

Szaraha-pádáról

(fordította: Agócs Tamás)

A mahásziddhák hagyománya

Ebben a könyvben Szaraha, a nevezetes buddhista mahásziddha tanításaiból adunk ízelítőt.

A mahásziddha (*mahā-siddha*) szanszkrit szó, magyarul hozzávetőlegesen „nagy célba-érkeztetett, beérkeztetett” jelent.¹ A „sziddha” szó szerint olyasvalaki, aki elért illetve megvalósított valamit, aki sikerrel véghezvitt valamiféle vállalkozást. (Vesd össze a történelmi Buddha, Sziddhártha nevével, melynek jelentése: „aki elérte célját”.) Indiában általában azokat a vallásgyakorlókat, jógikat nevezték illetve nevezik sziddháknak, akik valamilyen sziddhit (*siddhi*), azaz „megvalósítást” értek el. (Mindkét szó a „megvalósítani”, „beteljesíteni” jelentésű *√sidh* igetövből ered.) Sziddhi alatt általában valamilyen természetfölötti, csodás képességet értettek, mivel a külső szemlélőnek elsősorban ez bizonyította azt, hogy a jógik sikeresen megvalósította a szādhana (*sādhana*), vagyis gyakorlata célját. A sziddhiket általában két csoportra: világi és világfeletti sziddhikre szokás osztani. A világi sziddhik minden misztikus hagyományban nagyjából ugyanazok: úgynevezett „érzékfeletti képességek” (valójában az érzékszervek hatókörének kiterjesztése, például távolbalátás), az anyagi elemek uralásának illetve átalakításának képessége (erre látunk majd példát Szaraha élettörténetében) ideértve a gravitáció leküzdését (mint például a levitáció esetében), a tér-idő transzformációkat (például a test méreteinek, arányainak megváltoztatását) és így tovább. A világfeletti vagy végső sziddhit azonban minden iskola másképp határozza meg: míg a hindu sziddha-tradíciókban általában a halhatatlanság (*jivan-mukti*) a végső cél, addig a buddhista sziddhák a teljes megvilágosodás elérésére törekedtek/törekednek. Ez utóbbiakat éppen ezért nevezik mahá-, azaz „nagy” sziddháknak. Ez a „nagy sziddhaság” ugyanakkor nem mindenki számára nyilvánvaló, és akár látszólag közönséges embereket is jellemezhet. Ahogy Keith Dowman szemléletes leírásában olvashatjuk:

A beavatatlan indiaiak számára a „sziddha” szó mindenekelőtt a mágikus erő (varázserő) képzetét idézi fel. Ha egy jógik át tud menni a falon, tud repülni, meggyógyítja a betegeket, a vizet borrá változtatja, sőt akár levítál vagy tudatolvasó is, megérdemli a „sziddha” elnevezést. Ha ennek a jóginak ugyanakkor örült csillogás van a szemében, hamuval mázolja be magát, dalaival mindenkit könnyekre fakaszt, jelenlétével megnyugtatja a kóbor kutyákat, egy hívő asszonyt elszakít a családjától, méteres farkocsában vadzsrát visel (ami a változatlanság szimbóluma), koponyacsészéből eszik, madarakkal beszélget, leprásokkal hál, erkölcsi lazaságukért ostromozza a képmutatókat és meggyőződéssel véghezvisz bármit, ami konvenció ellenes, csak hogy a „magasabb rendű” valóságot szemléltesse vele, akkor kétszeresen is sziddha. A közönséges embereknek, akiket a látszatok nyűgöznek le, fogalmuk sincs a sziddha ezoterikus céljáról, a mahāmudráról,² s nem tudhatják, hogy a sziddha akár egy közönséges földműves, irodai munkás, király, szerzetes, szolga vagy csavargó is lehet.³

¹ Soós 9. o.

² E fogalom bemutatását lásd később

³ Dowman ...

Történetileg nagyjából a Pála-dinasztia uralkodása alatt (Kr.u.8-12.sz.) a sziddhák a vallási irányzatok szinte mindegyikében megjelentek, és tanításaik sok esetben a mai napig élő hagyományt alkotnak. A dzsaina, szufi, visnuista, saiva, sakta, és természetesen a buddhista közösségeken belül is szép számmal akadtak olyanok, akik a saját hagyományuk előírásos kereteit szétfeszítve, közvetlenül a lényegre igyekeztek ráirányítani a figyelmet. E sziddhák együttesen egy forradalmian új vallási hagyományt teremtettek, mely az általuk képviselt vallási iskolák sokszínűsége ellenére számos vonatkozásban egységes irányzat volt.⁴

A 8. század elején, amikor a mahásziddhák megjelentek, Indiában a skolasztikus buddhizmus éppen csúcscorszakát élte. A nagy kolostoregyetemeken több százezer szerzetes tanult, az uralkodók és a nép ontották a támogatást, virágzott a kolostori buddhizmus, egyaránt szolgálva a világi népesség és a saját érdekeit. A nagy buddhista filozófiai irányzatokat — a madhjamaka és jógácsára bonyolult filozófiai rendszereit — akkoriban széles körben ismerték és tanulmányozták. Igyekeztek szintetizálni a korábbi filozófiai rendszerek eredményeit, így jöttek létre olyan iskolák, mint a jógácsára-madhjamaka.⁵ A tantrikus buddhizmus is ez idő tájt élte virágkorát. E meghatározhatatlanul régóta létező irányzat⁶ a 6. évszázadban kezdett népszerűvé válni, és idővel a buddhista megvilágosodásra törekvés bonyolult és kifinomult, meglehetősen szertartásos módjává fejlődött. Gyakorlásához több szintű beavatásra, bonyolult elméletek elsajátítására, valamint rengeteg szertartásra és képi ábrázolásra volt szükség.

Történelmi háttér: A Gupta-korszak végén az egykor virágzó kultúra eredményeit próbálták stabilizálni. A társadalmi rendszert merev szabályok uralták. A tudósok filozófiai hajszállhasogatással foglalkoztak, a szádhu a piacon árulták áldásaikat. India nyugati határán türk hordák gyülekeztek, küszöbön állt a muszlim invázió.

Ebben a közegben jelentek meg a sziddhák. Kezdetben a társadalom gyökereiből táplálkozó tiszta spiritualitást képviselték. A társadalmi és vallási intézményektől való elidegenedés folytán a lemondás lett a szellemi fejlődés előfeltétele. A sziddhákat misztikus felfogásuk a merev társadalmi rendszerrel, a dogmatikus és skolasztikus vallási rendszerekkel is szembeállította. A bezártság helyett inkább az egyszerű, szabad életmódot választották. Lázadtak az üres szertartásosság, a vallási sarlatánság, az öncélú filozofálás, a kasztrendszer és a brahmanista puritanizmus ellen. Az utca emberének nyelvén szóltak, s a népdalok mintájára költött misztikus dalaikban a hétköznapi életből kölcsönzött képeket, hasonlatokat használtak.

A mahásziddhák a velük együtt élő rendszerek periferiáján álló mozgalmat alkottak. Bár egyes mahásziddhák szerzetesként kezdték a pályafutásukat, gyakorlataikat és háttérrendszerüket tekintve pedig tantrikus gyakorlók voltak, a mahásziddhák vehemensen elleneztek a vallásgyakorlás minden intézményesített formáját, és gyakran igen messzire is elmerészkedtek, hogy mélységes megvetésüket érzékeltessék a nagyközönséggel. Ez a kritikai szellemiség általában jellemző a sziddhák irodalmi műveire és tanításaira.⁷

⁴ Ezt az irányzatot mutatja be, annak minden változatosságával egyetemben, Shashibhusan Dasgupta *Obscure Religious Cults* című könyve, melynek a "szahadzsi buddhizmusról" szóló részének fordítását e könyv függelékéként adjuk közre, (?)

⁵

⁶ Ha elfogadjuk Dasgupta elméletét, a tantra időtlen idők óta jelen volt Indiában, mint a jól ismert vallási rendszerek ezoterikus háttérirányzata.(xx. o.)

⁷ Lásd Dasgupta..

A konvenciókat semmibe vevő, gyakran botrányos viselkedésükről voltak híresek. Ölés, lopás, részegeskedés, kasztonkívvüli nőkkel és férfiakkal való nemi közösülés — mindez persze a tantrikus gyakorlatok keretében—csak pár azon témák közül, melyek a mahásziddhák élettörténeteiben lépten-nyomon felbukkannak.

A sziddhák kívülről felháborítónak tűnő viselkedése kettős célt szolgált: egyrészt hozzásegítette őket, hogy kitörjenek az erkölccsel kapcsolatos merev fogalmi keretek közül, másrészt hogy az általuk megsértett személyt vagy közösséget szembesítsék saját képmutatásukkal, s azzal, hogy a sziddhák konvencióellenes magatartásában képtelenek felismerni a találékony módszert és a megvilágosult tevékenységet.

Maguk a sziddhák sosem engedtek társadalomellenes magatartásukból, a tantra viszont egyre elfogadottabbá vált, követőit pedig egyre kevésbé azonosították a titkos, kasztonkívvüli szektához tartozó vándorjógival. A Pála-dinasztia uralkodói támogatták a tantrikus buddhizmust, s az intézményrendszer „elfogadta” a tantrikus forradalmat. A királyok által alapított új kolostor-egyetemen (Vikramasíla, Odantapurí) a tantrikus irodalommal is foglalkozni kezdtek, s rengeteg kommentárt írtak az alapszövegekhez.

Dasgupta írja a következőket:

Bár a tantrikus hagyomány élesen elutasította a hagyományokhoz való merev ragaszkodást, a saját területén belül mégis igen bonyolult gyakorlatrendszereket dolgozott ki. A formaságok, szertartásosság, mágia, varázslás és a mantrák mormolásával kísért, igen összetett vallásgyakorlati rendszerek terén túltett az összes többi vallási hagyományon.⁸

Ahogy az gyakran lenni szokott, ami régen alternatív mozgalomként indult, végül kizárólagossá vált és egyre merevebb keretek közé szorította magát. Ezzel együtt azonban a radikális sziddhák hagyománya is tovább élt, sőt, képviselői a társadalom minden területén megjelentek. Erről tanúskodik a *Nyolcvannégy mahásziddha története* című életrajzi gyűjtemény, mely tibeti nyelven maradt fenn.⁹ A nyolcvannégyes szám a teljességet jelképezi, így a nyolcvannégy mahásziddhát archetípusoknak is tekinthetjük, akik a tantrikus út ezernyi példaképét és beavatottját képviselték. Feltűnő, hogy milyen sokféle családi háttérrel rendelkeztek és mennyi különféle társadalmi szerepet töltöttek be. A társadalmi rendszer minden szintjén megtalálhatjuk képviselőiket. Voltak köztük királyok és miniszterek, papok és jógik, szerzetesek és tudósok, költők és zenészek, kézművesek és földművesek, kéjhölgyek és családanyák. A legnagyobb sziddhák között volt cipész, csordás, tolvaj, szélhámos, szerencsejátékos és szajha is.

Bár a bengáli központú Pála-birodalom lett a tantrikus buddhizmus fellelője, a buddhista sziddha tradíció India más területein is meghonosodott. Az északnyugati Oddijánából (a mai Pakisztánban lévő Swat-völgyből) számos fontos tantrikus hagyományvonal származik. Dél-Indiában, mely talán az első tantrikus kultuszok szülőhelye, Káncsi (a mai Tamil Naduban) a tantrikus buddhizmus jelentős központja volt. Sri Parbat szent hegye (a mai Andhra Pradés államban) még a sziddhák idején vált fontos tantrikus erőhellyé, és számos legendában megjelenik. A nyolcvannégy mahásziddha közül mégis negyvenhét Kelet-Indiából, kilenc délről származik, s csak kettőt hoznak összefüggésbe északnyugattal.

8

9

A nyolcvannégy mahásziddha legendája széleskörű tablót nyújt a kor társadalmi viszonyairól, és az ember szellemi lehetőségeiről is átfogó képet fest:

A mahásziddhák élettörténeteik kitűnően illusztrálják, hogy milyen sokszínű és változatos módon lehet eljutni a végső valóság megtapasztalásához. [...] Legendáikból kiderül, hogy nincs egy jól meghatározható pálya, melyet a gyakorlónak be kell járnia, nincs egy meghatározott gyakorlat vagy szellemi feladat, amelyet el kell végeznie, hanem kinek-kinek a saját létfeltételei jelölik ki a bejárando utat, s ez nem kapcsolódik semmilyen külső konvencióhoz. Kinek-kinek önmagát kell megvilágosítania, önmagában kell a menedéket megtalálnia, tudatát lecsendesítenie. Minden szokás, nehézség, csábító erő vagy véletlen kiindulópontja lehet a megszabadulás útjának, mindent fel lehet és fel is kell használni a szellemi úton.¹⁰

A sziddhák antinomista viselkedését nem egyszerűen társadalomellenes magatartásnak kell tekintenünk, hanem a tanításuk egyik lényegi elemének. Miből táplálkozott ez a viselkedés? A sziddhák abban különböztek a „szokásos” lázadóktól, hogy átlátták a valóság természetét. A végső valóságra, amelyet a különböző vallási rendszerekben olyan sokféleképpen neveztek, a sziddhák egységesen a „szahadzsa” (*sahaja*) kifejezést (is) használták, amely szó szerint „együtt-születettet” jelent, de a természetesség fogalmát is tartalmazza.¹¹ A szahadzsa a világ végső természete, olyan formában, amelyben az megtapasztalható. A sziddhák vallásfeletti mozgalmát ez a tapasztalati fogalom jellemezi leginkább, így annak központi jelentőségéből fakadóan sokan egyenesen „szahadzsijá” (a „szahadzsa” melléknévi alakja) mozgalomnak nevezték el.¹²

A buddhista „szahadzsijá” a tantrikus vagy vadzsrajána buddhizmusban kidolgozott ezoterikus gyakorlatokat alkalmazták, ám meg akarták tisztítani azokat a rájuk rakódott szertartásos és filozófiai elemektől. Alapelveiket a következő pontokban lehet összefoglalni: Negatív értelemben: (a) a vallásgyakorlat és a spiritualitás külsődleges formáságainak éles kritikája és elutasítása. (b) A papok és szentszövegek tekintélye, a cölibátus, a vezeklés, az önsanyargatás és hasonló dolgok elleni tiltakozás. Pozitív értelemben: (c) A guru fontosságának hangsúlyozása a szellemi gyakorlás és út terén. (d) Az emberi test mint az összes vallási és spirituális tapasztalás, sőt a végső igazság lelőhelyének felismerése. (e) A végső valóság kifejezhetetlen boldogságként, kimondhatatlan ragyogásként, háborítatlan kiegyensúlyozottsággént, teljes megnyugvasként, valamit nem-kettősséggént és tökéletes egységként való megtapasztalása.¹³

A „szahadzsijá kultusz” és a „szahadzsa-jána” fogalmát többen is elutasítják, mondván, hogy az eredeti szövegekben ilyesmi nem szerepel. A téves elnevezést egyesek annak tulajdonítják, hogy tantételeik és gyakorlataik hasonlósága miatt a mahásziddhák irányzatát gyakran összekeverték a bengáli visnui szahadzsijá mozgalommal. Így az a felfogás, miszerint a mahásziddhák egy „szahadzsijá” nevű mozgalomhoz tartoztak volna, valóban elavultnak tűnik, ám azt senki sem tagadja, hogy a szahadzsa fogalma központi szerepet játszik a mahásziddhák—főleg Szaraha—tanításaiban.

A mahásziddhák a tantrikus hagyomány felhígulása és növekvő szertartásossága ellen lázadtak. Azt feltételezhetnénk, hogy a tantrák túlzott népszerűvé válását is kifogásolták. Valójában azonban egy új tantrikus irányzatot képviseltek, amelyet jógini-tantrának vagy anya-tantrának neveztek. Ezt többek

¹⁰ Soós 20. o.

¹¹ Dasgupta

¹² Dasgupta

¹³ Ezeket a pontokat fejti ki Dasgupta (talán az alapján kéne összegezni)

között az is bizonyítja, hogy a mahásziddhák műveit a tibeti buddhista kánonban az anya-tantrák kommentárjai közé sorolják.

Az új tibeti buddhista iskolák, akik a tantrákat Indiából örökölték, visszamenőlegesen négy osztályát különböztetnek meg: a krija- (*kriyā*), csarjá- (*caryā*), jóga- (*yoga*), és anuttarajóga (*anuttara-yoga*) tantrákat. Az utóbbi két válfaja az apa- és anya-tantra. A két alsó tantra-osztály főleg rituális elemeket tartalmaz, és nagyrészt világi célok megvalósítására, varázserők felkeltésére szolgál. Mivel e célok elérését a különböző varázsigék mantrák (*mantra*) szolgálják leginkább, a két alsó osztályt összefoglaló néven mantra-jánának (*mantra-yāna*) is nevezik. A harmadik tantra-osztályban, a jóga-tantrában jelennek meg azok a belső meditációs elemek, melyek kifejezetten a tudat átalakítására irányulnak, de itt még mindig nagy hangsúlyt fektetnek a külsődleges szertartásokra. Végül, az anuttarajóga-tantrában már egyértelműen a belső átalakítás folyamatát helyezik előtérbe, az anya-tantrák pedig sokszor kifejezetten elutasítják a rituális elemeket.

Az egész tantrikus irodalom az úgynevezett „gyökértantrákon” (*mūla-tantra*) alapszik („gyökér” mint forrás). A gyökértantrák mindegyike egy-egy tantrikus istenséggel kapcsolatos gyakorlatrendszer tartalmaz. A mahásziddhák szempontjából legfontosabb istenségek—Guhjasamadzsza (*Guhyasamaja*), Csakraszamvara (*Cakrasamvara*), Hévadzsra (*Hevajra*), Mahámája (*Mahāmāya*) és Jamari (*Yamari*)—szintén egy-egy gyökértantrához kapcsolódnak, melyek leírják az adott istenség mandaláját—vagyis a meditációban megjelenítendő buddha-földjének „tervrajzát”—és utasításokat adnak a meditáció felépítő és beteljesítő fokozatai,¹⁴ valamint a kiegészítő rítusok (tűzáldozatok, bőséges lakomák és felajánlások) gyakorlására. Mivel maguk az alapszövegek csak a legfontosabb mondanivalóra szorítkoznak (és azt is sokszor titkos nyelven adják elő), megértésükhöz a későbbiekben rengeteg magyarázatra volt szükség, így a gyökértantrák terjedelmes kommentárirodalommal egészültek ki. Ám se, a tantrákban, sem a kommentárokból nem találjuk meg a tudat és a világegyetem szerkezeti modelljét, sem a tantrikus jóga működési elvének rendszeres bemutatását. Ezeket a szövegekből és a mahásziddhák tanításaiból kell kikövetkeztetnünk.

A jógini-tantrák írásos formában a 8. század körül kezdtek megjelenni, és az indiai buddhizmus legkésőbbi irodalmi alkotásai közé tartoznak. Számos megkülönböztető jellegzetességgel bírnak, melyek némelyike csak rájuk jellemző, mások viszont az „alacsonyabb” tantrákra, a mahájánára, általában a buddhizmusra, illetve a nem-buddhista indiai iskolák tanításaira is jellemzők. Tekintsük át ezeket a fő vonásokat!¹⁵

1. A jógini-tantrák arról kapták nevüket, hogy a világ újrateremtésének „tervrajzául” szolgáló mandalaikban (*maṇḍala*) nagy szerepet játszanak azok a legtöbbször jóginiéne (yoginī) vagy dákininé (dākinī) nevezett nőalakok. E haragvó küllemű, meztelen istennők az emberben eredendően meglévő tiszta tudatosságot és gyönyört, valamint a kettő gyakorlatban történő egyesítésének elvét képviselik.

2. A belső jóga gyakorlatok során megtapasztalt tudatállapotok hitelesítésére és elmélyítésére különféle mudrákat (*mudrā*), vagyis „pecséteket” alkalmaznak. A mudrá általában valamilyen tudatállapotot kifejező-jelképező formát, többnyire kéztartást jelent, itt azonban a tudatállapot elérésének eszközét vagy módját értik alatta. A három legfontosabb a karmamudrá (*karma-mudrā*), vagyis a hús-vér partnerrel végzett szexuális jóga; a dnyānamudrá (*jñāna-mudrā*), a képzeletbeli dákinivel folytatott

¹⁴

¹⁵ Jackson 12-5 alapján

egyesülés; és a mahámudrá (*mahā-mudrā*), ami kettősség nélküli szemlélődés a valóság természetén. (Magyarul tett-pecsétnek, tudomás-pecsétnek és nagy-pecsétnek lehetne őket fordítani.)

3. E jóga gyakorlatok egyik legfontosabb célja a négy gyönyör (*ānandā*) előidézése, melyek fokozatosan követik egymást, és már négyes rendszerekkel —például a négy tantrikus beavatással, az ösvény négy pillanatával, a négy buddha-testtel — is összefüggésben állnak. Ez a folyamat a megvilágosodásban; egy olyan tudatosságban éri el a tetőpontját, amelyben a tudat természetes tisztasága és tündöklése, az üresség kettősségmentes felismerése, valamint a hatalmas gyönyör tapasztalata szétválaszthatatlanul egybekeveredik. Ezt a tudatosságot nevezik szahadzának, illetve mahámudrának is.

