

# Lótuszvirág és Sztúpa | buddha-tar.hu

*Mix Magazin Online, 2007. július 23.*

## **Minden lény igaz természete a jóság és bölcsesség**

A Magyarországi Karma Kagyüpa Buddhista Közösség tagjai a Belső Ösvény élő hagyományát követik. Az ezer éves tibeti Karma Kagyüpa tradíció Buddha óta - azaz 2500 éve - töretlen vonalban őrzi a Belső Ösvény áldását és tanításait.

A Karma Ratna Dargye Ling egy buddhista vallási közösség, mely szorosan kapcsolódik Körösi Csoma Sándor munkásságához. Az egyház '98-ban alakult meg, és '91 óta működik Tar község mellett egy négyhektáros területen, meditáció központtal, templommal, Körösi Csoma Sándor Emlékparkkal, és őszentsége a Dalai Láma által felszentelt sztúpával, és Budapesten egy családi házból kialakított meditáció központtal. A tibeti születésű Tiszteletreméltó Dordzse Lopön Láma Ngawang Rinpoce a közösség alapítója és szellemi vezetője, és az ő általa képviselt szokásjogot képviseli magyar tanítványa Tiszteletreméltó Láma Csöpel is. Csöpel Láma mesél a buddhizmus tanításairól és az élet "nagy kérdéseiről.

### **- Sok kötöttséggel, lemondással jár a lámáság?**

- A lámáság nem kényszer, sokkal inkább önként vállalt elkötelezettség, örömteli állapot. Szabadon döntök arról, hogy milyen kötelezettséget vállalok. Nálunk nincs például kötelező cölibátus sem. A kötelezettségek úgy tekinthetők, mint a mérföldkövek egy út mellett, melyek segítenek az irányt tartani, és előre vezetnek. Jelenleg nyugaton az a legfontosabb, hogy a láma közel legyen az emberekhez, és segítsen nekik megtalálni a helyes utat az életben.

### **- Hogyan lesz egy magyar keresztényből buddhista láma?**

- Jómagam a hatvanas évek végén mentem nyugatra, és ott ismerkedtem meg a buddhizmussal. Később, amikor letelepedtem Svédországban, felvettem a kapcsolatot az ottani tanítókkal. Amikor megfelelően felkészült lettem, három évre elvonultam egy meditáció központba, ahol a meditáció mind magasabb szintjeit gyakoroltam, és ezután kaptam jogot arra, hogy tanítsak. Akkortól neveznek lámának.

### **- Mit ad át elsőként a tanítványainak?**

- A jóra való, emberhez méltó, hamis értékeket mellőző élet fontosságát. Olyan óriási erővel kapjuk manapság a hamis értékeket, hogy ezek szinte kihúzzák a talajt a

lábunk alól, elveszik az identitásunkat. Ma már nem az erőszak, hanem a csábítás módszerével teszik ezt: siker, karrier, életszínvonal és más örültségek ígéretével. A tanító az egyszerű, emberhez méltó erkölcsi értékeket igyekszik visszahozni, a saját stílusában, miközben a buddhizmus lényegét nem változtatja meg.

### **- Mi a buddhizmus lényege?**

- Az összes buddhista irányzat lényege visszavezethető egyetlen tényezőre: a felebaráti szeretetre, az együttérzésre. Vagyis: ne tégy olyat másoknak, amit magadnak nem kívánsz. Ehhez kizárólag önmagunk természetének megismerése - a lelkünk, szellemünk, tudatunk feltárása - által juthatunk el a meditáció segítségével.

### **- Talán önmagunk megismerése a legnehezebb. Mégis, mit változtat az életünkön, ha megismerjük a valós természetünket?**

- Megtudhatjuk, melyek azok a nagyszerű erők és kapacitások, melyek bennünk rejtőznek, és ezekkel szemben mik azok a negatív erők, amelyektől meg kell szabadulnunk. Minden lény meghatározó alaptermészete a jóság, amely hatalmas erővel munkálkodik mindannyiunkban. Bármilyen erővel is uralkodjanak felettünk a negatív hatások, ezeket csak egy vékony, és eltávolítható porréteget jelentenek a felszínen. A megvilágosodás lehetősége, a buddha, mindannyiunkban bennünk van. Ez a buddhizmus rendkívül mély üzenete, és a mi gyakorlatunk is erre irányul: letörölni ezt a felszínes "port" és feltárni azon csodálatos képességeinket, amelyek bennünk rejlenek, mint például a határtalan szeretet, szabadság és a megvilágosult bölcsesség.

