



TAR-PA

M E G S Z A B A D U L Á S

ཐར་པ།

Buddhista Meditáció Központ

KARMA RATNA DARGYE LING ❁ TIBETI KARMA KAGYÜ HAGYOMÁNY ❁ BUDAPEST–TAR

VII. ÉVFOLYAM 3. SZÁM

2006. SZEPTEMBER



**TISZTELETREMÉLTÓ LÁMA
NGAWANG RINPOCSE
30 ÉVE EURÓPÁBAN** 2. oldal

**15 ÉVES A KARMA RATNA
DARGYE LING
CSODÁS EREKLYEGYÖNGYÖK
A KÖRÖSI CSOMA SÁNDOR
BÉKESZTÚPÁBAN** 4. oldal

**BUDDHA EREKLYÉK
VILÁGKÖRÜLI ÚTON
MAITREJA PROJECT** 5. oldal

AZ EREKLYEGYÖNGY 6. oldal
*Részlet Szemtől-szemben a csodával
című új kiadványunkból.
Kapható Központjainkban.*

**MIÉRT TISZTELJÜK
AZ EREKLYÉKET?** 6. oldal
*Kivonat Láma Zöpa Rinpoce,
a Maitreja Projekt szellemi
vezetője tanításából*

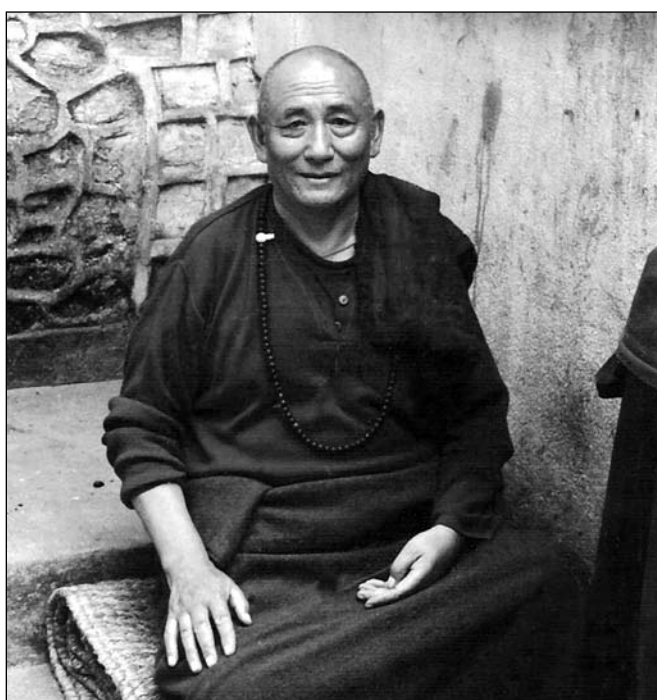
TANMESE 7. oldal
... a kutyafogról

ÉLMÉNYBESZÁMOLÓK 8. oldal

KÖNYVAJÁNLO 9. oldal
Szemtől szemben a csodával

A BÓDHISZATTVA ÖSVÉNY 9. oldal
*Láma Csöpel új tanítássorozata
októbertől Csillaghegyen*

PROGRAMOK 10. oldal



KEDVES BARÁTAINK!

Ez az év rendkívül jelentős Közösségünk életében:

- Tiszteletreméltó Láma Ngawang Rinpoce 30 éve tevékenykedik Európában;
- a Tari Központ 15 éves;
- újabb ereklyék kerültek elhelyezésre a tari Sztúpában;
- a világot bejáró buddhista ereklyék közösségünk közreműködésével idén októberben jutnak el Magyarországra.

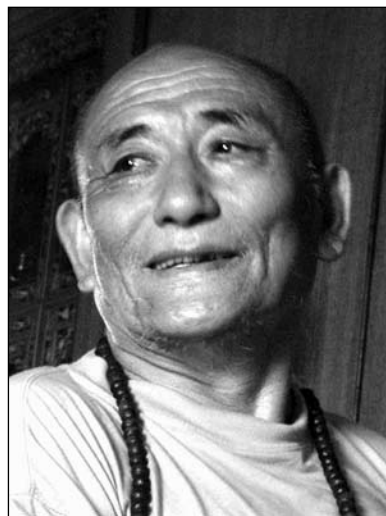
Tiszteletreméltó Cültrim Rinpoce második alkalommal tartott Phowa kurzust Taron, mellyel nagyon sok érdeklődő szellemi fejlődését segítette elő, valamint idén is megrendezésre került az immár hagyományos Dalai Láma Születésnap Ünnepség, amelyen tari Központunk 15. évfordulóját is megünnepeltük.

Októbertől Tiszteletreméltó Láma Csöpeltől új tanítássorozatban részesülhetünk *A Bódhiszattva Ösvény* címmel, amely során a nagy indiai buddhista mester Santidéva meditációgyakorlással kapcsolatos jótanácsait magyarázza el, számunkra érthető módon.

Elkészült új weboldalunk

www.korosi-emlekpark.hu

TISZTELETREMÉLTÓ LÁMA NGAWANG RINPOCSE 30 ÉVE FOLYTATJA ÁLDÁSOS TEVÉKENYSÉGÉT EURÓPÁBAN, 15 ÉVE TARON



Láma Ngawang Rinpoce a húszas évek végén Jangpacsenben, a változatos vidékű, sok fával és hóborította hegygel tagolt Gomangtöd körzetben (Közép-Tibet) született, melynek főkolostora a Drepung kolostor volt. Szülei, két fivére, egy nővére és sok rokona sátorban

élő állattenyésztők voltak. A férfiak a tavakból ki-nyert sóval kereskedtek, édesanyja, sógornője és nővére az állatokat (kecske, bárány, jak, dri: nőtényjak, tehén) gondozták, fejték.

A napot menedékvétellel és imáik olvasásával kezdték. Délutánonként és este az állatok ellátása után pihentek, összegyűlt a család a sátorban, campát (pörkölt árpaliszt) ettek sóval, tejjel és vajjal ízesített teával. Gyapjút kártoltak, szöttek, fontak és sendönt (ima mások javára) gyakoroltak. A felnőttek történeteket meséltek és beszélgettek, miközben jakszörből kötelet fontak a sátorhoz. A gyermekek játszottak és meséket hallgattak, mielőtt aludni tértek. Az idősebbek fent voltak este 11-ig, ültek a tűz

körül és Tara szövegeket recitáltak. A mani mantrát (OM MANI PEME HUNG) egész nap, munka közben is mondták.

