

Szerkesztette  
BARANYI TIBOR IMRE

NÉMETH NORBERT

A BUDDHIZMUS  
ESZMÉI



---

KVINTESSZENCIA KIADÓ

Europa centrali-orientalis  
Debrecen, MMV era vulgaris



*Padmasambhava*

## V. TANTRIKUS BUDDHIZMUS

*Tudatod kívánságteljesítő drágakő,  
általa jelenik meg létforgatag és ellobbanás különvalósága:  
tudás és nemtudás kettősségének forrása.  
Tekintsd hát öntermészetedet, a nemváltozó teret,  
s leld meg, a kettősség vajon honnan ered.<sup>1</sup>*

A távol-keleti spiritualitás jellegzetes vonulata, a *tantrizmus* a modern nyugati világban ellentmondásos megítélést kapott. E körülmény annak is köszönhető, hogy a Nyugat önnön szellemi hagyományáról, a kereszténységről levált, ezért bármely szellemi perspektívát felmutató ösvényt, metódust csak nehezen érthet meg. Ezt az általános problémát tovább bonyolítja, hogy a tantrizmus már eredetileg is olyan sokarcú világot képviselt, amely nem szorítható be a megszokott vallási keretbe, különösen nem a kereszténység által létrehozott mintába. E sokrétűség és szokatlanság miatt a tantrizmus egyes elemei ugyanakkor a modern világban könnyen lettek az „ezoterikus divat” közkedvelt témáivá. Néhányan például – e kifejezést gyakran félreértve – „tantrikus alkatról” beszélnek, mások úgymond „tantrikus életmódot és gyakorlatot” folytatnak, de akár nagy számban lehet résztvenni „tantrikus beavatásokon” is.

Kétségtelen, hogy minden félreérthetősége ellenére, a mai Nyugat *vonzalommal* tekint a tantrizmus világára, olyan elemeket talál

<sup>1</sup> Soós Sándor: *A nyolcvannégy mahásziddha legendája*. Budapest, 2000, A Tan Kapuja, 133. o.

benne, amelyeket a kiábrándultságra hajlamos posztmodern értelmiség közelállónak érez. Noha témánk elsődlegesen a buddhista tantra (*tantra*), érdemes röviden elidőzni e nyugati vonzódás néhány jellemvonásánál. Ennek kapcsán most csak utalhatunk arra az összetett folyamatra, ahogyan a kereszténység a nyugati világ értelmiségének életében megszűnt átható erővel jelen lenni. Tagadhatatlan tény, hogy az elmúlt évszázadokban egyre inkább merevebb formákat vett fel, intellektuálisan képtelen volt önnön eredeti spirituális forrásaihoz visszanyúlva megújulni, vallásgyakorlata számos esetben rutinszerű tevékenységgé lett. A szellemi ösvény számára biztos alapot nyújtó előírások pusztán konvenciók-ká váltak, ami oda vezetett, hogy Nyugaton egyesek az összes szabály létjogosultságát kezdték kétségbe vonni. Ilyen környezetben könnyen visszhangra találhatott az a beállítódás, amely a megszokások és konvenciók ellenében *kötöttségektől mentes* spiritualitást hirdet, illetve a megmerevedett előírásokat nevetségessé teszi, mint ahogy ezt a nyolcvannégy tantrikus *mahásziddha* (*mahāśiddha*) története kitűnően példázza. Az a körülmény tehát, hogy a spirituális és a morális szabályok nem feltétlenül esnek egybe, a valódi szellemi tekintély felismerésében és tiszteletében megingott nyugati mentalitás számára vonzónak bizonyult.

Másik indokként említhető meg, hogy a szellemi élet megmerevedett mintái Nyugaton odáig jutottak, hogy az e területen eredetileg fennálló egység széttöredezett és a részek összeegyeztethetlenné lettek. Az értelmi tevékenység már nem kerülhetett harmóniába a sokszor immorálisnak tekintett érzelmi működésekkel, amelyekhez pedig csak nehezen illeszkedhettek az emberi dimenziókon túllépő heroicitás tettei. Az a spiritualitás viszont, amely az emberi egzisztencia valamennyi, sokszor egymásnak és akár a „formális” szellemi útnak is ellentmondó tényezőit képes önmagába *integrálni*, nagy érdeklődésre tarthat számot a szétesettségől szenvedő nyugati ember részéről. Vagyis felszabadítóan hathat olyan valaki számára, aki szellemi törekvéseiben érzelmi életét, vágyait nem kívánja mindenáron elnyomni, vagy a kötöttségeket hordozó

emberi minőség átalakításakor a heroikus tetteket nem tekinti „embertelenségnek”. Azzal, hogy a nemi vágy, a felfokozott érzelmek, a bódítóan ható szerek vagy a harcias cselekedetek a megvalósítási út részei a tantrizmusban, a nyugati embernek lehetősége nyílik arra, hogy a „bűnösség” és „erkölcstelenség” kiüresedetté vált kategóriáit maga mögött hagyja és életét magasabb harmónia felé vigye.

A fokozott nyugati érdeklődés magyarázatául a tantrizmus *ezoterikus* jellegét is hangsúlyozni lehet, vagyis azokat a vonatkozásokat, amely miatt a vele kapcsolatba kerülő ember számára a tantrizmus joggal nyújthatja a *misztérium*, a *titok* élményét. Nyugaton a kereszténység, és azon belül is a katolicizmus szolgáltatta egykor a misztériumot, a racionális gondolkodáson és érzelmi zavarodottságon túli, szavakkal ki nem kifejezhető rejtélyt. A konvencionalizálódott vallásosság, a túlhajtott racionalitás, az „objektív” tudományos szemlélet eltűntette azokat a távlatokat és eszközöket, amelyek az erre hivatottakat az ezotéria világába vezetnék. Ugyanakkor a nyugati emberben is több-kevesebb intenzitással működik a törekvés, amely őt végső soron „Isten felé fordítja”, amely nem elégszik meg az emberi léthelyzet közönséges leírásaival, és önmaga „rejtélyes” eredetét akarja feltárni. E törekvés kivételes forrásra lelhet a tantrizmusban, annak érzékfeletti birodalmakhoz tartozó gyakorlataiban, az isteni létállapotokkal való bensőséges viszonyában vagy a halál utáni műveleteiben.

A továbbiakban témánknál fogva főként a *buddhista tantrát*, illetve ezen belül is a tantrizmus Tibetben fennmaradt változatát fogjuk tárgyalni. Sajátos zártsága miatt ugyanis e régió volt képes az eredeti tantrikus tanok megőrzésére és a korai források is leginkább e hagyománykör nyelvén maradtak ránk. Nem térhetünk ki a hindu tantrák világára, amely a számos ponton meglévő hasonlóság mellett nem kevés eltérést mutat. Például a szinte közsismert tantrikus „öt M”, vagyis a szellemi törekvő által konvencionálisan elutasítandó tényezők öt csoportja kizárólag a hinduizmusra jellemző; miként a létezők pasu–vira–divja (*pasu–vira–divya*) szerinti

kategorizálása, vagy a tantrikus út „jobb kéz” és „bal kéz ösvényére” való tagolása is hiányzik a buddhista tantrából. Nem foglalkozhatunk azzal a fontos különbséggel sem, amely a végső állapot elérésének filozófiai kifejtésénél a két hagyomány között fennáll: a hinduizmus egyértelműen az Átman pozitív tételezésének útját követi, míg a buddhizmus az „éntelenség” doktrínáját tanítja. Ugyancsak futólag említjük meg a női és a férfi princípiumnak a két tradíció belüli eltéréseit.<sup>2</sup> A buddhista tantra önmagában is roppant szerteágazó, fejezetünkben a tantrizmus eredetét és főbb területeit, valamint néhány doktrínáját és módszerét foglaljuk össze.



#### *A tantrizmus eredete*

A buddhista tantra eredetére vonatkozó nézeteket alapvetően két fő vélemény közé lehet besorolni. Az egyik szerint a tantrizmussal lényegében *nem jött létre* a buddhizmuson belül valami gyökeresen új teória, pusztán a korábban meglévő doktrínák kaptak sajátos, újszerű színezetet. A másik úgy véli, a tantrizmus megjelenésével az addigi tanításoktól *teljesen eltérő* irányvonal bontakozott ki. Az egyes szerzők e kérdéskörben eltérő nézeteket vallanak, és magyarázataikban a hangsúlyokat más és más tényezőre helyezik.

Történelmi tényként szögezhető le, hogy amikor Hszüan-Cang kínai zarándok 629 és 645 között indiai vándorútján az indiai buddhizmus akkori helyzetéről megbízható és részletes leírást adott, a tantráról gyakorlatilag nem tett említést. E körülményt két okra lehet leginkább visszavezetni: vagy egész egyszerűen a tantrizmust nem ismerte fel a buddhizmuson belül (amit természetesen még egy tapasztalt buddhista utazó esetében sem lehet kizárni, ámde kevésbé valószínű), vagy a tantrikus vonatkozások kifejezetten csak helyi kultuszokban, illetve nagyon rejtetten éltek. Másik ilyen tör-

<sup>2</sup> A témával kapcsolatban lásd Dowman, Keith: *Masters of Mahamudra*. Albany, 1985, State of New York University Press, 1–27. o. Bharati, Agehananda: *The Tantric Tradition*. New York, 1975, Rider and Co. Ltd., 23–57. o.

ténelmi tény ugyanakkor, hogy a tantrizmus Indiában már teljesen elterjedt volt abban az időben, amikor Tibetbe a IX–X. században kiforrott tanrendszerként átkerült. Úgy tűnik, a tantrizmus megjelenését – vagyis a tantrikus szemlélet alapjainak felbuklását – hozzávetőlegesen a Kr. u. VI–VII. század környékére lehet tenni; mindamellert számos szerző utal arra, hogy e megjelenés előtt rejtett társaságok már korábban működhettek.<sup>3</sup> A korai rejtettséget fogadja el az a nézet is, mely szerint az első tantrikus tanítóknak tekintett és javarészt Kr. u. 750 és 1200 között élő nyolcvan-négy mahásziddha megjelenése előtt a tantrák már mintegy háromszáz évvel korábban spirituális gyakorlatokként működtek világunkban.<sup>4</sup> Mivel az indiai szubkontinens dravida őslakosságának rítusaira emlékeztető elemeket is felölel, az is valószínűsíthető, hogy az őslakosság körében már több száz éve vagy még régebb óta folytatott rituális gyakorlatok a tantrizmus végső karakterének kialakításában ugyancsak nem elhanyagolható szerepet játszottak.<sup>5</sup>

A tantrikus jellemzők megjelenésével a buddhizmus nem hagyta el azokat a kereteket, amelyek e hagyomány karakterét meghatározták. Sokan emiatt úgy vélik, hogy a tantrikus teóriában semmi olyan nincs, ami korábban már a nem tantrikus doktrínákban a „filozófia szempontjából” ne szerepelt volna. Ami azonban szerintük mégis új, az a *gyakorlat*, a metódus,<sup>6</sup> hiszen a tantrikus módszerek mintegy beteljesítik a hínájána és az általános mahájána tanításokat. Míg ugyanis az általános mahájána tanokat felölelő Pradnyápáramitá szútrák a buddhaság eléréséhez „három időtlen korszakig” tartó gyakorlást irányoznak elő, hatékony módszerei-

<sup>3</sup> Conze: *Buddhism. Its Essence and Development*. 176. o.

