
GALAMBOS PÉTER EMLÉKÉNEK



Galambos Péter
(Magyarország, 2017, Meleg Edit felvétele)

KELLER MIRELLA

Galambos Péter élete

新春雪厚元宵秀， 萬物繁榮慶元宵。
歡樂世間豈肯留； 隨緣愁樂諸妙境，
隨緣愁樂諸妙境， 無心道人何處有。
無心道人何處有。 無心道人何處有。

A tavasz kezdetén a hó még vastag, csodás a lampionünnep,
Ezt a földi boldogságot hogyan lehetne maradásra bírni?
A karma szülte kín és boldogság mind csodálatos körülmény,
A gyakorló, kinek elméje szabad, hol lelni rá?¹

Egyetemi évek Kínában

Galambos Péter 1971. január 19-én született, és a budapesti Kaffka Margit Gimnáziumban tanult. Saját bevallása szerint fiatalkorában a filozófia felől érkezett el a buddhizmushoz. Míg a nyugati filozófiában távolságot érzett az eszmerendszerek és azok gyakorlatba ültetése között, a buddhista írásokban felfedezte azt, hogy ezeket az elméleteket meg lehet valósítani, át lehet ültetni a mindennapi gyakorlatba, az élet megélésébe és megtapasztalásába. Először Konfuciusz és Lao-ce írásait, illetve Daisetz Teitaro Suzuki és Erich Fromm *Zen buddhizmus és pszichoanalízis* című könyvét olvasta. Ez volt a kínai kultúra iránti érdeklődésének az alapja, és ez volt az oka annak is, hogy még gimnazistaként megpályázott egy kínai ösztöndíjat. Tizenkilenc évesen, 1990-ben jutott ki először

¹ A verset Galambos Péter írta, és halála után egy barátja küldte el az alábbi jegyzettel: „2004年元宵節，彼特写的诗”。A jegyzet fordítása: Péter 2004. február 5-én, a lampionünnep napján írt verse.

Pekingbe egy csereösztöndíj-program keretein belül. Eredetileg biotechnológia szakra jelentkezett, ahonnan átiratkozott a Peking Kínai Orvoslás Egyetem (*Beijing Zhongyiyao Daxue* 北京中医药大学) hagyományos kínai orvoslás szakára. Ennek a döntésnek az volt az oka, hogy alapvetően a hagyományos kínai kultúra érdekelte, és a hagyományos kínai orvoslás tulajdonképpen a kínai filozófia egy gyakorlati alkalmazása, egy olyan módszertan, amely közvetlen kapcsolatban áll a hagyományos elméletrendszerrel. Kínában az első két év nyelvtanulással telt, mivel a hagyományos kínai orvosláshoz nemcsak alapvető kínainyelv-tudás szükséges, hanem a hagyományos írásjegyek, a klasszikus kínai és az orvosi szakszövegek ismerete is.



1. kép: Galambos Péter (Kína, 1991, Veres Judit felvétele)

Kínában az egyetem mellett sokféle más lehetőség is adódott a tanulásra. Péter az egyik ösztöndíjas magyar barátjával, Tólos Gáborral a hosszú téli szüneteket Yunnanban töltötte, ahol *qigongot* 氣功 és *taiji-t* 太極 gyakoroltak. Pekingben találkozott Péter az első chan buddhista² mesterével Peking egyik régi templomában, a Guangji templomban (*Guangji si* 廣濟寺), amely még a Jin-dinasztia

² A chan az egyik legismertebb a kínai buddhista iskolák között. A hagyomány szerint a chan tanításokat Bódhidharma hozta el Indiából. Az iskola követői nagy jelentőséget tulajdonítanak a mester szerepének, hiszen a tanítás átadása tudatról tudatra történik (*yixin chuanxin* 以心傳心) (Hamar 2017: 137).

(1115–1234) alatt épült, de épületei jelenlegi formájukat a Ming-dinasztia alatt (1368–1644) nyerték el. Péter ezen a helyen vett menedéket a templom idős mesterétől, és itt kezdett meditációt gyakorolni.

Kínai gyógyászatot először Lai Shengling 来圣灵 mellett gyakorolt, akinek többek között *A tantrikus buddhizmus ezerkarú, ezerszemű Avalókitésvara gyakorlata* (Mizong Qianshou qianyan Guanyin gong 密宗千手千眼观音功) címmel jelent meg *taiji-* és *qigonggyakorlatokat* bemutató könyve. Lai Shengling mester segédjévé fogadta, egészen pontosan az írnokává; a mester diktálta, hogy kinek milyen gyógynövényekre van szüksége, ő pedig jegyzetelt. Lai Shengling mandzsú családból származott, ősei udvari orvosok voltak, így a család sok saját recepttel rendelkezett. Lai Shenglingnek volt egy különleges képessége, általában a kínai orvoslásban pulzusdiagnózissal diagnosztizálnak, de ez az idős mester afféle műszerként működött, amikor az ujját rátette a páciens ujjaira, libabőrös lett a problémás szervhez kapcsolódó meridián érintésekor.³ Pétert, miután elsajátította a hagyományos kínai orvoslást, azon belül az akupunktúrát, a gyógynövénytant és a pulzusdiagnosztikát, teljes értékű kínai orvosnak tekintették, ami a hegyekben töltött évek alatt értékes tudásnak bizonyult, hiszen időnként felkeresték a helyiek, hogy a segítségét kérjék.⁴

Péter tibetiül még Pekingben kezdett el tanulni egy tibetitől, aki a pekingi Minzu Egyetemen (*Zhongyang Minzu Daxue* 中央民族大学) tanított. Tibetet, a tibeti buddhista mestereket sok legenda lengi körül, Péter annak idején úgy gondolta, hogy érdemes ezeket első kézből megismerni, megtapasztalni. 1993. április 6-án indult útnak Tibetbe, és csak jó tíz évvel később, 2005-ben jött vissza – először Pekingbe, majd onnan Magyarországra.

