

A HÁROM KÉPZÉS LÉNYEGE

A három képzés lényegéről *A Brahmā kívánsága sūtra* a következőket mondja:⁵⁶⁶

Az erkölcsi fegyelemnek hat ága van;
 Az összpontosítás a négy üdvös állapot;
 A Négy Nemes Igazság négy szempontja
 Az örökké tiszta fenséges bölcsesség. [269]

Mindezt figyelembe véve, az erkölcsi fegyelem képzésének hat ága van:

1-2) Mind (1) a fegyelmezett erkölcs, mind (2) az egyéni megszabadulás fogadalmának megőrzése, a tiszta erkölcsi fegyelem kinyilvánítása, amely bizonyosan elvezet a megszabaduláshoz.

3-4) Mind (3) a szertartások, mind (4) a tevékenységek irányultsága jelenti a kifogástalan, tiszta erkölcsi fegyelmet.

5) A rettegés még a legcsekélyebb helytelen cselekedettől is, jelenti a romlatlan, tiszta erkölcsi fegyelmet.

6) Az alapvető képzés vállalása és gyakorlása jelenti a hibátlan, tiszta erkölcsi fegyelmet.

A „négy üdvös állapot” a négy meditatív rögzítésre vonatkozik. Ez azt jelenti, hogy a tudat képzése „üdvös”, mivel a tudat üdvözült állapotban van a jelen életben. [*A Brahmā kívánsága sūtra* idézetben] a négy a Négy [Nemes] Igazság. E négy további négy szempontja a négy igazság négy-négy összetevője:

(1) a szenvedés igazságának: a mulandóság, a szenvedés, az üresség és az én-nélküliség;

- (2) a szenvedés eredetének: az ok, az eredet, a keletkezés és a feltételezettség;
- (3) a megszüntetés igazságának: a megszüntetés, a megnyugvás, a nagyszerűség és a megszabadulás;
- (4) az ösvény igazságának: az ösvény, a tudatosság, a megvalósítás és a megszabadítás.

A tizenhat összetevő – e tizenhat összetevő ismerete – alkotja a bölcsesség képzést.

Ha csupán a közepes képességű személyek ösvényét ismertetném, akkor most hosszadalmas magyarázattal kellene szolgálnom a három képzésről. Mivel nem ezt az utat követem, majd a kiváló képességű személyekről szóló fejezetben magyarázom el a bölcsesség [az éleslátás] és a tudat [a meditatív nyugalom] képzéseit, ezt a pontot pedig ott nem részletezem. Az erkölcsi fegyelem képzéséről tehát röviden itt beszélek.

A kezdetben újra és újra gondolkodjatok el az erkölcsi fegyelem jótéteményein és erősítsétek az irántuk való szívetek legmélyéből fakadó lelkesedéseket. Ahogyan *A nagy végső nirvāṇa sūtra* mondja:⁵⁶⁷

Valamennyi erény az erkölcsi fegyelem hágcsojában közelíthető meg. Ahogyan a növények és hasonlók támasza a föld, úgy támasztja [az erkölcsi fegyelem] őket [az erényeket]. Ahogyan a kereskedők mestere első az összes kereskedő között, úgy az erkölcsi fegyelem első az összes erény között. [270] Mint Indra felvont lobogója, az erkölcsi fegyelem minden tanítás lobogója. Az összes vétket lekaszabolja, és eltünteti a boldogtalan világokba vezető ösvényeket. Gyógynövényként orvosolja a vétkezések betegségeit. Az erkölcsi fegyelem az élelemkészlet a létforgatag szerencsétlen útján; a fegyver, amely megsemmisíti az ellenséget, a mérgező érzelmeket; a mágikus erő, amely elpusztítja a mérgező érzelmek mérges kígyóit; a híd, amely átível a vétkek folyóján.

Az oltalmazó Nāgārjuna szintén így beszél:⁵⁶⁸

Ahogyan a talaj az eleven- és az élettelen világok támasztéka, úgy az erkölcsi fegyelem
Minden jó tulajdonság megalapozója.

A *Subāhu fohásza tantra* mondja:⁵⁶⁹

Ahogyan minden learatott termés minősége
A földtől függ,
Tégy így az erkölcsi fegyelemtől függő legmagasabb erényekkel,
S növessz őket az együttérzés vizével öntözve.

Gondolkodjatok el az erkölcsi fegyelem megtartásának hasznáról az idézetek alapján.