Szülei buddhisták voltak, de sohasem hallottak a buddhizmusról, mint valami különleges tanról, ez természetes volt számukra. Láma a tan szerint nevelkedett, időnként meghívták a szerzeteseket és az apácákat sátraikba, akik mély benyomást tettek rá. Nyolc éves korától arról álmodott, hogy szerzetes lesz. Tizenhat éves korában vett először menedéket egy kimagasló női nyingmapa lámától, Dzogcsen Rinpocestől, akitől az első szerzetesi felszentelést is kapta. Ő volt abban az időben az egyik legismertebb női tanító Tibetben, és megélt a 113 évet. A kolostori élet tele volt munkával, tanulással és szellemi gyakorlással.

Tizennégy éves korában Láma a Gang Rinpoce-séhez (Kailas), Ázsia legszentebb hegyéhez ment zárandokútra, ami három évig tartott. Tizenhét évesen Őszentsége Karmapa kolostorába ment Curpuba, és még egy szerzetesi felszentelést kapott, ez alkalommal II. Dzsamgön Kongtrul Rinpocestől. Curpuban több különböző meditáció gyakorlatot tanult: az Alapgyakorlatokat (tib: Ngöndro), Mityő Dordzse (nyolcadik Karmapa) és a Vágás (tib: Csöd, az énhez való ragaszkodás elvágása) gyakorlatait stb. Huszonkét évesen teljesen felszentelt szerzetes lett (tib: gelong), Drepung kolostoregyetemén is tanult. Később sok zárandokútra ment, és többször is meglátogatta a Szent Kailas hegyet. Négy év múltán visszament Curpuba. Őszentsége Karmapa megbízást adott, hogy a Kojul Gompa kolostor előjárója legyen Dél-Tibetben. Ugyanekkor két zárandokutat is tett Indiába, és kettőt a Gang Rinpoce-séhez.

Mielőtt Tibetet elfoglalták a kínaiak, gyalog elment Indiába, Nepálba és sok szent helyet meglátogatott. Veszélyekkel teli és megpróbáltató utak voltak ezek. Harminckét évesen visszament Őszentsége Karmapához, aki megengedte, hogy két hosszabb elvonulást végezzen, melyek során főképp a Vágást gyakorolta.

Tanítója volt a női nyingma láma, Ani Rigdzin Csönyi Zangmo, a legfőbb lámája Őszentsége Karmapa, meditáció mestere pedig Láma Drubpön Tenzin (Téja Drubpön) volt. Indiában találkozott a Nagytiszteletű Kalu Rinpocsevel. Huszonkét éves korától hét éven át egy curpui láma szolgálója volt. Minden munkát a fiatal szerzetesek ellátásáért és a kolostorokért végzett. Sok szobrot és más dolgot adott felajánlásképp.

1958-ban, 32 évesen, Tibet kínai megszállása idején elmenekült hazájából, mert követni akarta Őszentsége Karmapát és a Nagytiszteletű Drubpön Tenzint, aki Karmapa tanítója is volt. Az út gyalog Bhutánon keresztül Szikkimbe, Baksakaliba, egy tibetiek számára létesített átmeneti táborba vezetett, majd vonattal Sziliguriba, busszal Gangtokba. Szikkimben hat évig élt, sok minden más mellett száz nyungne meditációt is elvégzett. Sokat gyakorolt elvonulásban, és zarándokutakat tett szent helyekre.

Ez idő alatt Őszentsége Dilgo Khjence Rinpocsetől, a nyingma hagyomány későbbi fejétől megkapta a Rincsen Terdzö teljes meghatalmazását, mely igen sok terma szöveget tartalmaz. Ezek különleges szövegek, melyeket Padmaszambhava rejtett el, hogy az eljövendő korok hasznára legyenek. Karmapától sok meghatalmazásban részesült, mint pl. a Dam Ngakdzö és a Kagyü Ngakdzö. Szonadában, a Nagytiszteletű Kalu Rinpocse kolostorában részt vett a hagyományos három éves elvonuláson. Az elvonulás után hat évig maradt Szonadában, ahol a közös meditációk vezetője (dordzse lopön), illetve a kolostor oltáraért felelős (csójok) volt, sok tormát és mandalát készített. Harmadik indiai utazása alatt Kálasakra beavatást kapott Bodh Gájában Őszentsége a Dalai Lámától. Több zarándokutat tett a Co Pema tóhoz, az ott töltött két év alatt egy négy hónapos elvonulást is végzett.

Láma Ngawang Rinpocse svédországi és magyarországi tevékenysége

Őszentsége Karmapa tanácsára Dordzse Lopön Lama Ngawang Franciaországba, Plaigne-be került Kalu Rinpocse központjába, majd 1976-ban Kalu Rinpocse a stockholmi dharma központba, a Kar-

ma Sedrup Dargye Ling-be helyezte. Ma nagyrebecsült vezetőként működik a Karma Tenpe Gyalcen tibeti buddhista közösségben, valamint a Karma Shedrup Dargye Ling buddhista központban.

Indiából fontos buddhista írásokat, vallási kegytárgyakat hozott, mint pl. a Buddhista Kánon hatalmas szöveggyűjteménye, a Kangyur és a Tengyur, ezáltal értékes buddhista könyvtárat létrehozva az eljövendő generációk részére. Kezdeményező alapítója volt a Karma Decsen Őzel Ling tanulmányi és elvonulási központnak, amelyet 1980-ban Kalu Rinpocse avatott föl. Itt három alkalommal vezette a hagyományos három éves elvonulást, amely a tibeti buddhizmuson belül a lámák magasabb képzésére szolgál. Számos rövidebb elvonulást és tanfolyamot is vezetett. Segített a düledező csürrt átépíteni szép épületté templommal, konyhával és vendégszobákkal. Mindent nagy tudással végzett, úgyszint részt vett a gyakorlati munkákban is. A stockholmi és a fellingsbroi templom számára beszerzett, valamint ő maga is készített sok gyönyörű dolgot. Segítségével az elvonulási központ egy kis dharma faluvá lett, kisházakkal, melyek körülveszik a gyönyörű fehér sztúpát. Láma kezdeményezte az „info kávézó” létesítését is, mely jó szolgálatot tesz az idelátogatóknak.