A jóginí-tantrák és a többi legmagasabb jóganetra közös jellegzetességei:

1. A megvilágosodás csak a „mérgek”—mérgező érzelmek, avagy gyötrelmek (*kleśa*)—valamint az élet és a halál transzformációja által lehetséges, (és ehhez négy beavatáson kell keresztülmenni a gurutól, akinek az ember abszolút engedelmességet fogad).

2. A transzformáció a testben, különösen a „finomtestben” (*sukṣma-śarīra*) megy végbe, amely áthatja a fizikai testet és annak alapját képezi. E test hetvenkét-ezer csatornából (*nāḍī*), öt-tízféle szél-energiából (*prāṇa*) és olyan „hormonális” cseppekből (*bindu*) áll, melyeket az ember a fogantatásakor örököl a szüleitől.

3. A transzformációhoz az is szükséges, hogy az ember leküzdje a tisztaság és tisztátalanság kettősségéhez való ragaszkodást, hajlandó legyen áthágni a társadalmi normákat, tudatát és energiáit pedig képes legyen oly módon szabályozni, hogy a finomtest központi csatornájának bizonyos csomópontjain (*cakra*) megállásra készítse azokat. Az energiák megzabolázására bizonyos esetekben, különösen a tantrikus ünnepek (*gaṇacakra*) alkalmával, „tisztátalan” anyagokat— például alkoholt, ondót vagy menstruációs vért—kell fogyasztania. A gyakorlat célja az összes tapasztalat egyöntetű gyönyörtelenségének, szó szerint „egy-ízűségének” (*sama-rasa*) megtapasztalása.

A jóginí-tantrák és a többi buddhista tantra közös jellegzetességei:

1. Az embernek itt és most úgy kell gyakorolnia, mintha máris az a buddha-istenség lenne, akivé válni szeretne. A célkitűzés „ösvénnyé tétele” során az ürességből először újrateremti magát egy szent szótag formájában, mely azután átalakul egy megvilágosult lénné, aki az ember isteni és istenekkel teli lakhelye, a mandala központjában foglal helyet. Ezzel teremti meg a lehetőségét annak, hogy felülkerekedjen a számszóra lényegét alkotó három „egzisztenciális eseményen”—a halálon, köztes léten és újrászületésen— és elérje a három testet: a tapasztalás-testet vagy dharmakáját (*dharma-kāya*), a gyönyörűség-testet vagy szambhógakáját (*sambhoga-kāya*) és a jelenéstestet vagy nirmána-káját (*nirmāṇa-kāya*).

2. Az embernek egy sor különféle rítust— többek között mantrákat, imákat, anyagi és nem anyagi természetű felajánlásokat — és különösen magas fokú összeszedettséget célzó meditációs eljárásokat kell alkalmaznia ahhoz, hogy más színben lássa magát és a világegyetemet.

3. A tantra gyakorlásához egy képzett tanítómester, guru beavatása és útmutatása szükséges. A guru szolgáltatja a felismerés kulcsát: rajta keresztül vezet az út a Buddha-istenségekhez, valamint a

mesterek láncolatához, amely fenntartja a Buddha-istenséggé váláshoz vezető gyakorlatok hagyományát.

A jóginí-tantrák alábbi jellegzetességei megegyeznek a mahájána általános tantételeivel:

1. Az emberi élet (és mindenféle létforma) célja a teljes és tökéletes megvilágosodás, más szóval a buddhaság elérése. Ezt a célkitűzést a „megvilágosodás hőse”, avagy a bódhisattva (bodhisattva) ösvényén lehet megvalósítani, melyet az összes szenvedő lénnel való együttérzés, és a megszabadításukra való törekvés motivál.
2. A megvilágosodáshoz vezető úton egy sor különféle módszert (*upāya*) kell alkalmazni az összes lénnel való együttérzés kifejlesztésére, a lények megsegítésére, a buddhák és bódhisattvák egész tömkelegének megörvendeztetésére, valamint azok látomásos felidézésére a saját „buddha-földjeiken” vagy tiszta területeiken.
3. Az embernek el kell sajátítania a „bölcsséget” (*prajñā*), mely a fogalmak és az összes létező dolog azonosságának, nem-kettősségének és—mindenekelőtt—ürességének (*śūnyatā*) belátására irányul. E központi jeletőségű fogalom alatt olykor (a madhjamaka filozófiai iskola tanítása szerint) azt értik, hogy semminek sincs állandó, tényleges, minden mástól független, saját természete; máskor (a jógácsára iskola tanítása szerint) azt, hogy a tapasztalt jelenségek nem különböznek az azokat tapasztaló tudattól; megint máskor (a tathágatagarbha vagy buddha-természet tanítása szerint) pedig azt, hogy a jelenségvilág mögötti, természeténél fogva makulátlan, ragyogó tudat mentes mindazon szennyeződésektől, amelyek látszólag elhomályosítják. Az üresség fogalma gyakran mindhármat egyszerre jelenti.

A jóginí-tantrák alábbi jellegzetességeikben osztoznak az egész buddhista hagyománnyal:

1. Az lét alapvető problémája az újraszületések körforgása, a szamszára (*samsāra*), melynek oka a dolgok valódi természete felőli tudatlanság (*avidyā*), az élvezetekhez való ragaszkodás, valamint az elkerülhetetlenül visszahatást eredményező tettek (*karma*) végrehajtása. Ez azonban megfelelő magatartással, meditációs technikák elsajátításával valamint közvetlen belátással megszüntethető a nirvánában (*nirvāṇa*), amely a tökéletes békesség, tudás és boldogság állapota.
2. A megszabadulásra törekvőnek először menedéért kell fordulnia a Buddhához, a tanításához (Dharma), valamint az általa alapított közösséghez (*Śaṅgha*). A buddhista életmód általában egy hasonló felfogású gyakorlók közösségében való aktív részvételt és a másféle vallási elképzelésektől és gyakorlatoktól való tartózkodást feltételez.
3. Magától értetődőnek tekintik azt, ami az egyetemes tiszteletben álló *Dhammapada* versgyűjtemény nyitósoraiban áll: „Minden tapasztalatunk a gondolatainkból származik, minden a tudaton alapszik, minden a tudatból áll.” Vagyis olyanok leszünk, amilyennek látjuk a dolgokat.

Végezetül, a jóginí-tantrák osztoznak a többi nem buddhista indiai tradíció közös alapelemein:

1. A szamszára és a nirvána kozmológiája a világegyetemben fellelhető összes élőlény sorsának pontos leírását adja.

2. Fegyelmezett, erényes magatartás, helyes meditáció és belátás segítségével ki lehet lépni a szamszára körforgásából, és el lehet érni a megszabadulás világfeletti állapotát.

3. A megszabaduláshoz vezető utat leginkább egy segítőkész közösség körében lehet gyakorolni, melynek ideális esetben egy tapasztalt és hozzáértő mester (guru) áll az élén.

Mindezekon felül, szakkifejezéseiket, istenségeiket, jógatechnikáikat, a társadalomról alkotott felfogásukat tekintve, a jóginí-tantrák számos közös vonást mutatnak a hindu tantrikus hagyományokkal—olyannyira, hogy sokszor nehéz megállapítani, melyikük hatott a másikra, és ki melyik hagyományhoz tartozik.

Miért olyan fontos a mahásziddhák hagyománya tibeti szempontból?

Ahogy Tartang Tulku írja a nyolevannégy mahásziddha életrajzának előszavában: „A mahásziddhák hagyatékát többféle szempontból is a tibeti buddhista hagyomány alapjának lehet tekinteni, mert a sziddhák és életrajzaik a vadzsrajána tanítások lényegi mondanivalóját, a tökéletes szabadságot mutatják be.” Ennek két tényezője van: az egyik az, hogy a sziddhák hagyományát valamilyen „indiai” forrásra kell visszavezetni; a másik pedig az, hogy történeteik és tanításaik átadása nyomán itt és most is elérhető legyen a megvilágosodás. E két tényező szorosan összefügg egymással. Az első a tanítások hitelességét biztosítja, a második pedig azt, hogy a közvetlen tapasztalás (vagyis maga a felismerés) töretlenül szállt tovább mesterről tanítványra. Az, hogy a tanításokat hiteles forrásra lehessen visszavezetni, mind a tanító, mind a tanítvány önbizalma szempontjából döntő fontosságú. A tanítások indiai eredete és az a lehetőség, hogy általuk elérhető a megvilágosodás, a sziddhák tárgyalásakor szorosan összefügg.

Szaraha élettörténete

The figure to whom the name “Saraha” is given is a construct of the religious imagination, and a vibrant one at that. (Schaeffer 2005, 7)

Szaraha történeti alakja nem rekonstruálható, mint ahogy dalai „eredeti” változatát sem lehet meghatározni. Életműve elválaszthatatlanul összefonódik a hagyományát folytató indiai és tibeti bölcsek, jógik tevékenységével, akik nem csak továbbadták, hanem továbbbővítették a „Nagy Bráhmín” tanítását. Ugyanez a hagyomány alakította ki Saraha legendás alakját is.

Életének időpontjával és helyszínével kapcsolatban nincsenek egyértelmű, megbízható adataink. Egyes források a Buddha fia, Ráhula személyes tanítványaként említik, aki a Kr.e. 4. században élt. A hagyományos beszámolók többsége szerint Nágárdzsuna, a nagy madhjamika filozófus (Kr.u.2. század körül) tanítómestere volt. A modern kutatók természetesen jóval későbbre, általában a 8-9. évszázadra teszik a működését, de van olyan is, aki szerint a 11. században élt. Szülőhazájaként egyes források a dél-indiai Bétát vagy Vidharbhát, mások az északi Varanaszit, megint mások a kelet-indiai Rolipa nevű helységet nevezik meg.

A mai kutatók általános véleménye szerint Szaraha bengáli volt és valamikor az I. évezred vége felé élt. Mint a Szamvara és Mahámudrá hagyományvonalak első guruját, a mahásziddhák hagyományának egyik alapzatának kell tekinteni. Tudjuk, hogy közvetlen követői Dévapála király (810-850) uralkodása alatt éltek, Szarahát pedig a buddhizmus pála-birodalombéli reneszánszával hozták kapcsolatba, mely Dharmapála király (770-810) uralkodása alatt kezdődött, és elsősorban a Nálanda kolostorhoz köthető. Szaraha valószínűleg Nálándában tanult, és egyes források szerint később a kolostor apátja lett. A legendában szereplő Nágárzsuna, akinek tanítómestere volt, nem a híres filozófus, hanem az egyik úgynevezett „tantrikus” Nágárdzsuna. Szaraha híres hagyományvonala — Śavaripa, Lūipa, Deṅgipa, Vajraghaṇṭā, Kambala, Jālandhāra, Kṛṣṇācārya, Vijayapāda, Tilopa, Nāropa — volt az a hagyomány, mely végül Marpa révén került Tibetbe, s melynek révén Milarepa és rengeteg más tibeti jógi érte el a végső megvilágosodást.¹⁶

Indiai nyelven nem maradtak róla történelmi feljegyzések, Tibetben viszont szerteágazó életrajzi hagyomány övezi. Alakja a tibeti irodalomban négy egymással összefüggő szerepet tölt be. Szaraha elsősorban szellemi példakép, aki spirituális gyakorlásra ösztönöz, másodsorra vallási tisztelet tárgya és áldások forrása, harmadszorra hagyományvonal fenntartó és a hagyomány hitelesítője, negyedszerre pedig a hagyomány követői által megtapasztalható végső valóság élő szimbóluma.

Szaraha megvilágosodásának története két fő változatban maradt ránk, mindkettőben egy nő játssza a főszerepet. Az egyikben egy retek-curry-t főző szolgálólány, a másikban egy nyílkészítő nő juttatja el a végső felismeréshez. A legrégebbi „életrajzi” (hagiográfiai) forrás Abhjadatta *A nyolcvannégy mahásziddha története* című műve, amely a tibeti kánonban maradt fenn.¹⁷ A mű bevallott célja, hogy szellemi felismerésre inspirálja hallgatóit, olvasóit. Szaraha története is elsősorban ezt a célt szolgálja, nem pedig azt, hogy életrajzi adatokat szolgáltatson róla. A nyolcvannégy sziddhatörténet közül Szaraháé a hatodik helyen szerepel a gyűjteményben.¹⁸ Röviden összefoglalva így szól:

Kelet-indiai brahmin családba született, „egy dákiní gyermekeként”. Nappal a brahmanizmust követte, de éjjelente buddhista gyakorlatokat folytatott. Valahogy azonban kiszivároghatott, hogy titkos tantrikus praktikákat űz, mert paptársai megvádolták, hogy alkoholt fogyaszt, és bepanaszolták a király előtt. Szaraha tagadta a vádat, és előbb három próbatétellel, majd három megmérettetéssel bizonyította „ártatlanságát” a király, a bráhminok és az egész nép előtt. Végül a király azt mondta: „Ha egy ilyen erővel bíró ember inni akar, hát hadd igyon!” Mindenki meghajolt előtte, ő pedig ez alkalommal énekelte el a királyhoz, a királynőhöz és a néphez szóló dalait, melyek *Dóhá Trilógia* néven váltak ismertté. A bráhminok és az egész nép a Buddha hitére tértek.

Ezután magához vett egy tizenöt éves szolgálólányt, és egy távoli vidékre utazott. Miközben Szaraha szellemi gyakorlatokat folytatott, a lány gondoskodott róla. A jógi egy szép nap retek curryt kívánt enni, de mire a lány elkészült vele, a mester már mély meditációba merült, amiből tizenkét éven át ki sem moccan. Amikor végül feleszmélt elragadtatottságából, a retek curry volt az első gondolata. A lány felvilágosította, hogy annak már rég elmúlt az ideje. A sértődött Szaraha erre kijelentette, hogy akkor a hegyekbe kell vonulniuk, hogy elérjék a legmagasabb rendű szellemi állapotot, mire a lány egy spontán tanítással felelt:

Nem magány az egyedüllét,

¹⁶ Dowman 71-2.

¹⁷ Angol fordítását lásd Dowman és Robinson műveiben. Soós Sándor magyar nyelvű változata (*A nyolcvannégy mahásziddha legendája*, A Tan Kapuja Buddhista Egyház, 2000) az előbbi alapján készült.

¹⁸ Fordítását lásd Dowman 70-2, Robinson xx, illetve Soós 52-5.

Ha szellemed nemtudástól fedett!
Ha nem hálóz be többé a fogalmak csapdája,
Az az igaz magány, a lét ítéllettől mentes szabadsága.
Ha az égből visszatérve a hasadon jár az eszed,
Mit segíthetnek rajtad azok a hegyek?¹⁹

Szarahát a lányra hallgatott, és attól kezdve azon fáradozott, hogy megszabaduljon minden fogalmi gondolattól és az objektív valóságba vetett hittől, és mindent a maga eredeti tisztaságában tapasztaljon. Végül felismerte a dolgok végső természetét, a Mahámudrát, és végtelen sokféleképpen szolgálta a lények boldogulását, mielőtt kedvesével együtt a dákinik földjére távozott.

A történet két összetevőből áll. Az egyikben Szaraha buddhista gyakorlataival megszerzett mágikus ereje révén győzedelmet arat a brahmanizmus társadalmi normái felett. A másikban egy „szolgálólány” segítségével megszabadul a meditáció akadályaitól és eléri a teljes megvilágosodást. Szaraha életrajzának népszerű változatában a történet két összetevője felcserélődik, ugyanis más források szerint azért panaszolták be a királynak, hogy egy alacsony kasztbéli nővel, egy nyílkészítő lányával él együtt.²⁰ A történet másik változatában, melyet Karma Trinlepa elbeszéléséből ismerünk, nagyjából ez az események sorrendje.²¹ Ráadásul sok más érdekes részlet is kiderül belőle:

Szaraha egy brahmin család ötödik fiúgyermeké volt, s bátyjaival együtt arról volt híres, hogy kitűnően ismerte a Védákat. Négy bátyját egy nap elcsábította négy, bráhmin leánynak álcázott dákiní, akiket Hajagríva²² küldött. Ennek hatására elhatározta, hogy buddhista szerzetesnek áll, s meg is kapta hozzá Mahápála király engedélyét. Messze földön híres tudós és szellemi mester vált belőle. Ráhula Brahmin néven lett ismert, s Nágárdzsunát is tanította.

Egy nap egy parkban odalépett hozzá négy, brahmin leánynak álcázott dákiní, és négy kupa sört ajánlott fel neki. Megadta magát a könyörgésüknek, és kiitta mind a négy kupát, amitől négy rendkívül kellemes érzést élt át (a négyféle gyönyört). Ezután szemtől szembe találkozott Szuhkanátha bódhiszattvával, aki arra utasította, keressen fel „egy titokzatos nyílkészítő lányt, aki négyrészes nyílveszőket készít”. Rá is bukkant a piactéren egy alacsony kasztbéli lányra, aki összeszedett figyelemmel négyrészt nyílveszőket készített. Odalépett hozzá és megkérdezte tőle, ő-e az a híres nyílkészítő jóginí, mire a lány így válaszolt:

— Kedves ifjú! A Buddha tanítását szimbolikus cselekedetek által lehet megérteni, nem pedig könyvekből és hallomásból.

A lány mozdulatait figyelve Szaraha hirtelen megértette a nyílkészítés jelképes jelentését, és azonnal megvilágosodott. Erről a nagy eseményről kapta a Szaraha nevet.²³ Otthagyta tanulmányait, kilépett a kolostorból, és a lánnyal egy hullahamvasztó helyre költözött tantrikus gyakorlatokat folytatni. Ebből az alkalomból szerezte első vadzsra dalát, amely így hangzik:

A számosság, mint az egy-ízű tenger,
A hatalmas gyönyör állapotában marad.

¹⁹ Soós 5. o.

²⁰ Dowman 71. o.

²¹ Fordítását lásd Guenther 3-7. o., magyarul Mireisz 23-6. o.

²² Tantrikus istenség, Avalókitésvara haragvó alakja

²³ . Szaraha nevének jelentése: Íjász (*sara* = nyíl, *ha*(*n* = kilőtt, Tib. *mda' bsnun*). A nyílvesző az eredendő tudatosságot szimbolizálja, mely a kettős érzékelés (elkülönült alany és tárgy) szívébe hatol. (Dowman 71. o.)

Minden Mahámudraként jelenik meg,
Maradok a rettegés nélküli állapotban.

Alap nélküli tevékenységem, mint az örülté,
Az önmegragadástól mentes állapotban marad.
A látszatokhoz nem kötődve, mint egy kisgyerek,
Maradok a ragaszkodásmentes állapotban.

Egészen tegnapig nem voltam brahmin;
Tisztaságot gyakorló brahmin voltam.
Mától kezdve brahmin vagyok,
Igazi, hatalmas tisztaságú brahmin.

Egészen tegnapig nem voltam szerzetes;
Aszkézist gyakorló szerzetes voltam.
Mától kezdve szerzetes vagyok,
Igazi szerzetes, hatalmas aszkéta.²⁴

Paradox módon úgy érezte, brahmani és szerzetesi létét is beteljesítette azzal, hogy tantrikus jógi vált belőle.

Egy buddhista szerzetessé lett, köztisztelőben álló brahmin, aki és egy alacsony kaszbéli nővel tantrikus gyakorlatokat folytat egy hullahamvasztó helyen, ráadásul nyilvánosan alkoholt fogyaszt, nagy feltűnést kelt. A hír nemsokára a király fülébe jutott, aki elrendelte, hogy azonnal hagyjon fel botrányos viselkedésével, és térjen vissza a társadalom által szentesített, helyes útra. Erre válaszolt Szaraha a *Dóhá Trilógiával* a néphez szóló százhatvan, a királynőnek címzett nyolcvan, és a királyhoz intézett negyven versszakban. Ezután még rengeteg vadzsra-dalt énekelt, és rengeteg hasznos tevékenységet végzett a lények érdekében. Élete végén elérte a szivárványtestet, s a szerencsések mind a mai napig találkozhatnak vele a Srí Parvata-hegy tetején.

Schaefer 2000: A Guenther által lefordított történet két forrásból lett összedolgozva (33-42. o.)

Elemzendő:

- A próbatétel (sziddhik)
- A beavató dákiní(k)
- A nyílkészítés szimbolikája
- A vers
- Az élet 3-4 stádiuma (Király dohá 1.)

²⁴ Tibeti szöveg: Shaeffer 2000, 38. o.

Szaraha költői művei a tibeti kánonban

Szaraha neve alatt a tibeti kánon dergei kiadásában huszonhat szöveg található. Ezeket három nagyobb csoportba lehet osztani: Négy szöveg a Buddhakapála-tantrával (*Buddha-kapāla-tantra*) foglalkozik. Idetartozik egy kommentár (*dka' 'grel*), egy szádhana (liturgia), valamint két szertartásszöveg: az egyik a szellemeknek adandó felajánlásokról, a másik a mandala felépítéséről szól. (D 1652, 1655-7) A művek második csoportjába Szaraha dalai tartoznak. A harmadik szövegcsoporthoz pedig egy Lókésvarának (Avalókitésvarának) szentelt szádhana négy különböző fordítása alkotja (3163-4, 3371, 3427).

