

# 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

IX. ÉVFOLYAM 1. SZÁM

2008. JANUÁR



**SHANTIDÉVA:** 2. oldal

### A BÓDHISZATTVA ÖSVÉNY

*Részlet Láma Csöpel 2007-es tanítássorozatából*

**MEGHÍVÓ** 3. oldal

### TIBETI ÚJÉV ÜNNEPLÉSE

#### TIBETI ÉTELKÓSTOLÓVAL

*2008. február 16-án, szombaton 16 órától*

**CSOMA HAGYOMÁNY KÖR** 3. oldal

*Láma Csöpel vezetésével januártól folytatódik.*

**MONGOL ZARÁNDOKÚT I.** 4. oldal

*2007 - útleírás*

**ÚJ SZÍNES ALBUM** 8. oldal

### KÖRÖSI CSOMA SÁNDOR EMLÉKPARK - TAR

**ÚJ PROJEKTJEINK** 9. oldal

*Legyen Belvárosi Központunk!, Tara Templom*

**PROGRAMOK** 10. oldal

**HÍREK A BUDDHISTA VILÁGBÓL** 11. oldal



## SHANTIDÉVA: A BÓDHISZATTVA ÖSVÉNY

Részlet Láma Csöpel 2007-es tanítássorozatából

„Az elmének teste nincs,  
El nem pusztíthatja senki;  
Ám a testhez erősen ragad,  
Ezért a test fájdalmait szenvedni.”

Tiszta szemlélet. Bármilyen érzés bennünket, az elmének nem árthat, az elmének nem árthat semmi. Az elme olyan, mint a tér, a térnek nem árthat semmi. Ha fölrobbantunk egy atombombát, az mindennek árt ami a térben van, de magának a térnek nem. A tér továbbra is ugyanolyan tér marad. Ami a térben van azt tönkretesz, lerombolja, de maga a tér továbbra is megtartja minden minőségét: a nyitottságát, a végtelenségét, a mindent befogadását, a megfoghatatlanságát. Tehát a tudat, az elme ilyen. Akkor miért van az, hogy szenvedünk? Ezért, amit itt olvastunk. Ragaszkodunk a testünkhöz, az elménk a testünkkel azonosul. Az ember általában a testével annyira azonosul, hogy ha megkérdezzük bennünket, hogy ki vagy te, akkor az mondjuk: ez én vagyok. S akkor mire mutatunk? Akkor a testre mutatunk. Ha mutatunk egy fényképet magunkról, amin esetleg több ember is van, akkor az alakra mutatunk: ez én vagyok. Hát pedig az tényleg nem mi vagyunk. Nem azt mondjuk, hogy ez itt egy alak, amely engem ábrázol. Ha ezt mondjuk, kinevetnek. Egyszerűen azt mondjuk: ez én vagyok. S ez mindenki számára normálisan hangzik. Pedig ez tényleg egy örültség. Ennyire ragaszkodunk a testünkhöz, sőt nem hogy ragaszkodunk, azonosulunk vele. S ebből következik az, hogy amikor meghalunk, azt hisszük, hogy mi halunk meg, pedig csak a testünk hal meg. S amikor szenvedünk, azt hisszük, hogy mi szenvedünk. Teljesen elhiszük, a testünk segítségével, így vagy úgy: testi fájdalmaink vannak, vagy a testnek betegsége van, és azzal azonosulunk. És akkor mi szenvedünk. A szenvedés okai lehetnek lelki dolgok is, de azok is a test kapuján keresztül jönnek azáltal, hogy azonosulunk a testtel.

„Gúnyolás és sértő szó  
És nem szívesen hallottak,  
Testemnek nem tudnak ártani;  
Elmém, dühödnek mi hát indoka?”