<sup>4</sup> Táránátha (*Tārānātha*) utal erre összefoglalójában. In Wayman, Alex: *The Buddhist Tantras. Light on Indo-Tibetan Esotericism*. Delhi, 1993, Motilal Banarsidass, 15. o.

<sup>5</sup> Mindazonáltal leegyszerűsítő, sőt sok esetben félrevezető lenne azt feltételezni, hogy a tantrizmus forrását *kizárólag* az indiai őslakosság matriarchális kultusza adná.

<sup>6</sup> Bharati, Agehananda: *The Tantric Tradition*. New York, 1975, Rider and Co. Ltd., 16–17 oldalak.

vel a tantrizmus e célt egy életen belül valósítja meg. A hatékonyság előtérbe kerülésére jó példa a történelmi Sákjamuni Buddha úgynevezett tantrikus „életrajza”. A megvilágosodásról szóló hagyományos leírást ez oly módon alakította át, hogy a megvilágosodáshoz vezető processzus szerinte egy ponton, a negyedik elmélyedési szinten, vagyis a tiszta formák birodalmának (*rūpaloka*) tetőpontján megszakadt. Ekkor mind a tíz irányból más világok Buddhái érkeztek, hogy hatékony gyakorlatokat adományozzanak Sákjamuni Buddhának, aki a tantrikus hatalmak birtokában a legmagasabb tantrát a buddhaság teljes körű elérése érdekében egy nővel gyakorolta.<sup>7</sup> A tantrikus átalakító eljárások kiépülésében emellett minden bizonnyal szintén jelentős szerepet játszottak a jógácsára meditatív eljárásai is. Ezek eredményeképpen még a leghétköznapibb tárgyak is a megvilágosodott tudat által észlelt valóság szimbólumaivá lehettek. A hétköznapi tudat és a „buddha-földek” világa a jógácsára szerint pusztán annyiban különbözik, hogy amíg az előbbi a karmikus működések folytán nagyrészt automatikusan jön létre, az utóbbi „valósága” a gyakorló meditatív képességeitől függ.

A szélesebb körnek címzett tanításokhoz képest a tantrizmus mindig is rendelkezett egy rejtett, *ezoterikus* jelleggel, amely a tantrizmus eredetével kapcsolatos történetekben is visszatükröződik. Azokat a tantrikus szövegeket, amelyeket Sákjamuni Buddhának tulajdonítanak, a történelmi Buddha állítólagosan a Dharma kerekének úgynevezett ezoterikus megforgatása alkalmából nyilatkoztatta ki, s csak a legmagasabb szinten állók voltak képesek ezeket befogadni. A „titkos átadások” rejtettségüket annak köszönhetik, hogy e szövegeket a Buddha sok esetben meditációs istenségek alakjait felvéve tanította az arra hivatottnak. A magas meditációs állapotban kapott tanításokkal kapcsolatban érdemes Congkapa történetét megemlíteni. Előrehaladott meditációjában képes volt a bölcsesség bódhiszattvájától, Mandzsusúritól (*Mañjuśrī*) köz-

<sup>7</sup> Power, John: *Introduction to Tibetan Buddhism*. New York, 1995, Snow Lion Publication, 223. o.

vetlenül tanításokat kapni, amelyek úgynevezett „felhatalmazások” vagy akár bizonyos tanítások részletes magyarázatai is lehettek.

A tantrikus szövegek között olyanokat is lehet találni, ahol a tanító személyében nem a történelmi Sákjamuni jelenik meg, hanem a buddhai minőséget bódhiszattvák és más Buddha-alakok képviselik, mint például Aksóbhja (*Akṣobhya*).<sup>8</sup> E szövegekre gyakran jellemző, hogy igazából *nincs eredettörténetük*. Inkább arról van szó, hogy ezeket nehezen datálható időpontban a földi világba mintegy valaki „bevezette”, ahogyan például a Guhjaszamádza tantrát (*Guhyasamāja tantra*) Szaraha (*Saraha*) tanította először az embereknek. Egyes tantrikus nézetek szerint az univerzumban nagy mennyiségű tantrikus slóka létezik, amelyek közül csak néhány ezer található a mi világunkban. E tantrák valójában felfoghatatlanul „régiek”, és az elmúlt korok Buddhái még a történelmi Sákjamuni „előtt sok ezer évvel” tanították őket az emberi és nem emberi lényeknek egyaránt. E megközelítés értelmében a tantrák a megvalósított lények tiszta víziójából erednek és az időbeliséget meghaladó állapotban léteznek, amellyel kapcsolatba lépni csak ezoterikus megtisztító folyamat révén, nem fizikális módon lehetséges. Az effajta kommunikáció lényegében az emberi minőség tökéletes átlényegítésével a szambhógakája dimenzióban megy végbe.<sup>9</sup>

Ha valaki ragaszkodik ahhoz, hogy e tanok földi világban történő megjelenését konkrét régióval hozza összefüggésbe, akkor a hagyomány szerint erre leginkább a mai Pakisztán határán lokalizálható, egyszerre mitikus és történelmi múlttal rendelkező Oddijána (*Oddiyāna*) a legalkalmasabb.<sup>10</sup> Számos tantrikus mester szár-

<sup>8</sup> Snellgrove, David: *Indo-Tibetan Buddhism*. Boston, 1987, Shambala. 121. o.

<sup>9</sup> E témával foglalkozik részletesebben Csögyal Namkhai Norbu jelen kötetben közreadott könyvrészlete.

<sup>10</sup> Oddijanával kapcsolatban megjegyzendő, hogy a IX. században a bevonuló muszlimok elpusztították, ámde ezt megelőzően India egész területéről érkeztek ide tanításokért a legkülönbözőbb zarándokok. Dowman említi, *Masters of Mahamudra*. 392. o.

mazási helyéül e régiót jelölik meg, így a buddhizmus tibeti elterjesztésében kiemelt szerepet játszó Padmaszambhava (*Padmasambhava*) is innen érkezett. E terület azért volt ennyire kitüntetett, mivel feltehetően olyan spirituális központként működött, ahol a szambhógakája dimenzió képes volt közvetlenül megnyilatkozni. Megemlítendő, egyes kiemelkedő kvalitású mesterek akár még a jelenkorban is képesek arra, hogy a földi világban már nem, de a történelmi idő felett még létező Oddijánába eljussanak, és ott a földi világban később általuk átadott tanításokban és rítusokban részesüljenek.<sup>11</sup>

A tantrikus tanítások eredete kapcsán érdemes még kitérni az úgynevezett *termák* (t. *gter ma*) tradíciójára, amely „intézményesített” módon a tibeti nyingma (t. *mying ma*) renden belül épült ki. A termák leginkább a buddhizmus korai tibeti elterjedésekor keletkezett spirituális tartalmú emlékek, szövegek, jelek. Igazából bármi lehet terma, ami képes valamilyen spirituális értékkel bírni. Nemcsak úgynevezett *dákini* (sz. *ḍākinī*), isteni nyelven íródott szövegek, rituális tárgyak, szobrok tartozhatnak ide, hanem természeti képződmények, fák vagy kövek is. A termák megtalálása akkor következik be, amikor a már meglévő tanítások és módszerek kezdenek kimerülni, eredeti jelentésüket elveszíteni, így az adott korszak feltételeivel összhangban álló újabb tanítások igénye megjelenik. A termákat *tertönök* (t. *gter ston*) tárják fel, akik magas kvalitásaikkal az elrejtett dokumentumokat víziószerűen felismerik. A fizikális alakban, gyakran rejtett helyeken ekképpen megtalált termák aztán az említett nyingma tradíció szerves részévé lesznek, ugyanolyan tekintélynek és tiszteletnek örvendenek, mint amellyel e rend kialakulásánál már ténylegesen elérhető források rendelkeztek.

<sup>11</sup> Csögyal Namkhai Norbu: *Álomjoga és a természetes fény gyakorlata*. Budapest, 2002, Kristály Alapítvány, 97–105. o.

*A tantrák csoportosítása, szemléletük, a „tantrikus magatartás”*

Még mielőtt a tantrikus buddhizmus doktrínáinak részletesebb tárgyalásába bocsátkoznánk, a téma jobb megértése végett nem lesz haszontalan, ha néhány általánosabb megállapítást teszünk. A „*tantra*” szónak a hagyományon belül számos értelmezést adtak. A szó általában véve egyfajta „*fonalat*” vagy „*vezérfonalat*” jelent, mégpedig a folyamatos átadás, „hagyományvonal” értelemben, ami a világ és a tudat forrásául szolgáló eredeti állapottal való összekapcsolódásra utal. E szó értelmezési lehetőségei körében fontos megemlíteni a „kiterjesztés” jelentést is: a tantrikus ösvény ugyanis olyan életterületeket – például a vágyakat – is bevon a spirituális megvalósítás folyamatába, amelyek rendszerint ennek ellenében működnek.

A buddhista tantra ösvényét, különösen a tibeti buddhizmuson belül szokás a „*mantra útjának*” (*mantra*) is nevezni. E megjelölés nem egyszerűen a mantrák, azaz a különféle gyökérszótagok használatára vonatkozik. Mélyebb, a tantrikus ösvény alapjellegét is érzékeltetni képes magyarázat a „*mantra*” szó két tagjának jelentéséből indul ki: a „*man*” szó elmét vagy tudatot jelent, míg a „*tra*” szótag védelemre vonatkozik. A „*tantra útja*” ebben az értelmezésben a tudat védelmét jelenti, mégpedig oly módon, hogy a gyakorlás és annak mindennapi életre kiterjesztése az elmét „*izolálja*” a szokványos, hétköznapi jelenségektől. Az önmagát istenségként, az isteni létformák középpontjaként vizualizáló gyakorló képes ezáltal minden megnyilatkozást, legyen az egyébként a leghétköznapibb is, az adott isteni létforma megnyilvánulásává átlényegíteni.<sup>12</sup>

A tantrikus szövegeket sokféleképpen csoportosítják: most a legáltalánosabb, a gyakorlótól megkívánt beállítódást jól tükröző felosztást említjük meg röviden, amely négy csoportjával egyre magasabb spirituális kvalifikációk meglétére is utal. Az első cso-

<sup>12</sup> Dalai Lama – H. H., Tsong-ka-pa – Hopkins, Jeffrey: *Tantra in Tibet*. New York, 1987, Snow Lion Publications, 47–48 o.

portba tartozókat úgynevezett *krija-tantráknak* (*kriyātantra*) hívják: akár világi célokra, külsőleges tevékenységre is alkalmazzák ezeket, amikor is a gyakorló ritualisztikus keretek közepette az istenséget saját mesterének tekinti, míg önmagát az isteni erő szolgájának. A következő csoport a *csarjā-tantráké* (*caryātantra*), ahol a külső aktivitás mellett már a benső jógára is hangsúly helyeződik és az istenségre mint egyenrangú társra tekintenek. E két csoportról úgy tartják, hogy szövegeik akár még a történelmi Sákjamuni Buddhának tulajdonított buddhizmus keretei közé is beilleszthetők.

