

2019. június 3.-án a **CSEVEJ** műsor keretein belül **Kellár F. János Immanuel** a Zalaszentlélek Sztúpánál találkozott **MC Brigitte**-tel. A meditációval egybekötött beszélgetésre több érdeklődőt is magával vitt Immanuel, akit korábban Thaiföldre már meghívott egy elvonulásra Brigitte, ám ez volt az első alkalom, hogy Magyarországon találkozhattak. Az alábbi riport ezt követően eredetileg angol nyelven készült el, melynek magyar fordítása olvasható itt.



Kedves Brigitte!

Köszönöm szépen, hogy időt szántál rám és a beszélgetésre, megtisztelsz a bizalmaddal! Nagyon örülök, hogy hazámban úgy tudtunk találkozni, hogy közben másoknak is lehetősége volt megismerni téged. Külön köszönöm a bhutan-i hegyi kolostorból származó ajándékokat, nagy becsben fogom tartani ezt a karkötőt. Mivel a riport célja részben az is, hogy közelebb hozzalak mindazokhoz, akiknek nem volt szerencséje személyesen ott lenni velünk, éppen ezért remélem nem bánod, hogy sok kérdéssel készültem...

Hogy lesz valakiből Buddhista apáca, különösen, ha a „keresztény” Európában születik, itt nő fel, s ennek a kultúrkörnek a részese?

Fiatalon Salzburgban találkoztam először a jógával, itt kezdtem el és nagyon lenyűgözött az eredmény, amit fejben elértem, ami a gondolkodásomra hatott. Aztán a jógatanárom azt javasolta, hogy próbáljam ki a Vipassanát, így aztán elmentem Thaiföldre. Az 50 napos elvonulás után, melyen részt vettem tudtam, hogy ezt akarom csinálni életem hátralévő részében.

A Buddhizmus melyik ága az, amit gyakorolsz, s ez az életforma milyen napi rutinnal vagy életvitellel jár a számodra?

Theraváda apáca vagyok, s betartom a 8 előírást:

1. Nem bántok semmilyen élőlényt,
2. Nem veszem el azt, amit nem adnak oda,
3. Nem élek szexuális életet,
4. Nem beszélek helytelenül,
5. Nem fogyasztok alkoholt vagy drogokat, melyek elhomályosítanak a tudatomat,
6. Nem étkezem ebéd után,
7. Nem szórakozom, nem használok kozmetikai szereket, s nem viselek ékszereket,
8. Nem alszom túl sokat,

Nos, ha szerzetes vagy apáca leszel, fel kell adnod a hétköznapi életet.

Mestereidről mit lehet tudni? Ki volt, aki a legtöbbet adta neked?

Az adott pillanatban minden tanárom a legtöbbet adta nekem. Mert azt adták nekem, amijük volt. Inkább az a kérdés, hogy a vevő, a címzett mit tud befogadni. A legjobb tanárok ugyanis ott „vesznek fel” téged, ahol „pont állsz”.

Van a tanításodnak valami körülírható egyedisége, lényege, legfőbb üzenete?

Fő üzenet: Légy tudatában, ismerd meg és engedd el. Engedd, hogy megtörténjen és szabad leszel!



Vipassana meditációt és más meditációs technikákat is tanítasz. Mik a különbségek, esetleg minden embernek más lehet az, ami számára „működhet”?

Ez így igaz, Buddha 40 különböző meditációs technikát tanított meg a tanulóitól és a hajlamtól függően. Ez persze az életünk folyamán is változhat. Néha a kapzsiság a legerősebb szennyeződésünk, néha pedig a gyűlölet vagy valamiféle téveszme.

Annyi helyen jártál és éltél, volt táj, ami lenyűgözött? Van hely, ahova esetleg visszavágysz?

A leghatásosabb hely a jelen helye, s én mindig megpróbálok visszatérni hozzá, amikor rájövök, hogy nem vagyok ott.

Tudatos választás volt, hogy nem „csak” visszavonult apáca, vagy mondjuk egy helyi mester lettél, hanem egy világjáró tanító?

Egyszerűen így alakult, de nem mondanám magam világszínvonalú tanárnak. Csak oda megyek, ahol akarnak engem és csak remélem, hogy tudok valami hasznosat adni azok számára, akik eljönnek és meghallgatnak engem.

Bejártad az egész világot, találkoztál nagyon sok emberrel. Érdekelne, hogy mit gondolsz úgy összességében az emberekről? Az ember alapvetően jó? Hogy látod a XXI. századi emberi civilizációt?

Természetesen mindenki eredendően jó! Mi azt mondjuk, hogy minden lénynek van Buddha természete, de ahogy Buddhának idejében mondták: Vannak, akiknek kevesebb a por a szemükben és könnyebben megértik a dolgok valódi természetét.

2005 óta az MC Brigittes Social Projects legalább 108 apácát támogat havi adományozással, erről mit lehet pontosan tudni?