Amikor szidnak bennünket, a testünkkel azonosulunk. Igazából a testünket szidják, azt, aki

ott van a fényképen. A testünket szidhatják. Vagy mondjuk Kis Józsefet szidják. Kis József csak a test neve. Egy társadalmi azonosító bélyeg. Van születési száma, lakcíme, telefonszáma, van TAJ kártyája, biztosítása, de ez mind a test, mind csak a test. Ha őt közben Karma Dordzsének is hívják, akkor viszont szidhatják Kis Józsefet. Mert akkor ő Karma Dordzsével azonosul, s azt mondja: „Kis József csak egy hulla, szidjátok, amennyit akarjátok.” Lehet, hogy ma még nem hulla, de holnap az lesz. És ha ezt így tudjuk felfogni, akkor nem szenvedünk. De ez csak szó marad, ha nem gyakorolunk. Most jól mulatunk persze. Azt mondjuk: „Tényleg ez így van, erre nem is gondoltam eddig mennyire így van.” De ahhoz, hogy ez valóban az életünk részévé váljon, először meg kell építenünk a meditáció templomát, és a meditáció templomban rendet kell tartanunk. Ami nem oda való azt nem engedjük be, ami oda való azt pedig erősítjük, fejlesztjük, s akkor ez működik is.

Ha egyszer a tiszta szemlélet megvan, akkor van fejlődés, akkor lehet fejlődni, akkor kibontakozik a jó, kibontakozik a buddha, s jön a felébredés. Tehát nem engedjük magunkat lealacsonyodni. Mit jelent dharma értelemben, hogy nem engedjük magunkat lealacsonyodni? Nagyon konkrét dolgot jelent. Nem engedjük, hogy a zavaros érzelmek – a gyűlölet, a gőg, a ragaszkodás, az irigység vagy az ostobaság – eluralkodjanak rajtunk, s a nyomukban rosszindulatú kívánságok, gondolatok fogalmazódjanak meg.

Konkréten ezt jelenti. Vizualizálhatjuk magunkat folyamatosan, mint egy templomot. A testünk egy templom, és arról van az embernek egy érzete, mi az, hogy templomban lenni. S aztán vizualizáljuk, amikor jönnek a különböző gondolatok: ilyen gondolatnak van-e helye egy templomban. És ha nincs, akkor jöjjön a szégyenérzet, s a lelkiismeret: „Ennek nincs helye. Ennek kocsmában van helye.” Akkor most kocsmában vagyok? Akkor én most kocsmában vagyok. Akarok-e kocsmában lenni? Lehet, hogy akarok kocsmában lenni, de az már az én választásom. Hogyha kocsmában vagyok, azt mások is látják, s akkor úgy kezelnek engem. Ha a házra az van kiírva, hogy kocsmában, akkor nem úgy fognak hozzá viszonyulni, mint egy templomhoz, s akkor magamnak csinálom. Akkor olyan dolgok fognak érni engemet, ami a kocsmában érik, és annak nincs vége. Ez egy nagyon praktikus módszer.

Mindig erről beszélünk, hogy a test a meditáció temploma. A meditáció legközelebbi környezete a test maga, ezért fontos a testhelyzet. A meditáció-

ban kialakul ez az érzet, ha gyakorlunk. Ha nem gyakorlunk, ez mind-mind csak duma, akkor az egészet felejtsetek el, akkor nincs miről beszélni. Ha nem gyakorolunk, nincs miről beszélni. Itt csak arról beszélünk, hogyan ébredjünk föl. De ha nem akarunk fölébredni, hanem csak dumálni akarunk róla, az egésznek nincs értelme. De ha meditálunk, kialakul az érzete ennek a templomnak, tehát a meditáló test, a meditáció elsőrendű környezete, a templom érzete kialakul. Ez nem egy ájtatosságot, hanem valami egész mást jelent. Hogy mit, azt csak az tudja, aki meditál, fölépíti magának ez a templomot, s megérzi, megízleli, fönntartja. Akkor érezheti azt, hogy „hopp-lá, ez a dolog nem való ide”. Mi ez a dolog? Ez a mi gondolatainkra vonatkozik. Mik azok a dolgok, amik nem valók egy templomba? Nem való ide az önzés, nem való ide az öt méreg, a tudat öt mérge. Olyanok, mint a ragaszkodás, vágy, szenvedélyek; az ostobaság, a tompaság, közöny. Nem való ide a gyűlölet, harag; irigység, féltékenység, gőg, önhittség, önteltség. Ezek nem valók egy templomba. S mindaz a játék, ami ezek működése folytán kialakul, az sem való egy templomba. De ha gyakorolunk, akkor ez nem pusztán elmélet, hanem valóban érezzük, tudjuk.