A harmadik csoport, a *jóga-tantrák* (*yogatantra*) esetében viszont már nem egyszer olyan elemek bukkannak fel, amelyek jellegzetesen tantrikusnak mondhatók, miként például a buddhai felébredés korábban említett tantrikus változata. Az e tantrákat követő jögi önmagát nem pusztán a gyakorlata központjában álló istenséggel egyenrangú pozícióban (csarjā-tantrák), hanem tényleges istenségként vizualizálja. Az utolsó csoporthoz, az *anuttarajóga-tantrák* (*anuttarayogatantra*) osztályához pedig olyan szövegek tartoznak, amelyek a korábbi buddhista tanok szempontjából már megközelítésükben is elfogadhatatlanok. A *Hévadzsra-tantrát* (*Hevajra tantra*) például a Buddha a „vadzsraszüzek vaginájában időzve” nyilatkoztatta ki,<sup>13</sup> vagy számos esetben az „éntelenség” szokványos doktrínájával ellentétben az „én” pozitív állítására lehet bukkanni. E csoport tantrái egyértelműen azt a célt tűzik ki, hogy a gyakorló elméje és teste a Buddha testévé (kája) transzformálódjon. A különféle besorolások természetesen nem képesek a tantrizmus sokrétű világát osztályozni, ezért nem könnyű elhelyezni olyan szövegeket, mint amelyeket később a *szahadzsa-jánához* (*sahajayāna*) soroltak. Sok szempontból ezek a zen buddhizmus eszméire emlékeztetnek, hiszen az elmeműködés átalakítására helyezik a hangsúlyt, és felhívják a figyelmet arra, hogy minden különbségtéves magából az elmeműködésből fakad.<sup>14</sup>

Ami a buddhista tantra szemléletét illeti, összességében megállapítható, hogy a meghökkenítő és radikális megközelítés ellenére is mélyen a mahájána buddhizmus alapeszméiben gyökerezik. A madhjamaka és a jógácsára hagyományához hasonlóan, lényegében azt a *valóságot* veszi alapul, amely a tudat beállítódásától függően *egyaránt eredete a szamszára és a nirvána* világának. E valóságot a szennyeződésekkel fakadó elhomályosulás miatt rendszerint szamszaraként tapasztaljuk, ám a szennyeződések eltávolításakor mint nirvána tárul fel: a két világ között ily módon nincs végső különbség. A tantrikus buddhizmus egyik gyökérszimbóluma, a vadzsra (*vajra*) – a tantrikus ösvényt ezért *vadzsrájának* (*vajrayāna*) is nevezik – szintén e valóságra, vagyis az emberrel együtt született tisztaságra, a teljesség minden kettősség nélküli állapotára utal. A tantrizmus szemléletében az összes létező lényegét tekintve rendelkezik ezzel mint buddha-természettel. A Hévadzsra tantra szerint például minden lény Buddha, s bár e tudatot az esetleges szennyeződések elhomályosítják, igazi különbözőségről azonban nem beszélhetünk.<sup>15</sup> Az átlagember és a Buddha közötti eltérés csak annyi, hogy az átlagember elméje a tudati szennyeződések, szenvedések (*kḷeśa*) miatt torzított világot működtet, ami egyúttal viszont a későbbiekben bemutatandó istenség-jóga transzformációs műveleteinek is alapja. S míg a korábbi irányzatok szemléletében az öt halmazatot (szkandha), az elemeket, az érzékelő képességeket partikularitásokként vagy relativitásokként tisztátlannak vették, ezek voltaképpen tiszták: a tantrikus módszerek főként ezen eredendő tisztaság feltárását célozzák.

A szamszára (mint hétköznapi világ, „létörvény”) és a nirvána közti különbségtétel visszautasítása a rituális cselekedetekben és az általános magatartásformák körében is megnyilatkozik. Eltűnik az a határ, amelyet rendszerint a meditatív, ritualisztikus gyakorlás és a napi teendők ellátása közé szokás vonni. Miként a mahásziddhák történetei jól példázzák, a tantrikus szádaná (*sādhana*),

<sup>13</sup> Snellgrove említi, *Indo-Tibetan Buddhism*. 121. o.

<sup>14</sup> *Szaraha királyi éneke*. Budapest, 1988, Körösi Csoma Sándor Buddhológiai Intézet/Uszó 5/.

<sup>15</sup> Power: *Introduction to Tibetan Buddhism*. 397. o.

azaz gyakorlás lényegében bármely emberi aktivitásra képes ráépülni, legyen szó királyról vagy egyszerű parasztról, vagyis a benső átalakulás keretéhez bármely léthelyzet alapul szolgálhat. E hozzáállás folytán az élet hétköznapisága, más szempontból profanítása oldódik fel és szűnik meg; a spirituális gyakorlás minden tevékenységet magába integrál.<sup>16</sup>

Az efféle átalakító műveletekhez néhány fontos alkati jellegzettség is elengedhetetlen, például a szokványos létezés kielégíthetlenségének elemi megélése, amely különösen erős törekvést idéz elő a buddhaság elérésére. E radikalitás vezet oda, hogy míg a korábbi mahájána tanítások a világmorszakokon átívelő spirituális megvalósításról beszélnek, a tantrákban a hangsúly az egy életen belül elérhető metafizikai felébredésre helyeződik. A hatékonyság e követelménye óhatatlanul összefügg a kockázatos műveletekkel és a „rejtettséggel”. Úgy is fogalmaznak: az igazi tantrikus gyakorló külsőleg hínájánát gyakorol, magában mahájánát, míg titokban a vadzsrajána útját követi, vagyis ekképpen végzi szádhanáit.<sup>17</sup> A tantrizmus alapmagatartását jól érzékelteti a tantrikus gyökérfogadalmak rendszere is, melyek megszegése az úgynevezett „tantrikus vadzsra pokolban” való újjászületéshez vezet. Ezek közül kiemelkedik a mesternek, a gurunak való odaadás, aminek hiánya vagy a guruval való szembeszegülés a legmélyebb bukást eredményezheti. A gyökérfogadalmak sorában ugyancsak nagy jelentőségűek azok, amelyek a tanításban való kételyt kívánják szertefoszlalni, valamint a viszálykeltés tilalmára, a titoktartásra irányulóak. A tantrikus szemlélet jól reprezentálódik, hiszen a fogadalmak sze-

<sup>16</sup> E vonatkozásban érdemes megemlíteni annak a tibeti mesternek az esetét, aki a kínai invázió miatt Tibetet elhagyni kényszerült, és indiai építkezésen egyszerű munkásként dolgozott. Amikor korábbi tanítványai arra vetődtek és meglepődve felismerték, kérdésükre elmondta, hogy mi értelme lenne ragaszkodni a kolostori élethez, hiszen az építkezésen az eltakarítandó szemetet megtisztítandó negativitásokként, az építkezést és a többi munkást a tantrikus gyakorlatok révén Buddha-földként és bódhiszattvákként tapasztalja. Power: *Introduction to Tibetan Buddhism*. 226–227. o.

<sup>17</sup> Skilton: *A buddhizmus rövid története*. 110. o.

rint önmagában semmi sem tisztátlan, az ilyen tévhit csak az elmentéparokhoz való ragaszkodásból eredhet: az öt halmazat vagy a nők tisztátlannak tekintése a fogadalmak megszegését eredményezik.

#### *Tantrikus doktrínákról és néhány alapvető módszerről*

Miként korábban említettük, a buddhista tantrákban központi jelentőségű a hétköznapi világ átalakítása az isteni létmód felé. E művelet alapgyakorlata az úgynevezett „istenség-jóga”. Nehézsége már a kezdet kezdetén is érzékelhető, ugyanis azt az ürességet kell megvalósítani – bár e gyakorlatok megindításakor mintegy „elővételezett” módon –, amely a szútrákra épülő mahájána ösvény egyfajta betetőzése. Más megfogalmazásban ez azt jelenti, hogy a jógai már kiindulópontként is önnön *vadzsra-természetét* tudatosítja. A tantrikus műveletek folytatásához megkívánt üresség egyúttal potencialitás is, vagyis olyan lehetőség, melyből tantrikus eszközök segítségével, azaz elsődlegesen mantrákkal és vizualizációkkal egy istenség, valamint az ezt körülvevő világ nyilatkozik meg. A tantrák egyes csoportjainál kissé eltérő módon, de általában véve a tantrikus gyakorló ezzel az istenséggel válik eggyé, e teremtő vizualizációban önmagát megvilágosodott lényként, bódhiszattvaként vagy buddhaként képzele el.

Fontos kiemelni, hogy e magas kvalifikációkhoz kötött gyakorlatban számításba sem jöhet egyfajta túlhajtott énképzet, hiszen e tapasztalás a dualítások kibomlása előtti állapotot célozza. Nem-hogy énről, de még az objektummal szemben álló szubjektumról sem lehet beszélni ekkor, mivel az önálló létezéssel folytonosan felruházó, úgynevezett „eltárgyasító” elmeműködés még nem épült ki. Nem arról van szó tehát, hogy a jógai önmagát térbeli és időbeli feltételeknek alávetett létezőként tapasztalná, akire mint valami-féle objektumra az istenség fogalmát vonatkoztathatja. Éppen az efféle eltárgyasító gondolkozásmódtól eltérő, fényszerű és ragyogó tudatállapotot valósít meg, amikor is bármely tudati jelenség és megnyilatkozás vagy fogalmi elképzelés üressége élő tapasztalással



válik.<sup>18</sup> A kibontakozó isteni létmódot tehát nem a *ténylegességek*, az érzékszervek által megragadható észleleti „*konkrétumok*” vagy a diszkurzív gondolkodás lehatárolt fogalmai jellemzik, hanem a kötöttségek nélküli „*tiszta akciók*”.

Az istenség-jóga műveletekben a jógí az érzékszervileg tapasztalt „durva elemek” világát vezeti vissza eredetibb, *szubtilis szintre* (szambhógakája), mely egyúttal a szokásos érzékszervi világ forrása is. A gyakorlat eredményességéhez kivételes összpontosító erő és a kezdeti időszakban nagyfokú visszavonultság szükséges, hiszen az érzékszervi tapasztalás és fogalmi gondolkodás irányában rögzült tudatműködést kell megfordítani. Rítusok, vizualizációk, fogadalmak révén a jógí az általa létre hozott dimenziókat arra használja fel, hogy önmagát a vizualizált mandala (*maṇḍala*) gyökéristenségeként, környezetét pedig a buddhaság közvetlen elérésére alkalmas buddhaföldként tapasztalja.

Miként látható volt, a tantrizmusban nagy jelentőségű az átalakítás, az úgynevezett *transzformáció*: a durva vagy tisztátlan formák finom vagy tiszta formákká átalakítása és a formák világának visszavezetése a forma feletti kezdetre. A tantrikus transzformáció mint metódus mélyen gyökerezik a buddhizmus mahájána tanításaiban. Bármely átalakító művelet ugyanis eleve kudarcra lenne ítélve, ha a tárgyi világra mint valami eleve meglévőre, minden egyéb körülménytől független létezőre tekintenének, nem pedig látszólagos valóságnak, az álombéli képekhez hasonló létezésnek vennénk. Ha viszont minden jelenség végső soron csak a tudat – számos feltételtől meghatározott – pusztá manifesztációja, vagyis önmagában nem létezik, értelmetlenség arra törekedni, hogy ezektől a gyakorló mindenáron elforduljon, vagy ezeket elnyomja. E hozzáállás a gyakorlás többi irányzattól eltérő alapjellegét is meghatározza. A hínájána irányzatokban a negatív érzelmi irányvételeket (*samśkāra*) – mint amilyen a vágy, gyűlölet stb. – elnyugtatással és

<sup>18</sup> *Nárópa élete és tanításai*. Budapest, 1997, Farkas Lőrinc Imre Könyvkiadó, 198–215. o.

kiiktatással számolják fel. A szútrákra épülő mahájána szemléletben a negatívumoknak úgynevezett „*ellenszerek*” alkalmazásával, pozitív beállítódások felélesztésével vetnek véget. A tantrizmus pedig ürességtermészetük belátása révén az erőteljes negatív tudati beállítódások „negativitását” alakítja át „pozitívává”, megőrizve ezek elemi „erejét”. A helytelen tudati működéseket tehát, tartások azokat akár a legnegatívabb szenvedélyeknek is, múlandó természetük és önlétük hiányának átlátásával a tantrizmus a felébredéshez vezető úton felhasználja.

