

keréknyomok

2007/NYÁR ORIENTALISZTIKAI ÉS BUDDHOLÓGIAI FOLYÓIRAT



Tartalom

TANULMÁNYOK, FORDÍTÁSOK

- FARKAS ATTILA MÁRTON
Implikált tudás a létben 3
*A tár-tudat egy kortárs buddhista
értelmezése*

- AGÓCS TAMÁS
A mindentudás gyakorlása 30
*A Nyolcezer-soros
Önfelülmúló Megismerés
(Āryāṣṭasāhasrikā
prajñāpāramitā szútra)
első fejezete*

- KÓSA GÁBOR
„Az ötödik buddha” 47
– Mānī buddhista címei
(*Buddho-Manichaica I.*)

- SZOJKA ÉVA SZILVIA
A Quanzhen taoizmus és a buddhizmus
kapcsolata és kölcsönhatása:
tanításuk elméleti háttere
szempontjából 64

- VÉGH JÓZSEF
Qianlong császár tibeti főpapja:
Csangtya Rölpe Dordzse élettörténete
és tibeti forrásai 80

- TÓTH ZSUZSANNA
A jelenségek megtisztítása 99

- POROSZ TIBOR
A meditáció
pszichodinamikájának
alapjai 119

KRITIKÁK, RECENZÍÓK

- Johannes Bronkhorst:
Greater Magadha
Studies in the Culture
of Early India 142
Ruzsa Ferenc

- Ellen Pearlman:
Tibetan Sacred Dance
– A Journey Into the Religious
and Folk Traditions,
Inner Traditions 152
Somlai György

- SUMMARIES IN ENGLISH 153

- E számunk szerzői

TÓTH ZSUZSANNA

A jelenségek megtisztítása

A következő cikk *bDud 'joms gling pa* tibeti szerző *sNang byang* című munkájának 1., 3 – 6. és 14. fejezeit tartalmazza. A bevezetésben rövid összefoglalót adunk a mű filozófiai háttéréről, a tibeti *rdzogs chen* hagyomány alapfogalmairól; az egyes állításokat tibeti munkákból vett szövegrészekkel szemléltetjük. Ezt követi a fordítás, amely a *rdzogs chen* gondolkodás és gyakorlat bizonyos alapvető elemeit részletezi: a függő keletkezés speciális értelmezését, a tér természetét, a jelenségek látszólagos mivoltát, az érdemek és a hibák jellegzetességeit, a buddhaság mibenlétét, a szamszára és a nirvána azonosságát, illetve a *rdzogs chen* etikát.

(A keleti nevek és szavak átírásáról: A tibeti és szanszkrit szavak tudományos átírásban, dőlten szedve szerepelnek. A szöveg szétszabdálását elkerülendő, kivételt tettem a zárójelen kívül előforduló szanszkrit szavak esetében – itt magyaros átírást használtam, és a tudományos átírást az első előforduláskor, lábjegyzetben adtam meg –, illetve az ismertebb kifejezéseknél: ezeket nem kurziváltam.)

Jelen cikk szemelvényeket közöl *bDud 'joms gling pa*¹ (1835–1904) *A jelenségek megtisztítása* (*sNang byang*)² című munkájából.³

A mű *bDud 'joms gling pa* látomásait írja le, amelyek során istenségek és tanítók magyarázzák el neki, hogy mi módon finomítsa a látszólagos jelenségeket (*snang*) káprázattá, vagyis hogyan törjön át a látszólag szilárd megjelenüléseken (*khregs chod*), felfedezve a jelenségek mögött az ürességet. A fejezetek közül igyekeztem azokat kiválasztani, amelyek alapvető tanításokat tartalmaznak és önmagukban, a mű egészéből kiragadva is értelmezhetők.

A szöveg a tibeti buddhizmus *rdzogs chen* hagyományához tartozik. A *rdzogs chen* filozófiáját szokás a *nying ma* iskolához kötni, mivel a *nying ma* igen korán befogadta e tanításokat, jöllehet hasonlókat már a *bon* rendszerében is találhatunk. A *rdzogs chen* azonban inkább az egyes filozófiai iskolák határain átvélő tanításnak tekintendő. Kiemelkedő követői nem csupán a *nying ma* pák közül kerültek ki; más hagyományvonal képviselői között is akadtak olyan mesterek (például az ötödik dalai láma), akik ezt a tanítást gyakorolták, anélkül, hogy saját hagyományukkal ellentmondásba kerültek volna.⁴

A *rdzogs chen* megközelítés az eredményből indul ki (*'bras bu'i theg pa*, „következmény-jármű”): eszerint a kiindulási alap, az ösvény és az eredmény egyidejű.

1 Teljes nevén *sGas gter bdud 'joms gling pa khrag 'thung nus ldan rdo rje*.

2 Teljes címe: *Jótanács, amely nyilvánvalóvá teszi, hogy a természetes Nagy Tökéletesség saját természeted és hogy meditáció nélkül is buddha vagy* (*Rang bzhin rdzogs pa chen po rang zhal mngon du byed pa'i gdams pa ma sgom sangs rgyas*). A fordítás alapja a következő kiadásban közölt tibeti szöveg volt:

R. Barron (1994) (ford.), *Buddhahood Without Meditation. A Visionary Account Known as Refining Apparent Phenomena* (*Nang-jang*). Padma Publishing, Barrytown, p. 88. A fordítás során az angol nyelvű szöveget is figyelembe vettem.

3 Köszönet Agócs Tamásnak a tibeti szöveg fordításában és értelmezésében nyújtott segítségéért.

4 Namkhai Norbu (1986¹), pp. 40–41.

Ez élesen elhatárolja a *mahájánától*⁵, amely szerint az alap (*gzhi*) egyenlő a buddha-természettel (*de bzhin gshegs pa'i snying po*), az ösvény (*lam*) nem más, mint a megvilágosodáshoz vezető hat túlpártra-juttató tökéletesség (*pha rol tu phyin pa*), az eredmény (*'bras bu*) pedig a három buddha-test (*sku gsum*). A *rdzogs chen* különbözik a *vadzsrájánától*⁶ is, ahol a gyakorló a tudati mérgeket (*nyon mongs*) ősi tudássá (*ye shes*) transzformálja.

Az alábbiakban rövid áttekintést adok a *rdzogs chen* hagyomány alapvető fogalmairól, remélve, hogy ez segítséget nyújt a szöveg értelmezésében. Az egyes fogalmakat a *sNang byangból*, valamint egyéb tibeti művekből vett idézetekkel szemléltetem.

Az első kulcsfogalom az „alap”, „fundamentum” jelentésű *gzhi*. Ez a létezés alapja, a minden megkülönböztetést megelőző, tiszta potencialitás, amelyből minden jelenség felkel. Lényege, hogy eleve tiszta (*ka dag*); természete és jellege, hogy spontán módon keletkező és tökéletes (*lhun grub*). A buddhaság alapja, ezért eleve benne rejlik a négy buddha-test és az öt ősi tudás, ami azt jelenti, hogy e kiváló tulajdonságokat (*yon tan*) a gyakorlónak nem lépésről-lépésre, erőfeszítéssel kell kifejlesztenie:

„Az alap, az ősi védelmező, Szamantabhadra⁷ természete a négy test és az öt ősi tudás.”⁸

Az „alap” szinonimája a *stong pa nyid* kifejezés, amely „ürességet”, „nyitottságot” jelent. Az üresség a *rdzogs chen* értelmezése szerint nem csupán az önálló létezés hiánya – vagyis függésben létezés, feltételekhez-kötöttség –, hanem olyan potencialitás, amely üres mivoltánál fogva tökéletesen nyitott (*phyal ba*), és akadálytalanul mutat meg bármiféle jelenséget. Más szóval nem passzív, meddő, élettelen üresség, merő semmi, hanem „az üresség és a ragyogás egybeesett egysége és egyidejűsége”¹⁰, dinamikus, lehetőségektől kavargó tér (*nam mkha'*):

„Az üresség nem halott üresség, hanem olyan, mint az anyagtalan, ragyogó, szennyeződéstől mentes, mindent visszatükröző, *sima tükör*.”¹¹

A megnyilvánulásra való képesség az üresség természetes tulajdonsága, így az üresség és a megjelenülés (a ragyogás) szétválaszthatatlan (*dbyer med*). Az alapnak tehát van egy üresség-arculata (*stong cha*), mert nincs kézzelfogható lényege és mindenre nyitott, illetve van egy ragyogás-arculata (*gsal cha*), mert minden káprázatszerű jelenséget megjelenít:

„Ő, a világedény s a benne lakó lények ebben az üres térben jelennek meg, éppúgy, ahogy tükörkép a tükörben: a tükörkép és a tükör nem különböztethető meg; vagy ahogy a a hold képe a vízen: a hold képe a víztől nem különböztethető meg; vagy ahogy a szívárvány az égen: a szívárvány és az ég nem különböztethető meg.”¹²

Mindaz, ami van és lehet (*snang srid*), a világ mint edény (vagyis az anyagi világ, a környezet, *snod*) és mint tartalom (vagyis a környezetben élő lények, *bcud*), minden jelenség

5 *maháyāna*, *theq pa chen po*: „nagy szekér”

6 *vajrayāna*, *rdo rje'i theq pa*: „gyémántszekér”

7 *Samantabhadra*, az Ósbuddha, a mindenkinben meglévő eredendő megvilágosodottság megismerője

8 *gzhi gdod ma'i mngon po kun tu bzang po nyid ni sku bzhi ye shes lnga'i bdag nyid can no* | bDud 'joms glings pa, in: Barron (1994), p. 88.

9 „openness”, Germano (1992) fordítása

10 „(...) the simultaneity and seamless union of emptiness and luminosity (...)” Germano (1992), p. 873.

11 *stong pa bem stong du ma song bar dawangs gsal rnyog ma dang bral zhing cir yang 'char du rung ba me long g-ya' bral lta bu (...)* | bDud 'joms glings pa, in: Barron (1994), p. 90.

12 *kye ho nam mkha' stong pa 'di ni snod bcud thams cad kyi 'char gzhi yin te* | *dper na gzugs brnyan 'char gzhi me long yin la me long las gzugs brnyan gzhan du ma grub pa dang* | *chu zla 'char gzhi chu yin la chu las chu zla gzhan du ma grub pa dang* | *'ja' tshon 'char gzhi nam mkha' yin la nam mkha' las 'ja' tshon gzhan du ma grub bzhi no* | bDud 'joms glings pa, in: Barron (1994), p. 32.

