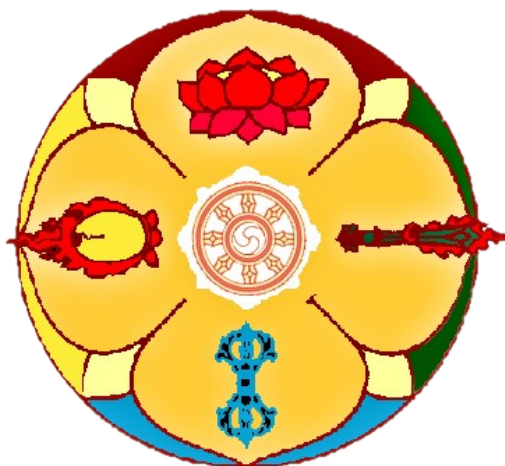


## De 5 skandha'er

Sindets virksomhed udfolder sig gennem de 5 skandha'er, de 5 sammensatte grupper af mentale processer og mønstre, som frembringer alle vores oplevelser - ja, alle sammen...



Billedet viser symbolerne for de 5 Buddha familier omgivet af familiernes respektive farver, som de almindeligvis er anbragt i de fleste Mandala'er indenfor buddhistisk Tantra. Der eksisterer et forhold mellem de 5 skandha'er og de 5 Buddha-familier. I visse Mandala'er har form-skandha'en og bevidstheds-skandha'en byttet plads. Billedet foroven angiver den mest almindelige placering af de 5 skandha'er, som den forekommer i de fleste Mandala'er. Vajra familien (i bunden) symboliserer form-skandha'en. Juvel familien (til venstre) symboliserer følelses-skandha'en. Lotus familien (for oven) symboliserer opfattelses-skandha'en. Karma familien (til højre) symboliserer samskara skandha, og Buddha familien (Dharma-hjulet i midten) symboliserer bevidstheds-skandha'en.

**S**kandha (tibetansk: *phungpo*) betyder ordret en hob, et bundt eller en samling på sanskrit i betydningen: *sammensat gruppe*. Der hentydes til hvordan oplevelsernes forskellige bestanddele gradvist opstår ved gennemløb af *5 sammensatte processer* i sindet, som begrebsmæssigt adskilles fra hinanden, fra de begynder at opstå som sansninger til de opleves helt bevidst. De 5 skandha'er er således en beskrivelse af, hvordan vores sind fungerer. Oplevelserne i sindet bliver dannet skridt for skridt i hver enkelt sammensatte proces, men denne gradvise udvikling er ikke en helt retlinet bevægelse. Processerne indtræffer øjeblikkeligt, hvilket vil sige, at de *næsten* er samtidige. Så bemærk, at når der opstår kontakt i form skandha'en, er der øjeblikkeligt også sansbevidsthed til stede og så videre. Der vil være en eller anden grad af bevidsthed til stede i forbindelse med alle skandha'erne, skønt der er en særlig bevidstheds skandha som nummer 5. Opdelingen i 5 sammensatte størrelser viser *funktionen*, gør skandha'erne

begribelige og hjælper på forståelsen af det relative ego og det **absolutte fravær** af et egentligt Selv.

*De 5 skandha'er defineres således som 5 sammensatte størrelser, som hver især på sin egen måde påvirker og samlet frembringer alle vores oplevelser. Kort sagt: sindets virksomhed. Sindet væver en oplevelse sammen i fem sammensatte trin. En oplevelse begynder med sansning og ender med fuld bevidsthed. Ind imellem begyndelse og slutning dannes først et fortolket indtryk og derpå en mental og lidenskabelig reaktion. Det fortolkede indtryk begynder som en følelse på grund af sansning.*

Tilblivelsen af en oplevelse i 5 trin er udtryk for et enkelt forløb af de 5 processer i sindet. En sådan udvikling af en enkelt oplevelse i et enkelt gennemløb af de 5, tager kun en brøkdelen af et sekund. En tilblivelse af en oplevelse ved et enkelt gennemløb af de 5 skandha'er kaldes *bevidsthedens øjeblik*. Når en sådan tilblivelse har fundet sted, afsluttes øjeblikket, og hele processen gentages forfra, forløber i 5 trin, ophører igen, gentages og så videre, ustandselt gennem hele livet, døden, genfødslen og indtil Nirvana indtræffer. Denne ustoppelige strøm af udviklinger i oplevelserne kaldes for *santana* på sanskrit. Santana betyder ordret en serie. Det vil sige: serien af bevidste øjeblikke, som er yogi'ens fokus.