A tantrizmus például olyan, eredetileg jellegzetesen negatív tudati beállítódást, mint amilyen az *érzéki vágy*, következetesen beépíti a gyakorlataiba. Az efféle műveletekben a „negatív” impulzust tovább fokozzák, vagyis a vágyat annyira felerősítik, hogy az végül minden esetlegességtől és konkrét vonatkozástól megszabadul. Az így „megtisztított” vágyteljes tudat a következő fázisban radikális „visszahúzódára” lesz képes, és ahelyett, hogy valamilyen külső tárgy fele fordulna, önmaga üresség természetét ismeri fel. Az erőteljes vágyteli tudat tehát irányváltása révén önmagát számolja fel, és önnön gyökerét pusztítja el. Ennek eredményeképpen maga a „szenvedély” vagy „szenv” mint olyan oltódik ki, hogy a tudat a gyönyör és az üresség minden kettősségen túli egységében időzön. E rövid leírásból jól kivehető, a tantrikus szemlélet szerint a probléma nem annyira a vágyban önmagában van. Inkább ennek mint erőteljes tudati impulzusnak a „tisztatlanságában”, vagyis kifelé-fordultságában, tévesen állandónak és konkrétan tekintett tárgyakhoz való kötődésében. Ahhoz, hogy e műveleteket valaki eredményesen végezze, kivételes erejű „pártatlanság” és „felülemelkedtség” szükséges, illetve olyan tudati összeszedettség, amellyel például a szexuális gyakorlatokban a partnerek önmagukat istenségként vizualizálják és különféle szubtilis tudatszinteket valósítanak meg.

A transzformatív gyakorlatokat a „*mérgek átalakításának*” is nevezik. A három alapvető mérget például a következőképpen alakítják át: a vágyteljes tudatot gyönyörteli isteni minőséggé, a gyűlö-

letteljest haragvó istenséggé, a mentális tompaságot vagy elhomályosultságot békés istenséggé. Miként korábban láthattuk, ekkor nem valamiféle külső entitás tapasztalása az eredmény, hanem a személy „konkrétumok előtti”, tiszta és aktív dimenziója nyilatkozik meg, vagy gyönyörteli módozatban, vagy egy dinamizmus szerint, vagy gondolatnélküli nyugodt állapotban. Nem pusztán az ülőmeditáció bonyolult vizualizációs gyakorlataira lehet itt gondolni, hanem e fontos hozzáállás minden pillanatban megőrzendő. Ha például valaki olyan szituációba kerül, amely belőle joggal vált ki haragot, képesnek kell lennie magát rögtön mint haragvó istenséget vizualizálni. A szituáció ezáltal megszabadulhat a konkrét vonatkozásaitól és „univerzális” lehet, vagyis az érzelmi impulzus a nem-kettős tudat tiszta energiaáramlásává alakulhat át. Az átalakító műveletek körében érdemes röviden kitérni a *csö* (t. *gcod*) gyakorlatra. Komoly dramaturgiával és nem elhanyagolható veszélyekkel járó rituáléja során a legmélyebb félelmeket idézik fel, illetve hozzák a tudatosság felszínére azért, hogy a démoni világ megszemélyesítései mögött húzódó személytelen erők a megvilágosodott tudat hatalmaivá legyenek. A gyakorlásban mindazt, ami az énképzet, ego vagy individuum köréhez tartozik és a kötődések forrását képezi, áldozatként felajánlják, s nem marad más, mint a ragaszkodásmentes tiszta tudatosság. Az egoisztikus félelmek vagy más megközelítésben a démonok felett aratott győzelem jellegzetes következménye lehet, hogy a gyakorló, a *csöpa* (t. *gcod pa*) gyógyító hatalom birtokába jut, mellyel például leprások között tud gyógyító tevékenységet végezni.

A tantrizmus transzformációiban lényegében a kettősségek szerint tapasztaló tudat negatív minőségeit alakítják át, amely elvet magára a testiség–nem-testiség („lélek” illetve „szellem”) kettősségre is kiterjesztik. Az emberi testre mint a megszabadulás lehetőségére és forrására tekintenek, ebben egyesítik mindazokat a tényezőket, amelyek révén a valóság létörvény vagy megszabadulás szerinti tapasztalása végbe megy. A testről nem mint valamiféle tudattalan materiális hordozóról beszélnek, hanem erre irányuló

gyakorlatokkal tudatossá tehető minőségről, sőt inkább egyfajta „testtudatosságról”. A pusztán fizikális test mellett a testiség finomabb vetületeit is megkülönböztetik, amelyek – a tradicionális példában említett „vak és sánta” egymásba kapaszkodásához hasonlóan – közvetlenül hordozzák magát a tudatot.

A szubtilis testiség energiája (sz. *prāṇa*) különféle csatornában (sz. *nāḍi*) áramlik; centrumokon (sz. *cakṛa*) halad át, illetve ezekben gyűlik össze. A tudattal fennálló közvetlen kapcsolata miatt a prāna irányításával a tudat feletti uralom is elérhető, vagyis a prāna mint „hordozó szél” összeszedettségével az általa hordozott tudatot összpontosítják. A prāna közönségesen perifériális csatornában áramlik, ami világosan kifejeződik a hétköznapi tudatosság szétszóró működéseiben: a tantrikus gyakorlat célja ezért a prānikus működések megzabolázásával minden szubtilis szél beléptetése a központi csatornába. Mivel e szubtilis energia a légzéssel is szoros kapcsolatban áll, a prāna központi csatornába történő lépését a teljes tudati összeszedettség mellett a légzés leállása szintén jelzi. Sőt a prāna voltaképpen minden érzékszervi tapasztalásban – közönségesen egyfajta „szétszóródás” folytán – részt vesz, az érzékszervi tapasztalásból való visszahúzódás ezért a prāna szabályozásával a tudati elmélyedést segíti elő. A tantrikus tibeti hagyomány a szubtilis testiségre számos gyakorlatsort épített ki, például az úgynevezett *tumó* (t. *gtum mo*) gyakorlatokat. A finom áramlásokat a központi csatornába vezetik, majd „felemelik”, s a jógizálással képes közvetlenül átélni a tudat fénytermészetét, ami a művelet során fényjelenségekben és hőérzetként jelentkeznek.<sup>19</sup> A szubtilis testiség uralmának elsajátításával, miként a továbbiakban látható lesz, a tantrikus jógik a karmikus törvények szerint zajló halál, közteslétebeli és újjászületésbeli állapotváltozások befolyásolására is képesek, kedvezőbb létállapotokat tudnak elérni, sőt magát a felébredést valószínűsítik meg.

<sup>19</sup> Evans-Wentz, W. Y.: *Tibetan Yoga and Secret Doctrines*. London, 1967, Oxford University Press, 172–209. o.

A tantrikus ösvényt sokféleképpen lehet összegezni, a különféle előkészítő vagy speciális gyakorlatok mellett szokás az úgynevezett „felépítés” vagy „kibontakozás” (t. *bskyed rim*), továbbá a „beteljesítés” (t. *rdzogs rim*) szakaszaival leírni. E műveletek jellemzői irányzatról irányzatra eltérőek lehetnek, jelen esetben a két szakasz néhány elvét, valamint a műveletekhez tartozó néhány tantrikus eszközt mutatjuk be.

A „felépítés” szakasza az „üresség földjéről” indul, vagyis a tantrikus műveletek a mahájána üresség-tapasztalatát veszik alapul. E tudatállapotban egy „csírat” (sz. *bīja*) ébresztenek fel, amely adott gyökérszótag (mantra) megfelelő kiejtését, ismétlését vagy vizualizációját jelenti. A mantra ismétlésével a tantrikus gyakorló és a meditációs istenség között szorosabb, úgynevezett „karmikus” kapcsolat épül ki. A mantrák sokféle osztályozásából az e művelet szempontjából jelentős felosztást emeljük ki: vannak gyökérszótagok, amelyek az istenség elsődleges okai, az úgynevezett „gyökérmantrák”; mások az istenség megjelenéséhez hoznak létre feltételeket, „teremtő-mantrák”; harmadrészt pedig léteznek úgynevezett „akció-mantrák”, amelyek az istenség erejét aktiválják. A mantrák lényegében az adott istenséget vagy isteni létbirodalmat szimbolizáló képi megjelenítés, *mandala* hangbéli csírái is egyúttal. A mandala a megvilágosodott tudatot különféle aspektusaival együtt ábrázolja. Valamely gyökéraspektus szerint megragadott központi istensége a gyakorlat céljaként magát a megvilágosodottságot képviseli; míg a mandala-ábrázolásban megjelenített „palota” különféle részei a megvilágosodott személy alapminőségeit fejezik ki, a haragvó istenségek például a megvilágosodottság minőségeivé átalakult negatív érzelmeket. A „felépítés” szakaszában a gyakorló a mandala fokozatos vizualizációja, rituális kéz- és testtartások, valamint összpontosítás segítségével úgynevezett „isteni világot”, egy buddha megvilágosodott környezetét hozza létre.

E gyakorlatok megkezdéséhez elengedhetetlen a *tantrikus beavatás*, amely rendszerint az adott istenséggel határozott és élő kapcsolatot kialakított mester közreműködésével ritualisztikus körül-

mények közepette történik. Fontos hangsúlyozni, hogy ekkor nem valamiféle „külső erő” átadása, hanem sokkal inkább a beavatandó személyben rejlő „benső potencialitás” felélesztése megy végbe. Ez a fajta lehetőség minden emberben jelen van, aktuálisabbá tételéhez azonban manapság a feltételek kedvezőtlenek: nem megfelelő tudati beállítódás, helytelen orientáció, hatékony módszerek hiánya stb. A rituálé során a mester a beavatandó személynek az átalakítás céljaként megadott istenség vagy mandala képét írja le, majd a tanítványt úgynevezett „felhatalmazásban” részesíti. Ennek hatékonysága lehetővé teszi, hogy a rejtett lehetőség aktiválódjon, valamint a közönséges és tisztátlanak tekintett szemlélet tisztává transzformálódjon.

A második, „beteljesítés” szakaszban a fenti eszközökkel felépített világot a törekvő teljes mértékben integrálja és a vizualizáció tárgyát önmagával azonosítja. A vizualizált forma nádikon és csakrákon keresztül bensővé válik, minden alakzatot mint a tudat ragyogó és üres természetének megnyilatkozását szemléli. E műveletben nagy szerepet kap a mikrokozmosz és a makrokozmosz megfeleltethetősége, sőt azonosíthatósága: a felhasznált mandalákon keresztül a jógi az univerzum erőit képes megkötni és uralom alá hajtani. E fokon minden szubtilis erő (prána) belép a központi csatornába, majd a szívben lévő „elpusztíthatatlan középpontban” szívódik fel. A „szelek” teljes „felszívódásával” együtt a gyakorló számára a „tisztá fény” jelenik meg, amely lehetővé teszi az üresség tökéletes megvalósítását. A tanítások szerint a legmagasabb szintű buddhaság elérésekor a teljes egység előtt minden akadály elhárul: a „mindentudás” állapota lép fel.<sup>20</sup>

A tantrikus ösvényen nagyon fontos szerephez jut a *mester (guru) tanítvány kapcsolat*. Sok esetben döntő jelentőségű, hogy az ismeretlen világokba speciális módszerek segítségével belépő tanítvány a felmerült tapasztalatait avatott mesterrel megvitassa és a mester

<sup>20</sup> A két szakasz részletes leírását adja Cozort, Daniel: *Highest Yoga Tantra*. New York, 1986, Snow Lion Publications.