A huszonhat mű közül tizennyolc dalköltemény — címe szerint dóhá, vagy „ének” (glu). Bár szám szerint ezek teszik ki Szaraha műveinek nagyobb részét, terjedelmileg azok csak mintegy egyharmadát alkotják. (Leghosszabb műve a Buddhakapála-tantra kommentárja.) Szaraha dalai a Tengyur (*bsTan 'gyur*, lefordított értekezések) azon fejezetében kaptak helyet, amely a legmagasabb jógatantrák kommentárjait tartalmazza. (Itt egyébként összesen csaknem négyszáz szöveg található.)

Szaraha 18 költői műve a Tibeti Kánonban (D)

Az alábbi felsorolásban²⁵ első helyen a mű derge kánonbeli sorszáma szerepel; ezt a mű tibeti majd szanszkrit címe követi. Az első három munka a Dóhá Trilógia: ezek népszerű elnevezését is megadjuk. A sor végén álló számadat a fóliók száma, amely a mű hosszúságát jelzi.

- 2224 Do ha mdzod kyi glu / Dohakoṣa-gīti, Népi Dóhá (6,5 fol)
- 2263 Do ha mdzod ces bya ba spyod pa'i glu, Dohakoṣa-nāma-caryāgīti, Király Dóhá (2)
- 2264 Mi zad pa'i gter mdzod man ngag gi glu / Dohakoṣa-upadeśa-gīti, Királynő Dóhá (5)
- 2266 Ka kha'i do ha / Kakhadoha (2)
- 2267 Ka kha'i do ha'i bshad pa bris pa /Kakhadoha-ṭippaṇa (9)
- 2269 Sku'i mdzod 'chi med rdo rje glu / Kāyakoṣa-amṛta-vajragīti (6.5)
- 2270 Gsung gi mdzod 'jam dbyangs rdo rje'i glu / Vākkoṣa-rucirasvara-vajragīti (2.5)

²⁵ Schaeffer 2000 táblázata alapján (163-5. o.)

- 2271 Thugs kyi mdzod skye med rdo rje'i glu / Cittakoṣa-aja-vajragīti (1.5)
- 2272 Sku gsung thugs yid la mi byed pa / Kāya-vāk-citta-amanasikāra (5)
- 2273 Do ha mdzod ces bya ba phyag rgya chen po'i man ngag / Dohakoṣa-nāma-mahāmudra-upadeśa (2)
- 2274 Man ngag gi tshigs su bcad pa bcu gnyis pa / Dvādaśa-upadeśa-gāthā (.5)
- 2275 Rang byin gyis brlab pa'i rim pa / Sva-adhiṣṭhāna-krama (.5)
- 2276 De kho na nyid kyi man ngag rtse mo do ha'i glu / Tattva-upadeśa-śikhara-dohagīti (.5)
- 2345 Lta sgom spyod pa 'bras bu'i do ha'i glu / Bhāvanā-dṛṣṭi-caryā-phala-dohagītikā (.5)
- 2351 Dpyid kyi thig le do ha mdzod kyi glu / Vasanta-tilaka-dohakoṣa-gītikā-dṛṣṭi (.5)
- 2354 Sa ra ha pa'i glu (.5)
- 2355 Sa ra ha'i glu (.5)
- 2440 Phyag rgya chen po'i man ngag rdo rje gsang ba'i glu / Mahāmudra-upadeśa-vajraguhya-gīti (7)

A modern kutatók egészen az utóbbi időig csak a Dóhá Trilógiával foglalkoztak. Ennek valószínűleg e művek tibeti népszerűsége lehet az oka, illetve az, hogy csak ezekhez találhatók tibeti kommentárok. Azóta új fejlemény, hogy Lara Braitstein (2004) elkészítette Szaraha három vadzsra-dalának (2269-71) kiadását és fordítását, Schaeffer műve (2000, 2005) pedig — a Népi Dohá és annak egy korai tibeti kommentárján kívül — Szaraha két rövidebb dalának (2354-5) fordítását is tartalmazza. Szaraha többi műve mindmáig feltáratlan.

Diamond-songs are perhaps the most elegant of the songs preserved in the Tanjur, as the following translations attempt to show. Dispensing with the often semi-exegetical style of works such as the Treasury of Doha Verses, they use metaphor, paradox, and suggestion to portray the experience of tantric practice as spontaneous, playful, and transcending logical analysis. The diamond-songs are much shorter than dohas, and they more often employ metaphorical language. Diamond-songs strive for a poetic beauty far exceeding that of the more prosaic doha materials and feel more like songs, like emotionally charged teachings whose lessons lie in the evocation of a certain feeling rather than in the promotion of a certain doctrine. (81)

2355 Szaraha dala (83)

Intertwined are the natures of emptiness and compassion

Indivisible, unceasing, emptiness exists.

I see the empty dakini (muse),

Milking, milking, and drinking the sky.

She churns the sky in sky unseen,

Upon the earth, bound by samsara she does not dwell.

I see the empty dakini,

Milking, milking, and drinking the sky.

A dakini such as she wanders from home, from the root;

Stainless is the magnificent taste of compassion.

I see the empty dakini,

Milking, milking, and drinking the sky.

Why should anyone else do what Saraha says?

Day and night he walks to drink the sky.

I see the empty dakini,

Milking, milking, and drinking the sky.

Saraha's Song is complete.

/sangs rgyas la phyag 'tshal lo //

stong pa dang ni snying rje'i rang bzhin 'dres //stong nyid dbyer med rgyun mi 'chad par yod //bdag
gis stong pa'i rnal 'byor ma de mthong /nam mkha' bzhos shing bzhos shing thung zhing 'dug//

nam mkha' nam mkhar sbyor ba de ma mthong//'khor bas bcings pa'i sa la de mi gnas // bdag gis
stong pa'i mal byor ma de mthong //nam mkha' bzhos shing bzhos shing 'thung zhing 'dug//

de 'dra'i rnal 'byor rtsa ba'i khyim las g.yo // snying rje'i ro chen dri ma med pa yin// bdag gis stong
pa'i mal 'byor ma de mthong // nam mkha' bzhos shing bzhos shing 'thung zhing 'dug //

sa ra has brjod gang gzhan ci phyir byed // nyin dang mtshan du nam mkha' 'jo phyir 'gro // bdag gis
stong pa'i rnal byor ma de mthong // nam mkha' bzhos shing bzhos shing 'thung zhing 'dug //

sa ra ha'i glu rdzogs so //

2354 Szaraha-páda dala (84)

Homage to the Buddha.

“Profound, Profound!” says all the world,

Yet, within the unborn there is something joyous.

Lo, the depths of mind are difficult to know, so,

When co-emergence is dissected, it is not there.

Mind unstationed settles unperceived,

The yogic fires burns all things.

Lo, the depths of mind are difficult to know, so,

When co-emergence is dissected, it is not there.

Desire for yoga is nothing taught by the master,

Upon the blessings of the master nothing is gained.

Lo, the depths of mind are difficult to know, so,

When co-emergence is dissected, it is not there.

If you desire to seek out glorious, magnificent bliss,

Desiring to seek the center, you fall blindly down the well.

Lo, the depths of mind are difficult to know, so,

When co-emergence is dissected, it is not there.

The song of Sarahapa is complete.

/sangs rgyas la phyag 'tshal lo//

zab mo zab mo 'jig rten kun smra yang//
ma skyes pa la dga' ba 'ga zhig 'dug //
kye sems kyi zab mo shes par dka' bas na//
lhan cig skyes pa gzhigs na med pa yin//

mi gnas sems ni mi dmigs pa la bzhag//
rnal 'byor me yis dngos po thams cad sreg //
kye sems kyi zab mo shes par dka' bas na //
lhan cig skyes pa gzhigs na med pa yin //

rnal 'byor 'dod pa bla mas bstan du med //
bla ma'i byin rlabs gong na med pa len //
kye sems kyi zab mo shes par dka' bas na//
lhan cig skyes pa gzhigs na med pa yin //

dpal gyi bde ba chen po tshol 'dod na //
dbus ma tshol 'dod mig med khron par ltung //
kye sems kyi zab mo shes par dka' bas na//
lhan cig skyes pa gzhigs na med pa yin//

sa ra ha pa'i glu rdzogs so//

du ma ro gcig rgya mthso 'dra
bde chen bdal ba'i ngang la lus
cir snang phyag rgya chen por shar
nyam nga med pa'i ngang na lus

A számosság, mint az egy-ízű tenger,
A hatalmas gyönyör állapotában marad.
Minden Mahámudraként jelenik meg,
Maradok a rettegés nélküli állapotban.

gzhi med spyod pa smyon pa 'dra
bdag 'dzin bral ba'i ngang la lus
zhen pa rang log bu chung 'dra
snang la ma zhen ngang na lus

Alap nélküli tevékenységem, mint az örülté,
Az én felfogásától mentes állapotban marad.
A látszathoz nem kötődve, mint egy kisgyerek,
Maradok a ragaszkodásmentes állapotban.

kha sang phan chod bram ze min
gtsang sbra byed pa'i bram ze yin
de ring phyin chad bram ze yin
don gyi bram ze gtsang sbra che

Egészen tegnapig nem voltam brahmin;
Tisztaságot gyakorló brahmin voltam.
Mától kezdve brahmin vagyok,
Igazi, hatalmas tisztaságú brahmin.

khar sang phan chad dge slong min
dka' thub byed pa'i dge slong yin
de ring phyin chad dge slong yin
don gyi dge slong dka' thub che²⁶

Egészen tegnapig nem voltam szerzetes;
Aszkézist gyakorló szerzetes voltam.
Mától kezdve szerzetes vagyok,
Igazi szerzetes, nagy aszkéta.

²⁶ Tibeti szöveg: Shaeffer 2000, 38.

Dóhá irodalom

A dohák különböző hosszúságú, főleg rímes verspárokból álló költemények, melyek a *tantra* spirituális élményének és társadalmi gyakorlatának szépségét és egyszerűségét dicsőítik.

A dohá az észak-indiai buddhizmusban a 7. századtól megjelenő költői kifejezési forma. A dóhák apabhramsa (apabhramśa) nyelven, egy közép indo-árja nyelvjárásban maradtak fenn.

Az apabhramsa nyelvnek többféle változata van. Szaraha Dohákósája egy keleti dialektusban maradt fenn, melyet *avahatthán*nak is neveznek, a melyet Bihárban és Bengálban használtak az első ezredforduló körüli évszázadokban. Ez mind a köznyelvből, mind a késői klasszikus szanszkritből tartalmazott elemeket. A késői keleti apabhramsa, melyen a Dóhákósa fennmaradt, igen közel áll a modern bengáli nyelvhez, és más modern indiai nyelvek kialakulására is hatással volt. Ugyanakkor mégsem köznyelv, hanem irodalmi nyelv volt. Így az sem biztos, hogy ez volt a mű eredeti nyelve.²⁷ Guenther szerint:

Többen is azt állították, hogy a nyelv, melyen Szaraha kifejezte magát, az apabhramsa egy Bengálra utaló, késői formája, s hogy szerzőjük ezért a buddhista gondolkodás késői szakaszához tartozik. [...] Azt ugyanakkor elfelejtették megjegyezni, hogy a tibeti fordítás nemcsak hogy hosszabb az állítólagos eredetinel, de nem is egyezik az apabhramsa változattal. [...]²⁸

Tekintve, hogy a tibetiek a szövegfordítás igen szigorú és pontos rendszerét dolgozták ki, s hogy a Tengyur különböző kiadásában található fordítások többé-kevésbé megegyeznek egymással, ama egyszerű tény, hogy a tibeti változat hosszabb, azt bizonyítja, hogy az „indiai szöveg”, amiből fordították, nem az apabhramsa szöveg volt — legalábbis nem az, amelyikből a modern kutatók dolgoztak.

A szahadza paradox állapotát az „egyszerű nép” nem tapasztalja. [...] Az csak a beavatottak számára hozzáférhető, s mivel a mahásziddhák elutasítják a tantra bonyolult beavatási szertartásait, maguk a

²⁷ Jackson 9. o.

²⁸ Guenther 8. o.

dalok képezik a beavatást. Beavatás alatt kinyilatkoztatást—egy szent, időfeletti létmód kinyilatkoztatását értjük. A beavatás eltörli az időt és a történelmes, s egy olyan létmódot tár fel az újonc jógi előtt, melyben igazán halhatatlan, tényleg gyémántkeménységű lehet a szamszára közepette. Hogyan képeznek a sziddhák dalai ilyenféle beavatást? Nem elsősorban azzal, amit mondanak a szahadzsáról [...], hiszen bármely részletes magyarázat sem lehet elegendő ahhoz, hogy feltárja ama paradox állapot természetét, amelyben az ember egyszerre tapasztalja meg a szamszárát és a nirvánát. [...] A dalok ezért beavatást képeznek, amint alapvető szerkezetük nyilvánvalóvá válik; jelképrendszerük szisztematikus kétértelműségén keresztül tárják fel a végső valóság természetét. [...] A jelképek kétértelműsége tárja fel a kétféle létmód együttes felmerülésének misztériumát.²⁹

Akár indiai, akár tibeti eredetűek, e különleges típusú dalokban általában „félhomály-nyelvet” vagy „célzatos nyelvet” (sandhyā-bhāṣa) alkalmaznak, amit tibetiül „a dákinik titkos nyelvezetének” (*mkha' 'gro gsang ba'i brda*) neveznek. Általában a tantrikus jógyakorlatokra vonatkozó, titkos utasításokat kódolják ezen a nyelven. Így e dalok több különböző szinten működnek egyszerre, és a hallgatók/olvasók belátási és beavatási szintjétől függően különbözőképpen hatnak rájuk.³⁰

A dóhá mint költészeti forma vagy egy versmértékre, vagy egyfajta rímes versparra utal.

„As a meter, the doha. is typified by, among other things, a strong end rhyme, a caesura midline, subdivision into smaller rhythmic units, and a close correlation between rhythm and meaning.” (??)

A rövid aforizmak, szellemi tanítások kifejezőeszköze. Ilyen értelemben irodalmi forma és műfaj is egyben. Formaként a másik két költői stílusra, a csarjágítire és a vadzsragítire is jellemző. A csarjágítiben a verspárok összekapcsolódnak és nagyobb jelentésegységeket alkotnak, így jobban hasonlítanak a nyugati értelemben vett dalokhoz. A vadzsra-dalok másfajta célt szolgálnak, amennyiben ezeket csak a tantrikus rituális lakoma (gaṇacakra) keretei között lehet értelmezni.³¹

A dóhá Szaraha és a többi mahásziddha költeményeinek egyik legismertebb stílusa. A szónak három etimológiája ismert. Az egyik szerint a *do* a kettes számra utal, a *hā* pedig nagyjából „mondottat” jelent. Eszerint a *do-hā* egyszerűen kétsoros versszakot vagy párverset, illetve párversekből álló költeményt jelent. A másik két etimológiát Csomden Raldrī idézi (illetve magyarázza el) a Népi Dóhá kommentárjának elején:

²⁹ Kvaerne 62-3. o., idézi Bratstein, 123. o.

³⁰ Bratstein 123.o.

³¹ Jackson 9-10.o.

A *dohā* hamisítatlan egyszerűséget jelent, (e verseket) tehát azért nevezik dóháknak, mivel a tudat eredeti, érzelmek és gondolatok által hamisítatlan természetét mutatják meg. Egy másik értelmezés szerint, a szó a tudat csordultig teli terének (*dhātu*) megfejtésére vonatkozik, vagyis arra, hogy az ember megfeji a saját tudatát, mely csordultig telt tudással (*jñāna*).³²

Ez utóbbi etimológia, mely a szót a „fejni” jelentésű, szanszkrit *√duh* gyökből eredezteti, talán kissé furcsán hangzik. Szaraha egyik dala azonban egyértelműen jelzi, hogy ez a metafora (a tudat terének megfejtése) előtte sem volt ismeretlen:

Ő a folyamatosan fennálló üresség,
Aki az együttérzéstől elválaszthatatlan;
Amióta ezt az üres jóginít megláttam,
Csak fejem az eget és iszom a szavait.

A tér és az ég láthatatlan egyesülése,
Mely nem a kötöttség szintjén létezik;
Amióta ezt az üres jóginít megláttam,
Csak fejem az eget és iszom a szavait.

Ki-kimozdulva eredeti otthonából,
Az együttérzés kifogástalan zamata Ő;
Amióta ezt az üres jóginít megláttam,
Csak fejem az eget és iszom a szavait.

Mi mást is tehetnék? — kérdezi Szaraha,
Éjjel-nappal megyek, hogy fejjem az eget;
Amióta ezt az üres jóginít megláttam,
Csak fejem az eget és iszom a szavait.³³

³² Tibeti szöveg Schaeffer 2000, 351. o.

³³ Szaraha dala D. 2355 (Schaeffer 2000 83.o.)

A dóhák tehát a tudat végső természetének felismeréséből fakadnak, melyben az üresség és az együttérzés elválaszthatatlan egységet alkot, s ezt szimbolizálja az „üres jóginí” (a *jñāna-dākiṇī*)...

Mivel a dóhá elsődlegesen a mester és tanítványai közti közvetlen, hiteles kommunikáció eszköze volt, a tanítást oly módon kellett kifejeznie, hogy mély visszhangot keltsen a hallgatóságban, ne pedig csak fogalmi szinten értsék meg azt. Népi ritmusok és ütemek széles skálájához kellett igazodnia, mivel e daloknak számos kulturális területre kellett eljutniuk, tanulatlan emberek közé, akik, ha nem hallgattak volna ilyen dalokat, talán meg sem kapták volna a Dharma üzenetét.³⁴

A dóhákat a 7-12. század során szójhagyomány útján (dalban) és kéziratok formájában terjesztették, kommentálták és adták tovább. Műfaji rokonságot mutatnak a dzsaina apabhramsa művekkel és középkori hindi vallási énekekkel. A dalok egy része (pl. Tilópa, Krisnácsárja és Szaraha dóhái) eredeti nyelven is fennmaradtak, de legnagyobb gyűjteményük a 11-13. századi tibeti, nepáli és indiai tudósok munkájának köszönhetően tibeti fordításban lelhető fel.

A dóhákat „rapszódiaíknak” lehetne nevezni, melyekben a spirituális tapasztalás érzelmekkel teli formában jut kifejezésre. Gyakran fokozatosan, apránként alakultak ki, ahogy a hagyomány alakította őket. Az egyes szerzők dóhákósáit szerkesztők állították össze, akik sokszor önkényesen, saját szempontjaik alapján állították össze a műveket. Valószínű, hogy másfajta összeállításban is érthetők lennének.³⁵

Szaraha Dóhákósája a legjelentősebb ilyen dalgyűjtemény, amely a legnagyobb hatást gyakorolta a későbbi buddhista irodalomra és gondolkodásra. Az első apabhramsa változatot 1907-ben találták meg egy nepáli kéziratban, Advajavadzsra (11. sz.) szanszkrit nyelvű kommentárjával együtt. Ennek a műnek később több kéziratosa is előkerült. Megkapó, gyakran tekintélyromboló költemény, melynek kezdetén Szaraha gúnyosan kritizálja azon társadalmi, rituális, tudományos és meditációs gyakorlatokat, melyeket képtelennek, haszontalannak vagy egyenesen károsnak ítélt a spirituális fejlődés (vagy inkább felismerés) szempontjából. A mű vezérmotívumai a végső spirituális tapasztalás közvetlensége, annak kifejezhetetlensége, valamint a gyakorlás szükségessége egy szellemi mester irányítása alatt, hogy az ember ezt a rendkívüli tapasztalást életre keltse magában.

Nem csupán azért érdekes, mert gyönyörűen fejezi ki az emberi létezés és a végső valóság közti összefüggést, hanem azért is, mert olyan fantasztikus változatosságban maradt ránk, és olyan sok

³⁴ Templeman 17

³⁵ Jackson 10

mindent jelentett mindazoknak, akik foglalkoztak vele. Minden egyes változatban más a sorok összetétele, elrendezése - különböző munkák változatos egyvelege ez, változékony tartalommal.

A 11-13. század során legalább tizenhét alkalommal (és ugyanannyi változatban) került Indiából vagy Nepálból Tibetbe. Források: Karma Trinle kommentárjának bevezetője, Go Lotsawa Kék évkönyvei.

Ez utóbbi szerint a Mahámudrá tanítások három különböző időszakban terjedtek el Tibetben: korai korszak (Nirúpa), köztes időszak és késői időszak (Nakpo Serdétől). A köztes időszak két részre oszlik: *stod 'gyur* (Vadzsrápáni) és *smad 'gyur* (Balpo Aszu).