Ez a kedvenc projektem, az „én apácáim”. Sajnos az apácákat nem támogatják túl jól Thaiföldön, nem úgy, mint a szerzeteseket. Az emberek úgy gondolják, hogy a szerzetesek támogatása pozitívabb karmikus eredményt hoz számukra, mert a szerzeteseknek 227 szabályt kell betartani, míg az apácáknak csak 8 előírást. És miután ezt megtapasztaltam, azóta igyekszem az apácákat támogatni bármivel, amit tanítványaimtól és támogatóimtól kapok. De persze ez csak egy a sok projekt közül.

Nagyon sok egyéb jótékony megmozdulásod is van, mesélnél ezekről is kicsit?

Az embereknek Thaiföldön és Bhutánban is nagyon fontos az oktatás. Bár az alapoktatás ingyenes, de ha nem vagy szerencsés, akkor igazából egyik országban sincs lehetőség a felsőoktatás megkezdésére. Ezért igyekszem támogatni néhány diákot, hogy elvégezzék az egyetemet. Illetve vannak kis pártfogolt gyermekeim is, akiknek iskolai egyenruhát, cipőt és egyéb dolgokat biztosítok, melyekre szükségük van a tanuláshoz. A templomok területén is sok szegény ember él, akik a különböző szükségleteikhez évente többször kapnak támogatást. Egy másik projekt az AIDS-templom és a kábítószer-elvonó templom Thaiföldön. Nekik is szükségük van támogatásra.



Azon kívül, hogy te sokaknak segítesz és különböző nemes dolgokat képviselsz, át lehet adni ezt a fajta mentalitást és szemléletet a civil emberek számára is? Gondolok itt arra, hogy az adott személy ne csak egy egyszeri adományt adjon, – akár elhítve magával, hogy ezzel megváltja gyarlóságát – hanem hogy önmaga is próbáljon majd kezet nyújtani, ha szembejön egy lehetőség az életében.

Ez az úgynevezett meditációs tanítás. Ez nem csak arra tanítja az embereket, hogy üljenek és csukják be a szemüket, hanem hogy legyenek úgymond etikai elveik és együttérzésük. Ugyanis, ha valaki tudatosabbá válik, akkor általában megváltozik a hozzáállása másokhoz is.

Hiszel a véletlenekben, vagy minden okkal történik? Van egy irányító erő, rend, létvonal?

Igen, az én életfelfogásomban minden egymástól (kölcönösen) függ. Bármit teszünk, mondunk vagy gondolunk, annak megvan az eredménye. Bármit is tapasztalunk a jelen pillanatban, az a múltban tett, mondott vagy gondolt dolgok eredménye. Ez persze egy egyszerűsített magyarázat, hisz valójában ez elég mélyre megy. Buddha azt mondta, hogy van karma, de mi nem vagyunk a karma áldozatai! A karmát megváltoztathatjuk reakcióink megváltoztatásával. Tegyük fel szenvedést tapasztalunk egy múltbéli tett miatt, de ha nem úgy reagálunk, mint mindig, akkor kikerülhetünk a „szamszára kör”-ből. Tehát az első dolog, amit meg kell tanulnunk az az, hogy tisztában legyünk és megértsük, mi teremti meg tapasztalatainkat. Látnunk kéne, amit Buddha tanított, mint a négy nemes igazságot. 1. A szenvedés igazsága, 2. Mi ennek a szenvedésnek az oka, 3. Hogy ennek a szenvedésnek véget lehet vetni, 4. Illetve a szenvedés megszüntetésének módja. Ez a tanítás a Buddha tanítás szívfája. Megérteni azt jelenti, hogy megszabadulsz a karmától (ok) a vipakától (eredmény), s így ez által a szamszára ciklustól.

A Buddhizmust sok esetben agnosztikus vallásként szokás definiálni, ám vannak, aki abszolúte panteista filozófiának látják. Te mit gondolsz az istenség fogalmáról? Hiszel –nevezük egyszerűsítve – Istenben?

Nos, a kérdés az, hogy mire gondolsz, amikor azt mondod, hogy „Isten”. A buddhista filozófiában Istenekről beszélünk. Brahmáknak hívják őket. Magasabb létezők forma nélkül. Csak elmék a boldogság állapotában. Élettartamuk elképesztően hosszú, de mégis egyfajta átmenet. Amikor elfogy a karma, amely a boldogság állapotához vezet, más formában kell megtestesülniük. Tehát a buddhizmusban nem egy abszolút, örökkévaló lényről beszélünk. Minden megváltozik (anicca), mentes az éntől (anatta), éppen ezért nem kielégítő (dukkha).

Úgy gondolom, három nagy csoportra lehet osztani az embereket, ha Istenről van szó. Vannak, akik elutasítják Isten létezését, vannak, akik őszintén és erősen tudnak hinni, s vannak azok, akik úton vannak, akik keresik olykor nyugodtabban, olykor lobogó lánggal magukban az utat, mely Istenhez elvezethet. Talán ez utóbbi csoportnak a legnehezebb. Mit tud mondani azoknak, akik tényleg folyton folyvást keresnek, s itt nem csak Istenre gondolok, hanem valami olyan spirituális útra vagy magasabb filozófiai célra, melyet nem csak Istennek fordíthatunk le. Mit tegyenek? Van-e titok, tanács, intelem?