### **- Hogyan tárhatjuk fel önmagunkat?**

- Meditációval, ami mindig a jelen átélésére irányul. A jelenben lét gyakorlatára számtalan módszer alkalmas, az egyik ilyen: leülünk egyenes háttal egy olyan helyzetben, amelyben a testünk egy lenyugodott és felszabadult állapotba kerül, így az energiáink szabadon áramolhatnak. Ha a testünk megtalálja természetes állapotát, és csak a légzésünkre irányítjuk a figyelmünket, akkor fokozatosan megízleljük, milyen csodás élő folyamat az. Ha még tovább erre figyelünk, szépen lassan a jelenbe kerülünk.

### **- Valóban nem a jelenben élünk?**

- Sajnos a világ, a szokásaink úgy alakítják az életünket, hogy szó szerint elrohanunk a saját jelenünk mellett. Teli vagyunk a jövőre vonatkozó álmokkal, tervekkel, amik sosem valósulnak meg úgy, ahogy eltervezzük, mert állandóan módosul minden. A jövőben élünk és a múltban. Teli vagyunk a múltból hozott emlékekkel, élményekkel, kényszerekkel, amik teljesen meghatározzák és korlátozzák a létünket. Gyakorlatilag

a múltunk börtönének rabjai vagyunk, amiből kiszabadulni kizárólag a jelen átélésével tudunk. Ehhez kell meditálnunk.

### **- Boldogabb az, aki csak a jelennek él?**

- Csak a jelenben lehetünk boldogok, hiszen az emberi kapcsolataink, és egész életünk a jelenben játszódik. A boldogságról szőtt álmainkból egyszer felébredünk. Az ember próbálja valahogy megmagyarázni magának a sikertelenségét és boldogtalanságát, az álmait az önmagától és a valóságtól való menekülésre használja, és ezzel együtt a saját életét üresíti ki.

### **- De ezzel teljesen szemben áll az, hogy a célok visznek előre, és az álmok valóra válnak...**

- Miután nagyon kevés kapcsolatunk van a jellel - mivel a múltban és a jövőben élünk - célszerű lehet jövőképeket kialakítani, és célokat kitűzni. Ezek azonban csak pedagógiai módszerek, melyekre a szokásaink miatt jelenleg szükségünk van. A végső cél a jelenben lét megvalósítása.

### **- Mit mond Buddha a sorsszerűségről?**

- Buddha a karmáról tanított, amely merőben más, mint a nyugati ember sorsfogalma. A karma lefordítva annyit jelent: tett, ok és gyümölcs. Minden cselekedetem vissza fog hatni énrám, az elkövetőre - ez a visszahatás lesz a tettem gyümölcse. Így ha valakit megbántok, egyúttal a saját jövőbeni szenvedésem magját ültetem el, ami bármikor beérhet: nagyon hamar, évek múlva, vagy életek múlva. Nagyon fontos a szándék, az indíték, mert a cselekedetem visszahatásának minőségét ezek határozzák meg. Ha jó szándékkal cselekszem, amellett, hogy örömet okozok másoknak, egy jövőbeli boldogságot alapozok meg magamnak; ha pedig ártó szándékkal, akkor amellett, hogy fájdalmat okozok másoknak, a saját szenvedésem alapját fektetem le. Ez a karma lényege, vagyis a cselekedeteinkkel teremtjük a sorsunkat, a jövőnket. Ezért kell észnél lenni a jelenben, és tudatos választással, felelősségvállalással alakítani életünket és világunkat. A múltból hozott hiedelmek, képzetek, beidegződések elveszik a szabadságunkat, és egy végtelen körben sodornak körbe-körbe, ez a kényszerű létünk köre. A karma nem jelent megmásíthatatlan sorsot. Külső és belső kényszereink rabságából kiszabadulhatunk, és végül tökéletesen szabadok lehetünk, ha karmánkat megfelelő módszerekkel megtisztítjuk.