Idéen om de 5 skandha'er er Buddha Sakyamuni's enkle og samtidigt komplekse forklaring af, hvorledes alle oplevelser dannes, og hvordan de viser sig i sindet. Det er en af de ældste instruktioner i Buddha's Dharma. Denne artikel er meget fortættet, så læs den venligst langsomt og med stor opmærksomhed, så du ikke mister grebet eller overblikket.

Hvorfor er der instruktion om de 5 skandha'er og resten?

(Med resten menes der de 8 slags bevidsthed, de 12 ayatana'er, de 18 dhatu'er og de 22 indriya'er)

[De findes] for at virke som et middel mod de 3 slags tro på et egentligt Selv. De 3 slags tro på et Selv er troen på enhed [i Selvet], troen på en oplever og troen på et handlende Selv.

Således skriver Vasubandhu i sin bog *Oversigt over de 5 Skandha'er*, oversat af Artemis B. Engle og udgivet som *The Inner Science of Buddhist Practise*.

## De 5 sammensatte størrelser er:

### 1. **FORM** sanskrit: rupa – tibetansk: zug [gzugs]

Form skandha'en betyder, at der opstår kontakt (sanskrit: *sparsa*) mellem sans-eвне (sanskrit: *indriya* – betyder ordret: kapacitet eller kraft) og sans-genstand (sanskrit: *visaya*), hvorved sans-eვნen forstyrres og aktiveres. Det er sådan, at den faktiske sansning sker. Indenfor Dharma'en beskrives sans-eვნen snarere end sansorganet, fordi dette er, hvad man faktisk oplever, når man under meditation undersøger, hvorledes sansning foregår i ens eget sind. Der er 6 slags sans-eვნer, som svarer til de 6 slags sans-genstande og de 6 slags sans-bevidstheder. *Den sjette sans-bevidsthed er bevidsthed om sindet.* Mere om den senere. Hver kontakt opstår adskilt fra enhver anden på dette niveau, fordi hver enkelt sans-eვნe virker uafhængigt af de andre. Al slags sans-kontakt med sans-genstande bevirker således fremkomsten af sansede former i de respektive sans-bevidstheder. *Disse former er, hvad man ser, hører, smager og så videre* som resultat af *sparsa*. Sans-genstandene kan opstå fra verden eller fra sindet selv, for eksempel som drømme, visioner og fantasier. Bemærk venligst, at rupa er forskellig fra visaya. Den 'objektive' sans-genstand er noget andet end den opfattede sansning. Form skandha'en beskrives som stimulans eller *forstyrrelse*.

### 2. **FØLELSE** sanskrit: vedana – tibetansk: tsorbha

Følelses skandha'en betyder den umiddelbare følelse af behag, ubehag eller ligegyldighed, som mærkes, når der er sansning i form skandha'en. Tilsvarende betyder følelses skandha'en tiltrækning, frastødning eller neutralitet, og: ophidselse, nedkøling eller ufølsomhed og så videre. Også på dette niveau opstår hver enkelt følelse adskilt fra enhver anden, fordi hver enkelt følelse følger øjeblikkeligt efter hver enkelt sansning. Der er *dualisme* i følelses skandha'en. Man vil umiddelbart eller instinktivt forstå sig selv som personen, som føler noget om noget andet end sig selv. Følelsernes kvalitet er i sig selv både grov og u håndgribelig mental fortolkning eller begreb. Følelses-skandha'en er *kvaliteten af forstyrrelsen i form-skandha'en*.

### 3. **OPFATTELSE** sanskrit: samdijña – tibetansk: dyshe

Opfattelses skandha'en betyder kombination og genkendelse af de relativt ubearbejdede og forskellige sansninger og følelser, som opstod i de to foregående skandha'er.

*For det første* - opfattes de kvalificerede forstyrrelser nu samlet i al deres forskellighed af forskellige sansninger, som opstod i de forskellige sanssområder, så som lyd, syn, smag og så videre, forbundet med de varierede følelser, som fulgte hver af disse sansninger. Nu bliver de for første gang opfattet i et samlet kombineret indtryk (sanskrit: *djñeya*). En fuldstændig opfattelse af alle de kvalificerede forstyrrelser fra form skandha'en og følelses skandha'en viser sig nu i sindet.