(chos), a számszára¹³ és a nirvána¹⁴ egyaránt az üresség játszadozása (rol pa): lényegiség-nélküli fényjáték.

Az alából felkelő jelenségeket jelöli a *snang* kifejezés, amely – mivel egyszerre utal a jelenségek fény-természetére, illetve káprázatszerű mivoltára – fordítható „megjelenülésnek”, „látszatnak”, „felfénylésnek”¹⁵, „látomásnak”, „káprázatszerű észlelésnek”, illetve „megnyilvánulásnak”. Ezeket a látszatokat tévesen véljük valóságnak (*bden zhen*), s ezzel kergesítjük magunk köré a számszárát. A látszatok azonban a „saját” kivételéseink (*rang snang*), és csak annyira valóságosak, mint az álmokképek, amelyek az ébredéskor azonnal eltűnnek:

„Amikor álmunkban messzi szülőföldünkön hagyott kedveseinkkel találkozunk, boldogok vagyunk és bánkódunk. Ilyenkor egyetlen rokonunk sincs mellettünk, ágyunkból ki se mozdultunk, és mégis: tapasztalásunk éppoly élénk, mint nappal. Jelen életünk látomásai egytől-egyig olyanok, akárcsak a tegnapi álom: önnön tudatunk vetíti ki őket, ezért jelennek meg. Ahogy az álom is lényegiség-nélküli, ugyanígy, bármi jelenjék is meg, az üres.”¹⁶

A látszatok tehát az ürességből kelnek fel, és oda is térnek vissza: a felfénylés és az üresség (*snang stong*) elválaszthatatlan, kettősség-nélküli (*gnyis su med*), mindkettőt az üresség egy íze (*ro gcig*) hatja át. A zűrzavaros, téves (*'khrul pa*) tapasztalás akkor alakul ki, amikor a szemlélő ezeknek a látszatoknak különálló, „saját-folytonosságú” (*rang rgyud*) létet tulajdonít, azaz „más”-nak, önmagában megálló (*tshugs thub*) lényegnek tapasztalja:

„Az tehát, aki a hat érzékelési terület látszólagos tárgyai felé viszonyításokat épít ki, olyan, mint az őz, aki víznek látja a délibábot és utánaszalad. Porszemnyi lényeg sincs, ami ennél több lenne, ami létezne!”¹⁷

Az alap megnyilvánulása (*gzhi snang*) a rdzogs chen kozmogónia szerint a világ kiindulópontja, teremtdési folyamat. Az idők kezdete előtt az alában feltámad a szél, feltöri a lehetőségeket tartalmazó „korsó” (*bum sku*) pecsétjét, és a potenciális jelenségeket az aktualitásba mozdítja át. Ötszínű fény ragyog fel, amelyet a jelen-tudat (*rig pa*) olvaszt vissza az eredeti alapba, vagy a jelen-tudat hiánya (*ma rig pa*) szilárdít látszólagos anyagi valósággá:

„A kezdetek kezdetén, mindenek előtt, a névvel-nem-illetett számszára és nirvána az eredeti alában nyugodott.

Akkor a jelen-tudat a következőképpen emelkedett ki ebből az alából. Ahogy a kristály visszaveri a rávetülő napugararat, úgy az ősi tudás, az életerő szelétől felkavarva, feltörte az Ifjúság váza-testének pecsétjét, és a magától-születő ragyogó fény beragyogta a buddha-test és az ősi tudás földjét, akárcsak a felkelő nap.

Akkor Dharmakája¹⁸ Szamantabhadra felismerte, hogy mindez saját megjelenülése, így a külső ragyogás, a három buddha-test azonmód az ősi tudásba olvadt, és Szamantabhadra a kezdettől fogva tiszta,

¹³ saṃsāra

¹⁴ nirvāṇa, mya ngan las 'das pa

¹⁵ „lighting-up”, Germano fordítása, Germano (1992), p. 900.

¹⁶ da lta rang cag gnyid kyi rmi lam na | pha yul gnas khang nye 'brel la sogs pa | mgon sum snang nas bde sdug myong ba'i tshé | rang gi nye du 'brel pa gcig kyang med | rang nyid mal nas cung zad ma g.yos kyang | nyin par ji bzhiñ nyams su mgon sum myong | de bzhiñ tshé 'di'i snang ba thams cad kun | mdang gi rmi lam nyams su myong ba bzhiñ | rang gi

sems kyis der btags der bzung nas | de ltar snang ste sems kyis myong ba yin | mi lam gnyid kyi skabs su'ang rang bzhiñ med | de bzhiñ ji ltar snang yang stong pa'o | Zhabs dkar bla ma (én.), ff. 13b-14a.

¹⁷ tshogs drug gi yul snang la zhen pa thams cad ri dwags kyis smig rgyu chu ru mthong nas rgyug pa lta bu las snying po rdul phran tsam yang ma grub pa'o | bDud 'joms glings pa, in: Barron (1994), p. 50.

¹⁸ dharmakāya, chos sku, „valóság-test”, „tan-test”: a megvilágosodás valóságosság-aspektusa

eredeti alapon megvilágosodott. Mi nem ismerjük fel, hogy a magától keletkező káprázat saját ragyogásunk, ezért tapasztalásunk tompa és öntudatlan.”¹⁹

Ez a folyamat az észlelés minden pillanatában újra és újra végbemegy, vagyis a szemlélőnek minden percben alkalma nyílik *Szamantabhadra* és a közönséges lények (*sems can*) létmódja között választani. Az alap felfénylése önmagában tehát semleges jelenség, mivel a szabadulásnak (*grol pa*) és a tévelygésnek egyaránt alapja lehet:

„(...) ha az alap megjelenülésében magadra ismersz, akkor a megjelenülésből kiindulva megszabadulsz – innen nézve az alap megjelenülése a szabadulás feltételének tekinthető. Ha pedig nem ismersz magadra benne, akkor a megjelenülésből kiindulva tévelygész – innen nézve a tévelygés alapjának tekinthető. A fehér kagylóhéj éppen így lehet feltétele annak a tévedésnek, hogy sárgának látod. Az alap megjelenülése voltaképpen nem tévelygés, de mégis annak tekinthető, ha a tévelygés feltételévé válik.”²⁰

Amennyiben az észlelő alany jelen-tudattal (*rig pa*), vagyis tudással, látással viszonyul a jelenségekhez, buddhává lesz:

„Mindenek alapja a feltételekhez-nem-kötött, magától-született, kifejezhetetlen, tágas tudat, amely sem a 'szamszára', sem a 'nirvána' nevet nem viseli. Aki ennek tudatában van, az buddha. Azok a lények, akik ezt nem ismerik fel, a szamszárában bolyonganak.”²¹

„Hogy buddha vagy-e, avagy közönséges lény, a jelen-tudattól vagy annak hiányától függ.”²²

„Ha egyszer s mindenkorra felismered a zavaros látszatot, és rájössz, hogy valótlan, üres, és sehol sincs, akkor a szamszára fenekestül felfordul. Ha átlátod, hogy a buddha nem más, mint saját alapod, és így bízni kezdesz magadban, akkor megkapod a nevet: 'a buddhák természetes szabadsága'.”²³

A jelen-tudat az a természetes, inherens tudás, tudatosság, ismeret vagy jelenlét, amely tudatában van az alap természetes létállapotának (*gnas lugs*, *yin lugs*), azaz a szamszára és a nirvána eredendő egységének, és ezzel együtt annak is, hogy a tudat eleve megvilágosodott:

„Az alap létmódjának ismerete pedig az alapra irányuló jelen-tudat.”²⁴

A jelen-tudat az alaptól nem különbözik, mentes a fogalmi sokasítástól (*spros bral*), nem utasítja el és nem is követi a fogalmi gondolatokat (*rnam rtog*). Mivel tökéletes, úgy, ahogy van, tartalmazza a megvilágosodott tulajdonságokat, azaz a négy buddha-testet és az öt ősi tudást:

19 *ye thog dang po kun gyi sngon rol tu | khor 'das ming med gdod ma'i gzhi la gnas | de dus rig pa gzhi nas 'phags tshul ni | shel la nyi phog rang 'od phyir gsal ltar | rig pa'i ye shes srog rtung gis bskyod nas | gzhon nu bum pa sku yi rgya ral te | lhun grub 'od gsal sku dang ye shes kyi | zhing kham mkuha' la nyi shar bzhi du gsal | (8b) de dus chos sku kun tu bzang po yis | rang snang yin par shes pas skad cig la | phyir gsal sku dang ye shes nang du thim | ka dag gdod ma'i gzhi la sangs rgyas so | 'o skol rnams kyis rang bzhi lhun grub kyi | snang ba rang gdangs yin par ma shes pas | shes pa dran med thom me ba de nyid | Zhabs dkar bla ma (é.n.), ff. 8a-8b.*

20 (...) *gzhi snang nyid rang ngo shes na grol rkyen byed pa'i cha nas grol gzhi dang | ma shes na 'khrul rkyen byed pa'i cha nas 'khrul gzhir btags pa ni | dung dkar po la ser por 'khrul rkyen byas pa lta bu ste | 'khrul pa dngos ma yin yang rkyen byas dus btags pa'o | Kongtrul Lodrö Tayé (1985), pp. 262-263.*

21 *kun gyi gzhi ni 'dus ma byas | rang byung blo yangs brjod du med | 'khor 'das gnyis kyi ming med de | de nyid rig na sangs rgyas te | ma rig sems can 'khor bar khyams. Thog ma'i sangs rgyas kun tu bzang pos 'khor ba'i sems can rnams 'tshang mi rgya ba'i dbang med pa'i smon lam khyad par can. Goddemchen in: Avalon (1919), p. 1.*

22 *sangs rgyas dang sems can gnyis ka rig dang ma rig gnyis kyi khyad par las byung ba yin | bDud 'joms glings pa, in: Barron (1994), p. 88.*

23 *de ltar 'khrul snang gtan la phab nas bden med stong pa yul med du rtogs na 'khor ba dong nas sprugs pa yin | sangs rgyas rang gzhi las med par thag chod de rang la rang gdang thob par byas na sangs rgyas du ma rang grol zhes bya ba'i ming don gyis thob pa yin no | bDud 'joms glings pa, in: Barron (1994), p. 78.*