Nagyon komoly következményekkel kell szembenéznetek, ha az erkölcsi fegyelem művelésére vállalkoztok, aztán elmulasztjátok annak megtartását. *A szerzetesek szeretett sūtrájában (Bhikṣu-prareju-sūtra)* az áll, hogy ha részesültetek valamelyik képzésben, akkor abból rátok nézve kedvező vagy kedvezőtlen következmények származhatnak.⁵⁷⁰

Néhány erkölcsi szabály gyönyörűségre vezet;
Néhány erkölcsi szabály fájdalomra vezet.
Akkik megtartják az erkölcsi szabályt, boldogok,
Akkik megszegik az erkölcsi szabályt, szenvednek.

Éppen ezért gondolkodjatok el a megszegés hátrányairól, és ily módon ébresszetek magatokban nagy tiszteletet a képzés iránt.

A megszegésnek négy oka lehet: az előírások ismeretének hiánya, elővigyázatatlanság, tiszteletlenség és a különféle mérgező érzelmek. *Az előírások ismerete hiányának* ellenszere a szabályok meghallgatása és megértése. *Az elővigyázatatlanság* ellenszere az olyan hozzáállások gyakorlása, mint például a tudatos jelenlét, amely nem feledkezik meg arról, hogy mit fogadott el és mit vetett el; az éberség, amely közvetlen módon ellenőrzi a test, a beszéd és a tudat három kapuját, és tudatosítja, hogy helyes vagy helytelen, amiben elmélyedtek; a felelőtlenség megakadályozása, azaz a tartózkodás a saját magatokkal és a tanítással szembeni hibák elkövetésétől; a gátlástalanság felszámolása, amely által elkerülitek a helytelen cselekedeteket, gondolván: „Mások majd megjegyzést tesznek rám”; [271] valamint a félelem a helytelen cselekedetek jövőbeni karmikus következményeitől. *A tiszteletlenség* ellenszere, hogy méltányoljátok a Tanítómestert, az előírásait és a gyakorló társaitokat. *A különféle mérgező érzelmek* ellenszere a tudatotok képzése és a megfelelő ellenszerek hatékony alkalmazása, amint egy mérgező érzelem felerősödik.

Akkik ezeket az ellenintézkedéseket nem teszik meg, akik csak felszínesen követik az előírásokat, gondolván megszegésük „csupán csekély hiba”, azok szenvedni fognak. *Az előírások magyarázata* kijelenti.⁵⁷¹

Akkik könnyedén és csekély mértékben megszegik
Az együttérző Tanítómester tanítását
Azokon a szenvedés ereje eluralkodik,
Ugyanúgy, mint aki levág egy kevés bambuszt, és közben tönkreteszi a teljes mangó ültetvényt.

A király rendeleteit megszegők
 Nem fenýíthetők kis kihágás miatt.
 Ám ha ők megszegik a Bölcs elóírásait,
 Állattá válhatnak, amint ez a *nāga* Elapatrával történt.⁵⁷²

Törekedjetez tehát arra, hogy hibákkal és áthágásokkal ne szennyezzétek be magatokat. Ha mégis beszennyezódtök, ne kövessétek el azt a hibát, hogy felelőtlenül tudomást sem vesztek a vétségról és megszegésról, hanem igyekezzetek jóvátenni a Buddha tanításainak megfelelően, ahogyan az *A Brahmā kívánsága sūtrában* áll.⁵⁷³

Bízz a képzésekben;
 Múveld őket komolyan, teljes odaadással.
 Ne hagyj fel velük később sem,
 És még az életed árán se hágd át őket.
 Gyakorolj kitaróan és szorgalmasan,
 És tartsd be az elóírásokat.

Továbbá, amint azt a Buddha érvekkel alátámasztva a *Tiszta erkölcsi elóírások sūtrában* (*Śīla-saṃyukta-sūtra*) kifejti, az erkölcsi elóírásokat akár az életek kockáztatásával is tartsátok be.⁵⁷⁴

Szerzetesek, életek elhagyása és a halál kiváló dolog, az erkölcsi elóírásaitok tönkretétele és elhagyása viszont nem az. Miért? Az élet elhagyása és a halál csupán a jelen újjászületés élettartamára terjed ki, ám ha tönkreteszitek és elhagyjátok erkölcsi elóírásaitokat, hatalmas bukást tapasztaltok: elszakadtok leszármazásotoktól, és vége szakad boldogságotoknak tíz millió életen át. [272]

Így gondolkodjatok: „Ha nem kellene bármi áron megtartanom az erkölcsi elóírásokat, akkor a hajam levágatása és a szerzetesi köntösöm felöltése értelmetlen lenne.” Ahogyan az *Összpontosítások királya sūtra* mondja:⁵⁷⁵

Lemondtál a világról és elindultál a Buddha tanításainak útján, s
 ezután
 Vétkes cselekedeteket követsz el,
 Hegyekhez, háziállatokhoz és hintókhöz ragaszkodsz,
 Azt képzeled, hogy a gazdagság és a nyereség számít.
 Ha nem törekszel arra, hogy bármiben is képezd magad,
 Miért vállaltad a kellemetlenséget, hogy leborotválják a hajad?

