

HANDLING

KAPITEL EN

OPPLYSNINGENS VEI

I

RENSELSE AV SINNET

1. Menneskene har verdslige begjær som fører til lidelse. Det finnes fem måter å kutte disse begjærenes bånd.

Først og fremst må vi ha rett oppfatning, og forstå tingenes årsaksforhold. Siden all lidelse har sin opprinnelse i sinnets begjær og lengsler, og siden disse oppstår på grunn av troen på et „jeg”, uriktige oppfatninger og uvitenhet om årsaksforhold, kan vi bare oppnå fred og sinnsro hvis sinnet kan kvitte seg med alle disse verdslige begjær.

For det andre, vi kan kvitte oss med disse begjær ved tålmodig kontroll av sinnet. Dette skjer ved å kontrollere stimuleringen av sinn, øyne, ører, nese, tunge og hud.

For det tredje, vi må forstå den rette bruk av ting. Klær og mat er ikke for hygge. Klær er for å beskytte kroppen mot kulde og varme, og for å skjule ens nakenhet. Mat er for å nære legemet som streber for Opplysning. Fra slik tenkning kan lengsler ikke oppstå.

For det fjerde, vi må lære tålmodighet. Vi må kunne utholde varme, kulde, sult og tørst. Vi må tåle utskjelling og hån. Det er ved å praktisere tålmodighet at vi slukker ilden som lengslene brenner opp legemet med.

For det femte, vi må lære å unngå all fare. På samme måte som en vis mann unngår ville hester og farlige hunder, må vi unngå å bli venner med onde mennesker. Det er også steder vi bør holde oss borte fra. Hvis vi praktiserer omtanke og forsiktighet, vil lengslenes ild dø ut.

2. Det er i denne verden fem slags begjær.

Det er begjærene som oppstår fra det øynene ser, fra det ørene hører, fra det nesen lukter, fra det tungen smaker og fra det som kroppen føler. Fra disse fem kommer kjærligheten til bekvemmeligheter.

Folk flest elsker legemets behageligheter, men legger ikke merke til faren, og lik hjorten som fanges av jegerens felle, fanges de i djevelens snare. Disse fem slags begjær er de farligste feller, og lidelse er det uunngåelige resultat. Vi må vite å unngå slike farer.

3. Det finnes en måte å unngå slike snarer. Tenk deg at du har fanget en slange, en krokodille, en fugl, en hund, en rev og en apekatt, dvs. seks forskjellige dyr, og at du binder alle med det samme tau. Når du lar dem gå, vil de alle prøve å komme seg tilbake til sine egne hjem. Slangen vil skjule seg i gresset, krokodillen vil tilbake til sin landsby, reven vil tilbake til marken og apekatten til skogen. Men siden de alle er bundet til det samme tau, vil de kjempe og den sterkeste vil trekke alle de andre med seg.

På samme måte som skapningene i denne lignelsen trekkes mennesket hit og dit av begjærene som oppstår i de seks sanser, øyne, ører, nese, tunge, hud og sinn, og beherskes av det sterkeste begjær.

Hvis de seks skapningene ble bundet til en stor, stødig påle, ville de sikkert prøve å komme seg fri, og til slutt ville de bli helt utmattet og legge seg ned.

Hvis vi kan kontrollere våre sinn, vil ikke de andre fem sansene kunne forstyrre oss mer. Hvis sinnet er under kontroll, vil lykke følge, både nå og i fremtiden.

4. Folk brenner i begjærenes ild, og lengter etter berømmelse og ros. Men berømmelse og ros er som røykelse og forsvinner snart. Hvis folk streber etter berømmelse og heder, men forlater den rette vei, er de i alvorlig fare og en tid vil komme da de vil beklage det.

Et menneske som lengter etter berømmelse, rikdom og kjærlighetshistorier er lik barnet som slikket honning fra bladet på en kniv. Mens det smaker på den søte honning risikerer det å kutte tungen.

Opplysningens Vei

Dette menneske er lik en mann som bærer en fakkel mot en sterk vind. Faren for at han kan brenne ansiktet eller hendene er stor.

En kan ikke sette sin lit til et sinn som er forgiftet av griskhet, vrede og tåpelighet. Sinnet kan ikke få løpe fritt, men må holdes i stramme tøyler.

5. For å oppnå Opplysning må en først slukke begjærenes ild. En mann som bærer på en byrde tørt gress vil unngå gnistene fra en brennende mark og den som søker Opplysning må unngå begjærenes ild.

Det ville være tåpelig å blinde seg selv for ikke å bli lokket av vakre ting. Sinnet er herre, og når det er under kontroll, vil den svakere øynenes sans vike.

Det er vanskelig å følge den rette vei, men det er enda hardere for dem som ikke følger den rette vei. Den lidelse som medfølger fødsel, alderdom, sykdom og død er endeløs.

Det å følge den rette vei er lik en okse som bærer en tung byrde over en sorpet mark. Selv om den er trett, men gjør sitt beste uten å bry seg om andre ting, vil den overkomme sorpen og kunne hvile en stund.

Begjærenes sorpe er enda dypere, men hvis sinnet er under kontroll og holdes på den rette vei, vil en komme seg ut av sorpen og all lidelse vil forsvinne.

6. De som ønsker å gå Opplysningens vei, må først fjerne all stolthet og ydmykt motta lyset fra Buddhas lære. Alle verdens skatter, gull og sølv, kan ikke sammenliknes med visdom og god atferd.

For å kunne nyte en god helse, bringe lykke til ens familie og fred til alle mennesker, må en først og fremst disiplinere sitt sinn. De som lykkes i dette, vil lett finne veien til Opplysning, og alle gode dyder vil de ha.

Mange slags dyrebare skatter graves opp av jorden, og dyder kommer fra god atferd, og visdom fra et rent og fredfullt sinn. For å kunne gå trygt gjennom dette labyrintiske liv, trenger en visdommens lys og dydens rettesnor.

Buddhas lære, som forklarer hvordan en kan bli kvitt all griskhet, vrede og tåpelighet, er en god lære, og de som følger den vil leve et lykkelig liv.

7. Menneskene har en tendens til å la seg beherske av sine tanker. Hvis de har griske tanker, blir de griskere og griskere; hvis de har sinte tanker, blir de sintere og sintere; hvis de har tanker om hevn, blir de mer og mer hevngjerrige.

Ved innhøstningen holder bøndene kuene innesperret for at de ikke skal kunne bryte ned gjerder eller drepe noen.

Menneskene må også lukke sine sinn for uærlighet og onde tanker som forårsaker griskhet, vrede og tåpelighet, men hjelpe frem tanker som fører til kjærlighet og medlidenhet.

Når våren kommer og markens grass står høyt, lar bøndene kuene ut. Men selv da holder de et godt øye med kuene.

Det er det samme med menneskets sinn. Selv under de beste forhold må det voktes.

8. En gang oppholdt Shakyamuni Buddha seg i byen Kausambi. I denne byen var det en mann som hatet Buddha og han betalte noen til å spre dårlige rykter om Ham. Under disse forhold var det vanskelig for Buddhas disipler å få nok mat ved tigging, men de hørte mer enn nok av skjellsord.

Da sa Ananda til Shakyamuni: „Vi bør ikke oppholde oss lenger her. Det finnes mange bedre byer.” Buddha svarte: „Men hvis den neste byen er som denne,

hva gjør du da?” Ananda sa: „Vi går til en ny by.”

Men Buddha sa: „Nei, Ananda, det vil aldri ta slutt på den måten. Det er bedre at vi blir her og lar dem skjelle oss ut. Når skjellsordene tar slutt, går vi til neste by. I denne verden erfarer vi vinning og tap, baktale og ros, lidelse og fornøyelse. Men et menneske som har oppnådd Opplysning forstyrres ikke av slike ting, fordi de er så kortvarige.”

II

RETT ATFERD

1. De som søker Opplysning må alltid huske å holde legeme, tale og sinn rene. For å holde legemet rent, må man ikke drepe, stjele eller bedrive hor. For å holde talen ren, må man ikke lyve, baktale, bedra eller kaste bort tiden med intetsigende snakk. For å holde sinnet rent, må man fjerne all griskhet, vrede og alle uriktige oppfatninger.

Hvis sinnet blir urent, vil sikkert også ens handlinger bli dårlige, og lidelse vil følge. Det er derfor av den største viktighet at sinn og legeme blir holdt rene.

Opplysningens Vei

2. Det var en gang en rik enke som var kjent for å være snill, elskverdig og fordringsløs. Hennes rykte var virkelig meget godt.

En dag tenkte hushjelpen: «Min herskerinne har et meget godt rykte. Jeg lurer på om hun ble født slik, eller er det på grunn av hennes omgivelser. Det skal jeg prøve å finne ut.»

Neste morgen viste hushjelpen seg ikke for herskerinnen før omkring middag. Herskerinnen var sint og skjente på henne.

Hushjelpen svarte: «Det er ikke nødvendig å bli så sint bare fordi jeg er litt sen en dag eller to.» Da ble herskerinnen enda sintere.

Også neste dag sto hushjelpen sent opp. Dette gjorde herskerinnen meget sint, og hun slo hushjelpen med en stang. Denne hendelsen ble kjent i vide kretser, og hun mistet sin gode anseelse.

3. Mange mennesker er som denne kvinnen. Når deres tilstander er gode, er de snille, beskjedne og rolige, men det er tvilsomt om de vil være slik hvis tilstandene forverrer seg.

Det er bare når en person kan holde sitt sinn rent og

rolig og handle med godhet selv når han hører ubehagelige ting, når andre gjør ham urett, mat, klær og bosted mangler, at vi kan si at denne person er et godt menneske.

De som handler godt og har sinnsro kun under gode tilstander, er derfor ikke virkelig gode mennesker. Bare de som finner glede i Buddhas lære og praktiserer den med legeme og sinn, kan kalles gode, fordringsløse og fredfulle mennesker.

