

## ELMÉLKEDÉS AZ ELKÖVETKEZŐ ÉLETEN

- b' Elmélkedés azon, hogy mi történik az elkövetkező életben: a lények két típusának boldogsága és szenvedése
- 1' Elmélkedés a poklakók szenvedésein
- a" Elmélkedés a lények szenvedésén a hatalmas poklokban
- b" Elmélkedés a szomszédos poklok szenvedésén
- c" Elmélkedés a hideg poklok szenvedésén
- d" Elmélkedés az alkalmi poklok szenvedésén
- 2' Elmélkedés az állatok szenvedésén
- 3' Elmélkedés az éhezõ szellemek szenvedésén
- a" Éhezõ szellemek, akik külsõ akadályok miatt nem jutnak ételhez és italhoz
- b" Éhezõ szellemek, akik belsõ akadályok miatt nem jutnak ételhez és italhoz
- c" Éhezõ szellemek, akiknél az akadály az ételben és az italban van



### **b' Elmélkedés azon, hogy mi történik az elkövetkező életben: a lények két típusának boldogsága vagy szenvedése**

Amint az imént szó volt róla, bizonyos, hogy hamarosan meghaltok, vagyis nem maradhattok ebben az életben. Halálotokat követően létezésetek nem szűnik meg, újjá fogtok születni. Továbbá, boldog vagy boldogtalan világba születtek újjá, ugyanis csak e kétféle lény közé kerülhettek, más születési hely nincs. Mivel karmátok irányítása alatt álltok és nem választhatjátok meg születési helyeteket, oly módon születtek újjá, ahogyan arra erényes vagy erénytelen karmátok kényszerít. [115] Ezt figyelembe véve, elmélkedjete a boldogtalan világok szenvedésein, ezzel a gondolattal: „Mi történne, ha egy boldogtalan világba születnék?” Ahogyan a védelmező Nāgārjuna mondja:

Minden nap elmélkedj  
 A különösen forró és hideg poklokon.  
 Elmélkedj az éhségtől és szomjúságtól  
 Elsorvadt éhező szellemeken.  
 Elmélkedj a korlátoltság szenvedésével sújtott  
 Állatokon és figyelj őket.  
 Szüntesd meg ezek okait és teremtsd meg a boldogság okait.

Emberi testet igen nehéz elnyerni ebben a világban.  
 Miután megszerezted, igyekezz megszüntetni  
 A boldogtalan világok okait.

Rendkívül fontos a létforgatag szenvedésein általánosságban, a boldogtalan világok szenvedésein pedig sajátos értelemben meditálni, ugyanis ha azon elmélkedtek, hogy miként zuhanhattok a szenvedések óceánjába, akkor legyőzve büszkeségeteket és önteltségeteket, idővel elfordultok a létforgatagtól. Ha a szenvedést az erénytelen karma következményének tekintitek, biztosan elkerülitek a vétkeket és a megszegéseket. Mivel boldogok akartok lenni és nem akartok szenvedni, valamint megértitek, hogy a boldogság az erényes karma következménye, örömmel művelitek az erényeket. Felmérve saját körülményeteket, fokozzátok együttérzéseketek mások iránt. Miután pedig hátat fordítottatok a létforgatagnak, erősítitek a megszabadulásra irányuló szándékotokat. A szenvedéstől megriadtan, buzgón fordultok menedékért a Három Ékkőhöz. A meditálás a szenvedésen mindezeket és még a gyakorlás számos más lényeges pontját magába foglaló hatalmas összegzés.

Hasonló módon, *A bódhiszattva cselekedetek művelésében* ez áll:<sup>277</sup>

Mínhogy szenvedés nélkül a megszabadulásra eltökélten törekedni  
 nem lehet,  
 Tudatom, maradj szilárd!

És másutt:

Továbbá, a szenvedésből fakadó értékek, hogy  
 Kiábrándultságod miatt felhagysz az önteltséggel,  
 Erősítéd együttérzésed a létforgatag lényei iránt, és  
 Gondosan elkerülöd a vétkezést és örömöd leled az erényekben.

Továbbá:

Félelemtől telve  
 Felajánlom magam Samantabhadrának.

*A bódhiszattva cselekedetek művelése* a szenvedés eme értékeit a múltban tapasztalt szenvedés nézőpontjából tárgyalja, de ugyanez áll a jövőbeni szenvedésre is. [116]

## 1' Elmélkedés a pokollakók szenvedésein

## a'' Elmélkedés az lények szenvedésén a hatalmas poklokban

[A jóga cselekedetek szintjeiben ez áll]:<sup>278</sup>

Nyolc hatalmas pokol van. Az első az *Újraéledő Pokol*, amely [mint egy] százezer mérföldre fekszik alattunk; a többi hét mindegyike a másik alatt egyenként százhuszezer mérföldnyire helyezkedik el. Az *Újraéledő Pokol* élőlényei felsorakoznak és a karmikus kényszer által egyenként megjelenő különféle fegyverekkel mindaddig kaszabolják egymást, amíg alétan a földre nem zuhannak. Aztán egy égi parancs hallatszik: „Feléledni!”, s talpra állva, újra aprítani kezdi egymást és mérhetetlen szenvedést tapasztalnak.

A *Fekete Vonal Pokolban* a pokol felügyelői az oda született élőlények [testét] négy, nyolc vagy ennél több fekete vonallal jelölik meg. Az e vonalak mentén széthasított, feldarabolt lények a fegyverek okozta fájdalmat tapasztalják.