Magyarországra első ízben 1987-ben látogatót el, megalapította a Karma Ratna Dargye Ling buddhista közösséget, és tanításokat adott, valamint kétnapos böjtös elvonulást, nyungnét vezetett. Az elkövetkező években rendszeresen eljött hozzánk, tanított és meditáció elvonulásokat vezetett. 1991-ben, az újonnan létesített tari meditáció központban kijelölte a leendő sztúpa helyét. 1992-ben vezetésével megépült a tizenkét méter magas Kőrösi Csoma Sándor Békesztúpa, melyet Őszentsége a Dalai Láma avatott fel ugyanabban az évben. A tari Meditáció Központban rendszeresen tartott meditáció elvonulásokat, emellett tanításokat adott Budapesten, és az ország több pontján, valamint a környező országokban. Csillaghegyen 2001-ben alapított központot, melynek a Karma Dordzse Ling nevet adta. Péccett megalapította a Karma Döndrup Ling Központot.

Vezető személyiségévé vált a tibeti Gyémánt Út buddhizmus gyakorló vonala svédországi és magyarországi kifejlődésének. Kezdeményezője volt Őszentsége a Dalai Láma ismételt svédországi látogatásainak az 1980-as évek elején. Közösségeink azóta is többször voltak részesei kiemelt látogatósok szervezésének, mint pl. a fellingsbroi és a tari sztúpa felavatása alkalmával, valamint Őszentsége

Karmapa, Beru Khjence Rinpoce, Szakja Trizin Rinpoce és számos más nagy láma látogatásakor.

Láma Ngawang Rinpoce életét és munkásságát nagy megértés és tevékeny együttérzés jellemzi, mindig nagy megbecsülést mutat más buddhista irányzatok, valamint más vallások felé. Részt vett több, különböző buddhista hagyományok között, illetve különböző vallások között rendezett találkozón.

Az állatokkal kapcsolatban Lámára határtalan gondoskodás jellemző, beleértve a madarakat, halakat és a rovarokat is. Ételmaradékai, minden parányi rizsszem a számtalan erdei hangyaboly lakói, és a központ körül élő madarak jóllakatását szolgálja. Minden alkalmat megragad, hogy tudatosítsa az emberekben a vadászat és a horgászat szenvedésteli következményeit, melyek abból fakadnak, hogy az állatoknak is van tudatosságuk és vannak érzelmeik ugyanúgy, mint nekünk embereknek.

Annak a több ezer iskolásgyereknek, aki meglátogatja központjainkat, különösen a buddhizmus alaptanításairól tanít: védeni minden élőlény életét; de beszél a tanulás és a fejlődés lehetőségeiről és az élet adta lehetőségek okos kihasználásáról, valamint az alkohol és drog káros hatásairól és veszélyeiről is. Láma Ngawang Rinpoce szerint központjaink egyik legfontosabb feladata az iskolás osztályok fogadása.

„A fiatalok - mondja Láma - kritikusan gondolkodnak, de ugyanakkor nyitottak. Ők még nagy hatással lehetnek életük alakulására, míg az idősebbeknek általában nehezebb beidegződött szokásaikon változtatni.”

Láma életének leírása nem volna teljes, ha nem említanénk természetességét, kötetlen és közvetlen megnyilvánulási módját. Őszentsége a XVI. Karmapa a stockholmi központ látogatása alkalmával kiemelte, hogy Láma Ngawang Rinpoce egész életét kizárólag a belső ösvény gyakorlásának szentelte, és képes tanítványait elvezetni szellemük igaz természetének megismeréséhez, azaz a megvilágosult mahamudra állapot megtapasztalásához.

Láma gondolatai európai tevékenységéről

„Az én országomban, Tibetben az embereknél a vallásos buzgalom nagyon erős. A buddhista tanítások, a dharm szellemében nevelkedtünk, hogy szeretetteljes barátságosságot mutassunk minden lény iránt. Ez a szellemi tudás Tibetben mindig személyes átadás útján terjedt, nemzedékről-nemzedékre. Ma ezt az utat többek között az új materializmus fenyegeti, ezért különlegesen fontos számomra, hogy

a dharmáról való tudást továbbadjam. Ezt politikai hátsógondolatok nélkül, úgy akarom csinálni, mint a virágoskert illatozó virágai. Az én feladatom itt, Nyugaton az, hogy tanítsak, amint egykor Buddha tette. Meg akarok mutatni egy utat, amely a szenvedéstől való megszabaduláshoz vezet nemcsak ebben az életben, hanem a következőkben is.

A fiatalok Nyugaton gyakran nagyon jó anyagi körülmények között élnek. Sokan mindent megkapnak. De nem tudják mi az, hogy ártalmas cselekedet, és azt sem, hogy mi a halál. Nem tudják, hogyan szolgálhatnak a legjobb módon önmaguk és a társadalom javát, amelyben élnek. A nyugati ember gyakran túl sok tárgyhoz, ingóságához, vagyonhoz ragaszkodik. Nehezen tudja kinyitni magát. Ahhoz, hogy az ember összhangba kerüljön önmagával, szükség van egy, a lelkületet megtisztító folyamatra. Képeznünk kell a megértésre való képességünket, elmélkedni a mulandóságon, és felkészíteni magunkat a következő életekre.

Azt szeretném, hogy Buddha tanításainak a gyakorlásán keresztül a fiatalok megismerjék a dharmát. Különböző módszerekkel akarom megmutatni, hogy a rossz emberi tulajdonságok hogyan alakíthatók át áldásos erőkké, mind magunk, mind a külvilág javára. Az ember nagy lehetőségekkel született! Nem azért jöttem ezen a hosszú úton Nyugatra, hogy az embereket a buddhizmusra térítsem. Azért jöttem, hogy a segítségükre legyek. Mindenkinek a saját útját kell megválasztania.”

Őszintén reméljük, hogy Tiszteletreméltó Láma Ngawang Rinpoce jó egészségben és boldogságban, sokáig fog élni minden érző lény javára.

15 ÉVES A KARMA RATNA DARGYE LING MEDITÁCIÓ KÖZPONT TARON

CSODÁS EREKLYEGYÖNGYÖK A KÖRÖSI CSOMA SÁNDOR BÉKESZTÚPÁBAN

2006. július 8-án a Tari Meditáció Központ fennállásának 15. évfordulóját, és a Dalai Láma Őszentsége születésnapját ünnepeltük. Az ünnepség fényét emelte, hogy a Körösi Csoma Sándor Békesztúpában elhelyeztünk három szent ereklyét: egy Buddha hamvaiból származó parányi rubinpiros gyöngyöt, egy a 15. Karmapa hamvai között talált hófehér gyöngyöt, és az 5. Samarpa testének egy csontereklyéjét. Ezekkel az újonnan elhelyezett ereklyékkel

gazdagítottuk a Sztúpában kezdettől megtalálható szent ereklyék sorát, melyek a 4. Karmapától, a 7. Karmapától, a 16. Karmapától, a 3. Kongtrul Rinpocsétól és Kalu Rinpocsétól származnak.

