



Pradjna-paramita, den store mor,
personifikationen af fuldkommen visdom.

Det lyse sind

*Jeg ønsker at være hele verden en mor
Venlig mod de imødekommende
Og god mod de kærlige -
Og som en fader vil jeg give nyttige råd.*

Fra "Mahayana", udgivet af Chr. Lindtner. Spektrum 1998. s. 90.

Mahayana

Her i Vesten forklares Buddhismen normalt som 3 fartøjer til befrielsen, nemlig Hinayana, Mahayana og Mantrayana, også kaldet Vajrayana. (Kære læser, du må have mig undskyldt, at lige dette afsnit nok er en smule kedeligt eller akademisk, *it's for the record*, som amerikanerne siger.) Det betyder på dansk *Det Lille Fartøj*, *Det Store Fartøj* og *Mantrafartøjet*, også kaldet *Diamantfartøjet*.

Den traditionelle buddhistiske udlægning er også 3 fartøjer, men de kaldes: **Elevernes Fartøj, De Enlige Buddhaers Fartøj og Bodhisattvaernes Fartøj.** *Elevernes Fartøj* svarer nogenlunde til Den Sydlige Buddhisme, som vi kender i dag på Sri Lanka og i Thailand, også kaldet Theravada, skønt denne skole indeholder mange Mahayana elementer. *De Ensomme Buddhaers Fartøj* hentyder til folk, som Buddha gav instruktioner nok til deres egen Oplysning, som de derpå opnåede i ensomhed og Verden har ikke hørt noget fra dem siden. *Bodhisattvaernes Fartøj* kendes ellers som *Mahayana*, men i denne udlægning inddeles det derefter i 2, nemlig **Sutra** og **Tantra**. *Tantra* er det samme som *Vadrajayana*, men i den traditionelle opdeling er denne lære altså *netop* en del af *Mahayana*, om end den *dybe* del.

Man kommer også hurtigt ud på dybt vand, hvis man ikke forstår, at den grundlæggende belæring, som Buddha gav, om ego'ets illusion, er selve kernen og essensen af alle slags buddhisme. Læren om fænomenernes tomhed er blot den logiske følge af den første lære om jeg'ets illusion, skønt den tilskrives *Bodhisattvaernes Fartøj*. Der er ikke nogen buddhisme uden forståelsen og værdsættelsen af ego'ets illusion som elendighedens årsag. Der er ikke nogen buddhistisk *vej* uden målet om *indsigt* eller *erkendelse* af ego'ets illusion. Vejen til Paradis, som vi kommer ind på om lidt, kunne synes lidt af en omvej, men set fra et praktisk synspunkt er det en misforståelse. Det er svært at opnå sand erkendelse, så de fleste af os har hverken tid eller ressourcer til det i dette liv. Vi må derfor forlade os på Paradiset som en mellemstation, hvorfra vi senere kan nå erkendelsen. Sådan er den buddhistiske anskuelse.

Sutra

Sutra er beretningerne om Buddhas ord og gerning, men betyder også en type meditationspraksis, som kan sammenlignes med Gudstjeneste-plus-meditation. Buddha ses her som en frelser, som kommer os i møde for at hjælpe os til erkendelse, eller til hans Paradis. Basis for denne overgang til Paradis, er dels at alle har Buddhanaturen, som jeg har beskrevet i tidligere artikler, dels Buddhas ønsker om at der må være et sted for os, hvor vi kan være, indtil vi selv finder sandheden om vores Buddhanatur. Dette ønske, siden det fremsættes af en Buddha, formår simpelthen at skabe et paradisi, som vi i dag vil forklare som en ganske særlig dimension i sindet og udenfor og fri af, tid og sted. Det er i og for sig ikke noget, som jeg har forstand på, men sådan er teorien altså. Ligeså

mange Buddhaer, som der er, ligeså mange paradiser er der med diverse velklingende navne. Og i Mahayana er der mange Buddhaer. De ligner hinanden til forveksling, men har hver deres egen legende. Det er derfor at vi taler om "Den Historiske Buddha, Buddha Sakyamuni", som er den eneste dokumenterede Buddha i Verdenshistorien, den som nåede Oplysningen for 2500 år siden og startede alt det, vi kender som Buddhisme i dag.