A *Zúzó Pokolban* az élőlényeket összegyűjtik és egybeterelik, majd a pokol felügyelői mindannyiukat kecskefejhez hasonló két vashegység közé hajtja, és addig préselik őket, míg vérük az összes testnyílásukból vastag sugárban lövell. Ugyanígy, még birkafejhez, lófejhez, elefántfejhez, oroslánfejhez és tigrisfejhez hasonlító hegységek között is préselődnek. Amint újra összesereglenek, egy hatalmas vasgözegetbe kerülve, mint a cukornádat kisajtolják őket. Aztán egy vasfelületen újból egybeterelődnek, ahol óriási vasgözegekkel hajtanak át rajtuk, ami szétmarja, átmettszi és kihengerli mindannyiukat, miközben a vér ismét zubogva árad belőlük. [117]

Az *Üvöltő Pokolban* az otthonukat kereső élőlényeket vasépületbe terelik, és lobogó lánggal és tűzáradattal hamvasztják el. A *Harsogón Üvöltő Pokol* ehhez hasonló, azzal a különbséggel, hogy ott a lények két vasépületben tartózkodnak; az egyik építmény a másik belsejében van.

A *Forró Pokolban* a pokol felügyelői forró, lángoló, sok mérföldnyi hosszúságú vaskatlanba hajítják az élőlényeket és forró zsírban, mint a halakat kifőzik őket. Azután alsó testtájukon keresztül, a fejük tetejét átszakító izzó fémszuronyokra mindegyiküket felnyársalják, amikor is égő lángnyelvek csapnak ki szájukból, szemükből, orrukából, fülükből és valamennyi testnyílásukból. Majd a hátukon fekvő vagy arccal lefelé izzó vastálcára kerülnek, ahol izzó fémkalapáccsal péppé zúzzák őket. A *Különösen Forró Pokolban* a pokol felügyelői háromágú szigonyokat döfnek az áldozatok végbélnyílásába úgy, hogy a bal és a jobb villafofogak a vállait, a középső a fejtetőjüket szakítja át, és ezáltal égő lángnyelvek lövellnek ki szájaikból és más testnyílásaikból. Testükre lángolón izzó vasprés csapódik; fejjel lefelé hatalmas, forrásban lévő vízzel teli, lángolón izzó üstbe dobják őket, s hol a felszínen, hol lebukva, hol körbe forogva, hanykolódva főnek addig, amíg bőrük, húsuk, vérük megsemmisül, és csupán

a csontvázuk marad. Ezután a felügyelők kihalásszák és vaslapon kifeszítik őket, ahol bőrük, húruk és vérük újraképződik, majd visszadobják őket az üstbe. A további megpróbáltatások megegyeznek a Forró Poklokéval.

A *Könyörtelen Pokol* felszíne keleti irányban sok száz mérföldet beborító lángokban áll. A tűzvészé fokozódó lángok az élőlények minden porcikáját a velejéig átjárják, és apránként elhamvasztják bőrüket, húrukat, beleiket és csontjaikat. [118] Mint a vajmécses kánócát, úgy nyeli el a lángtenger a lények testének egészét. Ugyanez ismétlődik a három másik égtájban. Amikor a tüzek mind a négy irányból érkeznek, erejük egyesül, és a lények szakadatlan szenvedést tapasztalnak. Csak nyomorúságos jajveszékelésüket hallva tudod, hogy élőlények. Más alkalommal, hevesen rázkódó vas rostába zártan, lángolón izzó zsarátnokba merülnek. Máskor egy hatalmas vashegyre kell felmászniuk, és miután felértek, vaslapra zuhannak. Máskor nyelveiket szájukból kihúzzák, s mint a szarvasmarha bőrét száz vasszeggel kipeckelik, míg valamennyi ránc és barázda eltűnik róluk. Más alkalommal egy vasfelületen hátukra fektetik őket, szájukat vasfogóval szétfeszítik és izzó vasgöröngyöt és olvadt rezet töltenek beléjük, amíg szájaik, nyelőcsöveik és beleik elégnek, a maradvány pedig alul kifolyik. A többi megpróbáltatás megegyezik a Különösen Forró Pokolbelivel.

Ez a megpróbáltatásoknak csupán elnagyolt leírása, emellett még számos más leírás ismeretes. A poklok pontos elhelyezkedéseit és szenvedéseit úgy írtam le, ahogyan az *A jóga cselekedetek szintjeiben* található.

Ezeknek a szenvedéseknek az időtartamáról a *Baráti levél* nyújt tájékoztatást.<sup>279</sup>

Még ha az ilyen borzalmas szenvedéseket  
Egymilliárd éven keresztül is tapasztalod,  
Nem halsz meg addig,  
Amíg erénytelenséged nem merül ki.

Ennélfogva addig kell tapasztalnotok ezeket a szenvedéseket, amíg a karmátok kényszerítő ereje kimerül. Az erre vonatkozó tájékoztatásban az áll, hogy ötven emberi év felel meg a Négy Nagy Király Mennországában élő istenségek [a vágyvilági istenségek hat csoportja közül a legalacsonyabb rangúak] egyetlen napjának, ebből harminc tesz ki egy hónapot és tizenkét hónap egy évet. Ezeknek az istenségeknek az élettartama ötszáz ilyen év, ami csupán egyetlen nap az Újraéledő Pokolban, ebből harminc egy hónap és tizenkét ilyen hónap egy év; az Újraéledő Pokol lakói ötszáz ilyen évig élnek. [119] Hasonlóképpen, sorrendben száz, kétszáz, négyszáz, nyolcszáz és ezerhatszáz emberi év felel meg a Harminchárom Mennországtól a

Mások Kisugárzását Szemlélő Mennyország istenségei [a vágyvilági istenségek hat típusának többi tagja] egyetlen napjának. Élettartamuk ezer, kétezer, négyezer, nyolcezer és tizenhatezer isteni év. Ezek a teljes élettartamok alkotják a pokollokók egyetlen napját, sorrendben a Fekete Vonaltól a Forró Poklokig; ezekben tehát ezertől tizenhatezer ilyen saját időszámítás szerinti évet kell elviselni. Az *Ismeretek tárháza* mondja:<sup>280</sup>

Ötven emberi év  
A legalacsonyabb szintű istenségek egyetlen napja  
A vágyvilágban,  
Ez kétszereződik a magasabb istenségeknél.