Mkhan po Mun sel Rin po che és a rdzogs chen

Péter egy Pekingben élő tibeti barát ajánlólevelével érkezett Északkelet-Tibetbe, vagyis Mgo log térségébe. Egy dge lugs pa⁵ dge shes⁶ látta vendégül, aki segített neki a tibetinyelv-tudása fejlesztésében, és cserébe Péter angolul tanította őt. Innen egy rnying ma pa⁷ mesterhez ment tovább, aki éppen ezen a vidéken

³ Szegedi 2009: 97.

⁴ Szegedi 2009:101.

⁵ A dge lugs pa a négy fő tibeti iskola egyike, kialakulását 1409-re teszik. Az irányzat követői nagy hangsúlyt fektetnek az elméleti ismeretek elsajátítására.

⁶ A dge shes egy rangot jelelő kifejezés, amely azt jelenti, hogy az adott szerzetes megszerezte a tibeti buddhizmus egyetemi tudományos fokozatát.

⁷ A rnying ma pa a legrégebbi a négy fő tibeti iskola között, önálló kánonnal rendelkezik. A hagyomány szerint Padmaszambhava – akit második Buddhaként tisztelnek – volt az, aki a 8. században megalapította az első buddhista kolostort Tibetben.

élt. Mgo logról azt kell tudni, hogy nagyon magasan fekszik, így az idő elég hideg, ráadásul egy nomád terület, amely leginkább a Mgo log-i rablóbandákról híresült el. Ami a tibeti buddhizmust illeti, itt leginkább a rdzogs chen vonal terjedt el, híres rdzogs chen mesterek élnek errefelé. Péter az egyik ilyen magasan fekvő rnying ma pa kolostorhoz, a Chalanghoz ment. Ez egy nagyobb kolostor Mgo logban, közel 2000 szerzetes tartózkodott ott akkoriban. A szerzetesekkel együtt élt ott négy mkhan po⁸ is, akiknek az instrukciói alapján Péter elkezdte az előkészítő gyakorlatokat, és azokkal párhuzamosan rdzogs chen⁹ tanításokat is kapott. Már egy ideje a kolostorban gyakorolt, amikor az egyik nap felmerült Mkhan po Mun sel Rin po che neve.



2. kép: Mkhan po Mun sel Rin po che (Kína, Matteo Pistono felvétele)

⁸ A mkhan po egy rangot jelelő kifejezés, amely azt jelenti, hogy az adott szerzetes elvégzett egy egyetemi tudományos fokozatnak megfelelő tizenhárom éves képzést.

⁹ A rdzogs chen, avagy nagy tökéletesség a rnying ma pa iskola fő gyakorlata, amely a mód-szerek nélküli utat jelenti.

Mkhan po Mun sel, vagyis Mgo log Mkhan chen Mun sel (1916–1994) tizenöt évesen vált szerzetessé a Katok kolostorban. Dpal sprul Rin po che¹⁰ egyik fő tanítványától, Mkhan po Ngag dbang Dpal bzangtól kapta meg a Klong chen Snying thig¹¹ teljes átadását, később a Dpon skor Ngag dgon kolostor apátja volt több mint húsz éven keresztül. Mkhan po Mun sel Rin po che 1959-ben kínai munkatáborba került, ahol a nehéz körülmények ellenére fizikai és mentális állapota egyre javult, így rabtársai és néhány fogvatartója is tanítványául szegült. A munkatáborban tanult tőle többek között Nyolcadik A lde'u Rin po che és Mgar chen Rin po che¹². Huszonkét év börtön után Mkhan po Mun sel Rin po che hazatért szülővárosába, Mgo logba, és élete végéig ott tanított. A '90-es években ő volt az egyik leghíresebb rdzogs chen mester.¹³ Többek között arról volt ismert, hogy huszonnégy éves korában megkapta a rdzogs chen tanításokat, és utána nem is gyakorolt mást. Amikor meglátott egy mantrázó szerzetest, leszidta, hogy mit csinál, tán nem hisz a rdzogs chenben? Ő maga egész életében folyamatosan gyakorolt, és azok szerint, akik találkoztak vele, megfogalmazhatatlan, erős jelenléte volt. Péter az egyik beszélgetés során így emlékezett vissza legfontosabb mesterével való első találkozásra:

A hegyen lakott egy nagyon jó mester, aki egész életében meditációban volt, ő is egy nagyon jó barátom és mesterem lett. Egyik nap, amikor beszélgettem vele, megkérdezte, hogy hallottam-e már Mkhan po Mun sel Rin po che-ről? Mondtam, hogy persze, hallottam, szeretnék is majd elmenni hozzá tanulni. Ekkor ez a mester megkérdezte tőlem, hogy megjelenik-e bármiféle kétely a tudatomban? Amikor felmerül egy mester neve, általában szokott lenni valamilyen kétely azzal kapcsolatban, hogy milyen lehet ez a mester. Kérdezte, hogy vajon nekem is megjelenik-e ilyen? Mondtam, hogy nincs semmilyen kételyem, tényleg nagyon szeretnék elmenni hozzá tanulni. Erre a mester egyből közölte, hogy akkor mit keresek még itt, holnap induljak is el hozzá! Útravalónak csinált nekem egy adag ételt, ami egy helyi, sárga virágú növény gyökeréből készült, s ami egy nagyon tápláló helyi ételnek számít. Az örleményét vajjal kikeverik,

¹⁰ Dpal sprul Rin po che tanításai magyarul is olvashatók a *Tökéletes tanítóm szavai* című könyvben.

¹¹ A Klong chen Snying thig a rnying ma pa iskola egyik terma szövege, a rdzogs chen tanítások szisztematikus magyarázatát tartalmazza. A szöveg angol nyelven Sam van Shaik fordításában olvasható *Approaching the Great Perfection: Simultaneous and Gradual Approaches to Rdzogs chen Practice in the Longchen Nyingtig* címen.

¹² Mgar chen Rin po che kétszer járt Magyarországon (Zalaszántón) tanításokat adni, először 2007-ben, másodszor 2018-ban. Tanításai magyar nyelven Garchen Triptrul Rinpoche *108 lényegi tanítás a Vadzsrajána ösvényén* című könyvben olvashatók.