1. Atísa (982–1054) és tanítványa, Dromtön (1004–1064).
2. Atísa és Nakco Cültrim Gyaco (szül. 1011).
3. Atísa és Bari Locava Rincsendrak (1040–1110k.).
4. Marpa Csökji Lodrö (1012–1092).
5. Vadzsrápáni (szül. 1017).
6. Balpo Aszu, alias Kjeme Decsen (11.sz.)
7. Ngari Dzsoden (11-12.sz.)
8. Nakpo Serdé (11-12.sz.)
9. Maban Csobar (Rma' ban Chos 'bar 1044–1089).
10. Dampa Kor Nirúpa, alias Prajñāśrījñānakīrti (1062–1102).
11. Rechungpa Dorjedrak (1083–1161). Milarepa tanítványa, Balpo Aszutól kapta
12. Phadampa Szangye (h.1117).
13. Vairocanarakṣita, alias Vairocanavajra (11-12.sz. k.)
14. Tengpa (steng pa) Locava Cültrim Dzsungné (1107–1190).
15. *Jinadeva és Gja (rGya) Locava (c. 12-13 sz.), Mokṣākāragupta kommentárjának fordítói
16. Dzsoden (Jo gdan, 13. szt.)
17. A Rahul Sāmrktyāyana által felfedezett szakja kézirat (kora ismeretlen). A többitől eltérő változat nyolcvan egyedi versszakkal, mely a Szakja vagy Ngor kolostorból került elő.

1-3. Atísa több tanítványának is átadta, de azok titokban tartották és nem adták tovább, mert aláásta volna az új mozgalom vallási morálját.

5. Vadzsrápáni indiai mester játszotta a legfőbb szerepet a Dóhákósa hagyományának Tibetben való meghonosításában. Maitripa egyik fő tanítványa volt, és számos tantrikus szöveg tibetire fordításában közreműködött. Az ő változatát vették alapul a szövegkanonizálás folyamán. 1066-ban, hatvanéves korában érkezett Nepálból Tibetbe. A Dóhákósa a Sgrub snying tanításgyűjtemény részeként tanította. Később Nakpo Serde Kelet-Indiában találkozott vele. A dóhák legfontosabb hagyományvonala Vadzsrápáni nepáli tanítványán, Balpo Aszun (Skye med bde chen) keresztül terjedt tovább, aki az 1070-es években Tibetben élt. Kulcsszerepet játszott a Dóhá Trilógia terjesztésében. A Király-dóhához saját kommentárt is írt. Egyes források szerint a Királynő és a Népi Dóha fordításában is közreműködött.

7. Ngari Dzsoten (Mnga' ris jo stan) szintén Vadzsrápáni tanítványa volt, akitől megkapta a Mahámudrá „Kavics Ciklusát”, a Dóhákósa szimbolikus értelmezését. Tőle származik a "Par" megközelítés, melynek hagyományából több fontos kommentár is fakadt. Két nemzedéssel később, egy bizonyos Parbuwa Lodrö Szege nyolc művet írt a dóhákhöz, melyek közül csak egy maradt fenn.

8. Nakpo Serde (Nag po sher dad) - szintén Vadzsrápáni tanítványa. Kelet-Indiába utazott, hogy találkozzon az idős mesterrel, és nem csak a Dóhá Trilógiát, hanem a Három Kincstárat (+ a negyediket?) is megkapta tőle. Ezeket valószínűleg ő is fordította tibetire.

10. Dampa Kor (skor) Nirūpa, alias Prajñāśrījñānakīrti (1062–1102). Egy másfajta változatot örökölt Vairócsana-raksita indiai mestertől, aki a 12. században tartózkodott Tibetben. Valószínűbb azonban, hogy Nepálban kapta a tanítást. Rajta keresztül (vagy tőle) származott egy bizonyos Advajavadzsra kommentárja, aki Sabarésvara tanításai alapján értelmezte a dóhákat. A kommentárba bele van ágyazva a dóhák egy terjedelmesebb változata. Saját feldolgozásnak tűnik.

4. Marpa Chokyi Lodro (1012–1092) Karma Trinlepa szerint: „A dicső Marpa (a Dóhá Trilógiát) Maitripától hallotta, annak tanításait beépítette saját tapasztalatába, s Milarepának és más tanítványainak is továbbadta azokat, de a három mű egyikéhez sem írt fordítást illetve magyarázatot.”

12. Phadampa Szangye (h.1117) számos tantrikus dalgyűjteményt fordított le (avagy szerzett), melyekben Szarahának tulajdonított költemények is szerepelnek. Ezzel közvetett módon járult hozzá Szaraha műveinek terjedéséhez.

A hagyomány elterjedésének szakaszai: meghonosodás (11-12. sz.), különböző kommentátori hagyományok kialakulása (13-14.sz) Karma Trinlepa három értelmezési hagyományt sorol fel: a Bal, a Recsung, valamint a Pad szerinti megközelítést. Az első nem folytatódott saját hagyományként,

hanem beleolvadt a Recsung szerinti megközelítésbe. Ez a későbbiek során két ágra osztódott: a Kar(mapa) és a Ling (repa) szerinti megközelítésre.

„Népi, király és királynő” dóhák

Egy mű, vagy trilógia? Egyes (nem kagyüpa) tibetiek szerint a két utóbbi a nepáli Balpo Aszu hamisítványa, aki az indiai Vadzsrapánitól kapta Szaraha Dóhákóságának hagyományát.

Csak a „Népi Dóhá” maradt fenn indiai nyelven.

A három mű a Tibeti Kánonban más címeken szerepel (lásd xx) A kommentátori hagyomány ezeket egy összefüggő dalciklusnak tartja, amelyet Szaraha — ahogy az életrajzában is szerepel — Mahápála király, királynői és az udvarnépe részére állított össze és adott elő. Egyesek azon az eltérő véleményen voltak, hogy a Király és Királynő Dóhát valójában Balpo Aszu, a nepáli mester szerezte, aki Szaraha dalainak Tibetbe hozatalában kulcsszerepet játszott. A Dóhá Trilógiával kapcsolatos vita szektárius alapon zajlott, melyben a kagyüpáknak állandóan meg kellett védeniük egyik legbecsesebb tanításukat, s az egyik legkedvesebb költő-szentjüktől eredő hagyományuk jó hírnevét.

A Dóhákósa olyan sokféle (kb. egy tucat) változatban maradt ránk, hogy az „eredeti” változat helyreállítása lehetetlen vállalkozásnak tűnik. Maga Szaraha nem írta le műveit, ez a tanítványaira maradt. Magukat a szövegeket egyesek szerint Nágárdzsuna, másik szerint Sabara (Šabarešvara) állította össze. Nyilvánvaló, hogy a későbbi követők tovább bővítették, alakították ezeket.

Csomden Raldri szerint Szaraha Vadzsrapáni Buddhától és Szukhasziddhitől, az eredendő tudatosság dákinijétől hallotta a tanítást, majd továbbadta három tanítványának: Padmavadzsranak, Nágárdzsunának és Sabarésvarának. A szöveget akkor állította össze, amikor Padmavadzsra megkérte rá.

Szaraha dalaiban a megvilágosodás élménye jut kifejezésre, melyet a költő nem csak mások okítására (illetve megvilágosítására), hanem a saját buzdítására is énekelt. A költő a dóhával önmagát is tanítja, saját természetéről énekel önmagának. Advajavadzsra, a Dóhákóshoz írt kommentárjában mindenkit erre bátorít:

Énekeljete magatoknak, lények,
Kettősség nélküli vadzsra-dalokat,
Melyek a végső igazság szavával
Az eredendő tudomást idézik meg!

A „Dóhák kincstára” néven ismert irodalmi mű olyan indiai, nepáli és tibeti hagyományok alkotása, amelyek a „Nagy Brahmin” tanításainak különböző változatait ismerték, adták tovább, értelmezték és gyakorolták. A Dóhákósa áthagyományozási folyamata tehát elkerülhetetlenül különböző terjedelmi, szóhasználatbeli, szövegszerkesztési, versütemezési, fordításbeli és értelmezési változatok kialakulásával járt. (Szaraha életrajzának különböző változatai szintén hasonlóképpen keletkeztek.) A költemény apabhramsa nyelvű változatainak és tibeti fordításainak sokfélesége — a szöveg transzformációi — a mű „életjelei”, melyek az írásos és szóbeli átadás hagyományának színes, változatos történetére utalnak. A Dóhákósa „szerzője” nem egyszerűen Szaraha történeti személye, hanem maga a tradíció, melynek résztvevői minduntalan újraalkották a művet és annak alkotóját.³⁶

A változatosság a Dóhákósa Dél-Ázsiából Tibetbe történő áthagyományozásának velejáró, fontos, sőt tudatos tartozéka. E dalokat „innovatív bárd-hagyomány” keretében hagyományozták át.³⁷ (Vagyis úgy adták tovább, mint a mítoszokat, mondákat és népdalokat.)

Szaraha Dóhákóságának legkorábbi változata, mely Kathmanduból került elő, 1101-re datálódik. Ez a szöveg többek között az alábbi — töredékesnek tűnő — részleteket tartalmazza:

A mester szavának segítségével vágd el a ragaszkodás kötelékét!

Füllel nem hallható, szemmel nem látható.

Amikor szél fúj, az nem inog.

Amikor tűz ég, az nem ég el.

Ha eső esik, az nem ázik el.

³⁶ Schaeffer 2005, 101.o.

³⁷ Uo. 102.o.

Nem lehet sem abbahagyni, sem elkezdni.

Nem romlik el.

Nem létezik, nem megmutatható, nem mozog.

Egyöntetű, egyszerre-született (szahadzsa-) gyönyörként ismeretes.

A Mester nem szóban mondja ki, a tanítvány pedig nem ismeri.

Az egész világ egyszerre-született halhatatlanság-nektár.

Ki mondja el kinek?

Az akkéntiség gyümölcse magától ismerszik meg, szól Szarahapáda.

Ami az elme tartományában található, az nem végső valóság....³⁸

E sorok egyike sem található meg a jelenleg rendelkezésünkre álló változatokban, melyek maguk is különböző számú versszakokat tartalmaznak: A kanonikus tibeti változat kb. 134 versszakból áll (ezekből tizenhárom nem található meg máshol), de ennél rövidebb és hosszabb változatok is fennmaradtak. Ráadásul más szerzők (p., Tilópa) dóháival is vannak részleges átfedések. Egy versszak (111-4) szinte szóról szóra ugyanígy szerepel a Hévadzsa-tantrában.

Népi dóha

Válogatott részletek a szahadzsaról és a megvalósításról

Félkész

Hódolat a tudatnak, a mindenség magvának,

Melyből a szamszára és a nirvána származik,

S mely az összes vágyunkat valóra váltja,

Mint egy kívánságteljesítő drágakő! (167-70)

³⁸ Szövegkiadás: Bagchi 1935 (7-8.o.) Saját fordításom Schaeffer 2005 (103-4. o.) részleges angol fordítása nyomán készült

....

Akik a szahadzsa nélkül meditálnak a nirvánán,

Azok sosem érik el a végső megvalósítást. (50-3)

Tudniillik a végső valóság a szamszára és nirvána együtt-születése, vagyis együttes felmerülése, hagyományos buddhista terminológiával „függő keletkezése”.

Aki felismeri (a szahadzsa), annak minden ez,

És ezen kívül nincs más tudnivaló.

Mindenki ezt olvassa, mindenki ezen meditál,

Erről szólnak a régi szentszövegek;

Nincs olyan szemlélet, amely ne erre vonatkozna,

Mégis egyedül csak a Mesterre hagyatkozatsz. (68-73)

Csak a Guru képes megláttatni az emberrel a „vele-született” (vagyis eleve benne lévő) buddha-természetet. A Guru lehet emberi vagy látomásos alakban megjelenő lény, vagy akár maga a Buddha.

Aki nem issza tele magát a Mester tanításának

Szenvedést csillapító, hús nektárvizével,

Az borzasztó kínok közt hal szomjan

A szövegek végtelen pusztaságában. (261-4)

Ki miben létezik, ki mivel foglalkozik,

Épp abban nem veszi észre a szahadzsa!

Miközben a tudósok a szövegeket magyarázzák,

Nem látják, hogy a Buddha a testükben van. (323-6)

Ha a Mester nem ad tanítást,
A tanítvány nem érti meg;
A szahadzsa nektárjának ízére
Ki más taníthatná meg? (265-9)

Hogyan érzékeltessem, milyen e legfőbb hatalom,
Mely láthatatlan, leírhatatlan és kimondhatatlan?
Éppoly hiába próbálnám azt ecsetelni nektek,
Mint egy szűzlánynak a szeretkezés gyönyörűségét. (283-6)

Ha a Mester tanít, és ti mindent megtanultok,
Mégsem értitek meg, elértitek-e a megszabadulást?
Hiába járjátok be a szenthelyeket, hiába vezekeltok,
Ha a szahadzsa-t nem fedezitek fel, a vétek fogva tart. (303-6)

Akit a Mester szavai szíven találnak,
Az meglátja a kezében lévő drágakövet.
De amíg nem látja be valódi természetét,
Addig az ostoba káprázatban él — mondja Szaraha. (74-7)

Ha nyilvánvaló, minek meditálni rajta?
Ha rejtve van, akkor sötétben tapogatózunk.
Velünk-született szahadzsa-természetünk
Sem nem valami, sem nem semmi —
Szaraha állandóan ezt óbégatja. (82-6)

Ha a szahadzsa létező dolog lenne, akkor mindenki számára nyilvánvaló lenne, és nem kellene rajta meditálni. Ha viszont nem létezne, akkor teljesen feleslegesen igyekeznénk felfedezni. Így hát szokványos értelemben nem nevezhető sem semminek, sem valaminek.

Ez az, aminél fogva születünk és meghalunk,

De ugyanannál fogva érhetjük el a legmagasabb gyönyört.

Szaraha ezt hangoztatja a legnagyobb titokban,

Mit tegyen, ha e kizökkent világ mégsem érti meg? (87-90)

A szamszára és a nirvána is a szahadzsán alapul. Ha a kettősségben, alanyi-tárgyi viszonylatban tapasztaljuk, belekerülünk a születés és halál körforgásába. Ha viszont megtapasztaljuk a nem-kettős *azságát*, akkor elérhetjük a buddhaság legfelsőbb gyönyörét. Ezt a titkos tanítást a múltban is csak kevesen értették meg.

A nagy gyönyör híre házról házra jár,

Mégsem tudja senki, hogy hol lakik.

A gondolataikkal megtagadják, mondja Szaraha,

És nem veszik észre az elgondolhatatlant.

Pedig megvan még az állatokban is,

Csak nem ismerik fel önmagukban.

Egységes természet, mely minden lényt áthat,

És fogalommentes tudatosságnak is nevezik. (187-194)

Bent van a házban, mégis odakinn keresik.

Látják a gazdát, mégis a szomszédoktól érdeklődnek. (299-300)

Nem látják, ha megjön, nem látják, ha elmegy,

S ha odahaza van, akkor sem ismerik fel. (397-8)

Szaraha így szól: Ismerjétek meg önmagatok!

Ne koncentráltok, elmélkedjétek, mantrázzatok! (301-2)

Mi értelme annyit áldozni az isteneknek?

Hiszen azzal csak magatokat kötitek meg.

Ily módon nem lehet véget vetni a szamszárának.

Aki önnön igaz természetét nem ismeri, nem kel át. (311-4)

Ha nem lehet rá koncentrálni, minek meditálni rajta?

Hogy is lehetne elmagyarázni a kimondhatatlant?

Az egész világ a látszatok bűvöletében él,

De a valóság természetét senki sem fogja fel.

Nem kell hozzá tantra, mantra, sem meditatív összpontosítás,

Mindezek csak összezavarják az ember elméjét.

A tudat tiszta természetét ne szennyezzétek be összpontosítással,

Időzzetek a gyönyörteljes szahadzsában, ne kínlódjatok! (91-8)

A kettősség nélküli szahadzsa nem lehet szokványos értelemben vett meditáció tárgya, ezért a (tantrikus) buddhizmusban szokásos módszerekkel nem lehet megvalósítani. Nincs szükség hiábavaló küzdelemre, mindössze a tudat eredendően tiszta természetébe kell belehelyezkedni.

Ne próbáljátok visszatartani a lélegzeteteket,

És ne összpontosítsatok az orrotok hegyére!

Inkább merüljétek el a szahadzsában,

És ne kötődjétek a létesülés „orrhegyéhez”!

Ha arra koncentráltok, a szél hullámokat kelt,

A tudat túl izgatott lesz és zabolátlan.

Ám ha felismeritek a szahadzsa természetét,

A tudat szilárd lesz és megbízható. (215-22)

Az erőltetett összpontosítás nem a kívánt, hanem azzal éppen ellentétes eredményhez vezet. (A létesülés „orrhegye” szójáték: a létesülés csúcsára utal, amely az összpontosítással elérhető legmagasabb létállapot.) Ahhoz, hogy a tudat valóban kimozdíthatatlanná váljon, nem koncentrálni kell, hanem elnyugtatni a szahadzsában.

Ahol sem a szél, sem a gondolat nem rezdül,

Ahol nem kél fel sem a nap, sem a hold,

Ott nyugtassátok el a tudatot, ti tudatlanok!

Mindössze ez Szaraha titkos tanítása. (103-6)

A megvalósítás helye a középső csatorna, az avadhúti, amelyben minden kettősség feloldódik.

Nincs ott kettősség, csak egység.

Ne tegyetek megkülönböztetéseket!

Alakítsátok át egy hatalmas szenvedéllyé

Az egész hármas világegyetemet!

Nincs sem kezdete, sem közepe, sem vége,

Nincs benne sem létesülés, sem nirvána.

Ebben a legnagyobb, hatalmas gyönyörben

Nincs én és nincsenek mások.

Elöl, hátul és minden irányban

Amit csak láttok, mind *ugyanaz*. (107-16)

Az egységtapasztalás a vágytalan, önmagában nyugvó tudat hatalmas gyönyöre (mahá-szukha), amit Szaraha az egész világra kiterjedő, hatalmas szenvedélynek (mahá-rága) is nevez. Ebben a szahadzsa-természetben nincsenek tér-időbeli különbségek, sem egyéb megkülönböztetések. Minden ugyanaz.

Ahol az érzékelő elenyészik

És az egyedi érzéklek tovatűnnek,

Ott a szahadzsa-test, barátaim;

A Mestertől kérjete rá magyarázatot!

Ahol az elme halott, ahol a szél elül,

Ott a leghatalmasabb gyönyör,

Mely nélkül nem mentek semmire. (119-28)³⁹

A szahadzsa-test a tapasztalás teste (dharmakája), melyben megszűnik az érzékelő (az érzékszervek és a tudat) valamint az érzékelt tárgyak megkülönböztetése. Ebben az állapotban megáll a közönséges elme, s eláll a lélegzet. Ez a leghatalmasabb gyönyör, a szahadzsa állapota.

A szahadzsa nem-kettős öntudat,

Ne tévesszétek össze a kettősséggel!

A buddhának a semmi és a valami is bilincs.

Ne tekintsétek se létezőnek, se nemlétezőnek,

Csak a valódi értelem egységére figyeljete,

És úgy ismerjétek fel, mint vízbe öntött vizet! (129-34)

A szahadzsa az önmagát ismerő, önmagáról tudomással bíró tudat, de az alany és tárgy kettőssége nélkül. Sem létezőnek, sem nemlétezőnek nem tekinthető, így fogalmilag nem, csak tapasztalatilag lehet felismerni. A tudat egységes természetében minden kettősség elválaszthatatlan egységbe olvad, mint a vízbe öntött víz.

Olyan meditatív összpontosítással, amely valamilyen tárgyra irányul, nem lehet felismerni a szahadzst. Az ilyen meditáció csak illúziókat szül, illetve táplál.

Hazug összpontosítással nem lehet elérni a megszabadulást.

Minek belegabalyodni az illúzió hálójába? (135-6)

³⁹ Kivéve a 124-6 sort, mely csak a tibetiben szerepel, és nem nagyon illik a szövegbe. Az utolsó sor tibetiül: „Ez volt Szaraha tanítása”

A természetes értelemről az éretlenek mit sem tudnak,
Ezért ámítják maguk, és mindenkit csak kritizálnak.
Önteltségük miatt képtelenek felismerni a szahadsát.
Az egész világot elvakítja az összpontosítás,
A valóság természetét pedig senki sem ismeri fel. (142-6)

Nem tudják, hogy a tudat miben gyökerezik,
És nem látják át világosan,
Hogy minden gondolat a szahadsából merül fel,
A szahadsába enyészik és a szahadsában áll fenn. (147-50)

Aki a semmiben sem gyökerező *azságra* kíváncsi,
Az kaphatja meg a Mester titkos tanítását.
„A szamszára megkülönböztetései tudatból valók.”
Elvakultak! Ismerjétek fel azt, amiről Szaraha beszél! (150-4)

Ha az elvakult tudat megvizsgálja magát,
Önmagától felszabadul a tévképzetek alól.
Tisztítsátok meg a hatalmas gyönyörben,
Mert abban rejlik a végső megvalósítás! (473-6)

A valóság természete kimondhatatlan,
De a Mester titkos tanítása révén felismerhető.
Ahogy a helyes és a helytelen is felemészthető,
Ebben egy cseppnyi fogyatékoság sem található. (155-8)

Ha a természetes értelmet megtisztítjátok,

A Mester tulajdonságai belétek költöznek.

