

A NYÍLEGYENES ÖSVÉNY

Padmasambhava, a nagy guru tanítása a Nyílegyenes ösvény állomásairól:

Olvass el minden könyvet, amely vallásról, gondolkozásról, szellemről, lélekről szól. Ne légy tekintettel az egyik vagy a másik vallás külsőségeire, szabályaira, szokásaira és szertartásaira. Ismerj meg mindent és vizsgáld meg mindent. Hallgasd a gondolkozók, papok, bölcsek, aszkéták szavait. Ne vess el semmit. A gondolatokat éld át teljesen, azonosítsd magad velük és csak akkor bírálj, ha már túl vagy rajtuk.

A sok tanítás közül válassz ki egyetlen egyet a magad számára és a többit tedd szilárd elhatározással, visszavonhatatlanul félre, ahogy a sas a nyájból csak egyetlen egy bányát ragad el s a többit elereszti.

Elégedj meg szerény életkörülményekkel. Légy zárkózott és alázatos. Ne tolakodj. A világ nagyjaitól tartsd magad távol. Csak a jelentéktelen külső körülmények teszik lehetővé, hogy az ember gondolata a legmagasabbat elérje s a föld minden fényén s dicsőségén túlemelkedjen.

Légy vágytalan, közömbös és egykedvű. Táplálkozz azzal, amit a véletlen hoz eléd. Ne válogass. Ne igyekezz megtartani semmit. Gazdagság, szegénység, dicséret, megvetés, hadd jöjjön; úgyis elmúlik. Ne tégy különbséget erény és bűn között, hírnév és gyalázat között, jó és rossz között. Kerüld a bánatot, a bánkódást, a büntudatot. Bármit tettél, semmi sem ok sem az öröme, sem a fájdalomra.

Az emberiség vizálya, a vélemények sokszerűségét, a szenvedélyek harcát szemléld nyugodtan és indulat nélkül. Gondoljad azt, hogy: íme, ez a természet rendje s íme a sokféle emberi Én. A világot lásd úgy, ahogy valaki a hegy csúcsán áll s a mély völgybe néz.

Azt az állapotot kell elérned, hogy magadban megvalósítsd a nagy üres tér érzését. Aki magában a nagy üres teret tudja, Énjét levetette. Nem lát Ént sem a dolgokban, sem az emberekben, sem önmagában. Ha nincs énje, nincs vágya, nincs szenvedélye, nincs kívánsága, nincs célja, nincs szándéka, nincs gondolata, nincs érzése, nincs akarata. Ez a megszabadulás a Nyílegyenes ösvény utolsó állomása.

(...)

Tibet legmagasabb rendű szellemi útja az úgynevezett Nyílegyenes ösvény. Az ösvény azért nyílegyenes, mert megalkuvás nélkül félredob minden szertartást, előítéletet, hagyományt, nem törődik jó és rossz tettel, részvétellel, jutalommal, kiválasztja irányát, nekivág és tántoríthatatlan céltudatossággal halad az egyetlen cél, a nirvána, a tökéletes éberség felé. A Bön legtöbb gyakorlata az ösvény egy-egy szakaszán a hősiesség lélek aszkézise. Ilyen a meditációs gondolatokat nyújtó "Mindennapos gyakorlat", ilyen a "Megszabadulásról" szóló tanítás, ilyen Tagpo Lhadje mester tanítása, ilyen az álomról szóló részlet, amelynek célja, hogy az ember ébrenlét- és álomtudatát egyetlen folyamatos egészé kapcsolja. Ilyen a Nyílegyenes ösvényhez tartozó állomás az, amit a rolang-misztérium ír le. Az aszkétát útjában sötét démoni erők akadályozhatják s ezeknek leküzdésére alkalmas eszköz a halott ember nyelve, amit hátborzongató körülmények között kell megszereznie.

A Nyílegyenes ösvény két legnagyobb misztériuma: a tumo és a chöd.

