

## Buddhadasa Bhikku: Lykke og begær i forhold til godt og ondt

*Den Nye Dialog nr. 91 (april 2003)*

---

*Buddhadasa er nu død, men var én af thailændernes ledende buddhister - altid kontroversiel og inspirerende*

### Kundskabens træ

Kristne, eller folk der har læst Bibelen, kender historien i begyndelsen af skabelsesberetningen om kundskabens træ, kundskaben om godt og ondt. Historien beretter om, hvorledes Gud forbød Adam og Eva at spise frugter af kundskabens træ. Gud advarede dem om, at de måtte dø, hvis de ikke adlød. Hvis man forstår meningen med denne historie, forstår man buddhismens kerne. Når der ikke er kundskab om godt og ondt, kan man ikke knytte sig til dem. Man er fri for *dukkha*. Når man kender til godt og ondt, knytter man sig til dem og må lide *dukkha*. Frugten af kundskabens træ er denne forbundethed (attachment) til godt og ondt. Dette forårsager *dukkha*, som er død, åndelig død.

Adams børn har ned gennem tiden båret denne byrde af kundskab om godt og ondt, byrden af selvet som binder sig til godt og ondt og lider den åndelige død. Vi identificerer tingene som gode, og binder os til dem. Vi identificerer tingene som onde, og tager afstand fra dem. Vi er fanget i verdens krav gennem vores dualistiske optagethed af godt og ondt. Det er denne død, Gud advarer imod. Vil du følge denne advarsel?

Hvad skal vi, der har arvet dette problem, gøre? At blive ved at søge at tilfredsstille vores begær (eng: hunger) efter „det bedste“ er simpelthen at fortsætte cyklusen af fødsel og død. Derfor er buddhismen ikke interesseret i *lokiya-sukha*, i god, bedre og bedst. Buddhistsens løsning er at være hævet over godt og ondt - at være tom.

Man må forstå, at „det bedste“ ikke er det højeste. Hvis man taler om Gud som det „højeste gode“, vil en buddhist ikke acceptere ordvalget. At sige at Gud er det højeste i universet, at han er summen af alt det gode eller er perfektionen af det gode, det er at begrænse Gud til det højeste i en dualistisk opfattelse. Buddhister kan ikke acceptere dette. Bibelens Gud sagde, at hvis vi kender godt og ondt, må vi dø.

Hvis man siger, at Gud - hvis man vælger at bruge det ord - er hinsides godt og ondt, så kan buddhister samtykke. I buddhismen er målet at transcendere både godt og ondt og realisere tomheden - at blive tømt for „jeg“, „mig“, „min“ og „mig selv“. Hvis vi ikke kender godt og ondt, kan vi ikke knytte os til dem, og der er ingen *dukkha*. Eller hvis vi kender godt og ondt, men ikke knytter os til dem, så er der heller ingen *dukkha*. Således er menneskets højeste mål hinsides det gode.

### Over og hinsides det gode

Hinsides det gode er der intet at begære og ingen til at begære. Begæret ophører. Jeget som begærer og alle dets ønsker forsvinder i tomheden - fraværet af selvet og sjælen. Tomheden er målet for udøvelsen af *Dhamma*, buddhismens lære. Det er vejen til at overskride de endeløse cykluser af begær og jordisk lykke. Det er det højeste, det endelige mål for buddhismen.

Det vigtigste i denne sag er, at det er umuligt at knytte sig til godt og ondt, når der ikke er kundskab om godt og ondt. Hvor der ikke er tilknytning, er der ingen *dukkha* og intet problem. Hvis vi mangler den visdom, *panna*, at vi ikke bør knytte os til godt og ondt, vil der være *dukkha*, som medfører alle livets problemer: begær, *dukkha* og død.

Har man en gang opnået kundskaben om godt og ondt, kan man ikke gå tilbage til uskyldens stadium, hvor forskellen på godt og ondt ikke kendes. Efter at denne kundskab er opnået, efter at frugten er spist, må man gå videre til den viden, at man ikke skal knytte sig til godt og ondt. Det er vores pligt og ansvar at lære dette. Man bør ikke knytte sig til godt og ondt, fordi de ikke er permanente.

Hvor der er den rette viden om godt og ondt, er der ingen tilknytning til dem. Og der er ingen død, som hos Adam og Eva før de spiste af frugten. Men vi har alle spist af frugten.

45 Kend godt og ondt så grundigt, at du aldrig knytter sig til dem. Det er kernen i buddhismen og essensen af kristendommen. Begge religioner lærer det samme, selvom de kan tolkes forskelligt. Hvis man forstår dette, har man nøglen til ægte lykke og frihed fra begær .

50 Hvis man klynger sig til „det gode“, så begærer man dette gode. Hvis man finder noget bedre, begærer man dette. Hvis man finder det bedste, begærer man det. Uanset hvor godt det bedste er, forårsager det begær. Dette begær fører uundgåeligt til *dukkha*. Uanset begærets art vil det bevirke *dukkha*. Begær efter materielle ting påvirker os på en grov måde, mens begær efter åndelige ting skader os på en måde, der er så fin, at den ikke kan ses. Hvis der er begær, er der *dukkha*. Livet vil blive besværet og forstyrret, og fuldkommen fred og lykke vil blive umuliggjort.

