

DHAMMAPADA

Az Erény Útja

Páli nyelvből fordította,
jegyzetekkel és magyarázatokkal ellátta:

Fórizs László

Dhammapada
by Fórizs László

Published by:

Aruna Publications,
Aruna Ratanagiri Buddhist Monastery,
2 Harnham Hall Cottages,
Harnham, Belsay,
Northumberland, NE20 0HF
UK

Contact Aruna Publications at www.aruno.org
This book is available for free download at
www.forestsanghapublications.org

ISBN 123-4-5678901-2-3

Copyright © 2011 HARNHAM BUDDHIST MONASTERY TRUST

Cover photo by ...

This work is licenced under the Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs 2.0 UK:
England & Wales Licence. To view a copy of this licence, visit:
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.0/uk/>
Or send a letter to: Creative Commons, 444 Castro Street, Suite 900, Mountain View, California, 94041,
USA.

See page 131 for more details on your rights and restrictions under this licence.

Produced with the L^AT_EX typesetting system. The body-text is typeset in Gentium, distributed with the
SIL Open Font Licence by SIL International.

First edition, 10,000 copies, printed in Boneland – 2011

Printed in Boneland by Bone Trade (contact@bonetrade.com).

Szeretnénk köszönetünket kifejezni mindazoknak,
akik támogatták e könyv elkészítését, kimondottan
a Katannyutá csoportnak Malajziában, Szingapúrban és
Ausztráliában, akik a nyomtatást szponzorálták.

TARTALOMJEGYZÉK

Bevezetés	9
Párok	15
Éberség	19
Az Elme	23
Virágok	27
A Balga	31
A Bölcs	35
A Szent	39
Ezrek	43
Bűn	47
Büntetés	51
Öregség	55

Önmaga	59
A Világ	63
A Buddha	67
Boldogság	71
Gyönyör	75
Harag	79
Tisztátalanság	83
Erény	87
Út	91
Különfélék	95
Pokol	99
Elefánt	103
Szomj	107
A Koldus	113
A Bráhmana	119
Idegen Kifejezések Jegyzéke	129

BEVEZETÉS

A Dhammapada a Páli Kánon része. A Szutta-pitaka öt nagy gyűjteménye közül az utolsó, a Khuddaka-nikája tartalmazza. A buddhista hagyomány szerint a Kánont az első zsinaton rögzítették, és a Dhammapada verseiben maga a Buddha szól hozzánk. Valószínűbb azonban, hogy ma ismert végső formáját valamikor a második zsinat és az Asóka uralkodása idején Pátaliputrában megtartott harmadik zsinat közötti időszakban nyerte el.

Ez azonban nem jelenti azt, hogy a Kánon egyes részei nem származhatnak korábbi időkből. Figyelembe véve az Indiában a Rigvéda kora óta rendelkezésre álló hihetetlenül hatékony memorizációs technikákat, a Kánon lejegyzési illetve keletkezési ideje között jelentős eltolódás lehetséges. Annyit mindenesetre biztonsággal állíthatunk, hogy a Dhammapada ma ismert formájában minden valószínűség szerint a Harmadik Zsinat előtt keletkezett.

A Dhammapada 423 időmértékes versből áll. A versmértékek többnyire a szanszkrit *anustubh* és *tristubh* páli változatai. Az *anutthubha* négy darab nyolcszótagú sorból áll. Védikus formájához hasonlóan ritmikai szempontból csak a kadencia pár szótagja rögzített.

A *tutthubha* tizenegy szótagú sorokból áll, a negyedik vagy ötödik

szótag végén cezúrával, és az *anutthubhánál* valamivel szigorúbb idő-mértékkel. A sokféle forrásból származó versek némelyike a szútrák szárazabb stílusában íródott, míg mások éppen emelkedett költőiségükkel tűnnek ki.

Kötetünkben meg sem kíséreltük e heterogén szöveget egységes formába erőltetni, bár a páli szöveg verselése bizonyos formai szempontok alapján viszonylag egységesnek tűnhet. Világosan kell azonban látnunk, hogy a Dhammapada nem önmagáért való költészet, hanem költői szépséggel megfogalmazott szentirat. A fordító minden tőle telhetőt megtett, hogy a szövegek emelkedett mondanivalóját, szakrális tartalmát a lehető legnagyobb hűséggel visszatерemtse.

A Rígvéda korának látói csodálatos himnuszokban énekeltek a Rejtélyről, a szüntelen születésben és halálban levő világ mélyén meghúzódo, születetlen, halhatatlan, örök Egyről. A későbbi korokban ez a Tudás, elsősorban a hozzávezető út nem-tudása miatt, veszendőbe ment. Ami maradt, az nem sokban különbözött az áldozattal – mint váltópénzzel – való kufázkodástól. Ilyen és ilyen áldozat bemutatásától ezt és ezt a jutalmat várták az emberek. Közben észrevétlenül elveszett a legfontosabb: az áldozat, a visszatерemtés misztériuma.

Sziddhártha herceg – Suddhódana király fia – rátalált az útra, a régi szent *risik* útjára, s újra kihirdette a világ számára. A Dhammapada ennek a Buddha által hirdetett régi-új tannak a közérthető, számos hasonlattal és gyönyörű képpel illusztrált költői megfogalmazása. Szikár egyszerűségén és költői tisztaságán átragyog a Megvilágosodás dicsősége. Ebben az értelemben a buddhista hagyománynak megfelelően mi is a Beérkezett szavait tisztelhetjük benne.

Semmi nincs, mi visszahúzza,
az emlékháló szétszakad,
száll magasba tó hattyúja,
és mindent, mindent hátrahagy.

Dhp 91.

DHAMMAPADA

PÁROK

yamaka vagga

- A** SZÍV IRÁNYÍTJA A DHARMÁKAT, FELETTÜK ÁLL, AZOK
belőle származnak. A gonosz szívvel cselekvő,
gonoszán beszélő embert úgy követi a szenvedés,
mint kocsi elé fogott ökröt a kerék. 1.
- A szív irányítja a dharmákat, felettük áll, azok
belőle származnak. A tiszta szívvel cselekvő,
tiszta szívvel beszélő ember nyomában boldogság jár,
mely éppúgy elválaszthatatlan tőle, mint az árnyék. 2.
- „Sértegetett engem, megvert engem,
legyőzött engem, kirabolt engem!” 3.
Akik ilyen gondolatokat ápolnak magukban,
azokban sohasem szűnik meg a gyűlölet.
- „Sértegetett engem, megvert engem,
legyőzött engem, kirabolt engem!” 4.
Akik nem ápolnak ilyen gondolatokat,

azokban meg fog szünni a gyűlölet.

5. A gyűlöletet sohasem
szünteti meg gyűlölet,
csak a szeretet. –
Ez az örökkévaló Törvény.
6. Sokan nincsenek tudatában annak,
hogymint egyszer mindenki meghal.
Akik ráébrednek erre,
azonnal abbahagyják az ellenségeskedést.
7. Ha az élvezeteknek él, nem ellenőrzi az érzékeit,
mértéktelen az evésben, lusta és erőtlens,
akkor a Kísértő biztosan legyőzi,
ahogyan a szél is ledönti a gyenge fát.
8. Ha nem az élvezeteknek él, ellenőrzi az érzékeit,
mértékletes az evésben, erős és hite szilárd,
akkor a Kísértő éppúgy nem fogja legyőzni,
ahogyan a szél sem dönti le a kősziklát.
9. Aki úgy veszi magára a szerzetesek sárga ruháját,
hogymint előtte nem tisztul meg a bűntől,
akiből hiányzik a mértékletesség és az igazság,
az méltatlan a sárga ruhára.
10. Aki megtisztult a bűntől,
az erényben alapozta meg magát,
önuralomra tett szert, s élete az igazságra épül,

az méltó a szerzetesek sárga ruhájára.

Akik lényegesnek látják a lényegtelen,
s lényegtelennek a lényegest,
azok hiábavalóságokat követve
sohasem érik el Azt, ami igazán lényeges. 11.

Akik a lényegest látják lényegesnek,
s lényegtelennek a lényegtelen,
azok helyes gondolatokra támaszkodva
elérik Azt, ami igazán lényeges. 12.

Aki nem ellenőrzi az elméjét,
ahhoz utat talál a szenvedély,
ahogyan az esővíz is átszivárog
a rosszul felrakott zsúptetőn. 13.

Aki ellenőrzi az elméjét,
ahhoz nem talál utat a szenvedély,
ahogyan az esővíz sem szivárog át
a gondosan felrakott zsúptetőn. 14.

A bűnös szenved e világban,
s szenved a következőben,
kétszeresen szenved, fájdalom kínozza,
saját cselekedeteinek gonoszsága sújtja. 15.

Az erényes örvend e világban,
s örvend a következőben,
öröme kétszeres, a szíve ujjong, 16.

saját cselekedeteinek tisztasága ragyog vissza rá.

17. A bűnös szenved e világban,
s szenved a következőben, kétszeresen szenved.
Kínozza a lelkiismeret: „bűnt követtem el.”
A pokolba jutván még nagyobb a kínja.
18. Az erényes örvend e világban,
s örvend a következőben, öröme kétszeres.
Lelkiismerete tiszta: „jót cselekedtem.”
A mennybe jutván öröme csak növekszik.
19. Akárhány szent himnuszt zenghet az ajka,
ha rest megfelelően cselekedni,
nem vallásos. Olyan, mint az a pásztor,
aki más marháit számolgatja.
20. Ha csupán néhány himnuszt zeng ajka,
de az örök Törvény szerint cselekszik,
elhagyja a szenvedélyt, a gyűlöletet, a dőreséget,
igaz tudás birtokába jutva kiszabadul elméje,
s kialszik benne mind az evilági mind a túlvilági
gyönyörök vágya, akkor valóban vallásos.

ÉBERSÉG

appamāda vagga

- ÉBERSÉG AZ ÖRÖK ÉLET LAKÓHELYE, 21.
hiánya a halálé.
Aki éber, nem hal meg.
Aki nemtörődöm módon él,
mintha már meg is halt volna.
- A bölcsek, világosan megértvén 22.
ezt az éberséget, örömuket lelik benne,
és a kiválasztottak menedékének
boldogságában élnek.
- Ezeket a rettenthetetlen, szüntelenül 23.
meditációba mélyedt, állhatatos bölcseket
megériinti a megszentelődés
felülmúlhatatlan békéje, elérik a Nirvánát.
- A buzgó, hagyomány-örző, 24.
tisztá tettű, gondos, önuralommal
bíró, erényes, fáradhatatlan

embernek a dicsősége egyre nő.

25. Erőfeszítéssel, éberséggel,
önmaga leigázásával, önuralommal
a bölcs olyan szigetet épít,
amit nem sodorhat el az áradat.
26. A tudatlan, balga emberek
nemtörődöm módon élnek,
a bölcs viszont úgy őrzi éberségét,
mint a legnagyobb kincset.
27. Ne éljetez nemtörődöm módra,
ne engedjetez az érzékiségnek, a kéjváagnak!
Nagy lesz az öröme annak,
aki fáradhatatlanul meditál.
28. A bölcs éberségével elúzi a szétszórtságot,
felkapaszkodik a Tudás Tornyába,
s szenvedés nélkül lepillant a balgán szenvedő világra,
mint hegycsúcsról a völgylakókra.
29. Fáradhatatlanul törekszik, míg mások cselekedni restek,
kitartóan kutat, miközben mindenki más alszik;
a bölcs úgy tör előre, mint a versenyló,
amint maga mögött hagyja a poroszkáló gebét.
30. Indrát is az éberség tette az istenek urává.
Aki éber, felmagasztaltatik az emberek között,
akiből viszont hiányzik az éberség,

annak megvetés lesz osztályrésze.

Aki örömét leli az éberségben, 31.
s veszedelmet lát annak hiányában,
a koldus, minden köteléket elégető
tűzként vándorol a világban.

Aki örömét leli az éberségben, 32.
s veszedelmet lát a szétszórtságban,
a koldus, nem bukhat el,
közel van hozzá a Nirvána.