24 *gzhi'i gnas lugs shes pa ni gzhi'i rig pa yin | bDud 'joms glings pa, in: Barron (1994), p. 88.*

„Mivel az ösvény az önmagától bekövetkező buddhaságba torkollik, nyilvánvaló, hogy a jelen-tudat természete a négy test és az öt ősi tudás. A jelen-tudat lényege a teret pereméig áthatja és sehol sincs; teljességgel közvetlen, olyan játszadozás, amelynek se alapja, se gyökere. Mentés a fogalmi sokasítástól, ezért dharmakája. Természete az, hogy önnön fényében tündöklök, innen nézve szambhógakája.²⁵ Az ősi tudás ragyogása feltartóztathatatlanul árad belőle, innen nézve nirmánakája.²⁶ A szamszára és a nirvána közös alapja, innen nézve a szvabhávikakája²⁷.²⁸

Ugyanakkor a buddha-tudat és a közönséges tudat közötti különbség korántsem abból ered, hogy a kétféle tudat lényegében eltérne egymástól. A különbséget esetleges, ideiglenes (*glorbur*) – következésképpen azonnal eltávolítható – elfátyolozódások, elhomályosulások (*sgrib pa*) okozzák, ám ez a szennyeződés éppúgy nem befolyásolja a tudat eredeti természetét, ahogy a homály sem változtat a nap természetes ragyogásán:

„A napkorong tündöklő fényét ezer világkorszak homálya sem képes megtörni. A tudat leglényegének ragyogását világkorszakok során felgyűlt hibák sem képesek beszennyezni.”²⁹

A tévelygés tehát nem azt jelenti, hogy a lények ténylegesen eltévelyedtek volna a buddha-természettől. A szamszára pusztán „megváltozott halmazállapotú” nirvána: ha az alap a szabadon áramló víz, az énképzet (*ngar 'dzin*) a jeges szél, amely látszólagos valósággá dermeszti az eredeti létállapotot.³⁰ Alighogy felmerül az én mint szemlélő (*'dzin pa*) képzelete, azonnal megjelenik a „más” (*gzhan*), a szemlélt tárgy (*gzung bya*) tévképzelete is. E képzelt tárgyak felé a szemlélő az öt méreggel (*dug lnga*) terhelt viszonyításokat (*zhen*) épít ki, s ezzel tetteket (*las*) cselekszik és beidegződött hajlamokat (*bag chags*) alakít ki:

„Különbséget kezdtek tenni az 'én' és a 'más' között, ellenségeskedni kezdtek.

A hajlamok fokozatosan egymásra rakódtak – a lények így léptek be a szamszárába. A szenved, vagyis a mérgek szétterjedtek, és az öt méreggel szennyezett cselekvés immár szakadatlanúvá vált.”³¹

Az észlelő lény tudata ekkor már közönséges tudat (*sems*), azaz feltételekhez kötött, szubjektív tudat, *bDud 'joms gling pa* definíciója szerint az észlelt tárgyhoz tapadó, finom fogalmi gondolatokat szövő, kettősségben tapasztaló (*gnyis 'dzin*) tudat. A szamszárát tehát egyfajta félreértés szabadítja el, s a bűn és az érdem csupán a tévedés kontextusában értelmezhető:

„Az érdem és a bűn között tehát csupán annyi a különbség, hogy az egyik időleges örömhöz, a másik pedig időleges szenvedéshez vezet. De mindkettő csak a szamszárát nyújtja el.”³²

Mivel a szamszára és a nirvána között lényegi különbség nincs, a szabadulás (*grol ba*) „természetes megszabadulás”, „természetes szabadság” (*rang grol*). Az alapból előáradó jelenségekben

25 *sambhogakāya*, „élvezet-test”, a megvilágosodás örömteli aspektusa

26 *nirmāṇakāya*, „látszat-test”, a megvilágosodott lény fizikai megnyilvánulása az érző lények érdekében

27 *svabhāvikakāya*, a három buddha-test egysége

28 *de ltar rang byung gi sangs rgyas su grol ba'i lam rig pa yang sku bzhi ye shes lnga'i bdag nyid can mngon du byed pa ste | rig pa'i ndo bo khyab gdal nam mkha'i khor yug yul med zang thal chen po gzhi med rtsa bral gyi rol pa de nyid sprs pa dang bral bas chos sku | rang bzhin rang gsal gyi cha nas longs sku | ye shes kyi gsal sgo ma 'gag pa'i cha nas sprul sku | 'khor 'das kyi spyi gzhiir gyur pa'i cha nas ngo bo nyid sku || bDud 'joms glings pa, in: Barron (1994), p. 91.*

29 *gsal dwangs nyi ma'i snying po'i rang bzhin de | bskal pa*

stong gi mun pas sgrib mi nus | de bzhin rang sems snying po'i 'od gsal de | bskal par 'khrul pas sgrib par mi nus so | Zhabs dkar bla ma (é.n.), f. 5b.

30 Klong chen pa (1989), p. 253; *bDud 'joms glings pa*, in: Barron (1994), p. 156.

31 *de la bdag gzhan dgra 'dzin skyes | bag chags rim gyis bltas pa las | 'khor ba lugs su 'jug pa byung | de la nyon mongs dug lnga rgyas | dug lnga'i las la rgyun chad med | thog ma'i sangs rgyas kun tu bzang pos 'khor ba'i sems can rnams 'tshang mi rgya ba'i dbang med pa'i smon lam khyad par can.* Goddemchen in: Avalon (1919), p. 2.

32 *des na dge sdig gnyis gnas skabs kyi bde sdug bskyed pa'i khyad par tsam las 'khor ba'i snon pa kho na las ma 'das so | bDud 'joms glings pa*, in: Barron (1994), p. 60.

az észlelő alany felismeri saját arcát (*ngo shes*), s ezzel azonnal megszabadul – Szamantabhadrává lesz –, vagyis erőfeszítés nélkül belesimul egy eleve meglévő állapotba, anélkül, hogy a létezés természetes dinamikáján változtatna:

„Mi a szabadulás? Az, hogy természeted szerint, magától értetődő módon buddha vagy.”³³

„Szamantabhadra pedig a következőképpen szabadul meg. Abban a pillanatban, hogy az alap fel-fénylik, nem tapasztalod azt 'más'-nak, hanem saját látszatodra ismersz benne. Így a tudati mozgás, úgy, ahogy van, elül – már az első pillanatban felismered, hogy saját látszatod kelt fel, s így megszületik benned a megértés. Ez tesz különbséget szabadulás és tévelygés között. Aztán a zűrzavar elcsitul, és az ősi tudás kitarul – így az alap eredménnyé érik. Felismered saját lényeged, azt, hogy mindig is buddha voltál. Ezért mondják rá: 'újra buddhává leszel'. Ahogy saját látszataid a kezdeti ürességbe enyésznek, az alapján, mindenek előtt, ott van a buddhaság, Szamantabhadra, a tanító.”³⁴

A szenved (nyon mongs) és a gondolatok változásának ritmusa is a szabadulást diktálja – megjelenésük (*shar*) és megszabadulásuk egyidejű, és ha ez mégsem egyértelmű az észlelő lény számára, annak az az oka, hogy természetellenes módon beavatkozik (*bcos*) ebbe a folyamatba:

„Miért mondjátok, hogy az ellenszerek nem használnak, holott a gondolatok, alighogy megjelennek, azon nyomban fel is szabadulnak?”³⁵

„Ha ezt a gyakorlatot elvégzitek, attól kezdve, ha szenved, mérgek támadnak bennetek, akkor – mivelhogy átlátjátok rejtett természetüket – az üresség és az ősi tudás egyszerre jelenik meg. S a szenved alighogy felmerülnek, azonmód szerte is foszlanak.”³⁶

A szabadulás, vagyis a jelen-tudattal történő észlelés paradox dolog: azért nehéz eljutni hozzá, mert mindig is a lehető legközelebb állt az emberhez. A felismerés tehát nem különleges, misztikus élmény, amely túlmutat a hétköznapi észlelésen, hanem a tapasztalás minden mozanatában benne rejlik:

„A Buddha mindenhol-ismert neve a szamszárát és nirvánát egyaránt betölti, akárcsak a sárkány-üvöltés. A hatféle lény tudatfolyamában folyton-folyvást zeng, egyetlen pillanatra sem szűnik, nem hagyja el őket. Hát nem csodálatos?

Ám a lények nem ismerik fel, hogy a Buddha bennük van, így odakint, máshol keresik őt. Hát nem különös?”³⁷

Ugyanígy a zavaros érzelmek, szenved mögött is az öt ősi tudás keresendő: a tompaság (*gti mug*) mögött a valóság³⁸ ősi tudása (*chos dbyings kyi ye shes*); az ellenszenv (*zhe sdang*) mögött a

33 'grol ba gang lags na rang ngor rang sangs rgyas pa nyid (...) | bDud 'joms glings pa, in: Barron (1994), p. 112.

34 kun tu bzang po grol lugs ni | gzhi snang shar ba'i skad cig la gzhan du ma bzung bar rang snang du ngo shes pas 'gyu ba rang thog tu chod de skad cig dang po la rang snang du shar ba rang ngo shes pas rtogs pa skyes te bye brag phyed | gnyis pa la 'khrul pa sangs shing ye shes rgyas pas gzhi 'bras bur smin te ngo bo ye sangs rgyas pa la rtogs pas yang sangs rgyas pa zhes bya | rang snang ka dag tu thim nas gzhi thog tu kun gyi ngon rol tu sangs rgyas pa'i ston pa kun tu bzang po zhes bya'o | Kongtrul Lodrö Tayé: sHe bya kun khyab I–V. Beijing, 1985, p. 263.

35 rtog pa shar grol dus mnyam yin pa la | gnyen pos ma byung bya ba ci la zer | Zhabs dkar bla ma (é.n.), f. 11a.

36 'di ltar sngon la rtal sbyong byas gyur na | phyin chad nyon mongs dug lnga nam shar tshe | nyon mongs rang mtshang sngon la shes stobs kyes | stong nyid ye shes gnyis ka mnyam shar nas | shar grol dus mnyam shar grol dus mnyam mo | Zhabs dkar bla ma (é.n.), f. 20b.

