

Dobosy Antal

Jelenlét



Azen buddhizmus egyik alapfogalma a *most*. A *mostban* levés, a jelenlét. De ha elhangzik az a tanács, hogy „*Legyél a jelenben!*”, akkor ez egy szinte tökéletesen értelmezhetetlen felszólítás, hiszen nyilvánvaló, hogy minden a jelenben történik. Lenni csak a jelenben lehet. A jövő csak egy elképzelés, de a múlt sem más, csak egy felidézés, melyek itt és most a jelenben valósulnak meg. De akkor mit akar a mondani a zen, mire hívja fel a figyelmet a fenti tanáccsal? Lehet, hogy csak arra, hogy ne foglalkozzunk felesleges dolgokkal? Így például arra, hogy ne aggódjunk, hogy ne aggodalmaskodjunk! Ne a jövő bizonytalanságaival foglalkozzunk, amik félelemben tartanak *itt és most!* De talán arra is vonatkozik ez a tanács, hogy ne azzal foglalkozzunk, hogy mi minden történt a múltban, ami miatt a jelen helyzetünk nem olyan mint szeretnénk. Okolni a múltat jelen helyzetünkért időpazarlás, hiszen azzal, hogy vádoljuk magunkat, nem oldjuk meg a jelent. És hasonlóan, sóvárogni a jövőért, vágyakozni azért, hogy milyen jó lesz majd ekkor vagy akkor, szintén nem oldja meg a jelen problémáit. Az élet a jelenben történik! Ha ezt igazán belátánk, akkor értékessé tudnánk tenni minden pillanatunkat. Ez a belátás el tudna juttatni ahhoz a belátáshoz is, hogy nagyon nem mindegy, hogy mit csinálunk *itt és most*. Nem mindegy, hogy mivel töltjük el a jelen időt. Rá kell jönnünk arra, és előbb vagy utóbb rá is fogunk jönni, hogy nekünk magunknak kell megtennünk a lépéseket ahhoz, hogy a jelen cselekvéseit értékessé tegyük. Először is tudnunk kell, hogyan szeretnénk élni, tudnunk kell, mit tartunk értékes cselekvésnek! És ha ez már világossá vált, kezdjük is el ezt megvalósítani! Ez az út megköveteli, hogy aggódásainkat a jövővel kapcsolatban minimálisra csökkentsük, és hasonlóan sajnálkozásainkat és önostorozásainkat a múlttal kapcsolatban szintén a minimálisra csökkentsük. Ebben a szemléletváltási szakaszban egyre kevesebb időt fogunk eltölteni ezzel a két tevékenységgel, és egyre több időt töltünk majd el olyan cselekvésekkel és gondolkodással, amelyet értékesnek tartunk. A múltat arra használjuk majd, amire tényleg való, a tanulságok levonására! A jövőt arra használjuk majd, amire való, a célok és a tervek kitzésére. A *jelent* pedig igazi cselekvésre, probléma megoldásra, gondolkodásra, jó érzések átélésére és az élet értékessé tételére fogjuk használni. Az élet tiszteletére, és éppen ezért az óvására, megőrzésére és továbbvitelére. *A létezésre!*

Tartalom

	Bevezető		Versek
Jelenlét • Dobosy Antal	1	46	Tizennégy haiku
	Esszé	12	Radics József • Magammal
Kinizsi Százas • Dobosy Antal	24		Tanulmány
Dharma marketing • Hagymási Tamás	51	33	Dobosy Antal • Nyelv és gondolkodás
Karantén buddhizmus • Károlyfi Judit	50	47	Dobosy Antal • A polip az egy másik intelligencia!
Kibillenve • Károlyfi Judit	26	18	Némethy András • Ze nyelv / Zen jel V
Veled utazik a Zazie • Kengyel Tímea	2	22	Szatmáry Ildikó • Karuná
Veszíteni tudni kell • Kengyel Tímea	37	13	Szűcs Gabriella • Mintázatok a könyvek történetében
Hivatás,		29	Tátrai Tibor • Miért hiszünk olyan dolgokban, amelyek nem igazak?
elhivatottság, váltás • Varsányi György	7	4	Tóth György • Buddhista pszichológia
	Művészet		
Eladhatatlan művészet • Dobosy Antal	10		
Papírsárkányt			
fogunk eregetni • Kövesdi László	38		