AZ ELME

citta vagga

- A** NYÍLKÉSZÍTŐ EGYENES,
sima nyílveszőket készít; 33.
a bölcs is kisimítja
remegve vibráló, ingatag elméjét,
melyet oly nehéz szilárdan tartva irányítani.
- Miként a hal, melyet kiragadtak 34.
vízi otthonából és a szárazföldre dobtak,
éppúgy ficáncol kétségbeesve az elme,
hogyan kiszabaduljon a Kísértő uralmából.
- A nehezen megfékezhető, 35.
csapongó, vágyűzött elme
ellenőrzése jó. A megfékezett
elme boldogságot hordoz.
- A csapongó, vágyűzött elmét 36.
a bölcs irányítsa arra, ami mélyen rejtett,
amit oly nehéz meglátni.

A jófelé irányított elme boldogságot hordoz.

37. Egyesegyedül bolyongva, messzekutatva vándorol
szíve legmélyén meglátni a testetlen Rejtőzködőt.
Ha elméjét leigazza, nem győzhet rajta már halál.
38. A Törvény nem tárulhat fel,
amíg az elme ingatag;
A megismerés nem teljes,
amíg a Csend el-elszakad.
39. Akinek elméjét nem gyengíti érzékiség,
akit nem zavart meg a világ,
aki nem gondol többé jutalomra vagy büntetésre,
aki ébren van, annak nincs mitől félnie.
40. Aki tudja, hogy ez a test oly törékeny, mint a korsó,
az ebből a gondolatból építsen magának erődöt.
A megismerés fegyverével szálljon szembe a Kísértővel,
s ne hagyja abba a harcot, amíg le nem győzte teljesen!
41. Mert jaj, hamarosan eljön az idő,
amikor a test úgy fekszik öntudatlanul
a földön, mint egy kiégett tuskó,
megvetve, haszontalanul!
42. Nem tud akkora kárt okozni
ellenség az ellenégnek, gyűlölködő
a gyűlölködőnek, mint amekkora kárt
a rosszul irányított elme okozhat nekünk.

Sem az apánk, sem az anyánk, sem bármely
rokonunk nem tehet értünk annyit,
mint amekkora szolgálatot
a jól irányított elme nyújthat nekünk.

43.

VIRÁGOK

puppha vagga

KI FOGJA LEGYŐZNI EZT A VILÁGOT, 44.
a halál birodalmát, és az istenekét?
Ki fogja jó kertészként az erény
igaz módon felmutatott útját választani?

A tanítvány fogja legyőzni ezt a világot, 45.
a halál birodalmát, és az istenekét.
A tanítvány fogja – mint jó kertész
a megfelelő virágot – az erény útját választani.

Amint ráébredt, buborék a teste, 46.
és csak délibábtermészet az övé,
a vágy minden virágszárát kitépte,
a Halál Királya nem lel rá többé.

Halál leselkedik a vágy virágait 47.
gyűjtőre, akinek elméjét
megzavarta a világ, mintha árvíz
leselkedne az alvó városra.

48. A Halál legyőzi a vágy virágait
gyűjtőt, akinek elméjét
megzavarta a világ, még mielőtt
jóllakhatna a gyönyörökkel.
49. Mint a méh, amely összegyűjtve a nektárt
távozik anélkül, hogy ártana a virágnak,
hogy elváltoztatná annak színét vagy illatát,
úgy éljen a bölcs ezen a Földön!
50. Ne mások hibáival, bűnös cselekedeteivel
vagy mulasztásaival foglalkozzatok,
hanem saját hibáitokkal, bűnös cselekedeteitekkel
és mulasztásaitokkal törődjétek.
51. Ha nem követi cselekvés,
minden ékesszólás hasztalan,
mint a gyönyörű színekben pompázó,
de illattalan virág.
52. Aki nemcsak ékesen beszél,
de aszerint is él, amit mond,
olyan akár a gyönyörű színekben
pompázó, jóillatú virág.
53. Annak, aki világra jött,
legalább annyi jót kell cselekednie,
ahány virágfüzér csak készíthető
egy hatalmas virághalomból.

- Se szantálfa, se tagara, se jázmin 54.
illata nem száll a szél ellenében,
a jószág viszont szembeszáll a széllel,
a jó áthatja az egész világot.
- Illatozzék csak a szantál, 55.
a tagara, a lótusz, s a jázmin,
az erény illatát
úgysem múlhatják felül.
- A tagara és a szantálfa 56.
illata nem jut messzire,
de az erény illata felszáll
az égbe, az istenekig.
- Akik erényesek, 57.
akikben éberség lakozik,
akiket a végső megismerés kiszabadított,
azokhoz nem talál utat a Kísértő.
- Ahogy egy nagy út mellett 58.
hátrahagyott szeméthegeyen 59.
kinyílt jóillatú lótusz
örömet visz a szívekbe,
itt, e földi szemétdombon,
éppen úgy gyújt világot ő,
a Felébredt tanítványa,
mindannak, mi sötétben él.

A BALGA

bāla vagger

A VIRRASZTÓNAK HOSSZÚ AZ ÉJSZAKA, 60.
a fáradt vándornak hosszú a jódzsana,¹
az igaz Törvényt nem ismerő
balgának hosszú a szamszára.

Ha útja során nem találkozna 61.
kiválóbb vagy egyenrangú mesterrel,
ne szegődjön ostoba mellé, inkább
szilárd elhatározással folytassa egyedül az útját!

Az ostobát kínozza a gondolat: „ezek az én fiaim,” 62.
„ez a vagyon az enyém.” Valójában azonban
még saját magával sem rendelkezik.
Hogyan rendelkezhetne akkor a fiaival,
hogyan lehetne a gazdagság az övé?

Az az ostoba, aki tisztában van ostobaságával 63.

¹Régi hosszsmérték. India különböző vidékein néhány kilométer és néhány tucat kilométer közötti távolságot jelenthetett.

– legalább ebben az egy vonatkozásban – bölcs.
De aki annyira ostoba, hogy még bölcsnek is hiszi magát,
az valóban rászolgált az ostoba névre.

64. A balga leélheti egész életét
a bölcs társaságában anélkül,
hogy ráébredne az Igazságra,
ahogyan a kanál sem tud meg semmit a leves ízéről.
65. Az értelmes ember számára egy pillanat
is elegendő a bölcs társaságában ahhoz,
hogy felismerje az Igazságot,
ahogyan a nyelv is felismeri a leves ízét.
66. A balgák saját maguk ellenségei.
Ide-oda bolyonganak miközben
bűnös cselekedeteik száma egyre nő.
De a bűnök keserű gyümölcsöt teremnek!
67. Nem lehet jó az a
cselekedet, amellyel
lelkiismeretfurdalás,
sírás és könny jár.
68. Csak az a cselekedet lehet jó,
amellyel nem jár
lelkiismeretfurdalás,
amelynek jutalma öröm és boldogság.
69. Amíg a bűnös cselekedet nem hozza meg gyümölcsét,

az ostoba azt hiszi, a bűn olyan, mint a méz;
de mihelyt gyümölcsöt hoz,
szenvedés sújtja az ostobát.

Hiába eszi ételét az ostoba 70.
a fűszál hegyével,¹
egyizenhatod részére sem méltó azoknak,
akik valóban megértették a Törvényt.

A bűnös cselekedet olyan, akár 71.
a frissen mert tej. Nem romlik meg rögtön,
hatása szunnyad, mint a hamuval borított parázs,
és úgy követi az ostobát.

Bármily sok ismeretre tesz szert az ostoba, 72.
csak kára származik belőle,
a fejét hasogatja, és ami jó még
maradt benne, azt is elpusztítja.

Hadd vágyakozzék az ostoba hírnévre, 73.
elsőségre a kolduló barátok között,
előljárói posztra a rendben,
s nagy tiszteletre a többi gyülekezet részéről!

Az ostoba sóvárgása és büszkesége 74.
egyre nő, folyton azon jár az esze,
hogy lássa minden családapa és szerzetes,
hogy ő mit cselekedett.

¹ Az aszkéták a kusa fű hegyét használták kanál gyanánt, hogy csöppnyi táplálékukat magukhoz vegyék.

Ő akarja előírni mindenki számára,
hogy mit szabad és mit nem szabad tennie.

75. Más út vezet a szerzéshez,
és más út visz a Nirvánába.
A koldus, a Buddha tanítványa,
miután ezt felismerte, ne az emberek
tiszteletét akarja kivívni, hanem egyedül
a különbségtevő tudásnak szentelje az életét!

A BÖLCS

paṇḍita vagga

HA OLYAN BÖLCCSEL TALÁLKOZIK 76.
az ember, aki megfeddi hibáiért,
s rámutat arra, hogy mit kell elkerülnie,

akkor kövesse ezt a bölcset,
aki mélyen rejtett kincseket tárhat fel.
Nem jár rosszul, ha ilyen bölcset követ.

Intsen, igazítson útba, 77.
tartsa távol a gonoszszágot!
A jók szeretni,
a rosszak gyűlölni fogják.

Ne keressétek az alávalók, 78.
a bűnösök társaságát;
az erényesekkel, a legjobbakkal
kössetek barátságot!

Aki a Törvényből iszik, 79.
annak elméje lecsillapul,

A bölcs a kiválasztottak révén feltárult
Törvényben örvendezik örökkön át.

80. A csatorna-építők bárhová elvezetik a vizet,
a nyíl-készítők egyenes nyílveesszőket csinálnak,
az asztalosok megfaragják a fát,
a bölcsek viszont önmagukat alakítják.
81. A szél nem rendíti meg
a kősziklát, éppígy a bölcsek
sem inognak meg szidalmak
vagy dicsérő szavak hallatán.
82. Mint egy tisztavízű,
nyugodt és mély tó, olyan
a bölcs, aki miután hallott
a dharmákról, lecsendesült.
83. A jók mindenüket odaadják,
nem a vágyaik beszélnek;
a bölcsek egyként viselik
a boldogságot és a szenvedést.
84. Aki sem önmagáért, sem senki másért
nem vágyik utódokra, gazdagságra, hatalomra,
aki sohasem akar igaztalanul boldogulni, az valóban
vallásos, tiszta erényű, igaz megismeréssel bíró.
85. Az emberek közül csak kevesen
érik el a túlsó partot, a legtöbben

ezen a parton szaladgálnak fel-alá
anélkül, hogy bármit is találnának.

Akik, miután hallották a Törvényről szóló 86.
igaz tanítást, követik is a Törvényt,
átjutnak a túlsó partra, az oly nehezen
legyőzhető Halál birodalmán túlra.

A bölcs hagyja el a sötétséget és lépjen 87.
az Erény útjára! Hátrahagyván otthonát
távozzék az otthontalanságba,
a magányba, melyet oly nehéz szeretni!

Ott keressen örömet 88.
valamennyi vágyat hátrahagyva,
semmit sem birtokolva,
szívét minden tisztátalanságtól megtisztítva!

Akiknek elméje szilárdan megalapozódott 89.
a megvilágosodás héttagú útján, ^[1]
s abban lelik örömüket, hogy a szerzésről lemondva
semmihez sem ragaszkodnak,
azok a ragyogó lények, legyőzvéen szenvedélyeiket,
még itt, e Földön elérik a szabadulást.

Jegyzetek

1. A megvilágosodáshoz vezető út hét tagja: 1. *sati*, emlékezés, a hagyomány tisztelete; 2. *dhamma-vicaya*, az Igazság keresése; 3. (*dhamma*-)*viriya*, (az Igazság keresésében való) állhatatosság; 4. (*dhamma*-)*pīti*, (az Igazság keresésében való) öröm; 5. *passaddhi*, csendes derű; 6. *samādhī*,

elmélyülés; 7. *upekkhā*, nyugalom.

A SZENT

arahanta vagga

BEVÉGEZTE ÚTJÁT, TÚLJUTOTT A SZOMORÚSÁGON, 90.
minden béklyót lerázva magáról
végleg kiszabadult:
számára nincs többé szenvedés.

Semmi nincs, mi visszahúzza, 91.
az emlékháló szétszakad,
száll magasba tó hattyúja,
és mindent, mindent hátrahagy.