4. Når det gjelder høvelig bruk av ord, kan vi si at det er fem par ord: a) Ord som passer i en situasjon, og ord som ikke passer. b) Ord som sier sannheten, og ord som ikke sier sannheten. c) Hyggelige ord og ubehagelige ord. d) Ord som er til gagn, og ord som er til skade. e) Ord som uttrykker medlidenhet, og ord som uttrykker hat.

Vi må velge våre ord med stor forsiktighet. Vi må ikke bruke hatefulle ord. Hvis våre sinn er fulle av medlidenhet, vil de kunne motstå vrede og hat.

La oss tenke oss en mann som med en spade og en hakke vil prøve å fjerne all jord fra marken. Han hakker og spar og sprer jorden rundt omkring, men han vil aldri bli ferdig. Vi kan heller aldri håpe på å kunne eliminere alle ord.

Vi må derfor øve og fylle våre sinn med så mye medlidenhet at ingen ord kan forstyrre oss.

En kan prøve å male med vannfarger i luften, men det er umulig. Det er også umulig å tørke opp en stor elv med en fakkel. Heller ikke kan vi lage en brakende lyd ved å gni to garvede lær-strimler mot hverandre. Folk skulle øve seg slik at ikke noen ord de hører vil forstyrre dem.

De skulle øve seg og la sinnet være like åpent som marken, like grenseløst som skyen, like dypt som en stor elv og mykt som garvet lær.

Hvis du blir fanget og torturert av dine fiender, og føler hat mot dem, da følger du ikke Buddhas lære. Hva som enn skjer må du tenke slik: „Ingenting kan forstyrre meg. Sinte og hatefulle ord skal ikke komme ut av min munn. Jeg skal omringe min fiende med tanker av kjærlighet og medlidenhet.”

5. Det er en lignelse om en mann som fant en maurtue som brant om dagen og røkte om natten. Han gikk til en vismann og spurte hva han skulle gjøre. Vismannen svarte at han skulle stikke et sverd i maurtuen, og mannen gjorde det. Med sverdet gravde han ut først en bolt, og deretter vannbobler, en høygaffel, en boks, en skilpadde, en slakterkniv, et stykke kjøtt og til slutt kom en drake ut. Han fortalte dette til vismannen, som forklarte betydningen av dette og sa: «Kast bort alt unntatt draken, og forstyrr den ikke.»

I denne lignelsen symboliserer maurtuen menneskets legeme. «Brant om dagen» betyr at folk virkeliggjør om dagen det som de tenkte natten før. «Røkte om natten» betyr at folk om natten tenker på eller angrer det som de gjorde dagen før.

I samme lignelse er det en mann. Han søker Opplysning. Vismannen er Buddha. Sverdet står for visdom. «Å grave» henviser til den anstrengelse som er nødvendig for å oppnå Opplysning.

Bolten i lignelsen representerer uvitenhet, vannboblene er vrede og lidelse. Høygaffelen betyr nøling og uro. Boksen symboliserer griskhet, vrede, dovenskap, vankelmødighet, anger og villfarelser. Skilpadden er legeme og sinn. Slakterkniven er de fem kjødelige begjær, og kjøttstykket er begjæret etter nytelse. Alle disse ting er skadelige og derfor sa Buddha: «Kast dem alle bort.»

Til slutt kommer vi til draken som symboliserer det sinn som har fjernet alle begjær. Hvis et menneske graver dypt nok med visdommens sverd, vil det før eller senere finne denne draken. «La draken være, forstyrr den ikke» betyr å lete etter og grave opp et sinn fritt fra alle slags verdslige begjær.

6. En av Buddhas disipler, Pindola, etter at han hadde oppnådd Opplysning reiste han tilbake til sin hjemby Kausambi for å gjengjelde den vennlighet de hadde vist ham. Han ønsket å forberede marken for såingen av Buddhas frø. I utkanten av Kausambi er det en liten park langs Ganges-elven. Der er det lange rekker av kokosnøtttrær og en bris blåser alltid.

En varm sommerdag satt Pindola og meditererte i den kjølige skyggen av et tre, da Lord Udyana kom til samme park med sine kohorter. Etter en stund med musikk-spill ble Udyana trett og la seg ned i skyggen av et annet tre for å hvile.

Mens han sov, gikk konene og tjeneste-pikene hans en spasertur i parken og så Pindola som satt og meditererte i treskyggen. De forsto at han var en hellig mann og ba ham om å preke til dem, og de lyttet til ham.

Da lorden våknet, gikk han for å lete etter kvinnene og så at de satt rundt en mann og lyttet til ham. Siden han var en utuktig og sjalu mann, begynte han å skjelle ut Pindola: «Det er utillatelig at du, en hellig mann, skal tilbringe tiden med ørkesløst prat sammen med kvinner.» Pindola lukket øynene og sa ingenting.

Den sinte lorden trakk ut sverdet og truet Pindola, men den hellige mann satt stille og stødig som et fjell. Dette gjorde loden så sint at han ødela en maurtue og kastet maur på Pindolas legeme, men Pindola satt fremdeles stille og holdt ut krenkelsen og smerten.

Straks deretter ble lorden skamfull over sin ville atferd og han ba om Pindolas tilgivelse, og etter denne hendelsen ble Buddhas lære preket i lordens borg og spredde seg siden over hele landet.

7. Noen dager senere besøkte lorden Pindola, som bodde i en skog, og spurte: «Hvordan kan det ha seg at Buddhas disipler, som alle er unge menn, kan holde sine legeme og sinn rene og ikke drukne i begjær?»

Pindola svarte: «Edle Lord, Buddha har lært oss å respektere alle kvinner, og tenke at alle kvinner som er eldre enn oss er våre mødre, alle kvinner som er av samme alder er våre søstre, og alle kvinner som er yngre enn oss er våre døtre.

Ved hjelp av denne lære kan Buddhas disipler holde sine legeme og sinn rene og ikke bli fristet, til tross for at vi alle er unge.»

«Men, Ærede Lærer, det er også mulig å fristes av kvinner som er av samme alder som ens mor, søster og datter. Hvordan kontrollerer Buddhas disipler sine begjær?»

«Lord, Buddha lærte oss at legemet utsondrer alle slags urene sekresjoner, for eksempel, blod, materie, svette og fett. Ved å tenke slik, kan vi holde våre sinn

rene selv om vi er unge.”

„Ærede Lærer, det er kanskje lett for Buddhas disipler som har trent legeme og sinn og som er i besittelse av stor visdom, men det er vanskelig for folk som ikke har en slik trening. De vil prøve å tenke på urenhetene, men deres sinn vil lokkes av pene ting. De vil prøve å forestille seg styggheten, men vil likevel fristes av vakre figurer. Det må være en annen grunn som får Buddhas disipler til alltid å gjøre godt.”

„Lord, Buddha lærte oss å vokte de fem sansenes dører. Når vi ser vakre figurer eller farger med våre øyne, hører behagelig lyder med våre ører, lukter noe godt med vår nese, smaker noe godt med vår tunge eller rører på noe mykt med våre hender, skal vi ikke klynge oss til disse tiltrekkende ting. Vi skal heller ikke bli tilbakestøtt av utiltrekkende ting. Vi har lært å vokte disse fem sansenes dører omhyggelig. Det er ved hjelp av denne lære at Buddhas disipler kan holde sine legeme og sinn rene.”

„Ærede lærer, Buddhas lære er virkelig vidunderlig. Fra min egen erfaring ved jeg at det er sant. Hvis jeg ikke er på vakt, forstyrres jeg snart av vakre og tiltrekkende

ting. Det er av stor viktighet at vi vokter disse fem sansenes dører og dermed holder legeme og sinn rene.”

8. Når et menneske uttrykker sine tanker med handling, er det alltid en reaksjon. Hvis noen skjeller deg ut, er du fristet til å si noe, eller til å ta hevn. En må vokte seg mot denne reaksjon. Det er som å spytte mot vinden, det skader bare en selv. Det er som å feie støv mot vinden. En blir ikke kvitt støvet, men skitner seg selv. Ulykke følger alltid i hælene på den som prøver å ta hevn.

9. Det er en god ting å kaste bort et snevert sinn og dyrke et mer åpent sinn. Det er enda bedre å vokte sitt sinn og respektere den edle sti.

Folk skulle kaste bort et selvisk sinn og erstatte det med et sinn som er ivrig etter å hjelpe andre mennesker. En god handling inspirerer andre til å gjøre gode handlinger, og lykke skapes av slike handlinger.

En fakkellampe kan tenne mange tusen andre fakler og brenner fremdeles like sterkt. Ens lykke minker ikke, selv om den deles med andre.

De som søker Opplysning må være forsiktige når de tar de første skritt. Det spiller ingen rolle hvor store krav de stiller, de må ikke glemme at denne veien skal følges gjennom deres daglige liv, dag for dag.

10. På veien til Opplysning er det tyve vanskeligheter vi må overkomme i denne verden: 1. Det er vanskelig for et fattig menneske å være sjenerøs. 2. Det er vanskelig for et stolt menneske å finne veien til Opplysning. 3. Det er vanskelig å søke Opplysning ved selvoppofrelse. 4. Det er vanskelig å bli født når Buddha er i denne verden. 5. Det er vanskelig å høre Buddhas lære. 6. Det er vanskelig å motstå og forkaste ens begjær. 7. Det er vanskelig å la være å begjære tiltrekkende ting. 8. Det er vanskelig for et sterkt menneske å la være å bruke sin makt over andre mennesker. 9. Det er vanskelig ikke å bli sint når en krenkes. 10. Det er vanskelig å forbli uskyldig når det skjer noe. 11. Det er vanskelig å få seg til å studere mye og dypt. 12. Det er vanskelig ikke å forakte en begynner. 13. Det er vanskelig å være fordringsløs. 14. Det er vanskelig å finne gode venner. 15. Det er vanskelig å følge veien og oppnå Opplysning. 16. Det er vanskelig å forbli

uforstyrret av ytre omstendigheter. 17. Det er vanskelig å undervise andre gjennom forståelse av deres evner. 18. Det er vanskelig å bevare ens sinnsro. 19. Det er vanskelig å avstå fra å strides om rett og galt. 20. Det er vanskelig å finne gode metoder.