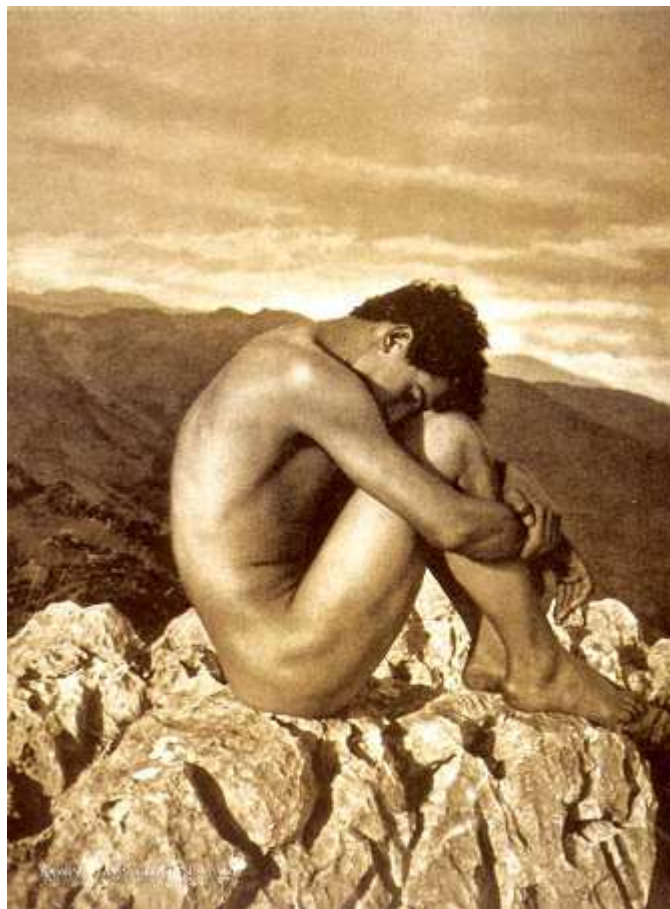
A magányos tibeti remete gyakran ötezer méterre a tenger színe fölött sziklahegységben, hevenyészett kőházban lakik és itt esetleg tizenöt-húsz évig él egyedül. Az emberi élet

legnagyobb ellensége ilyen környezetben nem a táplálék hiánya, hanem a hideg. Az aszkéták azonban ismerik azt az eljárást, amelyet ősidőkből örökölték s amely testüket állandó egyforma melegben tartja. Ezt a meleget hívják tumonak.

A tumo nem fizikai, hanem lélektűz. "Az istenek langyos, puha takarója", mint a könyvek mondják. Amikor az ember magában felkelti, csendes önkívületbe esik. A tibeti misztikus anatómia szerint az ágyékban felgyülemlett mag és az agyvelő között összekötő csatorna van. Ez a csatorna szabályozza a test melegét azzal, hogy a magból kisugárzó meleget a testben elosztja. Hogy az emberi testet ilyen állapotban tényleg a mag heve, sőt maga a szétfolyó mag tölti be, arról legenda beszél. Elmondja, hogy az aszkéta ruhátlanul a hegyoldalban állt, vad sziklák között, kietlen helyen, dermesztő téli hidegben. Az istenek langyos, puha takarójában önkívületében nem vette észre, hogy féltékeny felesége hegyes tőrrel közeledik. Az asszony bosszúból, mert férje elhagyta s a hegyek közé vonult, meg akarta ölni. A tőrt hátába szúrta, de az aszkéta testéből csodálatosképpen nem vér, hanem sperma csurgott.

A tumo gyakorlatának el nem engedhető feltétele a rendkívül erős képzelő és összpontosító képesség. Az aszkétának meg kell tanulnia képességeivel a magvezető, láthatatlan csatornát kitégíteni. A csatorna hosszú gyakorlattal annyira tágítható, hogy nemcsak az ember fér el benne, hanem az egész létező világ is.

Az aszkétának minden ruhát le kell vetnie és a gyakorlatot eleinte hajnalban, napfelkelte előtt csak néhány percig szabad megkísérelnie, a szabad ég alatt annál tovább maradhat.



A gyakorlat főbb állomásai ezek:

1. Az aszkéta egész szellemi erejét a magfészket és az agyvelőt összekötő csatornára összpontosítja és azt hajszálynynak képzei el. A csatorna tibeti neve: uma. Mint Indiában, Tibetben is a mag és a tűz szoros kapcsolatban áll egymással. A testbe a meleg az umán keresztül jut.

2. Az aszkéta az umában légvonatot idéz fel. Teszi ezt szabályozott lélegzéssel. A lélegzés módja minden aszkétikus gyakorlat alapja. A légvonat a mag tüzét feléleszti és a magasba húzza.

3. A hajszálvastagságú uma koncentrációval gyufaszál-vastagságúra, majd kisujjvastagságúra tágítható. Közben a léghuzat növeléséről sem szabad megfeledkezni. A csatorna minél vastagabb, az erre a célra megszabott lélegzést is annál intenzívebben alkalmazni kell.

