden világra – fölfelé, lefelé és minden irányban –, akadályok nélkül, gyűlölködés nélkül, ellenségeskedés nélkül.

Amíg az ember lankadatlan, tartsa fönn ezt a tudatosságot, akár áll, akár jár, akár ül, akár fekszik. E tanítás szerint ezt mondják magasztos állapotnak.

Nem bonyolódván vélekedések hálójába, erényekkel ékesen és átlátással fölverte, az ember föl tudja adni az érzéki örömök iránti vágyakozást. Az ilyen ember bizony nem tér vissza újra a szenvedés világába.^{209}

Az áldás beszéde

(Mangala szutta)^{210}

Így hallottam. Egy alkalommal a Megáldott Szávatthíban, Anáthapindika parkjában, a Dzséta-ligetben időzött. Ekkor az éj utolsó szakaszában egy bizonyos istenség, akinek szépsége az egész Dzséta-ligetet beragyogta, odament a Megáldotthoz és tisztelettudóan köszöntötte, majd oldalt megállt, és e verset intézte a Megáldotthoz:

Sok istenség s számos ember
Jólét után vágyakozva
Gyakran gondol védelemre.
Mondd, mi a legfőbb oltalom?

Nem társulni a balgákhoz,
A bölcsekkel együtt lenni,
Ki méltó rá, azt tisztelni,
Íme, a legfőbb oltalom.

Alkalmas, jó helyen élni,
Múltban érdemre szert tenni,
A jó irányt megtartani,
Íme, a legfőbb oltalom.

Biztos tudás és ügyesség,
A fegyelem gyakorlása,
A jó beszéd bölcsessége,
Íme, a legfőbb oltalom.

Segítsd anyádat s atyádat!
Asszonyod s gyermeked szeresd!
Ne okozz kárt a munkáddal!
Íme, a legfőbb oltalom.

Légy bőkezű és erényes!
Nyújts támaszt a családnak!

Ártatlanul tegyél mindent!
Íme, a legfőbb oltalom.

Bűnt elvetve, hátrahagyva,
Bódító szerektől menten,
Szilárdan élj az Erényben!
Íme, a legfőbb oltalom.

Mély tisztelet és alázat,
Elégedett és hálás szív
A Tant jókor befogadni,
Íme, a legfőbb oltalom.

Légy türelmes, engedelmes,
Társulj a szent remetékhez
A Tant jókor megvitatni!
Íme, a legfőbb oltalom.

önfegyelemmel és tisztán
Éld a Nemes Igazságot,
Lásd a lángot ellobbanni!^{211}
Íme, a legfőbb oltalom.

A világi hívságokra
Meg sem rezdül az elméje.
Nincs bánat, szenny; csend van, béke.
Íme, a legfőbb oltalom.

Kik e szerint cselekednek,
Nem találhatnak legyőzőre.
Boldogság lesz osztályrészük.
Ez az ő legfőbb oltalmuk.

Az összes káros folyamatról szóló tanítóbeszéd

(Szabbászavaszutta)^{212}.

Így hallottam. Egy alkalommal a Megáldott Szávatthiban, Anáthapindika parkjában, a Dzséta-ligetben időzött, ahol az egybegyűltekhöz fordult:

– Szerzetesek!

– Tiszteletreméltó urunk! – felelték a szerzetesek.

– Az összes káros folyamat^{213} fékentartásának módszereit fogom kifejteni nektek, szerzetesek. Hallgassátok figyelemmel és fontoljátok meg jól! Beszédet intézek hozzátok.

– Igen, tiszteletreméltó urunk – válaszolták a Megáldottnak, aki így szólt hozzájuk:

– Bizony mondom, szerzetesek, a káros folyamatok megszüntetése csak azok számára lehetséges, akikben megvan a tudás és látnak; akikben viszont nincs meg a tudás és nem látnak, azoknak nem lehetséges. Mit kell tudni és látni, szerzetesek, a káros folyamatok megszüntetéséhez? Ez az alapos, mindenben keresztüllátó elme^{214} és a nem alapos, nem mindenben keresztüllátó elme különbsége. Amikor a szerzetes nem elmélkedik elég alaposan, új káros folyamatok keletkeznek, a már létrejöttek pedig felerősödnek. Amikor a szerzetes alaposan elmélkedik, nem keletkeznek új káros folyamatok, a már létrejöttek pedig eltűnnek.

Szerzetesek, (1) vannak olyan káros folyamatok, amelyektől belátással szabadulhatunk meg. (2) Vannak olyan káros folyamatok, amelyektől megfélekezéssel szabadulhatunk meg. (3) Vannak olyan káros folyamatok, amelyektől használattal szabadulhatunk meg. (4) Vannak olyan káros folyamatok, amelyektől béketűrőssel szabadulhatunk meg. (5) Vannak olyan káros folyamatok, amelyektől elkerüléssel szabadulhatunk meg. (6) Vannak olyan káros folyamatok, amelyektől elűzéssel szabadulhatunk meg. (7) Vannak olyan káros folyamatok, amelyektől gyakorlással szabadulhatunk meg.

(1. BELÁTÁSSAL MEGSZÜNTETHETŐ KÁROS FOLYAMATOK)

Melyek azok a káros folyamatok, szerzetesek, amelyektől belátással kell megszabadulni?

Az a mindennapi ember, aki nem részesült a tanításban, aki nem ismeri fel a nemes szívű embereket, aki nem járatos a nemes szívű emberek tanításában, akinek nem fejtették ki a nemes szívű emberek tanítását, aki nem ismeri fel a jó embereket, aki nem járatos a jó emberek tanításában, akinek nem fejtették ki a jó emberek tanítását, az nem fogja fel, hogy min kell elmélkednie, és mi az, amin nem. Nem ismervén, hogy min kell elmélkednie, és mi az, amin nem, olyasmin elmélkedik, amin nem kellene, és arra nem figyel, amire pedig figyelnie kellene.

Szerzetesek, mik azok a dolgok, amiken nem kellene elmélkednie, és ő mégis ezeken elmélkedik? Ha valaki bizonyos *dhammákon* elmélkedik, és közben az érzékiség olyan káros folyamata jelenik meg, amely korábban nem volt jelen, a már jelen lévő érzékiség-folyamat pedig megerősödik; a továbblétesülés vágyának olyan káros folyamata jelenik meg, amely korábban nem volt jelen, a már jelen lévő káros létszomj-folyamat pedig megerősödik; a tudatlanság olyan káros folyamata jelenik meg, amely korábban nem volt jelen, a már jelen lévő káros tudatlanság-folyamat pedig megerősödik, akkor e dolgok azok, amelyeken nem kellene elmélkednie, ám ő mégis ezekre figyel.

Szerzetesek, mik azok a dolgok, amiken elmélkednie kellene, és mégsem elmélkedik rajtuk? Ha valaki bizonyos *dhammákon* elmélkedik, és közben nem jelenik meg az érzékiség olyan káros folyamata, amely korábban nem volt jelen, a már jelen lévő érzékiség-folyamat pedig eltűnik; nem jelenik meg a továbblétesülés vágyának olyan káros folyamata, amely korábban nem volt jelen, a már jelen lévő létszomj-folyamat pedig eltűnik; nem jelenik meg a tudatlanság olyan káros folyamata, amely korábban nem volt jelen, a már jelen lévő káros tudatlanság-folyamat pedig eltűnik, akkor e dolgok azok, amelyeken elmélkednie kellene, ám ő mégsem ezeken elmélkedik

Azokon a dolgokon elmélkedik, amiken nem kellene, és azokon a dolgokon nem elmélkedik, amiken pedig kellene, s így olyan káros folyamatok jelennek meg, amelyek korábban nem voltak jelen, a már korábban jelen lévő káros folyamatok pedig megerősödnek. Nem elég alaposan így elmélkedik:

1. Léteztem én a múltban?
2. Nem léteztem a múltban?
3. Mi voltam a múltban?
4. Hogy léteztem a múltban?
5. Abból, ami voltam, mivé lettem a múltban?
6. Létezni fogok a jövőben?
7. Nem fogok létezni a jövőben?
8. Mi leszek a jövőben?
9. Hogy fogok létezni a jövőben?
10. Abból, ami voltam, mivé leszek a jövőben?

Vagy most, a jelenben, kételyekkel a bensejében:

11. Létezem én?
12. Vagy nem létezem?
13. Mi vagyok?
14. Hogyan létezem?
15. Honnan jött e lény?
16. És hová tart?

Mivel ezeket nem fontolja meg alaposan, e hat nézet valamelyike alakul ki benne:

1. „Van átmanom”^[215] – úgy alakul ki benne ez a nézet, mintha igaz és megalapozott lenne.

2. „Nincs átmanom” – úgy alakul ki benne ez a nézet, mintha igaz és megalapozott lenne.

3. „Az átmannel fogom fel az átmant” – úgy alakul ki benne ez a nézet, mintha igaz és megalapozott lenne.

4. „Az átmannel fogom fel a nem-átmant” – úgy alakul ki benne ez a nézet, mintha igaz és megalapozott lenne.

5. „A nem-átmannel fogom fel az átmant” – úgy alakul ki benne ez a nézet, mintha igaz és megalapozott lenne.

6. „Ez az átmanom, ami beszél és érez, ami mindenütt megtapasztalja a jó és a rossz tettek gyümölcsét – nos, ez az

átmanom állandó, stabil, örökké tartó, nincs alávetve a szüntelen átalakulásnak, örökké ugyanaz marad” – úgy alakul ki benne ez a nézet, mintha igaz és megalapozott lenne.

Ezt nevezik, szerzetesek, a nézetekbe gabalyodásnak, a nézetek sűrű bozótjának, a nézetek erdejének, a nézetek zavarának, a nézetek kínlódásának, a nézetek béklyójának. A nézetek béklyóival megkötözött, tanításban nem részesült, evilági ember nem szabadul meg a születéstől, öregedéstől és haláltól, a bánattól, a jajveszékeléstől, a fájdalomtól, a csüggedéstől és a kétségbeeséstől. Bizony mondom, nem szabadul meg a szenvedéstől.

A nemes szívű tanítvány viszont, aki részesült a tanításban, aki meglátja a nemes szívű embereket, járatos a nemes szívű emberek tanításában, akinek kifejtették a nemes szívű emberek tanítását, aki meglátja a jó embereket, aki járatos a jó emberek tanításában, akinek kifejtették a jó emberek tanítását, az felfogja, hogy min kellene elmélkednie, és mi az, amin nem. Ismeri, hogy min kell elmélkednie, és mi az, amin nem, s nem elmélkedik olyasmin, amin nem kellene, és arra figyel, amire figyelni kell.

Szerzetesek, mik azok a dolgok, amiken nem kellene elmélkednie, és ő nem is elmélkedik rajtuk? Ha valaki bizonyos *dhammákon* elmélkedik, és közben az érzékiség olyan káros folyamata jelenik meg, amely korábban nem volt jelen, a már jelen lévő érzékiség-folyamat pedig megerősödik; a továbblétesülés vágyának olyan káros folyamata jelenik meg, amely korábban nem volt jelen, a már jelen lévő létszomj-folyamat pedig megerősödik; a tudatlanság olyan káros folyamata merül fel, amely korábban nem volt jelen, a már jelen lévő káros tudatlanság-folyamat pedig megerősödik, akkor e dolgok azok, amelyeken nem kellene elmélkedni, és ő nem is elmélkedik rajtuk.

Szerzetesek, mik azok a dolgok, amiken elmélkednie kell, és ő elmélkedik is rajtuk? Ha valaki bizonyos *dhammákon* elmélkedik, és közben nem jelenik meg az érzékiség olyan káros folyamata, amely korábban nem volt jelen, a már jelen lévő érzékiség-folyamat pedig eltűnik; nem jelenik meg a továbblétesülés vágyának olyan káros folyamata, amely korábban nem volt jelen, a már jelen lévő káros létszomj-folyamat pedig eltűnik; nem jelenik meg a tudatlanság olyan káros folyamata, amely korábban nem volt jelen, a már jelen lévő

káros tudatlanság-folyamat pedig eltűnik, akkor e dolgok azok, amelyeken elmélkedni kell, és ő elmélkedik is rajtuk.

Nem elmélkedik azokon a dolgokon, amiken nem kell, s azokon a dolgokon elmélkedik, amiken kell, így nem jelennek meg benne olyan káros folyamatok, amelyek korábban nem voltak jelen, a már jelen lévő káros folyamatok pedig eltűnnek. Bölcsen így elmélkedik: ez a szenvedés. Bölcsen így elmélkedik: ez a szenvedés keletkezése. Bölcsen így elmélkedik: ez a szenvedés megszűnése. Bölcsen így elmélkedik: ez a szenvedés megszűnéséhez vezető út. Amikor bölcsen így elmélkedik, a három béklyó – az önvaló nézete, a kétely és a vallási szertartásokhoz ragaszkodás – megszűnik benne.

Szerzetesek, e káros folyamatok azok, amelyektől belátással szabadulhatunk meg.

(2. MEGFÉKEZÉSSSEL MEGSZÜNTETHETŐ KÁROS FOLYAMATOK)

Melyek azok a káros folyamatok, szerzetesek, amelyektől megfékezéssel kell megszabadulni?

Szerzetesek, a szerzetes úgy él ezen a földön, hogy látását bölcs figyelemmel megfékezi. Semmiféle olyan zaklató, izzó, káros folyamat, amely megjelenhet abban, aki nem a látását megfékezve él, nem létezik annak számára, aki így, a látását megfékezve él.

A szerzetes úgy él, hogy hallását bölcs figyelemmel megfékezi. Semmiféle zaklató, izzó, káros folyamat, amely megjelenhet abban, aki nem a hallását megfékezve él, nem létezik annak számára, aki így, a hallását megfékezve él.

A szerzetes úgy él, hogy szaglását bölcs figyelemmel megfékezi. Semmiféle zaklató, izzó, káros folyamat, amely megjelenhet abban, aki nem a szaglását megfékezve él, nem létezik annak számára, aki így, a szaglását megfékezve él.

A szerzetes úgy él, hogy az ízlelését bölcs figyelemmel megfékezi. Semmiféle zaklató, izzó, káros folyamat, amely megjelenhet abban, aki nem az ízlelését megfékezve él, nem létezik annak számára, aki így, az ízlelését megfékezve él.

A szerzetes úgy él, hogy a tapintását bölcs figyelemmel megfékezi. Semmiféle zaklató, izzó, káros folyamat, amely megjelenhet abban, aki nem a tapintását megfékezve él, nem létezik annak számára, aki így, a tapintását megfékezve él.

A szerzetes úgy él, hogy az elméjét bölcs figyelemmel megfékezi. Semmiféle zaklató, izzó, káros folyamat, amely megjelenhet abban, aki nem az elméjét megfékezve él, nem létezik annak számára, aki így, az elméjét megfékezve él.

Ezek azok a káros folyamatok, szerzetesek, amelyektől megfékezéssel kell megszabadulni.

(3. HASZNÁLATTAL MEGSZÜNTETHETŐ KÁROS FOLYAMATOK)

Melyek azok a káros folyamatok, szerzetesek, amelyektől használatlall kell megszabadulni?

A szerzetes bölcs figyelemmel csupán arra használja ruháját, hogy a hideget, meleget, böglyöket, szúnyogokat, szelet, égető napot és a csúszómászókat távol tartsa, valamint megbotránkozást nem keltve befedje a testét.

A szerzetes bölcs figyelemmel az ételt nem játékra, nem mértéktelen evésre, nem alakjának javítására és nem pompára használja, pusztán arra, hogy fenntartsa testét, hogy életben maradjon, hogy ne gyengüljön el az éhségtől, és így elősegítse a szent életet. „Ily módon a régi érzést meg fogom szüntetni, és nem fogok újat létrehozni, és feddhetetlen és örömteli életet fogok élni”.

A szerzetes bölcs figyelemmel lakhelyét csupán arra használja, hogy a hideget, meleget, böglyöket, szúnyogokat, szelet, égető napot és a csúszómászókat távol tartsa, az időjárás viszontagságainak ne legyen kitéve, és örömét lelhesse a magányban.

A szerzetes bölcs figyelemmel a gyógyszereket és az orvosi eszközöket a betegségek kezelésére használja.

Szerzetesek, semmiféle zaklató, izzó, káros folyamat, amely megjelenhet abban, aki mindezeket nem így használja, nem létezik annak számára, aki mindezeket így használja.

E káros folyamatoktól kell helyes használattal megszabadulni, szerzetesek.

(4. BÉKETŰRÉSSEL MEGSZÜNTETHETŐ KÁROS FOLYAMATOK)

Melyek azok a káros folyamatok, szerzetesek, amelyektől béketűréssel szabadulhatunk meg?

Szerzetesek, azt nevezik szerzetesnek, aki bölcsen elmélkedve béketűréssel viseli a hideget, meleget, éhséget, szomjúságot, böglyöket, szúnyogokat, szelet, égető napot, csúszómászókat, szidalmakat és gyalázkodást; és hozzáedződik a testében felmerülő csúnya, kellemetlen, éles, durva, komoly, átható, vagy akár halálos fájdalommal járó érzésekhez.

Szerzetesek, semmiféle zaklató, izzó, káros folyamat, amely megjelenhet abban, aki nem viseli el mindezt, nem létezik annak számára, aki béketűréssel viseli mindezt.

E káros folyamatoktól kell béketűréssel megszabadulni, szerzetesek.

(5. ELKERÜLÉSSEL MEGSZÜNTETHETŐ KÁROS FOLYAMATOK)

Melyek azok a káros folyamatok, szerzetesek, amelyektől elkerüléssel szabadulhatunk meg?

Szerzetesek, a szerzetes bölcs megfontolásból elkerüli a dühöngő elefántot, a megbokrosodott lovat, a megvadult bikát, az elszabadult kutyát, a farönköt, a kígyót, a töviseket, a szakadékot, a kiásott gödröt, a faluszéli víztárolót. Bölcs megfontolással nem ül le arra alkalmatlan helyen, nem jár nem illő helyekre, nem keresi a rossz társaságot. Bölcs szerzetestársai arra a következtetésre jutnának, hogy vétkezett, így azt az alkalmatlan helyet, azt az illetlen helyet, azt a rossz társaságot bölcs megfontolással elkerüli.

Szerzetesek, semmiféle zaklató, izzó, káros folyamat, amely megjelenhet abban, aki nem kerüli el mindezt, nem létezik annak számára, aki elkerüli mindezt.

E káros folyamatoktól kell elkerüléssel megszabadulni, szerzetesek.

(6. ELŰZÉSSEL MEGSZÜNTETHETŐ KÁROS FOLYAMATOK)

Melyek azok a káros folyamatok, szerzetesek, amelyektől elűzéssel szabadulhatunk meg?

Szerzetesek, a szerzetes, bölcsen elmélkedve, az érzéki gondolatokat, amelyek felmerültek benne, nem tűri el, elveti, elűzi, eltávolítja, végleg megsemmisíti.