¹³ https://treasuryoflives.org/biographies/view/Khenchen-Munsel-Rinpoche/TBRC_P7274 (2021.03.10.)

és szárított tibeti sajthoz teszik hozzá. Ezt adta az útra, mert Mkhan po Mun sel Rin po che kolostora olyan százhusz kilométerre volt a hegyekben, ráadásul a nyári esőzések miatt az utak nem voltak jó állapotban, ezért azt javasolta, menjek gyalog. Az út eltartott négy-öt napig, ami alatt szerencsésen nem tévedtem el, de egy kicsit lesérültem, ugyanis nem volt túl jó a cipőm, csak egy nagyon olcsó kínai tornacipő volt rajtam. Sántikálva, de megérkeztem, úgyhogy mondták is, ha véletlenül legközelebb jövök, akkor ne gyalog jöjjenek, ami mondjuk aztán nem teljesült be, mert legközelebb ugyancsak gyalog mentem.

Amikor eljutottam Mkhan po Mun sel Rin po che-hoz, ott nagyon nagy szerencsém volt, hogy kaptam tőle tanításokat, hihetetlen jó tanításokat. Igazándiból sosem járt arra külföldi, ez egy világvége helyen volt. Mkhan po Mun sel Rin po che itt, ezen a világvége helyen adta a tanításokat, de egész Tibetből jöttek hozzá tanítványok, hogy rdzogs chent tanuljanak. Ő kizárólag rdzogs chent tanított, közvetlenül rdzogs chen tudat természete rámutatásokat. Én nagyon szerencsésen kaptam tőle ilyen rámutatást. Nála lett sok tapasztalásom, megértésem.

Mkhan po Mun sel Rin po che-nál úgy ment, hogy amikor találkoztam vele, akkor ő kezdett el kérdezni, hogy nekem milyen megtapasztalásaim voltak, az én megértésem milyen? Mit értek a buddhizmusból, tanultam-e rdzogs chent, mit értettem meg belőle? Ez egy visszakérdező jellegű beszélgetés volt, ami nagyon tetszett. Elmeséltem neki, hogy milyen megéléseim voltak, milyen tapasztalataim, és ő vissza-visszakérdezett: például, ha jön egy gondolat, akkor mit csinállok? Utána szemléltetni is kellett, vagyis együtt kellett vele ülni, és egy fél órát együtt meditáltunk. Ezután hirtelen azt mondta, hogy az ő megértése és az én megértésem között, úgy látja, nincs semmi különbség, és nem is kellett volna idejönnöm. Ez egy hatalmas „bumm” élmény volt: találkoztam a legjobb mesterrel Tibetben, és akkor ő ezt mondja! Esélytelenség! És akkor hirtelen ott volt egy nagy áttörés. Ott is maradtam vele gyakorolni, de aztán a tél közeledtével azt mondta, hogy menjek el egy alacsonyabban fekvő helyre, mert itt nagyon hideg van télen, inkább majd nyáron menjek vissza. Ez a hely négyezer több száz méteren volt, és ő maga is elköltözött egy másik helyre a tél idejére.¹⁴

Péter ennek fényében Lhasza felé indult, hogy ott töltsen a telet, és hogy nyáron majd megint visszatérjen a mestere kolostorába, de Mkhan po Munsel Rin po che 1994-ben meghalt, ezért nem volt miért visszatérni, ehelyett Péter Nangchenben töltött közel tíz évet.

¹⁴ Egy 2019-ben elhangzott beszélgetés lejegyzése.

A Ide'u Rin po che és a Nárópa hat gyakorlata (*Nāro chos drug*)

Lhasza környékén található a Bsam yas Mchims phu kolostor, az a híres gyakorlóhely, ahol Guru Rin po che is gyakorolt. Ide indult Péter 1993-ban, de végül úgy alakult, hogy addig nem jutott el, helyette megállt Kínában, Qinghai tartományban, és Nang chenben telepedett le, ahol Mkhan po Mun sel Rin po che egyik híres tanítványa, A Ide'u Rin po che élt. Az ő kolostorához tartozott egy viszonylag közeli, a hegyen lévő barlang. A barlang használatához Adué Rin po che adott engedélyt, mivel a hely az ő kolostorának a része volt, és ez egyben azt is jelentette, hogy Péterről a kolostor gondoskodott, vagyis vittek neki enni időközönként. Ezenkívül később a helyiek is meglátogatták néha, hogy gyógyítással vagy tanáccsal segítse őket, cserébe tőlük is ételmet kapott. A barlang egy több száz méteres szakadék felett helyezkedett el, ahova egy különösen veszélyes manőverrel kellett lemászni. Egy szentély volt ott, ezenkívül semmi más, csak a barlang és a végtelen ég a hegyek felett. Régebben laktak itt jógik, de amikor Péter ebben a barlangban gyakorolt közel tíz évig, nem járt ott rajta kívül senki. Néha feljött egy-egy jógi gyakorolni egy hónapra, de őket leszámítva teljesen egyedül volt.

'Khrul zhig, avagy Nyolcadik A Ide'u Rin po che (1931–2007) 'brug pa bka' bryud mester volt, a Rtse chu kolostor apátja. A 16. Karmapa ismerte el a Hetedik A Ide'u Rin po che reinkarnációjaként hétéves korában. Ezután a Rtse chu Gompa-ban tanult, a Nárópa hat gyakorlatának (Naro Chos drug) átadását egy hétéves elvonulás során kapta meg. Ez egy hagyományosan Tilópától és Nárópától eredeztetett tantrikus gyakorlatsor, amelynek középpontjában a gtum mo gyakorlata áll. 1958-ban A Ide'u Rin po che kínai munkatáborba került tizenöt évre, ahol lehetősége volt Mkhan po Munsel Rin po che-től tanulnia. A kulturális forradalom után A Ide'u Rin po che rendkívül fontos mesternek számított, mert ő volt az egyetlen élő vonaltartója a 'brug pa bka' tanításoknak. 1990-től Nang chenben a helyi sprul sku-nak továbbadta a 'brug pa bka' vonal teljes átadását. Ekkoriban ért Péter Nang chenbe, így ő is részesült ezekből a tanításokból. Ez a téli átadás sorozat három-négy hónapig tartott.