A lealacsonyodás azt jelenti, hogy beengedjük ezeket a dolgokat a templomba: „A templom az egy belevaló hely, gyerekek. A templomban ezt is lehet, azt is lehet csinálni. Modern emberek vagyunk, ugye. Hát mi az, hogy templom? Adjon helyet az igazi életnek! Igaz?” És akkor kész, vége.

A tanítássorozat teljes anyaga nyomtatásban is megjelent 11 narancssárga füzet formájában, melyek megvásárolhatók a központokban ill. utánvétellel megrendelhetők 700Ft-os egységáron.

## TANMESE

*A gazdag földesúrról és a szegény emberről, avagy hogyan viselkedjünk, ha negatív tetteink visszahatásával kell szembenéznünk.*

Egyszer volt egy gazdag földesúr és egy szegény ember, aki őt szolgálta. Egyik nap dolga akadt a bundáját, prémekbe, takaróba burkolózott, majd farkasordító hideg. A földesúr felvette legmelegebb

földesúrnak, így hát befogatott a hintóba. Tél volt, elindultak. Beértek egy erdőbe, ahol egy kidőlt fa állta útjukat. A szegény ember leszállt a bakról, elővette baltáját és elkezdte felhasogatni a fát. Eltelt pár óra mire befejezte, még ki is melegedett. Időközben a földesúr megfagyott.

## MEGHÍVÓ TIBETI ÚJÉV ÜNNEPLÉSE TIBETI ÉTELKÓSTOLÓVAL

2008. február 16-án, szombaton 16 órától  
a Butokugan Harcművészeti Központban  
Budapest, VIII. Rákóczi út 57.

### Műsor

Mahakala meditáció - Mese - Láma Csöpel előadása - Zarándokút Mongóliába -  
A tibeti-mongol gyógyítás művészete -  
Mulatság, zene, tánc - Tombola  
Belépő: 1000 Ft. Étkezési jegy: 600 Ft  
Minden érdeklődőt szeretettel várunk.  
Arészletes programról internetes hírlevelünk-  
ből tájékozódhattok, illetve megtekinthető a  
**www.buddha-tar.hu** weboldalon. A programváltozás jogát fenntartjuk.

## CSOMA HAGYOMÁNY KÖR

Láma Csöpel vezetésével  
januártól folytatódik.

Hagyományunk révén mélységes szálak fűznek bennünket a Buddha által mutatott belső ösvényhez. Ez különleges lehetőséget kínál nekünk arra, hogy általunk jól ismert csatornákon keresztül jussunk lényegi felismerésekhez. A Csoma Hagyomány Körben mesékkal, misztériumjátékokkal, jelképekkel dolgozunk. A munka nyitva áll mindenki előtt, csak nyitottság és bátorság kell hozzá – no meg humorérzék.

Láma olyan dolgokat elevenít fel bennünk – a mesék előadásával, a szakrális táncok megtanításával, a jelképek olvasásával -, amelyek megértése, gyakorlása nélkül nem lehet meditálni. Januártól új érdeklődők is csatlakozhatnak!

Öt alkalom, havonta egy vasárnap 10.00 - 12.00  
2008. jan. 6., február 10., március 9., április 6.  
május 4.

Az öt alkalom egymásra épül, ezért alkalmanként nem látogatható.

Érdeklődni, jelentkezni lehet: 06 20 423 4563

Részvételi díj 5000 Ft

A tanfolyam díját egy összegben kell befizetni az első alkalommal.

*Helyszín:*

Butokugan Harcművészeti Központ  
Bp. VIII. ker. Rákóczi út 57.