Nehéz követni az égen a madarak röptét, 92.
épp ily nehéz kifürkészni az útját azoknak,
akiknek tapasztalását már nem táplálja étel,
akiknek feltárult a táplálék valódi természete,
akiknek étele a kiszabadulás,
az ok és támaszték nélküli Üresség.

Kialudtak szenvedélyei, nem függ a tapasztalás 93.
táplálékától, feltárult számára a tapasztalás valódi

természete, étele a kiszabadulás,
az ok és támaszték nélküli Üresség:
épp oly nehéz kifürkészni az útját,
mint a madarak röptét az égen.

94. Még az istenek is irigylik azt az embert,
aki megszabadult a büszkeségtől, mentes a vágytól,
s leigázta az érzékeit, ahogyan a kocsihajtó
megfékezi a zabolátlan lovakat.
95. Türelmes, akár a Föld;
olyan, mint a küszöb; erényes, mint Az;
szennyezetlen, akár egy kristálytisza tó:
megszűnik számára a továbblétesülés.
96. Aki Hozzá hasonlóan lecsendesült,
akit a Tökéletes Tudás megszabadított,
annak csend a gondolata,
csend a szava, és csend a tette.
97. Már nem hisz, hanem tud, megismerte a Teremtetlent,
rést nyitott a falon, megszüntetett minden alkalmat,
kivetett magából minden vágyat,
ő a legkiválóbb az emberek között.
98. Éljenek bárhol a szentek,
falun vagy erdőn,
vízen vagy szárazföldön,
örömteli az a hely.

Az emberek nem kedvelik a vadont,
pedig az erdő magánya örömteli azoknak,
akik a szenvedélyektől megszabadultak,
s nem vágynak gyönyörökre.

99.

EZREK

sahassa vagga

FEL NEM FOGOTT SZAVAK KÖZÜL 100.
hiába hall meg ezret is,
ezer haszontalan szónál
több egy, ha az lecsendesít.

Fel nem fogott versek közül 101.
hiába hall meg ezret is,
ezer haszontalan versnél
több egy, ha az lecsendesít.

Fel nem fogott himnuszokból 102.
recitáljon bár ezret is,
ezer hasztalan himnusznál
több egy, ha az lecsendesít.

Hiába győz le ezerszer 103.
ezer embert a csatában,
ahhoz, hogy valóban győzzön,
egyvalakit kell legyőznie: önmagát.

104. A mások felett aratott diadalnál
105. önmagunk legyőzése többet ér.
Sem az istenek, sem az angyalok,¹
sem a Kísértő, sem a Teremtő
nem vehetik el a győzelmet
attól, aki önmagát legyőzte,
s önuralma szüntelen.
106. Hiába áldoz száz éven keresztül
hónapról-hónapra ezer áldozattal,
többet ér, ha egyetlen pillanatra
a bölcsnek hódol, ki magát legyőzte.
Bizony, egyetlen ilyen pillanat több
a száz éven át végzett áldozatnál.
107. Az áldozat tüzét hiába őrzi
a vadon mélyén száz éven keresztül,
többet ér, ha egyetlen pillanatra
a bölcsnek hódol, ki magát legyőzte.
Bizony, egyetlen ilyen pillanat több
a száz éven át végzett áldozatnál.
108. Bármit feláldozhat, bármit felajánlhat,
hogy érdemeket szerezzen magának;
mindez, bizony, a negyedét sem éri
az erényes élet tiszteletének.
109. Aki mindig megadja

¹Gandharvák

a tiszteletet az időseknek,
négyféle módon is gyarapszik:
élethossza, szépsége, boldogsága s hatalma nő.

Többet ér egyetlen elmélyült, 110.
erényben gazdag nap is,
mintha száz éven át élnénk
szétszórt és bűnös életet.

Többet ér egyetlen elmélyült, 111.
megismerést hozó nap is,
mintha száz éven át élnénk
szétszórt és tudatlan életet.

Többet ér egyetlen kitartó, 112.
mindent vállaló nap is,
mintha száz éven át élnénk
rest és erőtlén életet.

Hiába él valaki száz évig, ha közben 113.
nem ébred rá a születésre és a halálra;
egyetlen nap, melyen rádöbben
a keletkezésre és az elmúlásra, többet ér.

Hiába él valaki száz évig, ha közben 114.
nem látja meg a Halál Nélküli Utat;
egyetlen nap, melyen megpillantja
a Halál Nélküli Utat, többet ér.

Hiába él valaki száz évig, ha közben 115.

nem látja meg a Legfőbb Törvényt;
egyetlen nap, amelyen meglátja
a Legfőbb Törvényt, többet ér.

BŰN

pāpa vagga

A JÓRA TÖREKEDJEN AZ EMBER, 116.
s tartsa távol magát a bűntől!
Ha az elme rest a jóra,
előbb-utóbb a bűnben érzi jól magát.

Ha az ember bűnt követ el, 117.
nehogy újra és újra megtegye.
Ne sóvárogjon a bűn után,
mert minden bűnnel halmozódik a szenvedés.

Ha az ember jót cselekszik, 118.
tegye újra és újra.
Lelje kedvét a jóban,
mert a jósággal a boldogság is egyre nő.

Hiába tapasztal csupa kellemes dolgot, 119.
amíg bűnének gyümölcse beérik;
mihelyt a bűn meghozza gyümölcsét,
a bűnös megtapasztalja, mi a szenvedés.

120. Hiába éri az embert csupa kellemetlen dolog,
amíg jótettének gyümölcse beérik;
mihelyt a jótett meghozza gyümölcsét,
a jó megtapasztalja, mi a boldogság.
121. Senki ne becsülje le a bűnt, mondván:
„Ó, nekem a közelembbe se férkőzhet!”
A vizeskanna akkor is megtelik,
ha csak cseppenként hullik bele a víz;
épp így megtelik az ostoba bűnnel,
még ha apránként gyűlik is össze.
122. Senki ne becsülje le a jóságot, mondván:
„Én már a közelébe se kerülhetek a jónak!”
A vizeskanna akkor is megtelik,
ha csak cseppenként hullik bele a víz.
A bölcs éppígy megtelik jóval,
még ha apránként gyűlik is össze.
123. Amikor sok kincset szállít és nincs erős kísérete,
a kereskedő megpróbálja elkerülni a veszélyes utat;
aki szereti az életét, igyekszik elkerülni a mérgeket –
ugyanígy a bölcs is távol tartja magát a bűntől.
124. Akinek nincs sérülés a kezén,
megfoghatja a mérget,
mert a méreg nem árt annak, akinek a bőre ép.
A bűn éppígy nem árt a büntelennek.
125. Bizony mondom, a bűn visszahull

arra az ostobára, aki bántalmaz egy ártatlan,
tisztalelkű, bűntelen embert, ahogyan
a finom homok visszaszáll arra, aki eldobta.

Egyesek anyaméhbe, a bűnösök pokolba, 126.
a jók a mennybe jutnak. Akik megszabadultak
szenvedélyeiktől, a Nirvánába térnek.

Sem a levegőben, sem a tenger közepén, 127.
sem a sziklák hasadékaiban nem ismeretes
olyan hely a világon, ahová elrejtőzhetne az ember,
s így megszabadulhatna bűneinek a következményeitől.

Sem a levegőben, sem a tenger közepén, 128.
sem a sziklák hasadékaiban nem ismeretes
olyan hely a világon, ahová elrejtőzhetne
az ember, ahol ne győzne rajta a Halál.

BÜNTETÉS

daṇḍa vagga

MINDENKI FÉL A BÜNTETÉSTŐL, 129.
mindenki reszket a haláltól.
Aki úgy tesz másokkal,
ahogyan önmagával tenne,
az nem öl, és másokat sem készítet ölni.

Mindenki fél a büntetéstől, 130.
mindenki szereti az életet.
Aki úgy tesz másokkal, ahogyan önmagával tenne,
az nem öl, és másokat sem készítet ölni.

Aki a saját boldogságát keresve 131.
kezet emel másokra, akik maguk is
boldogságra vágnak,
az nem lesz boldog a halál után.

Aki a saját boldogságát keresve 132.
nem emel kezét másokra, akik
maguk is boldogságra vágnak,

az boldog lesz a halál után.

133. Sértő szavak ne hagyják el ajkad!
A sértésekre sértés lesz a válasz,
mert a sértés szenvedést okoz,
s mindig követi a visszavágás.
134. Akkor éred el a Nirvánát,
ha némává leszel, mint egy összetört gong,
s megszűnik számodra
minden nyugtalanság.
135. Ahogyan a pásztor legelőre hajtja
botjával a teheneket,
úgy úzi a lények életét
az öregkor és a halál.
136. Az ostoba nincs tudatában annak,
hogy amikor bűnt követ el,
akkor mintegy a saját cselekedeteivel
lobbantja lángra magát.
137. Aki fegyverrel támad
138. egy fegyvertelen ártatlanra,
139. azzal a következő tíz dolog
140. valamelyike történik:
kínzó fájdalmai lesznek,
legyengül,
megsérül a teste,
betegség támadja meg,

esztét veszti,
szörnyűségekkel vádolják meg és
üldöztetés éri a király részéről,
elveszíti egy rokonát,
megsemmisül a vagyona,
villám tüze gyújtja fel a házat,
s amikor felbomlik a teste,
pokolra jut az ostoba.

A mezítelenség, a kócos haj, a sár, a böjt, 141.
a csupasz földön alvás, a por és korom
nem tisztítják meg bűneitől a halandót,
amíg nem győzi le magában a kétkedést.

Aki szenvedélyek nélkül, lecsendesülten, 142.
szüzességben él nem ártva semmilyen
élőlénynek, az – járjon bár díszes ruhában –
valóban bráhmaṇa, remete s kolduló barát.

Van-e itt olyan derék ember, 143.
akinek mindvégig sikerült
elkerülnie a szemrehányást,
mint jó lónak a korbácsot?

Mint a tüzes ló, amikor megérinti az ostor, 144.
olyan buzgók legyetek, telve hittel, erénnyel,
kitartással, számadhival, az Igazság keresésével,
tökéletes tudással és tökéletes gyakorlattal,
mindenre kiterjedő emlékezéssel, s akkor

legyőzitek ezt a mérhetetlen szenvedést.

145. A csatorna-építők bárhová elvezetik a vizet,
a nyíl-készítők egyenes nyílvevesszőket csinálnak,
az asztalosok megfaragják a fát,
a bölcsek viszont önmagukat alakítják.

ÖREGSÉG

jarā vaggā

MINEK A KACAGÁS, MINEK A JÓKEDV, 146.
hiszen a világ szüntelen lángban áll!
Amikor rátok szakad a sötétség,
nemde egy lámpást kerestek először?

Nézd milyen beteg, milyen összetákolt, 147.
s e csupaseb test mégis mire képes!
Mért bújtatták e bábót szép ruhákba,
ha semmi, semmi nem marad belőle?

Ím a test, mely a betegségek fészke lett! 148.
Ó milyen törékeny és milyen megviselt!
Hisz ez az egész csak egy halom rothadás!
Az élet a halálban úgyis véget ér!

Ha, mint tökhéjakat őszele, 149.
látod heverni szerteszét
a galambfehér csontokat,
ember, hogy örülhetsz te még?

150. Hússal és vérrel tapasztott
csontból épült erőd a test,
amelyben képmutatás, gőg,
öregkor és halál lakik.
151. Bár elkopik a szép királyi hintó,
s a testet megérinti az öregség,
a jók erényét nem érinti semmi,
mivel a jók mindig egymást tanítják.
152. Mint az ökör, úgy vénül meg,
aki nem tanul eleget;
csupán húsa gyarapszik,
de tudása egyre kevesebb.
153. Számtalan születésen át
rohantam egyre hasztalan
kutatva Építő után –
újraszületni szenvedés!
154. Építő végre láttalak!
Nem építéd már házadat,
szétroppantak a szarufák,
a szelemenfa összetört,
s a szankhárák kihunyta után
megszűnt az elmében a szomj.
155. Aki nem él szüzességben,
s fiatalon kincset nem gyűjt,
mint kihalt tóban a vén darvak,

később úgy fog epekedni.

