

A Létkerék a Fügő Keletkezés tükrében

Helyes, ó Száriputta, de van-e másik útja is annak, hogy egy nemes tanítvány... a nemes tanítás követője legyen? Bizony van, ó koldusok. Ha egy nemes tanítvány ezen a módon ismeri fel a születést... a létesülést... a ragaszkodást... a létszomjat... az érzetet... az érzékelést... a hat-tartományt... a név-alakzatot... a tudat-magot... a késztetéseket... a nem-tudást... akkor lesz a nemes tanítás követője... Így szólt a tiszteletreméltó Száriputta, s a koldusok tetszésüket lelték a tiszteletreméltó Száriputta szavában. (Maddzshima-nikája 9)



Dolgozatomban a Létkeréről szeretnék írni, de ahogy arra a cím is utal, szeretném a témát a Fügő Keletkezés felől megközelíteni, hiszen a két téma rendkívül szorosan és izgalmasan fonódik össze. A „szorost” úgy értem, hogy a Létkerék maga tartalmazza a fügő keletkezést, hiszen a *pratítja - samutpáda* alkotja az említett ábra külső peremét. Az „izgalmakat” pedig majd a kozmológia kérdése fogja okozni. A fügő keletkezés 10. láncszeme, a *Létesülés*. Ide tartozik a vágyvilágba való létesülés a formavilágba való létesülés, és a formátlan világba való létesülés. A vágyvilág, és a Létkerék hat világa megegyezik egymással. Tehát egy vertikálisan és egy horizontálisan kibomló világnép/kozmológia tárul fel előttünk. De várjunk csak! A buddhizmusban szó sincs kozmológiáról! A magát „világ feletti út”-ként meghatározó buddhizmus a „megválaszolatlan kérdések” kategóriájába száműzött mindenfajta lételméleti kérdést, hiszen az efféle spekulációk csak a „tévhitek bozótjába” való fennakadással fenyegetnek, és nem vezetnek el a végső megvilágosodáshoz.

A Buddha tehát nem a világ természetéről beszél, hanem tanításai a lét szenvedés természetéről és e szenvedés leküzdésének lehetőségéről szólnak. „*Én csak egy dolgot tanítok, a szenvedést és annak megszűnését.*” Tehát első lépésben tisztázásra szorul, hogy hogyan is kell elképzelni ezt a kozmológia nélküli kozmológiát, ehhez hívom segítségül a *pratítja -szamutpáda* szisztémát. Ezt követően egyre beljebb haladva megpróbálom röviden értelmezni a Létkerék szimbólumait.

A Létkerék gyakori szimbóluma a buddhista kolostoroknak. A kolostorokban általában a bejárat közelében a falra festve látható, de selyem tekercsképeken is gyakori ez az újjászületések körforgását bemutató ábrázolás. Az ábra mély jelkép, ami a hat világot, azaz tudatállapotot tükrözi, ahová a lények megszületnek. Van olyan történet, mely szerint maga a Buddha készítette el az első ábrázolását.

A Létkerék legkülső széle: a Fügő Keletkezés 12 állomása. A kerék küllői között a hat létszféra található: a felső rész közepén az istenek világa, jobbra a félisteneké, balra az embereké. Alul középen a pokol, attól balra az éhes szellemek (préták), jobbra az állatok világa helyezkedik el. Tehát a kerék belseje felé haladva: 6 világ, és a rájuk vonatkozó tulajdonságok felsorolása: Istenek – gőg, félistenek – féltékenység, *préták* - olyan lények, melyeknek óriási, folyton korgó gyomruk van, viszont nagyon szűk a nyakuk, ezért nem képesek táplálkozni, inni mindig éhesek és örök szomjúság gyötri őket – vágy, állatok – tompaság. Emberek - ez a legjobb hely, mert itt van a szenvedés és a kedvező állapotok olyan egyensúlyban, hogy lehetséges az ellobbanás. A buddhista tanítások szerint a „kozmoszban” rengeteg lény van, az emberi újjászületés nagyon különleges és ritka. Ezt a szövegek a következő példázattal szokták szemléltetni: a világóceán felszínén egy fakeret úszkál, a víz alján lévő teknős 1000 évente egyszer feljön levegőért. Annak az esélye, hogy pont a fakeretbe dugja ki a fejét, megegyezik azzal, hogy egy lény emberként szülessen újjá. A ritka és értékes emberi újjászületésnek az a fontossága, hogy a szenvedés és a boldogsággal teli állapotok itt vannak a megfelelő arányban ahhoz, hogy egy lény mindkettőt megtapasztalva eljusson arra az állapotra, hogy mindkettőt hátrahagyva egy minőségileg magasabb tudatállapotra emelkedjen. Itt párhuzamot lehet vonni Buddha életével. A palotában hedonista, tobzódó életet élt, ez túl kényelmes. A fizikai kényelem nem ösztönöz arra, hogy az ember a dolgok valódi lényegének megértése irányába törekedjen. Ez hasonlít az Istenek létbirodalmára. Sziddhártha a palotát elhagyva, majd két mesterében is csalódva és azokat is hátrahagyva aszkézissel próbálkozott, de be kellett látnia, hogy a test gyötrése sem vezet megoldáshoz. Bár megjegyzendő, hogy ez már egy őszinte, kemény erőfeszítés. (például:

Pokollakok. Hatalmas szenvedések közepette a lény nem tud szellemi dolgokkal foglalkozni, kínok között nehéz a dolgok végső természetét kutatni) Erős, stabil fizikai háttérre van szükség a komoly szellemi gyakorlatokhoz és a kiegyensúlyozottsághoz.

Legbelül három állat látható: kakas, kígyó és disznó. Ezek generálják bennünk/a világban azokat a káros tudati tendenciákat, meggátolják, hogy megláthassuk a dolgok valódi természetét: a vágyat, a haragot és a tompaságot.

Az egész kereket Jama, a halál ura tartja a fogai - karmai között, a kerékre kívülről rámutat egy Buddha, annak szimbólumaként, hogy ő már kikerült a forogtagból, legyőzte a halált, és kilépett ebből a körforgásból.

A Buddha egyszer így szólt: „*Ez az ölnyi test, ez a világ szerzetesek.*” Egyes értelmezések szerint a hat világ jellemző tudatállapotaink szimbólumai. Tehát a hat világ állomásai tudatállapotok megfelelői, nem konkrét helyek. Mindegyik világban van egy tanító, aki segít az arra érdemes lényeknek, hogy a következő újjászületés a lehető legkedvezőbb legyen.

Térjünk rá a Létkerék külső képeire, magára a Fügő Keletkezésre. A Fügő Keletkezés a buddhizmus legalapvetőbb tanítása. Nincs olyan iskola, sem a mahájánán, sem a hinajánán belül, ami ezt kihagyta volna, sőt ne ezt tette volna meg az egyik legalapvetőbb tanává. Tulajdonképpen azt lehet mondani, hogy ebben összegződik az egész buddhizmus. A fügő keletkezés a buddhizmusban, a nemlétező világképet pótolja. A páli kánonban található nagyon sok olyan szentiratot, melyek arról szólnak, hogy a Buddhához odamennek és kérdezik őt erről - arról, tehát a létezésnek a nagy kérdéseiről. Ilyenek például: A dolgok keletkeznek-e? Megsemmisülnek-e? Örökkévalóak-e a dolgok, vagy egyáltalán nem léteznek? Ezekre a kérdésekre a Buddha mindig a fügő keletkezéssel válaszol.

A buddhizmusban az isten vagy az istenség semmiféle szerepet nem játszik. Az eredeti buddhizmusban az istenek ugyan olyan szenvedő lények, mint az emberek, vagy az állatok, csak esetleg hosszabb ideig élnek és különböző mágikus képességeik vannak. Nincs a buddhizmusban teremtés. E helyett végtelenül ismétlődő ciklikus visszatérések vannak, így nincs a világnak kezdete és vége. Vég nélkül keletkező és elpusztuló világok, sőt tömeges világok vannak a végtelen térben, tehát a létezés végtelen ciklusokból áll, amiknek persze van kezdetük és végük, de ezek nem abszolút kezdetek és végek, hanem mindig valamiből kicsírázik egy új világegyetem, és aztán mindig marad utána valami kicsi mag, maradvány, amiből újra keletkezik a következő világ. Tehát egy ilyen kozmológián belül kell gondolkodni, nincsen teremtő isten, nincsen teremtés, nincs örökké tartó világ, e helyett

állandó változás van, de ugyanakkor ebben az állandó változásban van annyi állandóság, hogy maga a változás állandó, tehát ugyan azok az elemek ismétlődnek, térnek vissza örökkön örökké. Ez a kerete annak, amiben a függő keletkezés - szisztéma megalkotódott.