Ezen túl Péternek lehetősége nyílt egy indiai utazásra A Ide'u Rin po che-val, aki akkoriban a 'brug pa bka' régi könyveinek szerkesztésével foglalatzkodott a *Drukpa Kagyu Heritage Project*, vagyis a 'brug pa bka' szöveg-hagyományainak megmentésével foglalkozó program keretein belül. Ez azért volt szerencsés, mert ekkor más kolostori feladatokkal nem terhelték, így ráért a Nárópa hat gyakorlatának hagyományos átadására. A Nárópa hat gyakorlatát hagyományosan Milarepától (Mi la ras pa) kezdődően változatlan formában adták át, vagyis nem egyben, hanem lépésről lépésre, gyakorlatról gyakorlatra. Többek között ez az oka, hogy hároméves elvonulásban szokták átadni. Ez Péter esetében úgy

történt, hogy miután A Ide'u Rin po che átadott egy gyakorlatot, elküldte őt tíz-tizenöt napra vagy egy hónapra gyakorolni, majd az egyéni gyakorlás után vissza kellett mennie a mesterhez és elmondani a tapasztalatait. Ha A Ide'u Rin po che megfelelőnek ítélte a megértését, megtanította a következő gyakorlatot. Ez a tanítási mód igen időigényes, sok figyelmet igényel a mester részéről. Ezen átadás által vált Péter a brug pa bka' bryud iskola egyik vonalhordozójává. Így mesélt a Nárópa hat gyakorlatáról az egyik előadása során:

A Nárópa hat gyakorlatának a lényege a *gtum mo* vizualizációja és a vázalegzés egybehangelése. A *gtum mo* célja a tudat természetének felismerése, a mahamudra. Ezt egészítik ki a különböző jógagyakorlatok, a *sprul 'khorok*. A tibeti jógarendszer egy autentikus és tökéletes rendszer. Nagyjából, amit Milarepa gyakorolt annak idején, az maradt fenn a mai napig. Ezekkel a gyakorlatokkal történik a finomhangolás, a mindenféle gyakorlásból származó akadályok kiküszöbölése és a gyakorlás továbbvitele, továbbfokozása. A *sprul 'khorok* segítenek a középső csatornában lévő energiák stabilizálásában.

Ha már van valamilyen tapasztalás, utána azt még stabilizálni kell. A stabilizációban a tapasztalások gyűjtése segíthet, minden olyan élmény, amikor a *gtum mo* a tudatot extrém helyzetbe hozza, amikor fellángol a test-tudat rendszer. Ilyenekkel bővül ki a tapasztalás.

Egy *rdzogs chen* mester mondta, hogy a buddhák tudata tágas, mint az ég, az érző lények tudata pedig pillanatról pillanatra megszakad. Ez a tágasságtengely nagyon fontos. Végül is az összes gyakorlás erről szól. Amikor már nem akarsz semmi újat megtapasztalni, de kitágítod a tudatod. Amikor ugyanazt a dolgot más helyzetekben, más pillanatokban tapasztalod meg. Erről szól a kiterjesztés. Amíg nincs meg a mahamudra, addig arra lehet használni a *gtum mo*-t, a Nárópa hat gyakorlatát, hogy elérd, hogy megtapasztald. Ha már megvan, ezzel a tapasztalattal lehet kitágítani az élményt.

A gyakorlásnak tulajdonképpen két része van: az első az önmagad rendbetétele, a második a részvét, ami egyenlő a kiterjesztéssel. Vagyis ha megtapasztaltál valamit, azt még ki kell terjeszteni. Azért volt Milarepa vagy bármelyik másik nagymester végig gyakorlásban, hogy stabilizálják, amit elértek. A stabilizáció az erő kiterjesztése. Ez az együttérzés tulajdonképpen egy spontán erő, amivel másokra is lehet hatással lenni. Mint Mkhan po Mun sel Rin po che, aki spontán képes volt másban megértést előidézni.¹⁵

¹⁵ A Buddha FM rádióban leadott 2017-es Galambos Péter & Varjasi Géza interjú alapján lejegyzett szöveg.



3. kép: Galambos Péter Mkhan po Mun sel Rin po che kolostora előtt
(Kína, 1993, Tsering Gyamtso felvétele)

Péter 1996 és 2005 között a nag cheni barlangokban gyakorolta a rdzogs chent és Nárópa gyakorlatait. A Tibetben töltött évek alatt a hosszú elvonulásban töltött idő mellett végigolvasta A lde'u Rin po che könyvtárát, így elméleti tudásra és gyakorlati tapasztalatra egyaránt szert tett. Ezt a kettőt ötvözve sok évvel később, 2018-ban az Eötvös Loránd Tudományegyetem Bölcsészettudományi Karának keleti nyelvek és kultúrák szak Tibet szakirányán írt szakdolgozatot *A gtum mo gyakorlata Tilopa realizációs énekein keresztül, és ennek kapcsán a tantrikus elgondolásba való betekintés* címen, amelyben Tilópa *gtum mo* gyakorlatokkal kapcsolatos szövegeit fordította és elemezte.

Wang mester és a chan

Péter a Tibetben töltött évek alatt sokfele utazott és sok emberrel találkozott. Mesterei voltak többek között Sprul sku O rgyan Rin po che (1920–1996),¹⁶ Bya bral Rin po che (1913–2015)¹⁷ és Pad ma Rdo rje (1912–2014).¹⁸ Péter maga is elismert mester lett, nevét a környéken mind nagy tisztelettel emlegetik a helyiek a mai napig. Amikor a tibeti évek után visszatért Pekingbe, meghívást kapott egy híres pekingi chan mesterhez, így alkalma nyílt megismerni Wang Shaofan 王绍璠 (1943–2012) chan mestert és a chan buddhizmus *huatou* 話頭 meditációs technikáját, amelyet később tanított is Magyarországon.

