

## Forgiftning - eller bare grebet lidt

Lidenskaberne som sådan, er i en særlig kategori, da de så at sige bærer inkarnationen. Det er på grund af tilknytning til - og identifikation med lidenskab, at vi inkarnerer igen og igen med krop. Traditionelt defineres lidenskaberne som 3 eller 5. Lidenskaberne er 1) forvirring (sanskrit: *avidya*, uvidenhed eller ubevidsthed, hvilket føles som forvirring), vrede og begær, eller 2) forvirring (uvidenhed), vrede, stolthed, begær og misundelse. *Chökyi Nyima Rinpoche* skriver, at der også eksisterer en opsætning med 6 lidenskaber, hvori grådighed eller nærighed indgår som den sjette. Lidenskaberne kan underopdeles og gradbøjes, så der i alt findes 84.000 forskellige.

Lidenskabernes positive side er intuition og deres skyggeside er besættelse og forgiftning af sindet. Den kvalitative forskel består i, hvorvidt der er tilknytning og identifikation med lidenskaberne eller ej. De fleste vil nok have svært ved at se sig selv som mennesker, som både lader deres egne lidenskaber opstå uden hæmning, samtidigt med at de slet ikke identificerer sig med dem eller knytter sig til dem, når de har manifesteret sig. (Læs siden: *Om træning, om dette emne.*) Lidenskaberne opstår ofte blandede og sammensatte i sindet. Angst vil nogle nok mangle i disse lister, men frygt og ængstelighed er det ene aspekt af vrede. Det andet er aggression og had. Uselvvisk kærlighed og andre sociale følelser er heller ikke nævnt, da de ikke besætter eller forgifter, men baserer sig på et åbent sind. Kærlighed og begær kan dog sagtens danse sammen og smække med dørene. Sindet er naturligt åbent, men lidenskaberne indsnævrer åbenheden, når sindets egentlige natur endnu ikke er genkendt, og visdommene endnu ikke er gået op for os.

Forgiftning vil sige, at man får et slags tunnelsyn, som udelukker mange aspekter ved situationen, som man befinder sig i - i reglen udelukkes både *Dharma*, altså Buddhas råd og vejledning og situationens alment menneskelige dimensioner. Man drives til at fokusere på sin tilsyneladende egen-interesse og har svært ved at opfatte andet. Desuden er man i den tilstand villig til at tiltænke andre ens egne hensigter og begrænsninger. Graden af tunnelsyn afhænger af intensiteten i lidenskaberne og de vaner, man har opbygget i den forbindelse. *Forgiftning* betyder filosofisk, at sindets egentlige natur, *Buddha-naturen* tilsløres, hvorved sindet ikke kan erkende sig selv eller befri sig selv, så længe tilstanden varer. Derfor kan man også kalde tilstanden en besættelse, skønt de fleste nok vil nøjes med at beskrive det som at blive grebet af følelserne (*lidenskaberne*). Man kan også sige, at enhver fascination

af noget betyder, at der er tilknytning.

Lidenskaberne er i en vis forstand således *djævle*, nemlig ved - med en vis hensynsløshed - at forvolde skade på både en selv og andre. Derfor reagerer mange, når de således bliver grebet af stærke lidenskaber, ved at forsøge at undertrykke deres egne følelser og håber herved at kunne forblive sociale, mens de dog også gerne ser deres egen-interesse tilgodeset. Det er meget menneskeligt, men forhindrer ikke tunnelsyn. Man sender blot lidenskaberne til underbevidstheden, hvorfra de stadig vil virke skadeligt på relationerne mellem en selv og andre, fordi der stadig er identifikation og tilknytning. Man ser blot bort fra det, mens man fremviser et socialt ansigt. Visse andre mennesker vil opfatte lidenskabernes manifestation (som de jo på ingen måde kan forhindre i at opstå, da de er naturlige reaktioner, som følger af samspillet mellem én selv og omgivelserne) som noget sygt og farligt i dem selv. De vil derfor ikke kun nøjes med at undertrykke dem, men meget aktivt forsøge at bekæmpe dem, hvilket de så - desværre - bliver afstumpede og fremmedgjorte af. Ingen af disse reaktions-mønstre (*samskara skandha*) forstår at værdsætte lidenskabernes intuitive natur, men tilføjer følelses-livet ekstra besvær og knuder på sjælen. Lader man blot lidenskaberne dominere sindet, og identificerer man sig helt med dem, er det umuligt at undgå skade eller sår på både sig selv og andre. Man kunne tro, at det ville være meget nemmere uden lidenskab i livet, men dels kan det slet ikke lade sig gøre, som det beskrives i næste paragraf, selvom mange har prøvet på at udvikle lidenskabsløshed i tidens løb, dels ville man miste en af livets største og vigtigste ressourcer samt sin naturlighed.