A buddhizmus célja, hogy a szenvedést megoldja. Épp ezért, mikor a Buddhát megkérdezték a különböző kozmológiai dolgokról, akkor végső soron egyes szövegekben hol kimondva, más szövegekben nem megfogalmazva, de mindig az jön elő, hogy a Buddha nem ezzel foglalkozik, tehát nem a világegyetem jellemzőire, vagy a halál utáni eseményekre keres válaszokat. Ezek a téves nézetek kategóriaiba kerültek, merthogy elvisznek az eredeti céltől. Mi az eredeti cél? Ahogy azt a négy nemes igazságnál tudjuk: a szenvedés felismerése, és a szenvedés megoldása. Ha az ember belemerül a különböző kozmológiákba, a világról, a világegyetemről alkotott különböző elképzelésekbe, az a Buddha tanításai értelmében mind tévútnak számítanak. A Függő Keletkezésre úgy tekinthetünk, mint ami a kozmológiai kérdések megválaszolása helyett adható válasz. Tehát ha a Buddha olyan kérdést kapott, hogy van a világ, vagy, hogy van a kozmosz mibenléte, akkor mindig előjött a Függő Keletkezés, mint válasz.

A Függő Keletkezésnek, ennek a tizenkét tagú láncolatnak egy előre mutató iránya és van egy visszafejtő, visszafelé haladó magyarázata is. A Létkerék külső körében 12 ábrában bemutatásra kerülnek a Függő Keletkezésnek a szimbolikus motívumai.

1. tudatlanság, vakság (avidyā) – vak ember

2. készletett tettek (samskāra-karma) – agyagkorsót készítő ember

3. tudatosság (vijñāna): individualizáció – fákra ugráló majom, ami kezében egy almát tart

4. név és forma (nāma-rūpa): tudat és tudathordozó – csónak, evezős, óceán

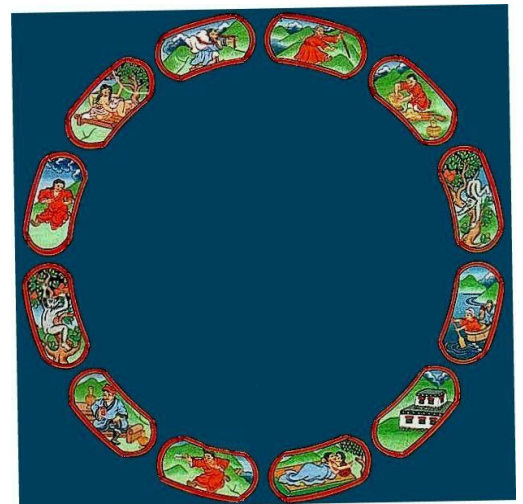
5. hat bejárat (śad-āyatana): a hat érzékszerv (az elmével együtt) – üres ház, ami messziről lakottnak tűnik

6. kapcsolódás, tapasztalás (sparśa): a külső tárgyak, az érzékszervek, valamint a hat fajta tudatosság összeérése – emberpár

7. érzet (vedanā): a kapcsolódás nyomán felkélő érzelmi minőségek – egy ember szemébe fűródott nyílvezzővel