11. Gode og dårlige mennesker har forskjellige naturer. Dårlige mennesker forstår ikke at en forbrytelse er en synd, tenker ikke på å forandre sitt liv og liker ikke at noen snakker til dem om deres syndige liv. Gode mennesker vet forskjellen på riktig og galt. Når de ser at de holder på å gjøre galt, stopper de med en gang. De er takknemlige mot dem som gjør dem oppmerksom på deres feil.

Dette er forskjellen på gode og dårlige mennesker.

Dårlige mennesker setter ikke pris på andre menneskers vennlighet, men vise mennesker står i takknemlighetsgjeld og prøver å gjøre noe ikke bare for velgjøreren, men også for alle andre.

III

BRUK AV GAMLE FABLER

1. For lenge, lenge siden var det et land som hadde som skikk å forlate de gamle. Alle folk i dette land, når de ble gamle, ble båret opp til toppen av et nesten utilgjengelig fjell og forlatt der.

En av kongens ministre var ikke i stand til å følge denne skikken og han gravde en hemmelig kjeller hvor han gjemte og pleiet sin gamle far.

En dag skjedde det noe. En gud viste seg for kongen og ga ham en vanskelig oppgave:

„Her er to slanger. Fortell meg kjønnene på disse slangene. Hvis dere ikke er i stand til å løse dette problemet, skal jeg legge hele landet i ruiner.” Hverken kongen eller noen andre i slottet kunne løse et slikt problem, og derfor måtte kongen tilby en stor belønning til den person som greide det.

Ministeren gikk hjem og spurte faren. Faren svarte:

„Det er i virkeligheten meget lett. Legg de to slangene på et teppe. Den slangen som beveger seg mye rundt, er hankjønn. Den som ligger stille, er hunkjønn.”

Ministeren tok dette svaret tilbake til kongen og problemet ble løst.

Deretter ga guden den ene vanskelige oppgave etter den andre og hverken kongen eller hans menn kunne gi svar på dem. Men ministeren, med sin fars hjelp, kunne alltid svare.

Her er noen av problemene og deres svar:

„Hvem er det som når han sover kalles den våkne, og når han er våken kalles den sovende?” Svaret er: „Han som streber etter Opplysning. Han er våken sammenliknet med dem som ikke er interessert i Opplysning. Han sover sammenliknet med dem som allerede har oppnådd Opplysning.”

„Hvordan kan du veie en stor elefant?” Svaret er: „Ta elefanten ombord en båt, og markér hvor dypt båten synker. Ta så elefanten ut av båten og legg stener i båten til den synker til samme dybde, og vei deretter stenene.”

Hva betyr det følgende: „En kopp full av vann er mer enn alt vannet i sjøen.” Svaret er: „En kopp vann som er gitt med medlidenhet til sine foreldre eller til en syk person, er av evig verdi. Men sjøens vann vil en dag ta slutt.”

Deretter lot guden en uthungret mann av skinn og ben klage: „Er det noen i denne verden sultnere enn jeg?” Svaret på dette er: „De mennesker som er så selviske og griske at de ikke tror på Buddhas tre juveler og som ikke ofrer til sine foreldre og lærere, er ikke bare

sultnere, men skal falle ned i de sultne demoners verden og skal der lide av sult i evig tid.”

„Her er en planke laget av Candana-tre. Hvilken ende er nærmest treets røtter?” „Legg planken i vann. Den enden som synker litt dypere er nærmest treets røtter.”

„Her er to hester av samme størrelse og figur. Hvordan kan du finne ut hvilken hest som er moren og hvilken hest som er sønnen?” „Gi dem noe gress. Moren vil dytte sønnen mot gresset.”

Hvert svar gledet både guden og kongen. Da kongen fikk vite at alle problemene ble løst av ministerens gamle far som hadde skjult seg på et hemmelig sted, bestemte han at det skulle bli slutt med å forlate gamle folk på fjellet og at alle gamle folk skulle bli behandlet godt.

2. Dronning Videha i India drømte en gang om en elefant som hadde seks støttenner av elfenben. Hun ønsket seg disse støttennene og ba kongen skaffe dem for henne. Selv om dette syntes å være umulig, lovt kongen, som elsket henne meget høyt, en belønning til den som fant en slik elefant.

Det viste seg at det var en slik elefant med seks støttenner i Himalaya. Denne elefanten trente seg for å oppnå Buddha-natur. En gang hadde den reddet livet til en jeger, og jegeren kunne reise tilbake til sitt land. Der hørte han om belønningen, glemte elefantens vennlighet og bestemte seg for å reise til Himalaya igjen for å drepe elefanten.

Jegeren visste at elefanten prøvde å oppnå Buddha-natur, og han tok derfor på seg en munkehabitt. Elefanten ble lurt av dette og jegeren lyktes i å skyte den med en giftig pil.

Elefanten, som forsto at slutten var nær og at jegeren var blindet av sine begjær, følte medlidenhet med ham og beskyttet ham mot de andre hevngjerrige elefantene, og spurte ham hvorfor han hadde gjort en slik tåpelig ting. Jegeren fortalte elefanten om belønningen og at han ønsket de seks støttennene. Da brøt elefanten av alle sammen mot et tre og ga dem til jegeren og sa: „Med dette offer har jeg fullført min trening for å oppnå Buddha-natur og jeg vil bli gjenfødt i Buddhas rene land. Når jeg blir en Buddha skal jeg hjelpe deg med å bli kvitt de tre giftige piler, griskhet, vrede og tåpelighet.”

3. Ved foten av Himalaya levde det en gang en papegøye sammen med mange andre fugler og dyr. En dag begynte det å brenne på grunn av friksjonen laget av bambus som sveiet i den sterke vinden, og fuglene og dyrene fikk panikk. Papegøyen følte først og fremst medlidenhet med fuglene og dyrene, og ønsket å redde dem, men den følte også at den sto i takknemlighetsgjeld til bambusen som i en lang tid hadde gitt den et bosted. Papegøyen dyppet seg i en dam i nærheten, fløy over flammene og ristet av seg vanndråpene. Den gjentok dette mange ganger ut av et medlidende sinn fullt av takknemlighet.

Denne medlidenhet og selvoppofrelse ble lagt merke til av en gud, som kom ned fra himmelen og sa til papegøyen: «Du har et edelmodig sinn, men hva kan du oppnå med noen få vanndråper mot denne store brannen?» Papegøyen svarte: «Det er ikke noenting en ikke kan oppnå med takknemlighet og medlidenhet. Jeg vil prøve igjen og igjen inn i mitt neste liv.» Dette gjorde et sterkt inntrykk på guden og sammen slukket de brannen.

4. En gang levde det i Himalaya en fugl med en kropp

og to hoder. En dag la det ene hodet merke til at det andre spiste noe deilig frukt, og misunnelig sa det til seg selv: „Da skal jeg spise noe giftig frukt.” Det spiste og fuglen døde.

5. En gang kranglet halen og hodet på en slange om hvem som skulle være framme. Halen sa til hodet: „Du leder alltid. Det er ikke rettferdig. La meg få lede av og til.” Hodet svarte: „Det er helt naturlig at hodet leder. Jeg kan ikke bytte plass med deg.”

Men krangelen fortsatte og en dag festet halen seg til et tre og hindret hodet i å gå fremover. Da hodet ble trett av å trekke og ga opp kampen, slapp halen seg løs fra treet og fortsatte fremover, med det resultat at slangen falt ned i et hull som ble brukt som et ildsted og omkom.

Alle ting har sin bestemte rekkefølge, og alle ting har sin bestemte funksjon. Hvis denne orden forstyrres, vil alle ting ruineres.

6. Det var en gang en mann som lett ble sint. En dag stoppet to menn foran huset hans og snakket om ham.

En av dem sa: „Han er en meget bra mann, men han er alltid utålmodig og blir lett sint.” Mannen i huset hørte dette, løp ut og angrep de to mennene. Han slo og sparket og skadet dem begge.

Når en vis mann får sine feil utpekt, vil han innrømme dem og forbedre seg, men når en tåpelig mann får sine feil utpekt, vil han være likegyldig og snart gjøre samme feil igjen.

7. En gang var det en rik, men tåpelig mann. Da han en dag så en annen manns pene tre-etasjers bolig, følte han misunnelse og tenkte at siden han også var rik, skulle han bygge et hus som var akkurat likt.

Tømreren gikk med på det og begynte straks å oppføre grunnmuren, første etasje og andre etasje. Da han skulle begynne på tredje etasje ropte den rike mannen: „Jeg bryr meg ikke om grunnmuren, første eller andre etasje. Det jeg ønsker er en pen tredje etasje. Skynd deg å bygge den.”

Et tåpelig menneske tenker bare på resultatet og har ingen tanke for det arbeid som er nødvendig forut. Vi kan ikke tenke oss et hus uten grunnmur, og heller ikke et godt resultat uten anstrengelser.

8. En tåpelig mann holdt på å koke noe honning da han fikk besøk av en venn. Han ønsket å gi vennen noe honning, men siden den var for varm, begynte han å vifte

over den uten først å ta den bort fra ildstedet. Det er like umulig å få den kjølige visdommens honning uten først å slukke begjærenes ild.

9. En gang var det to demoner som kranglet en hel dag om en boks, en stokk og et par sko. En passerende spurte dem: „Hvorfor krangler dere slik? Hva slags magisk makt har disse tingene siden dere krangler slik?”

Demonene forklarte: „Fra denne boksen kan vi få alt det vi ønsker oss, mat, klær, juveler, og så videre. Med denne stokken kan vi overvinne alle fiender, og med disse skoene kan vi fly gjennom luften.”