Ehhez elég, ha Szaraha dalára figyeltek,

Még tantrára és mantrára sincs szükségetek. (159-62)

Buddha-természetünknel fogva eleve rendelkezünk a Buddha megvilágosult tulajdonságaival, csak a tudatunk meg kell tisztítanunk a szennyeződésektől ahhoz, hogy azok megnyilvánuljanak. Ehhez nincs szükség bonyolult, ezoterikus, tantrikus módszerekre.

A lényeket a saját karmájuk tartja fogva,

S az alól felszabadulva érik el a megszabadulást.

Valójában nincs más, mint a tudat felszabadítása,

A végső nirvánát csak azzal érhetik el. (163-66)

A karma közismert tanítása könnyen félreértelmezhető, ha azt valamiféle, múltbeli tettek általi, meghatározottságként értelmezzük. Ilyenkor felmerül a kérdés, vajon hogyan szabadulhatnánk meg a múltbeli tetteinktől? Szaraha szerint az egyetlen megoldás a *tudat* felszabadítása, mert abban raktározódnak a múlttal kapcsolatos emlékeink. Akkor vergődünk a karma fogságában, amikor a múltból származó beidegződéseink alapján cselekszünk. Ha azonban felismerjük a tudat valódi természetét, azzal a karmikus magvak, beidegződések ürességét is felismerjük.

Az embert a saját tudata tartja fogva,

S csak akkor szabadulhat meg, ha felszabadítja azt.

A bölcs épp azt használja fel a megszabaduláshoz,

Ami fogságban tartja az ostobát. (171-4)

A bölcs a közönséges, érzelmekkel és gondolatokkal szennyezett tudat (és azt hordozó életszelek) segítségével éri el a megszabadulást, ami a tudatlanokat fogva tartja. A transzformáció kulcsa a tudat természetének megismerése.

Ha kilazítjátok a tudat csomóját,

Az minden bizonnyal felszabadul.

A bölcseket ugyanaz szabadítja meg,

Ami az elvakultakat fogva tartja. (203-6)

Az érzelmi-fogalmi gubancokat ellazítással lehet feloldani és megoldani. E tudati szennyeződések azért tartják fogva a tudatlanokat, mert hisznek azok valóságában. A bölcsek azonban a tudat természetét ismerik fel bennük.

Ellentmondásosan viselkedik, mint egy teve:

Ha fogva tartják, mindenfelé szökni próbál,

De ha szabadon engedik, meg sem moccan.

Fiaim, ezt figyeljétek meg magatokban! (207-10)

A meditációban felbukkanó érzelmeket és gondolatokat nem szabad megragadni, hanem el kell engedni őket, hogy feloldódjanak a fogalommentes tudatosságban. Ha nem próbáljuk meg irányítani, hanem szabadon engedjük, a tudat kimozdíthatatlannál válik.

Ha az elefánt jóllakik, elméje megnyugszik,

Felhagy a jövés-menéssel és elkényelmesedik.

E felismerés birtokában nincs mit kérdeznetek;

Ez az, ami hiányzik a szégyentelen tudósokból. (327-30)

Engedjétek szabadon az elme-elefántot,

Hadd ismerkedjen önmagával!

Hadd igyon az égből eredő folyó vizéből,

S heverjen a partján kényére-kedvére! (477-80)

Az elefánt a nehezen irányítható, megfékezhetetlen tudat jelképe, amit meditatív összpontosítással kell megrendszabályozni. Szaraha azonban épp az ellenkezőjét tanácsolja: ne próbáljuk irányítani a tudat, inkább engedjük szabadon, és figyeljük meg, hogy viselkedik! Minden érzélem és gondolat az ürességből ered, és a tiszta tudatosságot táplálja. A jógi elpihen a tudat tiszta természetében, és nyugodtan figyeli a jövés-menést.

Figyeljétek csak ezt a tudatosságot!

Ennél jobb módszert nem ismerek.

Egy dolgát bevégzett személy jelenlétében

Győződjétek meg a tudat mibenléte felől! (211-4)

A „dolgát bevégzett személy” a tanítómester, aki felhagyott az evilági dolgokkal (felszámolta a karmáját), felismerte a végső valóságot, és annak szentelte az életét, hogy azt másokkal is megismertesse. Ő az, aki a tanítványnak képes megmutatni a tudat (szahadza-) természetét:

Értsétek meg, hogy a tudat olyan, mint az ég!

Úgy fogjatok fel mindent, mint az ég természetét!

Ha a gondolkodásból nem-gondolkodás lesz,

Elérítek a felülmúlhatatlan megvilágosodást. (175-8)

Ahhoz, hogy a tudat felismerje korlátlan szabadságát, az éggel kell egyenlővé tenni. Ebben a határtalan tágasságban megszűnnek a gondolatok.

Tekintsetek az eredendően tiszta égre,

És addig nézzétek, míg a látás meg nem szűnik!

Ugyanekkor szűnnek meg a gondolatok is. (139-141)

Ahogy az ég eredendően tiszta, a fellegek csak ideiglenesen tudják beárnyékolni, úgy a tudat eredeti tisztaságát is csak átmenetileg felhőzhetik be a gondolatok. Ha kitartóan nézzük az eget, megszűnik a kettőségben látás, és a kettőségekben való gondolkodás („én látom azt”). Kiderül, hogy nincs

különbség a külső és belső tér között, és ezzel megnyílik a „harmadik tér”: a megvilágosult tudat nem-kettős tere. Ahogy *Vairócsana megvilágosodásának tantrájában* áll:

A Titkos Mester, a megvilágosodás, az ember tudatának valósághoz hű ismerete. E szerint a tudatban egy szemernyi jelenség sem található, és olyan, mint az ég. A tudat égtermészetű, a tudat pedig megvilágosodás-természetű. Nincs különbség a tudat és a tér természete között, e „harmadik tér” pedig kettősség nélküli.⁴⁰

Ha a tudat olyan lesz, mint az ég, a szél eláll.

Ha kiderül az azonosság, minden elenyészik.

Ha képesek vagytok arra, amiről Szaraha beszél,

A forgandóságtól gyorsan megszabadulhattok. (179-82)

Ha meghúzzuk a kantárt, a ló megáll. Ha a tudat olyan lesz, mint az ég, a lélegzet eláll. Ha kiderül a kettő azonossága, a szél és a tudat a tündöklő avadhútiba enyészik. Aki ezt képes véghezvinni, gyorsan megszabadulhat a szamszárától.

Ha megszűnik a szél, a tűz és a legnagyobb erő,

A nektár áramlása közben a szél a tudatba lép.

Amikor mind a négy alkotóelem egy helyre kerül,

A túlradó gyönyör a térben már el se fér. (183-6)

A meditáció során az elemek sorra felszámolódnak (a „legnagyobb erő” a föld). Az elemek tisztátlan energiáját a fogalommentes tudatosság „nektárja” vagyis tiszta energiája váltja fel. Ahogy a test négy alkotóeleme (szél, tűz, víz, föld) sorra a tudatba olvad, mindent betölt a szahadza túlradó gyönyöre.

Amikor elcsitulnak a gondolatok

Lehullnak a testiség bilincsei,

S mikor a tudat eggyé vált a szahadzsával,

Nincs többé papság, sem szolganép. (223-6)

⁴⁰ Tibeti szöveg forrása: *Tales of the Great Brahmin*, 369

Mivel a társadalmi megkülönböztetések a tudatból származnak, a szahadzsza felismerése tekintetében nincs különbség brahminok és kasztonkíviúliek között. Ez mindenkinek egyformán lehetséges.

A gondolat megszakad, az elme megadja magát,

S ezzel az önteltség minden formája elenyészik.

Ez a káprázatszerűség döntő felismerése;

Mi köze ehhez a kötött összpontosításnak? (249-52)

Ha minden, mi születik, olyan, mint az ég,

Amitől megszabadultatok, hogy is éledhetne újra?

Hála a dicső mesternek, most felismertétek azt,

Ami eredeti természete szerint nem-született. (253-6)

A kettős tapasztalás a meditációt követő tevékenységek alatt sem éledhet újra.

Látás, hallás, tapintás és emlékezés,

Evés-ivás, szaglás, jövés-menés,

Ostoba csevegés és komoly beszélgetés közben,

Sosem mozdultok ki az egységes tudatból. (257-60)

Ha hétköznapi tevékenységeink során is fenntartjuk a szahadzsza felismerését, minden egyformán a tudat káprázatszerű látomása. Nincs szükség életmódváltásra, mivel a megszabadulás nem az ember életmódjától függ.

Nem kell összpontosítani, sem kolostorba vonulni.

Aki otthonában élve, asszonyaival együtt,

Örömök közt nem tud megszabadulni a kötöttségétől,

Az nem tudja, miről van szó — mondja Szaraha. (78-81)

Ne menj az erdőbe, ne maradj otthon,
Ismerd fel a tudatot ott, ahol éppen vagy!
Minden egyfolytában megvilágosodásban van,
Hol van itt számszára, hol a nirvána? (498-501)

Sem az erdőben, sem otthon nincs megvilágosodás.
Vedd észre, hogy felesleges a megkülönböztetés!
A tudat makulátlanul tiszta természetét
Csak gondolatok nélkül lehet megőrizni. (506-9)

„Ez vagyok én, mások pedig azok”
„Mi a meditáció, és ki medítál?”
Tépd le e kategóriák bilincseit!
Csak így szabadíthatod fel teljesen magad. (510-4)

A konkrét jellegzetességek megragadásával
A balga egyfolytában csak megkülönböztet,
Miközben én akkor sem szennyeződöm be,
Ha a kasztonkízüliek házában játszadózom. (269-72)

Aki a világban konkrét jelenségeket észlel, és ezt mérvadó megismerésnek hiszi, az a világban mindenhol csak különbségeket lát és azokhoz próbál alkalmazkodni. Aki viszont a szahadzsa egységes, megkülönböztetés nélküli állapotában tartózkodik, az még egy kasztonkízüli nővel való játszadózásban sem talál kivetnivalót — ami pedig egy brahmin számára a legnagyobb tabuk egyike.

Élvezem az érzéketeket, mégsem szennyeződöm be általuk,
Mint ahogy a lótuszvirágot sem érinti az iszapos tó vize.
A jógi az eredethez fordul menedéért,
És varázsigével hatástalanítja a mérgeket. (306-10)

A jógi a szamszára és nirvána eredetéhez (vagy magvához, lásd a hódolatadó versszakot) fordul menedéért, ahol a kettő még nem válik külön. A szahadzsza felismerése így olyan varázsigéhez (mantrához) hasonlít, amely hatástalanítja a szamszára mérgeit.

A szahadzsza jógi minden körülmények között megőrzi a méltóságát.

Ha az utcasarkon koldulok egy agyagcsészével,

Akkor is király vagyok, mi más teendőm van? (273-4)

A tibeti kommentár helyütt Lúipa hasonló értelmű sorait idézi:

Tágas föld-ágyamon, kezem puha vánkosán,

Az ég fedele alatt, a hold lámpásánál,

Hűs szellőtől legyezve hálok az üres istennővel;

Hej, e rettenthetetlen jógi, ki itt fekszik, király!⁴¹

Hagyjatok fel a megkülönböztetésekkel, és tartózkodjatok a szahadzsában!

A mozdulatlan kiegyensúlyozottság így önkéntelenül is megvalósul.

Tudatilag nirvánában éltek, miközben testetek a szamszárát díszíti,

S nem kell minden betegségre más-más gyógyszert alkalmaznotok. (275-8)

Mivel a tudat összes betegsége a fogalmiságra vezethető vissza, a fogalommentesség egyetemes gyógyír.

Hagyjátok a gondot és a gondolkodást,

És éljeteztek úgy, mint egy kisgyerek!

Ha odaadón követetitek a Mester utasításait,

A szahadzsza egészen biztosan megnyilatkozik. (279-82)

⁴¹ Tibeti szöveg uo. 379. oldal

**A valami és a semmi is felszámolódik,
És feloldódik benne az összes létező.
Ha gondolat sem rezdül és az elme szilárdan áll,
Maguktól szertefoszlanak a számszára dolgai.
Amikor megszűnik az én és a más fogalma,
Akkor éritek el a felülmúlhatatlan testet.
E mozdulatlanságtól el nem tévelyedve,
Ismerkedjete meg vele önmagatokban!
Nem anyagi, nem anyagtalan, de nem is tudat;
Mindez kezdetől fogva megragadhatatlan.
Amit Szaraha mond, az mindössze ennyi:
Mindenben ismerjete fel a végső tisztaságot! (287-98)**

A kettősség nélküli tapasztalásban minden a tudat káprázatszerű megnyilvánulása: nem anyagi, nem anyagtalan, de még csak nem is tudati jellegű. A végső valóság tiszta, vagyis mindezen fogalmaktól mentes, üres, látomás.

**Nincs mire támaszkodni, mivel tárgyak nem léteznek.
Csakis ürességként kezeljéte őket!
Mint a varjú, amely földet keresve felszáll a hajóról,
Egy darabig köröz, majd visszaszáll a tatra. (335-8)**

A régi indiai hajósok varjakat vittek magukkal a hosszú útra, mert azok mutatták meg nekik, merre van szárazföld. A nyílt tengeren azonban, ha sehol sem találtak szárazföldet, visszaszálltak a hajóra. Hasonlóképpen, a tudat hiába keres szilárd támpontot, amin megállapodhatna, végül mindig kénytelen visszatérni az ürességbe.

Ne kössétek hát magatok a tárgyi világhoz!

Elvakultak! Szaraha azt mondja:

Nézzétek meg a halat, a molylepkét,

Az elefántot, a méhet és az antilopot! (343-6)

A hal bekapja a horgot, a molylepke belerepül a lángba, az elefántbika az iszapba süpped, a méh lépre megy, az antilopot pedig elcsábítja a vadász éneke. Mindnek valamilyen tárgyhoz való kötődés lesz a veszte. Be kell látni, hogy ami tárgynak látszik, valójában a tudat formája.

Ha álmotokban egy gyönyörű nővel találkoztok,

A vele kapcsolatos vágyaitoknak semmi alapja nincs.

Lássátok be, hogy a forma nem más, mint a saját tudatotok,

S a buddhaság ezzel elérhető közelségbe kerül!

Ha a test, a beszéd és a gondolkodás elválaszthatatlan,

Akkor látjátok jól a szahadzsa természetét. (403-8)

Ami csak a tudatból származik,

Nem más, mint a Buddha természete.

A hullámozás talán más, mint a tenger?

A szamszára és a nirvána is olyan, mint az ég. (347-50)

A tudatban felkélő érzelmek és gondolatok nem különböznek a tudat tündöklő természetétől. A szamszára összes tapasztalata és a nirvána békés egykedvősége is éppoly üres, akár az ég.

A szamszára ugyanaz, mint a nirvána.

Ne higgyétek, hogy van köztük különbség!

Az egységet nem szennyezik kettősségek,

És megszűnik benne a megkülönböztetés. (485-8)

A gondolkodás tárgyakra irányul,
A tárgynélküliség pedig az üresség.
Mindkettőnek megvan a maga hibája,
Ezért a jógi egyiket sem gyakorolja.
Nincs tárgyas és tárgynélküli
Meditáció és nem-meditáció.
Minden tudatállapotban a gyönyör jelenik meg,
E felülmúlhatatlan, magától ébredő tudatosságot
A Mester jól időzített módszere révén lehet felismerni. (489-97)

A Mester a megfelelő pillanatban bemutatja a tanítványnak a tudat természetét, mi által az felismeri önmagát.

Ha a tudat felismeri saját természetét,
A gondolkodás rezzenetlen, az elme szilárdan áll.
Ahogy a só a vízben feloldódik,
A tudat úgy olvad fel önnön természetében, (385-8)
S ha az felemésztődik, minden más is elhamvad. (395)

Ahogy a felfogó tudat (vijñāna) felemésztődik a tudat tündöklő természetében, a tapasztalat összes összetevője (a többi szkandha) is elhamvad a tudatosság tüzében. Olyan ez, mint mikor az erdőben meggyullad egy fa, a tűz elharapózik, és az egész erdőt felemészti.

Hagyd, hogy a tudat eredendő üressége,
Mint az erdőben elharapózó tűzvész,
Felemésszen minden látszatot a szahadzsában! (360-2)

Mint mikor a vízbe vizet öntünk,
S az mindenhol egyforma ízű lesz,

**A tudat hibái és erényei kiegyenlítődnek,
És minden ellentmondás feloldódik benne. (355-8)**

**Így minden forma a térrel válik egyenlővé,
S az elme ezt a térrel megegyező természetet érzékeli.
Amikor a gondolkodás nem-gondolkodássá változik,
Meglelitek a tudat végső szahadzsa-természetét. (373-6)**

Ha az ember mindig a tudat végső természetében tartózkodik, akkor a meditatív és a meditáción kívül tudatállapot megkülönböztetése is feleslegessé válik.

**Én nem látok különbséget meditáció és nem-meditáció között.
Ezt a fogalmi megkülönböztetést mások eszelték ki.
Ha megszűnik a gondolkodás, nincs többé se én, se más. (381-4)**

**Ha nem látunk különbséget önmagunk és mások között,
Mi haszna akkor az erőltetett összpontosításnak? (389-90)**

**A hullámozástól mentes, legfelsőbb hatalom
A szennyeződés nélküli összpontosításból fakad. (399-400)**

Ha a tudat vizében nem keltenek hullámot a gondolatok, akkor az összpontosítást — ami voltaképpen nem összpontosítás, hiszen nem valamilyen tárgyra irányul — semmi sem szennyezi. (A legfelsőbb hatalom természetesen a szahadzsa hatalma.)

**Pihenjete az egységben, mint a víz,
Vagy mint az önmagát megvilágító lámpás,
A jövés-menéssel meg ne is törődjete! (401-2)**

A tudatot az egységes, fogalommentes állapotban kell pihentetni, hogy a gondolathullámok elcsituljanak. Az önmagát megvilágító lámpás a tudat tündöklő természete, a nem-kettős öntudat metaforája. Miközben a gondolatok jönnek-mennek, sem követni, sem elnyomni nem szabad őket.

Ha a tudat megtisztul a szennyeződésektől,

A szahadza nyugalmát semmi sem zavarja meg.

Olyan ez, mint mikor a tenger lenyugszik,

S a tajték, mely vízből van, a vízbe olvad vissza. (501-5)

A gondolatok tudatból vannak, és a tudatba olvadnak vissza, mint a tenger hullámai.

Az úrnő nagy étvággyal falja fel a ház urát,

Hogy szabadon élvezhessen mindent, amit lát. (409-10)

Miután az énség (és a kettős tapasztalás) feloldódik az ürességben, minden tapasztalat a szahadza gyönyörteljes ízét hordozza magában.

Felfalja az urát, s egyre gyönyörűsegebb.

A tudat, mely betelt az élvezet tárgyával,

Megszabadulva vágytól és vágytalanságtól,

A saját valódi természetében állapodik meg.

E romlatlan tudattal láttam meg a jóginít,

És azóta már nem vágyom ételre-italra.

Barátnőm! Beláttam, hogy ami a tudatban megjelenik,

Nem tekinthető attól független, külső valóságnak.

Az illúzió jóginíje semmihez sem fogható! (415-22)

(A káprázatszerű valóság mint Májá tánca)

Aki nem ismeri a dolgok valódi természetét,
Hogy élhetné át a legnagyobb gyönyört szeretkezés közben?
Mintha vízre szomjazva délibáb után loholna,
Még szomjan hal, mielőtt az ég vizét meglelné. (449-52)

Mi értelme játszadozni azzal a gyönyörrel,
Amely a vadzsra és a lótusz találkozásából fakad?
Az egyesülés múltó gyönyöre megbízhatatlan,
Nem válthatja valóra a három szint⁴² vágyait. (453-6)

E módszerrel elérhető egy pillanatnyi gyönyör,
Ám a következő pillanatban megint kettéválik.
A Mester szívességéből a hatalmas gyönyört
Száz tanítvány közül tán egy, ha megismeri. (457-60)

Mélységes az, barátaim, és kimeríthetetlen!
Nem más valami, de nem is önmagunk.
A szahadza negyedik örömének pillanatában
Tanuljátok meg átélni a tudat természetét! (461-4)

Miként a hold fénylő drágaköve
Bevilágítja a mélységes sötétet,
A hatalmas gyönyör egyetlen pillanata
A gondolkodás összes bűnét eloszlatja. (465-8)

A csillagok ura akkor kel fel az égen,
Amikor a szenvedés napja leáldozik.