Szerintem a Maha Mangala Sutta mondja a legjobban:

"Sok istenség és boldogságra vágyó férfi töprengett az áldásokon (az áldások kérdésén). Kérlek, mondd el, mik a legnagyobb áldások.

- Nem az ostobákkal, hanem a bölcsekkel társulni, s tisztelni őket – ez a legnagyobb áldás.
- Megfelelő helyen lakni, érdemes cselekedeteket végrehajtani, és a helyes irányba haladni – ez a legnagyobb áldás.
- Hatalmas tudás, kézműves készség, alapos fegyelem és kellemes beszéd – ez a legnagyobb áldás.
- Támasza lenni apádnak és anyádnak, dédelgetni feleséged és gyermeked, és békés foglalkozásokat folytatni – ez a legnagyobb áldás.
- A nagyvonalúság, az igazlelkű magatartás, a hozzátartozóknak való segítségnyújtás és feddhetetlen tettek végrehajtása – ez a legnagyobb áldás.

- Elmaradni és tartózkodni a gonosztól, tartózkodni a bódító italoktól és szorgalmasan igaz cselekedeteket végezni – ez a legnagyobb áldás.
 - Tisztelet, alázat, elégedettség, hála és a Dhamma, Buddha tanításának időben történő meghallgatása – ez a legnagyobb áldás.
 - Türelem, engedelmesség, találkozás a Samanákkal (szent emberekkel) és időszerű megbeszélések a Dhammáról – ez a legnagyobb áldás.
 - Az önuralom, a tisztaság, a Nemes Igazságok megértése és a Nibbana felismerése – ez a legnagyobb áldás.
 - Az elme, amelyet nem érintenek az élet viszontagságai (nyereség és veszteség, hírnév és hírhedtség, dicséret és szemrehányás, öröm és bánat), a bánattól mentes szeplőtelen nyugodt elme – ez a legmagasabb áldás.
- Azok, akik teljesítették a feltételeket (az ilyen áldásokhoz), mindenütt győznek, és mindenhol elérik a boldogságot. – számukra ezek a legnagyobb áldások.”



Szerinted mi az élet értelme?

Azért élünk, hogy tanuljunk!

Van kedvenc versed, imád vagy mondásod?

Engedd, hogy megtörténjen, s szabad leszel!

Milyen jellegű könyveket olvasol? Van olyan író vagy költő, aki a szívednek nagyon kedves?

Nagyon kevés időm van könyvet olvasni.

Ha leülhetnél egy vacsorára három történelmi személlyel legyen az bárki, kiket választanál?

Nos, milyen érdekes lenne, ha nem csak én, hanem más történelmi személy is leülhetne három „történelmi” emberrel. Bárcsak Hitler leülhetne Jézus Krisztussal, Buddhával és Gandhival. Talán menthető lenne minden... Bár az is lehet, hogy valóban inkább nekem kellene leülnöm velük, mert sem én, sem Buddha nem eszünk vacsorát... ☺

Ha már vacsora... Mi a kedvenc ételed? Te is vegetáriánus vagy?

Azt kell ennem, amit kapok! Persze még mindig vannak kedvenceim, éppen ezért dolgoznom kell ezen a ”szennyeződésen”.

Hogyha valaki még jobban meg szeretne ismerni, vagy részt szeretne venni egy meditációnon vagy esetleg egy visszavonuláson, akkor erre van lehetőség?

Természetesen mindenkit szeretettel várunk! Novembertől februárig Thaiföldön, márciustól júliusig pedig Európában tartok lelki gyakorlatot.

Úgy tartom a személyes megszólításnak ereje és varázsa van. Mit üzenél a szentendrei Csevej Immanuel műsor nézőinek, az itteni lakosoknak, az itt élő magyar embereknek, akiktől lehet, hogy most is több ezer kilométerre egy hegyi kolostorban vagy?

Legyetek egészségesek! Próbáljátok megtalálni a középutat és ne adjátok fel! A türelem és a kitartás segít eltüntetni minden „szennyeződést”!

Mit gondolsz a világ jobbá tehető? Megmenthető? Hogy látod a Föld nevű bolygót mondjuk ezer év múlva?

Az idő nem lényeges! Nem hiszem, hogy lineárisan halad. Ott születünk, ahol a legtöbbet tanulhatunk. És most itt vagyunk. Hozzuk ki belőle a legjobbat!

Ha teljesülhetne egyetlen kívánságod, mi volna az?

Boldogságot és szabadságot kérnék, minden érző lénynek!



(Zalaszántó, 2019. június. Balról a második MC Brigitte, jobbról a második Kellár F. János Immanuel)