Det er derfor ikke underligt, at tibetanerne har opfattet de kristne som endnu en buddhistisk menighed, skønt med en lidt misforstået kosmologi og et mærkeligt anstrengt forhold til livet. Da Jesuitterne kom til Kina for første gang i hælene på de opdagelsesrejsende portugisere, måtte de præsentere Kristus som Bodhisattva for ikke at blive til grin ved Kejsers hoffet i Peking og komme i konflikt med de lærde kinesere. Jesuitterne har altid været pragmatikere, men kineserne husker dem ikke for deres Kristendom, men for deres videnskabelige kortlægning af Kejserriget samt deres kendskab til kunsten at bygge kanoner. Kineserne har også altid været pragmatiske.

Tantra

De fleste vil nok opfatte *Tantra* som meget eksotisk og Læren om Tomheds-naturen som spidsfindig og irrelevant, set i forhold til et "jævnt og muntert liv på Jord". Tantrisk sex er ikke alene meget eksotisk, men også meget sjældent. Det er nemlig meget krævende, især for manden, og kan lige så godt give anledning til meget stor tilknytning til partneren, som til emotionel frigørelse udi Visdomssindet. Det er ikke for hvem som helst. Det er derfor ikke, hverken den højeste eller almindeligste form for Tantra. Imidlertid kender vi lidt til Tantra her i Vesten, for vi har *Nadveren*.

Et sådant ritual kaldes *Ganachakra* på sanskrit, hvilket betyder en festkreds. Ved Ganachakra'en forestiller alle deltagerne sig, at det, som de spiser og drikker, er helt rent og af én smag. Det, som de faktisk spiser og drikker, er kød og alkohol, men det ses som en symbolsk optagelse af alle oplevelser, som et menneske kan have. Det er sindet, som spiser og drikker sindet, når vi oplever både noget rent (d.v.s. etisk og religiøst korrekt) og noget urent (d.v.s. oplevelser, som provokerer os til at skade andre, os selv eller miljøet). At det er af *én smag* betyder, at alt smager af frihed for besættelse og ego-identifikation. Ritualet udføres for at rense deltagerne for "synd" (d.v.s. anlæg til at skade etc.) og træne dem i at give slip på tilknytning til egoet, følelserne og deres dårlige

vaner. Derefter, i ritualets *fuldendende fase*, fordyber man sig i forening med sin egen Buddhatur.

Det hører med til billedet, at deltagerne prøver at se sig selv som allerede værende Buddhaer, mens ritualet foregår. Jeg har jo skrevet om at forene sig med Buddhaturen, men dermed mener jeg *den egentlige Buddhatur*, som ikke har nogen form som sådan. Når de forestiller sig, at de er Buddhaer, er der tale om meningsfuld fantasiskabelse, som er nærmere foreskrevet i ritualets tekstbøger. De "*leger*", at nu er ego'et væk og de er blevet oplyste og de får Buddha'ens krop, tale og sind. Det er som Buddha'er at de gennemfører ritualet. Så længe ritualet varer, vil de opfatte sig selv på denne måde. Denne krop er helt og aldeles lavet af en lys-membran, hvor vi normalt har hud og overflade, og indeni er der *ingenting*, bortset fra de indre energikanaler, chakra'er (d.v.s. energibane-trafikryds) o. s. v. - også skabt af et levende og nærmest "plastisk" lys, hvilket dels er en påmindelse om fænomenernes tomhed, dels en praktisk måde at nå til følelsernes tilstedeværelse i kroppen og *dér* forvandle dem til Visdoms-sind. Denne fantasiskabelse kan sammenlignes med en computer-simulations plastiske lys, men pointen i Tantra er netop, at man bruger sin *egen* fantasi til denne forestillings-virksomhed. Hele det tantriske ritual har mange elementer, hvor Ganachakra blot er et enkelt. Ritualet starter med ego'ets død, og tantrikeren genopstår som sådan en Buddha, lavet af lys.

