# De 6 Fuldstændige Færdigheder

(Sanskrit: Paramitas)

| | |
|---|---|
| **Gavmildhed** | *(dana)* |
| **etik** | *(shila)* |
| **tålmod** | *(kshanti)* |
| **iver** | *(virya)* |
| **meditation** | *(dhyana)* |
| **klarhedens vished** | *(pradjña)* |

*af Lama Tendar Olaf Høyer, december 2021*

De plejer at blive kaldt for *de 6 fuldkommen-gørelser*. Jeg foretrækker betegnelsen *fuldstændige færdigheder*, fordi det dermed er forklaret, at der både er noget, som er gjort *færdigt*, samt at man har opnået en *færdighed* ved det.

De 6 fuldstændige færdigheder eller *paramitas* på sanskrit, er særkendet på Bodhisatva'ernes Fartøj, både på Sutra og Tantra måden. Med sådanne *fuldstændige færdigheder* når man hurtigt Buddha-tilstanden, Nirvana, som karakteriseres ved *befrielse* for misforståelse, tilsløring og besættelse og *oplysning* af hele sit eget væsen og hele sin inkarnation. Ønsket om at gavne andre kan dog føre til flere inkarnationer i fremtiden, fordi et sådant ønske danner karma frø [sanskrit: *bidjas*].

De 6 fuldstændige færdigheder er udtryk for det overskud, som Bodhisatva'en føler og spreder om sig. De er også program for træningen i *Bodhicitta*, det lyse sind, som kendetegner Bodhisatva'en: klarhedens vished, erkendelse af *sunyata*, hjertets åbenhed, venskabelige kærlighed, sanskrit: *maitri*, og dybe medfølelse, sanskrit: *karuna*. *De 6 fuldstændige færdigheder* udvikles gradvis gennem de 10 såkaldte *bhumi'er* eller Bodhisatva trin. De første 5 fuldstændige færdigheder udtrykker *Upaya*, som betyder virksomme midler eller metoder, og den sjette paramita, *Pradjña* er klarhedens vished, som er en medfødt – skønt i reglen tilsløret – evne. Man finder ikke klarhedens vished uden virksomme midler, og man får ikke fuldstændig udvikling af de virksomme midler uden klarhedens vished.

Upayas betyder ikke blot, at metoderne for træning i Bodhicitta er virksomme, men også at den dygtige anvendelse af holdningerne og metoderne finder sted. Holdningerne sigter på at holde sind og hjerte åbne, fordomsfrie og rummelige. Metoderne fremmer sådan holdning og

beskytter den mod forfald. Når holdningernes og de dygtigt udførte metoders virkning på sindets og hjertets åbenhed erkendes, erfares og overvejes, får man et glimt af klarhedens vished, *pradjña*. Den slags begivenheder bliver med tiden til en stor samling af erfaringer karakteriseret ved både menneskelig godhed, dyder og gode menneskelige kvaliteter, som lagrer sig i vanerne, samt af personlig oplevelse af klarhedens vished. Det kaldes for de to samlinger.

Bodhisatva Mandjusri

1) **Gavmildhed** (sanskrit: *dana*) er beredvillig støtte og hjælp til andre uden onde hensigter eller virkninger med henblik på al mulig gavn for både én selv og andre. Det kaldes de 2 slags gavn. Ved gavmildhed gavner man andre direkte. Ved uselviskhed og åbenhed gavner man sig selv, fordi tilstanden virker befordrende på befrielsen.

2) **Etik** (sanskrit: *shila*), eller disciplin, er et velovervejet ønske og en aktiv indstilling til omverdenen, om at gavne andre om muligt, og ikke skade nogen med vilje eller overlæg.

3) **Tålmod** (sanskrit: *kshanti*) er at forhindre ondskab, både sin egen og andres ondskab mod andre. Det betyder ikke at finde sig i alt muligt, skønt det nogle gange betyder netop dét. Tålmodighed er naturligvis også at lade enhver udvikling få lov til at tage sin egen tid. Det gælder både modningen af den gode karma, samt erkendelsen af hvorvidt man kan nå sit mål med de midler man umiddelbart har til rådighed, eller om man er nødt til at vente på de rette omstændigheder og det rette tidspunkt. I den situation er tålmod udholdenhed. Men den generelle betydning er at undgå ondsind.