*For det andet* - genkendes dette kombinerede indtryk som noget allerede kendt eller som noget, der føles som eller ligner noget allerede kendt. For eksempel genkendes en farve som det, man kalder 'rød' og så videre - eller en skikkelse ligner en mand, en kvinde og så videre. Der samles et helhedsindtryk i opfattelses skandha'en, hvor lyd, smag, lugt og så videre indgår i et samlet sammensat indtryk, som spontant fortolkes. Det kan for eksempel være, at maden lugter godt, men smager dårligt og ser ligegyldig ud, så alle 3 kvaliteter fra følelses skandha'en indgår i det samlede indtryk. Ligeledes bliver denne sammensatte oplevelse nu genkendt som 'mad'. Det, som sker her, kaldes en 'kendelse' (sanskrit: *vidjñapti*), hvilket involverer en umiddelbar fortolkning og bedømmelse af indtrykket.

Opfattelses skandha'en er *det mentale indtryk af den kvalificerede forstyrrelse i form skandha'en*. En sammenfatning af sanssområderne, følelserne og en kendelse eller genkendelse.

De 6 slags sansgenstande, de 6 sanses evner og de 6 sanses bevidstheder bliver samlet kaldt for de *18 dhatu'er*. Det oversættes normalt som de 18 sanssområder, eller nogle gange riger, regioner, sfærer og – i nogen grad ukorrekt – som elementer (et element kaldes ellers for *bhuta* eller *dharma* på sanskrit). Betydningen er, at der er 18 dimensioner eller områder i forbindelse med sansning.

De 6 slags sansgenstande og de 6 sanses evner kaldes for de *12 ayatana'er*, hvilket normalt oversættes som de 12 sansbaser eller felter - ordret betyder det kilder eller porte.

Der er ikke blot de 6 sanses evner, som hedder indriya'er på sanskrit (ordret betyder det *kapacitet* eller *kraft*). Der er i alt *22 indriya'er*, fordi man også tæller andre evner med, så som livet, kønnet og mange andre, som ikke forklares i denne artikel.

#### 4. SAMSKARAS tibetansk: dy ye [dy byed]

Samskara skandha betyder først og fremmest, at begivenhederne i de 3 foregående skandha'er nu forårsager en *reaktion* i sindet. Reaktionen er for det meste baseret på vores erfaringer. *Erfaring* betyder, at der er en øjeblikkelig forståelse, vurdering eller en bedømmelse af indtrykket, som

stammer fra hukommelse om lignende oplevelser fra fortiden. *Erfaring* kan også betyde, at der er en evne, et kendskab til hvorledes man håndterer en situation, eller et kendskab til, hvordan noget fungerer – alt sammen noget, som allerede er udviklet, gjort til vane og husket, og som nu spontant manifesterer sig i sindet. En altså såkaldt ‘ubevidst’ reaktion, som ikke opstår fra bevidsthed, men fra fortidens erfaringer. Hermed fremkommer der forslag i sindet til en passende reaktion, eller også finder en faktisk reaktion sted, afhængig af dine vaner. Reaktionen skyldes tidligere erfaringer af tilsvarende art som det nuværende indtryk, som viser sig fra den tredje skandha, opfattelses skandha'en. Således reagerer sindet naturligt på sanselige eller mentale indtryk, i overensstemmelse med din erfaring. Samskara betyder ordret *det, som er sat sammen* og *det, som sætter sammen*. Sammensat og sammensætning.

Denne øjeblikkelige reaktion kan faktisk stamme fra flere kilder, afhængig af indtrykkets karakter, som det øjeblikkeligt bliver forstået, bedømt eller vurderet på dette niveau. Disse kilder er: *viljen* (som en vane - sanskrit: *cetana*), *vaner*, *mentale tendenser*, *evner*, *erfaringer*, *begreber* og *lidenskaber*, sanskrit: *kleshas*. Her skabes nu sammenhæng. Indtrykket bliver øjeblikkeligt fortolket og bedømt for sammenhænge. Nutiden bliver nu forbundet med fortiden og fremtiden. Indtil samskara skandha indtræffer, foregik alt i nu'et. Nu bliver oplevelsen forstået eller misforstået - og reageret på, i umiddelbar overensstemmelse med din erfaring - og før fuld bevidsthed er indtruffet. Begrebet samskara skandha dækker således emnerne for, hvad man i vestlig psykologi kalder ‘det ubevidste’ og ‘underbevidstheden’. Eksistentielt betyder samskara skandha simpelthen umiddelbar mental reaktion, baseret på erfaring, herunder lidenskabelige følelser.