És:

A vágyvilági istenségek élettartama megegyezik egyetlen nappal  
A hat pokolban, kezdve az Újraéledő Pokollal, és így tovább.  
Ennélfogva az ő élettartamuk  
A vágyvilági istenségekéhez hasonló.

A Különösen Forró Pokolban az élettartam egy közepes világkorszak fele;

A Könyörtelen Pokolban egy közepes világkorszak.

A *jóga cselekedetek szintjeiben* ugyanezt a magyarázatot találjuk.<sup>281</sup>

## b" Elmélkedés a szomszédos poklok szenvedésén

Mind a nyolc forró pokolnak négy fala és négy kapuja van, vaskerítéssel vannak körülveve, melyen négy kapu van. E négy kapu a lények négy járulékos poklába nyílik: az Izzó Parazsak Vermébe, a Rothadó Testek Posványába, vagy másként: a Foszladozó Testek Búzét Árasztó Ürülékkel teli Mocsárba, a Borotvák és Hasonlók Ösvényére, valamint a Gázló nélküli Folyóhoz.

Ezek közül az első lakói térdig süllyednek parázspan. E lények otthonukat keresik, ezért kénytelen ebben járni, és ekkor bőrük, húsup, vérük megsemmisül, és csak akkor képződik újjá, amikor lábaikat innen kiemelik.

Mellette helyezkedik el a második pokol, a foszló testek búzét árasztó mocsár, amelyben az otthonukat kereső élőlények elesnek és a vállukig süllyednek. Az iszapot férgék lakják, melyek hegyes rágószerveikkel behatolnak a bőr és a hús alá, a belekbe és a csontokba, és a csontvelőig fúrják magukat. [120]

Mellette helyezkedik el a harmadik pokol, ahol az otthonukat kereső élőlények borotvaéles fogazattal teli ösvényen haladnak. Minden lépésükkor e fogazatok szétszaggatják a bőrüket, húsupkat, vért fakasztanak belőlük, ám minden lépésüket követően testük rege-

nerálódik. Ennek közelében terül el a Kardlevelű Erdő. Amikor az otthonukat kereső élőlények leülnek, hogy az árnyékban megpihenjenek, a fákról lecsüngő kardok átszúrják és lehasítják végtagjaikat, kéz- és lábujjaikat. Az ájultakra korcs kutyák rontanak, és a nyakuknál fogva megragadva elvonszolják, majd pedig megeszik őket. Ennek közelében terül el a Vasreszelő Fák Erdeje. Az otthonukat kereső élőlények felmásznak a hegyes, minden irányban tüskékkel borított fákra, melyek átszúrják és felrepeszti végtagjaikat, kéz- és lábujjaikat. Vascsőrű varjak szállnak a vállaikra, fejükre, kitépik és megeszik szemgolyóikat. Mivel e helyeken az ott élők valamilyen fegyver általi sérülésnek vannak kitéve, ezek a szomszédos poklok egyikének számítanak.

A negyedik pokolban, a vasreszelő fák mellett fekvő Gázló nélküli Folyóban forrásban lévő víz hömpölyög. Az otthonukat kereső élőlények belezuhannak, és össze-vissza hánykolódva megfőnek, mint ha borsót dobnának egy lobogó lángon lévő vizes fazékba. E folyó mindkét partján botokkal, kampókkal és hálókkel felfegyverzett lények megakadályozzák, hogy a kínszenvedésből menekülni lehessen, és ugyanezek a kampókkal és hálókkal kihalásszák a vergődőket, a forró felületre hátukra fektetve őket követelik, hogy mondják meg, mit kívánnak. Amikor azt felelik, hogy „Semmit sem értünk és semmit sem látunk, de éhesek és szomjasak vagyunk”, izzó vasrögöket és forró rezet tömnek beléjük. [121]

Ezeket a poklokat is *A jóga cselekedetek szintjei* alapján mutattam be. Ebben az áll, hogy a lények élettartama a szomszédos és az alkalmi poklokban nem meghatározott, azonban az ide kerülőknek hosszú időn át kell szenvedniük; egészen pontosan addig, amíg e szenvedések megtapasztalására kényszerítő karmájuk ereje kimerül.

### c'' Elmélkedés a hideg poklok szenvedésén

Az élőlények nyolc nagy poklának mindegyike mintegy harmincezer mérföld kiterjedésű, a nyolc hideg pokol pedig ezeken kívül fekszik. Az első, a Felhólyagzó Pokol mintegy százezer mérföldnyire van a föld alatt. A többi hét mindegyike mintegy hatezer mérföldnyire fekszik egymás alatt.