A Buddhától származó piros ereklyének figyelemreméltó története van:



2005-ben Sante Sensei svéd buddhista tanító részt vett egy buddhista világkonferencián Bangkokban. Ott abban az áldásban részesült, hogy egy thai szerzetestől tizenkét apró gyöngyereklét kapott, amelyek Buddhától származtak. Hazatérve Svédországba, elhelyezte őket az oltárán. Néhány hónappal később kinyitotta az ereklyetartót, és meglepetésére a tizenkét gyöngy helyett tizenkilencet talált! A szent ereklyékből újak születtek! Ez a jelenség jól ismert a tibeti hagyományban, mégis nagy meglepetéssel szolgált mindenkinek. A tizenkilenc gyöngy egyikét Sante Sensei felajánlotta a tari Sztúpánk számára.

Nincs természettudományos magyarázat arra, hogyan kerülnek bizonyos emberek hamvai közé e gyönyörű, fénylő, apró gyöngyök. A buddhista magyarázat így hangzik: az ereklyegyöngy (tibetiül: ringszel) a szellemi megvalósítás anyagi esszenciája. Létrejött a személy magas szintű szellemi megvalósulásának köszönhető. A megvilágosultak végtelen együttérzéséből születik azért, hogy jelenlétük haláluk után is elérhető legyen sokak számára.

A szent ereklyék jelenléte a Kőrösi Csoma Békesztúpában nagy kihívás lehet sokunknak, hiszen ha ellátogatunk a Sztúpához, szemtől-szemben állhatunk a megmagyarázhatatlannal, a felfoghatatlannal, a csodával. Úgy tekinthetjük, hogy az ereklyék által magukkal a Megvilágosultakkal találkozunk, és személyesen kapcsolatba tudunk áldásos erejükkel kerülni.

Nagyon ritka és értékes alkalom ez arra, hogy bármelyikünk – vallásra, fajra, stb. való tekintet nélkül – ilyen ereklyékkal közvetlen kapcsolatba kerülhessen. Nagy lehetőség a megnyílásra, életünk és világlátásunk újraértékelésére. Nagy áldás is egyben, mert ha megnyitjuk szívünket az ereklyékből áradó megvilágosult szellemi energia felé, gyógyító erőt kapunk, mellyel leküzdhetjük testi, lelki betegségeinket és akadályainkat; lecsíthatjuk a szenvedést és a negativitásokat; békét és harmóniát hozhatunk létre magunkban és kör-

nyezetünkben – röviden, a szent ereklyék áldása megtisztít minden negativitást, és megteremti a jóllét és boldogság okait.

Hazánknak, az itt élő embereknek óriási jelentőségű az ereklyék ittléte, mivel a belőlük áradó legmagasabb rendű finom szellemi energia a boldogság, béke, gazdagság, jóllét, a betegségekkel való megszabadulás és a jóllét számos más áldását adja. Az ereklyék jelenléte egyfelől megtisztít a mindannyiunk elméjében-lelkében, valamint környezetünkben működő ártalmas, romboló negatív erőktől; másfelől pedig megerősíti és megszilárdítja a pozitív fejlődést hozó áldásos, gyógyító erőket, valamint egyensúlyt, harmóniát teremt.

BUDDHA EREKLYÉK VILÁGKÖRÜLI ÚTON – MAITREJA PROJECT

Igen nagyszámú, a tari Sztúpában elhelyezett szent ereklyékhez hasonló relikviával kerülhetünk kapcsolatba Budapesten, október 14-15-én, 10-17 óráig a Petőfi Irodalmi Múzeum Dísztermében rendezett kiállításon (V. Károlyi u. 16).

Az ereklyék megtekintése díjtalan.



A Szkíta Bölcs Buddha (Sákjamuni) eltávozásának helyszínén, Kusinagárban, Indiában épül a Szeretet Buddhájának (Maitreja) 152 méter magas szobra. Ennek szívében kerülnek elhelyezésre azok az ereklyék, melyek világszerte útjuk során most Magyarországot is érintik.

Nagyon ritka és értékes lehetőség ez arra, hogy ilyen ereklyékkal közvetlen kapcsolatba kerülhessünk. Az ereklyéket a világban mindenhol sztúpák, templomok, katedrálisok, kolostorok szentélyeiben őrzik, és ritkán vagy éppen soha nem hozzáférhetőek a nyilvánosság számára.

Bemutatásra kerülnek többek között

Fényörző (Kásjapa) Buddha, a Szkíta Bölcs (Sákjamuni) Buddha, Ananda, Modgalajana, Sáríputra, Nagardzsuna, Milarepa, Jese Cogyal, Atisa, I. Karmapa, Conkapa relikviák.

Úgy tekinthetjük, hogy az ereklyék által maguk a Megvilágosultak látogatnak meg minket, és mi személyesen tudunk kapcsolatba kerülni áldásos erejükkel.

AZ EREKLYEGYÖNGY

Részlet Szemtől-szemben a csodával című új kiadványunkból. Kapható Központjainkban.

A megvalósult állapot esszenciája

A csontokon képek és betűk alakjában megjelenő rangdzsung (önmaguktól kélő) képek mellett van egy másfajta jelentős ereklye is, ami gyakran megtalálható a megvalósulást elért mesterek hamvai közt: az ereklyegyöngy (tib: ringszel). Egyik fajtája, mely nagyon kicsi, kerek, meszes anyagú, úgy mustármag nagyságú – a bódhiszattvák tévedhetetlen jele, olyan embereké, akik a lényekért tevékenykednek, együttérzéssel, tökéletesen önzetlenül. A rangdzsung másik fajtája nagyobb, nagyon fényes és a buddha tevékenységet jelképező öt szín egyikében tündököl. Ilyen gyöngy csak a Buddhához hasonlóan megvilágosult lények csontjaiból keletkezik. Erről a fajtáról azt tartják, hogy törhetetlen, még ha vasmozsárban próbálják is összetörni.

- Ha kalapáccsal vagy akár egy kovács pörölyével ütök, akkor sem lehet összezúzni, – mondja Zilnon Lingpa – a szent ringszel elpusztíthatatlan.

Az ereklyegyöngy a megvalósult állapot esszenciája, egy természetesen keletkező „ajándék”. Keletkezése okait Tai Szitupa így magyarázta:

- A gyöngy egy megvalósulást elért személy révén jön létre, hogy így a személy jelenléte sokak számára elérhető legyen a legtisztább, becses formában.