Aki nem él szüzességben,
s fiatalon kincset nem gyűjt,
ott fekszik majd kilőtt nyílként,
a múlt után epekedve.

156.

ÖNMAGA

atta vagga

HA ÖNMAGÁT SZERETNÉ IGAZÁN MEGISMERNI, 157.
Arra figyeljen, aki jól figyelt
ama éjszakán – az ōrség idején – és átjutott! ^[1]
Bölcsek, legyetek éberek!

Aki a jóban először 158.
önmagát alapozza meg,
s azután tanít másokat,
azt a bölcset nem éri kín.

Magát is úgy formálja, ahogyan másokat tanít! 159.
Győzze le önmagát, és másokat is buzdítson erre!
Bizony mondom, nehéz az embernek
önmagát legyőznie!

Énnek én a menedéke, 160.
mi más lehetne menedék?
Aki magát megfékezte,
az biztos menedékre lel.

161. Maga szülte s hozta létre
a maga elkövette bűnt,
mely – mint követ a gyémánt –
porrá zúzza az ostobát.
162. Ahogyan a málu¹ körülfolylja és elpusztítja a szálafát,
úgy hálózza be és teszi tönkre a gonoszság az embert.
A bűnös azt teszi magával,
amit az ellensége szeretne tenni vele.
163. A bűnt könnyű elkövetni,
pedig a rossz önmagunknak árt,
A jó viszont hasznunkra van,
megtenni mégis oly nehéz!
164. Aki ostoba elméletek kedvéért
elutasítja a szentek, a kiválasztottak,
az Erénynek élő tanítását,
az önnön pusztulásának
gyümölcsét termi,
akár a katthaka.²
165. Az ember a bűnt maga teszi,
maga mocskolja be magát;
míg ha a bűnt nem cselekszi,
maga tisztítja meg magát.
Tisztaságért és tisztátalanságért
Mindenki önmaga felel,

¹Fákon élősködő kúszónövény.

²Bambusz.

Nem tisztíthat meg senki mást!

Bármi is az, semmi másért
önnön üdvét ne adja fel!
Ha ráébredt, mi a célja,
szentelje annak önmagát.

166.

Jegyzetek

1. Megmaradtam az 1994-es értelmezésnél. V.ö.: „Megvilágosodása akkor történt, amikor a Buddha, a megáldott, éppen Uruvelában tartózkodott, a Nérandszará folyó partján, egy bódhifa tövében. A meditációba mélyedt Megáldott összesen hét napot töltött el a bódhifa tövében a szabadulás boldogságát megtapasztaló örömben. Ekkor a Megáldott elméje az első éjszakai őrség idején mindkét irányban végigjárta a keletkezés egymáson függő láncszemeit.” (*Vinajapitaka*, I. 1.; Fórizs László fordítása, in: *India bölcsessége*, Budapest, 1994, 208. oldal.)

A VILÁG

loka vagga

NE KÖVESS ALANTAS TÖRVÉNYT! 167.
Nemtörődöm ne légy soha!
Ne kövess hamis tanítást!
Ne a világ barátja légy!

Ébredj! Elég a restségből, 168.
az igaz Erényt kövessed!
Aki erényes, boldog itt,
s boldog lesz a túlvilágon.

Az igaz Erényt kövessed, 169.
soha ne a hamisságot!
Aki erényes, boldog itt,
s boldog lesz a túlvilágon.

Akárha buborék lenne, 170.
vagy tovatűnő délibáb,
ha így nézel a világra,
nem lát meg a Halálkirály.

171. Jöjj és nézd ezt a világot,
a király harci hintáját!
A balgák belemerülnek,
nem ejti rabul azt, ki tud.
172. Tunyaságba süppedt régen,
de ma már éberen vigyáz,
bevilágítja a Földet,
mint Hold a tiszta éjszakát.
173. Aki a bűnös tettekre
jótetteivel válaszol,
bevilágítja a Földet,
mint Hold a tiszta éjszakát.
174. Meg van vakítva a világ, csak kevesen látnak.
Az emberek, akár a hálóba zárt madarak;
csak néhányan szabadulnak ki, s érik el a Mennyet.
175. A napúton át a téren
vadlúdcsapat csodaszárnyon
világból ébrednek éppen
győzvén bölcsek a Halálon.^[1]
176. Ki megszegi az egy Törvényt,
hamisan szól minden szava,
megveti a túlvilágot,
nincs rossz, amit ne tenne meg.
177. Bizony, a fősvény nem jut el az istenek lakhelyére.

Hiába becsmérlik az ostobák a nagylelkűséget,
a bölcs az adásban leli kedvét,
s ezért boldog lesz a túlvilágon.

Lépj rá az Útra! Többet ér az minden
földi szabadságnál, többet ér a mennyei
örömnél, többet ér az összes világ
felett megszerzett uralomnál.

178.

Jegyzetek

1. Eredetileg azért döntöttem a hattyú és az egyes szám mellett, mert a megvilágosodás egyedi, individuális jellegét éreztem hangsúlyosabbnak:

A napúton át a téren Egy hattyú száll csodaszárnyon A világból
ébred éppen győzvén a bölcs a Halálon.

(Ezzel kapcsolatban lásd, többek között, a 165., 239. és 327. verseket).

Ugyanilyen fontos azonban, hogy a megvilágosodás mindenki számára elérhető, és e győzelem rendkívüli hatást gyakorol az egész közösségre. Nem véletlen, hogy a Buddhát a legszentebb védikus jelképekkel (Nyom, Kerék) ábrázták a késővédikus kor emberei.

Ez a közösségi jelleg a Rigvédában nagyerejű képekben jelenik meg. Elég, ha a következő versekre utalok:

Éjsötét úton, vízbe öltözötten, arany madarak repülnek az Égbe;
S a Rend honából mikor visszatérnek, átítatódik a Földanya vajjal.
(RV. 1.164.47.)

Az áldozattal a Szó nyomát követték, a látókban-lakozót megtalálták. Elhozták őt, szétosztották közöttünk, a hét énekmondó együtt dicséri.” (RV. 10. 71. 3.)

Ha odáig nem is megy el a Dhammapada 175. verse, mint a Rigvéda („átítatódik a Földanya vajjal”), a többes számú alak használata utal a megvilágosodás mindenki számára elérhető voltára. Ugyanakkor a páli *haṣṣa* a vadludak jelentést is hordozza, s ez utóbbiak képe, a hattyúéval szemben, alkalmasabb a közösségi jelleg hangsúlyozására. (Köszönettel tartozom Gál Balázsnak egy régi vitánkért, hiszen ő már 1994-ben, nem sokkal az első kiadás megjelenése után, a vadludak mellett érvelt.)

Ezek után jogosnak tűnik a kérdés: akkor a 91. versben miért nem ugyanezt a képet használom? Erre csak azt tudom válaszolni, hogy úgy érzem, ebben az esetben szintén elveszne valami. (Lásd az utolsó végjegyzetet is.)

A BUDDHA

buddha vagga

KINEK GYŐZELMÉN NEM GYŐZ GYŐZELEM, 179.
kinek győzelméhez senki fel nem érhet,
ugyan miféle utat mutathatnátok

a végtelen tapasztalású Felébredettnek,
az Úttalannak, a nyomot sem hagyónak,
aki nem a létesülés világában vetette meg lábait?

Akit sehová sem kényszerít 180.
a behálózó, odatapasztó szomj,
ugyan miféle utat mutathatnátok
a végtelen tapasztalású Felébredettnek,
az Úttalannak, a nyomot sem hagyónak,
aki nem a létesülés világában vetette meg lábait?

Az istenek is irigylük a emlékezet-kitáró Buddhákat, 181.
a bölcseket, akik örömuiket abban lelték,
hogy a meditációnak szentelődve
vágytalanság révén kiszabaduljanak.

182. Nehéz és fájdalmas embernek születni,
a halandók élete fájdalmasan nehéz.
Az Igaz Törvényt oly nehéz meghallani,
nehéz ébredés a Felébredetteké.
183. Elkerülni minden rosszat,
de a jót tenni szüntelen,
S megtisztítani az elmét.
Ez a Buddhák örök tana.
184. Az állhatatos türelem a legnagyobb vezeklés,
a Nirvána a legfőbb, mondják a Felébredettek.
Nem vonult ki a világból, aki megbánt másokat,
nem tagadta meg önmagát, aki másoknak árt.
185. Ne vess meg senkit! Ne árts
senkinek! Az engedelmisségben¹
győzd le önmagad! Légy mértékletes
az evésben! A magányban lakj,
a meditációt gyakorold szüntelen!
Ez a Buddhák tanítása.
186. Hiába dúskál valaki az aranyban,
187. nem talál kielégülést a gyönyörökben,
mert alighogy megízleltük a gyönyöröket,
szenvedés jár a nyomukban.
Megértvén ezt, a bölcs még a mennyei
örömökben sem leli örömét;

¹ A buddhizmus erkölcsi útmutatásait (a pátimókkha szabályait) betartva.

a Teljesen Felébredett tanítványa
egyedül a szomj kioltódásában leli örömét.

Szent helyre, ligetbe, fákhöz, 188.
vadonba és hegyek közé
futnak félelmükben
menedéket lelni az emberek.

De egyik sem biztos menedék, 189.
egyk sem a legfőbb menedék;
aki bennük keres menedéket,
nem szabadul meg a szenvedéstől.

Aki a Buddhában, a Tanban 190.
s a Közösségben lel menedékre,
az teljesre tárult tudással éli
a Négy Nemes Igazságot!

A szenvedés igazságát, a szenvedés okának igazságát, 191.
a szenvedés megszüntethetőségének igazságát,
és a szenvedés megszüntetéséhez vezető
Nemes Nyolcas Út igazságát!

Ez a biztos menedék, 192.
ez a legfőbb menedék,
aki rátalál, minden szenvedéstől
megszabadul.

Nehéz igaz embert találni, 193.
igazak nem születnek mindenütt.

Boldog az a nép,
ahol ilyen bölcs születik.

194. Mert áldott a Buddhák születése,
áldott a szent Tan hirdetése,
Áldott a Közösség összhangja,
s áldott a közösségben-élők önátadása.
195. Aki tiszteli azokat, akik méltóak
196. a tiszteletre: a buddhákat s tanítványaikat,
akik túljutva minden akadályon
átkeltek a bánat folyamán;
aki az ilyen boldog-kitárulkozó,
félelem nélküli bölcseket tiszteli,
annak érdemeit semmilyen
mérték nem méri meg.

BOLDOGSÁG

sukha vagga

É LJÜNK BOLDOGAN A GYŰLÖLKÖDŐK KÖZÖTT, 197.
nem gyűlölve senkit!
Igen, éljünk gyűlölet nélkül
a gyűlölködők között!

Éljünk boldogan, kín nélkül 198.
a betegségben szenvedők között!
Igen, éljünk kín nélkül
a betegségben szenvedők között!

Éljünk boldogan, mohóság nélkül 199.
a kapzsi emberek között!
Igen, éljünk mohó vágyak nélkül
a kapzsi emberek között!

Éljünk boldogan, mi, 200.
akiknek semmink sincs,
mint a ragyogó istenek,
akiknek boldogság az étke!

201. A győzelem gyűlölködést szül,
a legyőzöttek élete csupa szenvedés.
Boldogan él, aki lecsendesült,
aki hátrahagyott győzelmet és vereséget.
202. Nincs a szenvedélyhez fogható tűz,
nincs a gyűlölethez fogható vész,
Nincs a szkandhákhoz^[1] hasonló szenvedés,
nincs a Csendnél nagyobb boldogság.
203. Az éhség a legrosszabb betegség,
a szankhárák a legkínzóbb szenvedés;
aki erre valóban ráébredt,
annak a Nirvána a legfőbb boldogság.
204. Az egészség a legnagyobb nyereség,
a megelégedés a legnagyobb kincs,
a bizalom a legnagyszerűbb rokon,
a Nirvána a legnagyobb boldogság.
205. Megitta a magány, a lecsendesülés italát,
megszabadult a félelemtől,
megtisztult a bűntől,
a Törvény öröméből iszik örökkön át.
206. Jó a kiválasztottakat látni,
velük élni mindig boldogság.
Boldog, aki mindvégig
ostobák látványa nélkül élhet.