En vane hedder en samskara. Vaner hedder samskaras i flertal. Så alle disse samskaras er de *mønstre*, hvormed vi begriber vores indtryk og reagerer på dem, således som vi øjeblikkeligt forstår, bedømmer eller vurderer dem. Samskaras er således også vores vante *handlings*-mønstre. Sindets vane mønstre dvæler skjult, opstår spontant og forsvinder igen på en ganske særlig måde, nemlig som pludselige spejlinger af mening, som pådattes det fortolkede mentale indtryk fra den tredje skandha. Samskaras lever næsten deres eget liv i sindet, eller man kan sige, at de eksisterer på deres egen ubevidste måde. Samskaras udgør vores selvbiografi og vores bagage til reinkarnation. Disse mentale mønstre er det eneste, som vi får med fra dette liv ved vores egen død – også dem, som vi ikke kan lide.

Samskara skandha oversættes også som: *idé-dannelse*, *hukommelse* og *mentale formater* og kan generelt karakteriseres som *reaktions mønstre*. Skal vi oversætte med syv ord, må det blive: *vilje*, *vaner*, *mentale tendenser*, *begreber*, *evner*, *erfaringer* og *lidenskaber*. Jeg oversætter derfor ikke ordet samskaras, men bruger det som et teknisk fagudtryk, fordi det dækker så meget. Det betyder både sammensætning, sammenhængen og det, som sætter sammen. Så det er både de *eksisterende mønstre i sindet* såvel som *mønster dannelse*. Sindets mønstre kan også beskrives som *sinds-tilstande* i ordets almindelige betydning, da begreber, følelser og så videre **lægger sig** omkring de fortolkede indtryk fra den tredje skandha og **hæfter sig** på dem. Det gør de som resultat af selve processerne i sindet på grundlag af *sindets forudfattede strukturer*. Først indtryk, derpå reaktion – øjeblikkeligt, ligesom når et lys kastes tilbage fra et spejl med det samme. Det efterlader faktisk ingen tid til bevidst indgriben. Vi bør også bemærke, at hvis man ønsker at

gribe ind bevidst, så bliver man nødt til først at vænne sig til det. Det virker ikke, før det er blevet til en vane. Den bedste metode til det, er formel meditation.

Samskaras er således også uvidenhedens (sanskrit: *avidya*), karmas og lidenskabernes slør, som skjuler Buddha-naturen for umiddelbar erkendelse, fordi de opstår øjeblikkeligt sammen med enhver oplevelse på dette niveau. Så samskara skandha *fordrejer* altid indtrykkene, indtil man opnår indsigt og virkeliggør visdomsindet (sanskrit: *djñana*). Avidya hæfter sig på alle skandha'erne, men som begreb hører den hjemme her i den fjerde. Begreb om *dualisme* fordrejer naturligvis både mentale indtryk og mental reaktion.

Det centrale punkt angående samskaras er *viljen* (sanskrit: *cetana*), som er det organiserende princip for alle de andre vaner, mentale tendenser, talenter, begreber, evner, erfaringer og lidenskaber. **Cetana** er vel at mærke **viljen-som-vane**. Cetana er naturligvis også enhver *modvilje*, som har etableret sig. Den frie vilje er mere eller mindre illusorisk som noget helt frit, fordi den altid er baseret på begreber. For eksempel begrebet om frihed. I den forstand er samskaras altid **fordomme**. Uden begreb begriber man jo ikke noget, og så *vil* man heller ikke noget. Så ved vi jo ikke, hvordan vi skal forstå, hvad det end er, eller hvad vi kan gøre ved det. Så gode og gavnlige begreber og vaner samt stor kærlig velvilje er godt at samle på og styrke, fordi de da vil blive til dine sædvanlige reaktioner.

Bemærk venligst, at cetana aldrig kan styre de lidenskabelige følelser, men kun reaktionerne på lidenskab, fordi de lidenskabelige følelser opstår som en spontan reaktion på de fortolkede mentale indtryk samtidigt og parallelt med de erfarings baserede reaktioner, som cetana organiserer.