Szed Rinpoce elmesélte miképp jelent meg ereklyegyöngy Karmapa nyálából:

- Egyszer, mikor Karmapa egy kertben tartózkodott, ráköpött egy falevélre. Egy követője látta ezt, felvette a falevelet, összehajtotta és a gaujába tette. Úgy öt év múltán kinyitotta a gaut. Több kicsi fehér csont ringszel hullott ki belőle. Nagyon meglepődött, hiszen ő nem tett ringszelt a levélbe. Kinyitotta a száraz falevelet és akkor látta, hogy tele volt ereklyegyöngyökkel.

A valódi ringszel csodálatos módon megsokszorozódik

Mivel a ringszel azért létezik, hogy a lehető legtöbb lény javát szolgálja, minden valódi ringszel csodálatos módon megsokszorozódik, ha megfelelően tárolják és tisztelettel kezelik. Máskülönben el is tűnhet. Beszéltem egy Lodrö Tháje nevű szerzetessel, aki őriz jó pár becses ringszelt – ebből hetet mestere, Tulku Urgyen adott neki. Megkérdeztem Lodrö Thájét, megsokszorozódtak-e a birtokában lévő gyöngyök.

- Amikor hallottam arról, hogy megsokszorozódnak, elég gyakran megnéztem az ereklyegyön-

gyöket. Aztán úgy gondoltam, ezek nem fognak sokszorozódni, ezért évekig nem is figyeltem őket. Legutóbb, mikor óvatosan megszámloltam, láttam, hogy több van, mint korábban, jóval negyven darab fölött. Egészen biztos, hogy korábban nem volt annyi, bár nem emlékszem hányat kaptam.

Tulku Urgyen a nyakában viselt egy ereklyegyöngyöt, amely az édesapja halála után keletkezett. Azt mesélte róla, hogy folyamatosan sokszorozódott. Édesapja nagyon komolyan gyakorló, házasságban élő láma volt. Halálát követően testéből hetven vagy nyolcvan ereklyegyöngy keletkezett.

A létrejött ringszelek száma – több vagy kevesebb, már ha egyáltalán keletkeznek – nagyban függ a tanítványok odaadásától és attól, milyen erős az elkötelezettségük. A ringszel biztos mércéje az amúgy megfoghatatlan őszinteségnek. Ha a világegyetem „megszólal”, mindig igazat mond.

Amikor a Szkíta Bölcs Buddha belépett a nirvánába, tanítványai annyi ringszelt találtak hamvai közt, ami megtöltött nyolc vázát. Az edényeket India nagy királyai kapták meg, s ők sztúpákat emeltek a becses ereklyéknek, így fejezve ki nagyrabecsülésüket. Buddha ereklyéi megsokszorozódtak, és eljutottak valamennyi buddhista országba. Burmában mostanában építettek egy új sztúpát, amely kifejezetten ereklyegyöngy múzeumnak készült. Mindenféle méretű és színű gyöngyök vannak itt kiállítva, legnagyobbjuk negyed hüvelyk (kb. 6 mm) átmérőjű.

A tibeti Palpung Monostorban is őriznek egy kicsi, kerek ereklyegyöngyöt a Szkíta Bölcs Buddhától. Ám ami még ennél is rendkívülőbb, az az öt megelőző Dipankara Buddha ereklyéje, ami hozzávetőleg két millió éves.

- Az ereklye óriási, – mondta Tai Szitupa – tojás nagyságú. Fehér, és különös alakja van. Olyan, mint egy igazi szív, és lyukak vannak rajta. De ez is ringszel, ami Dipankara Buddha testéből született, halála után. Fényes és rendkívül étellel teli.

- Van más becses dolog is Palpung-ban – folytatta Tai Szitupa. Gampopa ujja, vagyis egy ujjperce. Időnként parányi, fehér, nagyon fényes ringszel jön elő belőle. Ereklyegyöngy, melyet az ujj hoz létre.

MIÉRT TISZTELJÜK AZ EREKLYÉKET?

Kivonat Láma Zöpa Rinpoce, a Maitreja Projekt szellemi vezetője tanításából

„Ezek az ereklyék szellemi felismerések esszenciái. E felismerések alapja a tiszta erkölcs, amely nem más, mint a teljesen tiszta tudat, mely elsza-

kadt a létkör örömeitől. Mit értünk "létkör" alatt? Általánosságban a kezdetlen, visszatérő halál és újjászületés körét, mely a zavaros érzelmek és a karma irányítása alatt áll. Mit értünk "a létkör örömei" alatt? Mindazt az érzést, melyet közönséges értelemben boldogságnak hívunk - például az érzéki örömöket. Másfelől azonban létezik a valódi béke és boldogság, mely a meditációból ered.

Buddha kinyilatkoztatta a Négy Nemes Igazságot azáltal, hogy először kifejtette a valódi szenvedést, majd pedig a szenvedés okát, ezután elmagyarázta, hogy az ember megszabadulhat minden szenvedéstől és azok okaitól, mert létezik egy valódi ösvény. Végül kinyilatkoztatta a valódi ösvényt, mely a ráébredés önmagunk belső igazságára, „énünk” végső természetére, elménk végső természetére.

Azok a személyek, akik után relikviák maradnak, teljesen elszakadtak a lét körétől és lemondtak róla. Miért? Mert felismerték, hogy a lét köre a szenvedés természetében van. Ezután megjelent tudatukban az ébredés szelleme, a bódhicitta, mivel látták a lények szenvedését, és kifejlesztették magukban a nagy együttérzést. Megszületett bennük az önzetlen törekvés, hogy a lények javáért elérjék a megvilágosodást.

Elménk számára nagy megtisztulást jelent, ha ezeket a relikviákat láthatjuk. A tanítások elmondják, hogy körüljárva őket, leborulva előttük, és felajánlásokat téve, még több érdemet szerezhettünk, mint ha csak egyszerűen látunk egy szent tárgyat. Ezek a tanítások nemcsak a buddhaszobrokra vonatkoznak, hanem ugyanúgy ezekre az ereklyékre is."

TANMESE

... a kutyafogról

Élt egyszer egy parasztasszony Tibetben. Fia épp Indiába készült kereskedő útra. Az asszony őszinte kívánsága az volt, hogy fia feltétlenül hozzon neki egy becses ereklyét Buddha földjéről. A fiú hónapok múltán tért vissza – üres kézzel. A kereskedés annyira lekötötte, hogy megfeledezett minden másról. Kis idő után újra útra készülődött. Anyja ismét szent ereklyéért könyörgött és megkérte, ne felejtse el, ha mégis elfelejtené, öngyilkos lesz.