útmutatásai alapján a megfelelő korrekciókat végrehajtsa. Általános emellett az a vélemény, mely szerint az adott tantrikus rítus által megőrzött, benső hatalmi potencialításokat felébreszteni képes erőt – legitim keretek között – csak az arra feljogosított személy adhatja át a tanítványnak. Mindezekon túlmenően a tantrikus buddhizmusban a guru pusztán *személyében* is a jógagyakorlatok középpontjává válik: az úgynevezett *guru-jógában* a mester lényegét tekintve buddhai emanáció, az örökkévalóság megtestesülése, aki közvetlen módon képes a tanítványnak a Buddha tudatot feltárni. A mestert individuális karaktervonásoktól függetlenül, a buddhaság megtisztult állapotában vizualizálják; sőt, ha valaki nem képes a mestert másként szemlélni, mint hétköznapi személyként, akkor ez komoly akadály lehet. Úgy vélhetnénk, mivel a mester individuumként *is* megnyilvánult, természetesen nem mentes teljes mértékben az emberi állapot hibáitól és korlátozottságaitól; e vélemény partikuláris nézőpontból talán igaz lehet, azonban a guru-jóga ennél egyetemesebb szemléletet képvisel. Ha valaki ugyanis a mester kapcsán úgymond hibára bukkan, a hiányosság e szemlélet szerint igazából a tanítvány hibás felfogásából, alacsonyabb realizációs fokából fakad, s lényegében magához a tanítványhoz tartozik. A tanítvány feladata tehát nem az, hogy az általa tapasztalt hibákra korlátozottabb nézőpontjai közepette magyarázatokat keressen, inkább a mester személyén keresztül a buddhatermeszt felébresztése érdekében kell gyakorlatokat folytatnia. Nem egy alkalommal számoltak be olyan esetről, amikor a tanítvány erőteljes odaadásával és gyakorlásával úgy érte el a teljes felébredést, hogy guruja a felébredés felé vezető úton a végső célt még nem realizálta. Összegezve: a tanítvány a tisztátlan hétköznapi tudat köréből a mester személyében rejlő lehetőség segítségével emelkedik ki, az individuális tudattal való összefonódottságot feloldva önmagát a mester, illetve ezen keresztül a Buddha tudatával azonosítja.

### *Az öt Buddha-rend*

Az első évezred második felének Indiájában a mahájána tanítások elnyerték azt a változatukat, amely az ekkor kibontakozó tantrizmus alapjául szolgált. Mint korábban láthattuk,<sup>21</sup> a mahájána bölcelet kiépülése során kettős folyamat ment végbe. Egyfelől a mahájána három tanításcsoportja pontosan körvonalazódott, és az alapvető mahájána jellemvonások megőrzése mellett a madhjamaka, jógácsára és tatháगतagarbha tanok egymástól viszonylag jól elhatárolható irányvonalat hoztak létre. Másfelől a mahájána út összegzése is végbe ment, a tanításokat a buddhista kolostoregyetemeken aprólékosan kidolgozott magyarázatokban egyeztették össze. A különféle tantrikus hagyomány- és átadásvonalatok ebből az egységből mint elméleti kiindulópontból vettek át és emeltek ki tanításelemeket, amelyeket a tantrikus ösvény elméleti kifejtésénél alkalmaztak.

A különféle tanításokat összegző törekvés kitűnő példája az *öt Buddha-rend* szerteágazó rendszere. Olyan tanításeggyüttesről van szó, amely amellett, hogy a buddhizmus számos, nemcsak mahájána tanítását olvasztja egységbe, egyúttal a korábbi hínájána és mahájána szemléletnek jellegzetesen tantrikus színezetet ad. A létezés e tantrikus perspektívájában nyílik lehetőség arra, hogy a korlátok és spirituális szennyezettségek közé szorított egyéni létezésünk szimbólumok és analógiák révén megtisztuljon, majd a részleges minőségek felett álló forrásához visszatérjen. Az öt Buddha-rend szimbólumvilága nagyon sokrétű, a jelképek és analógiák pusztán felsorolása is terjedelmes lenne. A továbbiakban ezért inkább néhány fontosabb jellemzőre hívjuk fel a figyelmet, amelyek a részletesebb tanulmányokhoz szolgálhatnak kiindulópontként.

Az öt Buddha-rend doktrínája mélyen gyökerezik a buddhista tanban, a legkülönbébb minőségek ötös csoportosítását ugyanis történetileg megelőzte a minőségek hármas, később négyes besorolása. A buddhista eszmék történetében a létezőket a létforgatag

<sup>21</sup> Lásd A mahájána buddhizmus fő tanításairól című fejezetet.

világában fogvatartó három negatív gyökérerőről szóló tanítás már a történelmi Buddha idejében megjelent. A három legfőbb negatívum, a tudatlanság, a vágy és a gyűlölet legyőzéséhez a korai mahájánában három Buddha-alakot rendeltek: Sákjamunit, Amitábhát (*Amitābha*) és Aksóhbhját (*Akṣobhya*). Később Sákjamuni helyét Vairócsana (*Vairocana*) vette át, míg e hármasságot három iránnyal, a zenittel, a középponttal és a nadírral, valamint a „három kapuval”, vagyis a testtel, a beszéddel és a tudattal hozták összefüggésbe. Az idők során a három legyőzendő, illetve a tantrizmusban elterjedt szóhasználat szerint „megtisztítandó” negatívum köre tovább bővült: megjelent a gőg és az irigység. Az új negatívumok pozitív lehetőségét két új Buddha-alak kezdte képviselni, kialakult így a Buddha-rendek ötössége.

Minden egyes alapszennyezettség megtisztítása tehát valamely Buddha-alakkal áll kapcsolatban: a tudatlanság felszámolása Vairócsanával, a vágyé Amitábhával, a gyűlöleté Aksóhbhjával, a gőgé Ratnaszambhávával (*Ratnasambhava*), az irigységé pedig Amogásiddhivel (*Amogasiddhi*). E Buddha-alakok megnevezésére a szentiratok leginkább a tathágata, valamint a dzsina (*jina*) kifejezést használják. Utóbbi olyan „győztesre” utal, aki a szenvedélyeket legyőzte és a szennyeződések megtisztította. Nyugaton az úgynevezett „dhjáni Buddha” kifejezés is elterjedt, amely esetében néhányan azonban felhívják a figyelmet, hogy az eredeti szanszkrit és tibeti szövegekből e szóhasználat hiányzik.<sup>22</sup> Úgy tűnik, hogy a dhjáni Buddha kifejezést a nepáli buddhizmus alapján B. Hodgson vezette be Nyugatra 1830-s évektől megjelent publikációival. Bár a dhjáni Buddha kifejezés a nyugati buddhológiában meglehetősen elterjedt és ennek legáltalánosabb fordítása, a „meditációs Buddha” egyáltalán nem félrevezető, mégis az említett fenntartások miatt e kifejezés használatát kerülni fogjuk.

<sup>22</sup> Például Conze, Edward: *Buddhism. Its Essence and Development*. 189. o. Valamint Namkhai Norbu, Chogyal: *The Cycle of Day and Night*. Barrytown, 1987, Station Hill Press, 24. o.

Ahogy utaltunk erre, a tantrizmusban az öt Buddha-rend köré szerteágazó *szimbólum- és analógiarendszer* épült ki. A tantrikus dokumentumok alapján megállapítható, hogy a VIII. század<sup>23</sup> Indiájában a korabeli buddhizmus e rendszerbe éppúgy belefoglalta az öt halmazat (szkandha) és az öt „bölcesség” vagy „transzcendens tudás” (dnyána) tanítását, mint például az öt alapelem, az öt gyökérmantra doktrínáját, valamint az öt érzékszerv, az öt alapkéztartás (*mudrā*), az öt szimbolikus tárgy, az öt alapszín szimbólumát. E minőségeket különféle időbeli periódusokkal – kezdve a világkorszakoktól egészen a napszakokig –, az öt iránnyal (Középpont, Kelet, Dél, Nyugat és Észak), az öt szimbolikus állattrónussal és az általuk képviselt régiókkal is kapcsolatba hozta. A „rend” szó a szanszkrit *kuḷa* kifejezésből ered, amely egyúttal „családot” is jelent, valamint „beavatási közösséget”, és a felébredéshez vezető minőségek megtestesüléseire utal. Minden „rend” élén úgynevezett „transzcendens Buddha” áll, akinek „transzcendens tudását” (pradnyá) egy női társ képviseli. A központi minőség emberi világban megjelent aspektusát az úgynevezett „emberi Buddha”, a lényeket segítő arculatát pedig valamely „transzcendens” vagy „földi” bódhiszattva-alak szimbolizálja. A leírások még különféle „tanvédő istenségeket” is említenek.

A tantrikus szövegek az öt Buddha-rend kapcsán nagyrészt hasonló megfigyelésekről beszélnek, azonban bizonyos részletekben eltérések lehetségesek. Egyik jellegzetes különbözőség például a középpontban lévő Buddha-alak, egyes források ugyanis Vairócsanát, mások Aksóhbhját helyezik ide. A teljesség igénye nélkül, mintegy szemléltetésképpen érdemes röviden megvizsgálni az egyik Buddha-rendet, hogy láthassuk, a tantrikus gyakorlók milyen tényezők között tapasztaltak rejtett analógiakapcsolatot. Nos, e struk-

<sup>23</sup> Az öt Buddha-rend jelenlegi változatában első ízben a Mandzsusírímúla-kalpa- (*Mañjuśrīmūlakalpa*) és a Guhjaszamádza-tantra (*Guhyasamāja*) szövegeiben jelent meg a VI. illetve a VII. század környékén (vö. Beer, Robert: *The Encyclopedia of Tibetan Symbols and Motifs*. Boston, 1999, Sambala Publications, 91. o.).

túrában a történelmi Sákjamuni Buddha mint Amitábha, vagyis a „Mérhetetlen fény” nevű transzcendens Buddha által uralt *padma* rend vagy család „emberi Buddhájaként” jelenik meg. Az a körülmény, hogy a jelenlegi korszak emberi Buddháját e rendbe sorolták, a vele megfelelésbe hozott tényezőknek némi kiemeltséget nyújt. A *padma* rend jellegzetes bódhiszattva alakja például Avalókitésvara (*Avalokiteśvara*), akinek lényeket segítő funkciója a mahájána és a tantrikus buddhizmus egyes irányzataiban alapvető jelentőségű. E renden belül a vágy megtisztítása és a nem racionális megkülönböztető tudás (dnyána) realizálása a spirituális cél, valamint a felismerés vagy észlelés (*saṃjñā*) halmazatot, a tűz elemet, a vörös színt, a szaglás érzékszervet említik itt. Irányként Nyugattal hozzák kapcsolatba, szimbolikus régióként pedig Perziával vagy Iránnal, ahol az uralkodók pávakakas trónja egészen a közelmúltig fennmaradt.