8. létszomj (trśñā): folytonos vágyódás a tárgyi világra – bort ivó ember

9. tapadás (upādāna): a vágyakozás fokozódása – fáról almát szedő majom



10. létrejövés (bhāva) – várandós nő

11. megszületés (jāti) – szülő nő

12. öregedés és halál (jarā-maraṇa) – bottal járó öregember

A Buddha tanítása így szól a tizenkét láncszemről:... - Koldusok! Mi hát a Fügő Keletkezés? A nemtudástól függenek a késztetések, a késztetésektől függ a tudat-mag, a tudat-magtól függ a név-alakzat, a név-alakzattól függ a hat-tartomány, a hat-tartománytól függ az érzékelés, az érzékeléstől függ az érzet, az érzettől függ a létszomj, a létszomjtól függ a ragaszkodás, a ragaszkodástól függ a létesülés, a létesüléstől függ a születés, a születéstől függ a vénülés-halál, a gond, panasz, fájdalom, szomorúság és csüggedés. Koldusok! Mi hát a vénülés-halál? Bármiféle élőlény öregedése, elaggása, foghullása, megöszülése, ráncosodása, elgyengülése, érzékeinek leépülése jelenti a vénülést. Bármiféle élőlény elmúlása, elhullása, szétbomlása, eltűnése, halála, pusztulása, idejének betelte, részeinek szétesése, tetemének nyugalomba helyezése jelenti a halált. Ezt nevezik vénülés-halálnak, ó koldusok. Koldusok! Mi hát a születés? Bármiféle élőlény fogantatása, keletkezése, kialakulása, sarjadzása, részeinek kifejlődése, érzékelésének kiépülése jelenti a születést, ó koldusok. Koldusok! Mi hát a létesülés? Koldusok, háromféle létesülés van: a vágyak világában való létesülés, az alakzatok világában való létesülés és az alakzatmentes világban való létesülés. Ezt nevezik létesülésnek, ó koldusok. Koldusok! Mi hát a ragaszkodás? Koldusok, négyféle ragaszkodás van: az érzéki vágyakhoz való ragaszkodás, a névezetiekhez való ragaszkodás, a szertartásokhoz való ragaszkodás és az én káprázatához való ragaszkodás. Ezt nevezik ragaszkodásnak, ó koldusok. Koldusok! Mi hát a létszomj? Koldusok, hatféle szomj van: a formák szomjazása, a hangok szomjazása, a szagok szomjazása, az ízek szomjazása, a tapintásérzetek szomjazása és a tudat-tartalmak szomjazása. Ezt nevezik létszomjnak, ó koldusok. Koldusok! Mi hát az érzet? Koldusok, hatféle érzet van: a látás érzete, a hallás érzete, a szaglás érzete, az ízezés érzete, a tapintás érzete és a gondolkodás érzete. Ezt nevezik érzetnek, ó koldusok. Koldusok! Mi hát az érzékelés? Koldusok, hatféle érzékelés van: a látás, a hallás, a szaglás, az ízezés, a tapintás és a gondolkodás. Ezt nevezik érzékelésnek, ó koldusok. Koldusok! Mi hát a hat-tartomány? A látás tartománya, a hallás tartománya, a szaglás tartománya, az ízezés tartománya, a tapintás tartománya, valamint a gondolkodás tartománya. Ezt nevezik hat-tartománynak, ó koldusok. Koldusok! Mi hát a név-alakzat? Az érzet, az ismeret, a gondolat, az érzékelés, valamint az ítélet jelenti a nevet. A négy lételem és azok alakzatai jelentik az alakzatot. Tehát ezek jelentik az alakzatot, amazok pedig a nevet. Ez a név-alakzat, ó koldusok. Koldusok! Mi hát a tudat-mag? Koldusok, hatirányú tudat van: a látó tudat, a halló tudat, a szagló tudat, az ízező tudat, a tapintó tudat és a gondolkodó tudat. Ezt nevezik tudat-magnak, ó koldusok. Koldusok! Mik hát a késztetések? Koldusok, háromféle késztetés van: a testi késztetés, a nyelvi késztetés és a tudati késztetés. Ezeket nevezik késztetéseknek, ó koldusok. Koldusok! Mi hát a nem-tudás? Koldusok, ez a szenvedés nem-tudása, a szenvedés okának nem-tudása, a szenvedés megszüntetésének nem-tudása, és a szenvedés megszüntetéséhez vezető út nem-tudása. Ezt nevezik nem-tudásnak, ó koldusok. Koldusok! Hát így függenek a nem-tudástól a késztetések, a késztetésektől a tudat-mag, a tudat-magtól a név-alakzat, a név-alakzattól a hat-tartomány, a hat-tartománytól az érzékelés, az érzékeléstől az érzet, az érzettől a létszomj, a létszomjtól a ragaszkodás, a ragaszkodástól a létesülés, a létesüléstől a születés, a születéstől a vénülés-halál, a gond, panasz, fájdalom, szomorúság és csüggedés. Ettől függ a szenvedések halmaza. Ám a nem-tudás végleges megszüntetéséből és megsemmisítéséből a késztetések megszüntetése következik, a késztetések megszüntetéséből a tudat-mag megszűnése, a tudat-mag megszüntetéséből a név-alakzat megszűnése, a név-alakzat megszüntetéséből a hat-tartomány megszűnése, a hat-tartomány megszüntetéséből a az érzékelés megszűnése, az érzékelés megszüntetéséből az érzet megszűnése, az érzet megszüntetéséből a létszomj megszűnése, a létszomj megszüntetéséből a ragaszkodás megszűnése, a ragaszkodás megszüntetéséből a létesülés megszűnése, a létesülés megszüntetéséből a születés megszűnése, a születés megszüntetéséből a vénülés-halál, a gond, panasz, fájdalom, szomorúság és csüggedés megszűnése. Így szűnik meg a szenvedések halmaza. (Szamjutta-nikája 12. 2)¹