A *Felhólyagzó Pokol* lakóit hatalmas szélvész kiszárítja és testük minden részén hólyagok keletkeznek. A *Kifakadó Hólyagok Pokla* ehhez hasonló, a különbség annyi, hogy a kiszáradt bőrön a hólyagok kifakadnak. A *Fogvacogtató-*, a *Síró-*, és a *Jajveszékelő* poklok neveiket az ott élők által kiadott hangok után kapták. A *Vizililiomként Felhasadó Pokol* lakóit a hatalmas szél kiszárítja, bőrük megkékül, és öt vagy hat részre

hasadnak. A *Lótuszként Felhasadó Pokolban* élők színe kékről vörösre változik és tíz vagy több részre hasadnak, míg a *Lótuszként Elrémítően Széthasadó Pokol* lakóinak bőre élénk vörössé válik, és száz vagy még több részre hasadnak. E poklok sorát, méretét és az ott lévő szenvedéseket *A jóga cselekedetek szintjeiben* leírtak szerint mutattam be.

A *Születéstörténetek füzérében* az áll, hogy ezeknek a pokloknak a lakói sötétségben élnek:<sup>282</sup>

A nihilista jövője  
A teljes sötétségben feltámadó hideg szél,  
Aminek pusztító ereje még a csontokat is megsemmisíti.  
Ki akarna ide jönni, hogy segítsen rajtad?

A *Levél egy tanítványhoz* ezt mondja:<sup>283</sup>

Semmihez sem hasonlítható szél járja át csontjaid; [122]  
Tested reszket és összefagy, meghajlik, összezsugorodik.  
Kifakadó hólyagok keletkeznek százával.  
Az itt születő teremtmények összemarnak és megesznek; zsírod,  
nyálkád, csontvelőd szétfolyik.

Kimerülsz, fogaid csikorognak, hajad égnek mered,  
Szemeid-, füleid- és szád sebeitől szenvedsz.  
Tudatod és tested a fájdalomtól megdermed,  
Szerencsétlenül jajveszékelsz. A hideg pokolban vagy.

Addig kell tapasztalnotok az ilyen szenvedéseket, amíg [az ezeket okozó] rossz karmátok kimerül. *A jóga cselekedetek szintjeiben* ez áll:<sup>284</sup>

Meg kell értened, hogy a hideg poklokba születő lények élettartama a velük megegyező nagy poklokban élőkénél másfélszer hosszabb.

Vasubandhu *Az ismeretek tárházának önkomentárjában* egy sūtrát idéz:<sup>285</sup>

Szerzetesek, például egy üstöt nyolcvan mérőedénnyel színültig töltsetek meg szezámmaggal, az itteni, Magadhában szokásos mércének megfelelően. Aztán valaki minden száz évben egy szemet vegyen ki ebből. Szerzetesek, ily módon ez az edény nagyon gyorsan teljesen üressé válik, sokkalta gyorsabban, mint amennyi az élettartam a Felhólyagzó Pokolban, ám én nem mondhatom meg, hogy mennyi egy ilyen élettartam. Szerzetesek, a Felhólyagzó Pokol húsztól élte tesz ki egyetlen életet a Kifakadó Hólyagok Poklában.

S még tovább:

Szerzetesek, a *Lótuszként Felhasadó Pokol* tizenkét élete ér fel egyetlen *Lótuszként Elrémítően Széthasadó Pokol*beli étellel.

Ennek megfelelő ideig élnek tehát.



**d" Elmélkedés az alkalmi poklok szenvedésén**

Az alkalmi poklok a forró és a hideg poklokkal határosak, és *A jóga cselekedetek szintjei* azt állítja, hogy az emberek által lakott területen is előfordulnak. *A fegyelem alapjai* szerint<sup>286</sup> a nagyobb tavak partvonalá mentén szintén megtalálhatóak, ahogyan azt a *Samgharakṣita tanmeséi* (*Samgharakṣitāvadāna*) is ecseteli.<sup>287</sup> [123]

*Az ismeretek tárházának önkomentárja* ezt mondja:<sup>288</sup>

Az élőlények eme tizenhat poklát valamennyi élőlény karmájának kényszerítő ereje hozza létre. Az alkalmi poklokat egy, kettő vagy sok élőlény személyes karmája hozza létre, és ezért számos eltérő változata van. Nincs meghatározott helyük, lehetnek a folyókban, hegyekben, pusztákban, föld alatt és másutt is.

Így, amiként alább elmagyarázzuk, a lények bármelyik pokolba születésének feltételeit rendkívül könnyű létrehozni, és minden egyes nap közelebb is kerültek hozzá. Mivel a múltban már számtalan okot halmoztatok fel, helytelen önelégültnek lennetek. Ezért, miután elgondolkodtatok e poklokon, rémüljete meg, hiszen utolsó lélegzetvételeket követően semmi sem menthet meg tőle titeket.

*A bódhiszattva cselekedetek művelésében ez áll:*<sup>289</sup>

Megteremtetted a pokolba jutás karmáját,  
Miért vagy ilyen önelégült?

*A Baráti levél* pedig ezt mondja:<sup>290</sup>

A vétkezőkön, akik a poklok végtelen szenvedéseiről hallanak,  
És akik ezektől csupán lélegzésük megszűntéig tartják távol magukat,  
Nem lesz úrrá a riadalom;  
Szívük oly kemény, mint a gyémánt.

Ha megriadsz a poklról készült kép pusztá látványától,  
Vagy attól, hogy hallasz felőle, emlékezetedbe idézed,  
Olvasol róla, vagy az őt képviselő dologgal találkozol,  
Mi szükség a kegyetlen valóság tapasztalásáról beszélni?

A létforgatag szenvedései közül a boldogtalan világokat a legnehezebb elviselni. Ezek közül a poklok szenvedései a legelviselhetetlenebbek; az egy álló napon át folyamatosan, háromszáz éles dárdával átszúrt lény fájdalma még a legenyhébb poklok szenvedéseihöz sem hasonlítható. A poklok közül a Könyörtelen Pokolban a leghatalmasabbak a szenvedések. *A Baráti levél* szerint:<sup>291</sup>

Ahogyan valamennyi boldogság közül  
A heves vágyakozás megszüntetése a boldogságok fejedelme, [124]  
Úgy valamennyi szenvedés közül  
A Könyörtelen Pokol szenvedése a legelviselhetetlenebb.



