

Dobosy Antal

# A modern élet és a megvalósítás



A buddhizmus két és félezer évvel ezelőtt jött létre egy olyan világban, ahol az uralkodó vallás a hinduizmus volt, és az akkori indiai társadalom súlyos problémáit volt hivatva megoldani. Az akkori hit és világszemlélet korlátokat szabott az ember szellemi lehetőségeinek, és körülményessé tette a nehézségekkel teli élet problémáinak megoldását. A buddhizmus azonban kivezető utat jelentett sokak számára, és ezzel elindított egy szellemi és vallási reformációt a hinduizmussal szemben. Kaszttól függetlenné tette a szellemi utat, kilépési lehetőséget mutatott az újraszületések ok-okozati láncolatából. Megoldást adott a szenvedéssel teli életre, módszert a szenvedés megszüntetésére. Az állította, hogy a gondok jelentős része a saját tudatunkból ered, azaz mi vagyunk a felelősei életünknek, nem pedig valami rajtunk kívül álló hatalmak. Mi hozzuk létre aggályainkat, tulajdonképpen mi tesszük ilyenné világunkat. Így a problémák megoldásának lehetősége is a mi tudatunkban keresendő.

A buddhizmus, mint vallás, éppen azért tudott teret nyerni, mert a saját kezünkbe adta a megoldás lehetőségét. Az emberi tudattal foglalkozik, és ezt a tudatot kívánja megismerni. Ebből a tudatból eredezteti a minket körülvevő világhoz való viszonyunkat, és a tudatból eredő problémákat is a tudat segítségével kívánja megoldani.

A buddhizmus nemcsak a szenvedés megszüntetésének vallása. Azzal, hogy a Buddha a szenvedés megszüntetésére ad egy receptet, azal megmutatja, hogy a módszert hogyan kell alkalmazni a szenvedés megszüntetésére. De A Négy Nemes Igazság gondolkodási és tudati módszer is, amelyet bármely más, nem szenvedés jellegű problémák megoldására is alkalmazni lehet.

A mai élet, a modern világ, nem elsősorban a szenvedésről szól, különösen nem a fejlett nyugati világban, hiszen szükségleteink kielé-

gíthetőek, a betegségek legyőzhetőek, kedvtelésekre, szórakozásra számtalan lehetőség van. Ha a 2500 évvel ezelőtti szemmel tekintenénk a mai világra, azt találnánk, hogy a szenvedésnek a modern világban gyakorlatilag nem is kellene léteznie, nem indokolt, hogy legyen. Viszont, mint tudjuk, ma is számtalan probléma adódik, számtalan feladat vár megoldásra, úgy társadalmi szinten, mint az egyéni életben és a lélekben is. Akkor is megoldásra várnak, ha azok hajtóereje nem a szenvedés. Ma a buddhizmus alaptanításait ezekre a problémákra is fontos kiterjeszteni.

A Buddha tanításának legfontosabb megállapításai tömören a következők: vegyük észre, hogy igen sok problémát a tudatunk teremt meg, azokat mi hozzuk létre, így a problémák a megoldása is a mi saját aktív, a megoldásra irányuló cselekvésünkkel lehetséges.

A szellemi út a buddhizmusban azt jelenti, hogy kutatjuk a saját bensőnket, a tudatunkat, igyekszünk megismerni a saját működésünket, így természetesen azt is, hogy miként hozzuk létre életterünkben a kívánatos és a nemkívánatos helyzeteket, tudatállapotokat, eseményeket és hangulatokat. Továbbá, kikutatjuk, hogy egyéni életünkben milyen értékeket szeretnénk érvényesnek tartani, mik legyenek azok a erények, fontosságok, értékek és irányelvek, amelyek vezérlik majd életünket, és mi jellemezze ezt az életet. De kikutatjuk azt is, hogy ezt az életet miként lehetne meg is valósítani. A gyakorlat, a gyakorlás és a kigyakorlás fontos része a megvalósításnak.

A mai modern világ egy sor olyan helyzetet hozott létre az emberiség történetében, és az egyéni életben is, ami – amióta emberi élet van a Földön –, még soha sem fordult elő. A hihetetlen technikai fejlődés, a tudományok és elsősorban a természettudományok fejlődése, az ipari forradalmak, az információs forradalom, a kommunikációs forradalom, globális

kereskedelem mind az elmúlt pár száz év terméke. Ezeket az ember hozta létre, az emberi elme szülte, az emberi szándék valósította meg. Abban, hogy ma ilyen fejlett világban élünk, az emberi gondolkodásnak, értékrendnek és az emberi tudatnak van legfőbb szerepe. Így egy olyan vallásnak, amelyik a tudattal foglalkozik, a mai modern világunkban is jelen kell lennie, erre a vallásra a modern társadalomnak is szüksége van.

Ugyanis fontos egy olyan vallás, ideológia, világszemlélet, amely rámutat szerepünkre, az ember szerepére, és amely nem természeti erőkkel, isteni hatalommal, rejtélyes energia mezőkkel magyarázza helyzetünket. Megmutatja, hogy mi emberek mely területen tehetünk valamit, és erőt ad ahhoz, hogy tegyünk is. Szükséges egy olyan világszemlélet, amely ez irányú igyekezetünkben támogat minket, és eszközöket is ad a kezünkbe. A buddhizmusnak fel kell – és fel is tudja – vállalni ezt a feladatot a mai körülmények között is.

A Buddha legalapvetőbb tanítását, a Négy Nemes Igazságot, tudnunk kell alkalmazni a mai problémákra is. A hagyományos fogalmakat, meg kell tudnunk fogalmazni úgy, hogy a tanítás az előbb említett szempontokat is tartalmazza, de anélkül, hogy ellent mondana a hagyománynak.

A *duhkha* kifejezés nehézséget, problémát, akadályozott működést jelent. Amikor ilyen tapasztalunk az emberi létben, tudnunk kell, hogy ennek okai a helytelen viszonyunk a világhoz, a hibás gondolkodásunk, a kontrollálatlan motivációink és az uralatlan vágyaink. Ahhoz, hogy az akadályozottságot legyőzzük és a problémákat megoldjuk, a fenti okokat kell megszüntetnünk. Ezek megszüntetése igen nehéz, és több síkon egyszerre kell tudnunk tevékenykedni kiküszöbölésük érdekében. Ezek a síkok a különböző élet- és tevékenységi területeink. Így különösen fontos a szemléletünk, a gondolkodásunk, a kommunikációink, a cselekedeteink, az életmódunk, az elmélyülésünk és a tudatunk megismerése, és az ezekhez kapcsolódó gyakorlás. Ezek a síkok tulajdonképpen a Nyolcúttú ösvény életterületei.

A buddhizmus mahájána irányzata, a nagykocsi, korunkban kiemelkedően fontos. A modern világ egy emberiséggé kötött össze minket, ezért nem hagyhatjuk figyelmen kívül azt a tényt, hogy bármit teszünk bármelyik létsíkon, az az egész Földre, az egész emberiségre is hatással lesz. Ma már nincs lokális mozdulat. A szándékainkért, a tetteinkért fokozottan felelősek vagyunk. Szükséges volna megvalósítani azt a tudati hozzáállást, hogy amikor mozdulunk vagy teszünk valamit, azt minden élőért tegyük! 🍃



Szeremley Anett szumie festménye