4. A csatorna karvastagságúvá lesz. Fel és alá forró levegő áramlik s a mag tüzét egyre ontja. Minél jobban szítják, annál tüzeesebb gőz száll ki belőle.

5. A csatorna az egész testet betölti. Az emberi test egyetlen umává lesz.

6. Az uma kiterjed a hegyekre, az egész országra, a földre és a világra. Az egész világegyetem roppant henger alakú csatorna. Az aszkéta nem érzi többé, hogy test, hogy ember, hogy a kövön áll, hogy anyagi természet veszi körül. Önkívületbe esik és úgy érzi, hogy saját lélegzetével fölkelte hű langyos hullámmelvein úszik.

A gyakorlott tumomester ezt a hat fokozatot néha már egy félóra alatt eléri és Tibetben tudnak olyan remetéről, aki napokig, sőt hetekig egyfolytában az istenek takarójában élt. Milarepa beszéli el önéletrajzában, hogy egyszer télen a Himalája nagy csúcsai között, ahová szemlélődni visszavonult, házán kívül hóvihar lepte meg. Kilenc napig szakadatlanul hullott a hó, dühöngött az orkán s őt a tumo mentette meg: egy szikla árnyékában állt, még zsákrongyát is levetette, és a tumot felidézte. A csodálatos meneküléséről a költő misztikus szép verset írt s ezt a verset minden tumotanítványnak ismerni kell.

A visszafelé vezető út ugyanez:

1. Az aszkéta a lélegzést mérsékeli s ezzel a tűznyelvek heve is alábbhagy. Az uma lassan összehúzódik s ismét csak az emberi testet foglalja magába.

2. A csatorna még jobban szűkül és már nem vastagabb, mint az emberi kar.

3. A lélegzést és a légvonatot az umában egyre mérsékelni kell, de ügyelni kell arra is, hogy ez ne történjék túl gyorsan.

4. A csatorna lassan hüvelykujj, majd kisujj-vastagságúvá lesz.

5. Az uma gyufaszál-vastagságú.

6. Az uma hajszálvastagságú.

7. Az uma eltűnik. Ugyanekkor a meleg is megszűnik, de hatása megmarad. Az aszkéta pedig abban a szellemi állapotban él, amit benne a világegyetemmé való kitágulás felidézett.

A chöd betű szerint elmetszést jelent. Irodalmi fordítása az lehetne, hogy: a kivégzés. Három chöd misztérium van: a fehér, a fekete és a vörös, úgynevezett: lakoma. Az

aszkéta sangsara-Énjét mind a három misztériumban feláldozza és a túlvilági lényeknek önmagát felajánlja. Az első esetben azonban a cél az élet italának, az amritának elérése; a feláldozott test ugyanis misztikus módon az élet vizévé lényegül át s ezt az italt az aszkéta a világnak ajándékozza, - szerezze meg általa mindenki az üdvösséget.

A második esetben a cél az előbbi életek folyamán felhalmozott szenny felszámolása. Ez a fekete lakoma. Mint a kézirat mondja, estszürkületkor szokták tartani. Az aszkéta rendszeren úgynevezett karmatikusan terhelt helyet választ ki: temetőt, sírdombot, olyan helyet, ahol valakit szerencsétlenség ért. Ide ugyanis a túlvilági lények állandóan eljárnak. Az elképzelés az, hogy végtelen mocsár közepén egy halom hamu hever. A régi életek felgyűlt salakját ez a kép fejezi ki.

A vörös lakoma a tulajdonképpeni kivégzés. Az aszkéta az anyagi káprázat-léttől magát egyszersmindenkorra lemetszi. A sangsara-Ént kivégzi.

A chöd, vagyis az egész tibeti misztika, a Bön alapja: a migspa. A migspa elképzelést jelent. Az ember meditációja alatt bizonyos, nagybőrből meghatározott képet erősen megragad és önmagát minden erejével ebben a képbe éli. Gondolataival oly sokáig és oly intenzíven rögzíti, hogy a kép benne életre kel. Mikor a képet életre keltette, önmaga rendszeren már ekstázisban van. A lélek egy elemét autonómmá kell tenni: ez az okkult lélektan alapvető mozzanata. Ez a migspa.