Wang mester a híres gyakorló és akadémikus, Nan Huai-Chin 南懷瑾 (1918–2012) tanítványa volt. Nan Huai-Chin Wenzhou városában, Zhejiang tartományban született, klasszikus neveltetés mellett harcművészetet tanult. A második kínai–japán háborúban parancsnokként vett részt, majd hátrahagyta a katonai karriert, hogy életét teljesen a buddhizmusnak szentelhesse. Végigcsinált egy hároméves elvonulást az Emei-hegyen, Yuan Huanxian 袁煥仙 (1887–1966)¹⁹ chan mester tanításait követve. Ezután lett egy tibeti buddhista mestere is Kilencedik Gangs dkar Rin po che (1893–1957) személyében. 1949-ben Tajvanra költözött, ahol több egyetemen is tanítani kezdett, és közel negyven könyvet publikált.²⁰

Wang Shaofan egészen fiatal korában, még gimnazistaként vett részt Nan Huai-Chin hétnapos chan elvonulásain Tajvanon. Saját elbeszélése szerint eleinte nem vette komolyan az elvonulásokat, esténként kiszökött a kolostorból, hogy húsos ételt egyen a faluban.²¹ Aztán később, amikor a katonaeveit töltötte, elment egy elvonulásra, ahol a következő *huatou*-t gyakorolta: A Buddha miért vette fel a virágot, Kasjapa miért mosolyodott el?²² Az elvonulás negyedik nap-

¹⁶ Sprul sku O rgyan Rin po che (1920–1996) egy nepáli rdzogs chen mester volt, korának egyik legnagyobbja, akinek fia és tanítványa, Tsoknyi Rin po che egy időben Péterrel tanult együtt. Tsoknyi Rinpoche a mai napig világszerte ad tanításokat, lányiskolát alapított Nepálban, és számos könyvet írt.

¹⁷ Bya bral Rin po che (1913–2015) mestere Mkhan po Ngawang Pelzang (más néven Mkhan po Ngagchung), és akárcsak Dpal sprul Rin po che, ő is a Klong chen Snying thig tanítások vonalhordozója volt.

¹⁸ Pad ma Rdo rje (1912–2014) rmying ma pa jógiai volt, aki életének utolsó ötven évét elvonulásban töltötte Nang chenben.

¹⁹ Yuan Huanxian korának elismert mestere volt, 1943-ban meghívására Xuyun 虛雲 tanítást adott Chongqingban.

²⁰ Nan Huai-Chin egyik könyve *A halhatatlanság útja* címmel magyarul is megjelent.

²¹ A kínai buddhista kolostorok étrendje szigorúan vegetáriánus.

²² A *huatou* a *Kapuja nincs átjáró* (*Wumen guan* 無門關) című chan gyűjtemény alábbi *gong'anján* alapul: 「世尊昔在靈山會上。拈花示眾。是時眾皆默然。惟迦葉尊者破顏微笑。世尊云。吾有正法眼藏涅槃妙心實相無相微妙法門。不立文字教外別傳。付囑摩訶

ján Wang Shaofan „belepörgött” a *huatou*-ba, nem is tudott már se sétálni, se mozdulni, és amikor a mestere, Nan Huai-Chin épp arról adott dharmatanítást, hogy alapvetően az összes dharmá problémamentes, pusztán az emberek frusztrálják magukat, és bonyolítják azt, akkor lett egy áttörése. Miután a mester leteremtette a megértését, már nem kellett többet gyakorolnia, Nan Huai-Chin kísérője és fő tanítványa lett az elkövetkező tíz évben. Wang Shaofan később tanult Amerikában is, de végül Pekingben telepedett le, itt találkozott vele Péter.

Péternek rendkívül tetszett a chan szemlélete. Gyakran mondogatta, hogy bármilyen gyakorlásról is legyen szó, azt a chan szemléletével kell megközelíteni, vagyis ahogy a chan mondás tartja: Ez az, amit használunk, ezen túl van, amit használunk²³ (kínaiul: 即此用離此用²⁴). Magyarországon is főként chan elvonulásokat tartott. Szerinte már egy egyhetes elvonulás (*chanqi* 禪七) alatt is lehet erős tapasztalatokhoz, élményekhez jutni, amely megadja a kezdeti lendületet, a motivációt a további gyakorláshoz.²⁵

A *huatou* a chan buddhizmus egyik meditációs gyakorlata, amely a chan történetekből, az úgynevezett *gong'an*okból 公案 alakult ki Dahui Zonggao-nak 大慧宗杲 (1089–1163) köszönhetően, aki először írta le a *huatou* működési mechanizmusát. A *huatou* gyakorlás lényege az, hogy adott egy kérdés, amelyre nem igazán van válasz. Be kell jutni egy tébolyodott tudatállapotba, az úgynevezett kételyállapotba (*yi* 疑). Ebbe a kételyállapotba történő bejutás után születik meg egy bizonyos élmény, amely túl van minden elemezhetőségen, analizálhatóságon és elméleti eszmefuttatáson. Ha ilyen jellegűek lennének a válaszok, akkor pusztán egy gondolatvilágról lenne szó, de ennél több van a *huatou*-ban és a chanban.

迦葉。』 (CBETA, T48, no. 2005, p. 293, c13–16). A történet Miklós Pál fordításában így hangzik: „Egyszer, amikor a Keselyűcsúcson prédikált Sákjamuni Buddha, fölemelt és magasra tartott egy szál virágot. A gyülekezet elnémult. Egyedül az érdemes Kasjapa mosolyodott el. Buddha így szólt: – Birtokomban van a kosár, az Igaz Tan Tükre, a Nirvána csodás eszméje, az igazi lét, a formátlanság formája, a titkos Tanhoz vezető kapu – mind túl a szavakon és leírhatatlanul. Ezt hagyom örökül a Mahakásjapára” (Miklós 1994: 52).

²³ *Az öt lámpás gyűjteménye* (*Wudeng hui yuan* 五燈會元) (CBETA, X80, no. 1565, p. 71, b3).