Den passerende sa: „Hvorfor krangle? Hvis dere to kan gå bort et lite øyeblikk, så skal jeg dele disse tingene på en rettferdig måte.” De to demonene gjorde som den passerende hadde sagt, og så snart de var ute av syne, tok mannen på seg de magiske skoene, tok boksen og stokken og fløy bort.

Disse demonene representerer hedningene. Boksen symboliserer de gaver som kommer fra velgjørenhet. De er ikke klar over alle de skattene som kommer fra velgjørenhet. Stokken symboliserer sinnets konsentrasjon.

De vet ikke at åndelig konsentrasjon kan overvinne alle verdslige begjær, skoene står for ren tanke og atferd, som vil ta dem hinsides alle begjær. De vet ikke dette og derfor krangler de om en boks, en stokk og et par sko.

10. Det var en gang en mann som reiste alene. En kveld kom han til et tomt hus og bestemte seg for å tilbringe natten der. Omkring midnatt kom en demon inn og la et lik på gulvet. Litt etter kom en annen demon inn og sa at liket tilhørte ham og de to demonene begynte å krangle.

Etter en stund sa den første demonen: „Det er borkastet tid å krangle med deg. La oss be en nøytral dommer om å avgjøre hvem av oss er den rette eier av liket.” Den andre demonen var enig i dette. De la merke til mannen som prøvde å gjemme seg i et hjørne, trakk ham frem og ba ham avgjøre eiendomsretten.

Mannen var meget redd, for han visste godt at demonen som tapte ville ta hevn og drepe ham. Han bestemte seg likevel for å si hvem av dem hadde kommet først.

Som ventet ble den andre demonen sint, grep mannen og rev av en arm. Men den første demonen

erstattet den tapte armen med en arm fra liket. Den andre demonen rev av mannens andre arm, men igjen tok den første demonen og erstattet denne armen med likets andre arm. Og slik fortsatte de helt til de hadde byttet alle mannens kroppdeler, føtter, hode og kropp med likets tilsvarende kroppdeler.

Til slutt tok de opp mannens kroppsdeler som lå spredt over gulvet, spiste dem og gikk bort.

Den stakkars mannen som hadde tatt tilflukt i det forlatte huset hadde hatt en fryktelig opplevelse. De kroppsdelenene som demonene hadde spist hadde han fått fra sine foreldre, og de kroppsdelenene han hadde nå tilhørte liket. Hvem var han nå? Var han seg selv, eller var han et annet menneske? Han tenkte og tenkte, men kunne ikke finne det ut. Han ble nesten vanvittig og forlot huset. Etter en stund kom han til et tempel, gikk inn og fortalte sitt problem til munkene. Folk kan i denne historien få en god forståelse av „ikke-jegets” sanne mening.

11. En vakker og velkledd kvinne besøkte en gang et hus. Husets herre spurte henne hvem hun var. Hun svarte at hun var rikdommens gudinne. Mannen var henrykt, inviterte henne inn og trakterte henne med god mat.

Litt senere kom en annen kvinne som var heslig og dårlig kledd. Husets herre spurte henne hvem hun var, og hun svarte at hun var fattigdommens gudinne. Mannen ble redd og prøvde å jage henne bort, men kvinnen nektet å gå. Hun sa: «Rikdommens gudinne er min søster. Vi har en avtale som går ut på at vi aldri skal bo separat. Hvis du jager meg bort, vil hun gå med meg.» Sant nok, ikke før hadde den heslige kvinnen gått bort før også den andre kvinnen forsvant.

Fødsel og død holder følge. Lykke og ulykke holder også følge. Gode ting følges av dårlige. Folk bør vite dette. Tåpelige mennesker misliker ulykke og streber etter lykke, men de som søker Opplysning må være hevet over begge og være fri fra alle slags lengsler.

12. Det var en gang en kunstner som forlot sitt hjem og sin familie for å søke sin lykke. Etter tre års hardt arbeid hadde han spart en god del penger, og bestemte seg for å reise hjem. På hjemveien kom han til et tempel hvor mange munkere holdt på å utføre en seremoni. Han ble henrykt da han så dette og sa til seg selv: «Hittil har jeg aldri tenkt på å bli lykkelig. Her har jeg en anledning til å

så lykkens frø.” Dermed ga han takknemlig alle pengene han hadde spart til tempelet og gikk hjem.

Da han kom hjem tomhendt, ble konen helt fra seg av sinne. Mannen sa at han hadde plassert pengene på et trygt sted. Da hun presste ham til å fortelle hvor han hadde plassert dem, tilsto han at han hadde gitt dem til noen munkere i et tempel.

Dette gjorde konen enda sintere og hun bestemte seg for å bringe mannen for retten. Da dommeren spurte kunstneren hva han hadde å si til sitt forsvar, sa han: „Jeg har ikke tullet bort de pengene som jeg arbeidet så hardt for. Jeg hadde til den dag aldri tenkt på å så lykkens frø, og da jeg kom til dette tempelet og så munkene utføre en offers-seremoni, følte jeg at dette var marken hvor jeg burde så lykkens frø. Da jeg ga munkene mine penger, følte jeg samtidig at jeg mistet all griskhet og forsto at det er ikke penger eller gull som er sann rikdom, men et rent sinn.”

Dommeren roste mannen og mange andre som hadde lyttet ble også imponert. Kunstneren ble senere sterkere i troen, og han og hans kone levde lykkelige sammen.

13. En mann bodde nær et gravsted. En natt hørte han en stemme som ropte på ham, og han sto skjelvende opp. Neste morgen fortalte han dette til en tapper venn, som sa at han ville prøve å finne ut hvor stemmen kom fra.

Neste natt hørte de den samme stemmen rope igjen flere ganger. Han selv var altfor redd til å nærme seg graven, men vennen gikk nær og spurte: „Hvem er du og hva ønsker du?” En stemme under jorden svarte: „Jeg er en skjult skatt og har bestemt meg for å gi meg til noen. Jeg tilbød meg til en mann igår, men han var altfor redd til å komme nær. Derfor vil jeg gi meg til deg, for du fortjener meg. I morgen vil jeg komme til ditt hus med mine syv følgesvenner.”

Vennen sa: „Jeg skal vente på deg, men fortell meg hvordan jeg skal behandle dere.” Stemmen svarte: „Vi vil komme i munkeklær. Vask ditt legeme. Tilbered et rent rom, vann og åtte boller med risgrøt. Etter måltidet vil du føre oss en om gangen inn i et lukket rom og der vil vi forvandle oss til syv krukker med gull.”

Neste morgen vasket han sitt legeme, gjorde rommet rent og mottok de åtte munkene. Etter at de hadde spist, førte han dem en om gangen inn i et lukket rom hvor de forvandlet seg til krukker med gull.

Det bodde i den samme landsby en grisk mann som hørte om denne hendelsen. Han ønsket også gull, og derfor tilberedte han et rom og inviterte åtte munkers til sitt hjem. Da han etter måltidet tok dem til et lukket rom, forvandlet de seg ikke til krukker med gull, men ble istedet sinte og løp ut av huset og rapporterte ham til politiet, som kom og arresterte ham.

Da den fryktsomme mannen som bodde nær graven fikk høre at stemmen hadde gjort vennen rik, gikk han til vennens hus og forlangte gullet. Han sa at gullet tilhørte ham fordi det var ham stemmen hadde ropt på. Da han skulle ta krukkene, fant han at de var fulle av slanger som prøvde å bite ham.

Kongen hørte om dette og bestemte at krukkene

tilhørte den tapre mannen. Kongen sa: „Alle ting i denne verden er slik. Tåpelige mennesker ønsker gode resultat, men det er ikke nok bare å ønske. De mangler mot til å kjempe den sinnets kamp som er nødvendig for å oppnå sann fred.”

KAPITEL TO

OPPNÅELSENS VEI

I

SØKING ETTER SANNHET

1. Hva er universet laget av? Er universet evig, og uten grenser? Vil det en dag ta slutt? Hva er det ideelle samfunn? Hvis et menneske skulle utsette å søke etter Opplysning og følge den rette vei til det har funnet svar på disse spørsmål, vil det dø før det kan følge veien.

Hvis, for eksempel, en mann ble truffet av en giftig pil, kan vi tenke oss at hans familie eller venner vil tilkalle en lege for å få tatt ut pilen og få såret behandlet.

Men hva ville skje hvis mannen protesterte og sa: „Vent litt. Før du trekker ut pilen, ønsker jeg å vite hvem det var som skjøt den. Var det en mann eller en kvinne? Var det en aristokrat eller en bonde? Hva var buen laget av? Var det en stor eller en liten bue? Var den laget av tre

eller bambus? Hva var bue-strengen laget av? Av fiber eller innvoller? Er pilen laget av spanskrør? Hva slags fjær har den? Før du trekker ut pilen ønsker jeg svar på disse spørsmålene.” Hva ville skje hvis han forlangte dette?

Sannsynligvis ville giften spre seg og han ville være en død mann før alle spørsmålene kunne besvares. Det som først må gjøres i et slikt tilfelle er å trekke ut pilen og forhindre at giften sprer seg.

Det spiller ingen rolle for et menneske hva universet er laget av eller hva som er det ideelle samfunn når det må flykte fra en brann.

Slike spørsmål kan vente til vi har slukket fødselens, alderdommens, sykdommens og dødens ild. For å løse disse problemene må en vie seg helt til å følge den rette vei.

Buddhas lære inneholder alt det som det er nødvendig å vite og ingenting som det er unødvendig å

Oppnåelsens Vei

vite. Med andre ord, den lærer folk at de må vite det som de må vite, at de må forkaste det som de må forkaste og at de må praktisere det som de må praktisere for å oppnå Opplysning.

Hvert menneske må selv bestemme hvilke problemer er de viktigste og hvilke problemer de bør prøve å løse først. For å greie dette, er det først og fremst nødvendig at en søker å kontrollere sitt sinn.

2. Tenk deg at en mann går inn i en skog for å hente noe veke som finnes inne i treet, og at han bare bringer hjem grener, bark og løv. Ville han ikke være dum hvis han var fornøyd med dette når det var veke han ønsket?