⁴² Test, beszéd, tudat, vagy a három létbirodalom

Jelenéstesteket bocsát ki magából,
És mandalák szent varázsköreit. (469-72)

Ha az „én és más” illúziójától megszabadultok,
Mindenki egyfolytában megvilágosodott.
Mivel a tudat a lényegénél fogva tiszta,
Az maga a legszennyezetlenebb állapot. (514-7)

A nem-kettős tudat szent fakoronája
Egyformán kiterjed a három létbirodalomra,
Ágain az együttérzés virágai nyílnak,
És a segítőkészség gyümölcsei teremnek. (518-21)

Az üresség szent fáján virágok nyílnak,
A tökéletes együttérzés különféle formái,
Melyek maguktól meg hozzák a végső gyümölcsöt,
A gyönyört, melyben nincsenek gondolatok. (522-5)

Együttérzés nélkül az üresség fájának
Nem lenne gyökere, virága, termése.
Aki mindig csak az ürességen szemlélődik,
A mélységbe zuhan és kezét-lábát töri. (526-9)

Mindkét fa ugyanabból az egy magból sarjad,
És épp ezért a kettőnek egy gyümölcse van.⁴³
Aki tudja, hogy a kettő szétválaszthatatlan,
Felszabadul a szamszára és a nirvána alól. (530-4)

⁴³ Az üresség és az együttérzés is a tudat magából sarjad, a megvilágosodás pedig a kettő egyszerre, egységben történő megvalósítása.

Semmit sem tenni mások megsegítésére,

Nem tenni adományt a rászorulóknak;

Ezek bizony a szamszára gyümölcsei.

Inkább szabadulj meg önmagadtól! (538-41)

Csarjágíti

A csarjágíti (*caryā-gīti*) nehezen meghatározható műfaj. Szó szerint a „tevékenység-dalt”, valójában azonban inkább „előadott dalt” jelent. A csarjágítik nyilvánvalóan előadásra szánt költői énekek, amelyeket a tantrikus ünnepségeken, a ganacsakrákon adtak elő. Ez abból is kitűnik, hogy a legtöbb gyűjteményben minden dalhoz rendelnek valamilyen rágát.⁴⁴ A csarjágítiket a nepáli vadzsra tradíciókban és a dél-indiai sziddha-hagyományokban mindmáig használják. Jelképeik és motívumaik nagy része az egyszerű emberek mindennapi életéből származik.

A csarjágítik szárnyaló magabiztossága és túlradó nyelvezete tökéletesen kiegészíti a motívumok népies leleményességét. E nyíltan gyakorlatias dalokban egy csepp aprólékosság és szertartásosság sincs, és funkcionális jellegük miatt nem is túl komolyak vagy „spirituálisak”.⁴⁵

A csarjágítik általában rövid, többnyire öt kétsoros versszakból álló dalok. Általában dalciklusokba, csoportokba gyűjtötték őket, és ezeket hangszeres kísérettel, összetett rituálék keretében és olykor tánccal együtt adták elő. Egy-egy ilyen tantrikus előadás általában órákig, néha egy napnál tovább is tartott.⁴⁶

Szaraha négy csarjá-gítije

Az alábbi dalok a Csarjá-gíti-kósa (*Caryā-gīti.koṣa*) című szöveggyűjteményből származnak, amely húsz különböző mahásziddha összesen ötven csarjá-gítijét tartalmazza. A dalok a 9-12. század között keletkeztek és egy Munidatta nevű szerző kommentárjába ágyazva maradtak fenn. A mű óbengáli nyelvű kéziratát egy indiai tudós, Hariprasād Śāstri találta meg 1907-ben a Nepáli Királyi Könyvtárban. Tibeti fordítása a Tengyurban található.⁴⁷ A művel a 20. században több indiai tudós is

⁴⁴

⁴⁵ Templeman 30. o.

⁴⁶ Braitstein 133. o.

⁴⁷ D.2293 *sPyod pa'i glu'i mdzod kyi 'grel ba*

foglalkozott, a nyugatiak közül pedig Per Kvaerne (1986) munkája a legjelentősebb. Saját fordításaim az ő tibeti szövegkiadásán alapulnak.

Dasgupta egyik fő forrása. Könyvében *csarjá-padáknak*. „gyakorlati daloknak” nevezi őket. A dalok döntő többségét műve 1-3. fejezetében lefordítja és kommentálja. A fordítások nagy része Mireisz tolmácsolásában magyarul is olvasható (35-65. o.)

A műfaj: A csarjá-gítiket eredetileg énekes előadásra szánták. Ez nemcsak a dalok nevéből derül ki, hanem abból is, hogy a kommentár minden dalhoz egy rágát rendel. Mindegyik dalnak vagy egy refrénje (*dhruva-pada*), amelyet a kórus énekelt; ez a dalokban első versszakként szerepel. A versforma a népköltészetből ered, a csarjágitik valójában vallásos célra alkalmazott népdalok. Csakúgy, mint a dohákát, a csarjá-gítiket is spirituális igazságok kifejezésére használták az egyszerű nép számára olvasható, hozzáférhető és élvezetes formában, amit a dallammal együtt könnyen memorizálhattak. Köztudott, hogy a tantrikus rítusokon az éneklés és a tánc fontos szerepet játszott. A dalokat vagy szólóban, vagy kórusban énekelték cintányérok, bokacsengettyűk, dobok és más hangszerek kíséretében.⁴⁸

Szaraha négy csarjá-gítije a gyűjtemény 22, 32, 38 és 39. számú darabjai. A címek tőlem származnak.

22. HALHATATLANSÁG

Ha felismerjük magunk, a szamszára nirvána,

A félreismeréssel a világ magát kötüzi meg.

Nekem, az oktalan és szándéktalan aszkétának,

Hogyan is lehetne halálom és születésem?

Minthogy a halál nem más, mint születés,

Nincs különbség az élők és halottak között.

⁴⁸ Kvaerne 1986, 7-8.

Akiben nincs kétség az élet s halál felől,
Az valósítja meg az aranycsináló elixírt.

Aki mozgásba és mozdulatlanságba téved,
Azt hogy ne érné utol a vénülés és halál?

A születésből lesz a tett, vagy abból a születés?
Szaraha azt mondja: ez elgondolhatatlan.

rang gis rtogs byas 'khor ba mya ngan 'das
log lta 'jig rten rang nyid 'ching bar byed
bdag gis mi shes bsam med rnal 'byor pa
skye dang 'chi ba'i srid pa ji lta yin

ji lta skye dang 'chi ba de bzhi du
gson dang shi ba dag la kyad par med
gang 'dir skye 'chi dag la the tshom med
de byed gser 'gyur bcud len sgrub par byed

gang gi g.yo dang mi g.yor bcas par 'khyam
de rnams rga dang 'chi bar cis mi 'gyur
skye las las sam ci ste las las skye
Sa ra has smras bsam med pa de chos

32. AZ EGYENES ÚT

Csatornák, cseppek, nap- és hold nélkül,
A tudat-király önnön mivoltánál fogva szabad.

Az egyenes utat válaszd a kanyargós helyett!
Itt a megvilágosodás, ne menj túl messzire!

Ne a tükörben nézegesd a karpereced,
Magadban ismerd fel önnön természeted!

Aki az innenső partról kél át a túlsó partra,
Az mérges lényekkel találkozik és belehal.

Jobbra is balra is mély szakadék tátong.
Szaraha azt mondja: jobb nyílegyenesen!

nā da thig le nyi zla'i dkyil 'khor med
sems kyi rgyal po ngo bo nyid kyis grol

drang po'i lam spangs gzhan ni ma len cig
byang chub nye ba ring du ma 'gro re

lag gdub blta la me long ma len cig
bdag gis bdag nyid nges par shes pas so

pha rol tshu rol 'gro ba de yis so
gdug pa'i skye bo dang 'grogs chi bar 'gyur

gang gi g.yas g.yon dag ni dong dang g.yang

Sa ra has smras drang po'i lam mo kye

38. DIMENZIÓVÁLTÁS

A test csónak, az értelem evező.

Tartsd az evezőt a szent guru szavával!

Szilárdan tartsd a tudatot, evezős!

Másképp nem kelhetsz át a túlpartra.

A csónakot a révész evezője hajtja,

De inkább hagyatkozz a szahadzsára!

Az úton rengeteg veszély fenyeget,

A létesülés hullámai felkavarodhatnak.

A két part közt erős a folyó sodrása.

Szaraha azt mondja: égszerű számádhi.

lus ni gru yi dum bu yid ni skya ba ste

bla ma dam pa'i gsungs gis skya ba 'dzin pa'o

sems nyid brtan pa nyid du bzung gis gru pa rnam

thabs gzhan gyis ni pha rol 'gro ba med

gru ni 'bab pa gru shing mnyan pa'i yon tan yin

tshogs zhing tshogs pas lhan cig skyes pas gzhan du shes

lam ni 'gog pa'i 'jigs pa rnam par 'ong bar gyur

srid pa'i dba' labs thams cad rnam par 'khrugs par gyur

pha rol tshu rol chu rgyun drag po rab tu 'bab

Sa ra ha yi zhabs kyis smras pa nam mkha'i ting nge 'dzin

39.

stong nyid lag pas hrol cig kye

Tépd széjjel az üres álmot!

khyod kyi nang gi yid kyi skyon

Mindez a saját képzelődésed.

bla ma'i gsung gi spyod lam kye

Kövesd a Mester útmutatását!

khyod nyid slar sdod ji lta bu

Ugyan mire vársz még?

rmaḍ byung hūm skyes nam mkha' la

Minek kanyarogni az égben,

kyog por 'gro ba bslad gyis la

Melyből a HÚM megszületik?

pha rol 'gro ba 'joms pa yis

Önámítás, ha azt hiszed,

khyod kyi g.yo sgyu sna tshogs pa

Hogy legyőzheted ellenfeled.

ngo mtshar srid pa'i gti mug la

Elképesztő ostobaságunkban

kye ma rang dang gzhan dag mthong

Ént és másokat tapasztalunk.

'gro 'di chu yi chu bur 'dra

Lám, a világ csak buborék,

lhan cig skyes pa'i stong pa bdag

Eleve üresség-természetű!

bdud rtsi yod bzhin dug med kyi	Van nektár, ne igyál mérget!
gzhan dbang sems kyi bdag khyim na	A más által uralt tudat házában
btung ba bdag gis go'o kye	?
bdag ni ma rungs gnyen 'dun za	A gonosz rokonokat megeszem.
Sa ra has smras mchog yin gyur	Szaraha azt mondja, ez a legjobb.
bdag ci ma rungs glang la ni	Mi szükségem hát az ostoba ökörrre?
gcig pus 'gro ba 'joms par byed	Egyedül legyőzöm az egész világot,
kye ma bdag ni rab 'dod spyod	És azt teszem, amit csak akarok.

A Test kincstára

Indiai nyelven: Kāya koṣāmr̥ta badzra gīti

Tibeti nyelven: Sku'i mdzod 'chi med rdo rje'i glu

Magyar nyelven: A Test kincstára: halhatatlan vadzsra-dal

Ez még csak egy első nyersfordítás

Hódolat az Ifjú Mandzsusrinak!

1.

Lám! Az ént és cselekvőt megragadó rasztahajúak,
Brahminok és meztelen dzsainák, valamint
A négyféle természetet valló lókájáták
Állítólag mindent tudnak, de nem ismerik önmagukat.
Becsapják az embert, és eltávolítják a megszabadulás ösvényétől.

2.

A vaibhásikák, a szautrántikák,
A jógácsárinok és különféle mádhjamikák
Egymással kötekednek, ellenkeznek és vitatkoznak.
Nem ismerik az *azságot*, a térrel egyenlő látomás-ürességet,
És hátat fordítanak a szahadzsának.

3.

A Test, Beszéd és Tudat, mint lámpásban a kanóc és az olaj,
Épp úgy tündököl, mint az önmagát megvilágító lámpás.

E tündöklő öntudat minden lényt átitat,
Elválaszthatatlanul — ez a születetlen természetük.

4.

Az önmagát megragadó tudat folytán sokféle emlék kél,
És a mibenlétben mindenféle látomások jelennek meg.
Mindenki e sötétségszerű tudatállapotban él,
Ám a jógi, aki felfedezte az *azságot*, lámpásként tündököl.

5.

A lényegi valóság meghalad minden okoskodást.
Nem látható, mert az emlékek miatt homályba borult.
A fogalom nélküli bizonyosság, az emléktelen boldogság útja
Mivel nem járható?, a gyümölcs az elmén túl tűnik fel.

6.

A szahadzsából, a Tudat kincstárából,
A tiszta és a tisztátalan, a szamszára és a nirvána jelenik meg formaként,
Ám a születetlen állapotban mégis azonosak.
Az nem mozdul, nincs szokványos természete.

7.

A Mahámudrá változatlan, hatalmas gyönyör,
És októl független, elmén-túli gyümölcs.
A Mahámudrá a tökéletes gyümölcs,
Ám szokványos értelemben az ösvényt is így hívjuk.

8.

A kifejezett (jelentés) és kifejező (nyelv) nélküli, lényegi valóság
Az emléktelen tudás közege, amiről mindenki beszél.
Hitbéli tudással különféleképpen értelmezik,
De ebben az emléktelenben soha nem lehet hazugság.

9.

Bár az ösvény igyekezetei folytán a gyümölcsök különbözők,
Ebben az emlékből soha nem lehet igazság.
Bár a kiegyensúlyozottság miatt mindenki másképp meditál,
E születetlenben soha nem lehet kettősség.
Bár a „figyelembevétel” és „figyelembe nem vétel” kifejezéseket alkalmazzuk,
Ebben az elmén-túliban soha nem lehet keresnivaló.

10.

A látomások feltételei szerint emlékek születnek,
Ám az üresség emléktelen feltételét nem múlják felül.
A fogalommentes valóság teendőtől és látnivalótól mentes;
Máshol keresni önmagunkat micsoda tévedés!

11.

Lám! Az *aszág*, mint a vadzsra, nehezen felismerhető.
A tudatlanul igyekvő, nyelv után kutató tudattal
Nehezen találkozni a tennivaló nélküli valósággal.
Ha megtudod, hogy a cselekvés természete nem-cselekvés,
A Győztes egyedüli szándéka felülmúlja a tárgyakat.

12.

A Test a változatlan, üreges tapasztalás,
Nem a testben lakozik, cselekvés és cselekvő nélküli.
Mesterként úton az ösvény gyümölcse nem látható meg,
A születetlen állapotban a Győztes kikezdhetetlen Tudata.

13.

Az emléktelen állapotban való szemlélődés hatalmas gyönyör,
A hatalmas gyönyör állapotában a fogalommentesség folyamatosan fennáll.⁴⁹
A figyelembe nem vett látomás a saját helyén kitisztul,
A feltétel emlék, gáttalan tudomás tündököl.

14.

Mint az egyetlen gyökérből kihajtó, makulátlan lótusz,
Úgy lakozik a szahadzsza-természet az összes lényben,
S bár a más-lét rosszul-látása folytán beszennyeződhet,
Akárcsak a kezdet lótuszvirága,
A jól-látás folytán a Mahámudrá rezzenetlen.

15.

Bár a felfogott és a felfogó mocska beszennyezheti,
A három időben változatlan gyökér, a Nagy Önvaló,
A felfogás, a szél, az alsó kapu, a mantra és a többi
Eleve tevékenység-mentes, az én és más megtartása és elengedése nélküli.

16.

Ne gondold a szamszárára, ne keresd a nirvánát!
A három idő és a három létforma a Test-Beszéd-Tudathoz tartozik.
Ne törekedj semmire! Ne nézd, mit kell alkalmazni illetve elvetni,
Ne különböztess meg a széleket és a középpontot; (maradj) az egyenes középúton!

17.

Ha nincs mesterkéeltség, az a Tudat legkiválóbb útja.
A tökéletességek ösvényen való haladás, rálépés különböző fokozatai,
A gyors ösvényt elhagyva, hosszas körforgást okoznak.
Nincs a szahadzsához fogható ellenszer!

18.

Az *aszágban* a négy Test, a négy tudomás.
A különféle gyötrelmeket felhalmozva a szamszára útja.

⁴⁹ Változat: A fogalommentes, hatalmas gyönyör egyfolytában bennünk létezik.

Ha nem foglalkozunk azzal, ami tárgyként jött létre, meglátjuk a tárgynélkülit.
A lényegiségben nincs öröm és nem-öröm.

19.

A kettős felfogás nem-mesterkedése a tapasztalás Teste.
Az elengedett, el nem múló, üres érzékszervben lakozik.
A kimondhatatlan megtapasztalás megszakítatlan.
Tudd meg ezt a saját tudattal kapcsolatban!

20.

A szennyezetlen valósággal kapcsolatban felmerül a Mahámudrá,
Egy égi tengerhez hasonló megtapasztalás.
Az érzékszervek megválnak a tárgyaktól, nincs zuhanás szakadéka.
Ha emlékekkel fogod meg, te magad vagy a ragaszkodás.

21.

Önmagad megtartásával és elengedésével a kidolgozottság újra visszatér.
Ha nincs felmerülés és elmerülés, a gondolatok sötétsége leáldozik.
A két tapasztalat íze kiegyenlítődik, ami a méh virágához hasonlít,
A vétek és erény (gondolata) az elválaszthatatlanságban egyforma.
Hatalmas meglepetés! E megtapasztalás kifejezhetetlen.

22.

Az oszthatatlan gyönyör/igazság, mint a (vízbe) öntött víz,
Az a joga soha nem válik meg a szahadzsától.

Egy dolgot az emlékezet sokféle elképzelésnek lát,
De az emléktelen egy, a sokaságban van.
Aki a szahadzsa üres öröme, a hatalmas gyönyör
Jógáját gyakorolja, elmét meghaladó módon cselekszik.

23.

Ha a vonzalom ösvényén kívánsz egyesülni az eredeti valósággal,
Ne tekints belsőre és külsőre, se magadra se másra!
Azt tanítom, aki ismeri az *azságot*, természetes módon megszabadul.

A három Test a Tapasztalástestben elválaszthatatlan,
Ám ha megtapasztalod, (három) különböző gyümölcsként jelentkezik.

24.

Nahát! Ha felismered az elválaszthatatlanságot, gyorsan lerombolod a téves nézetet.
Ha a születetlen ürességet a (három Test) elválaszthatatlan csomópontjaként (thugs phrad)
Ismered meg, az erdőség (szamszára?) támaszát veszti.
Ha nem ismered a csomópontot, a meghatározott jellegzetességű együttérzés,
Amit a szamszára lakhelyén gyakorolsz, szennyeződést (kifolyást) okoz.

25.

Az üresség és együttérzés oszthatatlan, születetlen,

Aki mentes a szamszára és nirvána iránti reménytől és félelemtől,
A test-tudatot nem találva, emléktelen, saját kedvére hagyja/természetesen nyugtatja,
Az elmével felfedezhetetlen *azság* magától felmerül.

26.

A jellegzetes szemlélődés, mindennapi élet, nyugodtan időzés,
A nem végső valóságú elmével nem meditálnivaló.
A test-beszéd-tudat a formákat stb. erőfeszítés nélkül megvilágítja.
Az orrhegyre és egyéb alakokra, valamint az égre és
A csatornákra nem hagyatkozva, tartózkodj a természetes állapotban!

27.

Minden látomás gyönyör, nem figyelembeveendő.
Az emlék csak látszat, csak káprázatszerű ismeret.
A Hold tükörképe, résznélküli, megfoghatatlanul üres.
Kutathatod, még sincs; keresheted, mégsem látod sehol.

28.

A káprázatként látszódó emléket felidézve (?),
Az emléktelenségen kívül semmi sem látható.
Emlékként jelenik meg, de meg nem ragadható.
Emlékkel megérinthező, ám az érintés képzeete nélküli (?)

29.

Elképzelhetetlen, attól mentes, vagyis születetlen.
Bár emlék felmerülhet, a tárgyra nem alkalmazva,
Hagyd a tanúsíthatatlan üresség természetes állapotában!
Bármit is teszel, a Mahámudrá megszakítatlan.

30-31.

A négy(?) Mahámudrá négy alkotóelemből áll:
A születetlenség felismerésének alkotóeleméből,
A két igazság nem különbözőségének alkotóeleméből,
A születetlen látomás csomópontként való felismerése,
Vagyis (?) a megragadhatatlan emlék alkotóeleméből,
És a feltétel és emlék nélküli, elmén-túli üresség,
Vagyis (?) a tagadás és igenlés nélküli dolgok alkotóeleméből.

32.

„Alappal bíró *azság*”, „vágynélküliség”,
„Megértés” és „elemzés”,
„Öröm és élvezet nélkül tartózkodás”, és a többi:
E kifejezések mind ugyanarra az *azságra* vonatkoznak.(?)

33.

Kiváló, közepes és gyenge „alappal bírásról” beszélnek,
Ám a bölcsek magyarázata szerint az mind alacsonyrendű. (?)
A Mahámudrá (gyakorlója) sehol sem lakozik,

A válogatás nélküliség kedvéért *akkéntiségnek* hívják,
A tisztát és a tisztátalant szét nem választva, mindent tiszta *sziddhivé* tesz.

34.