Az egyetlen nap alatt háromszáz lándzsával  
 Gonosz módon átdöfött lény szenvedése  
 Nem hasonlítható, együtt nem említhető  
 A pokol legkisebb szenvedésével.

Tudnotok kell, hogy az ilyesfajta szenvedéseket kizárólag a testi-, szóbeli- és tudati hibás cselekedetek okozzák. Minden emberi képességekkel törekedjete arra, hogy még a legcsekélyebb helytelen cselekedettel se szennyezzétek be magatokat. Ugyanez a szöveg mondja:

Eme erénytelen következmények magja  
 A testi-, a szóbeli- és a tudati helytelen tettek.  
 Minden képességedet latba vetve törekedj arra,  
 Hogy ezekből egy parányival se rendelkezz!

## 2' Elmélkedés az állatok szenvedésén

Az erős állatok megölik a gyengébbeket. Az istenségek és az emberek kihasználják az állatokat. Mivel mások uralkodnak felettük, az állatok nem függetlenek, bántalmazzák, ütlegetik és legyilkolják őket. *A jóga cselekedetek szintjeinek magyarázata* szerint az istenségekkel és az emberekkel együtt élnek, tehát nincs más tartózkodási helyük. *Az ismeretek tárházának önkomentárjában* ez áll:<sup>292</sup>

Állatok a föld minden részén, a vizekben és az égen egyaránt előfordulnak. Elsődlegesen a hatalmas óceánban élnek, a többiek onnan terjedtek szét.

A *Baráti levél* szintén ezt mondja:<sup>293</sup>

Az állatként újjászülető a szenvedések számos fajtáját tapasztalja,  
 Megölik, összekötözik, leigázzák, és így tovább.  
 A békesség erényével mit sem törődők  
 Iszonyatos módon felfalják egymást.

Többük a bennük lévő gyöngy vagy a szörméjük,  
 Csontjuk, húsup, bőrük miatt pusztul el.  
 Más gyenge állatokat rúgásokkal, ütlegetéssel, ostorcsapásokkal,  
 Vaskampóval döfködve, vagy ösztökével munkára fognak. [125]

Az első vers az állatok általános szenvedését, a második a sajátos szenvedéseiket tanítja. A „leigázzák, és így tovább” a munkára fogásukra, orrlyukaik átdöfésére és ehhez hasonlókra utal, valamint arra, hogy emberek és nem emberi lények lemészárolják, stb. őket. A „felfalják egymást” mindennapos ártalom az állatok között. A „békesség erénye” a nirvāṇába vezető erényeket jelenti. Akik ezt elherdálják, azok az ösvény szempontjából nagyon ostobák és alkalmatlanok. A „rúgások”-tól az „ösztöké”-ig az állatok – sorrendben: a lovak, a biva-

lyok, a szamarak, az elefántok és a szarvasmarhák – munkára fogásának öt módja került felsorolásra. Ezek a magyarázatok Mahāmati, *Tiszta szavak: a „Baráti levél” kifejtése* művéből származnak.<sup>294</sup>

Egyes állatok sötétségben vagy vízben születnek és itt is öregednek és halnak meg. Mások hatalmas terhek alatt múlnak ki. Egyeseket járomba fognak, megnyírnak vagy üldöznek. Másokat lemészárolnak, miután tehetetlenül viselték elpusztításuk számtalan módját. Egyeseket az éhség, a szomjúság, a tűző nap és a szél kínoz. Mások vadászok áldozataivá válnak. Ilyenformán tehát állandó rettegésben élnek. Miután szenvedéseiken elmélkedtetek, kiábrándulttá váltok és émelegést éreztek.

Élettartamukra vonatkozóan az *Ismeretek tárháza* ezt mondja:<sup>295</sup> „a leghosszabb egy világkorszak”. E magyarázat szerint a leghosszabb ideig élő állatok kb. egy világkorszakon keresztül élnek, a rövid ideig élő állatok élettartama pedig nem meghatározott.

### 3' Elmélkedés az éhező szellemek szenvedésén

A különösen fősvények éhező szellemekként születnek újjá. E lények éhesek és szomjasak, bőrük, húsuk és vérük kiszáradt, egy kiégett rönkhöz hasonlítanak. Arcukat szőrzet borítja, szájuk cserepes, nyelvükkel folyamatosan ajkaikat nyaldossák. Az éhező szellemeknek három fajtája van:

#### a" Éhező szellemek, akik külső akadályok miatt nem jutnak ételhez és italhoz

Amikor ezek az éhező szellemek források, tavak vagy medencék közelébe érnek, kardokkal, hosszú és rövid lándzsákkal felfegyverezett lények állják útjukat, [126] vagy a víz olybá tűnik számukra, mint ha gennyes váladék vagy vér lenne, és ez kedvüket veszi.

#### b" Éhező szellemek, akik belső akadályok miatt nem jutnak ételhez és italhoz

Ezeknek a lényeknek golyváik és hatalmasra puffadt hasuk van, szájuk, melyből lángnyelvek törnek elő, azonban olyan szűk, mint egy tűfoka. Jóllehet senki sem akadályozza őket, mégis képtelenek a megszerzett étel vagy ital elfogyasztására.