37 'khor 'das gnyis la 'brug gi sgra bzhi du | yongs grags sangs rgyas zer ba'i sgra po che | 'gro drug sems can rgyud la rtag bzhugs nas | skad cig tsam yang g.yel med 'grogs 'di mtshar | sangs rgyas rang la yod par ma shes par | phyi rol gzhan du sangs rgyas btsal ba mtshar | Zhabs dkar bla ma (é.n.), f. 5a.

38 dharmadhātu, chos kyi dbyings: a jelenségek tere, a valóság kiterjedése vagy dimenziója

tükörhöz hasonló ősi tudás (*me long lta bu'i ye shes*); az önhietség (*nga rgyal*) mögött az egyöntetűség ősi tudása (*mnyam pa nyid kyi ye shes*); a vágy (*'dod chags*) mögött a megkülönböztetés ősi tudása (*so sor rtoq pa'i ye shes*); az irigység (*phrag dog*) mögött a beteljesítés ősi tudása (*bya ba sgrub pa'i ye shes*).

„Ti, akik tompák és kábák vagytok, engedjétek felkelni a tompaságot és a sokféle nemtudást, és ha felkelt, rezzenetlenül tekintetek az arcába! Először is, honnan jön a Tompaság? Ha ezt már tudjátok, kérdezzétek meg: hol van most? És végül, hová távozik?

Vizsgáljátok meg, hogy van-e színe és alakja vagy más jellegzetessége! Ha így tesztek, rájöttök, hogy kezdettől fogva üres és megfoghatatlan. Ne utasítsátok el a tompaságot: a tompaság a Dharmadhātu ősi tudása.”³⁹

A gyakorló ugyanígy kezeli a többi négy szenvedet is: ellenszer (*gnyen po*) alkalmazása és transzformáció nélkül, pusztán a felismerés erejével. Ettől fogva tudja, hogy a szenvedek üresek, és hogy éppen annyira kell tőlük tartania, mint a tolvajtól, aki üres házba lopózik be.⁴⁰

E belátással együtt létrejön (pontosabban szólva, egybeesik vele) a lények iránti együttérzés, amelyet bDud 'joms gling pa a megvilágosodott tudattal (*byang chub kyi sems*) azonosít, és ez jelöli ki a gyakorló számára az erkölcsöt, amely éppoly természetes és magától értetődő, mint amilyen a belátás volt.⁴¹ Ekkor egyensúlyba kerül a cselekvés és a tudás. A gyakorló már nem kötődik az erényes tettekhez (azaz nem túlozza el a cselekvés jelentőségét), de azt sem gondolja, hogy mindent megtehet, hiszen minden csak illúzió (ezzel a tudás irányában billenne el a mérleg). Megszabadul, és olyan lesz, mint a gleccsereken kóborló, fenséges hóoroszlán.⁴²

bDud 'joms gling pa: A jelenségek megtisztítása (Jótanács, amely nyilvánvalóvá teszi, hogy a természetes Nagy Tökéletesség saját természeted és hogy meditáció nélkül is buddha vagy)

Bevezető

Rendületlen bizalommal leborulok a mindenütt jelenlevő úr, az ősi védelmező, az ősi tudás káprázatszerű játékának legkiválóbb palotája előtt!

Manapság, hogy elhatalmasodott az ötféle hanyatlás, a durva és vad lények súlyos gonosz-tetteik hatása alatt állnak, s az emberi élethez, ehhez a tűnékeny álomhoz kötődnek: terveket szőnek, mintha örökké itt maradnának.

Olyat, aki valóban a szabadulást és a mindentudást keresi, nem látok többet, mint csillagot a nappali égen. Az emberek, ha eszükben tartják is a halált és pontról-pontra gyakorolják is a Tant, életüket erényes cselekvésre és beszédre vesztegetik: céljuk az, hogy égi istenként vagy emberként szülessenek újra.

³⁹ *khyed rnamis gnyid dang bying rmuqs la sogs pa'i | gti mug skyer chug skyes tshe ngo bo la | cer gyis ltos la gti mug mkhan po de | dang po gang nas byung dang da lta'i dus | gang du gnas dang tha ma gang du 'gro | dbibs dang kha dog la sogs e dug ltos | bltas tshe ye nas stong ba 'dzin med yin |*

gti mug ma spangs chos nyid ye shes so | Zhabs dkar bla ma (é.n.), f. 19b.

⁴⁰ Zhabs dkar bla ma (é.n.), f. 30b.

⁴¹ bDud 'joms gling pa, in: Barron (1994), p. 160.

⁴² bDud 'joms gling pa, in: Barron (1994), p. 158.

Mások olyan nézetet vallanak, amelynek semmi köze az ürességhez, és az értelmükkel döntik el, hogy a tudat üres. Beavatást nyernek abba, ami nem több, mint fogalmi gondolkodás vagy passzív észlelés, és ebben az állapotban időznek, ahol semmi tennivaló nincs. Ez a vágy-birodalombeli és a formabirodalombeli istenek közé emeli őket, ám a mindentudás ösvényéhez egy lépéssel sem kerülnek közelebb.

Ezért, ha van legalább néhány olyan ember van, aki számtalan világkorszak alatt rengeteg érdemet és bölcsességet halmozott fel, akit helyes fogadalom köt és karmikus kapcsolatba került a legfőbb tanítással, őket képességeik és szerencsájuk szerint tanítani fogom. Akik nem állnak karmikus kapcsolatban velem, és nem oly szerencsések, hogy a Nagy Tökéletesség⁴³ tanításának hasznát vehetnék, azok e tanítás jelentőségét eltúlozzák vagy éppen lekicsinylik majd – az ő elméjük mintha sűrű vadonba vette volna be magát. Ti, akik nem ilyenek vagytok és akiknek szerencséje az enyémhez hasonló, fogadjátok meg ezt a tanácsot: a vizsgálódás, az elemzés, a meditáció és a befogadás segítségével ismerjétek fel, hogy a szamszára és a nirvána üres, és tartsátok is fenn ezt az állapotot!

A természetes Nagy Tökéletesség tanítása három-osztatú: a tudatról szóló csoportból, a térről szóló csoportból és a titkos útmutatás csoportjából áll. A most következő szöveg úgynevezett „titkos útmutatás”. A nézetre, a meditációra és a cselekvésre vonatkozó részből áll.

O rgyan mtsho skyes rdo rje

Egy alkalommal *O rgyan mtsho skyes rdo rje* ősi-tudás-káprázat-megtestesüléséről támadt látomásom. Tanácsot kaptam tőle arra nézvést, hogy miképpen finomíthatom a megjelenő látszatokat kápráztatá:

– Feltárom előtted a függő keletkezést, az okok és feltételek összjátékát. Az ok a tündöklő, finom anyagú tér, amelyben bármi megjelenhet. A feltétel az énképpzettel terhelt tudatosság. Amikor e kettő találkozik, megnyilvánulnak a káprázathoz hasonló látszatok. Tehát az alap – vagyis a tér –, az alap energiájából létrejött, közönséges tudat és e tudat megnyilvánult arcú-lata – vagyis minden külső és belső jelenség – függ egymástól: úgy viszonyulnak egymáshoz, mint a nap és a napsugár. Ezért nevezik „függő keletkezés”-nek.

Épp így függ a varázsképp megjelenése a finom anyagú, tündöklő tértől mint októl, illetve a varázsszerek, a varázsigék és a varázsló tudatának találkozásától mint feltételtől.

Minden jelenség ilyen: valójában nem létezik, csupán az énképzet jeleníti meg. A délibáb is így ölt alakot, amikor a finom anyagú, tündöklő ég és a meleg pára együtt van jelen.

Az ébrenlét, az álom, a köztes lét és a következő élet során tapasztalható látszólagos jelenségek egyike sem létezik: abból támad a zűrzavar, hogy e látszatoknak valós létet tulajdonítasz. Amikor álmod látsz, nem gondolod hazugságnak, nem monddod, hogy az csupán álom, hanem szilárd tárgyi világnak tapasztalod és kötődsz is hozzá.

Az énképzet (a belső feltétel) úgy jeleníti meg a különféle jelenségek összességét, mintha azok „mások” lennének. Éppígy jelenik meg az arc és a tükör találkozásának függvényében a tükörkép. Az énképzet körbefon minket, ezért jelenik meg sorjában a hat város.⁴⁴ Olyan ez,

mint a közönséges tudat valamely közönséges káprázata, például a naplemente idején, sík vidéken megjelenő délibáb.

Az érzékszervi észlelések sosem léteztek. Mindenfélét látunk, hallunk, tapasztalunk, érzünk, de nem más az, mint saját káprázatszerű észlelésünk, amely „más”-nak tűnik – olyan, mint a visszhang.

Nincs olyan jelenség, amely az alaptól különbözne. Ama alapban mindegyik egyízű, éppúgy, ahogy a csillagok tenger vizén tükröződő fényei nem különböznek a tengervíztől, hanem egyik azzal és egymással is. Az alapba, a mindent átható, kiterjedt térbe ént képzelünk, ezért tűnik valóságosnak az „én” és a „más”. Buborékok formálódnak így a víz tetején.

Az alap, vagyis az üres tér ragyogó arculata az én látszatává, elme-tudatossággá szűkül. Ez az elme-tudatosság megmerevedik, és ebből támadnak a zavaros látszatok. Szemünk is így káprázik, ha a látóideg nyomás alatt van vagy ha energiánk állapotát az energia-szél megváltoztatja.

Az énképzettel terhelt észlelés számára az alaptól mindenféle látszat kel fel, ám ezek a jelenségek az alaptól ki nem mozdulnak és újonnan nem keletkeznek. Olyan ez, mint amikor a gyakorló eléri az elmélyedésnek azt a fokát, ahol uralja az emanációkat: amikor ebben az elmélyedésben tartózkodik, varázsképek jelennek meg előtte, de e képeknek valójában se alapjuk, se gyökerük nincs, nem valódiak.

Ó, kisgyermekem, kit gondolat fel nem ér! Így meditálj fokról-fokra, és felismered, hogy minden látszat káprázat: a káprázat jogáját gyakorlod.

Így szólt, és eltűnt szemem elől.

bDud 'dul rdo rje

Azután a jelen-tudat hordozója, *bDud 'dul rdo rje* szólt hozzám:

– A vadzsra⁴⁵, az örökkévaló vadzsra! Ha tényleges értelmét keresed, magára a térre tekint!