Balgákkal élni hosszú szenvedés,
mintha az ellenségünkkel lennénk összezárva;
a bölcs társasága viszont boldogság,
mintha a legkedvesebb rokonunkkal élnénk.

207.

Ezért:
az igaz megismeréssel bírót, a küldetését
teljesítőt, a szent tudásban jártasat, a bölcsét,
aki szívós mint az öszvér, aki kiválasztatott,
úgy kövesd e tiszta embert, ahogyan az égen
útját a Hold a csillagok között!

208.

Jegyzetek

1. A szkandhák a(z emberi) létesülés öt alapvető csoportosulását jelentik a buddhista filozófiában. Bár rendkívül félrevezető, a mi fogalmainkkal általában a következő kifejezésekkel szokták őket visszaadni:

1. *rūpa*, forma, megtestesültség; 2. *vedanā*, érzékelés, érzés; 3. *saññā*, megragadás, észlelés; 4. *saṅkhārā*, (jellem)összetevők, (személyiség-)elemek; 5. *viññāṇa*, tudat, tudomásszerzés.

GYÖNYÖR

piya vagga

LE NEM IGÁZOTT ELMÉJE 209.
szikrázó szenvedéllyel ég;
nincs célja, csak gyönyört hajszol,
keserűn fog csalódni még!

Soha semmilyen gyönyörhöz, 210.
se gyötremhez ne tapadj!
A gyönyör szűnte szenvedés,
akár az átélt gyötrem.

Ne hajszold tovább hiába, 211.
hisz kín a távozó gyönyör!
Hagyj hátra gyönyört, gyötrelmet,
s lehull rólad minden bilincs!

Ha megkedvelünk valamit, bánatot szül, 212.
a megkedvelés félelmet terem.
Aki megszabadul tőle, nem bánkodik többé,
s ugyan mitől félne?

213. Ha vonzódunk valamihez, bánatot szül,
a vonzódás félelmet terem.
Aki megszabadul tőle, nem bánkodik többé,
s ugyan mitől félne?
214. Ha élvezünk valamit, bánatot szül,
az élvezet félelmet terem.
Aki megszabadul tőle, nem bánkodik többé,
s ugyan mitől félne?
215. Ha vágyunk valamire, bánatot szül,
a vágy félelmet terem.
Aki megszabadul tőle, nem bánkodik többé,
s ugyan mitől félne?
216. Ha szomjazunk valamire, bánatot szül,
a szomj félelmet terem.
Aki megszabadul tőle, nem bánkodik többé,
s ugyan mitől félne?
217. Akiben erény és belátás lakozik,
aki a Törvényben alapozta meg magát,
hű marad az igazsághoz, s a küldetését teljesíti,
azt szeretni fogják az emberek.
218. Szívében vágy ébredt a Kimondhatatlan után,
elméje áthatottá vált, elfordult a gyönyöröktől,
nem béklyózzák többé érzéki vágyak,
róla mondják: „az árral szemben halad”.

A messzi útról hazatérőt
túláradó örömmel fogadják
rokonai, barátai, s mindazok,
akiknek szívéhez közel áll.
Az erényes embert, midőn távozik
ebből a világból a másikba,
úgy várják jótettei,
mint szerettei a hazatérő jóbarátot.

219.

220.

HARAG

kodha vagga

HAGYJON HÁTRA HARAGOT, BÜSZKESÉGET! 221.
Szabaduljon meg az összes bilincstől!
A név-formához hozzá nem tapadva
nem köti semmi: nincs több szenvedése.

Ki a szívében fellobbanó haragot visszafogja, 222.
mint jó harcos a meglódult harci szekeret,
azt hívom én kocsihajtónak,
a többiek csak a gyeplőt szorongatják.

Az ember győzze le a dühöt szelídséggel, 223.
győzze le a gonoszságot jósággal,
győzze le a fösvenységet bőkezűséggel,
győzze le a hazugságot igazsággal!

Mindig igazat szól, haragra nem gerjed, 224.
ha kell, mindenét odaadja.
E három erény révén
az istenek színe elé kerül.

225. A nem-ártásban megszilárdult bölcsek,
akik testükkel teljes önuralomra tettek szert,
elérlik az el-nem-pusztuló-lakhelyet,
s nem bánkódnak soha többé.
226. Akik szüntelenül éberek,
akik keresve kutatnak éjjel és nappal,
akik a Nirvána felé törekednek,
azoknak végül megszűnik minden szenvedésük.
227. Nem mai, hanem réges-régi mondás ez, Atula:
„Szidalmazták, ki némán ül,
szidalmazták, ki sokat beszél,
s szidalmazták, ki mértékkel szól.”
Nincs a Földön olyan ember,
akit ne szidnának valamiért.
228. Nem volt, nincs, és nem is lesz
olyan ember, aki egész életében
csak szidást kap, vagy csak dicséretet.
229. Ki meri őt szidni, a feddhetetlent,
230. akit a bölcsek naponta dicsérnek,
akiben igaz Tudás és Erény lakozik,
aki olyan tiszta, mint a Dzszambu¹
színaranyából készült érme;
ki meri őt szidni, akit az istenek
szüntelen dicsérnek,

¹ A Méru-hegyen eredő legendás folyó.

kinek dicséretét a Teremtő is zengi?

Órizkedjen a tett dühétől, 231.
a tetteivel győzzön önmagán,
tetteiben a jót kövesse,
és hagyja el, ami helytelen!

Órizkedjen a szó dühétől, 232.
a szavával győzzön önmagán,
szavaiban a jót kövesse,
és hagyja el, ami helytelen!

Órizkedjen a gondolat dühétől, 233.
gondolattal győzzön önmagán,
gondolata a jót kövesse,
és hagyja el, ami helytelen!

Aki tetteiben, szavaiban 234.
és gondolataiban egyaránt
önuralommal bír, az a bölcs
valóban legyőzte önmagát.

TISZTÁTALANSÁG

mala vaggera

OLYAN VAGY, MINT EGY ELSÁRGULT LEVÉL, 235.
a Halál elküldte hozzád hírnökét,
ott állsz az elszakadás küszöbén,
de arra az útra semmit sem viszel!

Magad készíts menedéket magadnak, 236.
igyekezz, légy bölcs,
távolíts el magadból minden tisztátalanságot!
Bűntelen élj, s eléred a kiválasztottak égi világát!

Az életed oly hamar véget ér! 237.
A közelgő Halál árnyékában élsz!
Ott nincs otthon, hogy benne megpihenj,
arra az útra semmit sem viszel!

Magad készíts menedéket magadnak, 238.
igyekezz, légy bölcs,
távolíts el magadból minden tisztátalanságot!
Bűntelen élj, hogy ne kelljen többé

belépned a keletkezésbe-pusztulásba!

239. Ahogyan az ötvösmester
apránként megtisztítja az ezüstöt,
úgy szabadítsátok meg ti is magatokat
apránként – újra meg újra megpróbálva –
minden tisztátalanságtól!
240. Ahogyan a vasat a saját
tisztátalansága rágja szét,
ugyanúgy a bűnöst is a saját cselekedetei
viszik a szenvedés poklába.
241. A szent ígéknél ismétlésük hiánya,
a házimunka esetén annak elhanyagolása,
a szépségápolásban a lustaság,
az őrségben pedig a szétszórtság a legfőbb hiba.
242. Az asszony tisztátalansága a ledérség,
az adakozó tisztátalansága a szűkmarkúság;
a bűnös dharmák tisztátalanok
e világon és ezen túl is.
243. De minden tisztátalanságnál tisztátalanabb
a tudatlanság – ez a legnagyobb tisztátalanság.
Ettől szabaduljatok meg, szerzetesek,
és akkor minden tisztátalanságtól megszabadultok!
244. Könnyű boldogulni
az arcátlan szájhősnek,

aki erőszakos, törtető,
gőgös és romlott.

Az élet nehéz a szemérmesnek, 245.
aki mindig a világosságot keresi,
semmihez hozzá nem tapad,
alázatos szívű, tiszta életű és belátó.

Aki életet öl, 246.
hazugságot szól, 247.
elveszi, ami nem az övé,
más felesége után koslat,
vagy erős, részegítő italokat iszik,
az az ember önnön gyökereit ássa ki.

Tudd meg, ó ember, hogy önmagad 248.
meg-nem-fékezése bűnös dharmákat hordoz;
ne engedd, hogy a sóvárgás és az erény hiánya
hosszantartó szenvedést okozzanak!

Van, aki hitéből fakadóan ad, 249.
s van aki egyszerűen jóindulatból;
akit viszont elkedvetlenít
a másoknak adományozott
étel vagy ital, az sohasem
éri el a számádhit.

Aki nem pusztítja el, 250.
nem irtja ki gyökerestől
ezt az irigységet,

az sohasem éri el a számádhit.

251. Semmi sem ég úgy, mint a szenvedély,
semmi sem tart fogva úgy, mint a gyűlölet,
semmi sem hálóz be úgy, mint az örület,
semmi sem jár át úgy, mint a szomj.
252. Mások hibáit úgy tárjuk fel és szórjuk világgá,
mint a gabonaszemekről leváló pelyvát,
saját hibáinkat viszont úgy takargatjuk,
mint vesztes dobást a csaló.
253. Aki csak a mások hibáit kutatja,
mindig a szemrehányáson jár az esze,
mindenért zúgolódik s mindig sértve érzi magát,
attól messze van a szenvedélyek kihunyta,
sőt egyre nagyobbra nőnek szenvedélyei.
254. Nincs út az űrben,
kívül nincs remete;
sokan a világ hívságaiban lelik örömeiket,
a Beérkezettek megszabadultak a hiábavalóságoktól.
255. Nincs út az űrben,
kívül nincs remete,
örök összetevők nincsenek,
a Felébredett meg se rezdül.

ERÉNY

dhammatṭha vagga

NEM LEHET ERÉNYES AZ, AKI A SAJÁT CÉLJÁT
megvalósítva nincs tekintettel másokra.
Aki választani tud aközött,

256.

ami a javát szolgálja
és aközött, ami haszontalan, az bölcs.

Aki erőszakmentesen, az igazság erényével,
részhajlás nélkül vezet másokat,
azt a Törvény védelmezőjének,
bölcsnek és igazságosnak mondják az emberek.

257.

Nem a sok beszéd tesz valakit bölccsé.
Aki boldog-csendességben,
gyűlölet és félelem nélkül él,
azt hívják bölcsnek az emberek.

258.

Nem a sok beszédűtől lesz valaki
a Törvény támaszává, hanem azáltal,
hogy a Törvény szerint cselekszik,

259.

még ha keveset hallott is róla.
Aki sohasem szegi meg a Törvényt,
az a Törvény támasza.

260. Nem attól lesz valaki a vének-közül-való,
mert a haja megőszült;
ha csak a fiatalsága ért véget,
azt mondják róla: „hiába öregedett meg.”
261. Akiben igazság, erény,
nem-ártás lakozik, aki önmagát
megfékezte, s önuralomra tett szert,
azt hívják vének-közül-valónak az emberek.
262. Sem az ékesszólás, sem a szépség
nem tesz tiszteletreméltóvá
egy irigy, kapzsi és csalárd embert.
263. Aki elpusztította ezt a hármát,
aki gyökerestől kiirtotta magából ezt a hármát,
aki megszabadult a gyűlölettől,
azt hívják tiszteletreméltó bölcsnek az emberek.
264. A leborotvált hajtól még nem lesz valakiből számana,¹
ha nem él a fogadalmai szerint, ha hazugságot beszél.
Hogyan lehetne számana az,
aki vágyakkal és kapzsisággal van tele?
265. Aki minden – kis és nagy – bűnt

¹ A világról lemondott, otthontalanul vándorló szerzetes.

kioltott magában, aki minden bűnt
megsemmisített, azt hívják
szamanának az emberek.