Az imént vázolt struktúra a lét és a tantrikus szellemi ösvény *hierarchikus szintjei* számára is keretként szolgál. A felsorolt tényezők a „szubtilis” (rúpáloka) és „fizikális” (kámáloka) világ princípiumait hordozzák magukban, és a lehetséges értelmezések egyike szerint a szambhógakája és a nirmánakája világát írják le. E két világot „meghaladja”<sup>24</sup> a dharmakája birodalma, amely egyúttal az egész univerzum örök princípiuma. A dharmakáját a tantrikus doktrínák Buddha-alakként is megjelenítik: a meztelen és kék Buddha az *Ādibuddhát* (*Ādibuddha*) vagy *Ősbuddhát* fejezi ki. Meztelensége minden szennyezett elmeműködés és zavaró emóciótól való mentességet, az éghez hasonló kék színe pedig az égbolt ürességét szimbolizálja.

A lét totalitásának princípiuma, minden transzcendencia forrása, a dharmakáját megjelenítő *Ősbuddha* közvetlen kapcsolatban áll a spirituális út fokozataival és a már viszonylatokkal jelle-

<sup>24</sup> Nem szabad megfélekedezni arról, hogy az emberi „fizikális” világ viszonyain és az itt tapasztalható alá-, fölérendeltségeken alapuló hasonló kifejtések jórészt csak szimbolikus érvennyel alkalmazhatók a nem emberi létbirodalmak jellemzésére.

mezhető szambhógakájával. Ez utóbbi birodalomhoz – modern szóhasználatlaltól elve – az emberi háromdimenziós téren kívüli régiók tartoznak, mint amilyen például a tantrikus tanok egyik leőhelyének tekintett Shambala. A szambhógakája ura *Vadzrsaszattva* (*Vajrasattva*), aki egyúttal az öt „transzcendens Buddha” közvetlen forrása. E Buddhákat Vadzsaszattva kíséretként vagy hallgatóságként írják le, de hangsúlyozzák, e megközelítésben a tanító és kísérete lényegében ugyanaz. Az öt Buddha-alak által képviselt és a tantrikus szellemi gyakorlatban kibontakozó felébredési minőség Vadzsaszattvában összegződik. Azzal pedig, hogy a korábbi „ötösség” Vadzsaszattvában megjelenő alapp princípiumát nyomatékosítják, egyfajta „hatosság” jelenik meg, sőt hetesség is, amennyiben a térbeli ötösség centrumán egy tengely halad át. Ebben az esetben a horizontális ötösség középpontjában Vairócsana (vagy Aksóbhja) áll, míg a középponton áthaladó tengely nadírjára Vadzsaszattvát, zenitjére pedig Vadzsradharát (*Vajradhara*) helyezik.

Amikor a szambhógakája leírásakor ötösséggel, hatossággal vagy hetességgel lehet találkozni, sohasem sem szabad figyelmen kívül hagyni ezek lényegi forrását, Vadzsaszattvát. Bár a megnyilvánult világgal – legyen szó a háromdimenziós emberi világról vagy más létbirodalmakról – közvetlen összeköttetése van, lényegét tekintve Vadzsaszattva azonos dharmakájával és megmarad az örökkévalóságban. A szambhógakája uraként ugyanakkor képes belépni a megnyilvánulások világába és adott létbirodalomban testet ölt mint *nirmánakája*.<sup>25</sup> Amikor e minőségében megnyilatkozik, a létbirodalom lényeinek tanításokat ad át. A hagyomány például úgy tartja, hogy Vadzsaszattva a kígyólények, a nágák körében éppúgy megjelent, ahogyan az emberek között. Vannak olyan emberi alakot öltött tanítók, akiket egyenesen Vadzsaszattva testetöltésének tekintenek, mint például Garab Dordzsét (*Garab Dorje*), akinek alakjával a következő fejezetben foglalkozunk.

<sup>25</sup> E szanszkrit kifejezés „átváltás-testet” jelent, amely értelmet a szó tibeti megfelelője, a tulku (t. *sprul sku*) is visszaadja. Ez utóbbi mint spirituális lehetőség köré a tibeti civilizációban önálló doktrína és gyakorlat épült ki.

A tantrikus szellemi ösvény mélyebb megértéséhez érdemes elidőzni a Buddha-rendek főbb alakjainak tantrikus realizációban betöltött szerepénél. Az öt „*transzcendens Buddha*” vagy tathágata, illetve dzsina lényegében tehát a dharmakája, vagy más megnevezésben az Abszolútum megnyilatkozásai. Messze az érzékszervi tapasztalás felett állnak, valóságuk a tantrikus meditációban bontható ki, és úgy tartják, csak a bódhiszattvák képesek őket „érzékelni”. A szövegek szerint e Buddhák elméletileg annyian vannak, mint „Gangesz partján a homokszemek”, azonban a tantrikus doktrína és gyakorlás során a már említett öt alakot szokás közülük kiemelni. A tantrizmus előtti Buddha-alakokhoz képest a transzcendens Buddhák megjelenésével fontos új elem bukkant fel. Korábban ugyanis főként olyan Buddhákkal lehetett találkozni, akik a felébredés ösvényén alapvetően „szamszáríkus” – emberi vagy nem-emberi – lényekként indultak el, majd rendszerint világkorszakokon keresztül fokozatosan tisztultak meg és érték el a buddhaságot. A tantrikus transzcendens Buddhák azonban mintegy „kezdetől fogva” Buddhák voltak. Amikor tehát felébredettségment értelmelték, a nyomatékot elsődlegesen nem a szinte végeláthatatlan szellemi út betetőzésére helyezték, hanem arra, hogy az általuk képviselt minőségekkel eredetileg is rendelkeztek.

A transzcendens Buddhák többféle *funkciót* is betöltöttek. A hagyomány szerint maguk köré gyűjtik a bódhiszattvákat és számukra a tantrikus mahájána bölcelet doktrínáit tanítják, mint amilyen például a létörvény és a nirvána azonossága. A másik fontos szerepük, hogy a „tisztá földek” urai, vagyis olyan birodalmaké, amelyek csak meditációban tárulnak fel, illetve ahová a megfelelő gyakorlás révén lehet újrászületni. Úgy tartják, e „tisztá földek” feltételei optimálisak a gyakorlásra, innen a felébredés közvetlenül elérhető. A leírások szerint az öt transzcendens Buddha birodalma közül Amitábháé a „legragyogóbb”, aminek következtében a távol-keleti buddhizmus egyes vallási irányzataiban a gyakorlás középpontjába szinte minden egyéb tényezőt kiszorítva e Buddha-alak került. A szokványos érzékszervi tapasztalás elől

elzárt „tisztá földek” uraiként a transzcendens Buddhák világi vonatkozásokban nem vesznek részt. Ugyanakkor ők a „földi Buddhák” tanítói, akiket a tantrikus kozmogónia értelmében a lények iránt érzett részvétük miatt meditációjukkal (dhjána) vetítenek ki a világba: Nyugaton feltehetően ennek is köszönhető volt a „dnyáni Buddha” elnevezés elterjedése.

A „földi” vagy „emberi”, illetve „*nirmánakája Buddhák*” sajátossága, hogy emberi világunkban korszakról korszakra megjelennek. Bár emberi megjelenésükben magukra öltik a buddhaság harminckét jelét, valamint természetfeletti képességekkel is rendelkeznek, a szamszáríkus létezés feltételei döntően befolyásolják földi sorsukat. Miként említettük, a jelen korszak földi Buddhája a Sákja ksat-rija nemzetségben napvilágot látott történelmi Buddha, akit a következő világkorszakban a jelenleg tusita mennyben időző Maitréja fog követni. A földi Buddhák elsődleges funkciója a tanítás, a dharmakifejtése, vagyis a lényeknek a buddhista szellemi utat mutatják meg. E struktúrában közvetlen és aktív módon a lények felébredéshez való segítésében nem vesznek részt, e feladat ugyanis a bódhiszattvákra hárul.

A Buddhák felosztásához hasonlóan a bódhiszattvák körében is léteznek úgynevezett „*transzcendens*”, valamint „földi” bódhiszattvák. Transzcendenciájuk folytán az e kategóriába sorolt bódhiszattvák szintén csak a spirituális tapasztalás számára tárulnak fel, érzékszervekkel nem ragadhatóak meg. Esetükben olyan lényekről van szó, akik a mahájána ösvény hat „tökéletességét”, azaz páramitáját (*pāramitā*)<sup>26</sup> végérvényesen megvalósították. Olyan értelemben is „túlpartra jutottak”, hogy az általuk birtokba vett spirituális létszintről már nincs visszaesés. A mahájána bölcelet értelmében nem lépnek be az úgynevezett „statikus nirvánába”, hanem az „aktív nirvánában” egyetemes részvétet gyakorolva valamennyi lény

<sup>26</sup> A bódhiszattva ösvény hat páramitája: adakozás vagy adás (*dāna*), erkölcs (*śīla*), spirituális kitartás (*virja*), türelem (*kṣānti*), összpontosítás (*samādhi*) és bölcsesség (*prajñā*).

érdekében élnek.<sup>27</sup> Bár transzcendensnek tekintik őket, mégis a létörvényben tevékenykednek, anélkül azonban, hogy működésüket bármilyen esetleges feltétel korlátozná. E szabadságukra és rangjukra utal a mahászattva (*mahāsattva*) jelző is: a létörvényben tetsszőlegetesen vehetnek fel formákat, akár olyanokat is, amelyekkel a létezés szenvedéstermészetének bemutatásával képesek a lényeket a megszabadulás felé fordítani. A mahájána szútrákban és a tantrikus szövegekben számos bódhiszattva mahászattvával lehet találkozni, akik közül néhány a buddhista gyakorlatok központi alakja lett. Ilyen például az említett Avalókitésvara, vagy az öt Buddha-rend klasszifikációjában nem szereplő, ámde a bölcsességre irányuló meditációk fontos bódhiszattvája, Mandzsusri.

A mahájána buddhizmus vallási devócionális életében jut jelentősebb szerephez az úgynevezett „földi bódhiszattva” eszméje. E megjelölést általánosan a mahájána buddhizmus útján járó törekvőkre alkalmazzák. Ilyenkor számukat végtelennek tekintik: mahájána ösvényt követő bódhiszattvákként a létezés ürességtermészetének átélését kívánják elmélyíteni. Miután megsejtették önmaguk és mások végső lényegének azonosságát, az üresség bölcsességének eléréséhez az altruisztikus beállítottságot mint módszert alkalmazzák.

A tantrikus realizáció során a Buddha-rendek alakjait gyakorta *mandalában* rendezik el. E szimbolikus ábra sokféle értelmezése lehetséges: „statikus”, valamint „dinamikus” magyarázat is adható. A mandala így egyrésze a „tiszta föld” szimbolikus ábrázolása, másrésze a sűrített változatban a tantrikus ösvény főbb állomásaira utal. Az adott mandalával összefüggésbe hozott „földi” Buddhák szerepe hasonló a korábban említettel: tanítást adományoznak a lények számára és ezáltal a megszabadulás útjára vezetnek. A mandala külső körei a tantrikus felhatalmazás és beavatás lehetőségeit szimbolizálják. A „tűzkör” megtisztító műveleteket, a

<sup>27</sup> A „nem-rögzített” vagy „meg-nem-állapodott” nirvána kapcsán lásd a jógácsára tanításoknál említett nirvána felfogást.

„vadzsarakör” magát a „tantrikus beavatást”, míg a „lótuszkör” a tantrikus gyakorlatok eredményeképpen bekövetkező „spirituális újjászületést” fejezi ki. A külső köröket a mandala középpontja felé elhagyó és a mandala kapuján belépő gyakorlót „tanvédelmező istenségek” kezdik körül venni, hogy a gyakorlótól számon kérjék eddigi életvezetését.