Folk søker å følge den vei som fører dem bort fra fødsel, alderdom, sykdom, død og samtidig bort fra all ulykke, sorg og lidelse. Når de gjør litt fremskritt, føler de seg stolte og selvtilfredse, akkurat som mannen som søkte veke og gikk hjem tilfreds med å ha funnet grener, bark og løv.

Noen er tilfredse med den fremgang de har gjort uten altfor store vansker, føler seg stolte av det og forakter andre. Også de er tilfredse med grener når det var veien de søkte.

Andre føler at de har oppnådd mer sinnsro, og føler seg tilfredse og stolte av det og forakter andre. Også de bærer på bark istedenfor veke.

Noen føler seg stolte fordi de tror at de har fått litt mer innsikt og roser derfor seg selv og forakter andre. De bærer på noe fiber istedenfor veke. Alle disse ovennevnte mennesker som blir så lett tilfredse, stolte og hovmodige, de vil snart lide igjen.

De som søker den rette vei til Opplysning må ikke vente seg respekt, ære eller en messe. De må heller ikke tro at målet er å oppnå, med litt anstrengelse, litt mer sinnsro eller litt mer innsikt.

Det som en først og fremst må være seg bevisst, er livets og dødens vesentlige natur.

3. Verden har ikke noe som vi kan kalle dens substans. Illusjoner er simpelt hen produkt av sinnet. Verden selv skaper ingen illusjoner.

Menneskene baserer sine handlinger på deres begjær, som er opprinnelsen til all lidelse. Siden de lever i uvitenhet, omgis de av mørke og lider. De som søker å oppnå Opplysning må bekjempe et sinn som skaper slike illusjoner.

4. „Å, mitt sinn! Hvorfor går det mot et så fattig land? Hvorfor er det så urolig og hvileløst? Hvorfor forvirrer det meg, og egger meg til å samle på ting?

Det er som en plog som går i stykker før en har begynt å pløye, som et ror som er demontert før en setter ut på livets og dødens vide hav. Hva er formålet med gjenfødslene hvis vi ikke vet hvordan et liv skal leves?”

„Å, mitt sinn! En gang lot det meg bli født som en konge. En annen gang lot det meg bli født som en fattig mann, som måtte vandre rundt som en tigger. Av og til lar det meg bli født i gudenes land hvor jeg lever i luksus. Andre ganger kaster det meg ned i helvetets ild.”

„Å, mitt tåpelige sinn! Det har ført meg forskjellige veier, og jeg har alltid fulgt villig med. Men nå har jeg hørt Buddhas lære, så vær så vennlig ikke å forstyrre meg eller få meg til å lide mer. La oss heller strebe så fort som mulig etter Opplysning.”

„Å, mitt sinn! Hvis det bare kunne lære at alle ting er uten substans og forgjengelige. Hvis det bare kunne lære ikke å begjære alle ting og hindre at griskhet, vrede og tåpelighet tok herredømme over det. Da vil begjærenes bånd kuttes av med visdommens sverd, og uforstyrret av skiftende omstendigheter, hell og uhell, vil jeg kunne leve i fred.”

„Å, mitt kjære sinn! Det var det som fikk meg til å søke den rette vei. Men hvorfor trekkes det så lett igjen av denne verdens nytelser og bekvemmeligheter?”

„Å, mitt sinn! Hvorfor farer det hit og dit formålsløst? La oss krysse denne sjø av illusjoner. Til nå har jeg handlet ifølge dets vilje, men fra nå skal det følge min

vilje. Sammen skal vi følge Buddhas lære.”

„Å, mitt sinn! Disse fjell, elver og hav er foranderlige og fulle av lidelse. Hvor i denne verden kan vi finne fred? La oss følge Buddhas lære og krysse over til Opplysningens bredde.”

5. De som virkelig søker veien til Opplysning har full kontroll over sine sinn. De fortsetter med sterk beslutning. Selv om de møter skjellsord og forakt går de uforstyrret framover. De blir aldri sinte selv om folk slår dem med knyttnever, kaster stener på dem eller kutter dem med sverd.

Selv om deres fiender kutter deres hode av kroppen, forstyrres de ikke. Hvis noe gjør dem nedtrykt, følger de ikke Buddhas lære.

La skjellsord, knyttnever, stakk eller sverd komme. Våre sinn forstyrres ikke, men i stedet utstråler medlidenhet. Alltid uforstyrret og full av Buddhas lære.

For å oppnå Opplysning må man prøve å gjøre det

umulige, utholde det uutholdelige.

Hvis man blir fortalt at for å oppnå Opplysning må man ikke spise mer enn et riskorn og gå gjennom ild hver dag, da vil man gjøre det.

Men man skal ikke gjøre disse ting for å kunne si at man har gjort dem. Man gjør dem fordi det er rett og vist å gjøre dem akkurat som en mor gjør ting for sitt syke barn ut av medlidenhet, uten å tenke på hva som er behagelig for henne selv.

6. Det var en gang en konge som elsket sitt folk og hersket med visdom og medlidenhet og derfor ble det et rikt og fredelig land. Kongen prøvde alltid å følge den rette vei, og lovte til og med en belønning til dem som kunne introdusere ham til en visere lære.

Til slutt la gudene merke til denne kongens fromhet, men de bestemte seg for å sette ham på en prøve. En gud viste seg foran slottets porter forkledd som en demon og ba om å bli ført til kongen siden han hadde en hellig lære som han ønsket å introdusere til kongen.

Kongen ble henrykt da han fikk beskjed om dette og ba ham høflig om å bli instruert. Da viste plutselig demonen en lang tann skarp som et sverd og sa: „Jeg er fryktelig sulten og i denne tilstand er jeg ikke i stand til å instruere.”

Han ble tilbudt deilig mat, men han sa: „Det jeg ønsker er et varmt menneskes blod og kjøtt.” Da ga både prinsen og dronningen seg selv til demonen, som spiste dem begge. Men han var fremdeles ikke mett og forlangte også kongens kropp.

Kongen svarte rolig: „Jeg har ingen frykt for døden. Men kan du ikke instruere meg i den hellige lære før jeg ofrer mitt legeme?”

Da sa demonen de følgende ord: „Ulykke kommer fra kjødets lyst, og frykt kommer fra kjødets lyst. De som kan kvitte seg med kjødets lyst vil aldri bli ulykkelige eller føle frykt.” Og plutselig forvandlet han seg til sin sanne skikkelse. Prinsen og dronningen som demonen hadde spist viste seg også igjen i sine opprinnelige skikkelser.

7. Det var en gang en mann som søkte den rette vei i Himalaya. Han brydde seg ikke om andre ting, hverken om jordens eller himmelens skatter, kun om den lære som

kunne fri ham fra alle illusjoner.

Gudene ble imponert av mannen og bestemte seg for å sette ham en på prøve. En av gudene kledde seg ut som en demon og viste seg i Himalaya syngende: „Alle ting er foranderlige, alle ting oppstår og forgår.”

Mannen hørte denne sangen og følte seg så glad som da han fant vann til å slukke sin tørst, så glad som en slave som er satt fri. Han sa til seg selv: „Til slutt har jeg funnet den sanne læren som jeg har søkt så lenge.” Han begynte å følge stemmen og kom til slutt ansikt til ansikt med den fryktelige demonen. Bevende av frykt gikk han nærmere og spurte: „Var det du som sang for en liten stund siden? Hvis det var deg, kan du syngre en gang til?”

Demonen svarte: „Ja, det var jeg som sang, men jeg kan ikke syngre igjen før jeg har fått noe å spise.”

Mannen ba ham igjen: „Vær så vennlig å syngre. Denne sangen er hellig og jeg har søkt dens innhold så lenge. Jeg har bare hørt begynnelsen, vennligst syng resten for meg.”

Demonen svarte igjen: „Jeg sulter og holder det ikke ut lenger. Hvis jeg bare kan få smake litt varmt menneskekjøtt og blod, skal jeg syngre resten av sangen.”

Mannen var så ivrig etter å høre resten at han lovte demonen sin egen kropp hvis han først ville synges.

Da sang demonen:

„alt er foranderlig,
alle ting oppstår og forgår,
de som kan heve seg over liv og død
skal finne fred og ro.”

Mannen skrev teksten på stener og tre, klatret rolig opp et tre og kastet seg ned foran demonen. Men demonen hadde forsvunnet og i stedet sto det en strålende gud som mottok mannen uskadet.

8. Det var en gang en ivrig søker etter den sanne vei. Hans navn var Sadaprarudita. Han motsto alle fristelser om profitt og ære og tenkte kun på å bli opplyst. En dag hørte han en stemme som syntes å komme fra himmelen: „Sadaprarudita! Gå direkte mot øst. Bry deg hverken om hete eller kulde, ros eller skjellsord, diskriminer ikke mellom godt og ondt, men bare fortsett å gå mot øst. I det fjerne øst vil du finne en sann lærer og du vil bli opplyst.”

Sadaprarudita ble henrykt og begynte med en gang reisen mot øst. Av og til sov han på marken, av og til på

fjellet. I fremmede land ble han forfulgt, led mange ydmykninger og til og med solgte seg selv som slave. Han måtte arbeide hardt og lenge for å tjene sitt daglige brød, men det lyktes ham til slutt å komme frem til den sanne lærer og be om å bli instruert.

Et ordtak sier at gode ting er kostelige. Med andre ord, hvis man ønsker å oppnå noe godt, ligger det mange hindringer i veien. Og dette fikk Sadaprarudita sanne. Han hadde ingen penger til å kjøpe røykelse for sin lærer. Han prøvde å finne arbeid, men kunne ikke finne noen som trengte ham. Det syntes som om en demon sto i veien hvor som helst han gikk. Veien til Opplysning er en vanskelig vei og man kan risikere å miste sitt liv.

Da han endelig satt foran sin lærer, fant han at han manglet papir til å notere på og noe å skrive med. Da kuttet han sin arm og skrev med blod på sin egen kropp. På denne måten lærte han den dyrebare sannhet.