Det problematiske ved samskaras er, at vi skaber dem ved en bevidst indsats, når vi opbygger en vane, men derefter fungerer de af sig selv. Bemærk for eksempel hvorledes små børn lærer at kunne gå oprejst. Vi bliver født med visse samskaras, som definerer alle sansende væsner, samt nogle som er specielt menneskelige. De ligger ligesom i dvale som mere eller mindre ubevidste *tendenser* og *talenter* i sindet og udløses i umiddelbar reaktion, når de stimuleres af de fortolkede indtryk fra den tredje skandha, med mindre vi bevidst griber ind og opøver andre vaner, eller vi bevidst helt opgiver at gøre noget bestemt, sådan som vi ellers plejer at gøre det, og *derpå gør det til en vane*. Fordi disse vanemæssige handlings- og begrebsmønstre er roden til vores måde at forstå eller misforstå de fortolkede mentale indtryk på og ligger til grund for vores umiddelbare reaktioner, er de årsag til *karma*, som betyder vores handlinger med deres følgevirkninger, altså vores egen livshistorie. Det, som sker her, efterlader spor i *strømmen-af-sind* (sanskrit: *santana*), som løber fra det ene øjeblik til det næste og så videre, hvorved frø (sanskrit: *bidja*) dannes og lagres i sindet til mere eller mindre forudsigelige begivenheder i fremtiden. *Vores erfaringer indeholder alle frø til fremtidig karma*.

Bemærk venligst, at samskaras betyder de typiske reaktions mønstre på givne situationer, mens karma betyder din historie med disse typiske reaktions mønstre. Det vil sige, at karma frø, sanskrit: *bidjas*, ligesom lagres i sindet sammen med disse samskaras, som du har en historie med, hvorledes du tidligere håndterede disse reaktions mønstre. Så når en samskara vækkes til aktivitet på grund af et fortolket mentalt indtryk fra den tredje skandha, vækkes samtidigt de tilsvarende karma frø.



Samskaras er ikke utilgængelige for os, men virker i det skjulte, og vi får kun øje på dem, når de som naturlige reaktioner manifesterer sig af sig selv, eller vi lokker dem frem med kunstige midler. De er således både ubevidst bagage og potentielt indhold i bevidstheden. Samskaras betegnes også som *mentale begivenheder*. Det er blot en anden måde at sige *sindstilstande* på. Dem er der lister over. Almindeligvis optælles der 51 samskaras (se *remsen: de 51 samskaras*). Der er naturligvis mange flere. De 51 har blot noget med oplysnings-arbejdet at gøre. Samskaras er alle de ting, som vi gør uden at tænke over, hvordan vi bærer os ad med det. Samskaras er både en hjælp til og en forhindring for oplysnings-arbejdet.

Samskaras er ikke blot vores tilbøjelighed, talent eller lidenskab, men også vores *begrænsning*. Hver eneste gang, vi må vænne os til nye ting og nye måder at gøre ting og sager på, er det en anstrengende bevidst indsats. Når noget er lært, er der dannet vaner i sindet, som frigør os fra disse opmærksomme øvelser. Det er denne fuldstændige afhængighed af vaner, som begrænser os, og gør os forudsigelige. Uden samskaras begriber eller fatter vi ikke noget som helst, så vi har virkelig brug for dem. Indenfor Dharma'en har vi imidlertid også brug for at forstå og genkende deres virksomhed for at undgå deres dominans og forvrængning og de deraf følgende *fordomme*.

Samskara skandha er *reaktionen på indtrykket af den kvalificerede forstyrrelse i form skandha'en*. Samskaras optræder allerede som nr. 2 på listen over *årsagskædens 12 led*.

(se artiklen: *Årsagskæden*. Samskaras betyder noget lidt andet – og dog næsten det samme - indenfor Hindu religionerne. Det er især noget med den menneskelige karakter)

## 5. BEVIDSTHED sanskrit: vidjñana – tibetansk: namshe

Bevidstheds skandha'en betyder, at den sammensatte, fortolkede og begrebsmæssigt bearbejdede oplevelse udsættes for *sindets klarhed*. Der vil til en vis grad være bevidsthed i forbindelse med alle de andre skandha'er, men almindeligvis bliver der først fuld bevidsthed, når en fuldstændig udviklet og begrebsmæssigt bearbejdet oplevelse fremstår for bevidstheden. Som et teknisk udtryk i Dharma'en er bevidsthed ikke evnen til at analysere, som vi jo har konstateret kræver en del samskaras aktivitet, men bevidsthed er den blotte og bare *evne til at vide og opleve*. Der er ikke noget forudfattet om noget som helst ved bevidsthed. Den er ren klarhed. Man behøver ikke at skabe en sådan klarhed. Den er altid naturligt til stede hos alle sansende væsner. Det er alle de fire foregående skandha'er, som modificerer og forvrænger, hvad vi kender som oplevelser, fordi de tilsløres af *de 3 slør* (avidya, kleshas og karma).