Ti, akik a létforgatagtól – az összetettségtől – kívántok megmenekülni, és el akartok jutni a megszabadulás városába, nem lesztek sikeresek, ha erkölcsi fegyelmetek ingatag. Ráadásul újra és újra vissza fogtok térti a létforgatagba, a szenvedés pedig tönkretesz titeket. A Buddha mindezt egy példával világította meg az *Összpontosítások királya sūtrában*:⁵⁷⁶

Egy férfit egy csapat útonálló megtámad,
Az próbál menekülni, mert élni szeretne,
Ám, amikor nekieredne, lábai nem mozdulnak, nem szaladnak.
Így a rablók elfogják és lesújtanak rá.

Ugyanígy, egy zavarodott ember, akinek erkölcsi fegyelme megromlott,
Bár szabadulni akar az összetettségtől,
Megromlott erkölcsi fegyelme miatt képtelen menekülni.
Így a betegség, az öregség és a halál elpusztítja.

Ezért mondja ugyanez a sūtra:⁵⁷⁷

Elmagyarázom a képzéseket
A családban élőknek, akik világi ruhát viselnek.
Akkoriban ezek a szerzetesek
Még ezekkel a képzésekkel sem rendelkeztek.

A Buddha arról beszél, hogy ezekben az időkben, amikor még a szerzetesek sem őrzik teljességében az általa világi gyakorlóknak tanított öt alapvető képzést, a gyakorlásban kifejtett erőfeszítésnek még komolyabb következménye van. Törekedjetez tehát a képzések fenntartására. Ugyanebben a sūtrában ez áll:⁵⁷⁸

Tízmillió világkorszakon át annyiszor, amennyi homokszem van a Gangesben, [273]
Tiszta tudattal,
Étellel és itallal, esernyőkkel,
Zászlókkal és lámpás felvonulással szolgálom mind a tíz quadrillio buddhát.

Ennél sokkalta hatalmasabb azok érdeme,
Akik abban az időben, amikor a fenséges tanítás elenyészik
És a Sugata tanítása véget ér,
Egyetlen képzést éjjel-nappal gyakorolnak.

Továbbá, talán úgy gondoljátok, hogy még ha el is követitek a megszegés vétségét, utóbb azt beismerhetitek. Ám híján vagytok annak a korlátozó hozzáállásnak, amely meggátolhatná a cselekedet újra elkövetését. Így belefeledkezésetek egy ilyen megszegésbe hasonlít ahhoz, mintha mérget fogyasztanátok és folyvást azt mondanátok magatoknak, hogy majd később veszitek be az ellenszerét. Erre vonatkozóan a *Maitreya oroslán üvöltése sūtra* (*Maitreya-mahā-siṃhanāda-sūtra*) megállapítja:⁵⁷⁹

Maitreya, a jövőben, a tanítás utolsó ötszáz évének idején, egyes lemondásban élők, valamint családban élő bódhiszattvák, vétkes karmájukat a hiba beismerésével tökéletesen ki akarják oltani. Felfedik megszegésüket, mondván „Elmerültünk a vétkezésben, de beismer-

jük.” Ám nem tartják vissza magukat a cselekedet ismételt elkövetésétől. Azt mondom neked, hogy az ő karmájuk végzetes.

Mit jelent az, hogy végzetes? Ez hasonló a mérget fogyasztó emberekhez. Létrehozzák haláluk idejét, és meghalnak céltalanul lesüllyedve egy boldogtalan világba.

Úgyszintén:

Maitreya, a fegyelem nemes tanításában méregnek nevezem a lényegi képzések általam előírt módjának megszegését. Ilyen mérget tehát ne fogyassz.

Az adott fogadalom ily módon történő megtartása nem csak arra a személyre érvényes, aki a személyes megszabadulás fogadalmát letette, hanem arra is, aki a Mantra jármű gyakorlatait végzi. Erre vonatkozóan a *Subāhu fohásza tantra* kijelenti, hogy még a családban élő mantra gyakorlónak is követnie kell a fegyelmi szabályokat, ami alól csak néhány dolog – a lemondásban élők köntöse, a szertartásos cselekmények, és egy-két egyedi előírás – képez kivételt.⁵⁸⁰

A személyes megszabadulás tiszta erkölcsi fegyelmének valameny-nyi előírását,

Amit én, a Győzedelmes tanítok,

Eltekintve a jelképektől és a szertartásoktól,

A mantra gyakorló családfőnek gyakorolnia kell. [274]

Ebből pedig egyértelműen az következik, hogy a mantra lemondásban élő gyakorlóinak a fegyelmi előírások szerint kell cselekedniük.