Nadveren

Indenfor Sutra, som ovenfor omtalt, forbliver deltagerne i et ritual i deres almindelige skikkelse. Til gengæld laves der ikke Ganachakra indenfor Sutra. Den kristne Nadver kommer således ind midt imellem, for ved Sakramentet forenes den kristne med Gud, uden dog selv at blive til Gud, men det sker ved nærmest et tantrisk ritual. Indenfor Sutra kan mennesket opnå befrielsen ved de traditionelle meditationsformer, som også kendes fra *Elevernes Fartøj*. Indenfor *Bodhisattvaernes Fartøj* søger man befrielsen for alle levende væsners skyld (, ikke blot sin egen som indenfor *Elevernes Fartøj*). Bodhisattva betyder direkte oversat: *Én Som Har Lys-sindet* eller *Det Lysende Sind*. Selve dette *Lys-sind* kaldes for *Bodhi-citta* på sanskrit. (*Bodhi = lys, Citta = sind.*) Jeg kan godt lide, at oversætte det med: *Det Lyse Sind*. Hannah & Ole Nydahl har valgt oversættelsen: *Erkendelsessindet*, mens Dalai Lama gerne kalder det for: *Det Gode Hjerte*. En Bodhisattva er altså en Helgen, som søger Buddhas oplysning - ikke blot for sig selv - for Bodhisattva'en vil frelse hele verden, og hjælpe alle til erkendelsen.

Det er derfor snublende nær for en buddhist, at betragte Jesus som en ægte Bodhisattva. Jesus er Guds søn. Bodhisattva'erne kaldes for **Buddhas sønner og døtre**.

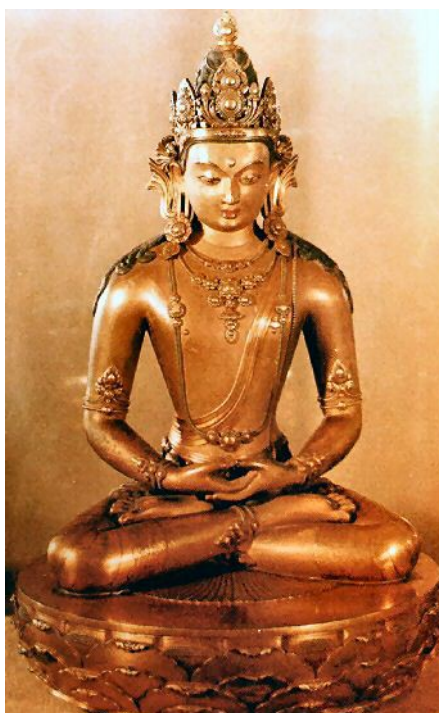
Visdoms-sindet

Vores følelser kan forkomme meget sammensatte og komplicerede, når vi befinder os i komplicerede situationer. Imidlertid er der aldrig flere end **3** lidenskaber impliceret, set helt ovenfra. De er 1. dumhed, 2. begær og 3. vrede. I de fleste Mahayana filosofier forøger man dem til **5**, nemlig dumhed, begær, misundelse, stolthed og vrede. "*Hvad så med kærligheden?*", er der nogen, som vil sige. *Er den blot begær? Handler alt blot om besiddelser og sex? - og magt? Elsker en mor ikke sit barn mere end sig selv?* Svaret er: ikke nødvendigvis, men hvis der virkelig er en sådan uselvvisk kærlighed i dit eget liv, så er den ikke noget, som formørker sindet, og den vil derfor heller ikke forhindre befrielsen. Tilsvarende, hvis du virkelig hjælper andre *uden* at tænke på, at det nu netop er *dig*, som udøver barmhjertighed, og at der virkelig er *nogen* i nød og at *din* indsats virkelig hjælper, så vil det heller ikke formørke dit sind, og det vil heller ikke forhindre befrielsen. Da disse positive følelser af uselvvisk kærlighed og barmhjertighed ikke formørker, henregnes de til *sindets selvoplysende kvalitet* indenfor buddhismen. Eller sagt på en anden måde: der er ikke forskel på *begær* og *uselvvisk kærlighed*, lige bortset fra *kvaliteten* af enten: *selvvisk* eller: *uselvvisk*.