Lidenskaberne er altid intuitive, derved at man ikke selv skaber dem, men de opstår spontant, relative til situationen, sådan som man opfatter den (i den 3. *skandha*). Skønt lidenskab synes at komme indefra, er de altid affødt af begivenheder, som opfattes som kommende udefra omgivelserne. Lidenskaberne kan også betragtes som en flod af mental energi eller følelser, som strømmer fra det ene øjeblik til det næste og giver liv, sjæl, sygdom, helbredelse, inspiration, skuffelse og død. Lidenskaberne er både i sind og krop. De er bindeleddet. De er både rent mentale størrelser og deltagerer i kroppens biokemi og nervesystem. Lidenskab hører hjemme i den fjerde skandha, *samskara skandha* (*vaner*), og må således betegnes som umiddelbare reaktioner.

Lidenskab er at tænde på noget, blive grebet af det og derpå brænde for det. Uden at løfte en finger eller tænke en tanke sker det bare. Det er intuitivt at forstå, når noget er forkert i situationen, både når man ikke lykkes med noget selv, og når man udsættes for skade fra andre, hvorved der opstår (1) vrede eller ubehagelig utilpashed, irritation. Lige sådan når noget har værdi, vil der opstå (2) begær. Opmærksomheden lyser op af sig selv og retter sig straks mod begærets mål med begejstring. Tilsvarende når nogen

har opnået, hvad man ikke selv kan lige nu, så opstår (3) misundelsen. Pludselig er man inspireret til at ødelægge det for disse heldige, og man har det dårligt med sin egen ulykke. Når man selv kan noget, som andre ikke er så gode til, eller når man blot lykkes med noget, opstår (4) stoltheden. Endelig oplever man (5) forvirring, når der er noget, som man virkelig ikke forstår eller begriber og ikke kan fatte, hvad det er for noget, eller hvordan det virker. *Lidenskaberne er som et magisk spejl, som straks reflekterer den situation, som man befinder sig i, med følelser.*

Den intuition, som er gemt i lidenskaberne, er en kostbar ressource. Besætter eller griber lidenskaberne blot det stakkels menneskevæsen, så får man problemer på grund af den ledsagende hensynsløshed overfor andre uden at få nytte af de intuitive fornemmelser, som alle lidenskaber består af. Er man ude af stand til at opgive identifikation og tilknytning med de manifesterede lidenskaber, anbefales det at bruge modgift, som det praktiseres i Mahayana traditionerne. (Læs siden: *Om lodjung, når den er færdig*). Magter man heller ikke det, anbefales det i Hinayana traditionerne at undgå at skade andre som følge af lidenskabernes tilstedeværelse, idet Hinayana pointerer - ligesom straffeloven - at man er ansvarlig for sine handlinger, og at karma bør kultiveres, så der kun opstår god karma i fremtiden og at udvikling af dårlig karma forhindres. (Læs siden: *De 3 fartøjer, om Mahayana og Hinayana*)

Jeg bruger betegnelsen: *lidenskab*, for at undgå at sammenblende begrebet med den anden skandha, *følelses-skandha'en*, som jo blot betyder fornemmelse af behag, ubehag eller neutralitet. Det lidenskabelige sind hedder *klesha-citta* på sanskrit og kan oversættes med ordet: klister-sindet. (*Klesha* betyder tilknytning, *citta* betyder sind.) Det gamle danske ord: *mod*, som i udtrykket: *hvordan er du til mode i dag?*, viser betydningen. Sådan, som du har det lige nu: det er dit klister-sind. Din sinds-tilstand. Har du det godt? Det kan være en glad og ufarlig sindstilstand, når man har det godt. Der opstår ikke lidenskab i sindet uden indbygget begreb og ledsagende invitation til identifikation og tilknytning. Det er f. eks umuligt at forestille sig lidenskaben begær uden begreb om værdi, mig og mit. Et andet navn på sanskrit for klister-sindet er *klishtha-mano-vidjñana*.