9. Det var en gang en gutt som het Sudhana. Han tenkte også kun på å finne den sanne vei. Fra en fisker lærte han det som sjøen hadde å lære. Fra en lege lærte

han å ha medlidenhet med alle mennesker. Fra en rik mann lærte han at alle ting har sin verdi.

Fra en mediterende munk lærte han at et rent og fredfullt sinn har en mirakuløs kraft til å rense også andre folks sinn. En gang møtte han en uvanlig edel kvinne og ble imponert av hennes gode ånd. Fra henne lærte han at velgjørenhet var visdommens frukt. En gang møtte han en gammel vandrer som fortalte ham at for å følge den sanne vei var det nødvendig å klatre opp et fjell av sverd og gå gjennom ild.

På denne måten lærte Sudhana at hvis han var våken var det noe å lære fra alt som han så og hørte.

Han lærte at også en fattig, svak kvinne kan ha oppnådd Opplysning. Barna som lekte på gaten viste ham sann lykke. Fra noen snille og fordringsløse mennesker som ikke ønsket noe fra andre lærte han å leve i fred med hele verden.

Til og med i parfyme-laging og i blomster-dekorering finnes Buddhas lære. En dag hvilte han under et tre i en skog da han la merke til et ungt tre som vokste under et rottent tre, og han forsto livets forgjengelighet.

Sollyset om dagen og stjernene om natten var som forfriskende regn for den søkende Sudhana. Overalt hvor han gikk stilte han spørsmål og lyttet med et åpent sinn, og i mange ting fant han Buddhas lære.

De som søker Opplysning må tenke seg at deres sinn er slott som de må dekorere. De må åpne portene vidt for å la Buddha komme inn. Med respekt og ydmykhet skal de invitere Ham inn i det innerste rom, hvor de skal tilby Ham troens velluktende røykelse og lykkens og takknemlighetens blomster.

II

HANDLINGER

1. De som søker Opplysning må lære tre ting: Disiplin, rett konsentrasjon og visdom.

Hva er disiplin? Ethvert menneske, enten det søker Opplysning eller ikke, bør følge reglene for god atferd, kontrollere både legeme og sinn, vokte over de fem sansenes innganger, frykte den minste synd og kun strebe etter å gjøre godt.

Hva menes det med rett konsentrasjon? Det betyr å fjerne seg raskt fra griskhet og alt ondt og alltid bevare sin sinnsro.

Hva er visdom? Det er å forstå den firdelte sannhet: Lidelsen, dens årsaker, dens opphør og den edle sti som fører bort fra all lidelse. Visdom er å forstå til fullkommenhet disse sannheter.

De som oppriktig øver seg i disse tre ting kan med rette kalles Buddhas disipler.

Hvis et esel, som hverken likner på en ku eller har kuens horn og stemme, skulle slutte seg til en kuflokk og hevde at det også var en ku, ville noen tro det? Det er like tåpelig hvis en mann som ikke praktiserte læren skulle hevde at han var en av Buddhas disipler.

Før en bonde kan høste må han pløye jorden, plante, vanne og fjerne ugraset som vokser opp. Den som søker Opplysning må praktisere disse tre ting. Bonden

kan ikke håpe å se en knopp samme dag han plantet, se en plante neste dag og høste tredje dag. På samme måten kan en ikke håpe å fjerne alle verdslige begjær den første dag, alle lengsler neste dag og oppnå Opplysning tredje dag.

Og på samme måten som bonden etter at han har plantet må pleie og bekymre seg om planten i all slags vær, må søkeren etter Opplysning tålmodig praktisere disse tre ting, og så vil han til slutt finne sinnsro og kunne leve uforstyrret av begjær eller lengsler.

2. Det er vanskelig å følge veien som fører til Opplysning så lenge en lar seg besnære av luksus og alle slags nytelser. Det er en stor forskjell på å nyte denne verden og å nyte den sanne vei.

Som det allerede er blitt sagt, alle ting har sin opprinnelse i sinnet. Hvis sinnet tar glede i verdslige ting, vil lidelse uten tvil følge. Men hvis sinnet tar glede i den sanne vei, vil sikkert lykke følge.

Den som søker Opplysning må derfor alltid holde sitt sinn rent og tålmodig praktisere de tre ting. Den som

Oppnåelsens Vei

følger reglene for rett atferd, vil oppnå rett konsentrasjon. Den som har oppnådd rett konsentrasjon vil bli vis, og visdom fører til Opplysning.

Disse tre ting er den sanne vei til Opplysning. De som ikke praktiserer dem, vil alltid leve i en illusorisk verden. For å oppnå Opplysning må de ikke krangle med andre mennesker, men i stedet rolig meditere med et rent sinn.

3. Hvis vi analyserer disse tre ting, vil de vise oss den edle åttedelte sti, de fire synspunkter, de fire rette fremgangsmåter, de fem krefter og praktisering av seks ting.

Den edle åttedelte sti er rett erkjennelse, rett beslutning, rett tale, rett handling, rett vandel, rett streben, rett kontemplasjon og rett konsentrasjon.

Rett erkjennelse er å forstå til fullkommenhet den firdelte sannhet, å tro på loven om årsaksforhold og ikke la seg lure av utseende.

Rett beslutning er beslutningen om ikke å begjære ting, og heller ikke være grisk og vred eller gjøre skadelige ting.

Rett tale betyr at man ikke skal lyve, si intetsigende ting, baktale andre og være tvetunget.

Rett handling betyr at man ikke skal drepe, stjele eller bedrive hor.

Rett vandel er å frastå fra å gjøre skamfulle ting.

Rett streben er å gjøre sitt beste for å gå i den rette retning.

Rett kontemplasjon betyr å ha et rent og tankefullt sinn.

Rett konsentrasjon vil si at man har gode formål og søker visdom med et rolig sinn.

4. De fire synspunkter er:
 - a. Kroppen er uren og noe en ikke skal være knyttet til.

Oppnåelsens Vei

- b. Sansene er opprinnelsen til all lidelse, uansett om følelsene er behagelige eller ubehagelige.
- c. Sinnet er i stadig forandring.
- d. Alle ting har sine årsaker og betingelser og ingenting er uforgjengelig.

5. De fire rette framgangsmåter er:
- a. Å hindre at onde ting oppstår.
 - b. Å fjerne alle onde ting som har oppstått.
 - c. Å hjelpe gode ting til å oppstå.
 - d. Å hjelpe gode ting som har oppstått til å vokse.

6. De fem krefter er:
- a. Tro.
 - b. Viljen til anstrengelse.
 - c. Årvåkenhet.
 - d. Konsentrasjon.
 - e. Visdom.

Med disse fem krefter oppnås Opplysning.

7. For å kunne krysse fra den illusoriske verden over til Opplysningens bredde er det nødvendig å praktisere de følgende seks ting: Oftring, reglene, utholdenhet, streben, konsentrasjon og visdom.

Ofring hjelper en til å bli kvitt selviskhet. Det å følge reglene får en til å bry seg om andre. Utholdenhet hjelper en til å kontrollere et vredaktig sinn. Streben gjør slutt på dovenskap. Konsentrasjon hjelper en til å kontrollere et flakkende sinn. Visdom gir skarp og klar innsikt til et mørkt og forvirret sinn.

Det å ofre og følge reglene lager grunnmuren hvorpå et slott kan bygges. Utholdenhet og streben er veggene på slottet som beskytter mot all ytre fare. Konsentrasjon og visdom er våpnene en bruker for å forsvare seg mot livets og dødens angrep.

Hvis en kun gir når en tilfeldigvis møter en tigger, er det et offer, men ikke et sant offer. Et sant offer gis av et medlidende sinn uten anmodning, ikke av og til, men ofte.

Det er ikke et sant offer hvis en etterpå føler

beklagelse eller stolthet. En sann gave er gitt med glede, og giveren glemmer at han har gitt, han glemmer mottakeren og hva han har gitt.

Et sant offer kommer spontant fra et rent sinn full av medlidenhet, uten tanke på å få noe tilbake, men kun med ønske om at begge skal bli opplyst.

Det er syv slags offer som til og med fattige mennesker kan gjøre: Det første er det fysiske offer. Det vil si å arbeide. Det største offer en kan gjøre er å ofre sitt liv, noe som den følgende historie vil vise. Det andre er det åndelige offer. Det vil si å vise medlidenhet for andre. Det tredje er å ofre sine øyne. Det vil si å gi andre varme øyekast, som bringer ro. Det fjerde er et mildt ansiktsuttrykk. Det femte er det muntlige offer. Det vil si å snakke snille ord. Det sjette er setets offer. Det vil si å tilby andre sitt sete. Det syvende er husets offer. Det vil si å gi andre mennesker ly. Alle disse offer kan daglig praktiseres av alle.

8. Det var en gang en prins som het Sattva. En dag gikk han i skogen med sine to eldre brøyr for å leke. Der så de en utsultet huntiger som skulle til å spise sine egne unger.

Brødrene ble redde og løp hjem, men Sattva klatret opp en fjellskrent og derfra kastet seg ned foran tigreren for å redde tigerungene.

Prins Sattva gjorde dette helt spontant, og hadde kun denne tanke i hodet: „Denne kropp er foranderlig og forgiengelig. Jeg har elsket den uten tanke på å oppgi den, men nå fører jeg den til denne tigreren for å oppnå Opplysning.”

Med dette forsett ofret prinsen sitt legeme til den forsultne tigreren.

9. For å oppnå Opplysning må en strebe etter å oppnå fire sinnstilstander: Nestekjærlighet, medlidenhet, glede og sinnsro. Med nestekjærlighet blir en kvitt all griskhet, med medlidenhet blir en kvitt all vrede, glede tar bort all lidelse og sinnsro stopper all diskriminering mellom godt og ondt.