És ismét szólt, feltárva szavai értelmét:

– Ó, a világedény s a benne lakó lények ebben az üres térben jelennek meg, éppúgy, ahogy tükörkép a tükörben: a tükörkép és a tükör nem különböztethető meg; vagy ahogy a hold képe a vízen: a hold képe a víztől nem különböztethető meg; vagy ahogy a szivárvány az égen: a szivárvány és az ég nem különböztethető meg.

E térnek hét vadzsra-tulajdonsága van. Nem lehet megsebezni: sérthetetlen. Nem lehet legyűzni, megsemmisíteni: elpusztíthatatlan. E térben foglal helyet mindaz, ami létező és lehetséges: valódi. Sem hiba, sem erény nem szennyezi: romolthatatlan. Átmenet és változás nélkül való: szilárd. Nincs olyan, hogy át ne hatná a legapróbb részecskéket is: teljességgel akadálytalan. Semmi nem tehet benne kárt, semmi le nem győzi.

Minden más dolog fegyverrel sebezhető: sérülékeny. A változások hatására megsemmisül: pusztulásnak alávetett. Eggyé válik vagy sokasodik: hamis. A dolgok befolyása alatt áll: romlandó. Ingatag, mozgásban van: nem tartós. Mindenféle módon akadályozott. A körülmények megsemmisítik: legyőzhető. És azok a dolgok, amelyek nem bizonyulnak valódi létezőnek, üresek.

⁴⁵ *vajra, rdo rje*: gyémánt, villám-jogar

A durva létezőket részecskéikre bonthatjuk, majd e részecskéket további hét részre oszthatjuk. Ha ezeket az apró részeket ismét hétfelé osztjuk, tovább nem osztható ürességet kapunk. Ez is olyan dolgok jellegzetessége, amelyek valójában nem léteznek. S ha úgy véled, hogy ezek a létezők a felosztás során semmisültek meg, de eredetileg léteztek, akkor vedd szemügyre az álmképeket, amelyek szintén csak akkor tűnnek valóságosnak, amikor megjelennek. Figyeld meg, ahogy e képek kibomlanak és eltűnnek, pusztán csak attól, hogy látod-e őket vagy sem, hogy tapintod-e őket vagy sem, hogy szemed nyitva van-e vagy csukva, hogy lábad felemeled-e vagy leteszed.

Erre talán azt mondod: nem igaz, hogy a korábbi káprázatszerű jelenség megszűnik, eltűnik, és később egy újabb bomlik ki, hanem úgy véled, hogy minden látszat a korábbi pillanatból egy következő pillanatba lép át, és hogy mind a korábbi, mind a későbbi jelenség valós. Válaszom a következő: Nézd csak meg az álmképeket! Ha figyelembe vesszük az ok-okozati összefüggést, arra jutunk, hogy nem létezhet ráruházástól mentes, önmagában megálló lényeg. Jól gondold át, hogy is van ez!

A térnek tulajdonított hét vadzsra-tulajdonság példákkal világít rá arra, hogy a tér – mivel hogy nem valóságos létező – átmenet és változás nélkül való. Rámutat, hogy miképp létezik a valóság⁴⁶, a kimondhatatlan, elgondolhatatlan, kifejezhetetlen lényeg, amelyet változás nem érint.

Jól teszed, ha a valóst és a nem valóst, a ténylegest és a hamisat így különbözteted meg. Hogy az „ujjal a holdra mutatni” példáját alkalmazzam: ne elégedj meg azzal, hogy csupán a mutatóujj hegyét bámulod – a holdra nézz! Ha nem meditálsz újra meg újra, ha az ürességet egyszer s mindenkorra nem ismered fel, a mindentudás ösvényéhez egy lépéssel se kerülsz közelebb.

Ó, gyermekem, a felismerés és a jelen-tudat hegycsúcsa! Mindezek értelmét behatóan vizsgáld! Légy a teret megértő jögi, aki felismeri, hogy minden látszat maga a tér!

Így szólt, és eltűnt szemem elől.

kLong chen pa dri med 'od zer

Miután ezt egyszer s mindenkorra felismertem, átláttam, hogy minden látszat, úgy, ahogy van, üres. Úgy gondoltam, hogy a külső látszatokat (vagyis a világedényt), és a benne rezgő látszatokat (vagyis az érző lényeket), valamint e kettő között létrejövő érzékszervi észleleteket mind-mind magam mögött kell hagynom, és egy másik helyre kell távoznom. Úgy véltem, hogy minden egyes lény külön-külön tudatfolytonossággal bír, különállóan létezik.

Ekkor álmomban mesteremmel, *Dri med 'od zer*rel találkoztam, aki a kérdés-felelet módszerével feltárta előttem mindezt, és tanáccsal látott el:

– Ó, nemes gyermekem! A külső látszatok, vagyis a világedény, a tartalom, vagyis a lények, illetve a kettő között létrejövő öt érzékszervi észlelet – e látszatok mindenek alapjába, a hirtelen üresség terébe olvadnak, ahogy a varázsképek enyésznek a térbe. Azután a *karma*⁴⁷ feltámadó szelének teremtő ereje megjeleníti testünket. Ebből kibomlik az álom: a világedény, annak tartalma, s minden érzékszervi észlelés. Kiépülnek a viszonyítások mindezek iránt – ebből támad

⁴⁶ *dharmatā, chos nyid*, a dolgok valódi természete, a létezés tényleges módja

⁴⁷ *karma, las*

a zűrzavar. Végül aztán az, ami van és ami lehet, mindenek alapjába, a hirtelen üresség terébe olvad, úgy, ahogy a szivárvány enyészik az égbe, újra kibomlanak az ébrenléti állapot káprázatszerű tapasztalásai.

Így feleltem:

– Úgy gondolom, hogy ez az én testem nem pusztá látszat: bizonyos, hogy szüleimtől született, hogy okokból és feltételekből keletkezett.

Erre így szólt:

– Eszerint úgy véled, hogy tested apádtól-anyádtól származik. Mondd hát meg, hogy mi a szülők kezdete-vége, honnan jönnek, hol vannak, hová távoznak!

Ezt feleltem:

– Úgy gondolom, hogy van ilyen, de nem tudom, mi az. Azt hiszem, hogy ha nem lennének szülők, a test sem lenne.

– Akkor hát kik a szülei az álombéli testnek, a közteslét-beli testnek, a pokolbeli testnek meg a többi ilyesfélenek? Gondold csak át!

Ekkor megszületett bennem a határozott felismerés, hogy e test nem több pusztá látszatnál. Mégis így folytattam:

– Ó, mester! Úgy gondolom, hogy amikor testem ágyban, takarók közt hever, változatlan marad – éppúgy, mint az emberi világ –, s közben kelnek föl az álomképek.

– A külső látszatok (vagyis e hatalmas világedény), tartalma (vagyis a sok-sok lény) és a kettő között megjelenő ötféle észlelet – e szépen elrendezett álomkép vajon a fejedben, végtagjaidban, felsőtestedben vagy alsótestedben helyezkedik el? Vizsgáld meg!

És bár megszületett bennem a bizonyosság és a felismerés, hogy mindeme látszatok sehol sincsenek, így folytattam:

– Ó, mester! Azt hiszem, hogy az álomképek azért kelnek fel, mert tudatosságom egy másik helyre távozik, majd amikor később visszatér testembe, az ébrenlét látszólagos tapasztalásai jelennek meg.

– Ha így áll a dolog, akkor ez a test olyan, mint valami fogadó. Azonosítsd, nevezd tehát meg azt az „ajtót”, amelyen keresztül a tudatosság kilép, majd visszatér! Mondd meg azt is, hol lakik a tudat! Amennyiben felsőtestedben székel, hogy lehetséges az, hogy fájdalmat tapasztalsz, amikor tövisbe lépsz? Ha alsótestedben fészkelne, nem érezhetnél a felsőtestedben fájdalmat. Az sem helytálló, ha úgy véled, hogy az az apró tudatosság, amely először belép egy nyíláson, utóbb kitágul, kitölti a testet, majd újra összehúzódik, pusztán azért, hogy azon apró nyíláson keresztül ismét távozzék. És ha mégis így van, akkor a halál idején a holttesthez tartozó tudatosság vajon miért nem tér vissza a holttestbe? A szélrózsa melyik irányában terül el az álomképek ama birodalma, ahová a tudatosság távozik? Ez a birodalom azonos az ébrenlét során megjelenülő világedénnyel és a benne rezgő tartalommal? Netán különbözik tőle? Erre mit mondasz? Ha ez a kettő egy-azonos, akkor az álom szabja-e meg határát, vagy sem? Ha igen, akkor nem ébrenléti tapasztalás, ha pedig nem, akkor nem álomkép. Az is oktalanság volna, ha ugyanezen látszólagos jelenségeket aszerint tekintenéd létezőnek vagy nemlétezőnek, hogy alul, felül, kívül avagy belül vannak-e.

Erre így szóltam:

– Ó, mester! Ebben az esetben milyen felismerésre jussak? Hol vessem meg a lábam? Kérem a legnagyobb szerűbb mestert, hogy tanítsa ezt!

– Az időtlen idők óta folyó születések során sohasem tapasztaltál születést, csupán a születések látszatát. Halált sem ízelteél, csupán a látszólagos jelenségek változását: mintha csak álomképek mosódtak volna át ébrenléti tapasztalásba.

A forma, amit szemed lát, a hang, amit füled hall, a szag, amit orrod érez, az íz, amit nyelved ízel, a tapintásérzet, amit tested tapasztal, mind-mind saját magad számára megjelenő, saját látomásod. Cseppet sem több!

Ha úgy véled, hogy valami önmagában, saját folytonosságként létezik, csak mert szemeddel színről-színre láthatod, kezdeddel megfoghatod, érzékszerveiddel tapasztalhatod, akkor gondold arra, hogy az álombéli forma, hang, szag, íz és tapintásérzet mindegyike – noha a maga idején valóságosnak tűnik – az ébrenlétből nézve már sehol sincs, nem érzékelhető. A kezdetelen szamszarában sohasem tapasztaltál újraszületést és tovább-vándorlást: sehová sem mentél. Az álomképekkel is így áll a dolog.