„Ha a fentieket összevetjük a Négy Nemes Igazság tanával, úgy egyértelműen kiderül, hogy a Fügő Keletkezés elve valójában az első két igazság gondolatmenetét fűzi tovább. Nem tudhatjuk, hogy ez a tanítás ebben a formában hangzott-e el a Buddha szájából. Egyes kutatók azt feltételezik, hogy a tanítványok későbbi generációjától származik, és afféle „fogalom-leltárnak” tekinthető, amely felsorolja és emlékeztetben tartja a Tan legfontosabb tételeit. Akár így van, akár úgy, a Fügő Keletkezés elve mindenképpen a buddhizmus

¹ Forrás: [://a-buddha-ujja.hu/index.php?p=content.tenigl-alaptan-fuggo-def](http://a-buddha-ujja.hu/index.php?p=content.tenigl-alaptan-fuggo-def)

tanításának alapköve, az a kiindulópont, aminek felismerése és belátása után a buddhizmus szellemi útja kezdetét veszi.²

A kozmológia vertikális magyarázatára a tizedik (*Létesülés*) láncszem ad részletes magyarázatot. Ahhoz, hogy ezt megértsük, ismernünk kell a buddhista kozmológiát. Itt egyfajta ellentmondást fedezhetünk fel, hiszen azt már korábban elmondtuk, hogy a buddhizmus nem foglalkozik a *lokával*, azaz a világgal. Ez az ellentmondás csak a nyelvünk hiányosságából következik, mert ennek a rendszernek nem tudunk más nevet adni. A buddhizmus hármas világról beszél, de ez a három világ igazából úgy is felfogható, mint a tudat három alapvető állapota, ami viszont megegyezik a külső kozmosszal. Amit külvilágnak tartunk, az voltaképpen tudatállapot. *Vágyvilág – Káma-loka*: ez az a világ, ahol a vágyak mozgatják a lényeket, ez lenne a mi rendes tulajdonképpeni világunk, itt élnek az emberek, az állatok, a növények, a rovarok, az ásványok, de ide tartozik egyébként a hindu isten panteon 33 dévája is. Ebben a világban az érzékszerveink mindegyike bekapcsolva működik, és ebben a pillanatról pillanatra változó tarka-barkaságban mozgunk. Ezek a hétköznapjaink. *Forma világ – Rúpa-loka*: Az itt megszülető lényeknek már nincsenek meg azok a durva készleteseik, amelyek az előző létesülési formát jellemezte. Ennek ellenére a színek-formák, a tapintható dolgok, és a hangok iránti vágy még megvan bennük. Az ilyen létesülés formában a lények olyfélék, mint ahogyan sorra következik a meditatív elmélyülés szintjei. Tehát ezek a szintek megfeleltethetőek a meditációs gyakorlatban elérhető tudatállapotokkal. Itt találunk egy érdekes csavart: a rúpát, ami a buddhista terminológiában anyagot jelent és mégis, a meditációs szférát, - ami négy részből áll, és 16 alrészből (szférából) azt – *rúpa lokának* nevezik. Ahhoz, hogy ezt megértsük, ismernünk kell a korai (théraváda) buddhista meditációs praxist. Rengeteg meditációs témájuk volt, de csak két fő meditációs praxis-irány létezett. Az egyik a közismert *szatipathána* meditáció, amikor az ember saját légzését, testtartását, mozgását figyeli, valamint nézi az elmúlást, a halált, a rothadó holttest csontváz és egyebeknek képében. A másik a *kaszina* meditáció, ami már megjelenik a páli kánonban is (MM77). Egyfelől az elemeket, tehát a földet, a vizet, a tüzet, a levegőt (pontosabban a szelet, mert a levegő a mozgást jelentette a buddhizmusban), az űrt (teret), és a négy alapszint, tehát a fehéret, a sárgát, a vöröset és a kéket. Továbbá a fényt. Ez tehát a 10 *kaszina*, ami a világ elemi dolgait jelöli: az alapszíneket és az alapelemeket. Ezeken meditáltak. Ez az