²⁴ Ugyanezt fejezi ki az a chan történet, amelyben egy gazdag leányzónak szeretője van, de a szeretője nem tud hozzá menni, míg a szülei ott vannak, ezért a leányzó megbeszél a szeretőjével egy jelet, vagyis amikor hívogatja a Xiao Yu 小玉 nevű szolgálólányát, akkor az a jel, hogy a szülei nincsenek otthon, és akkor bemászhat a szerető a kerítésen. Így szól a vers: „Hívogatja Xiao Yüt, pedig nincs dolga vele. Csak azért teszi, hogy a szeretője megismerje a hangot” 頻呼小玉元無事。祇要檀郎認得聲。 *Az öt lámpás gyűjteménye* (*Wudeng hui yuan* 五燈會元) (CBETA, X80, no. 1565, p. 396). Erre mondta Péter, hogy ez a chan lényege, hogy a *huatou*-val hívogatjuk a „szolgálót”, de valójában nem a *huatou* a lényeg, hanem hogy megismerjük a hangot, a mögötte levő értelmet.

²⁵ Szegedi 2009: 107.

Péter elmondása szerint a chan működési elve az, hogy amikor nyáron meleg van, és nagyon fel vagy öltözve, még a többi ruhád tetejére tesz egy nyércbundát, hogy még melegebb legyen, de a végén az egészet leveted magadról mindenesztől. A *huatou* nem igazán könnyíti meg az életet, mivel erős elszánás kell hozzá. Egy hasonlattal élve olyan ez, mint amikor az egér rágja a koporsót, egy helyen rágja, rágja, rágja, és a végén ott lesz majd a lakoma. A gyakorlás is így működik, hogy egyet kell kiválasztani, és azon kell egyre beljebb jutni. A *huatou*-val is így lehet haladni, van egy kérdés, amelyre igazándiból nem kell keresni a választ, mert nincs is rá válasz, ha mégis megtalálod, nem volt szerencséd. Keresgélni kell, teljesen belemenni, a fejjel a falnak elv mentén. A lényeg a kételyállapot, amely egyfajta bizonytalanság, amikor nem tudod azt se, hogy merre van jobb vagy bal, fent vagy lent, amikor a *houatou*-val egyszerűen szétbontod a tudatodat, a határait szétlököd, a definícióit pedig szétlököd.

Péter a hétnapos chan elvonulásokon chan történeteket olvasott fel. Leginkább *Az öt lámpás gyűjteménye* (*Wudeng hui yuan* 五燈會元)²⁶ című *gong'an* gyűjteményt kedvelte. Ezek a történetek korábbi mesterek megvilágosodástörténetei, amelyek egyrészt reflektálnak a kínai buddhizmus tanaira, másrészt chan gyakorlók megértéseit dokumentálják sokszor párbeszédés vagy poétikus formában. A rengeteg ránk maradt történetből következzenek egy példa, amelyből rá lehet érezni a chan szellemiségére. Zhitong chan mester 智通禪師 (739–824) története:

A Wutai-hegyi Zhitong chan mester története, aki saját magát titulálta nagyszerű chan mesternek. Akkoriban Guizong²⁷ kolostorában gyakorolt Zhitong, amikor egyik éjszaka hirtelen elkezdett üvöltözni: „*Megvilágosodtam!*” A szerzetesek mind megdöbbsen. Másnap, amikor mind összegyűltek a meditációs teremben, a mester azt mondta: „*Álljon elő az, aki tegnap azt üvöltötte, hogy megvilágosodott!*” Zhitong előállt és azt mondta: „*Én vagyok az.*” Ekkor a mester így szólt: „*Milyen igazságot láttál meg, mi a te megvilágosodásod? Megvizsgálom, amit mondasz.*” Zhitong azt felelte: „*Alapvetően az apácák azok nők.*” A mester elismerte [a megértését]. Zhitong ezután egyből elhagyta a kolostort. A mester kikísérte a kapuig, és nekiadta a szalmakalapját.²⁸ Ő elvette a szalmakalapot, feltette a fejére, és elment, többet vissza se nézett. Utána a Wutai-hegyen a Fahua templomban élt, és mielőtt meghalt, ezt a verset mondta:

²⁶ *Az öt lámpás gyűjteménye* (*Wudeng hui yuan* 五燈會元) Puji, más néven Dachuan (1179–1253) munkája, aki a Xianglin kolostorban vált szerzetessé, majd vándorlásai során a chan gyakorlásának szentelte életét. Később a Jingde Lingyin templom apátja lett, ahol összegyűjtötte és megszerkesztette *Az öt lámpás gyűjteményét*.

²⁷ Guizong 歸宗 a 8. században élt, és Mazu Daoyi 馬祖道一 (709–788) tanítványa volt.

²⁸ A buddhista szerzetesek hagyományosan bambusz- vagy szalmakalapot viseltek a vándorlásaik során.



Galambos Péter
(Egyiptom, 2007, Perlaky-Papp József felvétele)

*„Kezeimmel megfogom a Nagy Göncölt,
Hozzáátmaszkodom a Sarkcsillaghoz.
A felhők között körülnézek,
Ki az, aki hozzám hasonlatos volna?”*

五臺山智通禪師，自稱大禪佛。初在歸宗會下，忽一夜連叫曰：「我大悟也。」眾駭之。明日上堂眾集。宗曰：「昨夜大悟底僧出來」。師出曰：「某甲。」宗曰：「汝見甚麼道理。便言大悟？試說看。」師曰：「師姑元是女人作。」宗異之，師便辭去。宗門送，與提笠子。師接得笠子，戴頭上便行，更不回顧。後居臺山法華寺，臨終有偈曰：「舉手攀南斗，回身倚北辰。出頭天外看，誰是我般人？」²⁹