Attól nem lesz kolduló barát valaki, 266.
mert alamizsnát kér, az igazi koldus
a Törvényt követi mindenben.

Aki kitepven a jó és a rossz gyökerét, 267.
valódi szüzességben él,
s miután számbavett [mindent],
[szabadon] jár-kei a világban,
azt hívják koldusnak az emberek.

A hallgatástól nem válik bölccsé 268.
a balga és tudatlan; azért lesz bölcs valakiből, 269.
hogy – mintha mérleggel egyensúlyozná ki –
mindig a jót választja, a rosszat pedig elkerüli.
Aki mind a jó, mind a rossz világát megérti,
azt hívják bölcsnek az emberek.

Senki nem lehet úgy kiválasztott, 270.
hogy élőlényeknek árt.
Kiválasztott az, aki nem árt
semmilyen élőlénynek sem.

Nem a virtus, nem a fegyelem, 271.
nem a mérték, nem a sok tudás, 272.
de még csak nem is a számádhí,
vagy a magány révén értem el

a mindenről lemondás boldogságát,
amiben a világnak élő ember nem részesülhet.
Ó szerzetes, ne örülj addig,
amíg a szenvedélyek kialvását el nem éred!

ÚT

magga vagga

A Z UTAK KÖZÜL A NYOLCAS ÚT A LEGJOBB, 273.
az igazságok közül a Négy Nemes Igazság,
az erények közül a szenvedélyek megszüntetése,
az emberek közül az, aki lát.

Ez az egyetlen út, más út 274.
nem vezet a látás megtisztulásához.
Ezen az úton járjatok,
ez kifog a Kisértőn.

Ezen az úton járva ti is 275.
véget fogtok vetni a szenvedésnek.
Ezt az utat hirdettem ki nektek miután megértettem,
hogyan kell kihúzni a töviseket.

Nektek kell kitartóan küzdeni, 276.
a Beérkezettek csupán tanítómesterek.
Akik meditációba merülve végigjárják az utat,
megszabadulnak a Gonosz bilincseiből.

277. Egyetlen összetevő sem örök.
Miután a Megismerésben meglátja ezt,
nem érinti többé a szenvedés.
Ez a megtisztulás útja.
278. Valamennyi összetevő szenvedéssel teli.
Miután a Megismerésben
meglátja ezt, nem érinti többé a szenvedés.
Ez a megtisztulás útja.
279. Minden dharma lényeg-nélküli.¹
Miután a Megismerésben meglátja ezt,
nem érinti többé a szenvedés.
Ez a megtisztulás útja.
280. Aki idejekorán – amikor még fiatal és erős –
nem tör a magasba, hanem tunyaságba süpped,
a rest, elnehezült akarattal és elmével
nem lel rá a Megismeréshez vezető útra.
281. Vigyáz szavára, az elmét legyőzte már,
a teste nem követ el semmiféle bűnt;
ha majd e három cselekvése tiszta lesz,
a régi szent risik² útjára rátalál.
282. Az elme leigázása tudást szül.
Hiánya a tudás elvesztésével jár.
Megismervén az előrehaladás és hanyatlás

¹ Anátman természetű.

² Rigvéda korának „látói”.

eme kettős útját, lépj rá arra az útra,
amely a tudás növekedésével jár.

Ne egy fát, az erdőt vágd ki! 283.
Onnan tör rád a félelem.
Ha kiirtod mind egy szálíg,
úgy leszel, koldus, vágytalan.

Bizony mondom, ameddig a férfiban 284.
a legkisebb vágy is él a nő után,
elméje úgy csüng a lét bilincsein,
mint kisborjú – amíg szopik – az anyán.

Tépd el az átmanhoz-ragaszkodás kötelékét, 285.
ahogyan a hófehér, őszi lótuszvirágot leszakítja kezed;
ápold a béke útját, a Nirvánát,
amit megmutatott a Beérkezett.

„Majd itt maradok az esős évszakban, 286.
s itt maradok télen és a forró nyárban is” –
így gondolkodik magában az ostoba,
s nem veszi észre a Halál csapdáját.

Halál leselkedik arra az emberre, 287.
akit megrészegített a sok gyerek és a sok jószág,
akinek elméjét megzavarta a világ,
mintha árvíz leselkedne az alvó városra.

Sem a fiai, sem az atyja, sem a fivérei 288.
nem védhetik meg azt az embert,

akit megragadott a Halál;
nincs olyan rokon, aki segíthetne rajta.

289. Miután ennek jelentőségét felismerte,
a bölcs – az erényesség által önmagát
legyőzve – igyekezzék tetteivel
a Nirvánához vezető utat építeni.

KÜLÖNFÉLÉK

pakiṇṇaka vagga

AKI LEMOND AZ APRÓ GYÖNYÖRÖKRŐL, 290.
nagy boldogság részese lehet. Ezért a bölcs
elhagyja az apró gyönyöröket,
hogy valódi boldogság legyen osztályrésze.

Aki mások szenvedése árán kíván 291.
magának boldogságot szerezni,
belegabalyodik a gyűlölet kötelékeibe,
s nem tud megszabadulni a gyűlölettől.

Aki elmulasztja megtenni, amit meg kellene tennie, 292.
de megteszi, amit nem kellene,
annak a bűnös, nemtörődöm embernek
egyre csak nőnek a szenvedélyei.

Minden szenvedélye megszűnik azoknak, 293.
akik szünet nélkül figyelik a testet,
akik nem végeznek olyan gyakorlatokat,
amelyeket nem kell elvégezniük, de kitartóan

gyakorolják azt, amit gyakorolniuk kell,
akik mindenre odafigyelve öntudattal és önuralommal
járják a szemlélődő megismerés útját.

294. Még ha megölte is anyját és atyját,
s megölt két hős, ksatrija királyt,
sőt alattvalóival együtt az egész királyságot,
bűntelen jár a bráhmana.

295. Még ha megölte is anyját és atyját,
s megölt két, a szent tanban jártas királyt,
és ötödikként egy tigriserejű hőst,
bűntelen jár a bráhmana.

296. A Gótama valóban-felébredett
tanítványai szüntelenül éberek,
éjjel és nappal mindig
a Buddhára irányul a figyelmük.

297. A Gótama valóban-felébredett
tanítványai szüntelenül éberek,
éjjel és nappal mindig
a Törvényre irányul a figyelmük.

298. A Gótama valóban-felébredett
tanítványai szüntelenül éberek,
éjjel és nappal mindig
a Közösségre irányul a figyelmük.

299. A Gótama valóban-felébredett

tanítványai szüntelenül éberek,
éjjel és nappal mindig
a testre irányul a figyelmük.

A Gótama valóban-felébredett 300.
tanítványai szüntelenül éberek,
szívük éjjel és nappal
a nem-ártásban örvendezik.

A Gótama valóban-felébredett 301.
tanítványai szüntelenül éberek,
Éjjel és nappal
a megvalósításban örvendeznek.

Nem könnyű szeretni a világtól elvonult aszkéta életét, 302.
bár az otthon leélt nehéz élet is csupa szenvedés,
miként a család nélkül leélt élet is.
A vándort mindenhová követi a szenvedés,
ezért szüntesse meg a vándorlást,
hogy megszűnjön végre a szenvedés.

Aki hisz, aki erényekkel 303.
vértelmezi fel magát, azt dicsőség övezi,
s igaz kincsek birtokába jut;
kerüljön bárhová, nagy tiszteletnek örvend.

A jók már messziről feltűnnek, 304.
mint a hófödte Himálaja hegycsúcsai;
a rosszakat nem lehet felismerni,
ahogyan az éjszaka kilótt nyilakat sem.

305. Egymagában ül, egymagában alszik,
egymagában járja az utat fáradhatatlanul,
egyedül győzi le önmagát, s kijutván
a vágyak erdejéből szíve megtelik örömmel.

POKOL

niraya vagga

A KI A HAZUGSÁGBAN LELEI ÖRÖMÉT, POKOLRA JUT, 306.
miként az is, aki azt teszi,
amiről hajtogatja, „nem teszem.”

Miután eltávoznak ebből a világból,
mindkettőjük sorsa ugyanaz lesz a következőben.

Sokan anélkül veszik fel a sárga ruhát, 307.
hogy előtte megfékeztek volna önmagukat,
és bűnös természetük továbbra is megmarad.
E bűnösöket a pokolba juttatják bűneik.

Jobban teszi az ilyen megátalkodott, 308.
ha lángvörösén izzó vasgolyót nyel,
mintsem hogy visszaéljen
az emberek könnyőritettségével.

Azzal a bűnös, nemtörődöm emberrel, 309.
aki más felesége után koslat, négy dolog történik:
bűne magában hordozza a büntetést, rosszul alszik,

harmadszor a szégyen, negyedszer a pokol.

310. A bűn terhe, a bűnös út,
s a király büntetése is:
a riadt, röpke gyönyörért
más feleségét el ne vedd!
311. A rosszul kézbe vett fű
felsérti a kezet, éppígy
a helytelenül gyakorolt
aszkézis a pokolba visz.
312. Az a tett, amit összeszedettség nélkül végzünk,
az a fogadalom, amit nem tartunk be teljesen,
az a szüzesség, amit nem gyakorolunk
állhatatosan, nem sok gyümölcsöt hoz.
313. Ha valamit meg kell tenni,
eltökélten tegyük meg azt,
hisz a lagymatag aszkéta
csak a port hinti szerteszét.
314. A bűnt jobb el sem követni,
mert a bűn később lánggal ég.
De a jót mindig tenni kell:
megenyhíti a szenvedést.
315. A határon fekvő várost vigyázzák jól kívül-belül.
Éppen így vedd meg önmagad,
ne vesszen kárba pillanat!

Az idejét elvesztegető a pokol kínját szenved.

Akik szégyenkeznek, amikor nem kellene, 316.
de nem szégyenkeznek, amikor okuk lenne rá,
azok hamis tanítást követve
a rossz úton járnak.

Akik félnek, amikor nem kellene félniük, 317.
de nem félnek, amikor félniük kellene,
azok hamis tanítást követve
a rossz úton járnak.

Akik bűnt látnak ott, ahol nincs bűn, 318.
ahol viszont bűn van, ott nem látnak bűnt,
azok hamis tanítást követve
a rossz úton járnak.

Akik bűnnek látják azt, ami bűn, 319.
s nem látják bűnnek azt, ami nem bűn,
azok igaz tanítást követve
a jó úton járnak.

ELEFÁNT

nāga vagga

L EHULL RÓLAM MINDEN SÉRTÉS, 320.
ahogyan az elefántról
csatában a kilőtt nyilak;
ó a többség milyen gonosz!

Csak betörve viszik harcba, 321.
reá csak ekkor ül király;
némán tűr a legkiválóbb,
mert már betörte önmagát.

Nemde jó a betört öszvér, 322.
akárcsak a jó szindh lovak,
s a nagy harci elefántok;
de ki magát legyőzte: jobb!

Velük a Be-nem-járt-vidék 323.
sohasem lesz elérhető,
csak ki magát leigázta,
győzelmével az éri el.

324. Az elefántot nehéz féken tartani,
mikor a halántékán bűdös lé csurog;
a fogságban enni egy falatot se kér,
csak a vadon lebeg előtte szüntelen.
325. Ébren is alvó, bágyatag, nagyétkű,
gabonán felhizlalt kövér malacként
tudatlan görgeti magát előre,
újra meg újra születvén a bárgyú.
326. Elmém azelőtt szertelen bolyongott,
amerre csak a vágyai vezették,
de ma már szilárdan tartom kezemben,
mint elefántot hurokkal a hajtó.
327. Leljetek örömet a fáradhatatlan éberségben!
Vigyázzatok, elmétek minden erejével törekedjetek!
Hisz olyanok vagytok, mint a sárba süppedt elefánt.
De húzzátok ki magatokat a sárból!
328. Ha megértő, erényes életet élő,
bölcs társra lel, járja vele az útját
elragadtatott elméjű összeszedettségben
legyőzve minden veszélyt!
329. Ha nem talál megértő, erényes életet élő, bölcs társra,
folytassa egyedül az útját, mint az a király, aki miután
legyőzte az ellenséget, lemondott annak országáról,
vagy mint a vadonban egyedül kószáló elefánt!