**MONGOL ZARÁNDOKÚT I.**  
2007 - útleírás

Aki egyszer eljut Mongóliába, az megváltozik. Így történt ez velünk is. Mintha második hazánkat találtuk volna meg. Kis csapatunk meghívást kapott az Öndör Gegen Buddhista Közösségtől Mongóliába, a földnek arra a részére, ami bár földrajzilag távol van Magyarországtól, szellemileg mégis oly' közel áll hozzánk, magyarokhoz. Szinte a levegőben van a közös eredet, a közös múlt és a közös műveltség, amely évszázadokig meghatározta történelmünket. Ez a műveltség a sztyepei civilizáció, mely lovas nomád életmódon alapult. Úgy fogadtak minket, mint régi jó barátot, tárt karokkal. Van valami ott a levegőben és a földben, ami kicsit felidézi azt a nagyon rég elfeledett érzést, amit valaha a sztyepek világa jelentett. Induljunk hát útnak, hogy közelebb kerüljünk önmagunkhoz...

#### **Ulaabaatar**

Megérkeztünk Mongólia fővárosába Ulaanbaatarba (jún. 27.). Az első érdekesség az volt, hogy egyik társunk feladott csomagjából eltűnt a bicska.



Helyette méltányos tolvajunk pénzt helyezett a kés hűlt helyére - jelezve ezzel jó szándékát.



Az érkezés után, hogy ne vesztegessük az időt, rögtön el is mentünk a szállónk (Center Hotel) közelében lévő Dashi Csöling kolostorba. Itt Tiszteletreméltó Mönk Erdene láma fogadott minket, aki a főláma helyettese. Körbevezetett bennünket a most is épülő kolostor szép jurta alakú épületein. Ebből is látszik, hogy mennyire mélyen ágyazódott be a buddhizmus az ősi nomád kultúrába.



A főszentélyben egy hatalmas imafüzér van elhelyezve. Ennek óriási gyöngyszemei 2000 éves fából vannak kifaragva és azt tervezik, hogy egy ideig itt marad, mielőtt körbeutazza a világot. Engedélyt kaptunk, hogy a másnap reggeli Tara meditációt ebben a szentélyben tartsuk meg. Este a Modern Nomads ([www.modernnomads.mn](http://www.modernnomads.mn)) étteremben fogyasztottuk el a nyitó vacsorát Erdene láma társaságában.



Másnap reggel (jún. 28.) Erdene-bat láma érkezett hozzánk a szállóba - aki egy nagy cső mester -, hogy Sambala tanításokat kapjunk tőle. A láma nagyon melegen üdvözölt minket. Kifejtette, hogy a magyarok és a mongolok testvér népek.





Délután ellátogattunk Mongólia egyetlen kagyü szentélyébe. Egy igen kis szobában foglaltunk helyet, mert a kolostor még építés alatt van. Sós teával, gyümölcssel kínáltak bennünket. Ahogy beszélgettünk, egyszer csak bejött egy kis stáb a 9TV-től. Ez egy Mongólia szerte sugárzott TV adó. Rövid interjút készítettek Láma Csöppellel és Taiwan Szeihan gabdzso (gese) lámával aki a szentély fő lámája.

Ezt követően elmentünk a Gandantegchinlen ([www.gandan.mn](http://www.gandan.mn)) kolostorba, melynek főszentélyében egy 25 méter magas álló Csenrézi szobor található. Itt ismerkedtünk meg Gündze ani-val (apáca) akit megkértünk, hogy kísérjen el bennünket a Sambalába.



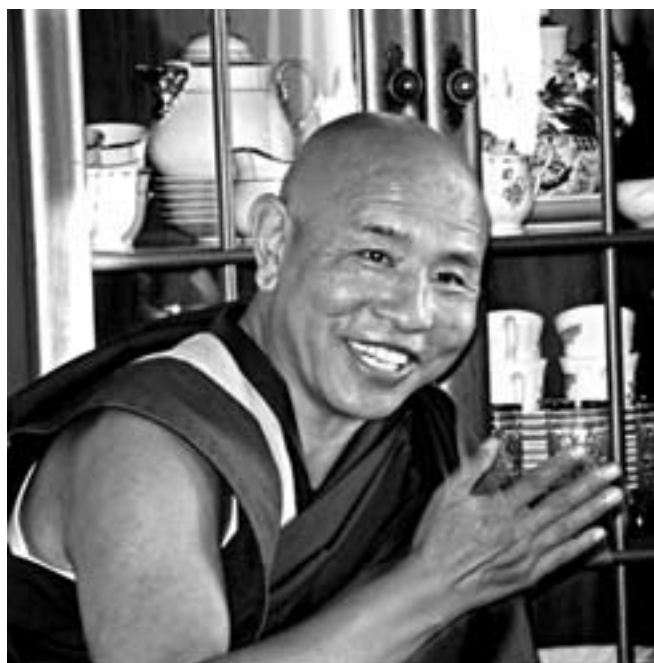
Mongóliában nagyon kevesen tudják, hogy nyugaton vannak gyakorló buddhisták. Így hát ennek akkora hírértéke volt, hogy az esti híradóban már magunkkal szembesülhettünk a mongol TV-ben. Közben kiderült, hogy Steven Seagal - az akciófilmjeiről híres amerikai filmszínész - szintén ide jár buddhizmust tanulni. Erről több kép is árulkozott a falakon.