#### c" Éhező szellemek, akiknél az akadály az ételben és italban van

Az éhező szellemek között vannak, akik nem jutnak tiszta, tápláló ételhez és italhoz, ezért saját húsukból vágnak ki darabokat és azt eszik. A „Lángoktól Elborított”-nak nevezték elégnak, mert bár-

mit próbálnak enni vagy inni, az lángnyelvekké változik. A „Mocsok Evők” szennyes, bűzös, ártalmas és megvetendő dolgokkal táplálkoznak: ürüléket esznek és vizeletet isznak.

Tartózkodási helyükre vonatkozóan *Az ismeretek tárházának önkomentárja* ezt mondja:<sup>296</sup>

Az éhező szellemek királyát „Yama”-nak nevezik. Elsődleges tartózkodási helyük Jambudvīpában, Rājagrha város alatt [mintegy] négyezer mérföldnyire van. A többiek innen szóródtak szét.

A *Baráti levél*ben pedig ez áll:<sup>297</sup>

Az éhező szellemek soha nem gyógyulnak ki  
Vágyakozásuk következményéből, a nélkülözés szenvedéséből.  
Az éhség, a szomjúság, a hideg, a hőség, a kimerültség és a félelem  
Kegyetlen szenvedései kínozzák őket.

Néhányuk szája csupán tífoknyi,  
Hasuk hegynyire dagadt,  
Éhség gyötri őket, de erőtlenek, hogy  
Akár egy cseppnyi szennyes hulladék után kutassanak.

Néhányuk csont és bőr, mint a kiszáradt fa,  
Olyanok, mint pálmafa lomb nélkül.  
Néhányuk szája éjszakánként lángot vet;  
Az étel fogyasztása az ok, hogy ajkaik égnek.

Néhány nyomorult még szennyet sem talál,  
Sem váladékot, sem ürüléket, vért és ehhez hasonlót;  
Rajtaütnek egymás székletén, és  
A nyakukon dudorodó golyvájukból szivárgó gennyet isszák.

Az éhező szellemek számára nyáron  
A hold forró, télen a nap hideg. [127]  
Számukra a termő fák terméketlenek;  
Pusztá pillantásukra a forrás kiszárad.

Az első vers az éhező szellemek általános szenvedését, a többi a sajtós szenvedéseiket tanítja. A „kimerültség” az élelem utáni rohanás miatti fáradtságra utal. A „félelem” arra a rettegésre vonatkozik, amikor kardokkal, furkósbotokkal, lasszókkal felfegyverkezett lényeket látnak. A „hulladék” a nem kívánt szemetet jelenti. Az „éjszakánként” arra utal, hogy éjjelenként lángok lövellnek ki belőlük. „Az ok, hogy ajkaik égnek” jelzi, hogy a magukhoz vett étel a szájukat lángra gyújtja. Néhány éhező szellem pillantásától még a kellemes, hűvös források is kiapadnak, mintha azokat szemek erős mérge perzselné fel. *A Tiszta szavak: a „Baráti levél” kifejtése* elmagyarázza,<sup>298</sup> hogy egyes

éhező szellemek a folyót izzó zsarátnok hömpölygéseként érzékelik; mások számtalan féreggel teli gennyfolyamnak látják.

Elmélkedjetek azon, amit Candragomin a *Levél egy tanítványhoz* művében mond:<sup>299</sup>

Szörnyű szomjúságtól gyötörten a távolban tiszta folyót látnak,  
S vágy ébred bennük, hogy igyanak belőle. Amint odaérnek  
Látják, hogy a folyó osztriga kagylókkal,  
Hajfonatokkal, rothadó gennyes váladékkal, fertőzött vérrel és ürü-  
lékkel teli.

Ha egy hűvös domb tetejére érnek, ahol nedves tavaszi szellő fúj,  
S ahol szantálfa liget zöldell,  
A látványt lángoló erdővé változtatják,  
Melyből csak égő fatuskók halma marad.

Amikor tengeri sóval és a harsogó hullámok tiszta  
Tündöklő habfodraival borított fövényen járnak,  
Mindezt kietlen, forró homokkal ellepett tájjá változtatják,  
Mely sűrű ködbe burkolódik és perzselő szél járja át.

Egy ilyen helyen arra vágnak, hogy esőfelhők gyülekezzenek,  
Minek következményeként a felhőkből vasnyilak,  
Füstölgő salak, szikra és gyémánt keménységű kövek záporoznak,  
Majd aranyló és narancs színű villámok özöne csap a testükbe.

Akiket forró hő jár át, azok még a hóvihart is perzselőnek érzik, [128]  
Akiket a szél kínoz, azok számára a tűz is jéghideg.

Az iszonyatos karmájuk következményétől megzavarodott éhező  
szellemek számára

A teljes univerzum a feje tetejére áll.

Szájuk csupán akkora, mint egy tú foka,  
Sok mérföldnyi gyomruk kiinná a hatalmas óceán vizét,  
Torkukon azonban nem folyik át a víz,  
Veszedelmes szájuk pedig minden cseppet gőzzé változtat.

Élettartamukra vonatkozóan *A jóga cselekedetek szintjeiben*<sup>300</sup> és az *Ismeretek tárházában*<sup>301</sup> az áll, hogy az éhező szellemek egy napja egy emberi hónappal egyenértékű, és ennek megfelelő ötszáz évig élnek. *A Baráti levél* szerint:<sup>302</sup>

Egyes élőlényeknek folyamatos szenvedést kell elviselniük,  
Hibás cselekedeteik karmájának köteléke  
Szorosan béklyózza őket; nem halnak meg  
Ötezer vagy akár tízezer éven át.