Bevidsthed er afgørende for opmærksomhed og årvågenhed, men disse to kræver vaner som basis for at fungere ordentligt. Bevidstheds skandha'en er både *baggrunden* for enhver oplevelse og din eneste mulighed for *frigjorthed* fra oplevelsernes dominans, besættelse, påvirkning,

forvrængning, afstandtagen, inspiration eller skuffelse. Det er ved bevidsthed at sindet kan genkende sig selv. Med andre ord, hvis du ønsker at overstå al lidelse og få lykken, så må du forvise dig om denne kvalitet af ren uplettet klarhed i dit eget sind. Den er der skam, på trods af dine naturlige betæneligheder omkring en sådan klarhed. Ufødt eller oprindelig klarhed er din ufortjente arv som et sansende væsen.

(På grund af de tre slør er du ikke bekendt med sindets medfødte klarhed. Disse slør er uvidenhed, klesha'er [sanskrit for *lidenskaber*] og karma, og de manifesterer sig i den fjerde skandha, hvorfra de viser sig i bevidstheden sammen med, hvad der ellers opleves. Således tilhylder og skjuler de sindets oprindelige klarhed og afholder dig fra at bemærke den. I stedet for ufødt klarhed ser du blot slørene, som dækker og farver de 8 slags bevidsthed)

Når sindet er forvrænget af de 3 slør, bliver bevidstheden ladet og farvet tilsvarende. Når slørene løftes eller opløses, vil bevidstheden genkende sin egen natur, på grund af den iboende klarhed, som nu er afdækket, afsløret og uforhindret.

I moderne Vestlig psykologi dyrker man helt andre begreber om bevidsthed, så det er vigtigt at bemærke, at bevidsthed som et fagudtryk i Dharma'en betyder noget specifikt, nemlig *ren jeg-er-klar-over-hed i sindet*. Det at være klar over noget. Bevidsthedens *indhold* er de foregående 4 skandha'er.

Der er 8 slags bevidsthed eller sind, som begrebsmæssigt svarer til sit indhold. Man kan også sige, at der er 8 *bevidstheds dimensioner* i alle oplevelser.

Først og fremmest er der *sindets rummelighed* omkring og indeni alle oplevelser (læs om emnet i artiklen: *Om opfattelsen*). Det kaldes *alaya-vidjñana* på sanskrit eller rumme-sindet. Den korrekte oversættelse er naturligvis: beholder bevidsthed. *Alaya* betyder en beholder. *Vidjñana* betyder bevidsthed. Det grundlæggende aspekt ved sindet er, at det *indeholder* alle oplevelser og en hvilken som helst oplevelse. Ganske ubesværet skaffer sindets rummelighed plads til oplevelserne og omslutter dem. Nogle oversættelser bruger udtrykket lagerhal-bevidsthed eller lager-bevidsthed. Disse udtryk bruges, fordi alle samskaras og alle karma-frø så at sige er opbevaret i denne sindets rummelighed. Hvordan det kan lade sig gøre, forklares andre steder (i Asanga's bog: *Abhidharma-samuccaya*).

Sindets rummelighed er meget vigtigt i den egentlige indsigt meditation. Hvordan de inaktive samskaras bliver opbevaret, er mindre vigtigt, skønt det er et vældig interessant emne. Så vi bør bemærke, at Asanga lægger vægt på bevidstheds formen, som indeholder og omslutter de 7 andre slags bevidsthed. Sinds-rum, sindets rummelighed eller *Alaya* er også rummeligheds bevidsthed. At være bevidst om tilstedeværelsen af det mentale rum i og omkring oplevelser. Den er naturligvis også bevidsthed om relationer og afstande mellem sans genstandenes placeringer i sindets rummelighed. Bemærk venligst, at det er rumme-sindet, som omgiver og indeholder selv oplevelsen af verdensrummet, sanskrit: *akasha*.