Hazatérés és utazgatás a világban

Amikor Péter több mint egy évtized után visszatért Pekingbe, már nem volt meg az útlevele. A hazatérés nem ment egyszerűen, a magyar követségen valamiképpen bizonyítania kellett, hogy valóban magyar, és akkoriban a magyarja sem volt éppen tökéletes, mivel több mint tíz évig nem használta. Egy beszélgetés során azt mondta, hogy azért döntött úgy, hogy hazatér, mert kíváncsi volt a világra. Megtanulta, amit szeretett volna, stabilitása volt a gyakorlásban, így

²⁹ *Az öt lámpás gyűjteménye (Wudeng hui yuan 五燈會元)* (CBETA, X80, no. 1565, p. 98, b14-20 // Z 2B:11, p. 71).

már tulajdonképpen nem számított, hogy hol van. Ráadásul Tibetben lenni olyan volt, mint egy időutazás, mintha a középkorba került volna vissza tíz évre, és amikor visszajött, egy teljesen más világba jött vissza. Amikor elindult Tibetbe, nem létezett mobiltelefon, sem internet. Ezen túl a mesterei is mondták neki, ha már ilyen sokat fáradoztak vele, akkor a megszerzett tudást tovább kell adnia valamilyen módon.

Ezt Péter leginkább spontán, a „miért ne” elv mentén tette. Egyhetes meditációs elvonulásokat vezetett, tanításokat és előadásokat tartott. Az egyik ilyen előadásban a következőképpen beszélt a meditáció lényegéről:

A meditáció volna a lényege az egész gyakorlásnak. Igazándiból nem is maga a meditáció, hiszen a meditáció csak egy eszköz. A meditáció mögött lévő dolgok az igazán lényegesek: a tudat stabilitása, tiszta állapota, vagyis az önfelzabardító állapotának megvalósítása.

A meditációval, vagyis a gyakorlással nem valami újat akarunk építeni, nem valami új rendszert akarunk összehozni, hanem pont hogy visszamenni az alapokhoz, a tudatnak a legélénkebb, legműködőképesebb, legaktívabb kiindulási pontjához. A tudat kondicionáltság utáni, lényegi energiafeltöréséről vagy felzabardító aktivitásáról van szó. Nem egy állapotot keresünk, nem a tudatnak egy nyugodt, csendes, éber vagy bármilyen más állapotát keressük. Bármilyen állapot jöjjön is, az se nem jó, se nem rossz. Egy tiszta tudatállapot nem feltétlenül jobb a meditáció szempontjából, mint egy tompult, alvásszerű állapot, tehát ez mindegy. Amit keresünk, az a tudatnak ez az önfelzabardító, aktív dinamizmusa. Ez az önfelzabardító dinamizmus a tudat egy alapjellemezője. Amikor a buddhizmusban arról beszélünk, hogy hiszünk valamiben, akkor az a bódhicsitta, a tudat megvilágosodott természete. Vagyis hiszünk abban, hogy a tudatnak az önfelzabardító természete sokkal erősebb és sokkal jelentőségteljesebb, mint a tudatnak a bezavarodása, a tudatnak a konceptualizálódása vagy a tudat kondicionáltsága. Tehát ha a tudatot magára hagyjuk, akkor alapvetően a tudat és a nemtudás, az emóciók harcából végül is a tudat természete, a tudat önfelzabardító ereje fog győztesen kikerülni.

Alapvetően a tudatnak van egy kondicionáló, szerkezetépítő alaprogramja, amivel megpróbálja a világot lefedni. Emögött pedig a tudat alaptermészete van, az pedig egy, a rendszert szétdőlvő, felrobbantó és újraalkotó, újraépítő, a pillanatban újraszűlő dinamizmus. Ebben a dinamizmusban minden rendszer szétörik és újraépül, szétörik és újraépül. Ennek a dinamizmusnak a fenntartásáról van szó.

A tudat kondicionáltságának és kitisztulásának egy gyakorlati példája, amikor valaki felmászik egy magas hegyre. Útközben elfárad, mindenféle testi érzetei lesznek, fáj a lába, izzad, s közben a fák elfedik a kilátást. Ilyenkor sokféle, de főleg negatív gondolat merül fel: hogy lesz, mi lesz, hol van már a cél. Végül erőlködések árán felér az ember a hegytetőre, és kitérül a kilátás! Hirtelen abban a pillanatban minden addig futó gondolat, tudattartam leblokkolódik. Ahogy kitérül az érzékszervek előtt a világ, a tudat elveszti a tájékozódási pontjait, és ott, abban a pillanatban van egy belülről fakadó frissesség. Amíg az illető az erdőben menetelt, a tudata folyamatosan építette a rendszert, volt egy csomó viszonyítási alap, a fájdalom a lábban, az izzadás, a fák. Amikor kiért a hegytetőre, hirtelen kitérült a kilátás, a tudat elvesztette az addigi referenciapontokat. Ha túl sok információ lép be egyszerre a rendszerbe, túl nagy, eddig nem tapasztalt dolog jön, a tudatnak van egy ilyen „kékhálála”, mint amikor a számítógépben túl sok folyamat fut egyszerre, s leblokkolódik. Ebben a pillanatban a tudat blokkolódik le, de nem a tudat természete. Minden, ami csak koncepció volt, ami csak a tudatos tudathoz tartozott, az nem működik tovább, de a belső, a tudat ereje, a feltörő energiája ott teljes erejében megjelenik. Onnét tudjuk, hogy ez belülről fakadó örömméret, és nem a táj hozza, hogy ha azon a tájon megint eltöltünk egy fél órát, időt adunk a tudatnak, hogy feldolgozza a helyeket, ezt az egész világot, utána már nem lesz meg az „ahh” élmény. Mert a tudatunk már megint létrehoz a külső világra egy belső referenciarendszert. Amikor gyakorlunk, alapvetően a tudatnak ezt a kondicionálatlan alapműködését, alaperejét keressük.