Det er dette forhold, som min lærer Sjamar Rinpotje kalder for: *sindets 2 ansigter*. Det selv samme sind, uden at ændre sin essens, kan have én af to kvaliteter. Det kan være oplyst eller formørket. Potentialet for lys kan vise sig i glimt, men uden ægte indsigt, falder vi tilbage i det normale mørke og er atter besatte af ego'ets illusion.

Uselvvisk kærlighed anskues derfor som udtryk for *Bodhicitta*, dette Lys-sind, som Dalai Lama kalder for Det Gode Hjerte. Det kan imidlertid bidrage til komplicerede følelsesmæssige situationer, hvis f. eks. en mor elsker sit barn langt højere end sig selv, men ikke sin mand tilsvarende. Manden kunne derfor blive misundelig. Så selvom Moderen her har en god ressource, så har hun ikke Visdoms-sindet. For at udvikle det, må hun først udvide sin uselviske kærlighed til sine nærmeste omgivelser, derefter til de fjernere, og endelig til alle levende væsner overalt. For at gribe det

praktisk an, må hun måske først skaffe sig en anden mand, eller foretage en åbning overfor ham og han for hende. En anden oversættelse af Bodhicitta er: *Det Åbne Sind*.



Amitabha Buddha, det grænseløse lys Buddha

Sarte følelser

Følelserne anbringes altså i 5 båse, men det er udelukkende for at kunne danne sig et begreb om dem. I en given situation vil de optræde blandet med hinanden, *shaken - not stirred*. Følelser er en form for berøring. Følelser er en måde hvorpå, der dannes sammenhæng og adskillelse, mellem os selv og omgivelserne. Med et moderne udtryk fra de kognitive videnskaber er følelserne den dybeste måde for *tilkobling*. Det går så vidt, at vi oven i købet har følelser om os selv, om hvordan vi er tilkoblet, hvad vi oplever som vores eget liv, også indre liv, og vores krop. Vi har følelser om følelser. På en eller anden måde slipper vi aldrig for dem. Gandhi beklagede sig over, at når han fastede og kun spiste en lille smule ris og drak lidt vand, så smagte det *så* godt, at han aldrig havde oplevet noget lignende.

Følelserne kan synes så primitive. Der skal intet til for at få os til at føle os stolte, dumme, irriterede og så videre. Det er såmænd ikke fordi følelserne er primitive, eller civilisation ophøjet. Det er fordi vi som levende væsner er fintfølede, sensitive, ja nærmest magnetiske. Vi reagerer i virkeligheden på alt, som sker indeni os og omkring os. Selv den hårdeste banan blandt os er *følsom*. De hårde bananer er også nemme at provokere. Denne følsomhed er ikke i sig selv et problem, tvært imod. Den gør os blot uhyggeligt påvirkelige, men hvad andet kan man forvente i en sand levende verden. Vores sarthed er i virkeligheden et plus. Vi behøver ikke beskyttelse for vores følsomhed; vi trænger kun til at vogte på vores åbenhed. Det vil sige, vi skal blot lade være med at lukke af for andre eller vores egne indre signaler, fra sjæl eller krop. Vi lever i en verden, som ikke blot er badet i følelser, men nærmest oversvømmet af dem.

Den der bare én enkelt gang

Ser rigtigt på dig

Han når så afgjort sit mål,

Kære Frue med det trofaste blik!