Az erkölcsi fegyelem a mantra gyakorlásának is gyökere. A *Subāhu fohásza tantra* ezt mondja:⁵⁸¹

A Mantra jármű gyökere elsődlegesen az erkölcsi fegyelem,

Amely az örömteli kitartásból, a türelemből,

A Győzedelmesben való hitből, a megvilágosodás szelleméből,

A Mantra járműből és a lustaság hiányából ered.

Ahogy egy uralkodó, ha birtokolja a hét kincset,

Engedelmességre bír minden lényt anélkül, hogy elkedvetlenítene őket,

Úgy ellenőrzi a mantra gyakorló a vétkeit

Amikor e héttel rendelkezik.

A *Mañjuśri gyökértantrában (Mañjuśri-mūla-tantra)* pedig ez áll:⁵⁸²

Ha a mantra recitálók erkölcsi fegyelme csorbul,

Elveszíthetik a megvalósítások legmagasabbikát,

De a középső megvalósításokat

És a megvalósítások legalacsonyabbikát is.

A Bölcsék Mestere soha nem mondta, hogy tökéletlen
 Erkölcsi fegyelemmel a tantrikus ösvény megvalósítható.
 Az erkölcsi fegyelem megtörése sem állapota, sem célja
 Nem lehet azoknak, akik a *nirvāṇa* városába akarnak eljutni.

E szenvedő gyermekek
 Hol valósíthatják meg a tantrikus ösvényt?
 E lények, kiknek erkölcsi fegyelme tökéletlen,
 Hol találják meg a boldogság birodalmait?

Mivel ők sem a magas állapotot,
 Sem a legmagasabb üdvösséget nem nyerik el,
 Miért kellene elmondani nekik azt a megvalósítást,
 Amit a Győzedelmes a Mantra járműre vonatkozóan tanított?

Kham-lung-va mondta:

Amikor éhínség van, minden az árpától függ. Ugyanígy, a tanítás
 gyakorlásakor minden az erkölcsi fegyelem körül forog. Szenteld
 tehát ennek magadat! Akik nem elmélkedtek a karmán és annak kö-
 vetkezményein, azok nem valósítják meg a tiszta erkölcsi fegyelmet.
 Ennélfogva az elmélkedés ezeken, személyre szóló követelmény.

Sha-ra-va mondta:

Általánosságban, bármi jó dolog vagy betegség megesik veled, az
 mind a vallástól függ. Egyébként, a valláson belül, ha alárendeled
 magad annak, ami a szövegekben a fegyelemre vonatkozóan áll, ak-
 kor még csak ismételned sem kell majd dolgokat; magabiztosan le-
 szel tiszta, állhatatos, megbízható és megingathatatlan. [275]

Drom-tön-pa gesa mondta:

A követők egy része szerint, ha megtartod a fegyelmi előírásokat, el-
 veted a mantra gyakorlást, ha pedig a Mantra járművet gyakorolod,
 elveted a fegyelmi előírásokat. Az a tanítás, hogy a fegyelmi előírá-
 sok a Mantra jármű része és a Mantra jármű a fegyelmi előírások
 része, kizárólag gurum, Atísa átadási láncában létezik.

A Nagy Tekintély is ezt mondta:

Amikor különösen jelentős dolgok vagy váratlan események történ-
 nek velünk, indiaiakkal, akkor azok, akik jóváhagyják a szentiratok
 gyűjteményét, összegyűlnek és meghatározzák, hogy ezek a dolgok
 a három szentirat gyűjteményben nincsenek-e tiltva, vagy kivételes
 dologról van-e szó. Ennek alapján hozunk határozatot. Ehhez még
 hozzájön, hogy közlünk, a Vikramalaśilából valók megvizsgálják,
 hogy nem szerepelnek-e tiltottként a bódhiszattva cselekedetek kö-
 zött, és ezekkel nem állnak-e ellentmondásban. Végül a fegyelmi
 szabályzat szövegét jóváhagyók hozzák meg a végső döntést.

Továbbá, a tiszta erkölcsi fegyelem így módon történő megtartásával kapcsolatban Neu-szur-va ezt mondja:

Fontos, hogy a mérgező érzelmekkel azonnal felvedd a belső harcot. Ha nem harcolsz a mérgező érzelmekkel, nem valósítod meg a tiszta erkölcsi fegyelmet, és ez esetben nem valósítod meg sem az összpontosítást, sem a bölcsességet, amely – sorrendben – elfojtja és gyökerestül kiirtja a mérgező érzelmeket. Emiatt, ahogyan a Buddha kinyilatkoztatja, folyamatosan vándorolnod kell a létforgatagban. Ennélfogva, mint elmagyaráztam, mihelyt azonosítottad a mérgező érzelmeket, elméldj fogyatékságaikon, valamint annak hasznán, ha távol tartod magad tőlük, majd a megfigyelőket – az emlékezetet és az éberséget – bevetve, bármilyen mérgező érzelem feltámadásától folyamatosan védj önmagad.