### **- És mit kezdünk a fájdalmainkkal és az elszenvedett sérelmeinkkel?**

- A másoktól elszenvedett sérelmekhez idézném Buddhának egy tanítását: "Aki úgy gondolja, hogy megbántották, megalázták, fájdalmat okoztak neki, az soha nem lesz felszabadult." Nagyon fontos a feltétel nélküli megbocsátás, az erőszakmentesség és

az elfogulatlanság. Meg kell próbálnunk megérteni, tisztelni a másikat, és ha megértjük, mit miért tett, akkor elfogulatlanok leszünk és megbocsátunk neki. Az adott helyzetek a múltbeli cselekedetek, vagyis a karma miatt alakulnak ki, ezért, ha valaki megbánt, biztosak lehetünk, hogy a múltban, esetleg egy előző életünkben, mi is megbántottuk őt.

### **- Miről ismerhető fel egy karmikus kapcsolat?**

- A karma, így a karmikus kapcsolat is nagyon bonyolult és állandóan változó viszony, nem látjuk át. Ezek mind kötélhúzásos viszonyok, melyek az eddigi életeink füzéréből fakadnak. Mindenki van karmánk, csak nem minden karma érik meg egyszerre. Ha megbántok valakit, adósa leszek, amit törlesztenem kell - kialakul egy kapocs kettőnk között, amely hosszabb-rövidebb lappangás után a felszínre kerülhet és folytatódhat.

### **- Mi által tehetjük jobbá az életünket?**

- Első és legfontosabb: soha ne ártsunk senkinek, kerüljük az erőszakot, és segítsünk egymásnak, amennyit csak lehet. Ha tiszteletben tartjuk egymást, átalakul az életünk, előzékenyebbek, figyelmesebbek, kedvesebbek, gyöngédebbek és segítőkészebbek leszünk. Amikor kialakul bennünk a gyöngéd figyelmesség szelleme, meglátjuk a jelenben rejlő nagyszerű lehetőségeket. Az erőszakos ember el van foglalva a saját megszállottságával, és ebben a beszűkült tudatállapotában a lehetőségeit nem veszi észre, ezért képtelen megoldani helyesen a problémáit. A gyöngéd embernek megvan a tudatossága, a lélekjelenléte, a humorérzéke és a rálátása ahhoz, hogy felfedezze a rejtett lehetőségeket, és ki tudja választani a helyes utat. Számára nem létezik probléma, csak megoldandó feladat.

### **- Mi az, amit mindenkinek tanácsolna, függetlenül attól, hogy gyakorolja-e a vallást vagy sem?**

- Nagyon fontos az emberség és a másokkal való törődés, függetlenül attól, hogy milyen vallású vagy. Ismerd meg önmagad, mert az szükséges ahhoz, hogy tisztában légy értékeiddel, és meg tudd becsülni azokat. Aki a saját életét nagyra becsüli, az megbecsüli a többiekét is. Ha tapasztalatból tudod, milyen szörnyű dolog a szenvedés, akkor igyekszel mindenkit megóvni tőle. És ehhez nem kell elkötelezned magad egyetlen vallás mellett sem.

### **A Kőrösi Csoma Sándor Békesztúpáról**

A sztupa a külső és belső romboló erők ellensúlyozására épül. Külső, lépcsős formája a spirituális fejlődés, megvilágosulás felé vezető fokozatos útját jeleníti meg. Belsejében megvilágosult lényektől származó szent relikviák, szimbólumok és írások

találhatók.

Kőrösi Csoma Sándor bódhizattva, a buddhizmus szentje tiszteletére. Épült 1992-ben, a tiszteletreméltó Láma Ngawang inspirációjával és szellemi vezetése alatt. Felszentelte őszentsége a XIV. Dalai Láma a világvallások képviselőinek jelenlétében. Építették a Karma Ratna Dargye Ling Meditáció Központ tagjai és sokan mások, különböző egyházak, a Magyar Köztársaság, vállalatok valamint magánszemélyek munkában és anyagi támogatás alakjában tett nagylelkű felajánlásai segítségével. Teljesedjék az erény!