Szerzetesek, a szerzetes, bölcsen elmélkedve, a rosszakarattal átszótt gondolatokat, amelyek felmerültek benne, nem tűri el, elveti, elűzi, elpusztítja, végleg megsemmisíti.

Szerzetesek, a szerzetes, bölcsen elmélkedve, az ártó szándékú gondolatokat, amelyek felmerültek benne, nem tűri el, elveti, elűzi, elpusztítja, végleg megsemmisíti.

A felmerült rossz, nem-üdvös dhammákat nem tűri el, elveti, elűzi, elpusztítja, végleg megsemmisíti.

Szerzetesek, semmiféle zaklató, izzó, káros folyamat, amely megjelenhet abban, aki nem űzi el mindezt, nem létezik annak számára, aki elűzi mindezt.

E káros folyamatoktól kell elűzéssel megszabadulni, szerzetesek.

(7. GYAKORLÁSSAL MEGSZÜNTETHETŐ KÁROS FOLYAMATOK)

Melyek azok a káros folyamatok, szerzetesek, amelyektől kifejllesztéssel és gyakorlással szabadulhatunk meg?

A szerzetes, bölcsen elmélkedve, gyakorolja (1) az éber figyelem megvilágosodás-tényezőjét, amely ragaszkodásnélküliséggel, szenvedélymentességgel, kioltódással jár és elengedéssé alakul át.

A szerzetes, bölcsen elmélkedve, gyakorolja (2) a dhamma tanulmányozásának megvilágosodás-tényezőjét, amely ragaszkodásnélküliséggel, szenvedélymentességgel, kioltódással jár és elengedéssé alakul át.

A szerzetes, bölcsen elmélkedve, gyakorolja (3) a hősies erő megvilágosodás-tényezőjét, amely ragaszkodásnélküliséggel, szenvedélymentességgel, kioltódással jár és elengedéssé alakul át.

A szerzetes, bölcsen elmélkedve, gyakorolja (4) az öröm megvilágosodás-tényezőjét, amely ragaszkodásnélküliséggel, szenvedélymentességgel, kioltódással jár és elengedéssé alakul át.

A szerzetes, bölcsen elmélkedve, gyakorolja (5) a csendes derű megvilágosodás-tényezőjét, amely ragaszkodásnélküliséggel, szenvedélymentességgel, kioltódással jár és elengedéssé alakul át.

A szerzetes, bölcsen elmélkedve, gyakorolja (6) az összpontosítás megvilágosodás-tényezőjét, amely ragaszkodásnélküliséggel, szenvedélymentességgel, kioltódással jár és elengedéssé alakul át.

A szerzetes, bölcsen elmélkedve, gyakorolja (7) a nyugalom megvilágosodás-tényezőjét, amely ragaszkodásnélküliséggel, szenvedélymentességgel, kioltódással jár és elengedéssé alakul át.

Szerzetesek, semmiféle zaklató, izzó, káros folyamat, amely felmerülhet abban, aki nem fejleszti ki és nem gyakorolja ezeket, nem létezik annak számára, aki kifejleszti és gyakorolja ezeket

Ezek azok a káros folyamatok, szerzetesek, amelyektől kifejlesztéssel és gyakorlással kell megszabadulni.

Szerzetesek, arról a szerzetesről, aki belátással megszabadult azoktól a káros folyamatoktól, amelyektől belátással szabadulhatunk meg; aki megfélemezéssel megszabadult azoktól a káros folyamatoktól, amelyektől megfélemezéssel szabadulhatunk meg; aki használattal megszabadult azoktól a káros folyamatoktól, amelyektől használattal szabadulhatunk meg; aki béketűréssel megszabadult azoktól a káros folyamatoktól, amelyektől béketűréssel szabadulhatunk meg; aki elkerüléssel megszabadult azoktól a káros folyamatoktól, amelyektől elkerüléssel szabadulhatunk meg; aki eltávolítással megszabadult azoktól a káros folyamatoktól, amelyektől eltávolítással szabadulhatunk meg; aki gyakorlással megszabadult azoktól a káros folyamatoktól, amelyektől gyakorlással szabadulhatunk meg, – arról a szerzetesről mondják, szerzetesek, hogy megszabadult az összes káros folyamattól, megszüntette a sóvárgást, kioldozta a ragaszkodás béklyóit, és tökéletesen átlátva az önteltségen véget vetett a szenvedésnek.

Így beszélt a Megáldott. A szerzetesek pedig ujjongó szívvel örvendeztek a Megáldott szavain.

A kelme hasonlatáról szóló tanítóbeszéd

(Vatthúpama szutta)^{216}

Így hallottam. Egy alkalommal a Magasztos Szávatthí közelében, a Dzséta ligetben, Anáthapindika kertjében tartózkodott. Ott így szólította meg a szerzeteseket:

– Szerzetesek!

– Tiszteletreméltó urunk! – válaszolták. A Magasztos ezt mondta:

– Szerzetesek, tegyük föl, hogy egy szennyezett, foltos kelmét a festő ilyen vagy olyan festékbe merít, legyen az kék, vagy sárga, vagy vörös, vagy barna. Az ilyen kelme festése tökéletlen, színe pedig tisztátalan lesz. Hogy miért? A kelme tisztátalansága miatt. Éppen így, ha a tudat szennyezett, valószínű, hogy a következő létállomás szerencsétlen létállomás lesz. Szerzetesek, tegyük föl, hogy egy tiszta, világos kelmét a festő ilyen vagy olyan festékbe merít, legyen az kék, vagy sárga, vagy vörös, vagy barna. Az ilyen kelme festése tökéletes, színe pedig tiszta lesz. Hogy miért? A kelme tisztasága miatt. Éppen így, ha a tudat szennyezetlen, valószínű, hogy a következő létállomás szerencsés létállomás lesz.

Szerzetesek, és mik a tudat tökéletlenségei? A fukarság és becstelen sóvárgás a tudat tökéletlensége. A rosszindulat a tudat tökéletlensége. A harag a tudat tökéletlensége. A gyűlölködés a tudat tökéletlensége. A megvetés a tudat tökéletlensége. A kíméletlenség a tudat tökéletlensége. Az irigység a tudat tökéletlensége. A fősvénység a tudat tökéletlensége. A szemfényvesztés a tudat tökéletlensége. A csalás a tudat tökéletlensége. A makacsság a tudat tökéletlensége. A versengés a tudat tökéletlensége. Az önhittség a tudat tökéletlensége. A gőg a tudat tökéletlensége. A hiúság a tudat tökéletlensége. A hanyagság a tudat tökéletlensége.

Tudván, hogy a fukarság és becstelen sóvárgás a tudat tökéletlensége, a szerzetes felhagy vele. Tudván, hogy a rosszindulat a tudat tökéletlensége, a szerzetes felhagy vele. Tudván, hogy a harag a tudat tökéletlensége, a szerzetes felhagy vele. Tudván, hogy a gyűlölködés a tudat tökéletlensége, a szerzetes

felhagy vele. Tudván, hogy a megvetés a tudat tökéletlensége, a szerzetes felhagy vele. Tudván, hogy a kíméletlenség a tudat tökéletlensége, a szerzetes felhagy vele. Tudván, hogy az irigység a tudat tökéletlensége, a szerzetes felhagy vele. Tudván, hogy a fősvénység a tudat tökéletlensége, a szerzetes felhagy vele. Tudván, hogy a szemfényvesztés a tudat tökéletlensége, a szerzetes felhagy vele. Tudván, hogy a csalás a tudat tökéletlensége, a szerzetes felhagy vele. Tudván, hogy a makacsság a tudat tökéletlensége, a szerzetes felhagy vele. Tudván, hogy a versengés a tudat tökéletlensége, a szerzetes felhagy vele. Tudván, hogy az önhittség a tudat tökéletlensége, a szerzetes felhagy vele. Tudván, hogy a gőg a tudat tökéletlensége, a szerzetes felhagy vele. Tudván, hogy a hiúság a tudat tökéletlensége, a szerzetes felhagy vele. Tudván, hogy a hanyagság a tudat tökéletlensége, a szerzetes felhagy vele.

Amikor a szerzetes már tudja, hogy a fukarság és becstelen sóvárgás a tudat tökéletlensége, és felhagyott vele; amikor a szerzetes már tudja, hogy a rosszindulat a tudat tökéletlensége, és felhagyott vele; amikor a szerzetes már tudja, hogy a harag a tudat tökéletlensége, és felhagyott vele; amikor a szerzetes már tudja, hogy a gyűlölködés a tudat tökéletlensége, és felhagyott vele; amikor a szerzetes már tudja, hogy a megvetés a tudat tökéletlensége, és felhagyott vele; amikor a szerzetes már tudja, hogy a kíméletlenség a tudat tökéletlensége, és felhagyott vele; amikor a szerzetes már tudja, hogy az irigység a tudat tökéletlensége, és felhagyott vele; amikor a szerzetes már tudja, hogy a fősvénység a tudat tökéletlensége, és felhagyott vele; amikor a szerzetes már tudja, hogy a szemfényvesztés a tudat tökéletlensége, és felhagyott vele; amikor a szerzetes már tudja, hogy a csalás a tudat tökéletlensége, és felhagyott vele; amikor a szerzetes már tudja, hogy a makacsság a tudat tökéletlensége, és felhagyott vele; amikor a szerzetes már tudja, hogy a versengés a tudat tökéletlensége, és felhagyott vele; amikor a szerzetes már tudja, hogy az önhittség a tudat tökéletlensége, és felhagyott vele; amikor a szerzetes már tudja, hogy a gőg a tudat tökéletlensége, és felhagyott vele; amikor a szerzetes már tudja, hogy a hiúság a tudat tökéletlensége, és felhagyott vele; amikor a szerzetes már tudja, hogy a hanyagság a tudat tökéletlensége, és felhagyott vele, ily módon tesz szert a

Buddha iránti teljes bizalomra: „Bizony, ő a Magasztos, a nagyméltóságú, aki önerejéből érte el a tökéletes megvilágosodást, tudása és életvezetése kiteljesedett, jó úton jár, a világok ismerője, felülmúlhatatlan az emberek megszelídítése terén, istenségek és emberek tanítója a megvilágosodott Magasztos.”

Ily módon tesz szert a Dhamma iránti teljes bizalomra: „A Tanítást a Magasztos jól adta tovább, az nyilvánvaló, időtlen, közvetlenül megtapasztalható, célhozvezető, az értelmes embereknek maguknak kell utánajárniuk.”

Ily módon tesz szert a Szangha iránti teljes bizalomra: „A Magasztos szerzetes-gyülekezete jó úton jár, a Magasztos szerzetes-gyülekezete egyenes úton jár, a Magasztos szerzetes-gyülekezete igaz úton jár, a Magasztos szerzetes-gyülekezete helyes úton jár, ez a Magasztos szerzetes-gyülekezete, azaz a négy pár és a nyolc személy,^[217] amely érdemes a felajánlásokra, érdemes a vendégszeretetre, érdemes az adományokra, érdemes a tiszteletteljes köszöntésre, mivel az érdemek semmihez sem fogható termőföldje e világon.”

Amikor részben feladta, elúzte, elengedte, elhagyta és eloldotta (a tudat tökéletlenségeit), így gondolkodik: „teljes a bizalmam a Buddhában”, és lelkesedés ébred benne a jelentés iránt, lelkesedés ébred benne a Tanítás iránt, a Tanításhoz kötődő vidámság ébred benne. Amikor vidám, öröm születik benne; annak, aki örül, a teste nyugodt lesz; akinek a teste nyugodt, boldogságot érez; aki boldogságot érez, annak a tudata összeszedetté válik.

Így gondolkodik: „teljes a bizalmam a Dhammában”, és lelkesedés ébred benne a jelentés iránt, lelkesedés ébred benne a Tanítás iránt, a Tanításhoz kötődő vidámság ébred benne. Amikor vidám, öröm születik benne; annak, aki örül, a teste nyugodt lesz; akinek a teste nyugodt, boldogságot érez; aki boldogságot érez, annak a tudata összeszedetté válik

Így gondolkodik: „teljes a bizalmam a Szanghában”, és lelkesedés ébred benne a jelentés iránt, lelkesedés ébred benne a Tanítás iránt, a Tanításhoz kötődő vidámság ébred benne. Amikor vidám, öröm születik benne; annak, aki örül, a teste nyugodt lesz; akinek a teste nyugodt, boldogságot érez; aki boldogságot érez, annak a tudata összeszedetté válik.

Így gondolkodik: „részben feladtam, elűztem, elengedtem, elhagytam és eloldottam (a tudat tökéletlenségeit,)” és lelkesedés ébred benne a jelentés iránt, lelkesedés ébred benne a Tanítás iránt, a Tanításhoz kötődő vidámság ébred benne. Amikor vidám, öröm születik benne; annak, aki örül, a teste nyugodt lesz; akinek a teste nyugodt, boldogságot érez; aki boldogságot érez, annak a tudata összeszedetté válik.

Szerzetesek, ha egy ilyen erényekkel, az összeszedettség ilyen állapotával és ilyen bölcsességgel rendelkező szerzetes válogatott hegyi rizsből és különféle mártásokból és szószbokból álló alamizsnát eszik, még az sem lesz akadály számára. Amint a szennyezett és foltos kelme tiszta és világos lesz a tiszta víztől, vagy amint az arany tiszta és világos lesz az olvasztókemencében, éppen úgy, ha egy ilyen erényekkel, az összeszedettség ilyen állapotával és ilyen bölcsességgel rendelkező szerzetes válogatott hegyi rizsből és különféle mártásokból és szószbokból álló alamizsnát eszik, még az sem lesz akadály számára.

Úgy él, hogy szeretettel teli tudattal hatja át az első égtáját, és ugyanúgy a másodikat, harmadikat, negyediket, úgy fönn, mint lenn, és körben mindenhol, mindenkit éppúgy, mint magamagát. Áthatja a mindent magába foglaló világot szeretetelli tudattal, amely hatalmas, emelkedett, határtalan, s nincs benne sem ellenségesség, sem rosszakarat.

Úgy él, hogy együttérzéssel teli tudattal hatja át az első égtáját, és ugyanúgy a másodikat, harmadikat, negyediket, úgy fönn, mint lenn, és körben mindenhol, mindenkit éppúgy, mint magamagát. Áthatja a mindent magába foglaló világot együttérzéssel teli tudattal, amely hatalmas, emelkedett, határtalan, s nincs benne sem ellenségesség, sem rosszakarat.

Úgy él, hogy elismeréssel teli tudattal hatja át az első égtáját, és ugyanúgy a másodikat, harmadikat, negyediket, úgy fönn, mint lenn, és körben mindenhol, mindenkit éppúgy, mint magamagát. Áthatja a mindent magába foglaló világot elismeréssel teli tudattal, amely hatalmas, emelkedett, határtalan, s nincs benne sem ellenségesség, sem rosszakarat.

Úgy él, hogy kiegyensúlyozottsággal teli tudattal hatja át az első égtáját, és ugyanúgy a másodikat, harmadikat, negyediket, úgy fönn,

mint lenn, és körben mindenhol, mindenkit éppúgy, mint magamagát. Áthatja a mindent magába foglaló világot kiegyensúlyozottsággal teli tudattal, amely hatalmas, emelkedett, határtalan, s nincs benne sem ellenségesség, sem rosszakarat.

Megérti: „Itt van ez, itt a közönséges, itt a magasztos, azon túl pedig van menekvés az észlelés teljes mezejéről.”

Amikor így tud és lát, tudata megszabadul az érzéki vágy befolyása alól, a létezés befolyása alól és a tudatlanság befolyása alól. Amikor megszabadul, megszületik a tudás: megszabadult. Megérti: véget vetett a születésnek, a szerzeteshez méltó életet leélte, teendőit megtette, ezen túl nincs további létezés. Szerzetesek, ezt a szerzetest nevezik olyannak, aki belső fürdőt vett.

Ezúttal Szundarika Bháradvászsa pap nem ült messze a Magasztostól. Akkor azt mondta a Magasztosnak:

– Vajon a Magasztos Gótama elmegy a Báhuká folyóhoz fürdeni?
– Miért mennék a Báhuká folyóhoz, pap? Mit tud a Báhuká folyó tenni?

– Gótama mester, a Báhuká folyóról sokan úgy tartják, hogy megszabadulást nyújt, sokan úgy tartják, hogy érdemeket biztosít, és sokan mossák le gonosz cselekedeteiket a Báhuká folyóban.

Akkor a Magasztos versekben szólította meg Szundarika Bháradvászsa papot:

Sem a Báhuká, sem az Adhikakká,
Sem Gajá vagy Szundariká hullámai,
Sötét tetteidről nem tisztít meg
Pajága és Szarasszati fodra,
Sem Bahumatí nagy folyama –
Fürödj bár örökké bennük, bolond.

Mit ringatna múltba a Szundariká?
Mit mosna el Pajága, s mit a Báhuká?
A gonosz nem tisztul meg bennük,
Kegyetlen, véres tetteitől nem szabadul.

A szívében tiszta örökké teremti
a Tavasz Ünnepe, a Szent Napot.
Légy tiszta szívedben, úgy cselekedj,
S erényed bölcsességgé érleled.

Itt van, bölcs, amiben fürödhetsz:
Légy a létezők menedéke.
Ajkad hamisság ne illesse,
Óvd a törékeny életet,

S elégedj azzal, mi adatott.
Hittel, áradón és szabadon
Mi szükséged a Gajá vizére?
Hisz minden forrás belőled fakad.

Amikor ez elhangzott, Szundarika Bháradvászsa pap így szólt:

– Csodálatos, Gótama mester, csodálatos, Gótama mester. Mintha valaki talpára állította volna azt, amit a fejére fordítottak, fellebbentette volna a fátylat arról, amit elrejtettek, megmutatta volna az utat a tévelygőnek, vagy lámpást hozott volna a sötétségbe, hogy akiknek szemeik vannak, lássanak, épp ily módon fejtette ki számtalanféleképpen a Tanítást Gótama mester. Gótama mesterhez fordulok oltalomért, és a Tanításhoz és a szerzetesi Közösséghez. Szeretném elnyerni a beavatást Gótama mester vezetése alatt, szeretném elnyerni a befogadást.

És Szundarika Bháradvászsa elnyerte a beavatást a Magasztos vezetése alatt, elnyerte a befogadást. És nemsokára, nem sokkal befogadása után, a tiszteletreméltó Bháradvászsa egyedül élve, visszavonultan, szorgosan, igyekvően és eltökélten, közvetlen tudással önmaga megvalósítva, még ebben az életben elérte a szent élet ama fölülmúlhatatlan célját és megmaradt benne, amelyért előkelő ifjak joggal távoznak otthonukból az otthontalanságba. Közvetlenül tudta: véget vetett a születésnek, a szerzeteshez méltó életet leélte, teendőit megtette, ezen túl nincs további létezés. És az igen tiszteletreméltó Bháradvászsa a nagyméltóságúak egyike lett.

Az éberség megalapozásáról szóló tanítóbeszéd

(Szatipatthána szutta)^{218}.

Így hallottam. Egy alkalommal a Magasztos a Kuruk földjén, Kammászadhama városában időzött. Ott így szólította meg a szerzeteseket:

– Szerzetesek!