Futólag érintettük a Sukhbaatar teret, ami Ulaanbaatar főtere. Itt természetesen Dzsingisz kán hatalmas szobra ül a Parlament bejáratánál.



Este elmentünk Dzsado Rinpocséhez, aki a Dalai Láma küldötte. Nagyon kedves ember, jelenléte hasonlatos volt a Dalai Láma jelenlétéhez. Megoldvadt a légkör.



*(folyt. köv. – a teljes élménybeszámoló honlapunkon olvasható)*



## ÚJ SZÍNES ALBUM KÖRÖSI CSOMA SÁNDOR EMLÉKPARK – TAR

„Amint az összes eddig élt tibeti ember közül kiemelkedik Milarepa a szentéletű jögi alakja, úgy emelkedik ki az összes eddig élt magyar közül a szentéletű magyar bódhiszattva Kőrösi Csoma Sándor alakja.”

- Láma Ngawang Rinpoce, a Kőrösi Csoma Sándor Békeosztálya építésének szellemi vezetője

Új, nagyalakú, gazdagon illusztrált album, sok-sok színes és fekete-fehér képpel, amely bemutatja a Kőrösi Csoma Sándor Emlékparkot. Bemutatja Kőrösi Csoma Sándor életét, csodálatos munkásságát és látomásának beteljesülését napjainkban. Bemutatja a Kőrösi Csoma Sándor Békeosztályát sok új, érdekes és tanulságos információval a Sztúpa mélységes jelentéséről, a buddhizmusról és történetéről. Tartalmazza a Sztúpában és a kiállításokon olvasható összes szöveget, kiegészítve sok-sok fényképpel. Külön tanulmányban tárgyalja Buddhának, a szkíta bölcsnek és a buddhizmusnak az ősi eurázsiai szkíta-hun műveltségben betöltött szerepét.

*Kemény fedél, 24×24 cm, 178 oldal, ára: 4990 Ft, korlátozott példányszámban*

Évezredek sötétjét elűzi egyetlen gyertya fénye -  
Ne átkozd a sötétséget, gyűjts világot!

- Buddha

## KIADVÁNYOK

*Új kiadványaink*

- Tett, ok, gyümölcs 2800 Ft  
(a régi kiadvány új köntösben)
- Lodzsong (a régi könyv új nyomtatásban)  
1650 Ft
- Csögyam Trungpa: Menedék, Buddha, Tan, Közösség 790 Ft (a régi kiadvány új köntösben)
- Trinle Norbu nyomán: Öt erő 790 Ft  
(a régi kiadvány új köntösben)
- Kenpo Cering: A közönséges tudat és bölcsesség 2800 Ft
- Beru Kjenca Rinpoce: Az együttérzés és bölcsesség belső ösvénye 2800 Ft

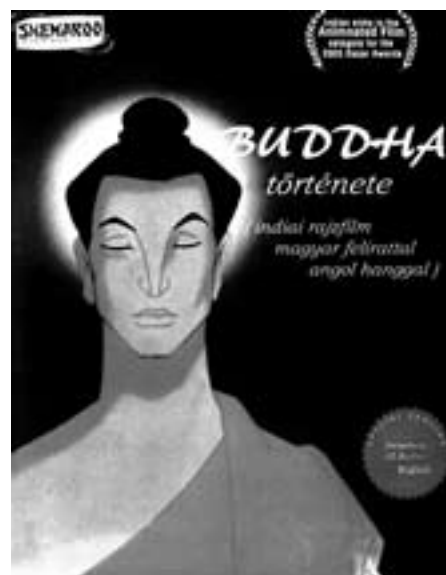
## BUDDHA TÖRTÉNETE

*(indiai rajzfilm, magyar felirattal, angol hanggal)  
98perc, 1900Ft*

A Buddha Sakjamuni életét végigkísérő rajzfilm csodálatos grafikával, gyönyörű betétdalokkal valószínűleg mutatja be a szkíta családból származó Győzedelmes életútját.