Stor nestekjærlighet gjør mange mennesker lykkelige. Stor medlidenhet tar bort sorg fra mange mennesker. Stor glede stimulerer andre til å bli muntre. Stor sinnsro gjør at en kan tenke upartisk om alle ting.

Vi må dyrke disse fire sinnstilstander og bli kvitt griskhet, vrede, lidelse og svingninger mellom kjærlighet og hat. Men det er like vanskelig å bli kvitt et urent sinn som det er å bli kvitt en god vakthund. Et rent sinn kan mistes like lett som et dådyr i skogen. Et urent sinn er like vanskelig å fjerne som bokstaver uthogd i sten, mens et rent sinn forsvinner like lett som bokstaver skrevet i vann. Det er virkelig meget vanskelig å følge den rette vei.

10. Det var en gang en ung mann som het Srona og som var født i en rik familie, men som hadde dårlig helse. Han var meget ivrig etter å oppnå Opplysning og kalte seg selv en tilhenger av Buddha. Han prøvde så hardt å følge den rette vei at føttene begynte å blø, men fremdeles nådde han ikke sitt mål.

Buddha følte medlidenhet for Srona og spurte ham: „Srona, har du noensinne spilt harpe? Du vet at den lager ingen god lyd hvis strengene er for stramme eller for slakke. Strengene må først justeres korrekt.”

„Det er det samme når du skal trene deg for å oppnå Opplysning. Du kan ikke nå ditt mål hvis du strammer eller løser for mye på ditt sinns strenger.”

Disse ord var til stor hjelp, og til slutt nådde Srona sitt mål.

11. Det var en gang en prins som var meget dyktig i bruken av fem våpen. En dag på veien hjem fra sine øvelser møtte han plutselig et uhyre som hadde en usårlig hud.

Uhyret stirret på prinsen en stund, men han ble ikke redd. Han skjøt en pil på det, men den falt ned uten å ha gjort noen skade. Så kastet han et spyd, men også dette kunne ikke gjennomtrenge uhyrets hud. Han brukte alle sine våpen, men til ingen nytte. Til slutt angrep han med hender og føtter, men uhyret grep ham og holdt ham fast. Han ramte hardt med hodet, men alt var forgjeves.

Da sa uhyret: „Det er nytteløst å gjøre motstand. Jeg skal sluke deg.”

Men prinsen lo og sa: „Du tror kanskje at jeg har brukt alle mine våpen og at jeg er hjelpeløs. Men jeg har et våpen til. Hvis du sluker meg skal jeg drepe deg fra innsiden av magen din.”

Uhyret ble imponert av prinsens mot og spurte: „Hvordan kan du greie det?” „Ved hjelp av Sannheten”, svarte Prinsen. Da slapp uhyret ham og ba om å bli instruert og fra den dag gjorde det aldri mer noe ondt.

12. Verden tar anstøt av skamløshet og alt for mye selvhevdelse, men skamfullhet beskytter den. En ydmyk person vil ha respekt for sine foreldre, lærere og høyerestående, og søsken vil respektere hverandres posisjon. Selvkritikk er en dyd fordi det frembringer ydmykhet.

Hvis et menneske angrer, vil dets synder forsvinne, men hvis det er uten anger, vil dets synder øke og fordømme det til evig tid.

Det er bare det menneske som lytter oppriktig til læren og som prøver å praktisere den som kan ha gagn av den. Den som bare lytter uten å praktisere vil aldri oppnå Opplysning.

Tro, beskjedenhet, ydmykhet, streben og visdom er verdens store kraftkilder. Av disse er visdom det viktigste, og de fire andre er sterkt avhengige av denne kraft.

Hvis en person lar seg lokke av verdslige ting, liker å delta i intetsigende prat og sover for mye, vil han fjerne seg fra den rette vei.

13. Av de som går på veien er det noen som vil komme frem til målet før andre. Derfor skal en ikke miste mot når en ser at andre er kommet frem.

En mann som praktiserer bueskyting vet at han ikke kan bli dyktig uten lang og tålmodig øvelse. En elv begynner som en liten bekk, men strømmer til slutt ut i det vide hav. For å oppnå Opplysning er det nødvendig å være utholdende.

Som sagt, hvis en er årvåken, vil en kunne se læren overalt, og derfor er anledningene til å oppnå Opplysning uendelige.

En mann som holdt på å brenne røykelse la merke til at den gode lukten hverken var eller ikke var, hverken kom eller gikk, og dermed oppnådde han Opplysning.

En manns fot ble stukket av en torn. Da han følte smerten, tenkte han at smerten kun var sinnets reaksjon og at hvis en ikke lykkes i å kontrollere sinnet, vil det bli et motbydelig begjær. Hvis en derimot lykkes i å kontrollere det, vil det bli rent. Takket være slike tanker oppnådde han snart Opplysning.

En grisk mann tenkte en dag over sin griskhet, og plutselig forsto han at griske tanker kun er spon som visdommen kan brenne opp. Også han oppnådde snart Opplysning.

Et gammelt ordtak sier: „Hold sinnet jevnt. Hvis sinnet er jevnt, vil hele verden bli jevn.” Det er mange som har oppnådd Opplysning etter at de har hørt disse ord og forstått at hver uregelmessighet har sin opprinnelse i et diskriminerende sinn. Veiene til Opplysning er i virkeligheten utallige.

III

TROENS VEI

1. Alle som tar sin tilflukt i de tre juveler, Buddha, Dharma og Samgha, kalles Buddhas disipler.

Buddhas disipler praktiserer reglene, tro, ofring og visdom for å kontrollere sinnet.

De fem reglene er: Ikke å drepe, stjele, bedrive hor, lyve eller drikke alkohol.

Buddhas disipler har sterk tro på Buddhas visdom. De prøver å bli kvitt all griskhet og selviskhet og de ofrer. De forstår årsaksforholdets lov, og er alltid klar over tingenes forgjengelighet.

Et tre som lener mot øst vil naturligvis falle mot øst. Like sikkert er det at dem som oppriktig tror på og følger Buddhas lære en dag skal bli gjenfødt i Buddhas rene land.

2. Vi har sagt at de som tar tilflukt i de tre juveler, Buddha, Dharma og Samgha er Buddhas disipler.

Buddha er en som har oppnådd fullkommen Opplysning og som velsigner og frelser andre mennesker. Dharma er Buddhas sanne lære, Samgha er munke-samfunnet.

Vi snakker om Buddha, Dharma og Munkesamfunnet som om de er tre forskjellige ting, men de er i virkeligheten det samme. Buddha åpenbarer seg i Dharma og virkeliggjøres av Munkesamfunnet.

Hvis en tror på Dharma og Munkesamfunnet betyr det at en også tror på Buddha. Hvis en tror på Buddha, vil en også tro på Dharma og Munkesamfunnet.

Derfor kan alle mennesker frelses hvis de tror på Buddha og de vil oppnå Opplysning. Buddha elsker alle som om de var Hans egne barn. Hvis derfor en betrakter Buddha på samme måte som et barn betrakter sine foreldre, vil en virkelig kunne se Buddha og bli frelst av Ham.

De som oppriktig tror vil alltid motta Buddhas lys og omgis av Hans vellukt.

3. Intet er til større gagn enn det å tro på Buddha. Selv det å tro på Buddha og fryde seg for en kort stund, er uforlignelig givende.

Derfor må en lytte til læren og fryde seg selv om en blir nødt til å gå gjennom denne verdens brann.

Det er nesten umulig å møte Buddha. Å møte en lærer som kan forklare Hans lære, er også vanskelig. Men det vanskeligste av alt, er å tro på Hans lære.

Men siden du nå har møtt en lærer som det er vanskelig å finne og har fått forklart det som er vanskelig å forstå, må du for ikke å miste denne fordel fryde deg i troen på Buddha.

4. Troen er den beste følgesvenn en kan ha på den lange reisen gjennom livet, og bedre mat eller større rikdom kan en aldri få.

Troen er handen som tar i mot læren, den rene hand som mottar alle dyder. Troen er også den ild som fortærer alle sinnets urenheter og samtidig lyser opp veien for dem som søker Opplysning.

Tro fjerner all griskhet, vrede og stolthet og gjør sinnet rikere. Med troens hjelp vil ens visdom vokse og ens atferd bli rett og ærlig. Tro gir en kraft til å møte alle vanskeligheter og motstå alle fristelser.

Oppnåelsens Vei

Tro oppmuntrer dem som har en lang og trettende vei å gå, og fører til Opplysning.

Tro får oss til å føle at vi er i Buddhas nærvær og at vi omfavnes av Ham. Tro mildner våre harde og selviske sinn og får oss til å føle medlidenhet med alle mennesker.

5. De troende vil finne Buddhas lære i alle ting og fryde seg. De vil forstå at alle ting har sine årsaker og betingelser og vil være i stand til å akseptere alt med tålmodighet.

Tro gir dem visdom til å forstå alle tings forgjengelighet og kraft til ikke å sørge eller bli overrasket over noe som skjer.

Troen har tre sider: Anger, fryd og akseptering.

Folk bør reflektere over disse tre sider, være sine egne urenheter bevisst og skamme seg over dem. De bør glede seg over og rose andre menneskers dyder og alltid ønske at de kan leve og handle med Buddha.

Det troende sinn er oppriktighetens sinn. Det er det dype sinn som fryder seg over å bli ledet til Buddhas rene land med Hans hjelp.

Overalt hvor Buddhas navn blir nevnt og hvor det er frydefull tro vil Buddhas makt åpenbare seg og lede de troende til Hans rene land, og Han vil beskytte dem mot alle farer.

6. Det Troende sinn er åpenbaringen av den Buddha-naturen som ligger på bunnen av sinnet. Det er fordi den som forstår Buddha er selv en Buddha, og den som tror på Buddha må nødvendigvis selv være en Buddha.

Det er vanskelig å finne denne Buddha-naturen, fordi den ligger dypt nedgravd i begjærenes sorpe. Bare et rent troende sinn kan få røttene til å vokse opp til en vakker blomst, men det er vanskelig å bevare et rent sinn midt i de rasende begjær.