Ahogy a gyakorló a tantrikus ösvényen előrehalad, a mandala központi istenségéhez közelebb álló régiókkal lép kapcsolatba. Útját mindvégig bódhiszattvák segítik, akik a mahájána sajátos bódhiszattva-doktrínája szerint képesek arra, hogy a gyakorló „karmikus terhét levegyék”. Mivel a műveletek a lét és a tudat egységállapotában zajlanak, csak látszólag utalnak külsőnek tűnő entitásokra, lényegében a beavatott egyre egyetemesebb hatalmi potencialitásainak felébredéséről van szó. Amikor a megtisztulások és átalakulások a „világi szennyekelet” teljes mértékben eloszlatják, a törekvőt „üdvözli” a mandala középpontjában lévő transzcendens Buddha-alak. A felébredési folyamat e ponton beéri, létrejön az egység a transzcendens Buddhával, a nirvána beteljesedik. Adott tantikus hagyományvonulattól függően a felébredési minőségeket képviselő transzcendens Buddhák bármelyike középpontba kerülhet, vagyis amelyik a leszámazási láncolat szerint a dharmakáját leginkább közvetlenül képes megtestesíteni. Lényegében azonban az egész folyamatot mintegy a mandala síkja fölötti pozícióból a szambhógakája birodalom ura, Vadzsraszattva irányítja.

A tantrizmus egyik központi művelete, a *transzformáció* az öt Buddha-rend köré rendezett tulajdonságok és minőségek egymásba történő átalakításában is megjelenik. Ennek alapja, hogy alacsonyrendű tulajdonságainkban csíraszerűen benne rejtőznek a legmagasabb rendű minőségek, amelyeket jelen esetben „öt bölcsességnek” neveznek.<sup>28</sup> A buddhizmus alaptanításai szerint negatív gyökérkésztetéseink, mint amilyen a tudatlanság, a gyűlölet

<sup>28</sup> A témát részletesen kifejti Govinda, Láma Anagarika: *Foundation of Tibetan Mysticism*. Maine, 1969, Samuel Weiser.



vagy a ragaszkodás, a korlátok közé szorított egyéni létezésünk kiépüléséhez vezetnek. A „mérgeknek” is hívott ilyen szennyeződések megtisztításával azonban a megvilágosodott tudat megfelelő minőségei valósíthatók meg. Ezáltal a Buddha eredeti tudatossága tárul fel, amely képes a dolgokat gyönyörteli és intelligens energiák szerint tapasztalni.

Ahogy a végső soron a *tudatlanság* alkotja valamennyi negatív gyökérfeszítés forrását, ennek átalakítása a másik négy bölcsesség alapját jelentő „*univerzális bölcsességet*” hozza létre. A létezés eredeti természetét elhomályosító tudatlanság a tudatot zárttá és egoisztikussá teszi, e szennyeződés elosztatásával ezért maga a tudat egyetemessé válik. A tradicionális felsorolás a tudatosság (vidnyána) halmazattal (szkandha) kapcsolatba hozott tudatlanság vagy elhomályosultság megtisztítása után a forma halmazathoz tartozó *gyűlölet* átalakításával foglalkozik. A tantrikus transzformáció a gyűlöletet „pártatlansággá”, vagyis olyan „*tűkőrszerű bölcsességgé*” alakítja át, amely képes minden formát anélkül visszautkrözni, hogy azok nyomot hagynának rajta, vagy köztük önkényes különbséget tenne. E bölcsesség számára a dolgok olyan állapotukban jelennek meg, ahol a tudat szokványos kategorizáló tevékenysége még nem lép működésbe. A személyiséget alkotó halmazatok közül a következő, az érzés (védaná) megtisztításával hozzák kapcsolatba az önző hajlamok táplálta *gőg* átalakítását. Ez utóbbi olyan bölcsességgé lesz, amely a lények lényegi *azonosságának* felismeréséből fakad: emiatt lehet mély összefüggésben az érzések megtisztulásával.

A következő gyökérfeszítés a *vágyakozás*, amelynek átalakításával az intuitív tisztánlátást, az előítéletektől mentes „*megkülönböztetés bölcsességét*” érik el. E tudás nem a racionális elemzésből, hanem a tiszta spontenitásból fakad, és jellemző módon az észlelés, a fogalmi beazonosítások (szamdnjá) halmazatával végrehajtott műveletekkel kapcsolatos. Az ember akarati életét, tudatos és inkább ösztönszerű szándékait (szamszkára) felölelő következő halmazat átalakításának feleltetik meg az *irigység*, az önmagába

zárult akarat megtisztítását. E működés felszabadításával a „*mindent beteljesítő bölcsesség*”, a mindent véghez vivő tudás nyilatkozik meg.<sup>29</sup>

Mint láthattuk tehát, az öt Buddha-rend doktrínája sokoldalúan részletezi a tantrikus ösvény műveleteit. Gazdag szimbólumrendszerével a tantrizmus alapvető céljának eléréséhez ad hathatós segítséget: a hétköznapi tudatának a felébredettség szemléletévé és tapasztalatává történő megtisztításához. Átalakítani személyes létezésünk alapvető létállapotait; a halmazatok szennyezett tapasztalatát az öt transzcendens Buddhává; az öt „mérget” öt „bölcsességgé”. Megszabadulni az értelmi és érzelmi szennyeződésektől, hogy a Buddha eredeti tudatosságát birtokba vehessük.

#### *A halál mint spirituális lehetőség*

A tantrizmus külön figyelmet szentel azoknak a lehetőségeknek, amelyek az intenzív spirituális gyakorlás során az individuális létezés megszűnésével, azaz a *halál* bekövetkeztével lépnek fel. Általában véve igaz, minden szellemi út kitüntetettséget adott e tapasztalatnak. E jellemvonás még nagyobb jelentőségű a tantrikus műveletekben, hiszen a jelenkori feltételekre és a mai emberi állapokra alkalmazott metódusok nem kerülhetik meg az individuális létezés zártságát és az e korlátozottságot széttörő állapotváltozást, a halált. Ahhoz, hogy valaki képes legyen kihasználni a halál beálltakor felmerülő lehetőségeket, nem elégséges pusztán az e pillanatra összpontosító meditációs technikákat elsajátítania, noha ezek már önmagukban is kivételes benső kvalitásokat feltételeznek. Lényegében az elmúlásra, a halálra irányuló folytonos tudatosság kiépítése az, ami döntő fontosságú. Egy tibeti mondás szerint ha a reggeled anélkül telt el, hogy a halálra gondoltál volna, akkor elvesztegetted a reggelt, ha dél is így telt el, akkor a delet is, és ha este

<sup>29</sup> E bölcsességeket sorrendben az alábbi transzcendens Buddha-alakok alá szokták besorolni: Vairócsana, Aksóbjá, Amitábha, Ratnaszambhava és végezetül Amóghasiddhi.

sem jutott eszedbe, az egész nap hiábavaló volt. E beállítódás a törekvőt folytonosan a spirituális gyakorlásra ösztönzi; a tibeti hagyomány erre vonatkozóan számos példát őrzött meg. Ismeretes Milarepa (t. *Mi la ras pa*) esete, aki a korábban elkövetett negatív tettei miatt nem tudhatta, hogy karmikus visszahatásként melyik pillanatban éri a halál, ezért szinte szakadatlan meditációt folytatott. A megfelelő hozzáállás kialakítására négy témát szoktak ajánlani: tudatosítani a halál elkerülhetetlenségét; belátni a halál időpontjának bizonytalanságát; felismerni, hogy a halál pillanatában csak a spirituális eredményeknek van értéke; valamint tudatosítani az emberi élet kivételes jelentőségét.<sup>30</sup>

A halál pillanatában működésbe lépő folyamatok eredménye az elkülönült individuális létezés feloldódása és megszűnése: az addig szilárdnak és „külsőnek” hitt fizikai, valamint az egyén személyiségét kialakító „benső” világ leépül. Más megfogalmazásban, a legkülönfélébb pszicho-fizikai áramlásokban fennálló létezés gyökeres átalakuláson megy keresztül; a tapasztalatok lényegét és alapját meghatározó elemi minőségek (a tradicionális „öt elem”) felbomlanak, és a durvább elemek illetve az ezek befolyása alatt álló minőségek a finomabbakba húzódnak vissza. A haldoklás folyamatát jól körülírható tünetegyüttes kíséri, mely a benső megfelelések folytán pontosan megadja, a felbomlási sorozatban éppen melyik elem szűnik meg és szívódik fel a szubtilisabb minőségbe. Azzal például, hogy a haldoklás kezdetén a „föld elem a vízbe oldódik”, a legdurvább tudatosság-hordozók oszlanak fel, vagyis az individuális létezést felépítő öt halmazat (szkandha) közül a forma (rúpa) bomlik fel. Az érzékelő képességek (indrija) közül a látási erő kezd ekkor szétesni (amiért a haldokló a tárgyakat szimultán, víziószerűen tapasztalja), s mindez a test elgyengülésével, elnehezülésével jár együtt. Amikor pedig a „víz elem a tűzbe oldódik”, az érzet (védaná) halmazat bomlik fel, eltűnik a kellemes és kelle-

<sup>30</sup> E témával kapcsolatban lásd Khetsun Sangpo Rinbochay *Tantric Practice in Nying-ma* (New York, 1982, Snow Lion Publications, 57–63. o.) című könyvét.

metlen érzetek közti különbségtétel képessége, a hallási érzékelő erő elvész (a „fizikális világból” jövő hangok hallása megszűnik), testi tünetek körében az ajak kiszárad, valamint az izzadás leáll. E bevezető felbomlási sorozat – amikor végül a „levegő elem a térbe vagy éterbe oldódik” – adott esetben, például hirtelen balesetkor, nagyon gyorsan is lejátszódhat, a tünetek ilyenkor természetesen nem kapják meg az egyébként fennálló sokrétűséget, ámde a változások alaptendenciája ekkor is egyértelmű.<sup>31</sup>

A haldoklás során a tudatot illetve a tudatosságot tehát egyre finomabb, illékonyabb természetű tényezők kezdik hordozni. A tantrikus fiziológiában fontos szubtilis erőknél (prána) megszűnik az a képessége, hogy szerteágazó összetettségükben a tudat *támasztéka*ként működjenek. A szubtilis erők közönségesen fennálló szétszórtsága véget ér, s az úgynevezett „központi csatornában” egyesülnek. Ez a fajta önkéntelenül lezajló összeszedettség finomabb tudatállapotok megnyilatkozására ad lehetőséget, melyek egyébként mindig jelenvalóak; a durvább tudatállapotok azonban szokványosan őket elfedik, és csak a durvábbak „háttérben” működhetnek. Ilyen „durvább” tudatállapothoz tartozik az érzékszervi észlelés, a fogalmi vagy diszkurzív gondolkodás és a dualitásokban tapasztaló tudat állapotai. Miután az életbeli tudatot döntően ezek határozzák meg, amikor a felbomlások során szertefoszlanak, a halálban fellépő változások megsemmisülés élményként jelentkeznek.