Továbbá, tekints minden mérgező érzelmet ellenségednek és indíts támadást ellenük, amint a tudatodban felélednek. Máskülönben, ha első megjelenésükkor nem törődsz velük, majd pedig helytelen gondolatokkal táplálod őket, megfutamításukra esélyed sem marad, és végül ők győznek le téged.

Még ha nem is sikerül a mérgező érzelmeket ilyen erőfeszítések árán megfékeznetek, akkor sem szabad megengednetek, hogy hosszasan időzzenek; oszlassátok el őket azonnal, mintha csak rajzolatok lennének a vízfelszínen. Ne hagyjátok, hogy kőbe vésett rajzolathoz hasonlítsanak. Tekintettel azonban a vallási szövegekre, ennek ellenkezőjét tegyétek, ahogyan azt Nāgārjuna a *Baráti levélben* tanácsolja:⁵⁸³ [276]

Tudd, hogy a tudat olyan lehet, mint egy rajzolat
A vízre, a földre vagy egy kőre.
Amint a mérgező érzelmek felélednek, legjobb, ha az elsővel rendelkezel,
Ám, ha vallásosságra törekszel, az utolsó a legjobb.

Ugyanez áll *A bódhisattva cselekedetek művelésében*.⁵⁸⁴

Legyünk a mérgező érzelmek megszállottjai.
Nehezteljünk rájuk, harcoljunk ellenük,
Miközben tegyünk különbséget azok között,
Amelyek más mérgező érzelmeket megsemmisítenek.

Inkább égjek el vagy öljenek meg,
Vagy a fejemet vegyék,
Mintsem, hogy meghajoljak
Ellenségeim, a mérgező érzelmek előtt.

Pu-cshung-va gese is ezt mondta: „Még ha a mérgező érzelmek be is temetnek, akkor is képes vagyok terhük alatt a fogaim összeszorí-

tani.” Hallva, hogy mit mond Pu-cshung-va, Po-to-va így szólt: „Ha ezt teszed, a kezdetben megállítod őket.”

Hétköznapi ellenségek legyőzése esetén azok más országban telepedhetnek le, erőt gyűjthetnek, majd újra visszatérhetnek, hogy elégtételt vegyenek. A mérgező érzelmek nem ilyenek. Miután tökéletesen kiűztétek őket a tudatotokból, nincs másik ország, ahová visszavonulhatnak és visszatérni sem képesek. Azonban nem sikerül a mérgező érzelmeket kiűznötök, mert híján vagytok az örömteli kitartásnak. *A bódhiszattva cselekedetek művelése* erről így beszél.⁵⁸⁵

A közönséges ellenségek, ha egy országból kiűzték őket,

Másik országban telepednek le és azt szállják meg;

Erőt gyűjtenek és visszatérnek.

A mérgező érzelmek nem ilyen ellenségek.

A bölcsesség tekintete gyökerestül kiirtja a különféle mérgező érzelmeket.

Hová is mehetnének, mihelyt kitisztultak a tudatodból?

Hol kaphatnának erőre és honnan indíthatnának ellentámadást?

Tudatom azonban gyenge, mert nélkülözöm az örömteli kitartást.

Nyug-rum-pa (bsNyug-rum-pa) mondta:

Ne légy tétlen, amikor egy mérgező érzélem feltűnik, ellenszerének közvetlen alkalmazásával szállj szembe vele. Ha nem tudod legyőzni, szüntess meg minden gondolatot, ami vele kapcsolatban áll, hozz létre maṇḍalát, és tégy más felajánlásokat, és ajánld fel ezeket a gurunak, valamint a választott istenségeknek; könyörögj hozzájuk, hogy felülkerekedhess. Összpontosíts a mérgező érzelmekre, recitáld a haragvó istenségek mantráit. Tedd mindezt addig, amíg a mérgező érzélem eltűnik. [277]

Lang-ri-thang-pa (Glang-ri-thang-pa) mondta:

Változtasd meg a helyed, ahol ülsz, vagy csak fordítsd el a fejed, és a mérgező érzelmeid eltűnnek.

Azt mondják, ő harcolt a mérgező érzelmeivel.

Akkor követitek a mérgező érzelmek megszüntetésének Lang-ri-thang-pa által leírt módját, ha megfogadjátok Gön-pa-va tanácsát: „Nem az van ott kiemelve, hogy éjjel-nappal örködjete a tudatotok felett?” Mi több, a Nagy Tiszteletű akárhányszor találkozott valakivel, mindannyiszor ezt kérdezte: „Jóindulatú voltál ma?”

