

Tantra

af Lama Tendar Olaf Høyer,
november 2019

Ordet Tantra kommer fra sanskrit - på tibetansk: dji [rgyud] - og betyder ordret et væv, en fortsættelse, forbindelse eller sammenhæng. Som fartøj til befrielse kaldes Tantra for Mantrayana eller Vajrayana. Billedet th viser en vajra.



Som et samlet system af anskuelse og *sadhana* (praksis) betyder Tantra simpelthen 'den fortsatte ubrudte [bevidstheds-] strøm, sanskrit: *santana*, fra *avidya* [uvidenhed eller ubevidsthed] til Nirvana' - gennem den opbyggende fase, *utpattikrama*, i kunsten at dyrke Tantra til den fuldendende fase, *utpannakrama*. Tantra betyder både den samling bøger, som handler om kunsten med sin anskuelse samt selve udøvelsen af kunsten.

Udøvelsen kaldes for *sadhana* og måden, hvorpå kunsten udøves kaldes for *samaya* på sanskrit. (Som det fremgår af det følgende, betyder *samaya* det at 'holde forbindelsen med Buddhanaturen i gang eller i live.' Det vil sige at forblive bevidst om den hele tiden. Men de fleste kender *samaya* som Tantra løfter. Læs om begge betydninger i artiklen: *samaya*). Tantra handler om at forvandle opfattelsen af selv og verden fra ordinær til, hvordan en Buddha oplever og forstår. Som sådan kaldes Tantra for Virkningsfartøjet, fordi man praktiserer resultatet af *sadhana* endnu før det er opnået, ud fra en betragtning om, at resultatet allerede er til stede i strømmen af sind, sanskrit: *santana*, fordi denne strøm foregår indeni Buddhanaturen. Da Buddhanaturen hele tiden er til stede, praktiserer man den ved aktualisering af bevidstheden om Buddhanaturen på forskellig måde.

Resultatet af sådan øvelse vil til at begynde med kun vise sig, så længe man er engageret i sin *sadhana*, mens man udenfor *sadhana* – i den såkaldte 'post-meditation' – vil opfatte oplevelserne, som man ellers plejer. Med tiden vil *sadhana* forvandle ens opfattelse af hverdagen fra ordinær til aktualisering af det 'lyse sind,' sanskrit: *Bodhicitta*. Den almindelige instruktion lyder, at man skal opfatte sig selv som sin Yidam i post-meditationen, men husk venligst på, at dette er en øvelse, som er særdeles udfordrende, så det kan ikke undre, når det ikke lykkes.

Traditionelt forklares Tantra ved basis, vej og mål i sin udøvelse, mens måden for udøvelse forklares ved de 4 Tantraklasser (læs om dem i Ordforklaringen). Basis for Tantra er *Pradjñāparamita*, 'fuldstændig færdighed i klarhedens visdom,' som dog også kan udføres som Sutra metode, kaldet Årsagfartøjet i denne sammenhæng. Det hedder Årsagsfartøjet, fordi erkendelse af *sunyata*, tomhedsnaturen, er årsagen til befrielse og oplysning.

Vejen eller udviklingen ved Tantra foregår som sadhana og samaya, hvor både visse særlige teknikker tilvænnes og anvendes, og pradžnaparamita anskuelsen tilegnes og anlægges. Det vil sige, at der kommer gang i udviklingen ved hjælp af den personlige læreproces og simpel tilvænnning. Målet er naturligvis befrielse og oplysning, hvilket specifikt vil sige indsigt og erkendelse af Buddhanaturen og sindets virkemåde, de 5 *skandha*'er.