Inspiráló, tanúságos, ugyanakkor rendkívül szórakoztató, mulatságos DVD, amit 2005-ben Oscar-díjra jelöltek.

„A világ lakosságának fele olyan országokban él, amelyre a buddhizmus eszméi jelentős befolyást gyakorolnak. Ez a rajzfilm Buddha életét jeleníti meg úgy, ahogyan az szülőhazájában ismert. Megpróbálja egyszerűen bemutatni Sziddhárta küzdelmét, hogy megtalálja a végső igazságot és az útját a megvilágosodáshoz.”



- a rajzfilm készítői



## BÉKÉS NYUGVÁS – SINÉ MEDITÁCIÓ

(szanszkrit: sámáthá)

Saját szellemünk igaz természete megismerésének ösvénye a meditáció. A Siné meditáció alatt a gyakorló csendben ül és elméjét is hagyja lecsendesedni. Amikor egy pohár zavaros víz kavarást abbahagyjuk, a szennyeződés leülepszik, és a víz tiszta természete fokozatosan megmutatkozik. A Siné meditációban megtanuljuk, hogyan lehet a szellem folyamatos kavarást abbahagyni.

„Nyugtasd természetes nagy békében  
E kimerült szellemet,  
Melyet karma és zaklatott gondolatok gyötörnek,  
Mint a létforgatag végtelen óceánjának  
Tomboló hullámverése.”

## HELYSZÍNVÁLTOZÁS!

Minden hónap első péntekén 18.00 – 20.00 a Csillaghegyi Meditáció Központban Láma Csöpel tanításával és vezetésével

## SANTIDÉVA: A BÓDHISZATTVA ÖSVÉNY

*címmel a csillaghegyi tanfolyam tovább folytatódik Láma Csöpel vezetésével*

A havonta egyszeri, kétszer két órás tanításhoz Beru Khjence Rinpoce: Az együttérzés és bölcsesség belső ösvénye című könyve ad segítséget

### A tanfolyam díja

4 órás tanítás 1500 Ft, 2 órás tanítás 800 Ft

## PROJEKTJEINK

### LEGYEN BELVÁROSI KÖZPONTUNK!

Központjaink nagyon sikeresen működnek minden lény javára. A tari központban rendszeresen a hosszabb-rövidebb elvonulások, Láma Csöpel vezetésével gyakorolunk Sinét, Nyungnét, Lodzsongot, Phowát, Menedéket és leborulást, Dordzse Szempát, Mandalát, Csöt és Guru Jógát.

Nagy szükségünk van egy budapesti belvárosi központra, aminek segítségével az inspirációt fenntarthatjuk a hétköznapiakon is, ahol naponta összejöhetünk, együtt meditalhatunk, végezhetjük a szertartásokat, tanításokat hallgathatunk, együtt lehetünk. Ha tudomásod van olyan eladó ingatlanról, ami a belvárosban van, földszinti, utcára nyíló üzlethelyiség, nem kisebb, mint 150 nm<sup>2</sup>, kérjük írj a kagyu.center@gmail.com e-mail címre! Lehet, hogy épp az az, ami nekünk kell!



### TARA TEMPLOM

Ez év nyarán Taron Láma Csöpel kiválasztotta, Láma Ngawang jóváhagyta, Cültrim Rinpoce megszentelte, Beru Kjence Rinpoce pedig megáldotta azt a területet, ahol a Tara Templom állni fog. A 100 férőhelyes, 200nm<sup>2</sup>-es majdani templomot Dévényi Kata emlékére és tiszteletére emeljük, aki életét a központ létrehozására, kialakítására, működtetésére és fenntartására áldozta. Szorgalma és odaadása mindannyiunk számára példaértékű. Az építkezés összköltsége több tízmillió forintba fog kerülni.