A mérgező érzelmek elosztatásának módja a következő. Első a hat gyöker mérgező érzélem. A különösen helytelen cselekedetek közül a *tudatlanság* a legmakacsabb, egyben ez képezi a többi mérgező érzélem alapját. A tudatlanság ellenszereként kitartóan meditáljatok a

függésben keletkezésén, és vértézzétek fel magatokat ismeretekkel a létforgatagban történő előrehaladásról és annak megszüntetéséről. Ha ehhez hozzászoktatjátok magatokat, a *hibás nézetek* – az öt mérgező érzelmekkel teli nézet – egyike sem támad fel.

A *gyűlölet* az az ellenség, amely mind a jelen-, mind a jövő életekben szenvedést okoz, és egyben a felhalmozott erénygyökereket elpusztítja. Ahogyan *A bódhiszattva cselekedetek művelésében* olvasható: „Nincs olyan vétek, ami a gyűlölethez fogható.”⁵⁸⁶ Soha ne adjatok esélyt tehát a gyűlölet feleledésének, és minden erőttökkel törekedjétek arra, hogy türelmesek maradjatok. Ha nem támad ellenérzések, nagyon boldogok lesztek már ebben az életben. *A bódhiszattva cselekedetek művelése* ezt mondja:⁵⁸⁷

Akik kitartóan legyőzik a haragot,
Azok boldogok lesznek ebben és más életeikben.

A *ragaszkodás* – a kielégíthetetlen vágyakozás – minden korábban felhalmozott erényt és erénytelenséget megszilárdít, és felfokozza létforgatagot teremtő erejüket. A vágyvilágban élők esetében a kielégíthetetlen vágyakozás az érintkezés élvezeti tárgya által okozott érzésből fakad. Ezért sokat meditáljatok a külső és belső csúfságokon, illetőleg a vágyott tárgyakhoz való ragaszkodásból fakadó hibákon, és ily módon győzzétek le vágyakozásokat és ragaszkodásokat. A kiváló mester, Vasubhandhu ezt mondta:

Az öt lényt – az őzeket, az elefántokat, a pillangókat,
A halakat és a méheket – az öt vágyott tárgy uralja. [278]
Ha csupán egyetlen vágyott tárgy képes legyőzni e lények bármelyikét,
Miért ne lenne képes az öt megsemmisíteni azt, aki folyamatosan
kitart mellettük?

Továbbá, a négy kielégíthetetlen – nyereségre, hírnévre, dicséretre és élvezetekre – vágyakozás, valamint az idegenkedés ezek ellentététől gyorsan feltámad, és igen nehéz megszabadulni tőlük. Törekedjétek orvoslásukra és szüntessétek meg ezt a nyolc világi beállítottságot, általánosságban a létforgatag hibáin történő meditálással, sajátosan pedig a halára emlékezéssel.

Számoljátok fel a *büszkeséget*, amely jelen életekben az ösvényen haladásotok legfőbb akadálya, és amely azt eredményezi, hogy szolgaként vagy ehhez hasonlóként születtek újjá. Erre vonatkozóan a *Barrati levél* kijelenti:⁵⁸⁸

Ha ismételten így gondolkodsz: „Ugyanúgy nem tudok megszabadulni

A betegségtől, az öregedéstől, a haláltól és az örömök elvesztésétől,
Mint a karmámtól és annak következményeitől, mivel azok a saját
cselekedeteim”,
Akkor legyőzöd önteltségedet, hiszen ellenszerüket alkalmazod.

Miután bizonyosságot nyertetek az igazságokról, valamint a Három Ékkőről, a karmáról és annak következményeiről, a *kétkedés* mérgező érzelme nem támad fel.

A másodlagos mérgező érzelmek – az álmoság, a tespedtség, az izgatottság, a lustaság, az elővigyázatlanság, a szégyentelenség, az elbizakodottság, a feledékenység és az éberség hiánya – hirtelen élednek fel és megakadályozzák az erények művelését. Meg kell érteneitek hiányosságaikat, és hozzá kell szoktatnotok magatokat erejüknél mérsékléséhez azáltal, hogy közvetlen módon alkalmazzátok ellenszereiket. Hiányosságaikra vonatkozóan a *Baráti levél* ezt mondja:⁵⁸⁹

Izgatottság és megbánás, rosszindulat, tespedtség és
Álmoság, sóvárgás a kívánatosért, és kétkedés;
Értsd meg, hogy ez az öt elhomályosulás
Mind rabló, akik megfosztanak az érdemek elnyerésétől.

A *Figyelmeztetés a szívből jövő szándéokra* kimerítően tárgyalja a hiányosságokat:⁵⁹⁰

Nyálka, szél és epe
Nagy mennyiségben képződik a testben
Azoknál, akik örömüket az alvásban és tespedésben lelik;
Az ő alkotó elemeik ziláltak.