Nem kell az ostoba társasága, jobb egyedül élni. 330.
Az ember kevés vággyal járja magában az útját,
mint a vadonban magányosan kószáló elefánt!

Boldog, aki a bajban is talál barátot, 331.
Boldog, aki – bármi okból – megelégedett.
A halálban is boldog az erényes élet,
boldog, akinek megszűnt minden szenvedése.

E Földön anyának lenni jó, 332.
és jó apának lenni is,
és jó a remete magánya,
és jó a bráhmanának is.

Boldog, ki végig jó marad, 333.
boldog, mert benne él a hit,
boldog, mert mindent megismer,
boldog, mert nincsen benne bűn.

SZOMJ

taṇhā vagga

ATUDATLANNAK, AKI NEMTÖRŐDÖM MÓDON ÉL, 334.
úgy nő a szomja, ahogyan a málu nő.
Ide-oda ugrál, akár egy fák között
gyümölcsöket kereső majomkölyök.

Akit legyőz e kínczó szomj, 335.
s a világhoz tapasztja őt,
annak kínja úgy növekszik,
mint a burjánzó bírana.¹

Ha a világban úrrá lesz ezen 336.
a nehezen legyőzhető, kínczó szomjon,
az elméről lehull a kín, ahogyan
a lótuszlevélről lepereg a vízcsepp.

Bizony mondom nektek, akik itt egybegyűltetek, 337.
ássátok ki a szomj gyökerét,
ahogyan a gumójáért kiássák a bíranát,

¹ Illatos fűfajta.

nehogy újra meg újra
letörjön benneteket a Kísértő,
amint a nádat is letöri az ár!

338. Ameddig erős gyökerét nem éri kés,
habár kivágják, a fa mindig újrano.
Amíg a szomj tapadása meg nem szakad,
a szenvedés újra meg újra létrejő.
339. Akinek az elméjét a gyönyörökhöz futó
harminchat áramlás magával ragadta,
akit a szenvedélyek hatalmukba kerítették,
azt az összezavart embert elragadják a habok.
340. Mindenfelé folyik az ár,
kúszik a sok inda, alighogy kihajtott.
De ha meglátod, hogy egy is előbújt,
azonnal irtsd ki a Tudás fegyverével.
341. Akikben kielégülést kergető kéjsóvár vágyak ébrednek,
a gyönyörök után rohanva
az élvezetekhez láncolják magukat:
a születésnek és pusztulásnak alávetve élnek.
342. A szomjtól űzöttek úgy rohangálnak ide-oda,
mint verembe esett nyulak.
Megbéklyózva vánszorognak a kínok közé
újra meg újra, mily régóta már!
343. A szomjtól űzöttek úgy rohannak ide-oda,

mint verembe esett nyulak.

Ezért a szenvedélyeket megszüntetve
szabaduljatok meg a szomjtól!

Van, akiből hiányzik a kéjsóvárság, mégis a vágyak 344.
vonzásába kerül; s ő, a vágyaktól megszabadult,
rohan a vágyak sűrűjébe. Nézzétek ezt az embert,
aki bár szabad volt, mégis visszarohan a rabságba!

Nem a vasból, fából vagy kenderkötélből 345.
készült bilincset mondják erősnek a bölcsek, 346.
hanem a drágakövekhez, gyermekekhez,
feleségekhez ragaszkodás szenvedélyét;
ezt a visszahúzó, nem mindig szoros,
de csak nehezen meglazítható köteléket.
Aki ezt elvágta, a vágy gyönyöreiről lemondva
koldusként vándorolnak tovább.

Sokan a saját szenvedélyeik teremtetten árral sodródznak, 347.
ahogyan a pók is a maga készítette hálón halad.
A bölcsek viszont gátat vetnek az árnak,
s szenvedélyek nélkül vándorolnak tovább
hátrahagyva minden szenvedést.

Hagyd el az előbbi, hagyd el a későbbi, hagyd el 348.
a közbülsőt, szeld át a létesülés óceánját! Akinek az
elméje teljes egészében kiszabadult, az nincs alávetve
többé a keletkezésnek és a pusztulásnak.

Akit a latolgotó kétely felkavart, 349.

aki erős szenvedélyekkel van tele,
aki csak a nagyszerűt vállalja,
az erős bilincset készít magának
és a szomja egyre nő.

350. Aki a kétely lecsendesülésében örvendezik,
s szüntelenül éber összeszedettségben él,
aki vállalja a szégyent, az az ember véget vet a Halálnak,
elvágja a Gonosz bilincset.
351. Már nem reszket, elérte a megbizonyosodást,
megszabadult a szomjtól, bebocsáttatott,
íme, elpusztította a létesülés minden cölöpét,
ez az utolsó szankhára-együttes,
amelyik számára összeállt.
352. Aki megszabadult a szomjtól,
nem akar többé semmit megszerezni,
megelégszik azzal, hogy tudja és érti
a régiek nyelvét, felfogja az egymásra következő
betűkből összeálló szent szavak igazi értelmét;
akinek ez az utolsó teste,
azt igaz Megismeréssel bíró,
nagy bölcsnek hívják az emberek.
353. „Kire mutathatnék: «Íme a tanítóm.»?”
„Mindentudó vagyok, mindent legyőző,
mindenben tiszta, mindenről lemondó;
megszűnt a szomj: íme, szabad vagyok már,

a teljes tudás feltárult magától.”

Az Erény adománya mindent felülmúl, 354.
az Erény illata mindent felülmúl,
az Erény öröme mindent felülmúl.
Ha a szomj megszűnik, nincs több szenvedés sem.

A haszon, a gazdagság, az élvezetek hajszolása 355.
elpusztítja a balgákat, de nem a túlsó partra igyekvőket.
Az efféle kincsek utáni szomj révén a balga
elpusztít másokat, s ezzel önmagát is elpusztítja.

Ahogy a gyomok pusztítják a mezőt, 356.
úgy pusztítja a szenvedély az embereket.
Aki megszabadul a szenvedélytől,
bő termést hoz.

Ahogy a gyomok pusztítják a mezőt, 357.
úgy pusztítja a gyűlölet az embereket.
Aki megszabadul a gyűlöletől,
bő termést hoz.

Ahogy a gyomok pusztítják a mezőt, 358.
úgy pusztítja a zavar az embereket.
Aki megszabadul a zavarodottságtól,
bő termést hoz.

Ahogy a gyomok pusztítják a mezőt, 359.
úgy pusztítja a vágy az embereket.
Aki megszabadul a vágytól,

bő termést hoz.

A KOLDUS

bhikkhu vagga

A SZEMET LEIGÁZNI JÓ, 360.
a fület leigázni jó,
az orrot leigázni jó,
a nyelvet leigázni jó.

A testet leigázni jó, a beszédet leigázni jó, 361.
az elmét leigázni jó; mindent leigázni jó.
A koldus, aki teljesen uralkodik magán,
minden szenvedéstől megszabadul.

A kezét megfékezte, a lábát megfékezte, 362.
a beszédét megfékezte, önmagát legyőzte teljesen,
összeszedetten, megelégedve él egymagában:
koldusnak őt hívják az emberek.

A száját ha megfékezte, 363.
szent szóval szól a szerzetes:
Igazságot, Törvényt közöl,
örömet hoz szelíd szava.

364. A Törvényben lakozik, a Törvényben örvendezik,
a Törvényben mélyed el.
Az Örök Törvényre emlékező koldust
sohasem szakíthatják el az Igazságtól.
365. Ne vessétek meg, amitek van,
ne irigyeljétek másoktól, ami az övék!
Aki másokat irigyel,
nem éri el a számádhit.
366. A koldus kevéssel is megelégszik,
nem becsüli le, amije van.
Az istenek is dicsérik őt,
a tiszta életűt, a fáradhatatlant.
367. Aki soha, semmilyen „név-formát”
nem tekint a sajátjának,
s nem szenved attól, ami nemlétező,
koldusnak azt hívják az emberek.
368. A szeretet örömében élő koldus
a Buddha példáját követve lecsillapul,
rátalál az Útra, eléri a Csendességet,
a szankhárák megszűnését, a boldogságot.
369. Ó koldus, ürítsd ki ezt a csónakot!
Lám üresen milyen könnyedén mozog!
Ha a gyűlölet s a szenvedély kötelékét elvágod,
eléred a Nirvánát.

Tépje ki az ötöt,¹ mondjon le az ötről,
emelkedjen felül az ötön a koldus!
Ha leküzdötte az öthöz-tapadást,
azt mondják róla, „átkelt a folyamon.” 370.

Szüntelen meditálj, soha ne csüggedj,
ne hagyd elveszni a gyönyörökben elméd;
restként ne kelljen vasgolyót lenyelned,
s lángok között sírnod: „kínszenvedés ez!” 371.

Nincs meditáció Tudás nélkül,
s nincs Tudás meditáció nélkül.
Akiben mindkettő megvan,
ahhoz közel van a Nirvána. 372.

A koldust, aki lecsendesíti az elmét
s belép az Üres Házba,²
emberi elmével felfoghatatlan öröm éri:
színről-színre látja a Törvényt. 373.

Mihelyt valóban felfogja
a szkandhák keletkezését és pusztulását,
öröm és boldogság lesz osztályrésze:
megismeri a Halál Nélkülit. 374.

Ezért a bölcs szerzetes számára az legyen az első
itt a Földön, hogy örködik az érzékei felett, 375.
376.

¹ Az érzéki vágyakra utal a vers, amelyekből az öt „érzékelő erőnek” (látás, hallás, szaglás, ízelelés és tapintás) megfelelően ötféle van.

² *Suññāgāra*, Az Üres[ség] Ház[a]. Lásd a 92., 93. és 369. verseket.

megelégszik azzal, amije van,
a pátimókkha szabályai¹ szerint élve
önuralomra tesz szert,
nemes szívű, tiszta életű, fáradhatatlanul
törekvő barátokat keres és szeretetben élve
tökéletesíti magát az erényekben!
Ily módon öröme teljes lesz,
véget vet a szenvedésnek.

377. A jázmin is lehullatja
elhervadó virágait.
Éppígy hulljon le rólatok
a gyűlölet s a szenvedély!

378. Lecsendesült a teste, lecsendesült a beszéde,
lecsendesült az elméje, összeszedetté válva
felépítette, ami szétesett; kihányta a világ csalétkeit,
az ilyen koldust lecsendesedettnek hívják az emberek.

379. Űzze csak önmagát az én,
s kapja el maga magát
az ént-rejtő emlékezet;
te távozz, koldus, könnyedén!

380. Énnek én a menedéke,
mindig magához érkezik;
szabadulj meg végre tőle,
mint lován túlado kupec!

¹ A buddhizmus erkölcsi szabályainak gyűjteménye.

A koldus az öröm teljességében él, 381.
a Buddha példáját követve lecsillapult,
rátalált az Útra, elérte a Csendességet,
a szankhárák megszűnését, a Boldogságot.

Bármilyen fiatal is még, 382.
ha a Buddhát követve él,
a koldus fényt ad a Földnek,
mint tiszta éjszakán a Hold.

A BRÁHMANA

brāhmaṇa vagga

S ZÜNTESD MEG, BRÁHMANA,¹ BÁTRAN AZ ÁRAMLÁST, 383.
taszíts el magadtól minden vágyat!
A szankhárák teljes kioltódása nyomán
megismered a Teremtetlent!

Amikor a bráhmaṇa túljut 384.
a kettős természetű dharmákon,
mindent megismer, és az összes
béklyója megsemmisül.

Nincs számára túlsó part, nincs innenső part, 385.
és nincs innenső-túlsó part sem,
félelem-nélküli, függetlenné vált:
őt hívom én bráhmanának.^[1]

Szüntelen meditációba mélyedt, 386.
megszabadult a tisztátalanságtól,
megtette, amit meg kellett tennie,

¹ Az áldozat tisztasága felett őrködő papok neve Indiában.

megszabadult a vágytól, elérte a legfőbb célt,
őt hívom én bráhmanának.