A belvárosi központra és a Tara Templomra akár egy téglá árának felajánlása is hatalmas érdemet jelent!



**PROGRAMOK**

Január	Óra	Téma	Hely	Tanító
3. (cs)	18.00	Lodzsong meditáció	Buddhista Főiskola	Láma Csöpel
4. (p)	18.00	Siné meditáció	Csillaghegy	Láma Csöpel
5. (szó)	10.00–12.00	Tanítás	Csillaghegy	Láma Csöpel
	14.00–16.00	Tanítás	Csillaghegy	Láma Csöpel
11. (v)	10.00–12.00	Csoma Hagyomány-kör	Butokugan	Láma Csöpel
11–13. (h–p)		Lodzsong hétvége	Tar	Láma Csöpel
21–22. (h–k)		Nyungne meditáció	Tar	Láma Csöpel

Február	Óra	Téma	Hely	Tanító
8. (p)	18.00	Siné meditáció	Csillaghegy	Láma Csöpel
9. (szó)	10.00–12.00	Tanítás	Csillaghegy	Láma Csöpel
	14.00–16.00	Tanítás	Csillaghegy	Láma Csöpel
10. (v)	10.00–12.00	Csoma Hagyomány-kör	Butokugan	Láma Csöpel
20–21. (sze–cs)		Nyungne meditáció	Tar	Láma Csöpel

*Butokugan Harcművészeti Központ: Bp. VIII., Rákóczi út 57.*

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

**PROGRAMOK HELYSZÍNEK SZERINT****BUDDHISTA FŐISKOLA**

2008. január 3. február 7. 18.00 Lodzsong meditáció

**BUTOKUGAN HARCMŰVÉSZETI KÖZPONT**

2008. január 6., február 10. 10.00–12.00 Csoma Hagyomány-kör

**CSILLAGHEGYI MEDITÁCIÓ KÖZPONT**

2008. január 4., február 8. 18.00–20.00 Shiné meditáció

2008. január 5., február 9. 10.00–12.00 Tanítás  
14.00–16.00 Tanítás

**TARI MEDITÁCIÓ KÖZPONT**

2008. január 21–22. Nyungne meditáció

2008. január 11–13. Lodzsong hétvége

**IDŐPONTVÁLTOZÁS!**

A tibeti holdnaptárban tévesen jelent meg a februári Nyungne meditáció időpontja.

A helyes időpont:

2008. február 20–21.

**ÉVVÉGI HÁZTAKARÍTÁS NAPJA**

A hagyomány szerint az év utolsó napján minden szeméttel ki kell vinni a házból, hogy tisztaságban kezdjük az új évet: 2008. február 7.

**RENDSZERES PROGRAMOK BUDAPESTEN**

*A csillaghegyi Karma Dordzse Ling Meditáció Központban és a Butokugan Harcművészeti Központban*

**Csillaghegy**

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

**Butokugan**

Péntekenként 17.45–20.00 Siné meditáció

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

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

## SZÁLLÁS ÉS ÉTKEZÉSI DÍJAK

### Tari programokon

**Lodzsong hétvége:** 5000 Ft

2 éjszaka + étkezés + 1000 Ft felajánlás a tanítáért (péntek: vacsora; szombat: reggeli, ebéd, vacsora; vasárnap: reggeli)

**Nyungne meditáció:** 5000 Ft

3 éjszaka + étkezés + 1000 Ft felajánlás a tanítáért (1. nap: vacsora; 2. nap: reggeli, ebéd; 4. nap: reggeli)

### Budapesti programokon

Étkezés (csak ebéd, csillaghegyen): 500 Ft

Szállás (csillaghegyi programon): 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*

## HÍREK A BUDDHISTA VILÁGBÓL

*Ez az év rendkívül szerencsés volt mind a központ, mind Magyarország számára. Számos rendkívüli eredményeket ért mester látogatta meg hazánkat, aminek nagyon kedvező hatása van országunkra és az itt élő emberekre.*

- Öszentsége 37. Gyalva Drikungpa a Drikung Kagyü iskola vezetője tanítást adott ez év áprilisban a Zalaszántói Béke Sztúpánál és Budapesten.

