



# Nemzetközi Ligmincha Magatartási Kódex

---

## Küldetés

A Nemzetközi Ligmincha ("Ligmincha") és tagszervezetei elkötelezettek a megvilágosodás teljes útját képviselő tibeti Jungdrung Bön szellemi hagyomány megőrzése és megosztása iránt. Tevékenységünk során, legyen az személyes vagy online, szakrális közösség létrehozására törekszünk, amelyben bölcsességgel és együttérzéssel támogatjuk egymást egy olyan biztonságos környezetben, ahol a tanítványok dolgozhatnak, tanulhatnak és gyakorolhatnak.

A szakrális közösség megnyilvánulásának támogatásaként a Ligmincha magatartási kódexet („Kódex”) vezetett be, amelynek alapja a Bön tíz erkölcsi előírása. A Kódex iránymutatást ad a test, a beszéd és a tudat helyes működésére viselkedésére vonatkozóan, mindenki jóllétének érdekében. Szellemi vezetőnk, a rezidens és vendéglámák és geshék, felhatalmazott tanítók, instruktorok és *umdzék* (továbbiakban „szolgálatot teljesítő személyek”), spirituális útjuk részeként elkötelezettek, hogy tiszteletbe tartásuk és kövessék a Kódex iránymutatásait. Arra biztatunk minden gyakorlót a Ligminchán belül, hogy gyakorlásuk részeként fogadják el a Kódexet.

Arra az esetre, ha bármely szolgálatot teljesítő személy kapcsolatban felmerül, hogy megsértette a Kódex irányelvének valamelyikét, létezik egy bizalmas eljárás a bejelentések és a panaszok kezelésére, valamint azok közvetlen vagy megbízás alapján történő kiértékelésére, kivizsgálására, és határozathozatalra, illetve bármilyen, ezek során nyert eredménnyel kapcsolatos visszacsatolásra. Ez a Kódex és a Etikai Bizottság nem helyettesíti a helyi és az adott ország jogrendszerét, illetve bűnüldözési szerveit.

Ezen iránymutatások közzétételének a célja, hogy mindannyiunk számára segítséget nyújtson mindennapi tevékenységünkben és érintkezéseink során, az iránymutatások a Nemzetközi Ligmincha számára felelősséget nem képeznek.

Kérdéseket, tisztázandó megjegyzéseket az Etikai Bizottság figyelemébe lehet ajánlani írásban, a következő email címre küldve: [conduct@ligmincha.org](mailto:conduct@ligmincha.org).



## A tíz előírás

Magatartási Kódexünk alapja a Jungdrung Bön tíz fő előírásán nyugszik: három vonatkozik a testre, négy a beszédre, és további három a tudatra. Az előírások a Jungdrung Bön alapvető gyakorlatai. Ezért mindannyiunk – és különösen a szolgálatot teljesítő személyek – számára fontos, hogy ezeket ismerjük.

### A testre vonatkozó három előírás

1. Nem szabad ölni; ezzel szemben inkább meg kell védeni a lények életét.
2. Nem szabad lopni vagy elvenni azt, amit nem adnak ingyen, ezzel szemben inkább nagylelkűséget kell gyakorolni.
3. Nem szabad helytelen szexuális magatartást követni, vagy másokat arra készíteni, hogy megszegjék fogadalmukat; ezzel szemben inkább meg kell tartani fogadalmakat, és tiszteletben kell tartani mások fogadalmait.

### A beszédre vonatkozó négy előírás

1. Nem szabad hazudni; ezzel szemben inkább igazat kell mondani.
2. Nem szabad megosztó módon beszélni, vagy viszályt kelteni, ezzel szemben inkább úgy kell beszélni, hogy az megbékítse vagy összehozza az embereket.
3. Nem szabad durván beszélni; ezzel szemben inkább gyengéden és kedvesen kell beszélni.
4. Nem szabad pletykába vagy semmitmondó fecsegésbe bocsátkozni; ezzel szemben inkább hasznos beszédet kell alkalmazni, imákat mondani vagy mantrákat recitálni.

### A tudatra vonatkozó három előírás

1. Nem szabad mások tulajdonára vagy eredményeire áhítozni, ezzel szemben inkább nagylelkűséget kell gyakorolni és örömet lelteni mások eredményeiben.
2. Nem szabad mások kárát kívánni, másokra neheztelni, ezzel szemben inkább együttérzéssel kell lenni mások iránt, a mások segítségét kell vágyani.
3. Nem szabad téves nézeteket vallani (például azt gondolni, hogy cselekedeteinknek nem lesz eredménye); ezzel szemben inkább a dharmát kell gyakorolni, igaz és hiteles nézetben megalapozottan.