– Tiszteletreméltó urunk – válaszolták a szerzetesek. A Magasztos így szólt:

Egyenes ösvény

Szerzetesek, ez az egyenes ösvény, amely a lények megtisztulásához, a bánat és a siránkozás meghaladásához, a *dukkha* és az elégedetlenség megszűnéséhez, a valódi módszer megszerzéséhez, a *Nibbána* megvalósításához vezet: nevezetesen a négy *szatipatthána*.

Meghatározás

Mi ez a négy? Szerzetesek, ami a testet illeti, a szerzetes a test fölött szemlélődve időzik, igyekvően, tiszta tudással, éberen, a világra irányuló vágy és elégedetlenség nélkül. Ami az érzéseket illeti, az érzések fölött szemlélődve időzik, igyekvően, tiszta tudással, éberen, a világra irányuló vágy és elégedetlenség nélkül. Ami a tudatot illeti, a tudat fölött szemlélődve időzik, igyekvően, tiszta tudással, éberen, a világra irányuló vágy és elégedetlenség nélkül. Ami a *dhammákat* illeti, a *dhammák* fölött szemlélődve időzik, igyekvően, tiszta tudással, éberen, a világra irányuló vágy és elégedetlenség nélkül.

Légzés

Szerzetesek, és ami a testet illeti, hogyan időzik a test fölött szemlélődve? Mármost, a szerzetes kimegy az erdőbe, egy fa

tövébe vagy egy üres kunyhóba, és leül. Lábát keresztbe teszi, testét kiegyenesíti, éberségét megalapozza maga előtt, éberén lélegzik be, éberén lélegzik ki.

Amikor hosszan lélegzik be, tudja: hosszan lélegzem be, amikor hosszan lélegzik ki, tudja: hosszan lélegzem ki. Amikor röviden lélegzik be, tudja: röviden lélegzem be, amikor röviden lélegzik ki, tudja: röviden lélegzem ki. Az egész testet megtapasztalva lélegzem be – így gyakorol. Az egész testet megtapasztalva lélegzem ki – így gyakorol. A testi készletet elnyugtatva lélegzem be – így gyakorol. A testi készletet elnyugtatva lélegzem ki – így gyakorol.

Ahogy a gyakorlott esztergályos vagy inasa, amikor hosszú mozdulatot tesz, tudja: hosszú mozdulatot teszek, vagy amikor rövid mozdulatot tesz, tudja: rövid mozdulatot teszek, úgy a szerzetes is, amikor hosszan lélegzik be, tudja: hosszan lélegzem be... (mint fent).

Refrén

Ily módon, ami a testet illeti, úgy időzik, hogy belülről szemléli a testet, vagy úgy időzik, hogy kívülről szemléli a testet, vagy úgy időzik, hogy belülről és kívülről egyaránt szemléli a testet. Úgy időzik, hogy a testben a keletkezés természetét szemléli, vagy úgy időzik, hogy a testben az elmúlás természetét szemléli, vagy úgy időzik, hogy a testben a keletkezés és az elmúlás természetét szemléli. Megalapozódik benne az éberség: „van test”, oly mértékben, amely a puszta tudáshoz és a folytonos éberséghez szükséges. Szabadon időzik, semmihez sem kötődve a világon. Ami a testet illeti, így időzik a test fölött szemlélődve.

Testhelyzetek

Szerzetesek, amikor jár, tudja: járok; amikor áll, tudja: állok; amikor ül, tudja: ülök; amikor fekszik, tudja: fekszem; bármilyen helyzetben is van a teste, azt annak megfelelően tudja.

Refrén

Ily módon, ami a testet illeti, úgy időzik, hogy belülről... kívülről... belülről és kívülről egyaránt szemléli a testet. Úgy időzik, hogy a testben a keletkezés... az elmúlás... vagy a keletkezés és az elmúlás természetét szemléli. Megalapozódik benne az éberség: „van test”, oly mértékben, amely a puszta tudáshoz és a folytonos éberséghez szükséges. Szabadon időzik, semmihez sem kötődve a világon. Ami a testet illeti, így időzik a test fölött szemlélődve.

Tevékenységek

Szerzetesek, amikor megy és jön, tiszta tudással teszi; amikor előre néz és oldalra néz, tiszta tudással teszi; amikor behajlítja és kinyújtja tagjait, tiszta tudással teszi; amikor ruházatát viseli, köntösét és szilkéjét viszi, tiszta tudással teszi; amikor eszik, iszik, ételt fogyaszt és ízlel, tiszta tudással teszi; amikor ürít és vizek, tiszta tudással teszi; amikor jár, áll, ül, elalszik, felkel, beszél és csendben marad, tiszta tudással teszi.

Refrén

Ily módon, ami a testet illeti, úgy időzik, hogy belülről... kívülről... belülről és kívülről egyaránt szemléli a testet. Úgy időzik, hogy a testben a keletkezés... az elmúlás... vagy a keletkezés és az elmúlás természetét szemléli. Megalapozódik benne az éberség: „van test”, oly mértékben, amely a puszta tudáshoz és a folytonos éberséghez szükséges. Szabadon időzik, semmihez sem kötődve a világon. Ami a testet illeti, így időzik a test fölött szemlélődve.

Testrészek

Szerzetesek, erre a bőrrel borított testre úgy tekint a talpától a hajszálak hegyéig, mint ami sokféle tisztátalansággal van tele, a következőképpen: ebben a testben van haj, szőr, köröm, fog, bőr, hús, ín, csont, csontvelő, vese, szív, máj, rekeszizom, lép, tüdő, bél, bélfodor, gyomortartalom, ürülék, epe, nyálka, genny, vér, verejték, zsír, könny, hártya, takony, ízületi folyadék és vizelet.

Mintha volna egy két végén nyitott zsák tele sokféle gabonával, hegyi rizzsel, vörös rizzsel, babbal, borsóval, kölessel és fehér

rizzsel, és egy éles szemű ember kinyitná, és így tekintene rá: ez hegyi rizs, ez vörös rizs, ez bab, ez borsó, ez köles, ez fehér rizs... e testre úgy tekint... (mint fent).

Refrén

Ily módon, ami a testet illeti, úgy időzik, hogy belülről... kívülről... belülről és kívülről egyaránt szemléli a testet. Úgy időzik, hogy a testben a keletkezés... az elmúlás... vagy a keletkezés és az elmúlás természetét szemléli. Megalapozódik benne az éberség: „van test”, oly mértékben, amely a puszta tudáshoz és a folytonos éberséghez szükséges. Szabadon időzik, semmihez sem kötődve a világon. Ami a testet illeti, így időzik a test fölött szemlélődve.

Elemek

Szerzetesek, erre a testre, bárhol, bármilyen helyzetben legyen is az, úgy tekint, mint ami elemekből áll: ebben a testben van föld-elem, víz-elem, tűz-elem és levegő-elem.

Ahogy egy ügyes mézáros vagy inasa leöli a tehenet, majd feldarabolja, és leül a keresztútnál, erre a testre, bárhol, bármilyen helyzetben legyen is az, úgy tekint... (mint fent).

Refrén

Ily módon, ami a testet illeti, úgy időzik, hogy belülről... kívülről... belülről és kívülről egyaránt szemléli a testet. Úgy időzik, hogy a testben a keletkezés... az elmúlás... vagy a keletkezés és az elmúlás természetét szemléli. Megalapozódik benne az éberség: „van test”, oly mértékben, amely a puszta tudáshoz és a folytonos éberséghez szükséges. Szabadon időzik, semmihez sem kötődve a világon. Ami a testet illeti, így időzik a test fölött szemlélődve.

Oszló holttest

Szerzetesek, mintha látna egy temetőbe kivetett holttestet, egynaposat, kétnaposat vagy háromnaposat, amely felpuffadt, kékes színű és nedvedzik... amelyet varjak, héják, keselyűk, kutyák,

sakálok és különféle férgek falnak... vérfoltos, inaktól összetartott csontvázat, amelyen még van hús... inaktól összetartott, hús nélküli, vértől foltos csontvázat... inaktól összetartott csontvázat, amelyen már nincs hús és vér... minden irányban szétszóródott csontokat... fehérre fakult, kagylóhéj-színű csontokat... egy évesnél régebbi, kupacokba halmozódott csontokat... elrothadt, elporladt csontokat – ezt a testet így hasonlítja össze azzal: ennek a testnek is ilyen a természete, ilyenné lesz, ezt a sorsot nem kerülheti el.

Refrén

Ily módon, ami a testet illeti, úgy időzik, hogy belülről... kívülről... belülről és kívülről egyaránt szemléli a testet. Úgy időzik, hogy a testben a keletkezés... az elmúlás... vagy a keletkezés és az elmúlás természetét szemléli. Megalapozódik benne az éberség: „van test”, oly mértékben, amely a pusztá tudáshoz és a folytonos éberséghez szükséges. Szabadon időzik, semmihez sem kötődve a világon. Ami a testet illeti, így időzik a test fölött szemlélődve.

Érzések

Szerzetesek, ami az érzéseket illeti, hogyan időzik az érzések fölött szemlélődve?

Amikor kellemes érzést érez, tudja: kellemes érzést érzek; amikor kellemetlen érzést érez, tudja: kellemetlen érzést érzek; amikor semleges érzést érez, tudja: semleges érzést érzek.

Amikor kellemes világias érzést érez, tudja: kellemes világias érzést érzek; amikor kellemes nem-világias érzést érez, tudja: kellemes nem-világias érzést érzek; amikor kellemetlen világias érzést érez, tudja: kellemetlen világias érzést érzek; amikor kellemetlen nem-világias érzést érez, tudja: kellemetlen nem-világias érzést érzek; amikor semleges világias érzést érez, tudja: semleges világias érzést érzek; amikor semleges nem-világias érzést érez, tudja: semleges nemvilágias érzést érzek.

Refrén

Ily módon, ami az érzéseket illeti, úgy időzik, hogy belülről... kívülről... belülről és kívülről egyaránt szemléli az érzéseket. Úgy időzik, hogy az érzésekben a keletkezés... az elmúlás... vagy a keletkezés és az elmúlás természetét szemléli. Megalapozódik benne az éberség: „van érzés”, oly mértékben, amely a puszta tudáshoz és a folytonos éberséghez szükséges. Szabadon időzik, semmihez sem kötődve a on. Ami az érzéseket illeti, így időzik az érzések fölött szemlélődve.

Tudat

Szerzetesek, ami a tudatot illeti, hogyan időzik a tudat fölött szemlélődve?

A vágygal teli tudatról tudja, hogy vágygal teli, a vágy nélküli tudatról tudja, hogy vágy nélküli; a haragos tudatról tudja, hogy haragos, a harag nélküli tudatról tudja, hogy harag nélküli; a zűrzavaros tudatról tudja, hogy zűrzavaros, a zűrzavar nélküli tudatról tudja, hogy zűrzavar nélküli; a beszűkült tudatról tudja, hogy beszűkült, a szétszórt tudatról tudja, hogy szétszórt; a tágas tudatról tudja, hogy tágas, a nem tágas tudatról tudja, hogy nem tágas; a meghaladható tudatról tudja, hogy meghaladható, a meg nem haladható tudatról tudja, hogy meg nem haladható; az összeszedett tudatról tudja, hogy összeszedett, az össze nem szedett tudatról tudja, hogy össze nem szedett; a megszabadult tudatról tudja, hogy megszabadult, a meg nem szabadult tudatról tudja, hogy meg nem szabadult.

Refrén

Ily módon, ami a tudatot illeti, úgy időzik, hogy belülről... kívülről... belülről és kívülről egyaránt szemléli a tudatot. Úgy időzik, hogy a tudatban a keletkezés... az elmúlás... vagy a keletkezés és az elmúlás természetét szemléli. Megalapozódik benne az éberség: „van tudat”, oly mértékben, amely a puszta tudáshoz és a folytonos éberséghez szükséges. Szabadon időzik, semmihez sem kötődve a világon. Ami a tudatot illeti, így időzik a tudat fölött szemlélődve.

Akadályok

Szerzetesek, ami a *cihámmá* kát illeti, hogyan időzik a *dhammák* fölött szemlélődve? Mármost, ami a *dhammákat* illeti, a *dhammákat* az öt akadály nézőpontjából szemléli, úgy időzik. És ami a *dhammákat* illeti, hogyan időzik a *dhammákat* az öt akadály nézőpontjából szemlélve?

Ha érzéki vágy van benne, tudja: érzéki vágy van bennem; ha nincs benne érzéki vágy, tudja: nincs bennem érzéki vágy; tudja, hogy a még nem keletkezett érzéki vágy hogyan keletkezhethet, hogy a keletkezett érzéki vágy hogyan távolítható el és hogyan akadályozható meg, hogy a már eltávolított érzéki vágy a jövőben ismét keletkezzék.

Ha ellenszenv van benne, tudja: ellenszenv van bennem; ha nincs benne ellenszenv, tudja: nincs bennem ellenszenv; tudja, hogy a még nem keletkezett ellenszenv hogyan keletkezhethet, hogy a keletkezett ellenszenv hogyan távolítható el és hogyan akadályozható meg, hogy a már eltávolított ellenszenv a jövőben ismét keletkezzék.

Ha tompaság és tunyaság van benne, tudja: tompaság és tunyaság van bennem; ha nincs benne tompaság és tunyaság, tudja: nincs bennem tompaság és tunyaság; tudja, hogy a még nem keletkezett tompaság és tunyaság hogyan keletkezhethet, hogy a keletkezett tompaság és tunyaság hogyan távolítható el és hogyan akadályozható meg, hogy a már eltávolított tompaság és tunyaság a jövőben ismét keletkezzék.

Ha nyugtalanság és aggodalom van benne, tudja: nyugtalanság és aggodalom van bennem; ha nincs benne nyugtalanság és aggodalom, tudja: nincs bennem nyugtalanság és aggodalom; tudja, hogy a még nem keletkezett nyugtalanság és aggodalom hogyan keletkezhethet, hogy a keletkezett nyugtalanság és aggodalom hogyan távolítható el és hogyan akadályozható meg, hogy a már eltávolított nyugtalanság és aggodalom a jövőben ismét keletkezzék.

Ha kétely van benne, tudja: kétely van bennem; ha nincs benne kétely, tudja: nincs bennem kétely; tudja, hogy a még nem keletkezett kétely hogyan keletkezhethet, hogy a keletkezett kétely

hogyan távolítható el és hogyan akadályozható meg, hogy a már eltávolított kétely a jövőben ismét keletkezzék

Refrén

Ily módon, ami a *dhammákat* illeti, úgy időzik, hogy belülről... kívülről... belülről és kívülről egyaránt szemléli a *dhammákat*. Úgy időzik, hogy a *dhammákban* a keletkezés... az elmúlás... vagy a keletkezés és az elmúlás természetét szemléli. Megalapozódik benne az éberség: „vannak *dhammák*”, oly mértékben, amely a puszta tudáshoz és a folytonos éberséghez szükséges. Szabadon időzik, semmihez sem kötődve a világon. Ami a *dhammákat* illeti, így időzik a *dhammák* fölött szemlélődve.

Halmazok

Szerzetesek, ami a *dhammákat* illeti, a *dhammákat* a ragaszkodás öt halmazának nézőpontjából szemlélve időzik. És ami a *dhammákat* illeti, hogyan időzik a *dhammákat* a ragaszkodás öt halmazának nézőpontjából szemlélve?

Mármost, tudja: ilyen az anyagi forma, ilyen a keletkezése, ilyen a megszűnése; ilyen az érzés, ilyen a keletkezése, ilyen a megszűnése; ilyen az észlelés, ilyen a keletkezése, ilyen a megszűnése; ilyenek a késztetések, ilyen a keletkezésük, ilyen a megszűnésük; ilyen a tudomás, ilyen a keletkezése, ilyen a megszűnése.

Refrén

Ily módon, ami a *dhammákat* illeti, úgy időzik, hogy belülről... kívülről... belülről és kívülről egyaránt szemléli a *dhammákat*. Úgy időzik, hogy a *dhammákban* a keletkezés... az elmúlás... vagy a keletkezés és az elmúlás természetét szemléli. Megalapozódik benne az éberség: „vannak *dhammák*”, oly mértékben, amely a puszta tudáshoz és a folytonos éberséghez szükséges. Szabadon időzik, semmihez sem kötődve a világon. Ami a *dhammákat* illeti, így időzik a *dhammák* fölött szemlélődve.

Érzékterületek

És ami a *dhammákat* illeti, szerzetesek, a *dhammákat* a hat belső és külső érzékterület nézőpontjából szemlélve időzik. És ami a *dhammákat* illeti, hogyan időzik a *dhammákat* a hat belső és külső érzékterület nézőpontjából szemlélve?

Mármost, ismeri a szemet, ismeri a formát, és ismeri a kettő függvényében keletkező béklyót, és tudja azt is, hogy a még nem keletkezett béklyó hogyan keletkezhethet, a már keletkezett béklyó hogyan távolítható el és hogyan akadályozható meg, hogy az eltávolított béklyó a jövőben ismét keletkezzék.

Ismeri a fület, ismeri a hangot, és ismeri a kettő függvényében keletkező béklyót, és tudja azt is, hogy a még nem keletkezett béklyó hogyan keletkezhethet, a már keletkezett béklyó hogyan távolítható el és hogyan akadályozható meg, hogy az eltávolított béklyó a jövőben ismét keletkezzék.

Ismeri az orrot, ismeri a szagot, és ismeri a kettő függvényében keletkező béklyót, és tudja azt is, hogy a még nem keletkezett béklyó hogyan keletkezhethet, a már keletkezett béklyó hogyan távolítható el és hogyan akadályozható meg, hogy az eltávolított béklyó a jövőben ismét keletkezzék.

Ismeri a nyelvet, ismeri az ízt, és ismeri a kettő függvényében keletkező béklyót, és tudja azt is, hogy a még nem keletkezett béklyó hogyan keletkezhethet, a már keletkezett béklyó hogyan távolítható el és hogyan akadályozható meg, hogy az eltávolított béklyó a jövőben ismét keletkezzék.

Ismeri a testet, ismeri a tapintható formát, és ismeri a kettő függvényében keletkező béklyót, és tudja azt is, hogy a még nem keletkezett béklyó hogyan keletkezhethet, a már keletkezett béklyó hogyan távolítható el és hogyan akadályozható meg, hogy az eltávolított béklyó a jövőben ismét keletkezzék.

Ismeri a tudatot, ismeri a *dhammákat*, és ismeri a kettő függvényében keletkező béklyót, és tudja azt is, hogy a még nem keletkezett béklyó hogyan keletkezhethet, a már keletkezett béklyó hogyan távolítható el és hogyan akadályozható meg, hogy az eltávolított béklyó a jövőben ismét keletkezzék.