Az eljárás rendkívül veszedelmes, mert az autonómmá vált kép könnyen olyan tevékenységet fejthet ki, ami az aszkétára végzetes lehet. A fontos ez: mindig csak egy bizonyos határig szabad menni és az éberséget oly magas fokra kell fejleszteni, hogy az autonóm kép az ember fölött sohase lehessen korlátlan úrrá. Ezt a bonyolult és magas rendű helyzetet persze csak hosszas gyakorlattal lehet elérni. A chödben felidézett képek megszámlálhatatlan tibeti aszkétajelöltet megőriztek, sőt meg is öltek. A vörös lakoma bevezető képe mindjárt az, hogy a Vajra-Dakini (az aszkéták védőistennője) a yogint egyszerűen lenyakazza. A lefejezés után kiteríti, megnyúzza, beleit kitepi, a keselyűknek szórja. A chöd szereplőjének mindezt a lehető legélénkebben át kell élni: látni kell önmagát, amint nyakából vérsugár tör elő, amint hasát feltépi, szerveit szétszórják s bűzös madarak marakodnak fölötte.

A chöd misztérium külsősége a következő: az aszkéta, vagy a naljorpa, ahogy a tibetiek hívják, a kéziratban elsorolt eszközökkel, megválasztott helyen, időben, teljesen egyedül, meditációba merül. Az elmerülés azzal szokott kezdődni, hogy a Mandalát nézi. A Mandala misztikus jelképszerű ábra, vagy rajz. Mikor az utasításban kívánt kép már él és a naljorpa az ekstázis szélére ért, kezdődik a rituális tánc.

A tánc geometrikus mozdulatok egymást követő sora. Kézzelel és lábbal szigorúan, milliméterre meghatározott mozdulatokat kell tenni. A levegőbe, a földre szimbolikus ábrákat kell írni, ütemben dobbantani, közben a tamburint (damura) ütni és a lábszárcsontból készült kürtöt (kangling) megfújni.

A dob és a kürt a démonokat vacsorára hívja. Az asztal terítve van: az abrosz az aszkéta bőre; a lakoma maga: az aszkéta húsa, csontja, vére. Közben hangosan imádkoznia kell, hívnia kell a Legmagasabbat (Dharma-Kaya, szó szerint a Legmagasabb Lény szellemteste), hívja a gurut, az őskor nagy mestereit és bizonyos pontokon ki kell mondania a nagy "Phat" varázsszót.

A vérfagyasztó dráma tetőpontjára ér. A vörös lakoma értelme ez: "elgondolhatatlan idők óta, megszámlálhatatlan alakban elemésztettem töméntelen lényt, táplálékra, ruházatra, élvezetre, díszre, mindenféle egyéb szolgálatra s elkényeztetett testemet így tartottam fenn, így voltam elég erős ahhoz, hogy az elmúlással szembeszálljak. Most elkövetkezett a nap, hogy tartozásomat megfizessem. Ezt az élősdi testet áldozatul ajánlom fel s

odaadom a megsemmisülésnek. Odaadom testemet az éheseknek, véretem a szomjasoknak, bőrömet a ruhátlanoknak, csontomat tüzelőül azoknak, akik fáznak. Örömeimet odaadom azoknak, akik szenvednek, életem leheletét odaadom azoknak, akik ezzel életben akarnak maradni" (David-Neel).

Az aszkéta végül lemond minden előnyről, ami áldozatából reá hárulna. Kéri a Nagy Tudást, hogy az eredményt, amit elért, tegye semmivé. Nincs szüksége kiváltságra, nincs szüksége dicsőségre. Mit akart? A valóságot megismerni és a káprázatot eloszlatva a valóságba visszatérni. Nincs szüksége hírre, névre, dicsőségre - névtelen akar maradni. "Nem kell jutalom. Az igazság birodalmában nincs érdem!"

Ezután a szellem nyílegyenesen fölemelkedhet és visszatérhet a Dharma-Kayaba, - a nirvánába. S azok a napok, vagy hónapok, vagy évek, amelyeket az aszkéta még itt a földön tölt, teljesen Énjéről való lemondásban teljenek el. Az emberiséget szolgálja. A szolgálat pedig az, hogy figyelmeztesse a többi embert: a lélek itt, most az emberi alakban kivételes alakot ért el, mert dereng benne valami kicsiny világosság. Amíg tompa, kába növényi, állati, vagy démoni lényben élt, tehetetlen volt. Most itt az alkalom arra, hogy tökéletesen felébredjen. A naljorpe életét annak szenteli, hogy a világosságot terjessze és minél több embert felébresszen.