Hazatérvén, megpillantva házukat, a fiúnak hirtelen eszébe jutott idős édesanyja nyomatékos kérése. Megint elfeledkezett róla! Túl késő volt már

ADOMÁNYOK

Az ereklyék megtekintése díjtalan. Hazánkba szállításuk és kiállításuk költsége jelentős, és csak önkéntes adományokból szabad fedezni.

A nagylelkű adakozás a szellemi fejlődés alapja. Önzetlen felajánlást tenni a buddháknak, valamint segíteni a lényeket, e két tevékenység képezi a szellemi megvalósítás útjának legfőbb gyakorlatát - az ereklye-kiállítás céljára tett felajánlás által mindkét dolog beteljesül. Adományainkkal ezért testi-lelki-szellemi jóllétünk alapköveit rakjuk le. Fejlesztjük az önzetlen nagylelkűség erényét, melynek áldásai határtalanok, és eljövendő életeinkre is kihatnak. Ez természetszerűleg magával vonja, hogy minden tiszta szándékú adományozó személy ill. szervezet elkerülhetetlenül nagy áldásban részesüljön. Ha teheted, kérjük te is járulj hozzá a több millió forintos költségekhez, és családodat, barátaidat is tájékoztatd erről az értékes lehetőségről.

Számlaszámunk: TISZTA FÉNY ALAPÍTVÁNY
11703006-20050629

Amennyiben adó-visszaigazolásra van szükséged, kérjük jelezd a 06 20 522 5957-es telefonszámon.

Adományozással kapcsolatos és egyéb kérdésekre készséggel válaszolunk a 06 30 921 4567-es telefonszámon.

Ha lehetőséged van az ereklye-kiállítás előkészítéséhez hozzájárulni, pl. információterjesztéssel, médiakapcsolatokkal vagy más módon, kérjük hívd a 06 30 921 4567-es telefonszámot.

Mindenkit nagy szeretettel várunk e nagy jelentőségű eseményen!

Indiából hozni valamit, de azt is tudta, üres kézzel nem állíthat be. Meglátott egy kutyafoogat az úton. Felvette, a legfinomabb selyembe csomagolta, és szertartásosan átadta édesanyjának, mint ha Buddha ereklyéje volna.

Az asszony végtelenül boldog volt, hogy ezentúl egy ilyen nagy erejű kegytárgyat használhat odaadása tárgyául. Nagy tisztelettel az oltárra helyezte, tiszta szívből leborulásokat végzett előtte, és imádkozott hozzá minden nap. Odaadása mérhetetlenül megnőtt. Egy nap észrevette, hogy a fog apró, kerek, fehér anyagot bocsátott ki magából, ringszelt. Az asszony halálakor elérte a szivárványtestet.

A rendkívüli odaadás képes rá, hogy egy kutyafogból is ereklyét fakasszon.

ÉLMÉNYBESZÁMOLÓK

Phowa elvonulás Taron, július 2-7.

Az elvonulás során a több, mint 40 résztvevő a phowa meditáció gyakorlat meghatalmazása mellett Csenrézi meghatalmazásban is részesült. (Amely élményt csak átélni lehetett, szavakba önteni nem.) Láma Cültrim Rinpoce és Láma Csöpel nagyszerű együttműködésének köszönhetően igen erőteljes és eredményes meditáció gyakorlatban volt részünk, mely megadta a mintát és az indító erőt az otthoni egyéni munkához.

Láma Cültrim Rinpoce többek között egy Buddhától származó ereklyegyöngyöt hozott ajándékba Központunknak, melyet az elvonulás végén megtekinthettünk. Az ereklye a Dalai Láma születésnapján került elhelyezésre a Sztúpában. Az elvonulás sikeréhez hozzájárult az is, hogy zökkenőmentes ellátásban volt részünk és az időjárás is kedvező volt.

*Köszönet mindazoknak,
akik gondoskodtak kényelmünkről.*

B. Ildikó

Az otthoni munkát segítő, elkészült a teljes phowa meditáció szertartás és a lung hanganyaga, amely megrendelhető postai úton a 06-1-240-8847 telefonszámon, vagy a www.buddha-tar.hu weboldalon.

A tari Meditáció Központ fennállása 15. évfordulójának, és Őszentsége a Dalai Láma születésnapjának ünnepe



Július 8-án ragyogó napsütéses időben ünnepeltük Taron Őszentsége születésnapját és Meditáció Központunk nagy évfordulóját.



Közösségi vezetőink és aktív szanghatársaink igen kiemelkedő és összefogott színvonalas programot állítottak össze. Látszott, hogy sokat munkálkodtak azon, hogy minden közösségi tag, idelátogató vendég, gyermek és felnőtt jól érezze magát, találjon magának való műsort, elfoglaltságot.

A Sztúpa előtt, délelőtt zajlott az ünnepség fő szertartása. Ünnepegyünkön Cültrim Rinpoce is részt vett, aki Láma Ngawang Rinpoce helyettese Svédországban. Közösségünknek értékes ereklyéket adományozott, amelyek a Sztúpában kerültek elhelyezésre. Az ereklyék Buddhától, a XV. Karma-pától és az V. Samarpától származnak. Láma Csöpel ismertetőt tartott az ereklyék történetéről és áldásos hatásáról.



A köszöntő és a szertartás végén az Őszentsége tiszteletére felállított trónhoz járulhattunk katakjainkkal, hogy tiszteletünket fejezzük ki, és részesülhessünk a trónon elhelyezett ereklyék áldásában is. Ezek után kezdődtek a szabadtéri programok.

Választék volt bőven: előadások szellemi utakról, természetgyógyászatról, zenéről. Az elmaradhatatlan nagyszerű harcművészeti bemutató, íjászat, zsonglörködés, indiai tánc, változatos zene,

masszázs. Aki megéhezett, finom magyar bográcst, tibeti momót, zöldségekkel tálalt tésztát ehetett. Ha megsomjajztunk, az új Tara Teaház gazdag kínálatából válogathattunk, hogy teával oltuk-e szomjunkt, esetleg kávézzunk, netán hideg üdítőt igyunk, vagy friss gyümölcsökből készült jeges turmixot kóstoljunk.

A kirakodóvásárból szeretteinknek is hozhatunk apró ajándékokat.

Aki az árnyékban húzódott meg a Sztúpa öreg fái alatt, masszírozással frissülhetett, közben zenés mesét hallgathatott. A nagy melegben, a nagy forgatagban, ha elfáradt valaki és egy kis csendre, hűsre vágyott a pudzsaterem klímája, a Kangyur és Tengyur áldásos kisugárzása ölelésében pihenhetett.