Refrén

Ily módon, ami a *dhammákat* illeti, úgy időzik, hogy belülről... kívülről... belülről és kívülről egyaránt szemléli a *dhammákat*. Úgy időzik, hogy a *dhammákban* a keletkezés... az elmúlás... vagy a keletkezés és az elmúlás természetét szemléli. Megalapozódik benne az éberség: „vannak *dhammák*”, oly mértékben, amely a puszta tudáshoz és a folytonos éberséghez szükséges. Szabadon időzik, semmihez sem kötődve a világon. Ami a *dhammákat* illeti, így időzik a *dhammák* fölött szemlélődve.

Felébredési tényezők

És ami a *dhammákat* illeti, szerzetesek, a *dhammákat* a hét felébredési tényező nézőpontjából szemlélve időzik. És ami a *dhammákat* illeti, hogyan időzik a *dhammákat* a hét felébredési tényező nézőpontjából szemlélve?

Mármost, ha jelen van benne az éberség felébredési tényezője, tudja: jelen van bennem az éberség felébredési tényezője; ha nincs jelen benne az éberség felébredési tényezője, tudja: nincs jelen bennem az éberség felébredési tényezője; tudja, hogyan keletkezhet az éberség még nem keletkezett felébredési tényezője, és hogy az éberség már keletkezett felébredési tényezője hogyan fejleszthető.

Ha jelen van benne a *dhammák* vizsgálatának felébredési tényezője, tudja: jelen van bennem a *dhammák* vizsgálatának felébredési tényezője; ha nincs jelen benne a *dhammák* vizsgálatának felébredési tényezője, tudja: nincs jelen bennem a *dhammák* vizsgálatának felébredési tényezője, tudja, hogyan keletkezhet a *dhammák* vizsgálatának még nem keletkezett felébredési tényezője, és hogy a *dhammák* vizsgálatának még nem keletkezett felébredési tényezője hogyan fejleszthető.

Ha jelen van benne a tetterő felébredési tényezője, tudja: jelen van bennem a tetterő felébredési tényezője; ha nincs jelen benne a tetterő felébredési tényezője, tudja: nincs jelen bennem a tetterő felébredési tényezője; tudja, hogyan keletkezhet a tetterő még nem keletkezett felébredési tényezője, és hogy a tetterő már keletkezett felébredési tényezője hogyan fejleszthető.

Ha jelen van benne az öröm felébredési tényezője, tudja: jelen van bennem az öröm felébredési tényezője; ha nincs jelen benne az öröm felébredési tényezője, tudja: nincs jelen bennem az öröm felébredési tényezője; tudja, hogyan keletkezhet az öröm még nem keletkezett felébredési tényezője, és hogy az öröm már keletkezett felébredési tényezője hogyan fejleszthető.

Ha jelen van benne a nyugalom felébredési tényezője, tudja: jelen van bennem a nyugalom felébredési tényezője; ha nincs jelen benne a nyugalom felébredési tényezője, tudja: nincs jelen bennem a nyugalom felébredési tényezője; tudja, hogyan keletkezhet a nyugalom még nem keletkezett felébredési tényezője, és hogy a nyugalom már keletkezett felébredési tényezője hogyan fejleszthető.

Ha jelen van benne az összeszedettség felébredési tényezője, tudja: jelen van bennem az összeszedettség felébredési tényezője; ha nincs jelen benne az összeszedettség felébredési tényezője, tudja: nincs jelen bennem az összeszedettség felébredési tényezője; tudja, hogyan keletkezhet az összeszedettség még nem keletkezett felébredési tényezője, és hogy az összeszedettség már keletkezett felébredési tényezője hogyan fejleszthető.

Ha jelen van benne az egykedvűség felébredési tényezője, tudja: jelen van bennem az egykedvűség felébredési tényezője; ha nincs jelen benne az egykedvűség felébredési tényezője, tudja: nincs jelen bennem az egykedvűség felébredési tényezője; tudja, hogyan keletkezhet az egykedvűség még nem keletkezett felébredési tényezője, és hogy az egykedvűség már keletkezett felébredési tényezője hogyan fejleszthető.

Refrén

Ily módon, ami a *dhammákat* illeti, úgy időzik, hogy belülről... kívülről... belülről és kívülről egyaránt szemléli a *dhammákat*. Úgy időzik, hogy a *dhammákban* a keletkezés... az elmúlás... vagy a keletkezés és az elmúlás természetét szemléli. Megalapozódik benne az éberség: „vannak *dhammák*”, oly mértékben, amely a puszta tudáshoz és a folytonos éberséghez szükséges. Szabadon időzik, semmihez sem kötődve a világon. Ami a *dhammákat* illeti, így időzik a *dhammák* fölött szemlélődve.

Nemes igazságok

És, szerzetesek, ami a *dhammákat* illeti, a *dhammákat* a négy nemes igazság nézőpontjából szemlélve időzik. És ami a *dhammákat* illeti, hogyan időzik a *dhammákat* a négy nemes igazság nézőpontjából szemlélve?

A valóságnak megfelelően tudja: ez a *dukkha*, a valóságnak megfelelően tudja: ez a *dukkha* keletkezése; a valóságnak megfelelően tudja: ez a *dukkha* megszűnése; a valóságnak megfelelően tudja: ez a *dukkha* megszűnéséhez vezető út.

Refrén

Ily módon, ami a *dhammákat* illeti, úgy időzik, hogy belülről... kívülről... belülről és kívülről egyaránt szemléli a *dhammákat*. Úgy időzik, hogy a *dhammákban* a keletkezés... az elmúlás... vagy a keletkezés és az elmúlás természetét szemléli. Megalapozódik benne az éberség: „vannak *dhammák*” oly mértékben, amely a puszta tudáshoz és a folytonos éberséghez szükséges. Szabadon időzik, semmihez sem kötődve a világon. Ami a *dhammákat* illeti, így időzik a *dhammák* fölött szemlélődve.

Jövendölés

Ha valaki ezt a négy *szatipatthánát* ily módon gyakorolja hét éven keresztül... hat éven... öt éven... négy éven... három éven... két éven... egy éven... hét hónapon... hat hónapon... öt hónapon... négy hónapon... három hónapon... két hónapon... egy hónapon... fél hónapon... hét napon keresztül, két eredmény valamelyikére számíthat: a végső tudásra itt és most, vagy – amennyiben maradt nyoma a ragaszkodásnak – a vissza-nem-térésre. Erre vonatkozólag mondatott:

Egyenes ösvény

Szerzetesek, ez az egyenes ösvény, amely a lények megtisztulásához, a bánat és a siránkozás meghaladásához, a *dukkha* és az elégedetlenség megszűnéséhez, a valódi módszer

megszerzéséhez, a *Nibbána* megvalósításához vezet: nevezetesen a négy *szatipatthána*.

Ezeket mondotta a Magasztos. A szerzetesek elégedetten és örömmel hallgatták szavait.

A Szigálakának mondott tanítóbeszéd

(Szigálaka szutta)^{219}.

Így hallottam. Egyszer a Magasztos Rádzsagahában tartózkodott, a bambuszligetben, a mókusetetőnél. Akkor Szigálaka, a nemesifjú, korán fölkel, és elhagyta Rádzsagahát. Nedves ruhában és nedves hajjal, összetett kézzel tiszteletét fejezte ki minden egyes irány előtt: keletnek, délnek, nyugatnak, északnak, a zenitnek és a nadírnak.^{220}

A Magasztos pedig korán kelt, felöltözött, vette felsőruháját és alamizsnácsészéjét, és Rádzsagahába indult alamizsnáért. Ahogy meglátta Szigálakát, amint tiszteletét fejezte ki minden egyes irány előtt, keletnek, délnek, nyugatnak, északnak, a zenitnek és a nadírnak, így szólt:

– Nemesifjú, miért keltél föl korán, hogy tiszteleted fejezd ki minden egyes irány előtt, keletnek, délnek, nyugatnak, északnak, a zenitnek és a nadírnak?

– Magasztos, haldokló apám mondta, hogy így tegyek. És így, Magasztos, mivel apám szavait tisztelem, becsülöm, megtisztelem és megbecsülöm, ily korán keltem, hogy tiszteletem fejezzem ki minden egyes irány előtt.

– Nemesifjú, a nemes fegyelem szerint az ember nem így fejezi ki tiszteletét a hat irány előtt.

– Magasztos, hát hogyan fejezi ki az ember a nemes fegyelem szerint a tiszteletét a hat irány előtt? Jó lenne, ha a tiszteletreméltó Magasztos megtanítaná nekem, hogyan fejezi ki az ember a nemes fegyelem szerint a tiszteletét a hat irány előtt.

– Akkor hallgasd gondosan, figyelj jól, elmondom.

– Igen, Magasztos – mondta Szigálaka, és a Magasztos így szólt:

– Nemesifjú, a nemes tanítvány úgy védelmezi a hat irányt, hogy fölhagy a tett négy szennyezésével, nem cselekszi a négy okból eredő rosszat, s nem követi az elszivárgáshoz vezető hat utat. Így elkerüli e tizennégy rossz utat – a nemes tanítvány ezzel védelmezi a hat irányt, és e gyakorlat által mindkét világot meghódítja: minden sikerül neki ebben a világban és a következőben, és halála után, teste felbomlásakor jó irányba, mennyei világba távozik.

Mi a tett négy szennyezése, amivel fölhagy? Az élet elvétele; annak elvétele, amit nem adtak oda; a nemi kicsapongás; és a hazug beszéd. Ez a tett négy szennyezése, amivel fölhagy.

Így beszélt a Magasztos, a Jó úton járó, a Tanító, s még hozzátette:

Az élet elvétele, lopás, hazugság,
Házasságtörés – a bölcsek ezeket helytelenítik.

Mi a négy okból eredő rossz, melytől tartózkodik? A rossz cselekedet a vágyból fakad, a haragból fakad, a zavarodottságból fakad, a félelemből fakad. Ha a nemes tanítvány nem vágyból, haragból, zavarodottságból vagy félelemből cselekszik, nem cselekszi e négy okból eredő rosszat.

Így beszélt a Magasztos, a Jó úton járó, a Tanító, s még hozzátette:

Vágy és harag, félelem és zavarodottság:
Aki általuk hágja át a törvényt,
Elveszíti a jóhírét,
S olyan lesz, mint a fogyó hold

Vágy és harag, félelem és zavarodottság:
Aki nem hágja át a törvényt,
Annak hírneve növekszik,
S olyan lesz, mint a növekvő hold.

És mi az elszivárgás hat útja, amelyet nem követ? Nemesifjú, bizony az elszivárgás útja, amikor az ember gondatlansághoz vezető mámorító mérgekkel él, az utcákon alkalmatlan időkben csatangol, vásárokat látogat, szerencsejátékokba bolondul, rossz barátokat követ, átadja magát a restségnek.

Ha az ember gondatlansághoz vezető mámorító mérgekkel él, az hat veszéllyel jár: pénzét gyorsan elveszíti, gyakran keveredik veszekedésbe, hajlamos lesz betegségekre, elveszíti jóhírét, szégyentelenül viselkedik, értelme pedig meggyengül.

Ha az utcákon alkalmatlan időkben csatangol, az hat veszéllyel jár: védtelen és kiszolgáltatott lesz, felesége és gyermekei védtelenek és kiszolgáltatottak lesznek, vagyona védtelen és

kiszolgáltatott lesz, büntettel gyanúsíthatják, rossz híre kél, és mindenféle kellemetlen következménnyel számolhat.

Ha vásárokat látogat, az hat veszéllyel jár: (keresi,) hol táncolnak, hol énekelnek, hol zenélnek, hol kántálnak, hol tapsolnak, hol dobolnak?

Ha szerencsejátékokba bolondul, az hat veszéllyel jár: ha nyer, ellenséget szerez; ha veszít, veszteségét siratja; elveszti meglévő vagyonát, szava elveszti hitelét a közösségben, barátai és társai megvetik; házassági szándékát megalapozatlannak tartják, mert egy szerencsejátékos nem engedheti meg magának, hogy feleséget tartson.

Ha rossz barátokat követ, az hat veszéllyel jár: társa lesz minden szerencsejátékos, falánk, iszákos, csaló, szélhámos és kötözködő.

Ha átadja magát a restségnek, az hat veszéllyel jár: gondolván, „túl hideg van” – az ember nem dolgozik; gondolván, „túl meleg van”, „túl korán van”, „túl késő van”, „túl éhes vagyok”, „túl jóllakott vagyok” – az ember nem dolgozik.

Így beszélt a Magasztos, a Jó úton járó, a Tanító, s még hozzátette:

Vannak ivócimborák, s vannak,
Akik barátaidnak hazudják magukat.
De akik a szükségben barátok,
Ők igazán barátaid.

Hat dolog pusztít el egy férfit:
Ha későn tér aludni, ha házasságot tör,
Ha keresi a viszályt, ha kárt csinál,
S a gonosz barátság és fösvénység.

Aki kártékony barátokkal járkaál,
Idejét kártékony tettekkel tölti,
Nyomorúságot szenved majd el
E világban és a következőben is.

Kockázás, bujálkodás és ivás,
Tánc és ének, alvás fényes nappal,
Portyázás rossz időben, gonosz barátok,
Fösvénység – ez teszi tönkre az embert.

Kockát vet és pálinkát iszik,
Mások szeretett felesége után jár.
Az alacsony, közönséges irányt veszi,
És elfogy, mint a fogyó Hold.

Iszákos, pénztelen, éhenkórász,
Vedel, hiszen örökké szomjas,
Mint kő a vízben, süllyed az adósságba,
Hamarosan minden rokona elhagyja.

Aki a napját alvással tölti,
És az éjszaka szolgál ébrenlétre,
Mindig részeg és kicsapongó,
Nem képes fenntartani tisztességes otthont.

„Túl hideg!” „Túl meleg!” „Túl késő!” – kiáltja,
Így lökve félre minden dolgát,
Míg el nem szalaszt
minden esélyt arra, hogy jót tehessen.

De aki a hideget és meleget
Szalmánál is kevesebbre tartja,
És férfiként vállalja teendőit,
Annak öröme nem csak apránként növekszik.

Nemesifjú, négy típus van, akit barátoknak álcázott ellenségnek tekinthetünk: aki mindent megkaparint, aki lyukat beszél a hasadba, aki hízelgő, és aki társad a pénz elherdálásában.

Aki mindent megkaparint, azt négy okból tekinthetjük hamis barátoknak: mindent elvesz, igen kevésért sokat kíván; csak félelemből teszi, amit tennie kell; és csak saját boldogulását keresi.

Aki lyukat beszél a hasadba, azt négy okból tekinthetjük hamis barátoknak: a múltban csak a saját hasznáért beszélt és a jövőben is csak a saját hasznáért beszél, tele a szája a jóindulat üres szólamaival; és ha most kell valamit megtenni, mindig talál alkalmas kibúvót.

Aki hízelgő azt négy okból tekinthetjük hamis barátoknak: szentesíti a rossz tettet, rossznak véli a jó tettet, szemedbe dicsér, és a hátad mögött ócsárol.

Aki társad a pénz elherdálásában, azt négy okból tekinthetjük hamis barátnak: társad a részegeskedésben, az éjjeli csavargásban, vásárok látogatásában, szerencsejátékokban.

Így beszélt a Magasztos, a Jó úton járó, a Tanító, s még hozzátette:

Az a barát, aki kutatja, mit vehet el,
Az a barát, aki csak üres szavakat szól,
Az a barát, aki csak hízeleg körülötted,
Az a barát, aki semmirekellők cimborája:
E négy valójában ellenség, nem barát
A bölcs ember felismeri ezt,
És távol tartja magát tőlük,
Akár a veszedelmes ösvényektől.

Nemesifjú, négy típus van, akit tisztaszívű barátnak tekinthetünk: aki segítő, aki kitart melletted jóban és rosszban; aki rámutat arra, ami a javadra válik; és aki rokonszenvvel van irántad.

A segítő barátot négy okból tekinthetjük tisztaszívű barátnak: gondodat viseli, amikor figyelmetlen vagy; gondját viseli a javaidnak, amikor figyelmetlen vagy; menedéket nyújt, ha rádtör a félelem; és ha valami teendő akad, kétszeresen is megteszi, amit kérsz.

Aki kitart melletted jóban és rosszban, négy okból tekinthetjük tisztaszívű barátnak: elmondja neked a titkait, megőrzi a titkaidat, nem hagy el a bajban, és akár az életét is feláldozza érted.

Aki rámutat arra, ami a javadra válik, négy okból tekinthetjük tisztaszívű barátnak: visszatart a rossztettől; arra biztat, hogy jót tégy; elmondja neked, amit nem tudsz; és megmutatja a mennybe vezető utat. [{221}](#)

Aki rokonszenvvel van irántad, azt négy okból tekinthetjük tisztaszívű barátnak: nem kárörvendő, ha balszerencse ér; örül a jószerencsédnek; elejét veszi, hogy mások rosszat mondjanak rólad; és helyesli, ha mások jót mondanak rólad

Így beszélt a Magasztos, a Jó úton járó, a Tanító, s még hozzátette:

Az a barát, aki segít téged,
Az a barát, aki jóban-rosszban kitart,
Az a barát, aki mutatja a helyes utat,

Az a barát, aki tele van együttérzéssel.
A bölcs ismeri e négyfajta barát
Valódi értékét,
És figyelemmel gondjukat viseli,
Mint anya a legkedvesebb gyermekéét.

A gyakorlott és fegyelmezett bölcs
Úgy fénylik, mint a jelzőtűz.
Gazdagságot gyűjt, ahogyan a méh
Gyűjt mézet, és csak nő-növekszik,
Egyre magasabbra, mint a hangyaboly.
Az így nyert vagyont a világi ember
Aztán családjá és barátai javának szentelheti.

Gazdagságát négyfelé osztva
– Mert ez hozza a legnagyobb hasznot –
Egy részt élvez kedve szerint,
Két részt munkába fog,
A negyediket pedig félreteszi
Tartalékképpen, rossz időkre.

Nemesifjú, és hogyan óvja a nemes tanítványa hat irányt?^{222} Erre a hat dologra kell úgy tekinteni, mint a hat irányra: a kelet az anya és az apa, a dél a tanítók, a nyugat a feleség és a gyerekek, az észak a barátok és társak, a nadír a szolgák, munkások és segítők, a zenit a remetéik és a papok.

A fiú öt módon szolgálja anyját és apját mint a keleti irányt: (gondolván,) „ők támogattak engem, és én is támogatom őket; teljesítem helyettük a kötelezettségeiket; fenntartom a családi hagyományt; érdemes leszek az örökségemre; és szüleim halála után ajándékokat osztok, hogy a javukra szolgáljon.” Az anya és az apa, akit fiuk így szolgál mint keleti irányt, mindezt öt módon viszonzza: visszatartják a gonoszságoktól; támogatják a jótéteményekben; mesterségre tanítják; megfelelő feleséget találnak neki; és idejében kiadják az örökségét. Ily módon a keleti irány védett, biztonságos, és nem ad okot félelemre.