² Teingl-Takács László (szerk.): *A buddhizmus alaptanításai a szentiratok tükrében*. Budapest, A Tan Kapuja Buddhista Főiskola jegyzete, 1994. In: <http://a-buddha-ujja.wikidot.com/teingl-alaptan-eloszo>

anyag, a *rúpa*. Egy egészen másfajta anyagfogalom volt ott érvényben, így csak jobb híján fordítjuk a *rúpát* anyagnak. E helyett talán úgy lenne helyes, ha azt mondanánk: *rúpa*, az érzékszerveink elemi adatai, tehát a színek, valamint az anyag halmazállapotai. Amikor a gyakorlók a kaszinákon meditáltak, akkor az úgy nézhetett ki, hogy megkapták a meditálandó tárgyat és ezen keresztül, a meditáció révén jutottak el ezen elemeknek a tiszta ideájáig, ősképig. Ez azt is jelentette, hogy ezt a tiszta ősképet - amit ők jegynek, *nimittának* neveztek – fokozatosan kiterjesztették, hogy akkora legyen, mint az egész világegyetem. Magyarán az egész világot ez a tiszta őselem „borította be” a meditáló tudat számára. *Forma nélküli világ – Arúpa-loka*: Nem *rúpa*, nem forma, hanem formátlan világ. Ez azt jelenti, hogy amikor a meditáló eljutott a *kaszina* meditáción keresztül a legmagasabb *dzsána* állapotig, akkor eltűnt maga az adott meditációs tárgynak ez a tiszta esszenciális ősképe is, és helyette egy végtelen űr jelent meg. Ez egy végtelen, tiszta űr, tulajdonképpen ezt nevezhetjük a létforgatagnak a legfelsőbb régiójának. Fontos leszögeznünk, hogy ez még nem azonos a buddhista nirvánával.³

Bár a témánkhoz nem tartozik, de dolgozatom lezárásaként mindenféleképpen szeretnék egy másik - a buddhizmus szempontjából talán még a Létkeréknél is fontosabb kerékre utalni, ez pedig nem más, mint a Tankerék. Bár a buddhizmus sem nem pesszimista, sem nem optimista, inkább realista út, épp ezért értékítéletekkel sem illethetjük ezeket a bizonyos kerekeket. Mégis, a Létkeréknek úgy érzem van negatív felütése azzal, hogy a Halál ura tartja a karmaiban, ill. a függő keletkezés is a nemtudástól a halálig terjedő ívet írja le. A hat világ és a karma törvényének szigorúsága némi ridegséget sugallhat, hiszen a karma, a tettek következménye elől nincs menekvés. A három méreg és az általuk generált folyamatok, következmények mind a szamszára szenvedésteliségét sulykolják. Az első két nemes igazságot érdemes itt felidézni: szenvedés van, a szenvedésnek oka van. Épp ezért tekinthetjük a Létkerék ellenpontjának a Tankereket, hiszen ez már a harmadik és a negyedik nemes igazság területe. A szenvedés megszüntethető, és van is egy ösvény, egy kihirdetett tan, egy üdvözmód, ami által a megszabadulás elérhető, nevezetesen a nemes nyolcstréű ösvény. (lásd: nyolc küllő). Egyébként itt is a Létkerékéhez hasonló forgásról van szó, de egy ellentétes előjelű forgásról. „*Világosságra ébredtem, lehültem és kihamvadtam. Benáreszbe megyek, útnak indítom a Tan kerekét. A vak világban döndüljön halhatatlanság dobszava!*” (Vekerdi József ford.) Buddha Híres Benáreszi beszédét a Tankerék megforgatásának is

³ Farkas Attila Márton: *A Függő Keletkezés*. A Tan kapuja Buddhista Főiskola hangoskönyv, 2008.

Készítette: Karlik Barbara (KABQAAB.ELTE)

Filozófia MA

2011. június 23.

nevezik. A Tan kereke egy olyan forgó kerék, ami hatásokat generál, folyamatosan terjeszti a Tant, az igazságot. Tehát a forgó tankerék az igazság szimbóluma, az igazságé és az abból fakadó erőé, olyan erőé, ami még a halált is képes legyőzni.

Bibliográfia:

Farkas Attila Márton: *A Független Keletkezés*. A Tan kapuja Buddhista Főiskola hangoskönyv, 2008.

Teingl-Takács László (szerk.): *A buddhizmus alaptanításai a szentiratok tükrében*. Budapest, A Tan Kapuja Buddhista Főiskola jegyzete, 1994.

Internetes forrás:

A Buddha Ujja [://a-buddha-ujja.hu/index.php?p=content.tenigl-alaptan-fuggo-def](http://a-buddha-ujja.hu/index.php?p=content.tenigl-alaptan-fuggo-def)

A képeket a következő oldalról használtam fel:

<http://sites.google.com/site/rainbowzebra/atizenk%C3%A9tl%C3%A1ncszem>