Ha ezek után arra a következtetésre jutsz, hogy az álombeli látszatok és az ébrenlét során tapasztalt látszatok közül egyik kevésbé valódi, mint a másik, akkor azt mondom neked: gondold csak végig a születésedtől ezidáig tapasztalt látszatokat! Vizsgáld meg minden tetedet, ügyes-bajos dolgaiddat, erőfeszítéseid, gyűjtögetésedet, terveidet – egyformák-e vagy sem? Ha az álombéli látszatokat és az ébrenlét jelenségeit alaposan megvizsgálod – mégpedig úgy, hogy nem veszed figyelembe, melyik tart hosszabb ideig, s melyik rövidebb, hogy melyik gyakoribb s melyik ritkább –, akkor egyszer s mindenkorra felismered, hogy egyformák.

Mi több: ha az álomkép valótlan lenne, az ébrenléti tapasztalás pedig zűrzavartól mentes, akkor ezzel azt állítanád, hogy akik álomképet látnak, azok közönséges lények, akik pedig ébrenléti tapasztalást élnek át, azok buddhák. Ám ha az álomkép s az ébrenléti tapasztalás egyaránt zűrzavaros látszat, akkor semmi értelme az egyiket valótlannak, a másikat pedig valóságosnak tekinteni. Hiszen a „zűrzavaros látszat” kifejezés annyit tesz, hogy megragadod azt, ami valóságosnak tűnik, pedig nem az.

Világhegynyi ételt megettél már, óceányi vizet megittál, mégsem laktál jól, mégsem oltottad szomjadat. Annyi ruhát elnyűttél, hogy azzal be lehetne borítani a háromezres világegyetemet, mégsem melegedtél fel. Ismerd fel: ez annak a jele, hogy semmi sem több pusztá látszatrán!

Nagy-nagy hibát követsz el, ha nem ismered fel, hogy ez a testnek-látszódo valami üres, és úgy hiszed, hogy valóban létezik. E test kedvéért tett erőfeszítéseid a mindentudás gyümölcset fálják, ezért nevezik így: „a zabáló démon”. Körbe-körbe vezet, születés és halál képét tartja eléd, ezért mondják rá: „a gyilkos hóhér”. A test kedvéért a ruha meg a többi hasonló dolog örömét hajszolod, gúzsba köt a ragaszkodás. A reményhez tapadó ragaszkodás és a félelemhez tapadó ellenszenv a szabadulás ütőerét vágja fel, ezért mondják: „elvája az életet”. A tartós boldogság lélegzetét elorozza, ezért „lélegzet-tolvaj” is.

Az tehát, aki a hat érzékelési terület látszólagos tárgyai felé viszonyításokat épít ki, olyan, mint az őz, aki víznek látja a délibábot és utánaszalad. Porszemnyi lényeg sincs, ami ennél több lenne, ami létezne!

Noha felismered, hogy a dolgok üresek, azok továbbra is megjelennek, nem enyésznek el. Felmerülhet hát benned a kérdés, hogy akkor mire jó az efféle megértés. Arra jó, hogy e megértés hiányában – azaz ha nem ismered fel, hogy a meditáció tárgyának lényege az üresség – semmilyen meditáció sem segít rajtad.

Továbbá, azt is gondolhatod: „Ha a vizualizáció felépítő szakasza, a meditáció többi fajtája és az intellektuális megértés nem vezet szabaduláshoz, akkor az üresség megértése egymagában miért tárná fel a létezés mikéntjét, a hiányt? Ha minden eleve üres, teljesen mindegy, hogy tudom-e, hogy üres.” Csakhogy a jelen-tudatnak és a jelen-tudat hiányának különbségéből, a tudás és a nemtudás különbségéből származik a szamszára és a nírvána, a szabadulás és a zűrzavar. Ezért a jelen-tudat, a tudás a lényeg. Ismerd fel ezt!

Aztán, egyesek talán azt is mondják: „Ha magamtól nem ismerem fel, akkor hasztalan a tanítást hallgatni és meditálni.” Csakhogy kezdetlen időktől fogva nem értetted meg magadtól, ezért bolyongsz a szamszárában. Tudd, hogy a tanulás és a gyakorlás révén érted meg a tantrákkal, a hagyománnyal és a titkos átadásokkal összhangban lévő nézetet, az ürességet!

Az ürességet úgy is megértheted, hogy a tanulás, a gyakorlás során nehézségeket tapasztalsz, de éppenséggel úgy is, hogy a legkisebb nehézséggel sem találkozol. Van úgy, hogy nagy fáradtság árán találsz aranyat, és van úgy, hogy semmit sem kell tenned érte, de az arany attól még nem lesz értékesebb vagy hitványabb.

Az „elemző bölcsesség” nem más, mint az egyszer s mindenkorra érvényes felismerés, miszerint minden látszat üres. Az „éntelenséget belátó bölcsesség” a folyamatos bölcsesség, amely a szamszára és a nírvána hatalmas üressége felől megbizonyosodó, áttörő felismerés után jelenik meg. E kétféle bölcsességet tudatfolyamodba helyezed, kezdetben megérted, majd megtapasztalod, végül pedig megbizonyosodsz felőle. Ez a lényeg.

Mondhatod azt is: „Nem tartható az az álláspont, hogy a test nem több pusztán látszathoz, hiszen ha tűz vagy víz éri testüket, nyíl, dárda vagy bot sebz meg őket, azok is fájdalmat tapasztalnak, akik az ürességet felismerték.” Erre azt válaszolom, hogy amíg nem érkezett el a valóságba-enyészés terébe, addig a kettős látszatok nem húzódnak vissza. És amíg nem húzódtak vissza, addig a jótékony és káros jelenségek szakadatlanul újrakeletkeznek. Valójában azonban a pokol tüze sem éget.

Így szólt, és eltűnt szemem elől.

Szaraha⁴⁸

Egy alkalommal pedig, amikor Szaraha *mahásziddha* jelent meg előttem, így szólítottam meg:

– *Sziddhák* nagyhatalmú ura! Hogyan oszlassam el az elhomályosulásokat? Hogyan bizonyosodjak meg afelől, hogy vannak istenek? Miképpen távolítsam el a démoni akadályokat? Hogyan? Nyilatkoztasd ki ezt nekem!

Így válaszolt:

– Ó, nagyszerű gyermekem! Vizsgáld meg azt, ami előnyös és azt, ami káros! Az úgynevezett „elhomályosulás” az alapra, az üresség lényegére irányuló jelen-tudat hiánya: „elhomályosulásnak” és „a jelen-tudat hiányának” nevezik. Az úgynevezett „beidegződött hajlam” pedig a jelen-tudat hiányának rögzülése. Ezt nem tudod megszüntetni azzal, hogy a test és a beszéd érényes cselekedeteire törekszel vagy más közönséges erőfeszítéseket teszel. Ám ha az elemző bölcsességgel egyszer s mindenkorra felismered a valóságot, az elhomályosulások maguktól szertefoszlának.

Hol található az összes jótékony hatású testi és beszédbeli érdem? Hol a kincstár, ahol mindez felhalmozódik? Vizsgáld meg, elemezd, vedd szemügyre a forrást, ahonnan erednek, a helyet, ahol fennállnak, a vidéket, ahová távoznak, s akkor rájössz: sehonnan sem erednek, sehol sem állnak fenn, és sehová sem távoznak. Hogyan lehet hasznára lenni a tudat üres természetének? A külsejével, a belsejével, a kettő közötti résszel, a felső vagy az alsó részével teszel jót? Ha ezt megvizsgálod, végleg belátod, hogy semelyik részével sem lehet jót tenni. Az ilyen jótétemény csak összegyűjtött szamszárabeli érdem, semmi több.

Hát az összegyűjtött bűnök halma a szélrózsa melyik irányában tornyosul? Melyik vidéken van az a raktár? Vizsgáld meg, hogyan lehet kárt tenni az üres tudatban: kint, bent, alul, fölül, középen?

Ha behatóan megvizsgálod annak az embernek a tudatfolyamát, aki testben és beszédben folyton-folyvást erényesen cselekszik, és azt, aki egész életében bűnt bűnre halmoz, rájössz, hogy – a vágyhoz és az ellenszenvhez, a reményhez és a félelemhez való kötődés tekintetében – kettőjük tudatfolyama között hajszálnyi különbség sincs. Ha megszabadul az egyik, az azért van, mert tudatfolyama megszabadult; ha tévelyeg a másik, az azért van, mert tudatfolyama tévelyeg. És amíg egyikük tudatfolyama sem szabadult meg, hajszálnyi különbség sincs közöttük abban, hogy a szamszárában bolyonganak. Az érdem és a bűn között tehát csupán annyi a különbség, hogy az egyik időleges örömhöz, a másik pedig időleges szenvedéshez vezet. De mindkettő csak a szamszárát nyújtja el.

Amíg ennek megfelelően meg nem állapítottad, hogy mi is az érdem, addig összetéveszted a tökéletes megszabadulás ösvényét és az időleges érdemek gyűjtésének erényét, így a tökéletes tudás gyümölcsét nem éred el. Nem tudod, hogy az elhomályosulás és a tévelygés alapja az, hogy önnön természeted nincs önmaga tudatában, így nem azonosítod a tévelygés okát. Ez semmi másra nem jó, mint hogy a végtelenségig bolyongj a szamszárában, ezért tudd meg: a lényeg az, hogy ezt megállapítsd!

Ha megvizsgálod, hogy azok, akiket „jőtevő isteneknek” nevezünk, először is hol születnek, aztán hol léteznek, végül pedig hová távoznak, megérted, hogy sehonnan sem jönnek, sehol sincsenek, és sehová sem távoznak. Melyek azok az érzékszervi tárgyak, amelyekben megragadható a létük? A látható dolgok, a hangok, a szagok, az ízek, a tapintható tárgyak? Ha úgy véled, hogy a világedénynek és tartalmának valamely elemében léteznek, vizsgáld meg ezeket az elemeket az egészen apró részecskékig, az oszthatatlan részecskékig behatóan! Vedd szemügyre az adott elemet jelölő fogalmat, és azt is, hogy milyen módon létezik! Ha alaposan megvizsgálod, hogy az istenek mi módon tehetnek jót és hogy az ártó démonok miképpen tehetnek kárt, akkor felismered, hogy sehogyan sem! Az öröm és a szenvedés egyaránt a tudat látszólagos tapasztalása, olyan, mint az álom. Akiket „isteneknek” hívunk, azok nem tudnak jót tenni, akiket pedig „démonoknak” nevezünk, azok nem tudnak ártani.