A tanítványok öt módon szolgálják tanítóikat mint a déli irányt: felállva köszöntik őket; rendelkezésükre állnak; figyelnek rájuk; szolgálják őket; és elsajátítják mindazokat az ismereteket, amelyeket

tanítanak. A tanítók, akiket tanítványaik így szolgálnak mint déli irányt, mindezt öt módon viszonyozzák: pontos útmutatásokat adnak; megbizonyosodnak arról, hogy felfogták-e, amit fel kellett fogniuk; megalapozzák tudásukat minden egyes tudományágban; beajánlják őket barátaiknak és társaiknak; és mindenfelől biztonságot nyújtanak nekik. Ily módon a déli irány védett, biztonságos, és nem ad okot félelemre.

A férj öt módon szolgálja feleségét mint a nyugati irányt: tiszteli; nem szidalmazza; nem hűtlen hozzá; hatalmat ad neki; és ellátja ékszerekkel. A feleség, akit férje így szolgál mint nyugati irányt, mindezt öt módon viszonyozza: megfelelően szervezi a munkáját; kedves a szolgálókhöz; nem hűtlen; megőrzi a készleteket; hozzáértő és szorgos minden teendőjében. Ily módon a nyugati irány védett, biztonságos, és nem ad okot félelemre.

Az ember öt módon szolgálja barátait és társait mint az északi irányt: ajándékokkal; kedves szavakkal; gondoskodik jólétükről; úgy bánik velük, mint magamagával; és szavát megtartja. A barátok és társak, akiket így szolgál mint északi irányt, mindezt öt módon viszonyozzák: gondját viselik, amikor figyelmetlen; gondját viselik javainak, amikor figyelmetlen; menedékül szolgálnak, amikor rátör a félelem; nem hagyják el a bajban; és törődnek gyermekeivel. Ily módon az északi irány védett, biztonságos, és nem ad okot félelemre.

Az úr öt módon szolgálja szolgálait és munkásait mint a nadír irányát: munkájukat erejük szerint szervezi; élelmet és bért ad nekik; gondoskodik róluk, amikor betegek; megosztja velük a csemegéket; és megfelelő időben elengedi őket a munkából. A szolgálak és munkások, akiket uruk így szolgál mint a nadír irányát, mindezt öt módon viszonyozzák: előtte kelnek fel és utána fekszenek ágyba; csak azt veszik el, amit nekik adtak; gondosan végzik munkájukat; dicséretét és jóhírét keltik. Ily módon a nadír irány védett, biztonságos, és nem ad okot félelemre.

Az ember öt módon szolgálja a remetéket és papokat mint a zenit irányát: kedves testi- szóbeli- és gondolati cselekedetekkel; megnyitva előttük házáat; és ellátva őket szükségleteik szerint. A remetéek és papok, akiket az ember így szolgál mint a zenit irányát, mindezt öt módon viszonyozzák: visszatartják a gonosztól; bátorítják

jótetteiben; jótékonyan együttérzők vele szemben; tanítják arra, amit nem hallott; és megmutatják neki az ég útját. Ily módon a zenit iránya védett, biztonságos, és nem ad okot félelemre. Így beszélt a Magasztos, a Jó úton járó, a Tanító, s még hozzátette:

Az apa és anya a kelet,
A tanítók a déli irány,
A feleség és gyerekek a nyugat,
A barátok és társak az észak.
Alant a szolgák és munkások,
Fölül a remeték és papok.
Egy igaz nemesifjúnak
Ezen irányokat kell megbecsülnie.
Aki bölcs és fegyelmezett,
Jóindulatú és értelmes,
Szerény és nincs benne semmi gőg:
Az ilyen ember érdemel nyereséget.
Aki korán kel, lenézi a restséget,
Sorscsapások nem rendítik,
Életvezetése makulátlan, esze gyors:
Az ilyen ember érdemel nyereséget.
Aki barátokat szerez és meg is tartja őket,
Szívesen fogad, nem fukar gazda,
Vezető, gondolkodó és barát:
Az ilyen ember érdemel nyereséget.
Ajándékot ad és kedvesen szól,
Életét mások szolgálatában tölti,
Pártatlan minden dologban,
Tárgyilagos, ahogyan az ügy kívánja:
E dolgokon fordul körbe a világ,
Mint a szekér keréktengelyén.
Ha e dolgok nem léteznének,
Egy anya és apa sem kapna fiától
Tiszteletet és megbecsülést,
Bár kijár nekik.
Ám mivel e tulajdonságokat
Nagy becsben tartják a bölcsek,

Kitűnnek mindenek közül,
És jogosan magasztalják őket az emberek.

E szavakra Szigálaka így szólt a Magasztoshoz:

– Csodálatos, tiszteletreméltó Gótama, csodálatos, tiszteletreméltó Gótama. Mintha valaki talpára állította volna azt, amit a fejére fordítottak, fellebbentette volna a fátylat arról, amit elrejtettek, megmutatta volna az utat a tévelygőnek, vagy lámpást hozott volna a sötétségbe, hogy akiknek szemeik vannak, lássanak; épp ily módon fejtette ki számtalanféleképpen a Tanítást a tiszteletreméltó Gótama. A tiszteletreméltó Gótamához fordulok oltalomért, és a Tanításhoz és a szerzetesi Közösséghez. Emlékezzen rám a tiszteletreméltó Gótama, mint világi követőjére, aki életreszóló oltalmat talált benne.

A végső ellobbanásról szóló tanítóbeszéd

(Maháparinibbána szutta)^{223} (részlet)

A Magasztos így szólt a tiszteletreméltó Ánandához:

– Ánanda, egyesek azt gondolják, hogy a mesterük, aki tanította őket, immár a múlté, nincs már tanítójuk,^{224} ám ezt nem így kell felfogni, Ánanda. Ánanda, a halálom után a Tan és a Fegyelem, amelyet megtanítottam és megéretttem veletek, lesz a Mesteretek.

Ánanda, most a szerzetesek így szólítják egymást: „barátom”, de a halálom után ne így hívjátok egymást. A rangidős nevezze az újoncot vagy a személynevéen, vagy a nemzetségnevéen, vagy mondja neki azt, hogy „barátom”, az újonc pedig a rangidőst „uram”-nak vagy „tiszteletreméltó”-nak^{225} szólítsa!

Ánanda, ha úgy kívánja a közösség, törölje el a kevésbé fontos szabályokat.

Ánanda, halálom után Cshanna bhikkhu^{226} a „Brahmá botja”^{227} büntetésben részesüljön.

– Uram, mi ez a „Brahmá botja”?

– Ánanda, akármit is mond Cshanna bhikkhu, a szerzetesek ne beszéljenek hozzá, ne szólják meg, de ne is adjanak neki tanácsokat.

Ekkor a Magasztos így szólt a szerzetesekhez:

– Szerzetesek, kérdezzetek, ha csak egyikőtök is bizonytalan vagy kételkedik a Felébredettben, a Tanban, a Közösségben, az ösvényben, a célhoz vezető útban, kérdezzen! Nehogy később megbánja, mert eszébe jut majd, hogy előtte volt a Mester, mégsem tudta személyesen magától a Magasztostól megkérdezni!

Eközben a szerzetesek csendben maradtak.

A Magasztos másodszor és harmadszor is így szólt, de a szerzetesek továbbra is hallgattak.

Amikor a szerzetesek harmadszor is hallgattak, a Magasztos a következőket mondta:

– Nos, meglehet, szerzetesek, csupán a Mester iránti tiszteletből nem kérdeztek. Akkor, szerzetesek, mondjátok el barátként egymásnak!^{228}

A szerzetesek továbbra is csendben maradtak.

A tiszteletreméltó Ánanda így szólt ekkor a Magasztoshoz:

– Csodálatos, Uram, rendkívüli, Uram! Úgy hiszem, Uram, hogy ebben a szerzetes-közösségben egyetlen szerzetes sem kételkedik, egyetlen szerzetes sem bizonytalan a Felébredettben, a Tanban, a Közösségben, az ösvényben vagy a célhoz vezető útban.

– Ánanda, te hiszed, de a Beérkezett tudja is, hogy ebben a szerzetes-közösségben egyetlen szerzetes sem kételkedik, egyetlen szerzetes sem bizonytalan a Felébredettben, a Tanban, a Közösségben, az ösvényben vagy a célhoz vezető útban. Ánanda, ebből az ötszáz szerzetesből a legutolsó is folyamba lépett, nem kerül többé alsóbb létformákba, megbizonyosodott és eléri a megvilágosodást.

Ekkor a Magasztos ezt mondta a szerzeteseknek:

– Bizony, szerzetesek, azt tanácsolom nektek, hogy törekedjetek fáradhatatlanul, mert ami összetett, az múlandó természetű!

Ezek voltak a Beérkezett utolsó szavai.

Az igazság szavai

Válogatott versek a Dhammapadából [\[229\]](#)

1. A szív irányítja a dhammákat, felettük áll, azok belőle származnak. A gonosz szívvel cselekvő, gonoszán beszélő embert úgy követi a szenvedés, mint kocsi elé fogott ökröt a kerék.
2. A szív irányítja a dhammákat, felettük áll, azok belőle származnak. A tiszta szívvel cselekvő, tiszta szívvel beszélő ember nyomában boldogság jár, mely éppúgy elválaszthatatlan tőle, mint az árnyék.
3. „Sértegetett engem, megvert engem, legyőzött engem, kirabolt engem!”
Akik ilyen gondolatokat ápolnak magukban, azokban sohasem szűnik meg a gyűlölet.
5. A gyűlöletet sohasem szünteti meg gyűlölet, csak a szeretet –
Ez az örökkévaló Törvény.
24. A buzgó, hagyomány-őrző, tiszta tettű, gondos, önuralommal bíró, erényes, fáradhatatlan embernek a dicsősége egyre nő.
25. Erőfeszítéssel, éberséggel, önmaga leigázásával, önuralommal a bölcs olyan szigetet épít, amit nem sodorhat el az áradat.
26. A tudatlan, balga emberek nemtörődöm módon élnek, a bölcs viszont úgy őrzi éberségét, mint a legnagyobb kincset.

27. Ne éljetez nemtörődöm módra,
ne engedjetez az érzékiségnek, a kéjvágynak!
Nagy lesz az öröme annak,
aki fáradhatatlanul meditál.

33. A nyílkészítő egyenes,
sima nyílvesszőket készít;
a bölcs is kisimítja
remegve vibráló, ingatag elméjét,
melyet oly nehéz szilárdan tartva irányítani.

35. A nehezen megfékezhető,
csapongó, vágyúzótt elme
ellenőrzése jó. A megfékezett
elme boldogságot hordoz.

38. A Törvény nem tárulhat fel,
amíg az elme ingatag;
A megismerés nem teljes,
amíg a Csend el-elszakad.

42. Nem tud akkora kárt okozni
ellenség az ellenségnek, gyűlölködő
a gyűlölködőnek, mint amekkora kárt
a rosszul irányított elme okozhat nekünk.

43. Sem az apánk, sem az anyánk, sem bármely
rokonunk nem tehet értünk annyit,
mint amekkora szolgálatot
a jól irányított elme nyújthat nekünk.

47. Halál leselkedik a vágy virágait
gyűjtőre, akinek elméjét
megzavarta a világ, mintha árvíz
leselkedne az alvó városra.

50. Ne mások hibáival, bűnös cselekedeteivel
vagy mulasztásaival foglalkozzatok,
hanem saját hibáitokkal, bűnös cselekedeteitekkel
és mulasztásaitokkal törődjetez.

51. Ha nem követi cselekvés,
minden ékesszólás hasztalan,
mint a gyönyörű színekben pompázó,
de illattalan virág.

61. Ha útja során nem találkozna
kiválóbb vagy egyenrangú mesterrel,
ne szegődjön ostoba mellé, inkább
szilárd elhatározással folytassa egyedül az útját!

62. Az ostobát kínozza a gondolat: „ezek az én fiaim,”
„ez a vagyon az enyém.” Valójában azonban
még saját magával sem rendelkezik.
Hogyan rendelkezhetne akkor a fiaival,
hogyan lehetne a gazdagság az övé?

64. A balga leélheti egész életét
a bölcs társaságában anélkül,
hogy ráébredne az Igazságra,
ahogyan a kanál sem tud meg semmit a leves ízéről.

67. Nem lehet jó az a
cselekedet, amellyel
lelkiismeretfurdalás,
sírás és könny jár.

69. Amíg a bűnös cselekedet nem hozza meg gyümölcsét,
az ostoba azt hiszi, a bűn olyan, mint a méz;
de mihelyt gyümölcsöt hoz,
szenvetés sújtja az ostobát.

81. A szél nem rendíti meg
a kősziklát, éppígy a bölcsek
sem inognak meg szidalmak
vagy dicsérő szavak hallatán.

82. Mint egy tisztavízű,
nyugodt és mély tó, olyan
a bölcs, aki miután hallott
a dhammákról, lecsendesült.

85. Az emberek közül csak kevesen
érik el a túlsó partot, a legtöbb
ezen a parton szaladgálnak fel-alá
anélkül, hogy bármit is találnának.

90. Bevégezte útját, túljutott a szomorúságon,
minden béklyót lerázva magáról
végleg kiszabadult:
számára nincs többé szenvedés.

94. Még az istenek is irigylik azt az embert,
aki megszabadult a büszkeségtől, mentes a vágytól,
s leigázta az érzékeit, ahogyan a kocsihajtó
megfékezi a zabolátlan lovakat.

96. Aki Hozzá hasonlóan lecsendesült,
akit a Tökéletes Tudás megszabadított,
annak csend a gondolata,
csend a szava, és csend a tette.

97. Már nem hisz, hanem tud, megismerte a Teremtetlent,
rést nyitott a falon, megszüntetett minden alkalmat,
kivetett magából minden vágyat,
ő a legkiválóbb az emberek között.

103. Hiába győz le ezerszer
ezer embert a csatában,
ahhoz, hogy valóban győzzön,
egyvalakit kell legyőznie: önmagát.

104-105. A mások felett aratott diadalnál
önmagunk legyőzése többet ér.
Sem az istenek, sem az angyalok, [{230}](#)
sem a Kísértő, sem a Teremtő
nem vehetik el a győzelmet
attól, aki önmagát legyőzte,
s önuralma szüntelen.

111. Többet ér egyetlen elmélyült,
megismerést hozó nap is,

mintha száz éven át élnék
szétszórt és tudatlan életet.

116. A jóra törekedjen az ember,
s tartsa távol magát a bűntől!
Ha az elme rest a jóra,
előbb-utóbb a bűnben érzi jól magát.

119. Hiába tapasztal csupa kellemes dolgot,
amíg bűnének gyümölcse beérik;
mihelyt a bűn meghozza gyümölcsét,
a bűnös megtapasztalja, mi a szenvedés.

120. Hiába éri az embert csupa kellemetlen dolog,
amíg jótettének gyümölcse beérik;
mihelyt a jótett meghozza gyümölcsét,
a jó megtapasztalja, mi a boldogság.

121. Senki ne becsülje le a bűnt, mondván:
„Ó, nekem a közelemben se férközhet!”
A vizeskanna akkor is megtelik,
ha csak cseppenként hullik bele a víz;
épp így megtelik az ostoba bűnnel,
még ha apránként gyűlik is össze.

122. Senki ne becsülje le a jóságot, mondván:
„Én már a közelébe se kerülhetek a jónak!”
A vizeskanna akkor is megtelik,
ha csak cseppenként hullik bele a víz.
még ha apránként gyűlik is össze.

125. Bizony mondom, a bűn visszahull
A bölcs éppígy megtelik jóval,
arra az ostobára, aki bántalmaz egy ártatlan,
tisztalelkű, büntelen embert, ahogyan
a finom homok visszaszáll arra, aki eldobta.

129. Mindenki fél a büntetéstől,
mindenki reszket a haláltól.
Aki úgy tesz másokkal,

ahogyan önmagával tenne,
az nem öl, és másokat sem késztet ölni.

131. Aki a saját boldogságát keresve
kezet emel másokra, akik maguk is
boldogságra vágnak,
az nem lesz boldog a halál után.

152. Mint az ökör, úgy vénül meg,
aki nem tanul eleget;
csupán húsa gyarapszik,
de tudása egyre kevesebb.

155. Aki nem él szüzességben,
s fiatalon kincset nem gyűjt,
mint kihalt tóban a vén darvak,
később úgy fog epekedni.

159. Magát is úgy formálja, ahogyan másokat tanít!
Győzze le önmagát, és másokat is buzdítson erre
Bizony mondom, nehéz az embernek
önmagát legyőznie!

160. Énnek én a menedéke,
mi más lehetne menedék?
Aki magát megfékezte,
az biztos menedékre lel.

165. Az ember a bűnt maga teszi,
maga mocskolja be magát;
míg ha a bűnt nem cselekszi,
maga tisztítja meg magát.
Tisztaságért és tisztátalanságért
Mindenki önmaga felel,
Nem tisztíthat meg senki mást!

167. Ne kövess alantas törvényt!
Nemtörődöm ne légy soha!
Ne kövess hamis tanítást!
Ne a világ barátja légy!

171. Jöjj és nézd ezt a világot,
a király harci hintáját!
A balgák belemerülnek,
nem ejti rabul azt, ki tud

178. Lépj rá az Útra! Többet ér az minden
földi szabadságnál, többet ér a mennyei
örömnél, többet ér az összes világ
felett megszerzett uralomnál.

183. Elkerülni minden rosszat,
de a jót tenni szüntelen,
S megtisztítani az elmét.
Ez a Buddhák örök tana.

184. Az állhatatos türelem a legnagyobb vezeklés,
a Nibbána a legfőbb, mondják a Felébredettek.
Nem vonult ki a világból, aki megbánt másokat,
nem tagadta meg önmagát, aki másoknak árt.

185. Ne vess meg senkit! Ne árts
senkinek! Az engedelmisségben
győzd le önmagad! Légy mértékletes
az evésben! A magányban lakj,
a meditációt gyakorold szüntelen!
Ez a Buddhák tanítása.

197. Élünk boldogan a gyűlölködők között,
nem gyűlölve senkit!
Igen, élünk gyűlölet nélkül
a gyűlölködők között!

201. A győzelem gyűlölködést szül,
a legyőzöttek élete csupa szenvedés.
Boldogan él, aki lecsendesült,
aki hátrahagyott győzelmet és vereséget.

204. Az egészség a legnagyobb nyereség,
a megelégedés a legnagyobb kincs,
a bizalom a legnagyszerűbb rokon,
a Nibbána a legnagyobb boldogság.

205. Megitta a magány, a lecsendesülés italát,
megszabadult a félelemtől,
megtisztult a bűntől,
a Törvény öröméből iszik örökkön át.

215. Ha vágyunk valamire, bánatot szül,
a vágy félelmet terem.
Aki megszabadul tőle, nem bánkódik töb bé,
s ugyan mitől félne?

222. Ki a szívében fellobbanó haragot visszafogja,
mint jó harcos a meglódult harci szekeret,
azt hívom én kocsihajtónak,
a többiek csak a gyeplőt szorongatják.

223. Az ember győzze le a dühöt szelídséggel,
győzze le a gonoszságot jósággal,
győzze le a fősvénységet bőkezűséggel,
győzze le a hazugságot igazsággal!