Brugen af Mandala'er og Mantras er kendetegnende ved Tantra, ligesom der anvendes 'hemmelige' yoga'er. At de er hemmelige betyder, at de aldrig er blevet nedskrevne, men videregives ved demonstration og mundtlig instruktion fra mester til elev. Tantra som et fartøj til befrielse kaldes for: *Mantrayana*. Tantra betegnes også som Vajrayana, Diamantfartøjet. I klassificeringen af de 3 fartøjer er Tantra en underdeling af *Bodhisatvayana*, Bodhisatvafartøjet. Som sådan handler Tantra om at blive fri for fordomme, om at åbne sind og hjerte samt opdage og virkeliggøre 'det lyse sind,' skt.: *Bodhicitta*. Det sker, når du opgiver tilknytning til alt og alle. Motivationen til det kommer fra de 4 *Ædle Sandheder*. Det specielle ved Tantra er de radikale metoder, som anvendes.

(Billedet viser en 'drigug' - tibetansk for en slagterkniv med krog som bruges symbolsk for at afskære tilknytning i Tantra ritualer. Drigug symboliserer evnen til at opgive tilknytning. Denne drigug er fra Kulturmuseet i Basel.)



Det særlige ved Tantra er dels, at udøveren af sadhana forestiller sig selv som en Buddha for at aktualisere forståelsen og opfattelsen af Buddhanaturen i det bevidste øjeblik. Man så at sige 'leger,' at man selv er en Buddha. Samtidigt forestiller man sig, at alle de andre sansende væsner faktisk er Buddha'er allerede, skønt de lige nu 'leger,' at de er almindelige uoplyste. Med andre ord: alle er Buddha'er – det er kun dig, som leger, at du er det. Desuden træner udøveren af Tantra i kunsten at opfatte 'rent.'

Renhed betyder dels, at forstå al opfattelse og oplevelse som en 'ren' oplevelse – og ikke som noget, der eksisterer uafhængigt af sindet, men som en manifestation af sindet. Dels betyder renheden også, at opfatte alle de sansende væsner som Buddha'er, da de i virkeligheden er sådanne, selvom de endnu ikke selv har opdaget det, og at opfatte hele verden, altså alle fænomener, som Buddha'ernes rene lande, sanskrit: *Buddhakshetra*, eller paradiser. Det er altså ikke kun Lama'en, som opfattes som ren, men alt og alle.

En anden forklaring på renhed er, at sindet naturligt og oprindeligt er fri for forurening, formørkelse, sanskrit: *moha*, eller forvrængning ved de 3 *slør*. De tre slør er en belægning, som tilslører sindets oprindelige eller

medfødte og iboende renhed. Sindet har altså en natur, som ikke kan forurenes, skønt den kan tilsløres. Dette erkendes ved pludselig indsigt, som ankommer spontant i situationen, eller som følge af Lama'ens velsignelse eller indvielse, sanskrit: *abhisheka*. Den såkaldte 'ordindvielse' skulle egentlig gerne have denne effekt. En sådan indsigt vil være momentan og i reglen forsvinde igen og erstattes af en erfaring, som man ikke glemmer. Denne erfaring vil man herefter erindre sig, når man anstrenger sig på at opfatte sindet som 'rent' i efterfølgende udøvelse af *sadhana*. Uden sådan erfaring kan man ikke træne i 'frugten' af praksis. Den er ikke så svær at opnå, som en ukyndig måske kunne antage.

Det er vigtigt at forstå, at denne øvelse i at opfatte alt og alle som Buddha'er og som rene er en øvelse. Det betyder, at det ikke er en prøve, eksamen eller et krav, men et forsøg. Et eksperiment. Når man øver sig i denne kunst, vil der efterhånden følge en erkendelse af, hvor fordomsfuld man selv er – helt naturligt og automatisk. Når sådan erkendelse opstår, relativiseres fordommene, hvilket er det ønskede resultat. Det er ikke meningen at blive mester i indbildning og selvbedrag. Tværtom.

Virkelighedens paradoksale karakter ved at bestå af sindet som en beholder for oplevelser, sanskrit: *alaya*, samt vores oplevelser, som opstår, foregår og forsvinder i dette helt igennem psykiske felt af rum og klarhed, betegnes i Tantra som en plads for ligbrænding. Dels fordi det er her, at *samsara* udfolder sig, hvilket medfører død, dels fordi det er på ligbrændings pladserne i Oldtidens Indien, at yogi'erne ofte boede, når de ikke var på vandring for at besøge hellige steder eller for at tigge blandt almindelige mennesker.