*A Tiszta szavak: a „Baráti levél” kifejtésének magyarázata* azt állítja,<sup>303</sup> hogy egyes éhező szellemek ötszáz évig, mások tízezer évig élnek. A

*jóga cselekedetek szintjei* szerint a három boldogtalan világban a testméretek az erénytelen karmától függnnek, vagyis nem meghatározottak.

Így tehát, amikor a boldogtalan világok szenvedésein elmélkedtek, ekként gondolkodjatok: „Jelenleg igen nehezen viselném akár csak egyetlen napig is, ha kezem izzó szénbe merülne, vagy ha mezítelenül téli viharban egy jégbarlangban ugyanennyi időt töltenék, vagy ha csak pár napon keresztül étlen-szomjan kellene vándorolnom, vagy ha testem méhek vagy hasonlók szúrnák. Márpedig ha ezeket nehezen viselném, akkor hogyan állhatnám a forró és a hideg poklok, az éhező szellemek vagy az állatok szenvedéseit, akik a túlélésért egymást felfalják?” Miután alaposan felmértétek jelenlegi helyzeteteket, addig meditatáljatok, amíg tudatotok félelemmel és rémülettel telítődik. Ha mindezeket a tudatotok hozzászoktatása nélkül, vagy csupán rövid ideig tartó meditálással akarjátok megismerni, akkor semmit se értek el. *A fegyelem alapjai* ezt mondja:<sup>304</sup> [129]

Ānanda nővérének két gyermekéből szerzetes lett, akik olvasni tanultak. Pár nap után ellustultak és abbahagyták a tanulást. Ekkor Maudgalyāyanára bízták őket, ám ugyanazt tették mint azelőtt, ezért Ānanda így szólt Maudgalyāyanához: „Lemondásra kell bírnod őket!”

Maudgalyāyana sétálni ment velük és csodálatos képességével eléjük tárta az élőlények poklát. Amikor a darabolás, aprítás és más hasonló események hangját meghallották, a két unokaöcs szemtanúja kívánt lenni a lények darabolásából, stb. eredő szenvedésnek, ezért odamentek. Mivel ott két hatalmas forró vízzel telt üst volt, megkérdezték, vajon ebbe is belekerül-e valaki. A pokol őrei azt mondták: „Ānanda két unokaöccse szerzetes lett és lustaságuk miatt az idejüket vesztegetik; miután meghalnak itt fognak újjászületni.” Mindketten szörnyen megijedtek, s ezt gondolták: „Ha én értelmes vagyok, akkor most azonnal összeszedem magam!”

Visszatértek Maudgalyāyanához és elmesélték mi történt. Maudgalyāyana így felelt: „Növendékek, a lustaság ilyen és még más problémákat is teremt. Tegyetek szert az örömteli kitartásra!” Ettől kezdve mindketten lelkesen kitartókká váltak. Ha étkezés előtt emlékezetükbe idézték a poklot, képtelenek voltak enni. Ha étkezés után emlékeztek a pokolra, mindent kihánytak.

Akkor Maudgalyāyana egy következő sétára vitte őket, ahol egy másik irányból meghallották az istenek lantjainak és más hangszerreinek mágikus zenéjét. Hogy közelről szemügyre vegyék, odamentek, és mennyei lakhelyeket találtak istennőkkel, isteneket azonban nem láttak. Amikor megkérdezték miért nincsenek istenek, ezt a választ kapták: „Ānanda unokaöccsei szerzetesek lettek és örömtelen kitartók; amikor meghalnak, ide fognak újjászületni.” Mindketten megöregültek és elújságolták Maudgalyāyanának, aki így felelt: „Nö-

vendékek, mivel ez a jótétemény és még mások is az örömteli kitar-  
tásból származnak, legyetek örömtelien kitartók!”

Így is tettek. Átvették a szentiratok egy magyarázatát, amely a hiteles szentiratokat idézve azt tanította, hogy miként lehet az imént hivatkozott boldog világokból a boldogtalan világokba újjászület-  
ni. [130] Ezt hallván Maudgalyāyanához fordultak: „Nemes lény, mindenképp istenként vagy emberként kell meghalunk és aztán a három boldogtalan világban újjászületünk?” Mire ő így felelt: „Ó ifjak, míg mérgező érzelmeiteket meg nem fékezik, mint a vízke-  
rék, meg kell forduljatok a létforgatag mind az öt világában.” Ez-  
után mindketten lemondtak a létforgatagról, és így szóltak: „Ezen-  
túl nem engedünk szabad folyást a mérhező érzelmeknek; kérünk  
tehát, hogy magyarázd el a tanítást nekünk!” Maudgalyāyaná így  
átadta nekik a tanítást, és ők arhatokká váltak.”

Ilyenformán a meditálás a szenvedésen megszünteti a lustaságot és örömteli kitar-  
tást eredményez az ösvény megvalósításához. Ösz-  
tönöz a megszabadulásra; a megszabadulás elérésének a gyökéroka. Azáltal, hogy a Tanítómester ezt még életében dicsőítette, a megszaba-  
dulásra vonatkozó személyes útmutatásánál nincs magasabb rendű tanítása. Az idézet világosan bemutatja az alacsony- és a középszintű célt kitzűző személyek elmélkedésének fejlődését. E kétféle személy beállítottságának elmélyítése érdekében folyamatos erőfeszítéssel meditáljatok e pontokon, mindaddig, amíg Ānanda unokaöccseihez hasonló beállítottságra szert nem tesztek.