Késő délután "kincsvázát" ástunk el, amely a bensőnkben és a környezetünkben működő erőkre fejt ki áldásos hatást. Végezetül tibeti barátaink teremtetek varázslatos hangulatot népük énekeivel, táncaival, melyekbe mi is sokan bekapcsolódtunk.

Örömünkre, nagyon sokan látogattak el az ünnepségre. Jó volt találkozni régi és új szanghatársakkal. A nagy meleg ellenére a fellépők és a szangha tagjai csodálatosan ellátták feladataikat.

Nagyon jól éreztük magunkat. Köszönjük, hogy együtt ünnepelhettünk.

Végül, de nem utolsó sorban köszönjük közösségünk vezetőjének és tanítójának, Tiszteletreméltó Láma Csöpelnek, hogy irányításával és szeretetével közösségünk ilyen jól működik.

Jövőre Veletek, ugyanitt!

E. M. és F. A.



Felhívjuk figyelmeteket új weboldalunkra
www.korosi-emlekpark.hu

KÖNYVAJÁNLÓ

Szemtől szemben a csodával

Az ereklyék Magyarországra érkezése alkalmából kis füzet sorozatunkban (kb. 50 oldal) megjelentetjük Norma Levine tárgyhoz kapcsolódó munkáját Láma Csöpel átdolgozásában: *Szemtől szemben a csodával* címmel.



A kiadvány kapható a tari és a csillaghegyi Meditáció Központokban, továbbá a következő üzletekben: Ganga Ajándékbolt (Bp. Klauzál u. 1.), Kelet Kincsei Ajándékbolt (Sopron, Várkerület u. 73., Korona Üzletház) ill. megrendelhető a 06 1 240 8847-as telefonszámon és www.buddhatar.hu weboldalon.

A BÓDHISZATTVA ÖSVÉNY

*Láma Csöpel új tanítássorozata
októbertől Csillaghegyen*

Láma a nagy indiai buddhista mester Santidéva meditációgyakorlással kapcsolatos jótanácsait magyarázza el, számunkra érthető módon.

Minden hónap első szombatján 10.00 – 12.00, ill. 14.00 – 16.00 óráig.

Javasolt minimum felajánlás:

d.e. 800 - d.u. 800 Ft.

A programmal kapcsolatban érdeklődni lehet a 240 88 47-es telefonszámon.

VÁLTOZÁS

Felhívjuk figyelmeteket, hogy Láma Csöpel rendszeres havi egyszeri pénteki tanításának helyszíne megváltozik! Szeptember, október, november és december hónapban a következő címen: Budapest, XIII. ker., Visegrádi u. 9. / I. em. (14-es kapucsengő; a Nyugati pu. közelében) kerül megrendezésre, amely helyszín előreláthatóan januártól megváltozik. Erre vonatkozó információt a 240 8847-es telefonszámon kaphattok.

PROGRAMOK

Szeptember Óra	Téma	Hely	Tanító
7. (cs) 18.00	Lodzsong meditáció	Buddhista Főiskola*	Láma Csöpel
8. (p) 18.00	Shiné meditáció	Bp. Visegrádi u. 9.	Láma Csöpel
9. (szo) 10.00–12.00	Devacsen mönlam tanítás	Csillaghegy	Láma Csöpel
14.00–16.00	Devacsen mönlam tanítás	Csillaghegy	Láma Csöpel
29–Okt. 1. (p–v)	Lodzsong hétvége	Tar	Láma Csöpel
Október			
5. (cs) 18.00	Lodzsong meditáció	Buddhista Főiskola*	Láma Csöpel
6. (p) 18.00	Shiné meditáció	Bp. Visegrádi u. 9.	Láma Csöpel
7. (szo) 10.00–12.00	A bódhiszattva ösvény tanítás	Csillaghegy	Láma Csöpel
14.00–16.00	A bódhiszattva ösvény tanítás	Csillaghegy	Láma Csöpel
14–15. (szo–v)	Buddha ereklyék Budapesten	Petőfi Irodalmi Múzeum Budapest V. Károlyi u. 16.	
20–22. (p–v)	Lodzsong hétvége	Tar	Láma Csöpel
November			
2. (cs) 18.00	Lodzsong meditáció	Buddhista Főiskola*	Láma Csöpel
3. (p) 18.00	Shiné meditáció	Bp. Visegrádi u. 9.	Láma Csöpel
4. (szo) 10.00–12.00	A bódhiszattva ösvény tanítás	Csillaghegy	Láma Csöpel
14.00–16.00	A bódhiszattva ösvény tanítás	Csillaghegy	Láma Csöpel
10–13. (p–h)	Nyungne meditáció	Tar	Láma Csöpel
12. (v)	LHABAB DÜCSEN, Dharmacsakrás nap Minden cselekedet visszahatása 10 milliószoros.		
Buddha Sákjamüni alászállása az istenek birodalmából. Buddha anyja Indra birodalmában született újjá. Buddha 3 hónapot töltött tanítással az istenek birodalmában, hogy anyját megszabadítsa és viszonzza jóságát, ugyanakkor az istenek javát is szolgálja.			
24–26. (p–v)	Lodzsong hétvége	Tar	Láma Csöpel
December			
2–5. (szo–k)	Nyungne meditáció	Tar	Láma Csöpel
7. (cs) 18.00	Lodzsong meditáció	Buddhista Főiskola*	Láma Csöpel
8. (p) 18.00	Shiné meditáció	Bp. Visegrádi u. 9.	Láma Csöpel
9. (szo) 10.00–12.00	A bódhiszattva ösvény tanítás	Csillaghegy	Láma Csöpel
14.00–16.00	A bódhiszattva ösvény tanítás	Csillaghegy	Láma Csöpel
15–17. (p–v)	Lodzsong hétvége	Tar	Láma Csöpel
27. (sze)	NGENPA GU DZOM, 9 rossz ómen együttállása Ezen a napon nem gyakorolunk és nagyon rossz új vállalkozásba kezdeni.		
28. (sze)	ZANGPO CSU DZOM, 10 jó jel együttállás Ezt a napot jó gyakorlással és barátokkal tölteni.		
16.30–17.30	Shiné meditáció	Csillaghegy	Láma Csöpel
29–Jan. 1. (p–h)	Nyungne meditáció	Tar	Láma Csöpel
2007. Január			
4. (cs) 18.00	Lodzsong meditáció	Buddhista Főiskola*	Láma Csöpel
5. (p) 18.00	Shiné meditáció	Bp. Visegrádi u. 9.	Láma Csöpel
6. (szo) 10.00–12.00	A bódhiszattva ösvény tanítás	Csillaghegy	Láma Csöpel
14.00–16.00	A bódhiszattva ösvény tanítás	Csillaghegy	Láma Csöpel
12–14. (p–v)	Lodzsong hétvége	Tar	Láma Csöpel
17–20. (sze–szo)	Nyungne meditáció	Tar	Láma Csöpel

2007.