A meditáció módozata a tér engedése, vagyis a tudatnak egy fajta térhagyása. Nem kell megfigyelni, nem kell valahová kényszeríteni, nem akarunk vele valamit elérni, egyszerűen csak teret kell engedni neki. Megnézzük, hogy mi történik, ha teret engedünk a tudatnak. Végül is a meditáció kísérleti jellegű, egyszerűen hagyni kell, hogy történjenek benne a dolgok: ha akar futni az elméd, akkor hadd fusson, ha fáradt vagy, aludni akarsz, akkor aludjál, ez a teljes szabadság megélése! Amikor megéled a teljes szabadságot, amikor már nem adsz referenciapontot a tudatnak, nem bünteted, és nem bírálod, akkor a tudat alaptermészeteként jelentkező, a programokon túli, a felszabadító alapmechanizmus fog érvényre jutni. Ez volna a gyakorlás lényege.³⁰

Pétert folyton barátok vették körül. Sokat utazott, hol Kínában, hol Magyarországon. Nagyon szeretett teázni, érdekes emberekkel, más mesterekkel találkozni. A jelenlétében volt egy állandó spontaneitás és frissesség. Gyakran mondogatta a felmerülő kérdésekre, hogy majd kiforrja magát. A halálról a

³⁰ Részlet egy 2013-ban tartott soproni előadás szövegéből.

legnagyobb könnyedséggel nyilatkozott. Egyszer azt mondta, sosem tudhatod, hogy a következő hajnal vagy a következő élet van-e közelebb. 2019. december 14-én halt meg Ausztráliában, ahol éppen a családját látogatta meg. Egyik reggel elment futni, és futás közben megállt a szíve. A földön fekvé találták meg, nyugodt volt az arca. A tibeti régióban, ahol gyakorolt, a mai napig nagy tisztelet övezi. Ngag dbang Dri med – Péter egyik dharmatestvére, A lde'u Rin po che kolostorának, a nang cheni Rtse chu dgon pa a fő vajramestere – imát írt hozzá halála után tisztelete és elismerése jeléül. Péter halála reggelén több barátjának elküldött egy dalszöveget:

Elcsaljuk a Halál megillető győzelmét,
Senki sem győzhet le bennünket.
Boldogan merítjük lábunkat a Pokolba annak tudatában,
Hogy majd kiemelkedünk belőle.³¹

Kínaiul tudó barátainak pedig ezt a chan történetet küldte el, így ezek az utolsó gondolatok, tanítások tőle:

Egy nap Dahui³² megérkezett a Fényes Hold templomba. Látva a falra festett csontvázat, Ping Jichuan³³ a következő verset mondta:

„Itt van ez a hulla, de hol van az ember?
Tudni vélem, hogy a tudat természete, az nincs ebben a bőrben.”

Ezt nem hagyta jóvá Dahui, helyette ezt a verset mondta:

„Ez a fizikai test, pontosan a személy maga.
A tudat természete a bőr, a bőr a tudat természete.”

師一日到明月庵。見壁間畫觸髅，憑濟川有頌云：「屍在逗裏，其人何在？乃知一靈，不居皮袋。」師不肯。乃作一頌云：「即此形骸，便是其人。一靈皮袋，皮袋一靈。」³⁴

³¹ Az *Arthur király – A kard legendája* című 2017-es film *The Politics & The Life* betétdalának szövege.

³² Dahui Zonggao 大慧宗杲 (1089–1163) chan mester.

³³ Más néven Ping Ji 馮楫, aki a feljegyzések szerint találkozott Dahui-val. <https://authority.dila.edu.tw/person/?fromInner=A009012> (2021.01.16.)

³⁴ *Dahui Pujue Chanshi Zongmen wuku* 大慧普覺禪師宗門武庫 (CBETA, T47, no. 1998B, p. 952, b7–10).

Felhasznált irodalom

Elsődleges források

- Dahui Pujue chan mester chan iskola arzenálja* (*Dahui Pujue Chanshi Zongmen wuku* 大慧普覺禪師宗門武庫), CBETA, T47, no. 1998B.
Az öt lámpás gyűjteménye (*Wudeng hui yuan* 五燈會元), CBETA, X80, no. 1565.
Kapujanincs átjáró (*Wumen guan* 無門關), CBETA, T48, no. 2005.

Felhasznált másodlagos szakirodalom

- Garchen Triptrul Rinpoce 2016. *108 lényegi tanítás a Vadzsrajána ösvényén*, Zalaszántó: Buddhista Béke-Szentély Alapítvány.
 Hamar Imre, 2017. *A kínai buddhizmus története*, Budapest: ELTE Konfuciusz Intézet.
 Kovács Gábor – Zsolnai László 2020. *Magyar buddhisták, Beszélgetések az énről, a gazdaságról és a társadalomról*. Budapest: Tan Kapuja Buddhista Főiskola.
 Miklós Pál (szerk.) 1994. *Kapujanincs átjáró*. Budapest: Helikon Kiadó.
 Nan Huai-Chin 2005. *A halhatatlanság útja*. Budapest: Lunarimpex.
 Patrul Rinpoce 2018. *Tökéletes tanítóm szavai*. Budapest: Satori Book.
 Shaik, Sam van 2004. *Approaching the Great Perfection: Simultaneous and Gradual Methods of Dzogchen Practice in the Longchen Nyintig*. Boston: Wisdom Publications.
 Suzuki, Daisetz Teitaro – Fromm, Erich 1989. *Zen buddhizmus és pszichoanalízis*. Budapest: Helikon Kiadó.
 Szegedi Mónika 2009. „Megvilágosodás: »hiba a rendszerben«, Galambos Péterrel Szegedi Mónika készített interjút.” *Keréknyomok, Orientalisztikai és buddhológiai folyóirat* 5: 97–115.

Képek jegyzéke

1. kép: Galambos Péter. Kína, 1991, Veres Judit felvétele. A kép készítőjének engedélyével.
2. kép: Mkhan po Mun sel Rin po che. Kína, Matteo Pistono felvétele. A kép készítőjének engedélyével.
3. kép: Galambos Péter Mkhan po Mun sel Rin po che kolostora előtt. Kína, 1993, Tsering Gyamtso felvétele. A kép készítőjének engedélyével.
4. kép: Galambos Péter. Egyiptom, 2007, Perlaky-Papp József felvétele. A kép készítőjének engedélyével.