4) **Iver** (sanskrit: *virya*) eller dygtighed bruger den rette energi, men lader både sig selv og andre mere op. Iver er uden sløvhed eller ophidselse. Meningen med virya er vedholdenhed. Man kunne også kalde dette punkt for stædighed, men meningen er snarere stadighed eller en vedvarende indsats for at træne i Bodhicitta. Så det er noget med bevaring af energi i en længere varende indsats uden udsigt til hurtige resultater og modsætningen til modløshed og opgiven. Denne vedholdenhed er nødvendig under belastning fra klesha'erne, de lidenskabelige følelser, og i situationer med forhindringer. Så, giv ikke op. Opgiv tilknytning. Det åbne sind og hjerte uden fordomme, altså Bodhicitta, er den eneste psykologisk realistiske løsning på de lidenskabelige følelsers dominans, begrebernes tyranni, karma's tvang og sindets uvidenhed om sig selv, skt.: *avidya*. Iver er den bedste betegnelse for resultatet af træningen, som Bodhisatva'en besidder som en ressource i bestræbelserne på at gavne andre.

5) **Fuldstændig færdighed i meditation** (sanskrit: *dhyana*) er færdig udviklet evne og mesterskab i meditationernes opbyggende og fuldendende faser ved *sadhana* (visualiserings praksis) og / eller mesterskab i *shamatha* og *vipashyana* meditation (tibetansk: *shiné* og *lhagthong*, fred og indsigt). Dhyana er således som fagligt udtryk om mesterskab forskellig fra *bhavana* (tibetansk: *gom*), som betyder **træning** i meditation. Der er 4 slags stadigt dybere mesterskab i samadhi, de 4 dhyanas.

6) **Klarhedens vished** (sanskrit: *pradjña* – tibetansk: *sherab*) betyder fuld bevidsthed om den medfødte skarpe skelne-evne og følsomhed, som almindeligvis betegnes som sindets klarhedsnatur. Pradjña er en egenskab eller kvalitet ved sindets klarheds natur, som i reglen opdages under træningen. Pradjña betegnes også som *urfrisk evne til viden*. De fleste tror ikke, at de har evnen og er blandt andet derfor ubevidste om sindets medfødte, iboende, afklarede, skelnende og følsomme vished ved sin egen klarhed. *De 3 slør* (læs herom i artiklen: *Om Buddha 2*) forhindrer den umiddelbare oplevelse af Pradjña. De 3 slør fjernes af de 6 fuldstændige færdigheder.

Alle Buddha'ers mor, Pradjña-paramita

Klarhedens vished viser alt, som et menneske kan vide, vel at mærke ikke leksikon viden, men den *direkte erfaring*, sanskrit: *pratyaksha*, som man opnår, når intet længere *forhindrer* sindets iboende strålende klarhed. Artiklen *Om Buddha 1* forklarer dette ved de forskellige faser i oplysnings processen, som for Buddha Sakyamuni tog 12 timer i det hele.

Pradjña oversættes normalt med udtryk som klarhedens visdom, relativ visdom og medfødt visdom. Men pradjña er ikke visdom, men bevidstgørelse. Derfor bruger jeg udtrykket vished, gammelt dansk for bevidsthed. Visdom vil forhåbentlig komme efterhånden som du udvikler forståelse for andre mennesker, dyr, miljø og situationer. Men det er meget svært for egentlig visdom, hvis du ikke er bevidst om dit eget sinds formåen og begrænsning. (Læs mere i artiklen: Om opfattelsen.) Men der er altså opstået en tradition blandt oversættere, hvor man betegner pradjña som visdom.

Der findes et andet begreb for medfødt vished, nemlig visdomsindet (sanskrit: *djñana* - tibetansk: *yeshe*), som betegner lidenskabernes – eller de lidenskabelige følelsers – forvandling til visdomsind. Dette visdomsind er af intuitiv og emotionel karakter.

Pradjña, klarhedens vished, kan også betegnes som skelne-evnens vished, fordi sindets klarhed erkender forskelle og det forskelsløse. Sindets klarheds natur er simpelthen denne vished og omvendt.

Så pradjña betyder både noget medfødt og iboende i sindet – samt en opdagelse, som forandrer den enkeltes opfattelse af virkeligheden, når erkendelsen virkeligt sætter sig igennem. På denne måde er klarhedens vished et potetiale for de fleste, som de normalt ikke tænker noget særligt om – og en bevidstheds funktion for erkendte yogi'er.

Når man ikke længere er tilknyttet sine oplevelser, slipper man for en masse arbejde i sindet med al den sædvanlige tilknytning ved at kunne lide, ikke lide eller være ligeglad, Ved at skulle vende og dreje fortolkningerne og reaktionerne. I stedet afklarer sindet sig selv og viser sine intuitive evner og stor præcision i opfattelsen. Denne mulighed kan du komme til at opleve i glimt. Det er erfaring om sådanne glimt, som man kan samle på i forbindelse med de to samlinger. Den anden samling består af dyder.