231. Őrizkedjen a tett dühétől,
a tetteivel győzzön önmagán,
tetteiben a jót kövesse,
és hagyja el, ami helytelen!

232. Őrizkedjen a szó dühétől,
a szavával győzzön önmagán,
szavaiban a jót kövesse,
és hagyja el, ami helytelen!

233. Őrizkedjen a gondolat dühétől,
gondolattal győzzön önmagán,
gondolata a jót kövesse,
és hagyja el, ami helytelen!
valóban legyőzte önmagát.

234. Aki tetteiben, szavaiban
és gondolataiban egyaránt
önuralommal bír, az a bölcs

239. Ahogyan az ötvösmester
apránként megtisztítja az ezüstöt,
úgy szabadítsátok meg ti is magatokat
apránként – újra meg újra megpróbálva –
minden tisztátalanságtól!

240. Ahogyan a vasat a saját
tisztátalansága rágja szét,
ugyanúgy a bűnöst is a saját cselekedetei
viszik a szenvedés poklába.

248. Tudd meg, ó ember, hogy önmagad
meg-nem-fékezése bűnös dhammákat hordoz;
ne engedd, hogy a sóvárgás és az erény hiánya
hosszantartó szenvedést okozzanak!

251. Semmi sem ég úgy, mint a szenvedély,
semmi sem tart fogva úgy, mint a gyűlölet,
semmi sem hálóz be úgy, mint az örület,
semmi sem jár át úgy, mint a szomj.

252. Mások hibáit úgy tárjuk fel és szórjuk világgá,
mint a gabonaszemekről leváló pelyvát,
saját hibáinkat viszont úgy takargatjuk,
mint vesztes dobást a csaló.

267. Aki kitépvén a jó és a rossz gyökerét,
valódi szüzességben él,
s miután számbavett mindent,
szabadon jár-kei a világban,
azt hívják koldusnak az emberek.

268-269. A hallgatástól nem válik bölccsé
a balga és tudatlan; azáltal lesz bölcs valakiből,
hogy – mintha mérleggel egyensúlyozná ki –
mindig a jót választja, a rosszat pedig elkerüli.
Aki mind a jó, mind a rossz világát megérti,
azt hívják bölcsnek az emberek.

273. Az utak közül a Nyolcas Út a legjobb,
az igazságok közül a Négy Nemes Igazság,

az erények közül a szenvedélyek megszüntetése,
az emberek közül az, aki lát.

274. Ez az egyetlen út, más út
nem vezet a látás megtisztulásához.
Ezen az úton járjatok,
ez kifog a Kísértőn.

275. Ezen az úton járva ti is
véget fogtok vetni a szenvedésnek.
Ezt az utat hirdettem ki nektek miután megértettem,
hogyan kell kihúzni a töviseket.

276. Nektek kell kitartóan küzdeni,
a Beérkezettek csupán tanítómesterek.
A kik meditációba merülve végigjárják az utat,
megszabadulnak a Gonosz bilincseiből.

277. Egyetlen összetevő sem örök.
Miután a Megismerésben meglátja ezt,
nem érinti többé a szenvedés.
Ez a megtisztulás útja.

278. Valamennyi összetevő szenvedéssel teli.
Miután a Megismerésben
meglátja ezt, nem érinti többé a szenvedés.
Ez a megtisztulás útja.

279. Minden cihámmá lényeg-nélküli.
Miután a Megismerésben meglátja ezt,
nem érinti többé a szenvedés.
Ez a megtisztulás útja.

280. Aki idejekorán – amikor még fiatal és erős –
nem tör a magasba, hanem tunyaságba süpped,
a rest, elnehezült akarattal és elmével
nem lel rá a Megismeréshez vezető útra.

281. Vigyáz szavára, az elmét legyőzte már,
a teste nem követ el semmiféle bűnt;

ha majd e három cselekvése tiszta lesz,
a régi szent risik útjára rátalál.

334. A tudatlannak, aki nemtörődöm módon él,
úgy nő a szomja, ahogyan a málu nő.
Ide-oda ugrál, akár egy fák között
gyümölcsöket kereső majomkölyök.

335. Akit legyőz e kínzó szomj,
s a világhoz tapasztja őt,
annak kínja úgy növekszik,
mint a burjánzó bírana.

336. Ha a világban úrrá lesz ezen
a nehezen legyőzhető, kínzó szomjon,
az elméről lehull a kín, ahogyan
a lótoszlevélről lepereg a vízcsepp.

338. Ameddig erős gyökerét nem éri kés,
habár kivágják, a fa mindig újranő.
Amíg a szomj tapadása meg nem szakad,
a szenvedés újra meg újra létrejő.

343. A szomjtól űzöttek úgy rohannak ide-oda,
mint verembe esett nyulak.
Ezért a szenvedélyeket megszüntetve
szabaduljatok meg a szomjtól!

348. Hagyd el az előbbi, hagyd el a későbbi, hagyd el
a közbülsőt, szeld át a létesülés óceánját! Akinek az
elméje teljes egészében kiszabadult, az nincs alávetve
többé a keletkezésnek és a pusztulásnak.

360. A szemet leigázni jó,
a fület leigázni jó,
az orrot leigázni jó,
a nyelvet leigázni jó.

361. A testet leigázni jó, a beszédet leigázni jó,
az elmét leigázni jó; mindent leigázni jó.

A koldus, aki teljesen uralkodik magán,
minden szenvedéstől megszabadul.

362. A kezét megfékezte, a lábát megfékezte,
a beszédét megfékezte, önmagát legyőzte teljesen,
összeszedetten, megelégedve él egymagában:
koldusnak őt hívják az emberek.

365. Ne vessétek meg, amitek van,
ne irigyeljétek másoktól, ami az övék!
Aki másokat irigyel,
nem éri el a szarnádhit.

367. Aki soha, semmilyen „név-formát”
nem tekint a sajátjának,
s nem szenved attól, ami nemlétező,
koldusnak azt hívják az emberek.

368. A szeretet örömeiben élő koldus
a Buddha példáját követve lecsillapul,
rátalál az Útra, eléri a Csendességet,
a szankhárák megszűnését, a boldogságot.

385. Nincs számára túlsó part, nincs innenső part,
és nincs innenső-túlsó part sem,
félelem-nélküli, függetlenné vált:
őt hívom én bráhmanának.

387. A nappal fényét a Naptól kapja,
az éjszakának a Hold ad fényt;
a harcok fényét a fegyverektől kapja,
a bráhmanának a meditáció ad fényt;
a Felébredett viszont önerejéből ragyog,
éjjel és nappal szüntelenül.

420. Sem isteni, sem angyali, sem emberi lények
nem ismerik az útját,
legyőzött minden szenvedélyt,
e szentet hívom én bráhmanának.

423. Ismeri a korábbi lakhelyét,
keresztüllát a Mennyen és a Poklon,
a létesülés láncá véget ért benne,
s a tudás teljessé lett és minden
tökéletesség beteljesült –
e bölcset hívom én bráhmaának.

PÁLI-MAGYAR SZÓJEGYZÉK

ácsarija-mutthi: „a tanító zárt ökle” azaz: ezoterikus tanítás, titkos tanítás

adhamma: gonosz, téves, igazságtalan, erkölcstelen

adhimokkha: elhatározás

ádínava: rossz következmény, veszély, elégtelenség

addzsava: becsületesség

áhára: táplálék

ájaszma: tiszteletreméltó

ájatana: terület, birodalom (a hat belső terület: szem, fül, orr, nyelv, test és tudat; a hat külső terület: látható forma, hang, szag, íz, tapintható tárgy és tudat-tárgy (elgondolások, gondolatok, koncepciók)

akkódha: a gyűlöletből való mentesség

akuszala: érdemtelen, nem erényes, helytelen, rossz, gonosz

álajavidnyána (szkrt.): „tárház-tudatosság”

amata (szkrt. *amrita*): halhatatlanság (a Nirvána szinonimája)

anágámi: „vissza nem térő”, a Nirvána megvalósítása felé vezető út harmadik szakasza

ánápánaszati: a ki- és belégzésre irányuló éberség, a meditáció egyik formája

anattá: értelen, nem-én

aniccsa: állandótlan

arahant: az a személy, aki megszabadult minden béklyótól, szennyeződéstől és tisztátalanságtól, mivel a Nirvána megvalósítása felé vezető út negyedik utolsó szakaszában van, és nem születik újra

arija-atthangika-magga: a nemes nyolcstréjú ösvény

arija-szaccsa: nemes igazság

asszáda: élvezet, vonzerő

atakkávacsara: logikán túli

átman (szkrt., páli: *attá*): én, lélek, ego

attadípa: saját magát tekinti szigetnek (védelemnek)

attaszarana: saját magát tekinti menedéknek

aviddzsá: nemtudás, tudatlanság, illúzió

avihimszá (ahimszá): erőszakmentesség

aviródha: az akadályozás hiánya

avjákata (problémákkal kapcsolatban): nem kifejtett, nem megmagyarázott; (etikailag) semleges (se nem rossz, se nem jó)

ávuszó: barát (az egyenlő státuszban lévő emberek megszólítása)

Bhaisadzsjá-guru (szkrt.): a Gyógyító

bhanté: uram, tiszteletreméltó uram

bhava: létesülés, létezés, folytonosság

bháváná: „meditáció”, tudati kultúra vagy gyakorlás

bhikkhu: buddhista szerzetes, vándorszerzetes

bhiszakka: orvos

bódhi-fa (bó-fa): a bölcsesség fája, *Ficus religiosa*, a fa, amely alatt a Buddha elérte a megvilágosodást

boddzshanga: megvilágosodási tényező

Brahmá: a legfelsőbb lény, a világegyetem teremtője

bráhmána: brahmin, a legmagasabb indiai kaszt tagja

brahma-vihára: isteni lakhely (időzés az egyetemes szeretetben, együttérzésben, együttérző örömben és egykedvűségben)

Buddha: Felébredett, Megvilágosodott

csétaná: szándék

cshanda: akarat

csitt a: tudat

dágaba (szingaléz): a „relikvia-helyiség” jelentésű páli *dhátu-gabba* vagy szanszkrit *dhātu-garbha* szóból származó *szingaléz* kifejezés; kupolaszerű építmény, amelyben a Buddha relikviáit őrzik; *sztúpa*

dána: nagylelkűség

dasza-rádzsa-dhamma: a király tíz kötelessége

déva: istenség, égi lény, isteni lény

Dhamma (szkrt. *Dharma*): Igazság, Tanítás, tan, kegyesség, erkölcs, igazságosság, természet; minden feltételhez kötött vagy feltételhez nem kötött dolog, stb.

Dhammacsakka: a Tan kereke

Dhammacsakku: „az Igazság szeme”

Dhammavicsaja: az Igazság keresése

Dhammavidzsaja: az igazság általi győzelem

dhjána (szkrt. páli: *dzshána*): elmélyedés, a magasabb meditáció során elért tudatállapot

dósa: harag, gyűlölet, rosszindulat

dravja (szkrt.): szubsztancia

dukkha: szenvedés, konfliktus, elégtelenség, nem valódiság, üresség

dzsará-marana: öregség és halál

dzsáti: születés

éhi-passzika: szó szerint: „gyere és nézd meg”, a Buddha tanításának leírására vonatkozó kifejezés

hínájána: „kis szekér”, a mahájána-követők által létrehozott és használt kifejezés, amely a buddhizmus korábbi ortodox iskoláira vonatkozik. Lásd: *mahájána* és *theravāda*!

indrija: képesség, érzékszervi képesség, érzékszerv

jathá-bhúta: a valóságnak megfelelően; ahogyan a dolgok vannak

kabalinkáráhára: anyagi élelem

kaljána-mitta: jóbarát, aki vezet a helyes ösvényen

kátna: érzékszervi élvezet, az érzékszervi élvezetekre irányuló vágy

kamma (szkrt. *karma*): szándékos cselekedet; szó szerint: tett

kamma-phala, *kamma-vipáka*: a tett eredménye vagy következménye

karuná: együttérzés

khandha: halmaz

khanti: türelem, tűrés, tolerancia

kilésza: szennyeződés, szenvedély

ksatrija (szkrt.): az uralkodói kaszt, az indiai kasztrendszer második kasztja; az e kasztba tartozó személy

kuszala: érdem, jó

maddava: szelídség, lágyság

maddzshimá-patipadá: középút

magga: ösvény, út

mahábhúta: nagy elem (szám szerint négy: szilárdság, folyékonyság, hő és mozgás)

mahájána: „nagy szekér”, a később kialakult buddhista iskolák, melyeket ma leginkább Kínában, Japánban, Koreában és Tibetben követnek. Lásd: *hínájána* és *theravāda*

mána: büszkeség
manasz: tudat, a tudat mint érzékszerv
manaszikára: figyelem
manószanycsétanáhára: a tudati késztetés, mint táplálék
mettá: szeretet, egyetemes szeretet, szó szerint: „barátság”
miccshá-ditthi: téves nézet, téves vélemény
móha: nemtudás, tudatlanság, illúzió
muditá: együttérző öröm; a mások sikere, jóléte és boldogsága fölött érzett öröm
nairátmja (szkrt.): éntelenség, az ego hiánya
námarúpa: név és forma, a testi és tudati halmazok
niródha: megszűnés
nirvána (szkrt., páli *nibbána*): a buddhista *summum bonum*, a végső valóság, az abszolút igazság; szó szerint: „ellobbanás”, „kialvás”
nisszarana: szabadság, megszabadulás; szó szerint: „kimenetel”
nívarana: akadály
nyána-dasszana: belátás, a bölcsesség révén való látás
panycsakkhandha: öt halmaz (anyag, érzés, észlelés, késztetések és tudatosság)
pannyá: bölcsesség
paramattha (szkrt. *paramártha*): Abszolút Igazság, Végső Valóság
pariccsága: feladás, elhagyás
parinirvána (szkrt., páli *parinibbána*): „teljes ellobbanás”, egy buddha vagy arahant végső távozása
passzaddhi: nyugalom
paticca-szamuppáda: függő keletkezés
patigha: harag
patiszótágámi: az ár ellenében haladó
pativédha: átlátás, mély megértés
phassza: érintkezés
phasszáhára: az érintkezés, mint táplálék (a belső érzékszervi képességek és a külső világ érintkezése, mint táplálék)
piti: öröm
puggala (szkrt. *pudgala*): egyén, személy
rága: sóvárgás, vágy

ratana: a három ékkő: a Buddha, a Dhamma (a Tanítása) és a Szangha (a szerzetesek Közössége)

rúpa: anyag, forma

súdra (szkrt.): alacsony kaszt, az indiai kasztrendszer negyedik kasztja; az ebbe a kasztba tartozó személy

szacca (szkrt. *szatja*): igazság

szaddhá (szkrt. *sraddhá*): bizalom (hit)

szakadágámi: „egyszer visszatérő”, a nirvána megvalósításához vezető út harmadik szakasza

szakkája-ditthi: az énbe vagy lélekbe vetett hit

szalájatana: a hat terület, lásd: *ájatana*

szamádhi: a magasabb meditáció során elért összeszedettség; tudati fegyelem

szamádzsívikatá: a lehetőségeknek megfelelő életmód

szamatha: nyugalom, összeszedettség

szammá-ádzsíva: helyes megélhetés

szammá-ditthi: helyes nézet

szammá-kammanta: helyes cselekvés

szammá-szamádhi: helyes elmélyedés

szammá-szamkappa: helyes gondolkodás

szammá-szati: helyes éberség

szammá-vácsá: helyes beszéd

szammá-vájáma: helyes erőfeszítés

szammuti: konvenció, közmegegyezés

szammuti-szacca: konvencionális igazság

szamszára: a létezés folytonossága, a létezés köre

szamudaja: a dukkha keletkezése, eredete; a második nemes igazság

Szangha: a buddhista szerzetesek közössége

szankhára, *szankhata*: a feltételhez kötött (összetett) dolgok és állapotok

szannyá: észlelés

szasszata-váda: az örökkévalóság elmélete

szati: éberség, tudatosság

szatipatthána: az éberség megalapozása

szatthá: tanító, mester

szíla: erkölcs, erény

szótápanna: „folyamba lépett”, a Nirvána megvalósításához vezető út első szakasza

sz túpa: lásd: *dágaba*

szukha: boldogság, kényelem

szutta: tanítóbeszéd

tanhá (szkrt. *trishná*): „szomj”, vágy, sóvárgás

tanhakkhaja: „a szomj kioltása”, a nirvána szinonimája

tapa: aszkézis

Tathágata: „aki megtalálta az Igazságot”, a „Buddha” szinonimája; a Buddha általában ezzel a szóval utalt saját magára és a többi Buddhára. *Tatha* („igazság”) + *ágata* („jött”, „megérkezett”)

theravāda: „az öregek rendszere/iskolája”, amelyet a buddhizmus ortodox és eredeti formájának tartanak, és amelyet elsősorban Srí Lankán, Mianmarban, Thaiföldön, Laoszban és Bangladesben követnek

thína-middha: tompaság és lustaság

Tipitaka (szkrt. *Tripitaka*): a három könyv, amelyet gyakran „három kosár”-nak neveznek. A Buddha tanításának három fő kanonikus része: *Vinaja* (Fegyelem), *Szutta* (Tanítóbeszédek) és *Abhidhamma* (Magasabb tanítás, filozófia és pszichológia)

Tiszarana: a három menedék: a *Buddha*, a *Dhamma* (a tanítás) és a *Szangha* (a szerzetesek közössége)

uccshéda-váda: megsemmisülés, a megsemmisülést valló tan

uddhacsa-kukkucsa: nyugtalanság és aggodalom

upádájarúpa: származékos anyag

upádána: ragaszkodás, megragadás

upászaka: világi buddhista követő

upekkhá: egykedvűség

vaisja (szkrt.): földművelő és kereskedő kaszt, az indiai kasztrendszer harmadik kasztja; az ebbe a kasztba tartozó személy

védaná: érzet, érzés

vibhava: megsemmisülés; *vihhava-tanhái* a megsemmisülés/valami megsemmisülése iránti vágy

vicsikiccshá: kétely

vinnyána: tudatosság

vinnyánáhára: a tudatosság, mint táplálék

vipáka: következmény, eredmény

viparináma: változás, átalakulás

vipasszaná: belátás, elemző belátás

virága: vágytalanság

virija: energia, erő

vjápádai harag, gyűlölet, rosszakarat

Felelős kiadó Mireisz László
A Tan Kapja Buddhista Egyház elnöke
Fordította Tóth Zsuzsanna
Szerkesztette és lektorálta Farkas Pál
A könyvet tervezte és a nyomdai előkészítést végezte Dobosy
Antal
A borítót tervezte Székely Kálmán
Nyomta az Akadémiai Nyomda, Martonvásár
ISBN 978-963-87286-5-4

Dhp.XII.4.(160).

Maháparmibbána-szutta, D. 16.2.26./ii.100.

A *Tathágata* szó szerinti Jelentése: „aki elérkezett az igazsághoz” azaz „aki felfedte az Igazságot” A Buddha általában ezt a kifejezést használja, amikor magáról és általában a buddhákról beszél.