- Tiszteletreméltó Maniva Serab Gyalcen Becskén 1000 Buddha beavatást adott ez év júliusában. Magas szintet megvalósított kagyü láma, vezetője egy Kathmandutól nyugatra fekvő kolostornak, és felügyel egy 100 apácának otthont adó kolostort.

- Tiszteletreméltó Láma Cültrim Rinpoce augusztusban majd egy hetes meditáció elvonulást vezetett „A megvilágosult tudat ereje” címmel a Tari Központban, és tanított Budapesten „Belső értékeid óriásiak” címmel.

- Öeminenciája II. Beru Kjence Rinpoce szeptemberben látogatott Budapestre. Közösségünk szervezésében Cepame hosszúélet beavatást adott, két másik alkalommal Mandzsusri és Milarépa beavatásban részesítette a magyarországi buddhista gyakorlókat, és tanított a Tan Kapuja Buddhista Főiskolán. A Tari Központban megálldotta a Kőrösi Sándor Béke-sztúpát és a majdani Tara Templom helyét.

- Csökji Nyima Rinpocsét, a kathmandui Kanying Sedrupling kolostor főapátja szeptember elején 2 előadással örvendeztette meg a magyarországi buddhista gyakorlókat.

- Öeminenciája Garchen Rinpoce, a Garchen Dharma Institute alapítója, a Drikung Kagyü Hagymány

egyik nagy mestere. Október elején Zalaszántón Tara elvonulást, Fehér Tara beavatást, Amitába beavatást és Nagy Drikung Phowa tanítást adott.

- Öszentsége a IX. Halha Dzsebcundampa Bogdo Gegen Rinpoce, a Dalai és Pancsen láma után a harmadik tibeti főméltóság 2007.októberében érkezett Budapestre. Tanított a bódhicitta fontosságáról és Fehér Tara Hosszúélet beavatásban részesített több száz embert. A Tari látogatását sajnos betegsége miatt le kellett mondania.

- Tiszteletreméltó Láma Csöpel októberben újabb meghívásnak tett eleget Svédországban a Karma Sedrub Dargye Ling Központban. Láma Csenrézi, Lodzsong és karma tanításokat adott svédül a 10 napos ott tartózkodása alatt.

## MÉDIAKÍNÁLAT

*Megrendelhető tanítások*

Az alábbi táblázat tartalmazza a központban rögzített tanítások, szertartások, rendezvények, stb. másolási díjait, amelyek anyagköltséggel együtt értendőek; postai utánvétel esetén, a postai költségeket nem tartalmazzák. A rendelhető anyagokat a központ weboldalán ([www.buddha-tar.hu](http://www.buddha-tar.hu)) lehet megtekinteni. Megrendelés 06 1 240 8847-as 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](http://www.buddha-tar.hu))*

### **A tari Meditáció Központ elérhetősége**

Budapest–Népszínház autóbussz pályaudvarról a Salgótarjáni vagy az Ózd-Bátonyterenyei járással 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 autóbussz végállomástól a 42-es busszal a Csetz János utca Mátyás király utca sarkáig.

### **A Butokugan Harcművészeti Központ címe:**

Bp. VIII., Rákóczi út 57. (Blaha Lujza tér közelében)

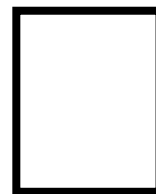
A Budapesti és vidéki Meditáció Központunkban rendezett tanítások, meditáció tanfolyamok és más programok lehetőséget nyújtanak a buddhizmus teljes ösvényének megismerésére és gyakorlására. Rendezvényeink nyitva állnak mindenki számára vallási és szemléleti elkötelezettség nélkül. Közösségünk alapítója 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](http://www.buddha-tar.hu)

[www.kagyü.hu](http://www.kagyü.hu)

[www.karma-kagyü.hu](http://www.karma-kagyü.hu)

[www.buddhism.hu](http://www.buddhism.hu)

**[www.korosi-emlekpark.hu](http://www.korosi-emlekpark.hu)**

E-mail: [kagyü.center@gmail.com](mailto: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!**