Akik örömüket lelik a tespedésben és alvásban,
Azok gyomra silány tápláléktól szennyezett, [279]
Testük elnehezült, színük beteges,
És még a szavaik is tisztátlanok.

Majd:⁵⁹¹

Akik örömüket lelik a tespedésben és alvásban,
Zavarodottak, vallási érdeklődésük megfakul.
Ezek a gyermeteg lelkek jó tulajdonságaikat elhagyják,
Erényeik elkorcsosulnak és a sötétségbe zuhannak.

A *kiváló tanítás ébren tartásában* ez áll:⁵⁹²

Az összes mérgező érzelem táptalaja
A lustaság. Akik ilyenek,
Akiken a lustaság akár csak egyetlen pillanatra eluralkodik,
Azok a jövőben minden gyakorlással felhagynak.

A *Figyelmeztető versek gyűjteménye* ezt mondja:⁵⁹³

Az elővigyázatlanok gyermeteg emberek,
Tönkre teszik a tudatukat.
Ahogyan a kereskedők őrzik a vagyonukat,
Úgy kell a bölcsnek óvatosnak lennie.

*A Születéstörténetek füzére mondja:*⁵⁹⁴

Istenségek hercege, jobban tennéd, ha fognál egy cserépedényt, szé-
gényes ruhát ölténél,
És látnák, amint az ellenség házához érkezel,
Mintsem félredobd szégyenérzeted,
És tudatodban a tanítással ellentétesen cselekedj.

*A Baráti levél mondja:*⁵⁹⁵

Nagy Úr, a tudatos jelenlét az egyetlen tanított ösvény, amelynek se-
gítségével
A *sugaták* a testük, a beszédük és a tudatuk terén előrehaladtak.
Alkalmazd ezt magad is, és tartsd fenn a megfelelő módon,
Máskülönben a tudatos jelenlét hanyatlásával minden erény elenyé-
szik.

*A bódhiszattva cselekedetek művelése ezt mondja:*⁵⁹⁶

Még az állhatatosakat és a tanultakat is,
És azokat is, akik az örömteli kitartást művelik,
Az éberség hiányának hibája miatt
A megszegések fogják beszennyezni.

Ennélfogva, még ha nem is tudjátok elejét venni a mérgező érzel-
meknek és a másodlagos mérgező érzelmeknek, elengedhetetlenül
fontos, hogy azonnal ellenségekként tekintsetek rájuk, anélkül, hogy
megerősítenétek őket, vagy egyetérténetek velük. Alkalmazzátok az el-
lenszereket, és küzdjete, hogy legyőzzétek a mérgező érzelmeket. Mi-
után ezt megvalósítottátok, minden tekintetben tartsátok be azokat az
erkölcsi előírásokat, amelyet magatokra vállaltatok. Ahogyan a Nagy
Tiszteletű tanítványa, a dicső Gön-pa-va, Neu-szur-vának mondta: [280]

Je-se-bár (Ye-shes-'bar), ha holnap, vagy az azt követő nap valaki a
te tanítványaidtól ezt kérdezné: „Melyik az a gyakorlat, amelyet te
magad a leginkább tanácsolnál?“, valószínűleg azt felelnék, hogy a
különleges képességek vagy az általuk választott istenség vizualizá-
lása. Ám nekik így kellene felelniük: „Az egyre nagyobb bizonyos-
ság a karma okaiban és következményeiben, azaz tisztán megtartani
mindazokat a fogadalmakat, amelyeket vállaltál.”

Éppen ezért meg kell értenetek, hogy „a meditálásból következő
megvalósítások” formula a mérgező érzelmek – például a tudatlan-
ság – mérséklésére vonatkozik.

Amikor az emberek másokkal hadakoznak – ami csupán hátrányokkal jár és szenvedést okoz ebben és a következő életekben –, a szenvedés valamennyi módját elviselik, akármennyi ideig is tart, és még az életüket sem kímélik. Aztán nézegetik sebhelyeiket, stb., és dicsekednek: „Ezt szereztem abban az időben”. Így tehát még inkább indokolt elviselnünk azokat a nehézségeket, amelyeken a mérgező érzelmek megsemmisítésekor kell keresztülmenünk, miközben mindebben rendületlenül örömet kell találnunk. *A bódhiszattva cselekedetek művelésében ez áll:*⁵⁹⁷

Ha még egy értelmetlen ellenség okozta sebet is
Úgy hordoznak, mintha netán a test kitüntetése lenne,
Miért zavarna a szenvedés,
Hiszen én valóban nagy cél megvalósítására törekszem?