## Ligmincha Magatartási Kódex

Jelen Magatartási Kódex a Ligminchában szolgálatot teljesítő személyek és a gyakorlók számára mutat irányelveket a test, a beszéd és a tudat magatartására vonatkozóan. A megfelelő viselkedés elengedhetetlen, hogy a Jungdrung Bön tanítások virágozhassanak nyugaton. A kódexet a Tenzin Wangyal Rinpocsével történő szoros együttműködésben a Nemzetközi Ligmincha Etikai Bizottsága alkotta meg, és az Igazgatótanács hagyta jóvá. Jelen kódex a világ minden pontján működő Ligmincha központra és szanghára érvényes. A Magatartási Kódexhez, az egyes központok és szanghák további függelékkel, kiegészítéssel és helyi szanghákra vonatkozó rendelkezéseket adhatnak hozzá, feltéve, ha azok nem mondanak ellent a Kódexben foglaltakkal.

1. **Igazságosság:** Minden interakció során a helyes beszéd útmutatásait igyekszünk követni, illetve kerüljük a fájdalombeszédet. Tartózkodunk a megtévesztő vagy hazug beszédétől, a sértő kifejezések használatától, vagy a káros és bántó beszédétől, az öncélú beszélgetéstől, a rágalmazástól, a pletykától és a mások hibáztatásától. Ily módon bizalmat hozunk létre a közösségünkön belül, anélkül, hogy a negatív viselkedésformákra felmentést adnánk, vagy azokat elnéznénk.
2. **Befogadás:** Szanghánk nem szektáriánus. A Ligmincha minden formában felöleli a sokféleséget, beleértve, de nem kizárólag, az életkort, a fajt, a vallást, a fogyatékossgot, a szexuális irányultságot, a nemet, a kultúrát és a politikát.
3. **A kollektív közösség java:** A Ligmincha központok, ingatlanok, alapok, védjegyek, kiadványok és tulajdonok a kollektív közösség javát szolgálják, és nem használhatók fel személyes haszonszerzés céljából, illetve megfelelő engedély nélkül. Tartózkodunk a Ligmincha pénzügyi, fizikai, szellemi és emberi erőforrásával való visszaéléstől.
4. **Titoktartás:** Rendelkezhetünk magán, személyes vagy bizalmas jellegű információkkal a Ligminchával vagy a Ligmincha közösségek tagjaival kapcsolatban. Csak abban az esetben hozunk nyilvánosságra magán- vagy bizalmas jellegű információkat, amennyiben az információ visszatartása a Ligmincha vagy bármely személy vagy csoport biztonságát és/vagy jólétét veszélyeztetné.
5. **Önreflexió és átláthatóság:** Továbbra is figyelemmel kísérjük az esetleges összeférhetlenségeket. Amennyiben elkerülhetetlen összeférhetlenség esete merül fel, akkor mindannyian felelősek vagyunk annak megfelelő, bölcs és együttérző módon történő kezeléséért, ideértve azt is, hogy iránymutatás céljából felhívjuk az Etikai Bizottság figyelmét.
6. **Megfelelő határok:** Minden egyén, és különösen a szervezetben szolgálatot teljesítő személyek felelőssége, hogy biztosítsák a megfelelő fizikai és érzelmi határok megtartását. Nem folytatunk visszaélésre alkalmas vagy szexuális kapcsolatot másokkal, tanítói / tanítványi, munkáltatói / alkalmazotti, illetve egyéb aszimmetrikus kapcsolat fennállása esetén, még akkor sem, ha az ilyen jellegű viselkedésre bátorítanak, ösztönöznek minket.



7. **Tiszta test:** Megjelenésünk tiszta, és megfelelő módon öltözködünk.
8. **Tiszta beszéd:** Kerüljük a profán és trágár beszédet.
9. **Tiszta tudat:** Kerüljük a kábítószerrel és az alkohollal való visszaélést.
10. **Pontosság:** Időben jelenünk meg a megbeszéléseken és egyéb kötelezettségeink helyén. Mindenki ideje azonos értékkel bír.

### A tanítók további kötelezettségei (lámák, szenior tanítványok, umdzék és instruktorok)

Mivel a tanítók és a tanítványok kapcsolatai eredendően eltérőek, ezért a tanítók kötelessége, hogy tartózkodjanak a tanítványok személyes haszon-, vagy örömszerzés érdekében történő kihasználásától. A magasabb pozícióval nagyobb felelősség jár. Ezért a fenti kötelezettségen kívül a tanítóknak továbbiakra kell törekedniük:

1. **A hagyományvonal hitelessége:** Csak tanúsítványunk vagy jogosultságunk szintjével összhangban tanítunk, és kizárólag szellemi vezetőnk által jóváhagyott témákat és módon. Pontosan képviseljük oktatásunkat, képzésünket és tapasztalatainkat. Amikor nyilvánosan tanítunk vagy gyakorlunk, nem keverjük össze és nem ötvözzük a Bön tanításait más hagyományokkal, szellemi vezetőnk kifejezett beleegyezése nélkül.
2. **Önfejlesztés:** A Jungdrung Bön tanításai kiterjedtek és mélyrehatók. Elkötelezettek vagyunk aziránt, hogy folyamatos kapcsolatban legyünk a hagyományvonal képviselőivel a szövegekkel, és önvizsgálódást folytassunk.  
Naprakészek vagyunk a szellemi vezető tanítási megközelítésével, valamint a módszer, a stílus és a hangsúly változásaival kapcsolatban, azáltal, hogy rendszeresen részt veszünk tanításain, tanulmányozzuk publikációit, leiratait és felvételeit.
3. **Gondoskodási kötelesség:** A gondoskodási kötelesség azt kívánja meg, hogy kerüljünk minden olyan viselkedést, vagy mulasztást, amely előreláthatóan káros lehet másokra nézve. A szellemi szervezetekben a kárt elsősorban a többsíkú kapcsolatok okozzák. A többsíkú kapcsolatok, amennyire csak praktikusan lehetséges, kerülendőek. A többsíkú kapcsolatok létrejöttére minden esetben fel kell hívni az Etikai Bizottság figyelmét. A tanító, aki a többsíkú kapcsolatban az erősebb fél, elsődleges felelősséggel tartozik azért, hogy megvédje a tanítványokat, és nem vesz részt ilyen jellegű kapcsolatban, illetve azokat a megfelelő keretek között tartja, minden esetben a tanítványok biztonságát és jóllétét szem előtt tartva.



## A szolgálat teljesítésének az alapjai

A fenti tíz előírás és a Magatartási Kódex mellett, lényeges, hogy további szempontokat is figyelembe vegyünk, annak érdekében, hogy fenn tudjuk tartani a szakrális közösséget, és javára válhassunk a Ligmincha szanghának. A szolgálatot teljesítő személyek tudomásul veszik, hogy:

1. A Ligmincha pozíciói végső soron a Jungdrung Bön bölcsességének és együttérzésének megőrzéséhez és átadásához kapcsolódnak a közösségünknek, illetve általában véve a társadalom számára nyújtott szolgálat révén. Így viselkedésünk vagy cselekedeteink nem csorbíthatják saját, vagy a Ligmincha azon képességét, hogy szolgálhassuk a tanítványok biztonságos tanulását és gyakorlását.
2. Mindannyiunknak vannak személyes gyengeségei, hiányosságai és vakfoltjai. A titulusokkal vagy pozíciókkal való azonosulásunk során a büszkeséghez, a ragaszkodáshoz, és a zavarodottsághoz, illetve egyebekhez kapcsolódó finom és durva elhomályosulások alakulhatnak ki. Mindannyian arra törekszünk, hogy megkülönböztető tudatosságunk legyen arra vonatkozóan, hogy a nemtudás, a ragaszkodás és a gyűlölet miképp nyilvánul meg életünkben. Minden szerepre úgy tekintünk, mint a mások iránti önzetlen szolgálat lehetőségére, nem pedig úgy, mint személyes hatalomra vagy nyereségre.
3. A szolgálatot teljesítő személyek közül bárki, aki észleli jelen Magatartási Kódex megszegését, köteles azt az Etikai Bizottság tudomására hozni.
4. Amennyiben a szolgálatot teljesítő személy megtagadja, vagy elmulasztja a Ligmincha Etikai Bizottság folyamatai szerinti együttműködést, az a Kódex megszegését jelenti. A szabályok megsértését jelenti az is, ha a szolgálatot teljesítő személyek közül bárki megszegi a titoktartási kötelezettségét az Etikai Bizottsághoz eljuttatott bármely információval, vizsgálattal kapcsolattal, illetve az is, ha azok eredményét nyilvánosságra hozza. Kizárólag a Magatartási Tanács, az Igazgatósággal megvitatta, jogosult arra, hogy ilyen ügyeket közzé tegye. Ez a korlátozást nem úgy értelmezendő, hogy az megakadályozna bárkit is abban, aki panaszt tesz, hogy jogi, egészségügyi, szellemi vagy pszichológiai tanácsadást, vagy támogatást kérjen.
5. A Kódex megsértését jelenti, ha a szolgálatot teljesítő személyek bármelyike, a panaszt benyújtó személlyel vagy személyekkel szemben megtorlást folytat.
6. A Kódex ismeretének hiánya és/vagy félreértése, nem megfelelő értelmezése nem mentesíti a nem megfelelő magatartást. Aki bizonytalan abban, hogy jelen Kódex miképp alkalmazandó egy adott helyzetben, azt arra bátorítjuk, hogy lépjen kapcsolatban az Etikai Bizottsággal.