For det andet er der sindet, som lidenskabeligt knytter sig til og identificerer sig med verden, hvilket kaldes *klister-sindet* (sanskrit: *klesha-citta* – klesha betyder *lidenskabelig klæben* eller *tilknytning*. Citta betyder sind. Så kleshacitta er



potentialet til at klistre emotionelt. Som en form for bevidsthed kaldes klistersindet *klistha-mano-vidjñana*, klæber-sinds-bevidstheden, som aktualiserer emotionel tilknytning og klistren).

På grund af lidenskabelig klæben og stræben søger og værdsætter dette klistre-sind inkarnation i verden og lider under det. Det er den tiger, som vi alle rider på. Det er også kilden til visdomsindet (sanskrit: *djñana*, tibetansk: *yeshe*). Husk det nu. Foragt aldrig dine følelser. Giv slip på dem, fang visdommene og lad dem være, som de er.

Disse to slags sind blev introduceret til buddhistisk tænkning af *Asanga*. I den klassiske præ-*Asanga* tradition blev sindets rummelighed betragtet som *Dharmadhatu*, dimensionen af dimensionalitet (læs om det i artiklen: *Om opfattelsen*, kapitel 5), og blev derfor ikke betegnet som et særligt slags sind. *Klesha'erne* (sanskrit for *lidenskaber*) blev korrekt betegnet som nogle specielle samskaras, og de blev derfor heller ikke betragtet som et særegent sind. *Asanga* indførte begreberne om disse to slags bevidsthed for at vise meditatøren, hvad man skal være særlig opmærksom på i den analytiske del af indsigt-meditationen (sanskrit: *vipashyana*). Klistersindet er, hvad man bør give slip på, og rumme-sindet er, hvad man bør fastholde. Så man kan sige, at *Asanga* er psykologen, mens hans kritiker *Chandrakirti* er filosofen. Ingen af dem tager fejl.

Endelig er sindet også de 6 sanse-bevidstheder, som svarer til de 6 sanse evner. Forstanden, herunder følelsernes intelligens, kaldes i *Dharma'en* for en **sanse**-bevidsthed. Den hedder *sinds*-bevidsthed (sanskrit: *mano-vidjñana*, *bevidsthed om mentale former*). Sanse-genstandene for *sinds*-bevidstheden er tanker, følelser, lidenskaber, begreber, erfaringer, sansninger og så videre. Hvad der end sker i strømmen-af-sind (sanskrit: *santana*), kan det iagttages af *sinds*-bevidstheden.

Så bemærk venligst, at når du tænker på noget, er det som et slag tennis. Først viser en tanke sig i *samskara skandha* som en reaktion på et indtryk. Derpå, når du begynder at tænke over det bevidst, vil formuleringen af tanken dukke op i form *skandha'en*. Så bliver den behandlet i de følgende *skandha'er*. Derefter dukker den muligvis atter op i form *skandha'en*, forandret, fordrejet eller udviklet, og igen vil den løbe gennem de andre *skandha'er*. Det samme gælder for de andre sansninger. Der foregår en virkelig lynhurtig rækkefølge af ping-pong i strømmen-af-sind – hele tiden. Et *bevidst øjeblik* er **én** oplevelse, som gennemløber de 5 *skandha'er*, **én** gang. *Strømmen-af-sind* er bevidsthedens hop fra det ene sådanne øjeblik til det næste. Det siges, at der er virkelig virkelig intet og slet intet imellem øjeblikkene, fordi der ikke er *skandha'er* dér.

(*Skandha'erne* eksisterer kun momentant. *Slet intet* betyder, at selv intetheden er fraværende. Når der ikke er *skandha'er* virksomme, er der hverken oplevelse eller bevidsthed. Der er heller ikke tid, fordi der ikke er bevægelser mellem øjeblikkene. Da det ene øjeblik er forskelligt fra det følgende, er der et virkeligt mellemrum uden tid, som ikke kan benægtes. Denne ikke-bevidsthed i ikke-tid vækker mange tanker. Man kan jo ikke opleve sådanne mellemrum, fordi de opstår, når *skandha'erne* ophører. Alligevel må der logisk være mellemrum. Der er en slags ikke-eksistens her).

Bemærk venligst, at der er en forfærdelig masse sådanne øjeblikke i blot ét sekund. Det er forbløffende, så meget information, som bliver behandlet i et split sekund af den forunderlige hoppende santana strøm.