(Billedet viser en af de klassiske ligbrændings pladser i Oldtidens Indien. Bemærk trolden, *naga'en* eller nøkken, den hellige mand og *Stupa'en*. De mange flammer står ikke kun for ligbrænding, men også simpelthen for det rædsomme ved forgængelighed. Alt og alle forsvinder konstant, nogle gange en ad gangen, andre gange flere - men det gør ondt hver gang. Til sidst er intet, som det plejer. Ikke alle i Indien havde råd til at betale for afbrænding af de døde. Så de fattige efterlod ofte blot de afdøde på ligbrændings pladsen, hvor de rådne bort eller blev spist af vilde dyr. På billedet ses både sjakaler og gribbe, som spiser. Der ses også henrettede forbrydere sat på stager. Alt i alt var begravelses pladserne i Oldtidens Indien nogle ret uhyggelige steder at opholde sig. Derfor

kunne yogi'erne være i fred for folk, som holdt sig væk i skræk for spøgelse med mindre de skulle foretage ligfærd med deres afdøde.)

Derfor ses ofte de 8 berømte ligbrændings pladser i Oldtidens Indien afbildet på forskellige Tangkha malerier på randen af klassiske Mandala'er, i reglen også med en stupa afbildet. Ved at betegne noget helt rent som et sted for afbrænding af lig, vises den manglende forskel på samsara og *Nirvana* i Tantra's syn på virkeligheden.

Denne anskuelse er baseret på Pradjnaparamita, hvor den betegnes som ikke-dualitet (se under *dualisme* i Ordforklaringen). Andre steder på Tilogaards netsted betegnes forskellen på samsara og Nirvana som kvalitativ ved tilstedevær af tilknytning, identifikation (eller besættelse og grebthed) - eller ved tilstedevær af indsigt, befrielse og oplysning. I Tantra's rene syn lægges vægten på, at samsara og Nirvana blot er to forskellige betegnelser for det samme sted. Stedet er sindet. Tiden er *det bevidste øjeblik*. Det er her, det klør - og det er også her, der sker indsigt, befrielse og oplysning. I virkeligheden sker der aldrig noget, for sindet er blot sindet, uanset hvad der sker. Forstået på denne måde, er samsara blot noget vi som Buddha'er ligesom drømmer om. Ikke alle oplevelser er drømme, men alle oplevelser er ligesom drøm.

George W. Farrow skriver i sin bog *The Concealed Essence of the Hevajra Tantra*, forordets side 13 (xiii):

"Det var anerkendt i Indien, ligesom det senere blev i Tibet, at den radikale Tantra praksis metode ikke egnede sig for de fleste buddhister. I Indien blev Tantra indvielser [sanskrit: abhisheka] imidlertid kun givet til særligt udvalgte aspiranter. De buddhistiske Tantra yogi'er i Indien gav ikke meget for formidling af Tantra metoder til masserne, fordi de fleste buddhister nærede upassende anskuelser [hvad angår Tantra]. Disse yogi'er fandt ingen grund til at påvirke de sekulære herskere i det Nordlige og Østlige Indien med en kanon af overens stemmende tankesæt hos de buddhistiske skoler, for at etablere en eller anden særlig kloster sekts [kongelige] privilegium, sådan som det senere skete i Tibet i forholdet mellem den dominerende kloster sekt og kejseren af Kina. Udbredelsen af Mahayana / Vajrayana religionen til masserne i Tibet betød en uundgåelig fortynding af Tantra anskuelsen om metoderne for at gøre praksis almindeligt tilgængelig og sikker for den almindelige befolkning."



(Billedet viser Samanthabhadra og Samanthabhadri i erotisk forening symbolsk for helheden i sindet som en beholder for oplevelser og som en oplevelse. Sindets klarhed og beholder-natur er Buddhanaturen og oplevelsen er paradiset.)