Neu-szur-va (sNe’u-zur-ba) így beszélt:

Vizsgáld meg, hogy létrehozta-e korábban a boldogtalan világok-  
ba születés feltételeit, létrehozta-e jelenleg, és elképzelhető-e, hogy létrehozta a jövőben ezeket a feltételeket. Mivel ha létrehozta őket, ha most létrehozta őket, vagy ha létre fogod hozni őket, bizonyosan oda is kerülsz. Gondolkodj így: „Ha odaszületek, mit fogok akkor tenni? Képes leszek-e bármire?” Széthasított fejjel vagy pusztaság-  
ban vergődve majd semmit sem tehettek, félelmek és rettegések pedig elképzelhetetlen mértékűre növekszik.

Ez a dolog lényege. Jelen pillanatban az ösvény kifejlesztésére alkalmas étellel rendelkeztek. Következésképpen, ha ily módon el-  
mélkedtek, megtisztítjátok a megelőzően keletkezett erénytelen kar-  
mátokat és megakadályoztatok, hogy a jövőben ilyet felhalmozzatok. Buzgón vágyakozó imádságaitokkal a megelőzően keletkezett eré-  
nyeiteket felerősítitek. Képesé váltok az erényes cselekvés újabb mó-  
dozataival elkötelezni magatokat. Ezért tehát a szabadságotokat és a lehetőségeket minden egyes nap tegyétek jelentőségteljessé. [131]

Ha mindezekben most nem elmélkedtek, akkor boldogtalan világba zuhantok és e rémségek ellen nem találtok oltalmazó menedékre, hiába kutattok utána. Értelmi képességetek ott nem lesz alkalmas arra, hogy megértsétek, mit kell elfogadnotok és mit kell elutasítanotok. Ahogyan *A bódhiszattva cselekedetek művelése* mondja:<sup>305</sup>

Ha most elhanyagolom az erények művelését,  
Amikor szerencsés körülményeim miatt megtehetném,  
Mire jutok majd akkor, megzavarodva  
A boldogtalan világok szenvedéseitől?

És másutt:

„Ki fog megvédeni  
A hatalmas rettegéstől?”  
Majd magam elé meredek megrendülten,  
És mindenütt menedéket keresek.

Látva, hogy sehol sem lelek oltalmat,  
Végképp elcsüggedek.  
Ha pedig ott nincs menedék,  
Mit fogok tenni?

Ezért mától menedékért folyamodom  
A Győzedelmeshez, az élőlények védelmezőjéhez,  
A lények kiszabadítására törekvőhöz,  
A hatalmashoz, aki eloszlat minden félelmet.

Az elmondottak csupán áttekintést nyújtanak. Minden erőttökkel tanulmányozzátok *A kiváló tanítás ébren tartását*,<sup>306</sup> amely sokkal alaposabb magyarázatot nyújt. Olvassátok el többször és gondolkodjatok el az olvasottakon.



## JEGYZETEK

277. BCA: 6.12cd, 6.21, 2.50ab; P5272: 250.5.1., 250.5.8., 246.4.7.
278. Thurman (1984: 410) szerint Congkhapa a *Sa'i dngos gzhi* címet azért használja, hogy a *Yoga-caryā-bhūmi* fejezetre való hivatkozást megkülönböztesse a Bbh-tól és a Śbh-tól. Ez a hosszabb idézet (P5536: 230.3.8-231.5.6) a *Yoga-caryā-bhūmi* első részéből való.
279. *Suhṛl-lekha*: 87; P5682: 237.2.8-237.3.1.
280. AK: 3.79, 3.82-83b; P5590: 120.2.5-7.
281. *Yoga-caryā-bhūmi* (*Sa'i dngos gzhi*), P5536: 230.3.8.
282. Jm: 29.22.; P5650: 52.2.3-4.
283. *Śiṣya-lekha*: 52-53; P5683: 239.4.3-5.
284. *Yoga-caryā-bhūmi* (*Sa'i dngos gzhi*), P5536: 230.4.1-2.
285. AKbh, P5591: 187.1.4-6.
286. *Vinaya-vastu*, P1030: 42.5.2.
287. A *Samgharakṣitāvadāna* a 67. történet Kṣemendra *Bodhisattvāvadāna-kalpalatā* c. művében. P5655: 83.4.3-85.1.6; vö. Vaidya 1959b: 204-212.
288. AKbh: 717; P5591: 184.2.3-5.
289. BCA: 7.12cd; P5272: 253.3.5.
290. *Suhṛl-lekha*: 83; P5682: 237.2.4-6.
291. Uo.: 84-86, 88; P5682: 237.2.6-8, 237.3.1-2.
292. AKbh, P5591: 184.2.5-6.
293. *Suhṛl-lekha*: 89-90; P5682: 237.3.2-4.
294. *Vyakta-padā-suhṛl-lekha-ṭikā*, P5690: 267.3.5-268.1.1.
295. AK: 3.83c; P5590: 120.7.8.
296. AKbh: 517; P5591: 184.2.6-7.
297. *Suhṛl-lekha*: 91-95; P5682: 237.3.4-8.
298. *Vyakta-padā-suhṛl-lekha-ṭikā*, P5690: 267.3.1-6.
299. *Śiṣya-lekha*: 35-40; P5683: 239.2.1-7.
300. *Yoga-caryā-bhūmi* (*Sa'i dngos gzhi*), P5536: 230.2.8-230.4.1.
301. AK: 3; P5590: 187.1.3.
302. *Suhṛl-lekha*: 96; P5682: 237.3.8-237.4.1.
303. *Vyaktapadā-suhṛl-lekha-ṭikā*, P5690: 268.1.1-2.
304. *Vinaya-vastu* (*Lung gzhi*), P1030: 36.3.3-37.1.3.
305. BCA: 4.18, 2.45-47; P5272: 247.5.8-248.1.1, 246.4.4-6.
306. *Sad-dharmānusmṛty-upasthāna*, P953.