387. A nappal fényét a Naptól kapja,
az éjszakának a Hold ad fényt;
a harcos fényét a fegyverektől kapja,
a bráhmanának a meditáció ad fényt;
a Felébredett viszont önerejéből ragyog,
éjjel és nappal szüntelenül.
388. Megszabadult a bűntől, ezért hívják bráhmanának;
békeességben él, ezért hívják szerzetesnek;
megszabadult minden tisztátalanságtól,
ezért hívják remetének.
389. Senki ne emeljen kezét a bráhmanára,
de ő se engedje szabadjára a haragját soha!
Legyen átkozott, aki megöl egy papot,
de legyen átkozott a pap is,
ha szabadjára engedi a haragját!
390. Nem jár rosszul az a bráhmana,
aki visszatartja magát a gyönyöröktől;
minél inkább hiányzik belőle az ártás szándéka,
annál inkább csillapul a szenvedése.
391. Sem a testével, sem a szavával,
sem a gondolatával nem okoz szenvedést,
mindhármon uralkodik,
őt hívom én bráhmanának.

Ismerje meg a Tant, amit a tökéletesen 392.
megvilágosodott Buddha tanított,
tisztelje a Törvényt, ahogyan a bráhma
tiszteli az áldozat tüzét!

Nem a haj, nem a családi kötelék, 393.
nem a kaszt tesz valakit bráhmanává.
Akiben igazság és erény lakozik,
az az áldott, az a bráhma.

Mi haszna a kócos hajnak, mi haszna 394.
az antilopruhának,¹ te ostoba,
ha csak a külsőd tisztítgatod, a bensőd viszont
áthatolhatatlan szenny borítja?

Aszott testét erek borítják, 395.
ruhája a föld pora,
meditál az erdő mélyén:
ím, egy igazi bráhma.

Én nem azt hívom bráhmanának, 396.
aki annak született, akinek jó a származása,
aki vagyont halmozott fel,
mert ettől csak gőgös² lesz az ember;
én azt hívom bráhmanának, akinek nincs semmije,
és nem is ragaszkodik semmihez.

¹Az aszkéták gyakran viseltek fekete antilop bőrből készült ruhát.

²Szó szerint bhóvadin, azaz, „bhóval köszönő” lesz. A „bhó” olyan üdvözlő szócska, amelyet a korabeli Indiában többnyire az alacsonyabb társadalmi helyzetű személyekkel szemben alkalmaztak.

397. Elszakított minden köteléket,
nem fél többé semmitől, legyőzte
a hozzátapadást, függetlenné vált,
őt hívom én bráhmanának.
398. Miután minden szíját, kötelékét,
béklyóját szétszaggatta,
megszűnt számára minden akadály,
felébredt: ő a bráhmana.
399. Bár ártatlan, mégis elviseli
a gyalázkodást, a kínzást és a fogságot,
a türelem és a megbocsátás erejével
szembeszáll az erőszakkal: ő a bráhmana.
400. Kinek szívében nincs harag, fogadalmait betartja,
erényes, megszabadult a vágytól,
megfékezte az érzékeit, az utolsó testében él:
azt hívom én bráhmanának.
401. Nem tapad a gyönyörökhöz,
ahogyan a vízcsepp sem tapad a lótuszlevélhez,
sem a mustármag a tű hegyéhez:
őt hívom én bráhmanának.
402. Még itt, e Földön átéli a szenvedés
megszűnését, leráz magáról minden
visszahúzó terhet, és kiszabadul:
őt hívom én bráhmanának.

- Mély tudású, bölcs, meg tudja
különböztetni a helyes utat a helytelentől,
elérte a legfőbb célt:
őzt hívom én brāhmanának. 403.
- Sem a családban élők, sem a szerzetesek
társaságát nem keresi,
alig van vágya, otthontalanul vándorol:
őzt hívom én brāhmanának. 404.
- Nem emel kezét
semmilyen élőlényre,
nem öl, és másokat sem készítet ölni:
ő a brāhmana. 405.
- Megőrzi békéjét a békétlenek között,
vágy nélkül él
a vágyúzott emberek között:
őzt hívom én brāhmanának. 406.
- Akiről úgy hull le a szenvedély,
a gyűlölet, a gőg, a képmutatás,
mint a tű hegyéről a mustármag,
azt hívom én brāhmanának. 407.
- A szavaiban nincs durvaság,
a megértést segítik és igazak,
soha nem sért meg senkit sem:
őzt hívom én brāhmanának. 408.

409. Nem veszi el, amit e földön nem adtak neki
– legyen az kicsi vagy nagy, hosszú
vagy rövid, nagyszerű vagy silány –
őt hívom én bráhmanának.
410. Sem itt e földön, sem a túlvilágon
nem vágyik semmire,
nem támaszkodik semmire,
függetlenné vált: ő a bráhmana.
411. Megismervén a Teremtetlent, nem vágyódik már
semmi másra, megszűnt minden kétsége,
belevetette magát a Halál-nélküli mélységeibe,
őt hívom én bráhmanának.
412. Még itt, e földön megszabadult
a jó- és rosszhoz tapadás bilincsetől,
szívében nincs szomorúság, szenvedély
nélküli, tiszta, őt hívom én bráhmanának.
413. Szeplőtelen, akár a Hold, tiszta,
nyugodt és derűs, letisztult,
a gyönyörök létesülése
kialudt benne: ő a bráhmana.
414. Itt, a földön legyőzte
a szamszára járhatatlan mocsarát,
átjutott, elérte a túlsó partot;
meditációba mélyedve megszabadult
a vágytól, a kétségtől, a ragaszkodástól,

kioltódott minden szenvedélye: ő a bráhmana.

Otthontalanul vándorolva 415.
sikerült megszabadulnia a vágyaktól,
a vágy létesülésének a lehetősége is
kialudt benne: ő a bráhmana.

Otthontalanul vándorolva 416.
sikerült megszabadulnia a szomjtól,
a szomj felmerülésének a lehetősége is
kialudt benne: ő a bráhmana.

Hátrahagyván minden 417.
földi és égi köteléket
minden béklyótól
megszabadult: ő a bráhmana.

Megszabadulván a gyönyörtől és a kintől lecsendesült; 418.
a továbblétesülés írmagját is megsemmisítette,
legyőzött minden világot.
E hőst hívom én bráhmanának.

Felismerte a lények pusztulását és keletkezését, 419.
soha, semmiféle módon
nem tapad hozzá semmihez,
jól távozott el, felébredett: ő a bráhmana.

Sem isteni, sem angyali, sem emberi lények 420.
nem ismerik az útját,
legyőzött minden szenvedélyt,

e szentet hívom én bráhmanának.

421. Nincs semmi előtte, nincs semmi utána,
nincs semmi középütt.
Semmije sincs, minden vágya megszűnt,
őt hívom én bráhmanának.
422. A hatalmas bikát, a legnemesebbet,
a hőst, a nagy risit, a győzedelmest,
aki a vágyain úrrá lett és megfürödhetett,¹
e Felébredettet hívom én bráhmanának.
423. Ismeri a korábbi lakhelyét,
keresztüllát a Mennyen és a Poklon,
a létesülés láncá véget ért benne,
s a tudás teljessé lett és minden
tökéletesség beteljesült –
e bölcset hívom én bráhmanának.

Jegyzetek

1. V.ö. az ellentétes értelmű 85. verssel:

Az emberek közül csak kevesen érik el a túlsó partot, a legtöbben ezen a parton szaladgálnak fel-alá anélkül, hogy bármit is találnának.

Az ilyen (látszólagos) ellentétetpár használata mélyértelmű igazságok érzékeltetésére nem idegen a Dhammapada tanítási módszertől. Ehhez hasonló a 175. vers:

A napúton át a téren vadlúdcsapat csodaszárnyon világból ébrednek éppen győzvén bölcsek a Halálon

¹A papi tanulmányaikat sikeresen befejező bráhmanák rituális fürdésére utal a vers.

illetve a 255. vers ellentétpárja is:

Nincs út az úrben, kívül nincs remete, örök összetevők nincsenek,
a Felébredett meg se rezdül.

E sorok arra figyelmeztetnek bennünket, amire az Aszja vámaszja
szuktában jó félezer évvel korábban Dírghatamasz:

Négyféle részre oszlik fel a Szent Szó, Tudják ezt az ihletett bráhma-
nák mind, Három mélyen el lett rejtve előlünk, Ember csak a negye-
diket beszéli (RV. 1.164.45.)

Vagy később a názáreti Jézus:

Az én Országom nem evilágból való.

Idegen Kifejezések

Jegyzéke

bírana (páli bāraṇa, szanszkrit vāraṇa): illatos fűfajta, *Andropogon muricatus*, gyökere az uszúra

dharma (páli dhamma, v.ö. védikus dhárma): törvény, igazság; erény, erkölcs; tan; jelenség, adottság, tény, dolog, tárgy; természete, minősége, lénye, lét(ezés)e, állapota, hogyléte valaminek/valakinek

Dzsambu (páli jambu, szanszkrit): folyónév (illetve egy jellegzetes indiai fafajta – *Eugenia Jambolana* – neve)

gandharva (páli gandhabba, v.ö. védikus gandharvá): (mennyei) énekes

jódzsana (páli yojana, v.ö. védikus yojana): régi hosszmérték, India különböző vidékein néhány kilométer és néhány tucat kilométer közötti távolságot jelenthetett

katthaka (páli kaññhaka): bambuszféle

kusa-fű (páli kusa, védikus kuṣā): fűféle, *Poa cynosuroides*

málu (páli māluvā, szanszkrit mālu): fákon élősködő kúszónövény

pratítja-szamutpàda (páli: pañicca-samuppàda, szanszkrit pratītya-samutpàda): függő keletkezés; a buddhista filozófiában az oksági láncolatot jelöli

risi (páli isi, védikus É̀i): az ősi idők szentje, a Rígvéda himnuszainak látója

szamana (páli samaõa, védikus ÷ramaõá): kolduló barát, otthon-talanul vándorló remete

szamádhi (páli samàdhi, szanszkrit): elmélyülés; a meditáció leg-mélyebb állapota

samszára (páli saṣsàra, szanszkrit): továbblétesülés, újraszüle-tés, a függő keletkezés világában való raboskodás

szankhára (páli saikhàra, v.ö. szanszkrit saũskàra): elkészítés, lét-rehozás; a buddhista filozófiában: létesülés, kialakulás, konstrukció, építőelem, alapfeltétel, (nélkülözhetetlen) összetevő, (elválasztha-tatlan) alkotórész, létesüleselem

szkandha (páli khandha, védikus skandhá): összesség, komplexum, sokaság; csoport; a buddhista filozófiában a(z ember) létesülés(ének) alapelemeit jelöli

uszíra (páli usàra, szanszkrit u ÷ àra): a *bírana* nevű fűfajta gyökere



This work is licenced under the
Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs 2.0
UK: England & Wales Licence. To view a copy of this licence, visit:
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.0/uk/>

Summary:

You are free:

- to copy, distribute, display and perform the work

Under the following conditions:

- Attribution: You must give the original author credit.
- Non-Commercial: You may not use this work for commercial purposes.
- No Derivative Works: You may not alter, transform, or build upon this work.

With the understanding that:

- Waiver: Any of the above conditions can be waived if you get permission from the copyright holder.
- Public Domain: Where the work or any of its elements is in the public domain under applicable law, that status is in no way affected by the license.
- Other Rights: In no way are any of the following rights affected by the license:
 - Your fair dealing or fair use rights, or other applicable copyright exceptions and limitations;
 - The author's moral rights;
 - Rights other persons may have either in the work itself or in how the work is used, such as publicity or privacy rights.
- Notice: For any reuse or distribution, you must make clear to others the licence terms of this work.

Harnham Buddhist Monastery Trust operating as Aruna Publications asserts its moral right to be identified as the author of this book.

Harnham Buddhist Monastery Trust requests that you attribute ownership of the work to Aruna Publications on copying, distribution, display or performance of the work.