Február	Óra	Téma	Hely	Tanító
Jan 31–3. (sze–szo)		Nyungne meditáció	Tar	Láma Csöpel
8. (cs)	18.00	Lodzsong meditáció	Buddhista Főiskola*	Láma Csöpel
9. (p)	18.00	Shiné meditáció	Bp. Visegrádi u. 9.	Láma Csöpel
10. (szo)	10.00–12.00	A bódhiszattva ösvény tanítás	Csillaghegy	Láma Csöpel
	14.00–16.00	A bódhiszattva ösvény tanítás	Csillaghegy	Láma Csöpel
15–18. (p–v)		Nyungne meditáció	Tar	Láma Csöpel
18. (p–v)		LOSZÁR, Tibeti Újév 2134		

* Tan Kapuja Buddhista Főiskola: 1098 Bp. Börzsöny u. 11. • Telefon: 06 1 280 6712

KARMA DORDZSE LING CSILLAGHEGYI MEDITÁCIÓ KÖZPONT

Rendszeres napi programja

Minden reggel	6.00–7.30	Tara meditáció
Minden délután	17.30–18.00	Mahakala meditáció
Kedd–vasárnap	18.00–18.30	Csenrézi meditáció
Hétfőnként	18.00–19.00	Lodzsong meditáció
	19.00–19.30	közös tanítás hallgatás

A meditációk szabadon látogathatók. Részvételi szándék esetén kérjük, hogy a 06 1 240 8847-es telefonszámon előre egyeztessen.

SZÁLLÁS ÉS ÉTKEZÉSI DÍJAK

Tari programokon

Lodzsong hétféje: 4000 Ft

Nyungne meditáció: 4000 Ft

Budapesti programokon

Étkezés (csak ebéd): 500 Ft; Szállás: 800 Ft

Tanítás csütörtök-péntek:

javasolt minimum felajánlás: 500 Ft

Tanítás szombat délelőtt:

javasolt minimum felajánlás: 800 Ft

Tanítás szombat délután:

javasolt minimum felajánlás: 800 Ft

Tanítás szombat délelőtt és délután:

javasolt minimum felajánlás: 1500 Ft



MÉDIAKÍNÁLAT

Megrendelhető tanítások

Az alábbi táblázat tartalmazza a központban rögzített tanítások, szertartások, rendezvények, stb. másolási díjait, amelyek anyagköltséggel együtt érteendőek; postai utánvétel esetén, a postai költségeket nem tartalmazzák. A rendelhető anyagokat a központ weboldalán (www.buddha-tar.hu) lehet megtekinteni. Megrendelés 06 1 240 8847-es telefonszámon vagy a weboldalunkon. Az anyag a feldolgozásnak megfelelően folyamatosan bővül!

Hang Kazetta	600 Ft
CD (zenei, mp3, avi, stb.)	900 Ft
VHS (SP)	1900 Ft
VHS (LP)	2300 Ft
DVD	1900 Ft

Az ettől eltérő összegeket feltüntetjük a honlapunkon. (www.buddha-tar.hu)

TAR-PA

A közösség ismertetője, a TAR-PA című újság megrendelhető a Csillaghegyi Központban a 06 1 240 8847-es telefonszámon, vagy a kagyu.center@gmail.com e-mail címen.

ÉGESD EL! Ez a nyomtatvány olyan szöveget tartalmaz, amelyet jó tiszteletben tartani. Ezért kérünk, ha már nincs rá szükséged, ne dobd a szemébe, hanem égesd el. Köszönjük szépen!

A tari Meditáció Központ elérhetősége

Budapest–Népstadion autóbusz pályaudvarról a Salgótarjáni vagy az Ózd-Bátonyterenyei járatral Tar vasútállomás vagy a Sámsonháza elágazás megállóig, vagy Budapest Keleti pu.-ról a Hatvan-Tar irányában közlekedő vonattal.

A budapesti Meditáció Központ elérhetősége

HÉV-vel a Batthány tértől Csillaghegyig, onnan a Mátyás király úton gyalog a Hunyadi utcáig, vagy Árpád hid budai hídfőnél a Szentlélek tér autóbusz végállomástól a 42-es busszal a Csetz János utca Mátyás király utca sarkáig.

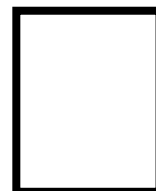
A Budapesti és vidéki Meditáció Központunkban rendezett tanítások, meditáció tanfolyamok és más programok lehetőséget nyújtanak a buddhizmus teljes ösvényének megismerésére és gyakorlására. Rendezvényeink nyitva állnak mindenki számára vallási és szemléleti elkötelezettség nélkül. Közösségünk alapítója a Tiszteletreméltó Láma Ngawang, Őszentsége Karmapa képviselője. Rezidens tanító: Tiszteletreméltó Láma Csöpel.

Budapesti és vidéki Meditáció Központunk temploma és a Kőrösi Csoma Sándor emlékére emelt Béke Sztúpa megtekinthető minden nap. Templomainkban minden reggel és este közös meditációt tartunk, amelyen mindenkit szívesen látunk.

TAR-PA

Buddhista Meditáció Központ

Karma Ratna Dargye Ling
Magyarországi Karma Kagyüpa
Buddhista Közösség
Tar 3073



NYOMTATVÁNY

KIADJA

Magyarországi Karma Kagyüpa Buddhista Közösség
1039 Budapest, Hunyadi utca 45.
Telefon: 06 1 240 8847
3073 Tar, Buddhista Meditáció Központ
Üzenetrögzítő/Fax: 06 32 470 206
Honlap: www.buddha-tar.hu

www.kagyü.hu

www.karma-kagyü.hu

www.buddism.hu

www.korosi-emlekpark.hu

E-mail: kagyü.center@gmail.com

India ajándékbolt, Tara Teaház (Tar):

06 32 470 535

Felelős kiadó: az ügyvivő

PÉNZADOMÁNYOK BEFIZETÉSE

A Tiszta Fény Alapítvány OTP III. ker. fiók,
11703006-20050629 számlaszámra,
vagy az MKKK. OTP II. ker. fiók,
11702036-20529712 számlaszámára történhet.

Csekket a következő címen kérhetsz:

Magyarországi Karma Kagyüpa Buddhista Közösség
1039 Budapest, Hunyadi út 45.
Telefon: 06 1 240 8847

Minden adomány nagy megbecsülésnek örvend!