A szahadzsa és a tárgy iránt a belső tűz meggyújtása stb.
Én-természetű fogadalom és jógameditáció. (??)
A Mahámudrában, ami minden dolog egyenlősége,
Hogy lehetne elvetni a fogalmakat és fogalommentességet gyakorolni?

35.

Tiszteld a gurut! Ezzel betartod a titkos vinaja fogadalmat.
A külső, belső és titkos beavatások egyedi jellegzetességei,
Valamint a korsó, titok, bölcsesség, tudomás,
A határozószó jellegű (beavatás) és a többi kategória
Közönséges erőket gerjesztenek, de a Mahámudrát nem képesek elérni.

36-37.

Lám! Mivel a Mahámudrá a gyümölcs-önvalójú Test-Beszéd-Tudattal rendelkezik,
E gyümölcs a lényegi jelentésnek felel meg, nem pedig az átmeneti és végleges jelentésnek.
Az ösvény és a gyümölcs lényegi esszenciáját teljesen magába sűríti,
A felülmúlhatatlan nagy hordozó tényleges valója, a hordozók különlegessége,
És mivel valamennyinek a lényege, (a Mahámudrá) a legnagyobb titok.
A Mahámudrá meghatározó jellegzetessége
Az emlék és emléktelenség nem-kettőssége, vagyis a születetlenség,
Mely elmén túli, és a térhez hasonlóan sehol sem létezik.

38.

A karmamudrá szemléltetés és a dharmamudrá ösvénye,
A Mahámudrá gyümölcs, a szamajamudrá másokért-valóság.
Aki csak a dharmamudráig bezárólag gyakorol, az nem jár a végére,
A remény és félelem szélsőségeibe, valamint a szórakozások hibájába esik.

39.

Az *azságb*an az ellenszer elválaszthatatlan, a saját otthonában hagyva
Bármennyi gondolat merül is fel, a higgadtságban merül fel.
Az emlék ott szabadul fel, ahol van, az emléktelenség higgadtság.
Mindent az élvezet megmutatkozásának tud, és az emléktelent táplálja.

40.

E természetes élménnyel a tiszta születetlenben rendelkezünk.
Mindent áthat, és úgy áll fenn, mint egy zuhatag.
A lámpásként világító öntudat, a bódhicsitta
Szűnhetetlen, s közben az emlékezés önmagától kiüresedik.

41.

„Milyen az igazi *azság*?” — kérdezhetnéd.
Ha máshol lenne, mindenkinek látnia kéne.
Benned van, de rejtve van, a guru arca

Maga a tudat, a Buddha, az *azság*.
Az emlék beszennyezi, és az *azságot* másra vonatkoztatja.

42.
„Buddha létére melyek a minőségei?” - ha ez a kérdés,
Az olyan, mint a szövet és a fehérsége.
Az *azság* minősége a Mahámudrá,
A mibenléte és a minősége nem két különböző dolog.

43.
A Mahámudrá és az összes többi (mudrá) alatta
Nem különböző egyedi minőségek.
Az emléktelen minőség rezzenetlen óceánjában
Nincs emlékezés, nincsenek hullámok.

44.
A születetlen minőség olyan, mint a változatlan szikla.
Nem követi a hangot, amely visszaverődik róla.
Elmén túli, és sosem válik tárggyá,
A Mahámudrá minősége olyan, mint a tér.

45.
Az emlék az élőlények tudatából keletkezik.
Ezért az ürességet nem máshol kell keresni.
A négyfélének mutatkozó, mégis egy minőség
Miért mutatkozik meg négyféle mudraként?

46.
A felsőbb különlegességei (miatt?) lesz belőle négy.
A Mahámudrát ne értelmezd a három (alsó) mudraként.
Sehol sem lakozva, ragaszkodás nélkül cselekedj,⁵⁰
Mint ahogy a méh szürcsöli a virágmézet!

47.
A megkülönböztető tudomás a módszer:
Ha ízzel találkozik, az ízhez nem ragaszkodik.
Ezt nem mindenki tudhatja meg.
Bár e lényegi valóság mind a hatféle lényt áthatja,
A lényeket emlék tartja fogva, mint a tengeri rákot (?pa tra'i srin).

48.
Mivel az emlék a tudatból származik, az a káprázat oka.
Ha ismered a „figyelembe nem vételt”, az maga a buddhaság.
A káprázatban nincs módszer és bölcsesség.
Lám! Ha ismered az elválaszthatatlanságukat, épp az a legmagasabb rendű módszer.

⁵⁰ Szövegváltozat: Sehol sem lakozva gyakorold a Mahámudrát

49.

A buddhák és az érzőlények összes tapasztalata
Saját tudatunk tiszta természetével együtt születik.
Mihelyt a figyelembe nem vett az elmében létrejön,
Az emlék látomása eltűnik, nem igaz vagy hamis.
Ezért az *azság* nem az egyetlen tárgy. (nem az *azság* hazája?)

50.

Ahogy a hang nem mutatkozik a szem tárgyaként,
A fogalommentesség nem a gondolkodás tárgya.
Az üresség feltételében, ahogy az emlék feltündököl,
Az emlék látomása eltűnik, az nem látható.

51.

A tudomás nem lesz vak és süketnéma?
Az emléktelenben nem kell vaknak és süketnémának lenni.
Anyagiság és minden egyéb szokvány nélküli.
A szokványos kifejezés, hogy „a látomás eltűnik”,
Az emlék elsőprérése és az emléktelen táplálékul gyűjtésére vonatkozik.

52.

A születetlen *azság*, mely túl van az elmén,
Az emléktelen és születetlen tudomás tüzeiben
A kettős észlelést elégető, megtisztító, elmén túli felajánlás,
Így a fohász ereje által nem folytatódik az újraszületés.

53.

Ezért a Mahámudra megelőzően
Senkire sem támaszkodik, semmitől sem függ.
A vízbe merülés, a ganacsakra és az ételfelajánlás
A várost felkavaró tudományokhoz hasonlít. (?)

54.

Mivel a Mahámudrá nem más, mint önmagunk,
A felajánlott anyag az emlék, s a vendég, aki kapja, mi magunk vagyunk.
Ezt tudván, a felajánlást a saját emléktelenségünknek ajánljuk fel,
És az elmén túli, születetlen ganacsakrában játszadoxunk.

55.

Mivel a Mahámudrá semmi mástól nem függ,
A meditáció tárgya mi magunk vagyunk, a meditáló pedig a saját tudatunk.
Túl az elmén, önmagunkra figyeléstől mentesen,
Az maga a gyümölcs, ezért semmi mástól nem függ.

56.

A meditációs gyakorlat, a mantra-recitáció a saját tudatunk,
A meditációs istenség pedig szintén a saját tudatunk.
Ezért a dákini jóslat és a többi is a saját tudatunk:

A tudat bármiféle emlék képében megnyilvánulhat.

57.

Az emléktelenben minden megfigyelhetetlen.
Mivel a Mahámudrá nem más, mint önmagunk,
A Buddha, a Dharma és a Szangha,
A szülő-ékkövek (??) természete bódhicsitta.
Ha felajánlást és tiszteletet teszünk nekik, emléket okozunk.

58.

Ha nincs különbség, a születetlen felszabadul saját otthonában.
Ha elmén túli, akkor nincs tenni és nem tenni való.
Bár a buddhák és az érzőlények kifejezésmódja eltérő,
Együtt születnek (tisztán?), tudás(ból) és nem-tudásból.

59.

Ha nem értelmezed emlékként, ami megmutatkozik,
Maga az élőlény(ség) születetlen gyümölcs.
Másképp, ha emlékként értelmezed azt, ami nem mutatkozik meg,
Akkor még a buddhaság is a három birodalom körforgásának oka.

60.

Ami emléktelen, azt minek az elmével megragadni/figyelembe venni?
Bár élőlénynek látszik, mégis a buddhával azonos.
Ha az emlék-buddhát akarod felismerni,
Bár buddhának látszik, az nem különbözik egy élőlénytől.

61.

Ezért a látomás mindkét értelmezése értelmetlen — vedd el! (?)
Bár elveted, nem más, mint önmagad, az élőlény megszűnik (?)
„Belőlem van” - e gondolat az okoskodás emlékétől szennyezett.
A látomás tündöklő, ám a tudat nem értelmez, nem viszonyít.

62.

Ezért ha a lét és a nemlét fogalmától is megszabadulsz,
És természetesen honolsz, bárhogya is cselekszel, boldog.
Az emlék tündöklést-megragadó lényegű, (??)
A két viszonyítástól mentesen, a természetes állapotba helyezkedve.

63.

A Mahámudrá ezért teljes egybeesés:
Az emlék és a születetlen emléktelen egybeesik.
Az emléktelen, fogalommentes természet
És a függésben, esetlegesen keletkező emlék:
A születetlen állapotban e kettő egybeesik,
Ezért a születés, és ami születik elmén túli. (??)

64.

Az üres tündöklés és az egybeesések
Hamisítatlan, teremtetlen, születetlen otthonukban felszabadulnak.
Ezt hívják három Testnek: tapasztalástestnek, élvezet-testnek,
A változatos megmutatkozást pedig jelenéstestnek.

65.

A természetes állapot a lényegiség-test:
Üres együttérzés és születetlen elválaszthatatlanság.
A karmamudrára támaszkodó élmény
Mesterséges, ezért feltételes erőből keletkezik.
Mivel mástól függ, ezért nem *akkéntiség*.

66.

A Dharmamudrá ugyan nem mesterséges,
Ám megtapasztalása által a tanúsíthatatlan nem látható.
Ha a Mahámudrát megtapasztalod,
Az összes emléket születetlennek ismered fel.

67.

Ami dolognak látszik, lényegében üres.
A lények születetlensége és az elválaszthatatlanság
Együttérző módszerrel, példákkal lett bemutatva. (?)

68.

A látomások különfélék, de az elmén túli tárgy nem rezdül,
A jögi mindig éppen ezt a sajátosságot szemlélje!
Minden tevékenység a Mahámudrában megy végbe,
A dolgok természetes állapotában, a születetlen állapotban hagyva.

69.

A szél feltételével a kezdeti tengerből
Hullámok, a víz esetleges fodrozódásai kélnek.
Ezek elválaszthatatlanok a tiszta tengertől.
Az emlék feltételével esetleges gondolat kél,
De az nem a korábbi emlék, (??)
S mivel születetlen és elmén túli, a csodával egyenlő.

70.

Ekképp, ami a Mahámudrában létrejön, előzmény nélküli,/Ahogy a Mahámudrában korábban nem volt
születés (??)
S bár a feltételek erejénél fogva később is létrejöhet,
A születetlentől elválaszthatatlan.
Nincs formája, mindenre kiterjed,
Változatlan, és minden-idejű.

71.

Születés és megszűnés nélküli, mint a tér,
És a kígyónak felfogott kötél kígyótól való üressége,
És a tapasztalás- élvezet- és jelenéstest elválaszthatatlansága;
A lényegiség túl van az elme tárgyain.

72.

A Mahámudrá azonnali, megnyilvánult buddhaság.
Az élőlények kedvéért formatestben nyilvánul meg
Az okhoz hasonló gyümölcs, a beérett gyümölcs,
És a makulátlan gyümölcs, a másokért cselekvés:
Ezt különleges, kifejezhetetlen rangnak nevezik.

73.

Lám! A hamisítatlan mudrá hatalmas gyönyör.
Az emléktelen Térben magától merül fel,
Mint a születetlen tér, mindenre kiterjed,
És az elmén túli állapotban lakozik.

74.

A feldolgozatlan látomás hatalmas gyönyör.
Emléktelen, teljesen fogalommentes.
A sokféle emlék tudatként tündököl,
Ha elemzed és kutatod, megfigyelhetetlen.

75.

Ami születetlen, az megfoghatatlan.
Megfoghatatlan, és ezért mozdulatlan.
Az emlék káprázat, pusztá öntudat,
Káprázat és felszabadulás nélkül, emléktelen tündököl.

76.

A születetlen végső (valóság) világlik mindenben,
Így minden elmén túliként jelenik meg.
A három birodalom az elmén túl maga a tudomás,
Nem más, mint maga a szahadzsa,
Melyben az emlékek gyökerei elvágódnak.

77.

Az emléktelen, születetlen közegbe helyezkedsz.
Az maga a hamisítatlan, az elme tárgyán túli.
Az emlékezés a tudat önnön lobogásaként tündököl,
És ezzel a fogalmiság a szamszára segítőtársává válik.

78.

A megszabadulás útja az, hogy az *azságot* megismerve,
Az önmagától felmerülő *akkéntiség* a szándékmentes állapotban marad.
Az önmagát megvilágító emlék nem válik dologgá.

79.

E hamisítatlan Szándék, e születetlen, hatalmas gyönyör,
Ahogy nyilvánvalóvá válik, nem lehet beazonosítani.
Az emléktelen tárgyaként semmi sem látható.
Támasz nélküli, ezért sehogy sem lehet gyakorolni.

80.

A Mahámudrá az, amiben nincs mit figyelembe venni.
A különféle jellegzetes emlékezések, ahányan csak vannak,
Az *azság* Mahámudrában elválaszthatatlanok.
A felismerés és fel nem ismerés /gondolkodás - nem gondolkodás) nem két különböző dolog.

81.

Az állandóság és megszűnés végleteiben nem lakozó, hibátlan,
Saját *azságod* ha felismered, nem mástól (kell megtudnod).
Ha a függő keletkezést a nirvána ösvényének tanításaként
És születetlenként ismered fel, az Mahámudrá.

82.

Ha *azt* nem ismerve a karma-, szamaja-
És dharmamudrát akarod gyakorolni,
Azok *azt* csupán szemléltetik, nem helyettesíthetik.
A kettős felfogás nélküli Mahámudrá gyakorlata
A természetes, friss és üde megismerésben megy végbe.

83.

A vágytalan, önmagában nyugvó természetességben található.
Ez a közönségesnek tűnő megismerés maga az elme.
Az igen-nemre emlékező tudatban önmagában nyugvó.)?)

Az értékes bizalom az útmutatás kívánságteljesítő kincse,
Nem figyelembeveendő és nem veendő hagyva.(??)

84.

Mivel az öntudat maga a Mahámudrá,
A Mahámudra maga tanít önmagára.
A különféle emlékekkel a tudat nem foglalkozik.

85.

A külső-belső nélküli, vitathatatlan mudrá
És a Mahámudrá étellel bíró, vágnélküli.
Ha vágy merül fel, az emléket okoz.

86.

Saját tudatunkban, a Mahámudrában,
Külön emlék és nem-émlék nem születik.
Az ámitás és nem-ámitás az elme tárgyán túli,
A szamszárát az emlékhöz való kötődés elhatalmasodása okozza.

87.

A tündöklő Mahámudrá a valódi lényegiség,
Semmi sem változik, a tiszta tudatban egy.
Az éppen-azság kettős felfogástól mentes,
S a jelentős látomás magában a tudomásban látható.

88.

Szándékosan elemezve az emlékek sokaságává ágazik.
A látomás a születés megszüntetése révén látható.
Ha az emléktelen emlék állapotába a megismerés belép,
Test-beszéd-tudattal hiába igyekszel, nincs mire emlékezni.
Ha nincs kettősség, a számszára természete sincs.

89.

A különféle emlékek áramló e természete
Az orrhegy-mudrákban sohase volt.
Ezért a Mahámudrá elgondolhatatlan, válogatást elhagyott. (?)

90.

Lám! A külső, belső, mély és nem mély felépítő szakasz,
A teljesen megvalósult mibenlét, a kilégzés/megkönnyebbülés,
Valamint a lepecsételt karma- és dharmamudrá,
A teljesen bevégzett jóga fokozatai.

91.

A Mahámudrá a lényegi mibenlét fokozata.
A Szamajamudrá a teljes megvalósítás fokozata.
A képzeletbeli (mibenlét) a tökéletesen megvalósult pecsétje.
A Karmamudra az érzékszerv/beavatás? mibenléte,
És négy örömmel bíró, módszer-természetű.

92.

A Dharmamudrá a változatosság megmutatkozása,
A négy öröm közül az együtt-születő (szahadzsa).
A Mahámudra pedig születetlen,
Kettős felfogás emléke nélküli, elmén túli mibenlét,
Makulátlan gyümölcs, megnyilvánult buddhaság.

93.

A Szamajamudrá jellegzetes jóga,
A gyümölcs az istenség mandalája, a számszára lényei kedvéért.
A központi apa és anya (istenség) a módszert és bölcsességet jelképezi.

94.

Bár a négy örömmel bíró nagy Szamajamudrá
Ekképp a módszer alkalmazását (az egyesülést?) teljesen megzabolázza,
A mélységes Dharmamudrával van lepecsételve.
Maga a tudat, a Mahámudrá, magának mutatkozik meg.

95.

Az örömmel felfogott emlék elkülönítése,
A felsőbbrendű öröm által felfogott emlékezés elhagyása,
Az együtt-született öröm általi emlék elkülönítése,
És az örömmentes látomás születetlen emlék világlik (??)
Eszerint tanítják a mélységes Dharmamudrát.

96.

A négy öröm nem különbözik a tudomástól,
Melyben megszületett, és teljesen beleolvadva létezik.
A felismert/elgondolt? élményekben való tartózkodás és
Az elmében a nem-émlék felismerése/gondolata? nem különbözik.
A példát és az ösvényt szokványos megzabolázásként tanítják. (?)

97.

Maga a tudat, a Mahámudrá felmerülése
Bármiféle születetlent szülő csodaként felmerülhet.
Túl az elmén, születetlen mibenlétnak mutatkozik.
A nem létrejött és a létrejött dolog - e kettő
Nem különbözik a valódi mibenlétében hagyva.

98.

A különféle emlékek ahová vándorolnak, ez
Az emléktelen működése a gondolatokat nem gátolja.
Ha a megismerést saját módján hagyod, megállapodik.
A látomás és az üresség és a kettős felfogás oka
Különbség nélkül, *éppen az* a hatalmas gyönyör.

99.

Ahogy a megtapasztalás felmerül, megszűnnek az ellentmondások.
Az emléktelenben nincs ehhez hasonló tárgy.
Az emléktelen és az üres látomás nem különbözik.

100.

A születetlen, névtelen jógában
A szemlélődés és mindennapi élet nélküli, folyamatos jógában,
Bármilyen emlék merül is fel a látomással együtt,
Az üres, emléktelen *azság* fennállása folytán
Az emlék nem figyelembeveendő, a látomás és üresség szétválaszthatatlan.

101.

Az *azság* születetlen csomópontjának megtapasztalásában
A látomás mibenléte, az üres hatalmas gyönyör merül fel.
Ahogy a jég vízzé olvad és ihatóvá válik,
Minden látomás születetlen hatalmas gyönyörként érződik.

102.

Az emléktelen kiegyensúlyozottság nem gátolja a gondolatokat,
Ám mivel elmén túli, mentes az ostobaság szokásától.
Ha ebben időzöl, felkel a hatalmas gyönyör élménye;
A kezdeti látomás, az üresség megtapasztalása következik be.

103.

Ahogy az jégnek látszik, mégis felismerjük a vizet,
A kettős emlék látomásának meggátolása nélkül,
Az üres gyönyörtől nem különbözve merül fel,
S mint amikor a jég vízzé olvad,
Az emlék a születetlen emléktelenbe enyészik.

104.

Minden különbség nélkül a hatalmas örömben egy
Azság mint a vízzé olvadt jég,
Ha mindent csomópontként ismertél meg,
Kötélék-oldozások által nem megfogva, az emléket nem követed.

105.

Csomóra kötöttség szerint a tudat nem homályosul el (mintha csomóra lenne kötve?)
Ha a csomót ellazítod, kioldódik, és magát a tudatot ott hagyod, ahol tetszik.
Mint visszatérve a hajóra repülő varjú,
Ha *azt* ismered, a látomás élvezet.

106.

Ahogy egy vashorog bevetésével az elefánt megfékezhető,
Teendő nélkül hagyva az elefánt nyugton marad (?),
Az emlék emléktelenségét felismerve nincs ártalom,
A látomás és az üresség felismerésével megszűnik a gondolat.

107.

A születőben tartózkodva elválaszthatatlan emlék nem mozdul.
Azság, ahogy Visnu az összes ellenségét felismeri,
Ahogy a látomás az ürességbe olvad, mint a só a vízbe,
Az emlék emléktelen(be) olvadása épp olyan,
A születő kétféleképpen /kétféle születés? születésének nincs oka.

108.

Ha a születetlen csomópont tudomás felmerül,
Nincs emlék, az elme tárgya, elfogulatlan tudomás jelenik meg.
Ahogy a gyújtós felszítja a tüzet, és az fellángol,
A kimondhatatlan megtapasztalás olyan, mint az ifjú gyönyöre.

109.

A változatosság megjelenik, de nem válik emlékké,
A lassú folyam nem kelt hullámokat.
Ahogy önmagát világítja meg, lámpához hasonló.

110.

Így, mivel a Mahámudrá senkinek sem tanítható,
Ahogy a *sar ko ne* madár az égben lakozik,⁵¹
A felismerés végrehajtásával nem válogatva,
Mint a *pa ta ri* bogár?, ragaszkodás nélkül,
Ha az elmén túli gyümölcsre vágysz, a semmit valósítod meg,
Mint ahogy a legjobb gyógyszer a kókuszdió (?)