## **Buddhizmus**

A Buddhizmus szülőföldje az ókori India, ahol a kasztrendszer uralmával, és a Brahmanizmus megmerevedésével szemben Buddha vallási reformja megváltást, üdvösséget, az örök körforgásból való kilépést és szilárd erkölcsi támaszt ígért.

A Buddhizmus olyan vallás, amelynek nincsenek istenei, és nincs mitológiája sem. Elsősorban erkölcsfilozófiai rendszer, melynek lényege erkölcsi és viselkedési elvek, életszabályok követése. Alapvetően szerzetesi vallás, nagy számú szerzetesi közösségekre támaszkodik, ezek a magjai a buddhista közösségeknek, melyeknek hagyományosan ők a tanácsadói, a tanítói is. A női és a férfi szerzetesek a szépség minden dísztől megfosztottan, szüzességben, vagyontalanságban, aszkétikus módon, egy 256 pontból álló szerzetesi szabályzat szerint élnek. Ezzel szemben a világi közösségek tagjainak az öt erkölcsi szabályt határozza meg életüket. Ez az öt szabály a vallás alapja, és ezek megtartása vezet a Nirvána felé: tilos bármely élőlény elpusztítása, mások tulajdonának elvétele, más asszonyának érintése, a hazugság, és a részegség.

A vallást Guatama Sziddhátra, a Buddha - vagyis a Megvilágított - alapította, aki a hagyomány szerint i.e. 560 és 480 között élt Észak-Indiában. Felnőtt korában egy öreggel, egy beteggel, egy halottal és egy aszkétával találkozáva jutott el a Megvilágosodáshoz: a szenvedés és a múlandóság belátásához. Maga is remetévé lett, így fogalmazta meg az új vallási-filozófiai rendszer, a Buddhizmus elveit.

Tanításainak legősibb gyűjteménye a Tripitaka, a Három Kosár, mely nem más, mint az új vallás páli nyelven írt szent Könyves Gyűjteménye. Az elmúlt két évezredben gyakorlatilag kiszorult szülőföldjéről Indiából, ugyanakkor népszerűvé vált a Távol-Keleten, Kínában, Japánban és Mongóliában, és ennek megfelelően sok irányzata jött létre. A tibeti Lámaizmus egy erősen mágikus, mitologikus, és talán legjellegzetesebb változata, mely Tibetben, és Mongóliában alakult ki, és e vallás keretében született meg a Zen vallási, meditációs iskola Japánban.

Azok az emberek nevezhetők buddhistának, akiknek világképük középpontjában a megvilágosodás áll. Ők kivétel nélkül mind arra törekednek, hogy az ellentéteket egyesítve, azokat meghaladva egyre nagyobb és teljesebb egységet éljenek meg.

Minden lény igaz természete a jóság és bölcsesség, függetlenül attól, hogy mi a vallása, szemlélete faja és nemzetisége. A határtalan bölcsesség önmagunk szelleme igaz természetének, és a világ igaz természetének teljes, közvetlen ismerése. A határtalan együttérzés és szeretet minden lény felé egyaránt irányul, és mint ahogy a nap sugarai minden lényre egyaránt sütnek, nem tesz különbséget ellenség és barát között. Minden lény szellemében megvan a határtalan bölcsesség, valamint a határtalan szeretet és együttérzés csírája, ezek teljes megvalósításának képességével együtt.

Hazánkban Körösi Csoma Sándor alapozta meg a buddhizmus, és a tibetológia tudományát. Bár ő maga soha nem tagadta meg református hitét, mégis a Csoma - kultusz sokszor segítette a buddhizmus hazai érvényesülését. A Buddhista Misszió 1951-ben alakult meg, mint a buddhista világvallás első Magyarországon elismert felekezete. A vallás egyik legtermékenyebb és legtöbbet ígérő időszaka a nyolcvanas évek volt.

Mészáros Judit