A tantrikus jógí e folyamatokat veszi alapul, amikor a halállal kapcsolatos meditációs gyakorlatait végzi. Különös figyelmet érdemel az a sajátosság, hogy lényegében minden olyan meditáció, amely összpontosítás vagy más metódusok révén a tudat szubtilisabb állapotait veszi birtokba, egyúttal a halálban bekövetkező fel-

<sup>31</sup> A most említett néhány tünet csak a halállal összefüggő folyamatok egyes alapjellemzőivel foglalkozik, a részleteket a témával foglalkozó művek pontosan és szerteágazóan tárgyalják, lásd például: *Tibeti halottaskönyv*. Budapest, 1991, Háttér Kiadó. *Szertartás a halottakért. Tibeti halálmeditációk*. Budapest, 1998, Farkas Lőrinc Imre Könyvkiadó.

bohlások *tudatos megtapasztalására* is felkészít. Miként erre korábban utaltunk, a tantrikus gyakorlás e körben nagy hangsúlyt helyez a szubtilis testiség vagy erőik feletti uralom átvételére. Az önkéntelen feloldódásokat tudatosan, még az életben idézik elő, a pránát különféle metódusok segítségével a központi csatornába (nádi) és ezen egyre magasabban fekvő centrumokba (csakra) vezetik, valamint a tudatosságot a szívközpontba magszerűen (bídza) összegyűjtik.

A haldoklás végén, illetve a fizikai halál bekövetkeztekor minden szubtilis energia a szívközpontban lévő „*elpusztíthatatlan magba*” gyűlik, ahol mint a leginkább szubtilis hordozó számára megnyílik a „*tiszta fényvel*” való azonosulás lehetősége. A hagyomány szerint az elpusztíthatatlan magba minden lény belép halálakor, és ez az a központ, ahonnét megszületésekor individuális lényként testet ölt. E szubtilis mag lényegében az „idők kezdetétől” egészen a „felébredés pillanatáig” fennmarad, amikor is mindaz, ami a legszélesebb körben a testiséget alkotja, a buddhai „tökéletes tantestbe” (dharmakája) transzformálódik. A tiszta fény megnyilatkozása nem más, mint az összes lehetőség „végső lehetősége”, vagyis a tudat eredeti, minden megnyilvánulástól mentes természetének feltárulkozása, az üres és feltétlen igazság dimenziója, ahová a durvább minőségekhez szokott tudat vagy elmeműködés nem léphet be. Fontos, hogy ennek „lehetőség-természetét” hangsúlyozzuk, ugyanis olyan „potencialitásról” van szó, amelynek „aktuálissá” válásához minden spirituális képesség összegzett és együttes gyakorlása szükséges. Ha pedig a szívközpontba visszahúzódtott tudat elmulasztja önnön végső természetével való azonosulást, vagy ezt a periódust mintegy „átalussza”, az általa hordozott karmikus tendenciák folytán kezdetét veszi az úgynevezett „köztes lét” (*bar do*) állapotai közötti vándorlás, melynek végét valamelyik létbirodalomba történő újraszületés jelenti.<sup>32</sup>

<sup>32</sup> A tibeti hagyomány szerint a tiszta fényvel valamilyen szinten azonosulni képes jógí úgynevezett „illúziótestet” vesz fel, hogy az azonosulás műveletét be-

Amikor megszűnik a tiszta fényvel való azonosulás lehetősége és az elhunyt a köztes lét birodalmaiban megkezdí bolyongását, az úgynevezett *csönyid bardo* (*chos nyid bar do*) jelenségei tárulnak fel. Valójában ekkor a tudat legtisztább állapotából, az alapvető fényességéből megindul a létezés alapminőségének kibomlása, illetve forma- vagy testetöltése. A tudat tiszta aspektusai és gyökérminőségei a buddhista hagyományt követők számára kezdetben mint békés, majd az ezekkel való azonosulás sikertelensége után mint haragvó istenségek nyilatkoznak meg. Az életben folytatott jógagyakorlatokban a tantrikus jógik az e bardo-világban tapasztalható jelenségeket igyekeznek felidézni, például oly módon, hogy a tudat végső bölcsesség természetének különféle arculatait – mint a bölcsesség erőik személytelen letéteményeseit – Buddha- vagy bódhiszattva-alakokként teszik gyakorlásuk középpontjává. A legtöbb embernek a tudat tiszta fényként, valamint elemi erőik alakjaiként feltáruló minőségeit nem sikerül felismerni, és ezek a lehetőségek hamar elillannak. A fizikai halált elszenvedő lény mélyén ugyanis rendszerint túlzottan erős a dualitások (mint amilyen a szubjektum–objektum, én–mások kettősségei stb.) szerinti létezés karmikus lenyomata, a hamis énképzetből fakadó támasztékkeresésére irányuló tendencia, a „konkrétumok” utáni vágy.

E benső alapindítatások folytán a vándorlás újabb birodalomban folytatódik tovább, az úgynevezett *bardo-test* felvételével az elhunyt a *szidpe bardoba* (*srid pa'i bar do*) lép; a hagyomány szerint ekkor az újraszületések lehetséges helyeinek, a „hat világ” derengő fényeivel lehet találkozni. A felbomlási folyamatokkal most elmentéses működések zajlanak le, a szubtilis energiák, a „szelek” (prána) megjelennek és „szubtilis testet” alakítanak ki. Ennek létezését és működését az általános földi világban megszokott tör-

teljesítse és nem a bardo-állapotok valamelyikébe tagozódik be: a jógí így képessé válik az újjászületések körforgásából végleg kilépni. A tibetiek úgy tartják, e realizációt például a gelug rend megalapítója, Congkapa érte el. Vö. Cozort: *Highest Yoga Tantra*. 97. o.

vényszerűségektől eltérő jellegzetességek határozzák meg, mint amilyen a rendkívüli könnyűség, mozgékonyág stb. Általában az elhunytban ekkor kezd tudatosulni az a tény, hogy meghalt; ebben az állapotban találkozhat más elhunytakkal. A folyamatok ilyenkor szinte automatikusan, a hozott karmikus örökség kényszerítő erejének alávetetten zajlanak. Bizonyos fokú befolyásolásukra akkor nyílhat esély, ha valaki még életében valamekkora gyakorlatot szerzett a tudat szubtilis állapotainak uralásában, például eredményesen folytatott jóga gyakorlatokat, álmjóga-műveleteket vagy a tudat finomabb állapotait megcélzó tantrikus meditációt.

A bardo-tapasztalatok számos *csapdát* rejtnek. Aki nem ismeri a történések irányát, valamint nem tudja, hogy minden élmény valójában csak a tudat pusztá játéka, abban a jelenségek különféle emóciókat, ösztönzéseket ébresztenek fel, melyek egyúttal a következő újraszületés irányát is öntudatlanul kijelölik. Végül a köztes lét bolyongásai azzal zárulnak, hogy a megerősödött vonzalmak és taszítások eredményeképpen a hat világ valamelyikében, az azokra jellemző születési körülmények közepette bekövetkezik az újabb testetöltés. A tibeti buddhizmus a bardo-tanításokkal együtt kidolgozta a köztes létben bolyongó lényt emberi világból segítő rítusokat és szertartásokat is. Ezek közül az egyik leglényegesebb arra irányul, hogy miután a mester a vándorló lény szubtilis testét megidézte, a meditáció erejével feltárja előtte önnön tudatának eredeti minőségét. Ha ezzel a köztes létben bolyongó lény nem is képes azonosulni és a végső megszabadulást elérni, legalább az egyébként önkéntelenül zajló folyamatok igazi természetét jobban megértheti, és a testetöltés során csökkenhet kiszolgáltatottsága.

E rövid leírásból is jól kivehető az a tendencia, ahogyan a halál, a köztes lét és az újraszületés folyamataiban a tudat átéli önnön természetének és alapminőségeinek változásait. Önmaga számára kezdetben feltárul eredeti természete, majd az ezzel való azonosulás elmulasztása után elemi minőségek bontakoznak ki ragyogó állapotokon keresztül, s végül a „tisza formákból” a konkrétumok

világa „kristályosodik ki”. Akik a tantrikus buddhizmust életükben eleven módon gyakorolták, a halál utáni tapasztalataik e hagyománykör mintái és létállapotai, különféle istenségei és bódhiszattva alakjai szerint rendeződnek el. A tibeti szerzők úgy tartják, ezen élmények alapkaraktere egyetemes, vagyis a különféle fény- és hangtapasztalások gyakorlatilag mindenki számára jelentkeznek, ám ezek az egyénre jellemző hiedelem- vagy hitvilág alapján öltönek formát. Akik pedig nem rendelkeznek ilyen jól körülhatárolható világgal, azoknak a halálon túli tapasztalatok meglehetősen kaotikus módon bomlanak ki. A tantrikus tibeti buddhizmus által aprólékosan kimunkált rendszer tapasztalatai tehát nem jelentkeznek mintegy „automatikusan” mindenki számára. Inkább arról van szó, hogy az emberi létezőben egyébként benne rejlő potencialitások tényleges artikulálódásához elengedhetetlen a kulturális és tradicionális miliő, a finom árnyaltságokra képes hitvilág, valamint a mindennek középpontjában álló hatalmi természetű tudás. Úgy is lehetne fogalmazni: az ateista vagy profán személy nem élt azzal a lehetőséggel, hogy az emberi létezőben egyébként benne rejlő szubtilis és transzcendens potencialitásokat életében megismerje és kibontakoztassa. Míg akik nem buddhista hagyományok, vallások útjait és formáit követték, azoknak az emberi létező más természetű potencialitásai aktualizálódnak. Az egyéni hitvilágoktól függetlenül ugyanakkor minden bizonnyal valamennyiünk számára megszívlelendő Szögyal Rinpoce tanácsa: a halálban „légy minden ragaszkodástól és elutasítástól mentes”; igazából két fontos dolog számít: „minden, amit életed során cselekedtél és a tudatod pillanatnyi állapota”.<sup>33</sup>



Sajátos tanításaival, gyakorlataival és halál utáni műveleteivel a tantrizmus nem valamiféle hóbortos, világtól elrugaszkodott alapmagatartást, túlhajtott ezotériát akar elérni. Éppen ellenkezőleg,

<sup>33</sup> Szögyal Rinpoce: *Tibeti könyv életéről és halálról*. Budapest, 2000, Magyar Könyvklub, 250. o.

igazi célja, az emberben rejlő mély, mondhatnánk „isteni” lehetőségek felébresztése, a „hétköznapi” életvitel átlényegítése és „*megnemesítése*”. A halál utáni állapotok tanításai sem óhajtának az ember életébe fantáziájának gazdagítására egyfajta egzotikumot csempészni. A lényeg, hogy e tanításokkal a gyakorló olyan egyetemes alapmagatartást tudjon megvalósítani, amelyben az élet és a halál „töretlen teljességben” képes egyesülni. A szubtilis energiák tantrikus felébresztése, az álomállapot tapasztalatainak jógikus tudatosítása, a bardótest köztes létbeli „vándorlásai” között mély kapcsolat áll fenn. Ennek megfelelően a „tiszta fény”, a „Buddhák igazságteste” elérése semmi esetre sem választható külön a tiszta fénynek minden elalváskor és a halál pillanatában bekövetkező öntudatlan megjelenésétől, vagy attól az ürességtől, amely lényegében minden egyes gondolat elmúlásakor tapasztalható. De a bardó-állapotokból történő „újratestöltés” misztériuma is értelmet nyerhet, ha valaki figyelmét a gondolatok forrásánál tudja rögzíteni. A tantrikus buddhizmus tehát az emberi létező rejtettebb lehetőségei felé fordul, de nem azért, hogy a közönségesen is nehezen értelmezhető tapasztalataink még tovább bonyolódjanak. Inkább olyan szemléletet és módszert akar adni, amellyel minden történés finom kapcsolatokon keresztül önnön forrásához emelkedhet vissza.