I vores tid er Tantra sat i forbindelse med visse Lama'ers erotiske, finansielle og eksistentielle misbrug af deres elever. Sådant misbrug baserer sig på Lama'ens hierarkiske ophøjethed over eleven, sanskrit: *chela*.

Den gode Lama's ophøjethed baserer sig på, at Lama'en er en Tantra mester. Når Lama'en faktisk ikke er en sådan mester, kan misbrug af eleverne finde sted.

Den gode Lama's ophøjethed tjener til at give eleven en klar retning i træningen samt til at give Lama'en autoritet til at give instruktioner, som eleven vil adlyde. Dette hierarki hjælper med den svære læreproces, hvor eleven skal finde og fastholde sin egen Buddhanatur ved udøvelse af kraftige yoga former og avanceret brug af sin fantasi. Der er et element af farlighed i denne type træning, hvad angår både det mentale helbred og diverse cirkulationer af kropslig energi, sanskrit: *vayu*, som er eleven uvant. Eleven har derfor brug for at kunne støtte sig med tillid 100% til sin instruktør. Instruktøren skal på sin side mestre Tantra og kunne formå at give en såkaldt 'sind til sind' *transmission* af sin egen erkendelse af absolut og relativt Bodhicitta. Det er dette bånd af gensidig tillid, som Tantra træning baserer sig på og som kaldes samaya. Det er netop et bånd eller en forbindelse snarere end et løfte.

Det er ikke alle Lama'er, som kvalificerer sig til at være sådanne Tantra mestre. Det er meget få elever, som kvalificerer sig til at modtage sådan instruktion.

Derfor er hovedmængden af instruktioner, som folk får slet ikke Tantra, men af *Sutra* klassen. *Mahamudra* kan opdyrkes som Sutra sadhana uden de hemmelige yoga'er og uden Yidam retreat. Shamar Rinpotje har udformet *Bodhi Path Læreplanen* ud fra netop dette behov hos de fleste moderne mennesker. Lama'en er i den forbindelse ikke en hierarkisk højere placeret person, som man skal adlyde, men en 'åndelig ven' - sanskrit: *kalyanamitra*, der fungerer som træner, coach og vejleder.

Der opstår desværre helt naturligt et kaos, hvis Lama'en ikke er kvalificeret som Tantra mester, og eleven blot er forført og forguder Lama'en. Et sådant kaos bliver ikke mindre, når Lama'en selv tror på sit eget mesterskab, skønt mesterskabet er fraværende, og Lama'en er uden indsigt. Mesterlæren skulle egentlig forhindre dette, men i samsara kan alting gå galt, så på et eller andet tidspunkt vil alting gå galt på trods af alt.

Den 8. Karmapa *Mitjò Dordje* skrev, at der i sådanne tilfælde ikke findes samaya mellem en sådan Lama og eleverne, fordi der slet ikke var etableret samaya til at begynde med, uanset at en sådan Lama måtte påstå det. Forudsætningen for et virkeligt samaya er tilstedeværelse af en virkelig Tantra mester med en upåklagelig Bodhicitta motivation. Det er ikke nok at læse en tekst højt og knipse med fingrene.

Hvis Lama'en mangler indsigt, kan Lama'en ikke videregive sin egen forbindelse til Buddhanaturen, i og med at han eller hun ikke har nogen.

Når Lama'en således fundamentalt fejler, har eleven blot en forblindende forbindelse til et eksistentielt cirkus, som ikke kan føre til befrielse og oplysning. Der er ingen forpligtelse eller helligt bånd, blot løgn, latin og selvbedrag, sanskrit: *moha*. Et sådant forhold kan ikke repareres eller heles. Til gengæld kan man heraf lære at tage sig i agt for falske Lama'er. Og lære at gennemskue illusioner.