Det sies at i en Eranda-skog er det bare det giftige Eranda-treet som kan vokse, og det velluktende Chandana-treet kan ikke vokse der. Det er et mirakel hvis et Chandana-tre skulle vokse der. Det er også et mirakel hvis troen på Buddha skulle vokse i et menneskes sinn.

Troen på Buddha kalles en „rotløs” tro. Det vil si at den ikke har røtter hvorfra den kan vokse i et menneskes sinn, men den har en rot hvorfra den kan vokse i Buddhas medlidende sinn.

7. Troen er veiens begynnelse. Troen leder og er dydenes mor. Men fordi folk tviler på fem ting, vil de forbli svake i troen.

1. Tvilen på Buddhas visdom.
2. Tvilen på lærens sannheter.
3. Tvilen på dem som preker Buddhas lære.
4. Tvilen på at veien fører til Opplysning.
5. Det finnes folk som er stolte og derfor tviler på at andre kan oppnå Opplysning.

Det er sannelig ingenting verre enn tvilen. Tvil skiller menneskene fra hverandre. Den forgifter vennskap og er en torn som irriterer og plager. Den er et drepende sverd.

For de troende er troen noe som ble plantet av Buddhas medlidenhet. Dette må en vite.

En skal også vite at Buddhas medlidenhet kan fordrive tvilens mørke og kaste troens lys inn i et menneskes sinn.

De troende fryder seg over at de kan få ta del i den tro som Buddha plantet for lenge, lenge siden.

Det er sannelig vanskelig å leve i denne verden. Det er vanskelig å forstå læren og enda vanskeligere er det å tro. Derfor må en gjøre sitt beste for å lytte til Buddhas lære.

IV

HELLIGE AFORISMER

1. Hvis du ikke kan glemme at noen baktalte deg, lo av deg eller slo deg, vil du aldri bli kvitt din harme.

Harme kan ikke fjernes med harme, men fjernes ved å glemme.

Hvis et tak er i forfall, vil regn lekke inn i huset. Griskhet kommer inn i sinn som ikke er under kontroll.

Dovenskap er en snarvei til døden, flid er selve livets vei. Tåpelige mennesker er late, vise mennesker er flittige.

En pile-fabrikant prøver å lage pilene rette, og en vis person prøver å bevare ett rett sinn.

Et vimset sinn hopper hit og dit og finner ingen fred. Et rolig sinn er lett å kontrollere og finner fred.

Det er hverken en venns eller en fiendes, men ens eget sinn som lokker en til å gjøre galt.

Den som kan beskytte sitt sinn mot griskhet, vrede og alle slage tåpeligheter vil oppnå sann og varig fred.

2. Det å ytre pene ord uten handling ligner en vakker blomst uten duft.

Blomstens duft flyr ikke mot vinden, men et godt menneskes vellukt flyr mot vinden og inn i verden.

For et menneske som ikke kan sove synes natten lang. For en trett reisende synes veien lang. Og for dem som ikke kjenner den rette lære er illusjonene mange.

En bør legge ut på en reise sammen med venner som er like kloke eller klokere enn en selv. Det er bedre å reise alene enn med en tåpe.

En bør frykte en uoppriktig og dårlig venn mer enn et rovdyr. Et rovdyr kan bare skade din kropp, men en dårlig venn vil skade ditt sinn.

Så lenge en mann ikke kan kontrollere sitt sinn, hvordan kan han føle noe tilfredsstillelse med å si: „Dette er min sønn” eller „Dette er min formue”? Et tåpelig menneske vil bare lide.

Det er bedre å være dum og være klar over det enn å være dum og tro at en er klok.

En skje kan ikke smake på maten den bærer. En tåpelig person kan heller ikke forstå en vismanns visdom.

Ny melk størkner ikke så hurtig, og onde handlinger viser ikke alltid resultat så snart, og de ligner på kull som ligger og ulmer og til slutt starter en stor brann.

Det er tåpelig å lengte etter profit, ære og forfremmelse. Slike lengsler kan bare bringe lidelse.

En god venn som peker ut feil og svakheter og som irrettesetter bør respekteres mer enn en som viser hvor skatter ligger skjult.

3. Et menneske som fryder seg over å høre læren vil sove fredfullt fordi dets sinn er rensset.

En tømrer vil prøve å lage bjelken rett, pilefabrikanten vil prøve å lage rette piler og grøftegraveren vil prøve å få vannet til å strømme jevnt. På samme vis prøver et vist menneske å kontrollere sitt sinn for å få det til å fungere rett og jevnt.

En stor klippe lar seg ikke forstyrre av vinden. En vis person lar seg ikke forstyrre av ros eller baktale.

Det å overvinne seg selv er en mye større seier enn en seier over ti tusen fiender på slagmarken.

Det er bedre å leve en dag og ha hørt læren enn å leve hundre år uten å ha hørt den.

Alle som elsker seg selv bør bestandig vokte seg mot alt ondt, og minst en gang, enten når de er unge, i middelalderen eller når de er gamle, bør de tro.

Verden står alltid i brann. Den brenner med griskhet, vrede og alle slags tåpeligheter. En bør flykte fra slike farer så hurtig som mulig.

Verden ligner på skum, på spindelvev og på en skitten krukke. En bør alltid bevare sinnets renhet.

4. Å unngå alt ondt, å søke det gode og å holde sinnet rent, dette er Buddhas lære.

Utholdenhet er en av de vanskeligste disipliner, men det er den utholdende som går av med seieren.

Når en føler harme, må en kvitte seg med den. Når en føler sorg, må en overkomme den. Når en er grisk, må en fjerne griskheten. For å leve et uselvisk liv bør en tenke at ikke noe av ens formue tilhører en selv.

Å være frisk er en stor fordel. Tilfredshet er den største formue. Det å ha tillit er vennskapets viktigste fordel. Å oppnå Opplysning er den største lykke.

De som føler at alt ondt er motbydelig, som føler seg fredfulle og fryder seg over læren, skal være uten frykt.

Føl deg hverken tiltrukket eller frastøtt av ting. Sympatier og antipatier forårsaker sorg, frykt og trelldom.

5. Rust lages av jern og ødelegger det. Det onde skapes av et menneskes sinn og ødelegger det.

Den hellige skrift samler snart støv hvis den ikke blir lest. Et hus som ikke blir reparert når det trengs vil bli skittent og forfalle. En lat person vil også snart bli fordervet.

Ukysk atferd vil besudle en kvinne, gjerrighet vil besudle et offer og dårlig atferd besudler ikke bare dette, men også det neste liv.

Den verste urenhet av alle er tåpelighetens. Et menneske kan ikke håpe på å bli ren før denne urenhet er fjernet.

Det er lett å leve et skamløst liv, å være frekk som kråken og såre andre uten tanke på deres følelser.

Det er vanskelig å være fordringsløs, å vise respekt, å bli kvitt alle lengsler, å være ren i tanke og handling og bli vis.

Det er lett å peke ut andre folks svakheter og feil, men vanskelig å innrømme sine egne. En kringkaster andre folks synder i alle retninger, men skjuler sine egne som en falskspiller skjuler sine ekstra terninger.

Fugler, røk og storm etterlater ingen spor i himmelen. En dårlig lære fører ikke til Opplysning. Ingenting er evigvarende, men et Opplyst sinn er uforstyrret.

6. På samme vis som en borg beskyttes best mulig både innvendig og utvendig, må også sinnet beskyttes mot indre og ytre farer og ikke for et øyeblikk kan en slippe av.

Enhver er sin egen herre og må lite på seg selv. Derfor gjelder det framfor alt å kontrollere seg selv.

For å kunne hogge bort alle verdslige bånd må en stoppe alt intetsigende prat og bli mer tankefull.

Solen gir oss dagslys, månen skinner om natten og ridderen skinner i sin rustning. Søkeren etter Opplysning stråler når han tenker i stillhet.

En som ikke er i stand til å vokte sine fem sanser, øyne, øre, nese, tunge og kropp, og som stadig lar seg friste av ytre ting, vil aldri oppnå Opplysning. Kun en som har sitt sinn under kontroll vil greie det.

7. En som påvirkes av sine sympatier og antipatier vil ha vanskeligheter med å forstå tingene som de er, men den som kvitter seg med disse vil se tingene i et nytt lys.

Lykke følger sorg, sorg følger lykke. Den som kan heve seg over både lykke og sorg, behageligheter og ubehageligheter, vil oppleve hva virkelig frihet er.

Å bekymre seg for fremtiden og savne det som er forbi ligner innhøstet halm som ligger og råtner.

Hemmeligheten med et sunt sinn i en sunn kropp er å la være å sørge over fortiden og bekymre seg over fremtiden, og å leve i nuet.

Dvel ikke ved fortiden, drøm ikke om fremtiden, men konsentrer deg om dette øyeblikket.

En bør ikke utsette til i morgen det en kan gjøre i dag. Gjør det du må gjøre så godt du kan og dagen vil ikke bli bortkastet.

Troen er menneskets beste venn og visdom er dets beste rettesnor. En må prøve å unngå uvitenhetens og lidelsens mørke og søke Opplysningens lys.

Hvis et menneske har både sinn og legeme under kontroll, bør det vise dette med handlinger og skal da få oppleve fred. Troen er et menneskes største formue, oppriktighet vil gi livet sødme og det å akkumulere mange dyder er den helligste plikt.

På reisen gjennom livet gir troen næring, dydene gir ly, visdom er denne verdens lys og rett tenkemåte gir beskyttelse om natten. Et menneske som har beseiret alle begjær og lever et rent liv kan aldri ødelegges. Dette menneske kan sannelig kalles et fritt menneske.

En bør glemme seg selv for familiens skyld, glemme sin familie for byens skyld, glemme sin by for landets skyld og glemme alt annet for Opplysningens skyld.

Alle ting er forgjengelige, alle ting oppstår og forgår. Det er ingen fred før en er hevet over livets og dødens smerter.