Fra Chr. Lindtners bog: Mahayana, s. 62

Følelsernes forvandling

På Bodhisattvaens vej til Oplysningen er der ti trin eller niveauer, hvor gradvist erkendelsen bliver dybere og mere omfattende. Det første trin hedder *Fuldkommengørelsen af Gavmildhed*. Her får vi et indtryk af betydningen af Visdomssindet, for dette første trin karakteriseres ved, at Bodhisattvaen ikke opfatter, hvorvidt der er en giver, en gavegivning og en modtager af gaven. Bodhisattvaen gør blot det, som situationen kræver. Hvordan er det muligt, hvis ikke på grund af føromtalt følsomhed? Bodhicitta er således ikke blot noget helt vidunderligt, det føles vidunderligt og det udvirker underligt. Det underlige er *følelsernes forvandling* til *Visdoms-sind*. Når man føler vrede, men ikke lader sig besætte af vreden og heller ikke forhindrer vreden i at opstå. Når man blot lader den være uden at gøre noget ved den. Man trækker ikke fra, lægger ikke til og fortolker den heller ikke, så bliver den til *Den Spejllignende Visdom*. Den Spejllignende Visdom viser de sider af verden og os selv, som vi aldrig har kunnet se, fordi vi blev formørkede af vrede, før vi så, hvad der egentlig foregik både foran og bagved vores egne øjne. Dét, vi da ser, er næppe rart, men når vi virkelig har set det,

vil vi *intuitivt* vide, hvad det rigtige at gøre er, eller, at det er her i denne situation, vi intet skal gøre. Som da Jesus satte øret på plads på den romerske soldat, efter Peter havde hugget det af med sit sværd.

Følelserne vil informere os på en meget direkte måde, uden at vi behøver store analyser eller en doktorgrad i Buddhologi, når de forvandles til Vidsoms-sind. Jeg har omtalt vredens forvandling. Tilsvarende forvandles begær til *Den Skarpt Skelnende Visdom*. Misundelse til *Den Altudførende Visdom*. Stolthed til *Lighedens Visdom*, og dumhed til *Den Altgennemtrængende*. Hver af de 5 følelser og visdomme hører hjemme i sin egen *Buddha-familie*. Dem er der således også 5 af. For nogle år siden var der en artikelserie i dette blad om de 5 Buddhafamilier. (Se siden: *De 5 Buddha-familier*)

Sidst i firserne var jeg med nogle tibetanske Lamaer i Odense. I en pause under programmet med buddhistiske belæringer gik jeg en tur med *Lama Kalsang*, hvilket bragte os forbi en Kirke. Det var søndag, og salmesang strømmede ud ad kirkedøren. Lama Kalsang ville se, hvad det var for noget, så vi gik indenfor. Vi kom begge i de traditionelle munkeklæder. Kirketjeneren modtog os venligt, og gav os salmebøger. Jeg ledte Lama Kalsang til en af de bagerste bænke, hvor vi satte os. Lama Kalsang syntes det hele var vidunderligt, Kirkerummet, alteret og sangen. Så var der altergang og menigheden rejste sig for at modtage Sakramentet. Lama Kalsang rejste sig også. Han ville være med. Jeg tog ham blidt på armen, og forklarede ham, at menigheden nu skulle deltage i en *Ganachakra*, og kun kristne kunne modtage sakramentet. Det forstod han straks. Tantriske løfter er en alvorlig ting, så vi blev siddende. Efter Gudstjenesten kom hele menigheden og hilste på os. De var glade for vores deltagelse. Kun Præsten forsvandt hurtigt uden at nærme sig. Lama Kalsang taler stadig om det. Han er fra en af de højere beliggende bjergdale i Nepal, hvor kristne er nogen, som andre har berettet om.

Lama Tendar Olaf Høyer, 1998.

Artiklen er nr. 3 - i en serie på 4, som først blev offentliggjort i Dialogcentrets blad, Den Ny Dialog 1998.

Artikel nr. 1: Hvor Dumt

Artikel nr. 2: En vase med sjæl

.....

Artikel nr. 4: Meditation.