De vågne og de kloge forlader straks den slags forbindelser og opsøger en ægte Tantra mester andre steder. Problemet er, at eleven selv må afgøre, om Lama'en er af den rette støbning og indstilling. Det lønner sig derfor at se sig godt for og søge information om de forskellige Lama'er. Heldigvis opstår der i reglen et ry om gode Lama'er. Og i reglen et dårligt rygte om de forfejlede Lama'er. Et forhold til en sådan falsk Lama kan være virkeligt ødelæggende for eleverne, og det er ikke blot en skandale og en ulykke, men det burde være undgået, og skaden er meget beklagelig. Men det er svært, når der altid er nogle, som opdyrker og institutionaliserer bedrag, selvbedrag og udnyttelse af de uskyldige, men overtroiske mennesker, som der jo desværre er mange af.

Husk på, at det også er virkeligt synd for den falske Lama, fordi vedkommende må bære den usunde *karma* fra både sit eget selvbedrag og sit sociale bedrag samt skaden på eleverne. Eleverne kan sandsynligvis komme sig efter et sådant dårligt møde, men det kan Lama'en almindeligvis ikke.

De fleste mennesker har slet ikke brug for Tantra, men bør træne indenfor Sutra, hvor denne problematik ikke findes, og hvor Dharmalæreren blot er en vejleder eller coach og fungerer som enhver anden træner indenfor andre discipliner. Indenfor Sutra er man forpligtet overfor sig selv, men ikke overfor Lama'en.

Men indenfor Tantra er mesterlæren særdeles nødvendig for en sikkerheds skyld, da metoderne er farlige. Der er et vist mentalt faremoment ved at forestille sig selv som en Buddha, skønt man endnu ikke har en Buddha's erkendelse og endnu ikke har virkeliggjort det pletfrie Bodhicitta og opnået de højeste Bodhisatva trin, sanskrit: *bhumis*.

Der er et andet faremoment ved Tantra, når man dyrker de voldsomme yoga former, som hører med til systemet. Dels kan man brække arme og ben, men noget overraskende for de fleste kan man få problemer med 'de indre vinde' – sanskrit: *vayu*. Disse kropslige energier kan manifestere sig som friskhed og inspiration, men også som usunde spændinger, knuder eller blokeringer og som usunde cirkulationer, som potentielt kan føre til angst, galskab eller sygdom. Metoderne kan også føre til overordentlig sundhed og eksistentielt overskud, men for at sikre de sunde resultater er mesterlæren helt uomgængelig og absolut nødvendig,

fordi yogi'en piller ved den ellers automatiske cirkulation af 'vinde.'
Tantra er et åndeligt eller eksistentielt håndværk og en kunst, som kræver dygtighed fremelsket ved *mesterlæren*.

Mange mennesker tror, at Tantra handler om erotik på en måde, som sigter på at forøge glæden og ekstasen ved samleje. Imidlertid handler Tantra i de fleste former slet ikke om erotik, mens den egentlige erotiske Tantra handler om at opgive *tilknytning* til erotik, mens man dyrker samleje. Det er det generelt gældende princip indenfor Tantra, at man bruger sin egen tilknytning og identifikation i præcis den form, som disse *samskaras* nu engang har, til at blive et fartøj til befrielse ved at forvandle tilknytningen og identifikationen til befrielse ved de forskellige Yidam former og Tantra metoder i øvrigt.

Mange tror, at man ved at modtage en indvielse, sanskrit: *abhisheka*, fra en besøgende Lama også har fået samaya. Det har man ikke, med mindre indvielsen er givet med henblik på, at eleven – snarest muligt efter at have modtaget indvielsen – starter en Yidam praksis. I de fleste tilfælde giver den besøgende Lama indvielsen for velsignelsens skyld. I så fald er ethvert samaya i den forbindelse lige så symbolsk som indvielsen var. For formålet med *abhisheka* er egentlig at introducere eleven til sin Yidam, så eleven kan starte en *sadhana*. Så kort sagt: hvis du ikke praktiserer Yidam *sadhana*, har du heller ikke samaya med nogen Lama. Husk det nu.

Læs om de kedelige tilfælde, hvor Lama'er har misbrugt deres elever, i artiklen: Sex med Lama'en.

Læs mere om Tantra i artiklen: Samaya – forbindelse.