Ha úgy gondolod, hogy démonok ártottak neked, vizsgáld felül, hogy miféle kárt okozhat ez a „démon”, amely nem több pusztá elnevezésnél, hiszen sem forma, sem hang, sem szag, sem íz, sem tapintásérzet! Így azt látod, hogy sehol sincs, üres, nem létezik.

Akik az elhomályosulás befolyása alá kerültek, azok úgy hiszik, hogy testük alsó része rossz, a felső pedig jó. Felsőtestük tisztának tűnik, azt istennek látják; alsótestük pedig mintha tisztátalan lenne, azt meg démonnak vélik. A remény és a félelem így szakadatlanul újrameglekezik,

az énképzet szoros béklyója köt, és egyre újabb és újabb örömet és szenvedést élsz át. Szemernyi valóságos létező sincs: erre az álom példája világít rá.

Az itt a legfontosabb, hogy az eredeti természetet megértsd: ezzel eltakarítod a meditáció akadályait. A meditáció összes akadály, a bizalom hiánya, az elme tompasága megszűnik, és megvalósul a valóságba vetett bizalom és a kétségektől mentes bizonyosság. Megváltasz a jelen-tudat hiányának homályától, és uralmat nyersz a jelen-tudat hatalmas hullámmása fölött.

Ez az Elcsendesítésnek és az Ördögök Lekaszabolásának alapja is. Az önmaga tudatában lévő jelen-tudaton kívül ne keress isteneket! Egyszer s mindenkorra ismerd fel, hogy a fogalmi gondolkodáson kívül nincs más démon! Ami pedig az isteneket megidéző és a démonokat kiengesztelő szertartásokat illeti: a fentebb elmondottakon kívül semmiféle más módszer nincs. Ha ezt átlátod, bizonyos, hogy minden jelenséget szemfényvesztésnek ismersz meg; bizonyos, hogy a káprázat nagy jógija lesz.

Ó, gyermekem, kinek tudata immár nem közönséges, te, aki feltártad a jelen-tudatot! Tanítsd ezt azoknak, akiket meg kell zabolázni, és ők bizonyára a nagy titkos út gyakorlói lesznek!

Így szólt, s eltűnt szemem elől.

Phyag na rdo rje

Amikor sugárzó, tiszta fényű látomásban a hatalmas és dicsőséges *Phyag na rDo rje* jelent meg előttem, így szóltam:

– Ó, diadalmas és nagyszerű Vadzsrát Hordozó! A „buddha” vajon azt jelenti, hogy itt és most buddhák vagyunk, vagy azt, hogy egy messzi vidékre kell távoznunk és ott buddhává lennünk?

Mire ő a következőket felelte:

– Ó, szerencsés, nemes gyermekem! Ha azt gondolod, hogy ez a bizonyos „buddha” egy tágas, nagy ország ura, fejedelem az emberek között, szépséges, nemes külsejű, békés, fennkölt, makulátlan, egyszóval olyasvalaki, akinek látásával nem tudsz betelni, nos, akkor ki az ő apja és anyja? Ha anyától született, a születés mint véglét korlátozza; ha változás nélkül létezik, akkor az állandóság véglete korlátozza; ha elmúlik, akkor az eltűnés, a nemlét, a megszűnés mint véglét korlátozza.

Röviden: ha lenne a keletkezésben, a létezésben és a megszűnésben önmagában megálló, ténylegesen létező lényeg, abban az esetben semmiféleképpen nem létezhetne a két véglettől mentes eredeti természet. Tehát a látszólagos jelenségek, amelyek létrejönni s utóbb megszűnni tűnnek, nem többek pusztá „ráfogásnál.”

Ha csak arra tekintesz, ami helyes és tiszta, és valódi létezőnek tapasztalod, önmagad vered béklyóba. Ha a szamszára és a nirvána közös terében akár egyetlen megkülönböztető jellegzetesség is lenne, akkor az eredeti létmód, vagyis a szamszárabeli létezés és a nyugalom azonossága nem lenne több pusztá szónál vagy üres fecsegésnél. Bizony, sokan úgy kötődnek a nirvánához, mintha annak önálló jellegzetességei lennének, és így a remény és a félelem hálójába gabalyodnak. Ha pontról-pontra felsorolod, hogy mi az, ami szép és jó a tiszta birodalmakban, s úgy véled, hogy mindez önjeggyel bíró, valóságos létező, akkor a jelenségeket önvalónak tapasztalod.

Az a nézet, hogy a Beérkezett örökkévaló és valóban létezik – bármiféle nevet aggatunk is rá – voltaképpen nem lép túl a személyes én nézetén. Ha úgy véled, hogy a buddhának van szeme,

akkor szem-tudatossága is van. Ha bebizonyosodott, hogy van szem-tudatossága, akkor szükségszerűen bekövetkezik a látható dolgokként való megjelenés. Ezt pedig úgy nevezzük: „amit a szem felfog”, „a tárgy”. Ha ily módon bebizonyosodott, hogy létezik tárgy, akkor bizonyosan jelen van a formához ragaszkodó, finom fogalmi gondolatokat szövő tudat. Ez „a látás alanya”, „a közönséges tudat.” Azt, ami a tárgyat és az alanyt kettőnek tudja, „közönséges tudatnak” nevezzük, és azt, ami rendelkezik ezzel a közönséges tudattal, „érző lénynek”⁴⁹ hívjuk.

Ugyanígy, ha úgy véled, hogy a buddhának van füle, akkor van ahhoz tartozó tudatossága is, amelyet hangok kísérnek. Ha úgy gondolod, hogy van orra, akkor van orr-tudatossága is, amelyet szagok kísérnek; ha azt hiszed, hogy van nyelve, akkor van nyelv-tudatossága is, amelyet ízek kísérnek; ha úgy véled, hogy van teste, akkor test-tudatossága is van, amelyet tapintásérzetek kísérnek. Mindezek pedig tapasztalt dolgok, vagyis tárgyak. Az ezekhez tapadó fogalmi gondolkodás pedig a tapasztaló, vagyis a közönséges tudat. És ahogy már mondtam, azt nevezzük „érző lénynek”, aminek közönséges tudata van.

Ha létezne olyan „buddha”, aki nem áll a tapasztalás alanya és tárgya felett, akkor saját kiváló tulajdonságait átruházhatná az érző lényekre, éppúgy, ahogy egyik ember a másikra ruházza a jó tulajdonságokat. Ha úgy véled, hogy a buddhák átadják másoknak a Tant, és hogy azt érzékelik-tapasztalják, hogy ők maguk tanítók, hogy van a tanítandó tan és vannak érző lények, akik befogadják azt, akkor ezek a buddhák az érző lényeknél egy szezámamagnyira sem nemesebbek – tehát mind-mind érző lények!

Ha azt gondolod, hogy a buddhák attól buddhák, hogy egy boldog országban élnek, nagy-szerű barátok és társak körében, mindenben bővelkednek, semmi bánatuk nincs és mentesek haragtól-ragaszkodástól – nos hát, ezek a „buddhák” bizony nem nemesebbek a formabirodalombeli isteneknél, tehát csupán érző lények!

Végső soron önnön alapod, Szamantabhadra az, amit így nevezünk: „a három idő Szerencsésen Érkeztetjéi”⁵⁰. A buddha valójában nem tapasztalja azt, hogy erre a világra érkezne és a Tant átadná – számos tantra, hagyomány és közvetlen átadás mondja ezt. Világosan kifejtik, hogy ez annyit tesz: a tanítványoknak a buddha saját látomásuként jelenik meg, azaz csak ők látják tanítónak. Nézz utána, és értsd meg!

Akkor sincs igazad, ha úgy gondolod: vannak különféle, ténylegesen létező szamszárabeli lét módok és a sok-sok érző lény ezekre a helyekre megy, s hol örömet, hol szenvedést él meg. Ha valóban létezne korábbi életünk testi támasza, amelyet hátrahagyni látszunk, akkor a közteslét-beli test miből fejlődne ki? Ha az érző lények manapság már attól meghalhatnak, hogy kezük-lábuk megsebesül vagy megég, és már egy hideg téli éjszaka is elviheti őket, akkor miért van az, hogy a pokolbeli forróságot és hideget elszenvető test nem pusztul el, holott hosszú időn keresztül ég, fő, és más hasonló kínokat tapasztal? Ha manapság alig egy pár hónapig vagy akár csak pár napig tartó éhínség elpusztítja az érző lényeket, akkor a világkorszakokon keresztül éhező *préták*⁵¹ vajon miért nem pusztulnak el?

Tehát a hat osztályhoz tartozó érző lények, a köztes-létbeli lényekkel együtt mind-mind csupán látszatnak bizonyulnak – olyanok, mint a kibomló álmokép: üresek, valótlanok, nincsenek. Ha valós létet tulajdonítasz nekik, abból csak zűrzavar támad.

49 v.ö.: *sems*: közönséges tudat; *sems can*: érző lény (szó szerinti: „közönséges tudattal bíró”)

50 *sugata*, *de gshags pa*: buddha

51 *preta*, *yi dwags*

Ha egyszer s mindenkorra felismered a zavaros látszatot, és rájössz, hogy valótlan, üres, és sehol sincs, akkor a szamszára fenekestül felfordul. Ha átlátod, hogy a buddha nem más, mint saját alapod, és így bízni kezdesz magadban, akkor megkapod a nevet: 'a buddhák természetes szabadsága'.

Ó, Tér Bővelkedő Ura, Mindent-Átható Vadzsra! Ismerd fel egyszer s mindenkorra, hogy a szamszára egyetlen jelensége sem létezik, mind-mind üres, és tudd azt is, hogy önnön természetük a hiány!

Így szólt, és eltűnt szemem elől.

Srí Szengha⁵²

Később pedig, amikor a Jelen-tudat Hordozóinak királyával, *Srí Szenghával* találkoztam egy látomásban, így szóltam:

– Ó, mester, kérlek, mutasd meg nekem, mi a Nagy Tökéletesség ösvénye!