Forgiftning af sindet ved for eksempel begær eller vrede, fører til kamp og konkurrence på markedet eller kamppladsen. Selv på det frie marked er det en sofistikeret slåskamp, som foregår. Når man i den grad forfølger sin egen snævre egen-interesse på andres bekostning, opstår der et modtryk fra omgivelserne. En vinder giver mindst 9 tabere i en kamp eller konkurrence. Problemet er, at vinderen på slagmarken eller det åbne marked ikke blot prøver at vinde, men også søger at få de andre til at tabe. Det skaber såkaldt *dårlig karma*, for man bør ønske alle andre lykke og succes - i hvert fald ikke nederlag, hvis man ønsker at fremme den gode

karma omkring sig ved et åbent og hjerteligt sindelag. Der er ondsind involveret i at vinde på denne måde, derved tiltrækker man en ond karma for sig selv, som vil modnes en gang i fremtiden, hvor man så selv bliver udsat for samme slags ondsind, uden at kunne forhindre det i at ske.

Hvad skal taberne så gøre, når de mere eller mindre berettiget føler, at de er blevet snydt af dem, som vandt? Det er også dårlig karma, for den situation skaber en misundelses-kultur. Misundelse kan være meget giftig og føre til, at man prøver at ødelægge det for andre, i stedet for at hjælpe og yde støtte. Kamp mod onde magthavere kan være nødvendigt for at fremme det gode og retfærdige i samfundet og stoppe onde udviklinger. Imidlertid førers kamp i reglen med *vrede* som udgangspunkt, og det medfører i reglen de ovenfor nævnte problemer med forgiftning, tunnelsyn og så videre.

Et andet problem er, at vinderen får magt. Overvej nu sammenhængen, nemlig at der blev vundet ved hjælp af et snævert tunnelsyn, hvor det vigtigste var at betjene sin egen-interesse og begærs opfyldelse eller undertvingelse af det, som man følte *vrede* overfor. Derfor kan man med rette spørge, om samfundet kan være tjent med en sådan vinder og vedkommendes dårlige karakter, udstyret med en vis magt. Man kan naturligvis godt mene, at kapitalisme og det frie marked er godt for samfundet til at stimulere vækst overalt, men man skal regne med den dårlige karma, som rammer individuelt og personligt og i reglen på et uheldigt tidspunkt. Hvor meget gavn får samfundet af det på længere sigt? Man bør bide mærke i, at det er særdeles svært, at stoppe dårlig karma, fremme den gode karma og udvikle et åbent og hjerteligt sindelag overfor sine omgivelser, når hele tidsånden bygger på og fremmer giftige sindstilstande, hvor det ikke blot er tilladt i et vist mål, at tilføje andre skade, men det forventes at man gør det, og i mange tilfælde opfordres man til det af sine omgivelser. Det er ikke blot et socialt-psykologisk problem. Det er i høj grad et personligt problem og en eksistentiel udfordring for det gode medmenneske. Hvis betvingelse af andre og god moral følges ad, og hvis kapitalisme og høj etik følges ad - og det kan jo ske - så er der tale om et fornufts ægteskab og bestemt ikke om kærlighed. Når man til sidst er kommet ovenpå og har vundet og er blevet rig og magtfuld, så sker det faktisk ofte, at man får et nyt perspektiv, og det skal vi være glade for. Det vil dog som hovedregel kun gælde en gang imellem, på et individuelt plan og ikke for en virksomhed, et aktieselskab eller en politisk magt.

*Lama Tendar Olaf Høyer, Februar 2013.*