Dhp.XX.4.(276).

A *Szangha* szó szerinti Jelentése: közösség. A buddhizmusban a szó a buddhista szerzetesek közösségét Jelenti. A *Buddhát*, a *Dhammát* (Tan) és a *Szanghát* (Rend) *tiszaranának* (három menedék) vagy *tiratanának* (szanszkrlt: *triratna*-, három ékkő) nevezik.

D.16.2.25./ii.100.

A.3.65./i.190.

Vīmaniszaka-szutta, M.47./i.317-320.

Az öt akadály: (1) érzéki vágy, (2) rosszindulat, (3) testi és tudati tompaság és tunyaság. (4) nyugtalanság és zaklatottság, (5) kétely.

D.16.6.5./ii.155.; A.4.76./ii.79.

Mahávira, a dzsainizmus alapítója, a Buddha kortársa volt, és valószínűleg néhány évvel idősebb volt nála.

Upáli-szutta, M.56./1.371-387.

Asóka XII. sziklarendelete.

Valpola Ráhula könyve először 1959-ben Jelent meg (*a szerkesztő megjegyzése*).

William Shakespeare: Rómeó és Júlia (fordította: Mészöly Dezső).

Indiában a fazekasok fészerei tágasak és igen csendesek. A páll szövegek többször említik, hogy aszkéták és remeték – és maga a Buddha is – vándorlásaik során egy-egy éjszakát ilyen fészerekben töltöttek.

M.140./iii.237-247. Érdekes, hogy a Buddha *bhikkhunak* szólította, azaz a buddhista szerzetesek esetében használt megszólítással. A történet további részéből kiderül, hogy Pukkuszáti nem volt *bhikkhu*, nem volt a rendnek, azaz a Szanghának a tagja, hiszen arra kérte a Buddhát, hogy vegye fel a rendbe. Elképzelhető, hogy a Buddha Idejében a *bhikkhu* megszólítást időnként más aszkéták esetében is használtak, vagy a Buddha nem volt különösebben szigorú a szó használatát illetően. A szó Jelentése: „koldulószerzetes”, „aki ételt koldul” és ebben az esetben talán a szó szerinti értelemben használja a Buddha. Ma a *bhikkhu* megnevezéssel kizárólag a buddhista szerzeteseket illetik, különösen azokban az országokban, ahol a theravāda Irányzat terjedt el (Srí Lanka, Mianmar, Thaiföld. Kambodzsa és Banglades).

Lásd A harmadik nemes igazságról szóló fejezetben!

Ávuszó: barát; tiszteletteljes megszólítás az egyenrangú személyek között. A tanítványok azonban sosem szólították így a Buddhát: ehelyett a *bhanté* kifejezést használták, melynek közelítő jelentése: uram. A Buddha idején a szerzetesi rend (Szangha) tagjai *ávuszónak*, azaz barátomnak szólították egymást, de a Buddha halála előtt azt az útmutatást adta a fiatalabb szerzeteseknek, hogy az idősebbeket uramnak (*bhanté*) vagy tiszteletreméltónak (*ájaszma*) szólítsák, az idősebbeknek pedig azt, hogy a fiatalabbakat nevükön vagy barátomnak (*ávuszó*) szólítsák (D. 16.6.2. /ii.154.). A Szangha a mai napig ezt a gyakorlatot követi.

Közismert, hogy Indiában a tehenek szabadon kóborolnak az utcákon. Ebből az utalásból látszik, hogy igen régi hagyományról van szó. A tehenek azonban általában igen szelídek és ártalmatlanok.

Arahant az a személy, aki minden szennyeződéstől és tisztátalanságtól – vágytól, gyűlölettől, rosszakarattól, tudatlanságtól, büszkeségtől, önhittségtől, stb. – megszabadult. Elérte a nirvána megvalósításához vezető út legmagasabb és utolsó szakaszát: nincs benne más, mint bölcsesség, együttérzés és hasonló tiszta, nemes tulajdonságok. Pukkuszáti csak a harmadik állomást érte el: *anágámin*. azaz „vissza nem térő” lett. A második állomás a *szakadágámin* (egyszer visszatérő), az első pedig a *szótápanna* (folyamba lépő).

Kari Gjellerup *A zarándok Kámaníta* című munkáját valószínűleg Pukkuszáti története inspirálta.

As.6.(10.) oldal.

Edith Ludowyk-Gyomroi *The Role of the Miracle in Early Pali Literature* című PhD-disszertációja ezzel a kérdéssel foglalkozik; sajnálatos módon nem került kiadásra. (Gyomroi Edit volt József Attila egyik pszichoanalitikusa, 1938 és 1956 között többnyire Srí Lankán élt. és sajátos politikai szerepet játszott a helyi nőmozgalomban. életéről: Borgos Anna Alkotás, gyógyítás, változás. Thalassa (16) 2005. 2-3.185-194. oldal – *a szerkesztő megjegyzése*). Ugyanezen témáról lásd e könyv szerzőjének

munkáját: University of Ceylon Review. Vol. 1. No. 1. (1943. április), 74. oldaltól.

Itt a *szaddhá* szót hétköznapi jelentésében használják: odaadás, hit.

S. 12.68./ii.117.

S.22.101./iii.152.

Mhvg.I.6.32./12. (*a szerkesztő megjegyzése*)

S.56.11./v.42 2-42 3.; S 22.82./iii.103.; M.109.13./iii.18-19.

S.56.11./V.422.; Mhvg.I.6.23./ii.

Csanki-szutta, M.95./ii.164-177.

Sn.4.5.(798).

Mahátanjaszankhaya-szutta, M.38./i.256-271.

M.38.14./i.260.

M.22.13-14/L135. A kommentár szerint a *dhamma* ebben a szövegkörnyezetben a magas spirituális eredményeket, valamint a tiszta nézeteket és elgondolásokat jelöli. Bármennyire magas szintűek és tiszták is, még az ezekhez való ragaszkodást is el kell hagyni; mennyivel inkább igaz hát ez a gonosz és rossz dolgokra [MA.II.(PTS) 109. oldal].

S.56.31./V.437-438.

Csúlamálunkja-szutta, M.63./i.426-432.

Azaz: mindketten szabadok, és egyik sem tartozik semmivel a másiknak.

A négy nemes igazságot a következő négy fejezetben tárgyaljuk.

Az idézet helye: M63.9-10./i.431. A Buddha e tanácsa láthatólag elérte célját, mert máshol nincs utalás arra hogy Málunkjáputta újra tanítást kért volna a Buddhától, ezt követően pedig arahant lett (A.4.257./ii.249.; S.35.95./iv.76.).

Dhammacakkappavattana-szutta. A Tan Kerekének megformálása, S.56.11./v.420-424.;

Mhvg.I.6.17-31./10-12.

A később kifejtett okok miatt nem fordítom ezt a kifejezést.

A.2.68-76./i.80-82.

Mahádukkhakkhandha-szutta. M.13.32-36./i.89-90.

S.22.45-46./iii.45-46. (a szerkesztő megjegyzése)

M. 13.18-31./i.88-89.; S.22.24./iii.27.

M.13.31./i.89.

Vism.XVI.34./499.; AS.38.(65-66.) oldal.

Szankhitténa panycsupádánakhandhá dukkha (S.56.11./v.42 U.)

S.22.104./iii.158.

S. 22.56./iii.59.

As.4.(2.) oldal; Vlbh.72. oldal; Dhs 133. oldal, 593. par.

S.22.56./IU.60. A felsorolásokban az érzéseket az érzéki képességekkel társítják, tehát a szem, a fül, stb. érzése (a szerkesztő megjegyzése).

S.22.56./iii.60. A felsorolásokban az észleléseket az érzéktárgyakkal társítják, tehát a forma, a hang, stb. észlelése (a szerkesztő megjegyzése).

Jelenleg a „késztetések” (angol: mental formations) a bevett kifejezés a „szankhára” (mint az egyik halmaz) igen tág Jelentéstartalmának visszaadására. A *szankhára* kifejezés más szövegekörnyezetben jelölhet bármely feltételekhez kötött jelenséget is; ebben az értelemben mind az öt halmaz *szankhára*.

A.6.63./iii.415: *Csétatuiham bhikkhaw kammam vadámi. Csétajih'á karnmam karód kájétia Yácsá tmttaszá.*

As.6.(9.) oldal.

S.22.56./111.60. A felsorolásokban a késztetéseket az érzéktárgyakkal társítják, tehát a formára, a hangra, stb. Irányuló késztetések (*a szerkesztő megjegyzése*).

A mahájána buddhista filozófia szerint a tudatosság halmazának három aspektusa van: *csitta*, *manasz* és *vidnyána*, valamint ide sorolandó az *álajavidtmma* is (köznapi fordításban: tárház-tudatosság).

S.22.56./iii.61. A felsorolásokban a tudatosságokat az érzéki képességekkel társítják, tehát a szem, a fül, stb. tudatossága (*a szerkesztő megjegyzése*).

Mahátanhászankhaja-putta, M.38A256-271.

MA.II.(PTS), 306-307. oldal.

S.22.55./iii.58.

A.7.74./iv.137. E szavakat a Buddha egy Araka nevű tanítónak (*szatthá*) tulajdonítja, aki a régi időkben élt, és már megszabadult a vágyaktól. Ezen a ponton érdekes lehet felidézni Hérakleitosz (i.e. 500 körül) tanítását, amely szerint minden áramlik, valamint híres mondását, miszerint az ember nem léphet kétszer ugyanabba a folyóba.

M.82.36./ii.68.

Az *anattá* (nem-én) tanítását a 6. fejezet tárgyalja.

Buddhaghósa a lényt fabábuhoz (*dárujanta*) hasonlítja (Vism.XVHI.31-32 /594-595.).

Vlsm.XVI.90./513.

S. 15.1./ii. 178; S.22.99./iii.149. (*a szerkesztő megjegyzése*)

A.10.61./v.113.

S.56.30./v.437. A Buddha azt mondja tulajdonképpen, hogy az, aki a négy nemes igazság bármelyikét ismeri, a másik hármat is ismeri. A négy nemes igazság összefügg egymással.

Van egy gandháló szobor, valamint egy Fu-klenből (Kínából) származó szobor, amely a Buddhát éhező, lesóványodott aszkétaként ábrázolja, amint kilátszanak a bordái. Ez azonban a leendő Buddhát ábrázolja, még megvilágosodása előtt, amikor szigorú aszketikus gyakorlatoknak vetette alá magát. E gyakorlatokat megvilágosodása után a Buddha már maga is elutasította.

As.7.(11.) oldal.

M.89.12./ii.121.

A megvilágosodás hét tényezőjéről lásd a meditációról szóló fejezetet!

Mhvg. 1.6.20./10.; S.56. 11./v.421.

Védanaszamidajá tanhászamudajó (M.9.38./i.51.).

Lásd A harmadik nemes igazságról szóló fejezetet!

As.43.(94-95.) oldal: *prádhanyartha, szarvatragártha*.

Lásd Vibb. (PTS) 106. oldaltól!

M.9.38./i.51.;S.12.43./ii.72.; Vlbh.(PTS) 380. oldal.

M.13.11-14./i.86-87.

M.82.36.(4)/ii.68. (*a szerkesztő megjegyzése*)

M.9.9-12./i.47-48.

A késztetést érdekes összehasonlítani a modern pszichológia libidó-fogalmával.

MA.I.(PTS) 210. oldal.

Manószanycsétaná' ti csétaná éva vuccsati [MA.I.(PTS) 209. oldal].

Lásd az 56. jegyzetet!

S. 12.63./ii.100. A szamudaja (a dukkha keletkezése) definíciója szerint a vágy három formája (1) vágy az érzéki örömekre, (2) vágy a létezésre és a létesítésre, és (3) vágy a nemlétezésre.

Lásd Az öt halmazról szóló fejezetet és az 55. jegyzetet!

M. 147.9./iii.280.; S.56.11./v.423.; S.35.74./iv.47.; S.35.121./iv.107.

Prmj.(PTS) 78. oldal: „*Khandészu dzsájatnatiészu dzsijatmnészu mijatmnészu csa khané tvam bhikkhu rizsája ízé csa dzsászészé csa dzsijasészé csa mijasészé csa.*” A *Paramatthadzsótiká* kommentár a Buddha salát szavaiként idézi. Ezidáig nem sikerült fellelni az eredeti szöveget.

A nirvánát természetesen csak kobb híján nevezhetjük – éppen a lentiek miatt – abszolút igazságnak vagy végső valóságnak, lásd még Az öt halmazról szóló fejezet tudatosságról (*vimyána*) szóló részét (*a szerkesztő megjegyzése*)!

Lnk. 113.(98.) oldal.

Egyes esetekben pozitív, állító kijelentések is elhangzanak a nirvánáról, például: *sziva* (szerencsés, jó), *khéma* (biztonság), *szuddhi* (tisztaság), *dípa* (sziget), *szarana* (menedék), *tána* (védelem), *pára* (túlpárt), *szanti* (béke, nyugalom). Az *Aszankhata-szamjuttában* (*Szamjutta-tiikája 43.*) a *nibbána* 32 szinonimája szerepel, ezek nagy része metafora.

Mhvg 1.6.21./10. :S.56.11./v.421. Érdemes megjegyezni, hogy a *niródha* (megszűnés) e definíciója – amely a Buddha Szárnáthban tartott első beszédében olvasható – nem tartalmazza a *nibbána* szót. bár a meghatározás vonatkozik rá.

S. 6.1./i.136.

S.43.1./iv.359. Úgy tűnik. Valpola itt az *aszankhata* szót fordítja „abszolút”-nak. hiszen a szöveg egyértelműen a nirvánára utal (*a szerkesztő megjegyzése*).

S. 23.2./iii.190.

Ez a szövegrész a *pipászá* szót használja, melynek szó szerinti jelentése: szomjúság.

A.4.34./ii.34.

S.38.1./iv. 251.

Száriputta szaval (M.28.38./i.191.).

Muszíla, a Buddha egy másik tanítványának szaval (S. 12.68./ii.117.).

Ud.8.3./80-81.

Ud.8.1./80.; lásd még D.11.85./i.223.

M.140./iii.237-247.

Figyeljük meg, hogy valamennyi szellemi és misztikus állapot – legyen bármennyire is tiszta és magasrendű – tudati képződmény, azaz olyasmi, amit a tudat hoz létre: teltételekhez kötött és összetett (*szankhata*). Ezek az állapotok nem azonosak a valósággal vagy az igazsággal (*szaccsa*).

Ez azt jelenti, hogy nem hoz létre új karmát, mivel már szabad a szomjtól, az akarattól, a szándéktól.

Ez a kijelentés azt mutatja, hogy az illető már *arahant*.

S.55.21./iv.369.

Vesd össze Lnk.200.(172.) oldal: „Mahamati, a nirvána azt jelenti, hogy a dolgokat úgy látjuk, ahogy vannak.”

Nágárdzsuna egyértelműen kijelenti, hogy „a *szamszára* semmiben sem különbözik a *nirvánától*, és a *nirvána* semmiben sem különbözik a *szamszárától*.” [Mmk. XXV 19.(365-366.) oldal]

Érdeemes felidézni azt, hogy a kilenc világfölötti *dhamma* (*navalókuttara-dhamma*) között a nirvána túl van a négy *maggán* (ösvényen) és a négy *phalán* (következményen).

S.23.1./iii.189.

Vannak, akik „a Buddha parinirvánája után” kifejezés helyett „a Buddha nirvánája után” kifejezést használják; az utóbbinak nincs értelme, és nem is használatos a buddhista irodalomban. Mindenesetben az előbbi kifejezés használatos.

M.72.16./i.486.

M.72.19./i.487.; M.140.24./iii.245.; S.36.7./iv.213.; Sn.5.6./1074.

Lásd a késztetések halmazát Az öt halmaz című alfejezetben!

A.4.45./ii.48.

S. 1.10./i.5.(18).

M.89.12./ii.121.

A.9.34/iv.415. *(a szerkesztő megjegyzése)*

D. 14.3.1./ii.36. *(a szerkesztő megjegyzése)*

D. 14.3.1/ii.36. *(a szerkesztő megjegyzése)*

M.44.11./i.301.

Például D.33.1.7./iii.211. *(a szerkesztő megjegyzése)*

Lásd a meditációról szóló fejezetet.

Vism.XVI.84./510.

Mhvg.I.6.26./11.

Mhvg. 1.5.2-3./4-S. és Mhvg.I.5.10-12./6-7.; M.26.19-21./i.167-169.

A magyarázatot lásd a továbbiakban!

M.115.11./iii.63.; S.12.21./ii.2&; S.12.61./ii.95. Modernebb formában a következőképpen fogalmazható meg:

**Amikor A van, B is van: amikor A megjelenik, B is megjelenik:
amikor A nincs, B sincs; amikor A megszűnik, B is megszűnik.**

Vism.XVII.4./517.

Lásd Az első nemes igazságról szóló fejezetet!

Terjedelmi okok miatt itt nem tárgyalhatjuk részletesen ezt az igen fontos tételt.

Hiszen mindaz, amivel az ember énként vagy lélekként azonosulna, valójában okoktól és feltételektől függő jelenségek folytonosan változó halmaza, s mint ilyen, nem rendelkezik állandó és megragadható lényegséggel *(a szerkesztő megjegyzése)*.

SA.II.(PTS) 77. oldal.

Ms.XVIII.92. (441.) oldal.

Helmuth von Glasenapp a „Vedanta and Buddhism” című cikkében az *anattá* kérdéséről, *The Middle Way*, 1957. február, 154. oldal.

Rhys Davids és mások. Lásd C. A. I. Rhys Davids: *Gotama the Man, Sakya or Buddhist Origins, A Manual of Buddhism, What was the Original Buddhism*, stb. Ne feledjük, hogy a könyv első kiadásának dátuma 1959 (a szerkesztő megjegyzése).

M.22.18-21./i36-137.

Idézi a MA.II.(PTS) 112. oldal; S.22.55./iii.57. (a szerkesztő megjegyzése).

Dhp.X.5-7.(277-279).

F. L. Woodward a *dhamma* kifejezést ebben az esetben helytelenül fordítja a következőképpen: „all states compounded”, azaz „minden összetett állapot” (*The Buddha's Path of Virtue*, Adyar, Madras, India, 1929, 69. oldal). A „minden összetett állapot” kifejezés a *szankhárákra* vonatkozik, nem a *dhammákra*.

A *szankhára* mint az öt halmaz egyike a karmikus hatásokat kiváltó tudati késztetéseket vagy tudati tevékenységeket jelöli. Itt azonban minden feltételekhez kötött vagy összetett dolgot, köztük az öt halmazt. A *szankhára* szó a szövegösszefüggéstől függően más-más konnotációkkal bír.

Vesd össze még: *Szabbé szatikháni atikcsá* (minden feltételektől függő dolog múlandó), *szabbé dhammá anattá* (minden *cihámmá* értelen). M.35.4./i.228.: S.22.90./iii.132-133.

M.22.23./i.137.