Ekkor így szólt:

– A Nagy Tökéletesség a szamszára és a nirvána hatalmas közös szerkezete, a tágas tér, amelyben a szamszára, a nirvána és az ösvény tökéletes. Az a nézet, amikor megérted ezt a közeget. A vonatkoztatási pont nélküli meditáció az, amikor természetes módon uralmat nyersz ebben ősi, eredendő, hatalmas alapon, amikor ráébredsz és kitarulsz abban, ami éppen van. Olyan ez, mint amikor a vízcsepp a tengerrel elvegyül, és tengerré válik, anélkül, hogy megváltoztatná a tengert, vagy mint amikor a korszó belsejében lévő tér a külső térrel elvegyül, és a térben térré-terjed, anélkül, hogy megváltoztatná a teret.

Ami az alapot és a közönséges tudatot illeti, nincs kint és bent, csupán az énképzet szabdalja „odakint”-re és „idebent”-re. Ahogy a maga természetes módján, szabadon áramló vizet a hideg szél jéggé dermedtíti, a természetes módon szabad alapon is csak az énképzet kristályosítja ki a szamszárát.

Ha ezt a létmódot megérted, akkor elhagyod a test jó, rossz és semleges cselekedeteit, és nyugton vagy, mint hulla az égetőhelyen, anélkül, hogy bármit is tenned kellene. Ugyanígy hagyod el a háromféle beszédbeli cselekedetet is, és úgy ülsz, mint a süketnéma. A tudat háromféle cselekedetét is magad mögött hagyod, és mesterkedés nélkül elnyugszol, olyan leszel, mint a tiszta őszi égbolt. Ezt nevezik elmélyedésnek.

Mivel elhagyod a kilenc cselekvést, nincs mit tenned. Az értelem segítségével nem lehet megismerni ezt a létmódot, a közönséges elmét meghaladja. Ezen a lényeges ponton természetes, nagy-nagy bizalomra teszel szert.

Akár jársz, akár ülsz, akár mozdulsz, akár mozgatsz, mantrát recitálsz, beszélsz vagy éppen gondolkodsz, egyszóval bármit is csinálsz, ezt a látásmódot el nem veszíted, és tudod, hogy ami van és lehet, az káprázathoz hasonló. Nem veszted el a meditáció bizonyosságát, tudatában vagy annak, hogy az eredeti állapot nyilvánvaló. Nem cselekszel nemtörődöm módon, a cselekvés négy útjára hagyatkozol. Ez a lényeg, halálodig erre hagyatkozz! Ez a természetes szabadság meditációja, amely meghaladja az értelmet.

A cselekvés lényege pedig az, hogy a nézet irányában a cselekvés rovására el nem térsz, nem gondolod: „mivel minden üres, tehetek bármit, az nem bűn.” Tartsd távol magad a test és a beszéd erénytelen tetteitől, akárcsak a méregtől! Légy nyugodt, fegyelmezett, visszafogott, mintha bírád előtt állnál!

Ám ha úgy kötödsz a test s a beszéd három esetleges erényes tétéhez, mintha az valami mélységes dolog lenne, akkor a helyes nézetet és a meditációt lefojtod. Ha emberi életteddel nem kezdesz mást, csak érdemeket halmozol fel a szamszárában, azzal aranyláncra vered magad. A cselevés irányában a nézet rovására el ne térj: legyél olyan, mint a gleccsereken kóborló, fenséges hóoroszlán, amit vadállat le nem gyűr.

Ha azokkal értesz egyet, akik úgy vélik, hogy az ember belátja ugyan az ürességet, de az együttérzést máshonnan kell megszereznie, az olyan, mintha azt mondanád, hogy van ugyan vized, de máshol kell keresned a nedvességet, hogy van ugyan tüzed, de máshol kell keresned a meleget, hogy egyenesen arcodba fúj a szél, de a hűvösség máshonnan jön. A bizonyossággal teljes felismerés, hogy a szamszára és a nirvána maga a hatalmas üresség, nem más, mint az együttérzés, amely a szamszára és a nirvána egyazon tisztaságában játszadozik – a felülmúlhatatlan bódhicsitta.

Vannak, akik előtt feltárják a nézet és a meditáció lényegét, valamint az eredeti létmód mikéntjét. A feltárással megismerésre jutnak, majd megállapítják, hogy ez önmagában elég. A szamszárabeli tevékenységekhez kötődnek; emberi életüket ragaszkodással és ellenszenvvel terhelt cselekvésekre herdálják. Ami pedig nézetüket és meditációjukat illeti, teljes mértékben tévednek, így a zavaros, szamszárabeli tevékenységek maguk alá gyűrik őket.

A meditációs tapasztalat során a tudat és a tudatosság-folyam nem olyan, mint azelőtt volt. a vágybirodalombeli istenek közé repítő, nagy-nagy öröm látszata, a Formabirodalomba emelő, fénylő, élénk tapasztalás a ragyogásról és a Formanélküli Birodalom négy állapotába repítő, gondolat-nélküli, befelé tekintő, mély álomhoz hasonlatos üresség-élmény, ahol nincs emlékezet és nincs tudatosság. Ha olyan nézetet vallasz, amelynek semmi köze az ürességhez, és az értelmekkel döntöd el, hogy a tudat üres, nem valódi létező, és egyhegyűen időzöl ebben az állapotban – nos, ez a nézet a szamszárabeli létezés csúcsára, az észlelés-nélküli isteni birodalomba visz.

Másrészt, mindenféle kivetülések jelennek meg. Külső zavarok az isteni vagy démoni kivetülések, a sötét előjelek és egyéb érzékszervi tárgyak külső zavarok. Belső zavar a kín és a fájdalmak megjelenése. Titkos zavar a rendszertelenül megjelenő tudati öröm és szenvedés. Ha tisztában vagy azzal, hogy mindez hamis tapasztalás és önámítás, és efelől biztos is vagy, akkor maguktól szertefoszlanak. Ám ha valódi létezését tulajdonítasz nekik, ha a remény és a félelem állapotát rájuk kérgesíted, akkor életed is veszélybe kerülhet – megőrülhetsz, elájulhatsz. Ha hatalmába kerít az isteni és a démoni látszatokhoz való erős kötődés, akkor te, a nagy gyakorló, közönséges lénnyé silányulsz.

Így szólt, s eltűnt szemem elől.

Irodalom:

- bDud 'joms gling pa: Rang bzhin rdzogs pa chen po rang zhal mngon du byed pa'i gdams pa ma sgom sangs rgyas, in: Richard Barron (1994) (trans.): *Dudjom Lingpa: Buddhahood Without Meditation. A Visionary Account Known as Refining Apparent Phenomena* (Nang-jiang), Padma Publishing, Barrytown.
- Dowman, Keith (1994) (trans.): *The Flight of the Garuda. Teachings of the Dzokchen Tradition of Tibetan Buddhism*. Wisdom Publications, Boston.
- Germano, David F. (1992): *Poetic Thought, the Intelligent Universe and the Mystery of Self: The Tantric Synthesis of rDzogs Chen in 14th Century Tibet*. Unpublished PhD Dissertation, The University of Wisconsin-Madison. UMI Dissertation Information Service.
- Goddemchen név: Thog ma'i sangs rgyas kun tu bzang pos 'khor ba'i sems can rnams 'tshang mi rgya ba'i dbang med pa'i smon lam khyad par can. In: Avalon, Arthur (1919): *Tantrik Texts*, Shrichakrasamvara, Luzac.
- Gyurme Dorje and Kapstein, Matthew (1991) (trans. and ed.): *Dudjom Rinpoche, Jikdrel Yeshe Dorje: The Nyingma School of Tibetan Buddhism*. Wisdom Publications, Boston.
- Kongtrul Lodrö Tayé (1985): *sHe bya kun khyab I-V. Me rigs dpe skrun khang*, Beijing.
- Longchen Rabjam: gNas Lugs Rin Po Che'i mDzod, in: *The Precious Treasury of the Way of Abiding*, Barron, Richard (1998) (trans.), Padma Publishing, Junction City, 1998.
- Longchen Rabjam (1989): *The Practice of Dzogchen*. Introduced, translated and annotated by Tulku Thondup. Edited by Harold Talbott. Snow Lion, Ithaca NY 1989.
- Longchenpa 1996: Klong chen rab 'byams pa dri med 'od zer, !tibi!, in: *The Full-Fledged Khyung chen Bird. An Essay in Freedom as the Dynamics of Being*. Edited, translated and annotated by Herbert Guenther (1996) (ed., trans.) *Studia Philologica Buddhica Occasional Paper Series X*. The International Institute for Buddhist Studies of The International College for Advanced Buddhist Studies, Tokyo.
- Lopon Tendzin Namdak: Lopon Tendzin Namdak: *Bonpo Dzogchen Teachings*. Edited by Vajranatha. Bonpo Translation Project, 1997.
- Namkhai Norbu (1986): *The Crystal and the Way of Light. Sutra, Tantra and Dzogchen*. Compiled by John Shane. Routledge and Kegan Paul, London 1986. (repr. 1987.)
- Namkhai Norbu 1984: Namkhai Norbu: *The Cycle of Day and Night. An Essential Tibetan Text on the Practice of Contemplation*. Translated and edited by John Reynolds. Station Hill Press, Barrytown, 1984 (repr.1987.)⁵³
- Namkhai Norbu 1989: Namkhai Norbu: *Dzogchen. The Self-Perfected State*. Edited by Adriano Clemente. Translated from Italian by John Shane. Snow Lion, Ithaca NY, 1989⁵⁴
- Namkhai Norbu 1996: Namkhai Norbu: *The Mirror. Advice on the Presence of Awareness*. Translated from Tibetan into Italian and edited by Adriano Clemente. Translated from Italian by Andrew Lukianowicz. Station Hill Openings, Barrytown, 1996.
- Reynolds: *The Golden Letters. The Three Statements of Garab Dorje, the First Teacher of Dzogchen, together with a Commentary by Dza Patrul Rinpoche Entitled „The Special Teaching of the Wise and Glorious King*. Translation, Introduction and Commenatries by John Myrdhin Reynolds. Snow Lion, Ithaca, New York, 1996.

Zhabs dkar bla ma (é.n.): mKha' lding gshogs rlabs (a Keith Dowman tulajdonában lévő tibeti fadúcos szövegről készült nyomat, amelynek további példánya a Dalai Láma dharamszalai könyvtárában található).