Aki a mérgező érzelmek ellenségével küzd, és legyőzi őket, az valódi hős, míg azok, akik közönséges ellenséggel harcolnak, csupán egy tetemet ölnek meg; ezek az ellenségek akkor is természetes módon meghalának, ha nem pusztítanak el őket. *A bódhiszattva cselekedetek művelése ezt mondja:*⁵⁹⁸

Ők a győztes hősök,
A kik megvetnek minden szenvedést,
Legyőzik az ellenséget, a gyűlöletet.
A többiek csak tetemeket pusztítanak el.

Összefoglalásként ugyanebben a szövegben ez áll:⁵⁹⁹

Amikor mérgező érzelmek hordája vesz körül,
Ezer módon kell ellenállnom;
Ahogy a rókák, és hozzájuk hasonlók sem árthatnak az oroszlánnak,
Úgy a mérgező érzelmek seregei sem árthatnak nekem.

Ekképpen ne hagyjátok, hogy az ösvénnyel össze nem egyeztethető körülmények ártsanak nektek; győzzétek le valamennyit.

Ezzel befejeződött az ösvény közepes képességű személyekhez igazodó fokozatainak magyarázata.

JEGYZETEK

566. *Yoga-caryā-bhūmi* (Sa'i dngos gzhi), P5536: 309.3.2-3.
567. *Mahā-parinirvāna-sūtra*, P787: 71.5.2-6.
568. *Suhyī-lekha*: 7cd; P5682: 235.3.7.
569. *Subāhu-pariprcchā-tantra*, P428:34.3.4-5.
570. A *dGe slong la rab tu gces pa'i mdo shes bya ba* eredeti címe *Bhikṣu-prareju-sūtra-nāma*, P968: 55.1.1. A katalógusban a *plareju* (sic) szó *prarejura*, aztán *priyāra* lett módosítva.
571. *Vinaya-vibhaṅga* (*Lung rnam 'byed*), P1032: 149.5.3.
572. Ennek a *nāgān*nak egy kis fa nőtt a fején, ami ha szél kerekedett, hatalmas fájdalmat okozott. Ez volt a karmikus következménye annak, hogy az előző életében szerzetesként semmibe vette a csekélyebb fogadalmakat.
573. Idézet a *Yoga-caryā-bhūmiből* (Sa'i dngos gzhi), P5536: 309.4.6-7.
574. *Śīla-saṃyukta-sūtra*, P969: 55.2.3-6.
575. SR: 16.15b-16; P795: 295.1.6-7.
576. Uo.: 9.38-39; P795: 284.1.6-7.
577. Uo.: 24.28; P795: 308.3.6-7.
578. Uo.: 35.3-4; P795: 15.2.8-15.3.1.
579. *Ārya-maitreya-mahā-siṃha-nāda-nāma-mahāyāna-sūtra*, P760: 34.1.2-3, 34.1.7-8.
580. *Subāhu-pariprcchā-tantra*, P428:34.3.5-6.
581. Uo., P428: 41.5.8-42.1.1.
582. *Ārya-mañjuśrī-mūla-tantra*. A fordítás a Congkhapa által használt tibeti fordítást követi, mindezt azonban vö. Vaidya 1964: 85-88 javaslatával, miszerint a *vidiśāt* nem „irány”-ként, hanem mint igét, „mutat”-ként kell értelmezni.
583. *Suhyī-lekha*: 17; P5682: 235.4.8.
584. BCA: 4.43-44; P5272: 248.3.3-4.
585. Uo.: 4.45-46; P5272: 248.3.4-6.
586. Uo.: 6.2a; P5272: 250.4.1.
587. Uo.: 6.6b; P5272: 250.4.5.
588. *Suhyī-lekha*: 46; P5682: 236.3.3.
589. Uo.: 44; P5682: 236.3.1-2.
590. *Āryādhyāśaya-saṃcodana-sūtra*, P760: 60.4.5-6.
591. Uo.: P760: 60.5.5-6., idézi Vaidya 1960b: 64.
592. *Sad-dharmānusmṛty-upasthāna*, P953: 138.1.7.
593. Ud: 5.10; P992: 91.2.1-2.
594. Jm: 12.19; P5650: 22.4.3-4. Ez az a történet, amikor a tanító vizsgáztatja tanítványát és azt kéri tőle, hogy lopjon. Idézve korábban a „Bizalom a Tanítóban” c. fejezetben (ld. jelen fordítás 64. o.) és részletezve a 132. jegyzetben.

595. *Suhyl-lekha*: 54; P5682: 236.4.2-3.

596. BCA: 5.26; P5272: 249.1.3-4.

597. Uo.: 4.39; P5272: 248.2.8-248.3.1.

598. Uo.: 6.20; P5272: 250.5.7-8.

599. Uo.: 7.60; P5272: 254.2.8-254.3.1.