M.22.25./1.138. S. Radhakrishnan erről a szövegrésről a következőket írja (*Indian Philosophy*, Vol. I. London. 1940. 485. oldal): „A Buddha a kis én örökkévaló mivoltára vonatkozó hamis nézetet tagadja” Ezzel a megjegyzéssel nem érthetünk egyet. Épp ellenkezőleg: a Buddha itt az univerzális *átman* vagy lélek létét tagadja. Ahogy a fenti bekezdésben láthattuk, a Buddha nem fogadta el semmilyen – sem kicsi, sem nagy – lélek létezését. Véleménye szerint minden, az *átmanra* vonatkozó elmélet hamis, tudati projekció.

Dhp.XII.1.4.(160). (a szerkesztő megjegyzése)

Helmuth von Glasenapp „Vedanta and Buddhism” című cikkében (*The Middle Way*, 1957. február)

ezt világosan kifejti.

A Dhp. kommentárja ezt írja [DhpA.III.(PTS) 148. oldal]: *Náthó'ti patitthitá*, azaz „a náthó jelentése támasz (menedék, segítség, védelem)” A Dhp. régi szlmgaléz kommentárja (*Dhammapada Puranaszannaja*, Colombo, 1926, 77. oldal) a náthót így írja körül: *pihita manója*, „támogatás (menedék, segítség)” Ha megvizsgáljuk a náthó szó tagadó formáját, az szintén ezt erősíti meg. Az *anátha* ugyanis nem azt jelenti, hogy „úr nélküli”, hanem azt, hogy „segítség nélküli, támasz nélküli, védtelen, szegény” A PTS páll szótára is a „védelmező, menedék, segítség” jelentéseket tartalmazza, az „urat” nem. A *lókanátha* kifejezést nem helyes a népszerű keresztény kifejezés alapján „a világ megváltójának” fordítani, mivel a Buddha nem megváltó. A jelző jelentése: a világ menedéke.

D. 16.2.23-26./ii.99-100.

T. W és C. A. F. Rhys Davies korai fordítása [*Dígha-nikája* II. (PTS) 108. oldal]: „Legyetek saját magatok lámpása. Legyetek saját magatok menedéke. Ne keressetek más menedéket.”

A *dípa* itt nem lámpást jelent, hanem egyértelműen szigetet. A *Dígha-nikája* kommentárja [DA.II. (PTS) 188. oldal] az ebben a kontextusban előforduló *dípa* szóról a következőket írja: *Mahászamuddagatam dipam vija attánam dipam patittham katvá viharatha*. „Úgy időztek, hogy szigetté, támasszá (pihenőhelyé) tegyétek magatokat, olyanná, mint egy sziget a nagy óceánban.” A *szamszárát*, a létezés folytonosságát, gyakran hasonlítják óceánhoz (*szamszárszágara*), az óceánon pedig akkor van biztonságban az ember, ha van ott egy sziget, egy földdarab, nem pedig akkor, ha van egy lámpása.

D. 16.2.26./ii.100. Csak az utolsó mondat a szó szerinti fordítás. A történet többi része a *Maháparmibbána-szutta* részletének kivonata.

D. 16.2.26./11.100. A *szatipatthánáról* lásd a meditációról szóló fejezetet!

Mhvg.I.14.3./23.

Egy másik alkalommal a Buddha ugyanennek a Vacchagottának fejté ki hogy a Tathágatának nincsenek elméletei, mivel látja a dolgok természetét (M.72.14./L485-486.). Itt is távol akarja tartani magát az elméleteket valló személyektől, függetlenül attól, hogy mi is az adott elmélet.

Szabbé dhammá anattá. Szó szerint ez szerepel a Dhp.XX.7.(279) alatt is, amelyet fentebb tárgyaltunk. Woodward fordítása („minden dolog múlandó”; F. L. Woodward: *The Book of the Kindred Sayings*, Vol. IV., Pali Text Society, Oxford. 1927., 2S2. oldal) teljesen hibás, valószínűleg figyelmetlenségből eredő tévedés. Mindenesetre igen komoly hiba. Talán ez az egyik oka annak,

hogy oly sokan tárgyalják főlegesen a Buddha hallgatását. A kifejezés legfontosabb szava, az *anattá* (éntelen), a fordításban helytelenül mulandóként szerepel. A páli szövegek angol fordításai gyakran tartalmaznak hasonló típusú kisebb-nagyobb hibákat – ezek oka a figyelmetlenség, vagy adott esetben az eredeti nyelv hiányos ismerete. Bármi is legyen az ok, érdemes megemlíteni, hogy – amellett, hogy a terület úttörőit tisztelet illeti meg – ezek a tévedések az okai annak, hogy azok között, akik nem férnek hozzá az eredeti szövegekhez, sok téves nézet terjedt el a buddhizmussal kapcsolatban. (A *Szamjutta Nikája* azóta meglelelt fordításai korrigáltak ezt a tévedést – *a szerkesztő megjegyzése.*)

Egy korábbi alkalommal történt, hogy a Buddha kifejtett egy bizonyos mély és összetett kérdést (azt, hogy mi történik az arahanttal a halál után), és Vaccshagotta így reagált: „Tiszteletreméltó Gótama, ezen a ponton tudatlanság támadt bennem, zavarodottság támadt bennem. Ami kis bizalmam volt a tiszteletreméltó Gótamával folytatott beszélgetés kezdetén, azt elveszítettem” (M.72.17./i.487.). A Buddha ezért nem akarta újból össze zavarni.

S.44.10./iv.400-401.

A Buddha ezen tudását nevezik *indrijaparóparijattanyánnának* (körülbelül: a képességek teljeskörű felmérésének tudása – *a szerkesztő megjegyzése.*) M.12.10-16./i.69-70.; VIbh. (PTS) 341. oldal.

A.3.67./i.197.; A.4.42./ii.46.

S.44.8./iv.395.; M.72.3-12./i.484-485.

Lásd a 161. lábjegyzetet!

Lásd S.33.1-55./iii.257-263.; S.44.7./iv.391-395.; S.44.8./iv.395-397.; S.44.9./iv.398-400.; M.71./i.481-483.; M.72./i.483-489.; M.73./i.489^97; A.3.63./i.180-185!

Bizonyos idő múlva Vaccshagotta újra felkereste a Buddhát, de ezúttal a szokásostól eltérően nem tett fel kérdéseket, hanem azt mondta: „Sok idő eltelt azóta, hogy utoljára beszéltem a tiszteletreméltó Gótamával. Jó lenne, ha a tiszteletreméltó Gótama rövid tanítást adna nekem a kedvezőről és a kedvezőtlenről (*kuszalakusalam*).“ A Buddha azt felelte, hogy röviden és részletesen egyaránt kifejti neki, hogy mi a jó és a rossz, és így is tett. Végül Vaccshagotta a Buddha tanítványa lett, és a tanítását követve arahantná vált, felismerte az igazságot, megvalósította a nirvánát, és többé nem gyötörték az *átmanra* vonatkozó kérdések és hasonló problémák (M.73.25-26./i.496.).

S.12.61./ii.94. Egyesek úgy vélik, hogy a mahájána buddhizmusban az *álajavidnyána* (tárház-tudatosság; *tatháगतारब्धा*) az énhez hasonló valami. Azonban a *Lankávatára-szútra*

kategorikusan kijelenti, hogy ez nem így van [Lnk.78-79.(69.) oldal].

S.22.89./ÜL 126-132.

A legtöbben ma is így vélekednek az énről.

M. 109.13./iii.19.; S.22.82./iii.103.

As.31. (76.) oldal.

A.4.157./ii.143.

A *The Yogavacara's Manual* (szerk. T. W. Rhys Davids, London 1896), egy meditációs szöveg, amely valószínűleg a 18. században íródott Ceylonban, jól mutatja, hogy az adott időszakban a meditáció hogyan silányult rítussá: recitáltak, gyertyákat gyújtottak, stb. Lásd még: Walpola Rahula: *History of Buddhism in Ceylon*, Colomba 1956. XII. fejezet (az askéta-ideálról), a 199. oldaltól.

Lásd Az öt halmazról szóló alfejezetnek a késztetésekről szóló részét!

A könyv kiadása óta eltelt idő alatt számos mérvadó buddhista gondolkodó jóval kiegyensúlyozottabb álláspontot alakított ki ebben a fontos kérdésben, éppen a Buddha szavaira támaszkodva (a szerkesztő megjegyzése): S.43.2./iv.360.: „Szerzetesek, mi a teltételektől nem függőhöz (*aszankhata* = *nibbána*) vezető út? A *szamatha* és a *vipasszaná*.“

Lásd *Szallékha-szutta*. M.S./i.40-46.!

Az éberség megalapozása; a *Dígha-nikája* 22. és a *Maddzshima-nikája* 10. szuttája.

S.1.10./i.5.(18-19.)

M. 15.8./i.100.

Lásd a 170. jegyzetet!

M.5.29-30./i.30-31.

M.73.9-12./i.490-491.

D.31./iii.180-193.

S.11.18./i.234.(923.)

MA.I.(PTS) 290. oldal: A buddhista szerzetesek, a *Szangha* tagjai nem rendelkezhetnek személyes tulajdonnal, de rendelkezhetnek közösségi – *szanghika* – tulajdonnal.

D.26./iii.58. (*a szerkesztő megjegyzése*). Illetve D.5.11./i.135-136.

Lásd A második nemes igazságról szóló fejezetet!

A.8.54./iv.281-285.

D.31.26./iii.188.(3.)

A.4.62./ii.69-70.

J.I.260.,399; 11.400.; 111.273-274.,320.; V.119..378.

Ezen a ponton érdemes megjegyezni, hogy az indiai külpolitika részét képezd öt alapelv vagy *panycsasíla* (p: *panycsaszíla*) összhangban áll azokkal a buddhista alapelvekkel, amelyeket Asóka, a nagy indiai buddhista uralkodó, az i.e. 3. században alkalmazott a kormányzás során. A *panycsasíla* maga is buddhista kifejezés.

Dhp.I.5.(5).

Dhp.XVII.3.(223).

Dhp.XV.5.(201).

Dhp.VIII.4.(103).

Asóka XIII. sziklarendelete, az eredeti szöveg ma is olvasható.

A könyv kiadója úgy határozott, hogy a hiteles szuttafordítások fájó hiányát figyelembe véve a szövegeket általában a lehető legteljesebb formájában közli. Mivel a szöveg fordítója Valpola Ráahulának a könyvben található fordításait tolmácsolta magyarul, az idézett szentiratok fordításait pedig egy kivétellel mások készítették az eredeti nyelvből, vagy az eredeti nyelvet is figyelembe véve, a könyvben idézett szövegrészletek megfogalmazásukban eltérhetnek a Válogatott szövegekben szereplő szutták és versek megfogalmazásától. A hazai buddhista terminológia kialakulatlansága miatt ezeket az eltéréseket inkább érdekes és figyelemreméltó javaslatoknak

tekintettük, ezért nem törekedtünk az egységesítésre (*a szerkesztő megjegyzése*).

S.56.11./v.420-424., a beszéd megtalálható még a Vin.Mah.I.6.17-31. alatt, fordította Farkas Pál, a hagyomány szerint a Buddha első beszéde (*a fordító megjegyzése*).

A hagyomány a Buddha első öt tanítványát nevezi így: az öt szerzetesből álló csoport, a szerzetesek neve is fennmaradt: (Annyáta-)Kondannya, Bhaddija, Vappa, Mahánáma, Asszadzsi.

Ahogy az előző bekezdésből is látható, mindegyik nemes igazsághoz a tudás három fokozata kapcsolódik: (1) a tudás, hogy az igazság igaz (*szacsa-nyána*), (2) a tudás, hogy az adott igazság kapcsán egy bizonyos működést vagy tettet kell végrehajtani (*kiccsa-nyána*), valamint (3) a tudás, hogy az adott igazsághoz kapcsolódó működés vagy tett végrehajtása megtörtént (*kata-nyána*). Így áll elő a négy nemes igazság tizenkét megnyilatkozása.

S.22.59./iii.66., a beszéd megtalálható még a Vin.Mah.I.6.38-47. alatt, fordította Farkas Pál. A tanítóbeszédet Valpola Ráhula könyve nem közli, de mivel a hagyomány szerint a Buddha második beszéde, beillesztettük a szövegek közé (*a szerkesztő megjegyzése*).

S.35.28./iv.19., a beszéd megtalálható még a Vin.Mah.I.21.1-4. alatt, fordította Farkas Pál. Érdekes meglegyezni, hogy T. S. Eliot *Waste Land* (*Átokföldje*) című versének harmadik része *A tűzbeszéd* címet viseli. A 308. sorhoz („Lángban lángban lángban lángban”) fűzött lábjegyzetben Elliot ezt írja „A Buddha Tűzbeszédének teljes szövege (amely fontosságában megfelel a Hegyi Beszédnek) – és ahonnan e szavak valók – megtalálható fordításban néhai Henry Clarke Warren *Buddhism in Translation*-jében (Harvard Oriental Series). Warren egyike volt Nyugaton a buddhista tanulmányok nagy úttörőinek.”

A Valpola Ráhula könyvének angol kiadásában olvasható fordítást a szerző készítette a *Szutta pitaka Szanijutta nikája* gyűjteményében található páll eredetiből. Warren fordítása a *Vinaja pitaka Mahávagga* részében található szövegből készült. (Az *Átokföldjéből* idézett részt Vas István fordításában közöltük – *a fordító megjegyzése*.)

Szó szerint: a szem tudatossága (*vinnyána*), a szem által szerzett tudomás. A továbbiakban hasonló szerkezetet használ a szutta a fül, orr, nyelv, test és elme esetében (*a fordító megjegyzése*).

Phassa, szó szerint: érintkezés, kapcsolat; az érzékelő képesség, az érzéktárgy és az érzéki tudatosság találkozása, összekapcsolódása az érzékelés folyamatában (*a fordító megjegyzése*).

Khp.9. és Snp.1.8., a szutta *Kamuija metta szutta* néven is ismert, fordította Farkas Pál.

Szó szerint „nem tér vissza újra anyaölbe”, azaz a szenvedéstell létforratagba, a *szamszárába* (*a fordító megjegyzése*).

Khp.5. és Sn.2.4., fordította Fórizs László.

Érd el a szenvedélyek tüzének kialakását, a Nirvánát. Vesd össze: „Ó, szerzetesek, minden lángban áll. Ml minden áll lángban, ó, szerzetesek? Ó, szerzetesek, lángban áll a szem... Mi gyújtotta lángra? A vágy tüze, az ellenszenv tüze, a káprázat tüze gyújtotta lángra, a születés öregség, halál, szomorúság, kesergés, fájdalom, bánat és kétségbeesés tüze gyújtotta lángra, azt mondom nektek” SN 35.28./iv.19. (a fordító megjegyzése)

M.2./M.i.6., fordította Fórizs László.

Az *ászává* kifejezés ebben a szuttában a szokásos pszichológiai és etikai jelentésénél („befolyás”, „kifolyás” „szennyeződés” „tiszátalanság”) tágabb jelentésben szerepel. Átvitt értelemben használja a szöveg, és minden pszichológiai és testi nehézséget és gondot magában foglal, ahogy az a folytatásból is kiderül.

Jóniszó manaszikára (a fordító megjegyzése).

Átman (szkt., páli: *attan*): „önmaga”, az (ami mindig) önmaga (marad), a hazai fordításokban az *átman* szó használata elterjedtebb, ezért a fordításban ezt alkalmaztuk (a fordító megjegyzése).

M.7./i.36., fordította Farkas Pál, a verset fordította Dobó Katalin.

A négyféle tanítvány, akik elérték a négy ösvényt és a szentség négy eredményét: *szótápati* (folyamba lépett), *szakadágámi* (egyszer visszatérő), *anágámi* (vissza nem térő) és *arahatta* (méltó). Megkülönböztetik azt, aki a szentség valamelyik fokozatán elérte az ösvényt, és azt áld elérte annak eredményét, így lesz „négy pár” és „nyolc személy”

M.10./i.55., fordította Tóth Zsuzsanna.

D.31./iii.180., fordította Farkas Pál.

A védikus hagyomány régi rituáléja volt az égtájak tisztelete, valamint az egyes égtájakon lakó szellemek vagy istenségek megszólítása vagy meghívása az adott égtáj védelme céljából. A Buddha – aki elutasította az ilyen régi babonás gyakorlatokat – új jelentéssel ruházta fel és újszerűen értelmezte azokat. Vesd össze A kelme hasonlatáról szóló tanítóbeszéddel, amikor egy papnak a szent folyóban való fürdés helyett „belső fürdőről” beszél.

A kedvező újraszületés útját (*a fordító megjegyzése*).

Itt a Buddha elmagyarázza Szigálakának, hogy mi is a hat égtáj, és hogyan kell „tisztelnie” azokat „a Nemes tana” szerint úgy, hogy teljesíti kötelességeit Irányukban, nem pedig úgy, hogy elvégzi a régi brahmanikus hagyomány szerinti rítust. Ha a „hat égtáj” védelmezése így megvalósul, akkor az adott égtáj biztonságos, azaz nem érkezhetsz onnan veszély: A bráhmanák is azért tisztelték meg a világ égtájait, hogy az ott lakó szellemek és istenségek ne hozzanak veszélyt rájuk.

D. 16.6.1-7./ii.154-156., fordította Végh József.

Atítaszatthukam pávacsanam, T. W. Rhys Davids fordítása („a tanító szavának vége szakadt”) nem adja vissza az eredeti jelentést.

Az *ájaszmant* eredetileg azt jelenti, hogy „éltes” – sokat élt, „sokat tapasztalt” értelemben –, ezért tiszteletre érdemes (*a fordító megjegyzése*).

Cshanna volt *Sziddhártha* herceg fogathajtója és közeli társa, mielőtt utóbbi a Buddhává lett. Később, mikor belépett a Szanghába, egoisztikus büszkeség hatalmasodott el rajta azért, mert a Mesterrel közeli viszonyban volt. Hajlamos volt a csökönyösségre és önfejűségre, híjával volt a valódi bajtársiasságnak, és gyakran visszásan viselkedett. De a Buddha *parinirvánája* (halála) után, amikor Ánanda felkereste őt, és kimondta rá a teljes társadalmi mellőzést jelentő büntetést, még az ő gögös szelleme is megszelídült, alázatossá vált, szeme kinyílt. Később jóvátette hibáit és *arahant* lett, így a büntetés automatikusan idejét múlta.

Szó szerint: „Isteni büntetés” *Brahmá-danda*.

Emögött az az elképzelés húzódik meg, hogy ha a Tanítójuk iránti tiszteletből nem szeretnék a kérdést közvetlenül a Buddhának föltenni, egy szerzetes a barátja fülébe suttoghatja a kérdést, aki azután a nevében fölteheti azt.

Fordította Főríz László.

Dhp.VIII.5-6./104-105. A *gandhabba* szó, Valpola szabad fordításában „angyal” félisteni lények, mennyei zenészek egy osztályára utal (*a fordító megjegyzése*).