111.

Lám! Ekképp a módszert megragadott bölcsek
Az emléktelent a születetlenséggel pecsételik le,
Mivel emléktelen?, emléktelenséggel pecsételik le,
A látomással az ürességet pecsételik le,
Az ürességgel pedig a látomást pecsételik le.

⁵¹ Szövegváltozat: Ahogy a Mahámudrá az égben lakozik

112.

Ha az emlék és látomás a gyönyör ízeként merül fel,
Azt ürességgel és emléktelenséggel pecsételik le,
A látomás és az üres emlék pecsétjét pedig
Az emléktelenül időzésekkel pecsételik le.
A látomás és az emlék a gyönyör ízeként merül fel,
Jellegzetes meditációval nem elemmezve, a jellegzetes elmén túl.

113.

Az emlékeket és látomásokat a születetlennel pecsételik le,
A születetleneket az elmén túlival pecsételik le,
Az emlék által? emléktelent a gyönyörrel pecsételik le, (Az emléket az emléktelen gyönyörrel?
Ki nem üresedve, nem esve a megsemmisülés végletébe.

114.

A fennállás és születés lepecsételésével,
Dologgá nem válva, nem esnek az állandóság végletébe.
Minden elmén túli és születetlen,
Minden a hatalmas gyönyör folytonosságával bír,
Ezt tudván, nem esnek a közömbösség szélsőségébe.

115.

Az emlék a szamszára dolga és
Az emléktelen felismeréséhez
A közömbösséget/kiegyensúlyozottságot kell ösvényre vinni. (?)
Érveléssel lebontva az üresség kiegyensúlyozottságával és
A kettős felfogástól mentes öntudat kiegyensúlyozottságával
A két igazság nélküli, nem kettős kiegyensúlyozottságon meditálj.
A semmire sem emlékezés a legjobb kiegyensúlyozott elmélyedés,
A semleges kiegyensúlyozottság nem meditáció.

116.

A magára hagyott megismerés, melyből az emléktelen élmény fakad,
Az emlék jelét emléktelen ösvényre viszi.

117.

Az ösvényre vitt gyönyör elmén túli, megfigyelhetetlen,
A nem kettősen értelmezett gyönyör folyamatos.

118.

Lám! Az élménytől megválva, szabadulj(ak?) meg a kettős felfogástól,
S az *azságot*, a Mahámudrá valóságát megpillantva,
Aki a végső gyümölcsben, hatalmas értékes kincsben,
A Mahámudrában kíván tartózkodni,
Ismerje fel a makulátlan gyümölcsöt!

sku gsung thugs: Test Beszéd Tudat
lus ngag sems: test beszéd tudat
thug phrad: csomópont

bsam pa / dgongs pa: szándék - Szándék

lhan cig skyes pa: szahadzsa, egyszerre született
phyag rgya chen po: Mahámudrá

....

longs spyod: élvezet
gnyug ma: természetes, valódi
snang ba: látomás, megmutatkozás

Negatív kifejezések

bcos med: hamisítatlan
skye med: születetlen
dran med: emléktelen

de nyid: *azság, az*
de kho na: *éppen az*
de kho na nyid: *éppen-azság*

Meditáció

rang bzhag: önmagában nyugvó
mnyam gzhag: szemlélődés
rjes thob: mindennapi élet
bde chen: hatalmas gyönyör
btang snyoms: kiegyensúlyozottság, közömbösség

Tudattal kapcsolatos kifejezések

blo: elme
sems: tudat
shes pa: megismerés
rang rig: öntudat
ye shes: (eredendő) tudomás
blo (las) 'das: elmén túli
rtog pa: fogalom/gondolat
rnam par rtog pa: (fogalmi) gondolkodás
dran pa: emlék
dran rig: emlékezés
yid la byed pa: figyelembevétel
rtogs pa: felismerés
ngos 'dzin: azonosítás
shes rab: bölcsesség
'khrul ba: káprázat, ámítás

Fogalompárok

blang dor: válogatás

Kulcsfogalmak

Szahadzsa

A *Dóhá Trilógia* központi fogalma (lásd Dasgupta xx, Mireisz 44.o.)

A végső valóság megtapasztalására utaló kifejezés, mely eredetileg a tantrikus jógyagyakorlatba való beavatási szertartással kapcsolatban alakult ki, melyben a tantrikus mester négy fokozaton keresztül vezeti be a törekvőt a módszerek gyakorlásába, s ad neki ízelítőt a végső tapasztalásról. E rituális beavatás harmadik és negyedik szintjét egy fenséges öröm kíséri, mely pontosan a beavatás pillanatával együtt merül fel, s ezért szahadzsa-ánandának (*sahaja-ānanda*), „együtt-születő örömnek” nevezik. A szahadzsa, vagyis az „együtt-születés” fogalmát idővel tágabb értelemben, magára a végső valóságra kezdték alkalmazni, mely a gyakorlás mindent felölelő alapja és végső célja is egyben. A szahadzsát a mahájánában jól ismert „buddha-természet” vagy tathágata-garbha eszme tantrikus újrafogalmazásának is lehet tekinteni, amennyiben olyan ontológiai talajnak fogják fel azt, amelyben a szamszárikus létezés magvai és a megvilágosodás lehetősége is benne rejlik.⁵²

A szahadzsa kifejezést sokan sokféleképpen fordították: „benne rejlő”, „együtt-születő”, „egyidejűleg-megjelenő”, „önkéntelen” (spontán), „együttesen-felmerülő”, „veleszületett” és így tovább. Az ind nyelvekben és a tibetiben valószínűleg mindezekre, sőt még többre is utal. A modern észak-indiai nyelvek szóhasználatában a szahadzsa olyasvalamit jelent, ami könnyű és természetes; amit az ember spontán módon hajt végre. Vallásfilozófiai értelemben mindig két olyan, ellentétes jellegű dologra vonatkozik, mint például a lét és a nemlét, vagy az üresség és a hatalmas öröm élménye, melyek együtt merülnek fel, s melyeket együttesen lehet megtapasztalni. Legspeciálisabb értelemben pedig a legmagasabb fokú örömet vagy elragadtatottságot (a mahászukhát, vagyis „hatalmas örömet”) jelöli a jóginí tantrák gyakorlása által elérhető négyfajta öröm (*ānanda*) közül, melyben az ember legbensőbb természete tárul fel, s mellyel a megvilágosodás is elérhető.⁵³

A szahadzsának ezen kívül többféle jellegzetességet is tulajdonítanak: egyedüli, mozdulatlan, mindig ugyanaz, tiszta, állandó, nyugalmas; olyasvalami, ami túl van az erény és a bűn, a jó és a rossz, az én és a más fogalmain.⁵⁴

A Népi Dóhához írt kommentárja bevezetőjében Comden Raldri a következőképpen fogalmaz:

⁵² Schaeffer 2005, 124. o.

⁵³ Jackson 21.o.

⁵⁴ Jackson 22. o.

A tudat tündöklő természetét szahadzsának nevezik, mert a szamszarával és az összes lénnel egy időben keletkezett. Ha az ember felismeri és megismerkedik vele, az érzelmek és gondolatok homályát is eloszlatja, amiért (eredendő) tudatosságnak (avagy tudomásnak) is nevezik. A szahadzsának három fajtája van: Azon lények tudatában, akik még nem léptek rá az ösvényre, „alap-szahadzsának” nevezik. Azokéban, akik a mester szembesítése folytán megismerkedtek vele, „ösvény-szahadzsának” hívják. A tudomást pedig, mely minden homálytól és arra való hajlamtól is megtisztult, „gyümölcs- (avagy „végeredmény-”) szahadzsának nevezik.⁵⁵

Szaraha dalaiban a szahadzsa olyan, nem-kettős állapotra vonatkozik, melyben az én és a más, a jelenségek és a tapasztalás, és végső soron a szamszara és a nirvána is elválaszthatatlan egymástól. A jelenségek az ürességükkel *együttesen* merülnek fel, ezért minden mindennel egyenlő, a megvilágosult sziddha számára pedig ennek az elválaszthatatlanságnak a tapasztalása hatalmas öröm.⁵⁶

Szahadzsa-jána

A „szahadzsa” kifejezés a késő-indiai buddhista szövegekben — főleg a jóginí-tantrákban és a sziddhák dalaiban — annyira közkeletű, hogy a 20. század elején a tudósok e sziddhákat szahadzsjáknak”, az általuk képviselt irányzatot pedig „szahadzsa-jánának” nevezték.⁵⁷

A „szahadzsjá kultusz” és a „szahadzsa-jána” fogalmát többen is elutasítják, mondván, hogy az eredeti szövegekben ilyesmi nem szerepel. A téves elnevezést egyesek annak tulajdonítják, hogy tantételeik és gyakorlataik hasonlósága miatt a mahásziddhák irányzatát gyakran összekeverték a bengáli visnui szahadzsjá mozgalommal. Így az a felfogás, miszerint a mahásziddhák egy „szahadzsjá” nevű mozgalomhoz tartoztak volna, valóban elavultnak tűnik, ám azt senki sem tagadja, hogy a szahadzsa fogalma központi szerepet játszik a mahásziddhák—főleg Szaraha—tanításaiban.⁵⁸

A hindu tantrikus iskolákban a „szahadzsa-jána” a sziddhi nem akaratlagos (vagyis önkéntelen) elérésének módszerére vonatkozik, melyben az ember az érzéki örömeiben való tobzódás által éri el az isteni megvalósítást abban a meggyőződésben, hogy az ekstázis üres, végső alkotóeleme — a szahadzsa — a tapasztalás minden pillanatában benne rejlik.⁵⁹

⁵⁵ Tibeti szöveg Schaeffer 2000, 353. o.

⁵⁶ Braitstein 78. o.

⁵⁷ Jackson 21. o.

⁵⁸ Braitstein. ?

⁵⁹ Dowman 70. o.

A négyfajta öröm

A belső jóga gyakorlatok célja az öröm négy egyre erősödő fokozatának előidézése. Ezeket sorrendben örömnék (*ānanda*), végső örömnék (*parama-ānanda*), a megszüntetés örömének (*virama-ānanda*), illetve együtt-születő örömnék (*sahaja-ānanda*) nevezik. A gyakorló ezen örömöket először a négyféle beavatás — a korsó-beavatás, a titkos beavatás, a bölcsesség-tudomás beavatás és a negyedik beavatás — során tapasztalja meg. A beavatást követő gyakorlás során a jóginak fogalmi gondolkodását és közönséges energiáit fel kell oldania a középső csatornában, majd a köldök-csakrában lévő vörös női cseppből hőenergiát kell gerjesztenie, mely ezután felemelkedik a középső csatornán keresztül és felolvasztja a hím ondó-cseppet, mely a fejtető-csakrában lakozik. Egyes leírások szerint e csepp azonnal leereszkedik a köldök-csakrába, ahol a jóginak meg kell tartania azt, így tapasztalva meg az (első) örömet. Amikor a cseppet felemeli a szív-csakrába, megtapasztalja a végső örömet; amikor eléri a torok-csakrát, átéli a megszüntetés örömét; s végül, amikor az visszatér a fejtető-csakrába, megjelenik az együtt-születő öröm, amely az előző hármat teljesen felülmúlja, és egyenlő a megvilágosodással. Egy másfajta változatban a négyfajta öröm egy leszálló és egy felemelkedő ágba követi egymást: A leszálló ágba a csepp először a torok-csakrába ér, ahol kiváltja a örömet, a szívcsakrába alászállva kiváltja a végső örömet, a köldök-csakrába érkezve a megszüntetés örömét idézi elő, amikor pedig eléri a nemi szerv hegyét, az együtt-születő örömet ébreszti fel. Ezek az örömek „közönségesek”, az üresség felismerésével párosítva azonban különleges, rendkívüli örömökké válnak: a cseppet a középső csatornán keresztül visszavonva, a köldök-csakrában a örömet, a szív-csakrában a végső örömet, a torok-csakrában a megszüntetés örömét, végül a fejtető-csakrában pedig az együtt-születő örömet lehet megtapasztalni. A folyamat minden esetben az együtt-születő öröm átélésében tetőződik be, melyben a gyönyör egybeesik az üresség felismerésével.⁶⁰

A nemi egyesülés többek között azért játszhat fontos szerepet a jóga gyakorlatokban, mivel ilyenkor a gondolatok és az energiák még „közönséges” körülmények között is feloldódnak a középső csatornában, amittől lecsillapszik a fogalmiság, gyönyörérzet keletkezik, a fejtető-csakrában lévő fehér csepp felolvad, majd az orgazmus során kibocsátódik. A négy különleges öröm viszont csak akkor élhető át, ha az ember nem bocsátja ki a cseppet, hanem visszatartja, a keletkező gyönyörérzetet pedig az üresség felismerésével párosítja, aminek alapján átalakulhat megvilágosult Buddha-istenséggé.⁶¹

Világi sziddhik

A világi sziddhiket hagyományosan úgy definiálják, mint a hét-nyolc nagy sziddhi, a hat érzékfeletti képesség, valamint a négy transzformáló cselekvésforma megvalósítását.

⁶⁰ Jackson 30. o.

⁶¹ Uo. 34-5. o.

A nagy sziddhiknek többféle felsorolása is létezik. Nágárdzsuna tanítványa, Nágabódhi, a legenda szerint az alábbiakat érte el: képesség az anyagi jelenségeken (például falakon) való áthatolásra, a bölcsesség bűvös kardjának forgatására, anyagi jellegű dolgok megteremtésére és megsemmisítésére, a harmadik szemmel való látás pirulájának és a mindentudás szembalzsamának elkészítésére, gyorsléptű járásra, valamint a halhatatlanság nektárjának előállítására. Az ember a saját hitének és tudásának megfelelően vagy szó szerint, vagy jelképesen értelmezheti e képességeket. A falakon való átjárás képessége például szó szerint a sziddha csodás mutatványaként értelmezhető, mellyel hitet ébreszt a naiv közönségben, jelképesen pedig a valóság álom- vagy káprázatszerű természetének szemléltetéseként, melynek ismeretében a sziddha mindent üres térnek és fénynek tapasztal. Mindezen sziddhiket azon alapvető tanítás fényében kell értelmezni, mely szerint „minden csak tudat”, mivel a sziddha számára nem létezik a test és tudat kettőssége.

A hat érzékfeletti képességhez a nagy sziddhikhez hasonló típusú tudati erők tartoznak, de ezek pszichológiailag vannak megfogalmazva. A gondolatolvasás és az előző életekre való visszaemlékezés képessége nem igényel magyarázatot. A „isten füle” olyan, különleges hallás, amellyel minden nyelvet—még a madarak és állatok nyelvét is—fel lehet fogni; az „isten szem” pedig a távolbalátás képessége. A csodálatos erők közé tartozik még az anyagi elemek átváltoztatásának képessége, valamint a repülés és vízen járás. Végül, de nem utolsósorban, a gyötrő érzelmek felszámolásának és megszüntetésének képességét is ide sorolják, amely nirvánához vezet.

A négy transzformáló vagy átalakító hatású cselekvésforma a megbékítés, gazdagítás, irányítás/uralás és megsemmisítés. Ezek a nagy sziddhik, az érzékfeletti képességek és minden lehetséges módszer alkalmazását jelentik a lények tudatának lecsillapítására, értékes tulajdonságokkal való gazdagítására, hasznos célból történő uralására vagy irányítására, vagy megsemmisítésére. E négy tudatmódosító tevékenységnek spontán módon (önmagától) kell megnyilvánulnia a sziddha bölcsességtudatából, mert ha a cselekvés a gondolkodáson múlik, akkor hatástalanok. (Dowman, ??)

Tantra

A tantra (*tantra*) szó szerint fonalat, folytonosságot, vagy láncfonalat és vetületeket jelent. Az élet egyetlen lényeges, változatlan és folyamatos alkotóelemére vonatkozik, mely nem más, mint az üresség vagy „ilyenség”—a közönséges tudatban benne rejlő végső, megfoghatatlan, egzisztenciális valóság. A tudat végső természetének folyamatosságáról van tehát szó, amit a mahájána irodalomban tathágata-garbhának (*tathāgata-garbha*),⁶² vagyis „buddha-természetnek” neveznek. Maitréjá-nátha egyik főművében úgy tárgyalja ezt a buddha-természetet, mint „legfőbb folytonosságot” (*Uttara-tantra*).⁶³ Ennek három fajtáját szokás megkülönböztetni: az alap (vagy kiindulópont), az ösvény és a gyümölcs (vagyis végeredmény) folytonosságát. Bár a buddha-természet alapvetően minden lényben benne rejlik, mégis mindenkinek be kell járnia egy ösvényt,

⁶² Tathágata- vagy szugata-garbha (*sugata-garbha*): szó szerint a buddhaság magva vagy magzata.

⁶³ *Ratnagotra-vibhāga* vagy más néven *Uttara-tantra*.

hogy valódi természetét megtapasztalja. Amikor ez a tapasztalás folyamatossá válik, az a buddhaság gyümölcse, a végeredmény folytonossága.

A tantra mint irányzat erre a megfoghatatlan folyamatosságra fekteti a hangsúlyt, és azt a célt szolgálja, hogy a felismerés folyamatát felgyorsítsa. Voltaképpen nem más, mint találékony módszerek (*upāya*) bámulatosan gazdag eszköztára, melyből az ember (legalábbis elvileg) érdeklődése és képességei szerint válogathatja ki a neki legmegfelelőbbeket. Ezek az évszázadok során szóban, titkos tanításként átadott módszerek végül a tantrikus alapszövegekben, az úgynevezett „gyökér-tantrákban” (*mūla-tantra*) kerültek lefektetésre, melyeket szintén egyszerűen tantráknak neveznek. Végül, legáltalánosabb értelemben, a tantra azt a szellemiséget jelenti, amelyet ezek a szövegek és a rájuk támaszkodó hagyományok képviselnek, s ami a sziddhák életében igen markáns módon jelenik meg.

Tattva

A mahásziddhák nem-kettős szemléletében a mindennapi tapasztalás nem különbözik a végső valóságtól. E nem-kettős valóság kifejezhetetlen, elképzelhetetlen, a gondolkodó elme számára felfoghatatlan. Talán a tathatá (*tathatā*) vagy tattva (*tattva*) szó érzékelteti a legjobban, amely „akkéntiséget” illetve „azságot” jelent. A szó azt az abszolút egyedi, leírhatatlan valóságot próbálja kifejezni, ami a tapasztalás minden pillanatának egyetlen igazi, végső tartalma (*dharmatā*). Nincs oka, mindentől független, és ezért „születetlennek” vagy „tisztá lehetőségnek” is nevezik. Bármit mondunk róla, nem szabatos leírása, hanem költészet. Mivel e valóság teljességgel körülírhatatlan, az arról alkotott fogalmainknak nincs valóságtartalma; az attól elválaszthatatlan közönséges jelenségek pedig hamisak mindaddig, amíg fel nem ismerjük bennük a valóságot. Az abszolút egyedi végső valóság folyamatos tapasztalásához kettősség nélküli érzékelés szükséges, melynek alanya és tárgya — az „én” és a „másik” — egységet alkot. Ez a misztikus egység, ami a mahámudrá állapota, talán ahhoz a gyönyörteljes egységtudathoz hasonlítható leginkább, amit a szerelmesek élhetnek meg egy-egy pillanatra szeretkezés közben.

Módszer és bölcsesség

A Mahámudrá két alkotóeleme a módszer és a bölcsesség (vagy tökéletes belátás); az első a férfi, a második a női összetevő. E két elvet az anya-tantrákban gurunak és dákininek is nevezik. A guru tehát a megvilágosodás tiszta gyönyörének elérésének módszerét testesíti meg, a dákiní pedig a tökéletes belátást és bölcsességet, a tiszta tudatosságot és az elragadtatottságot biztosítja. A hindu tantrával ellentétben, az egyesülés résztvevői itt nem a passzivitás és az aktivitás pólusait, hanem az együttérzés módszerét és az ürességbe való bölcs belátást képviselik. A megvilágosodás dinamikája, az aktivitás, éppen az egyesülésükből fakad. Az együttérzés nem szokásos részvét, hanem a

bódhizattva érzékenysége, mellyel önkéntelenül is a találékony módszerek sokaságával reagál a szenvedő lények szükségleteire. A férfi együttérzését a nő bölcsessége egészíti ki, mely meghatározása szerint nem más, mint az összes jelenség ürességtermészetének alapos átlátása. A tökéletes belátás és az üresség ugyanannak a megfoghatatlan végső valóságnak két arculata, vagy másképp fogalmazva: az üresség a tiszta, nem-kettős tudatosság kognitív képességével bír, melyben saját „születetlen” megnyilvánulásai önmaguktól, önkéntelenül is tudatosulnak. Amikor az együttérzés és az üresség egységre lép, a sziddha ötletes módszerének minden megnyilvánulási formája üres, öntudatos és abszolút egyedi lesz. Ez a dákiní áldása. (Dowman.)