De seks sanser bevidstheder kaldes som fagudtryk for: **næse-**, **øre-**, **tunge-**, **øje-**, **sinds-** og **krops-**bevidsthed. De 6 sanser bevidstheder fungerer i princippet på samme måde, hvad enten du drømmer eller er vågen. Derfor hedder det, at livet er **ikke** en drøm - det er **ligesom** en drøm. (læs også artiklen: *Om Opfattelsen*, kapitel 2)

Så de sidste 7 slags bevidsthed kan betragtes som sindets klarheds aspekt, fordi du kan erkende sindets klarhed ved dem, mens sindets rummelighed er basis. Dette er den enkle og grundlæggende psykologi for folk, som træner Buddha's Dharma.

Læs i ordforklaringen om bevidsthedens 'forvandling' eller udvikling fra den bevidste 'gnist' til fuld bevidsthed, under sanskrit ordet: *vidjñana* (bevidsthed).

## KONKLUSION

Grunden til, at Buddha Sakyamuni underviste om de 5 skandha'er, er, at man kan lære at genkende dem, når man mediterer. Især når man udfører den analytiske del af lhagthong eller indsigtens-meditationen (sanskrit: *vipashyana*). Dette er meditatørens selv-analyse, som svarer til meditations erfaringen. Man lever sit liv og tror, at man er noget, men i virkeligheden er ens personlighed simpelthen de 5 skandha'er, måden sindet virker på. Det er virkelig noget ganske ustofligt, universelt og upersonligt. Alle sansende væsner fungerer på denne måde. Fordi alle sansende væsner altid befinder sig i unikke og individuelle situationer og bærer på en personlig historie, er de altid forskellige fra hinanden. Du kan ikke være mere person end det, skønt livet måske er meget mere personligt, end vi går rundt og tror eller ønsker.

Ved de 5 skandha'er er vi tilkoblet omgivelserne. Vores opfattelser af omgivelserne er også **indeni** de 5 skandha'er. Det sker alt sammen her og nu – i dette bevidste øjeblik, og det er også her, at vores eneste chance for frigørelse og bevidstgørelse findes. Hvis vi ikke griber denne mulighed, vil vi blive overvældet af vores tilknytninger, vores fordomme og vaner. Vi vil da identificere os med viljen-som-vane (sanskrit: *cetana*) og blive ofre for sindets ubevidste processer. *Det behøver ikke at være sådan*, men det er meget vanskeligt at undgå. Det tager lang tids træning og forståelse at undgå de sædvanlige identifikationer. Bemærk venligst, at træning alene ikke er nok. Der skal også visdom til for at nå *indsigtens vej*, én af Dharma'ens 5 veje. Pointen er selvfølgelig, at sindet naturligvis befrier sig selv, når det faktisk genkender sig selv, hvilket det vil gøre, når alle forhindringer for det

er fjernet eller opløst. Hindringerne for oplysningen er de 3 slør ved *avidya*, *kleshas* og *karma* sammen med deres følgevirkninger.

Lama Tendar Olaf Høyer, februar 2019.

De 5 skandha'er er betingede tilstande (*sanskrit: samskritas*), som opstår fra årsager og betingelser. De er betingede af 1) deres opståen – 2) deres [udvikling i] tid og forandring – 3) deres forsvinden.

'Form er som en kugle af skum, følelse er som en boble i vandet, opfattelse er som en luftspejling, samskara er som kernen i bananpalmen [den har ingen kernetræ] og bevidsthed er som et spøgelse.'  
Fra Samyuta Nikaya.

### Og fra en anden Sutra

På denne måde opstår lidelse, afhængig af skandha'erne og overrislet med begær, øges den mangefold. Ved hjælp af [den buddhistiske] vej, opfatter man alle dharma'er [oplevelsens elementer] som ligeværdige, og ved hjælp af [Buddha] Dharma, som renser og ophøjer, bringer man lidelse til afslutning.

Således sagde Buddha Sakyamuni i Lalitavistara Sutra (side 633), da han drejede Lærens Hjul første gang i en tale til sine 5 første munke.

Læs også artiklen: *Om Opfattelsen, kapitel 2*, som omhandler det samme emne med flere detaljer.

Læs også artiklen: *Hvad er en oplevelse?*  
Som forklarer emnets sanskrit udtryk samt begreberne om *santana* og *sunyata*.