### Tomhed

55 Derfor lærer buddhismen tomhed, *sunyata* - tomheden for „jeg“ og „min“, der transcenderer det bedste. Hvis vi har viden om, hvad der står over det bedste, om tomheden som hverken er god eller ond, så er der ingen problemer. I *sunyata* er der intet begær. Selv det fineste begær forsvinder. Deri er *dukkha* slukket og sand åndelig fred er tilbage. Dette er endemålet. Så længe der er det mindste begær, forhindres opnåelsen af det endelige mål. Så snart al begær er udslukt og med det alle problemer og al *dukkha* så opnås ægte frigørelse. Frigørelse i buddhismen er frihed fra begær, og den kommer med virkeliggørelsen af *sunyata*, tomhed. Studér denne sag indtil dit liv er helt fri for begær.

### Naturligt begær og unødvendigt begær

65 Lad os endnu engang se på det, vi kalder „begær“. Der er to niveauer af begær. Først er der det fysiske, materielle begær, som er en naturlig livsproces. Kroppen føler instinktivt begær med hensyn til de naturlige behov: klæde, føde, husly osv. Den slags begær er intet problem. Den forårsager ikke *dukkha*. Men den anden slags begær er mentalt, „spirituelt begær“. Det er tænkningens begær skabt af forbundethed til det begærede. Fysisk begær forårsager ikke problemer. Selv dyr føler fysisk begær. Spirituelt begær, derimod, i forbindelse med uvidenhed, *avijja*, og forbundethed, *upadana*, ødelægger sindets kølighed og ro, den virkelige lykke og fred.

70 Menneskets problem er, at dets sind har udviklet sig ud over dyrestadiet. Dyrenes bevidsthed har ikke lært at ændre fysisk begær til mentalt begær. Dyrene forbinder sig ikke med deres instinktive begær, som vi gør, og derfor er de fri for *dukkha*. Menneskesindet er højere udviklet og lider under et højere udviklet begær .

75 Vi må skelne mellem disse to slags begær. Fysisk begær er uproblematisk. En dags arbejde kan tilfredsstille kroppens behov i flere dage. Man bør ikke lade fysisk begær udvikle sig til spirituelt begær ved at knytte sig til det som „mit begær“ eller „jeg begærer“. Det vil medføre *dukkha*.

80 Begær er udelukkende et mentalt problem. Det højtudviklede menneskesind udvikler begæret til mentalt begær, som resulterer i forbundethed. Selvom man måske er millionærer og har huset fuldt af konsumgoder og lommen fuld af penge, har man stadig et spirituelt begær. Jo mere man konsumerer, jo mere begærer man. Jo mere man søger at tilfredsstille mentalt begær, jo mere vil det forstyrre ens sind.

Hvordan skal man løse dette problem? Ifølge *dhmma* vil standsningen af begæret føre til fred i sindet, kølig lykke og frihed fra forstyrrelser.

85 Fysisk begær forstyrrer os ikke. Det er let at finde noget at spise, der stiller sulten. Spirituelt begær er en anden sag. Jo mere man spiser, jo mere sulten bliver man. Hvis intet derimod forstyrrer sindet, er det den sande lykke. Fravær af forstyrrelser er ægte lykke.

Alle plages af håb, ønsker og forventninger. Dette er spirituelt begær. Find en måde at standse disse forventninger og håb. Lev efter *sati-panna*, opmærksomhed og visdom. Lev ikke efter forventninger .

90 Sædvanligvis lærer man børn at være fulde af ønsker. Det er forkert, fordi man derved lærer dem at leve i spirituelt begær. Det plager dem og kan føre til fysisk smerte, sygdom og død. Det ville være bedre at lære børn at leve uden spirituelt begær. Lev med *sati-panna*, gør hvad der må gøres, men uden håb, uden drømme og forventninger. Håb er blot spirituelt begær. Lær børnene ikke at binde sig. Der er ingen lykke større end denne.

### Tre slags ensomhed

Lad os til sidst tale om fordelene ved begærets fravær. Lær flere pali-ord. Et meget vigtigt ord er *viveka*, som er den perfekte væren alene, fuldstændig ensomhed. *Viveka* har tre niveauer. Fysisk *viveka*, *kaya-viveka*, er, når intet forstyrrer det fysiske. Mental *viveka*, *citta-viveka*, er, når ingen følelser forstyrrer

100 sindet, når *citta* ikke besværes med seksuel lyst, had, frygt og kærlighed. Denne mentale *viveka* kan være tilstede selv i støjende omgivelser. Den er ikke afhængig af fysisk ensomhed. Det tredje niveau, spirituel *viveka*, er, når sindet ikke forstyrres af følelser eller tanker om forbundethed til „jeg“ og „min“, „sjæl“ eller „mig selv“. Hvis dette finder sted på alle tre niveauer, er man virkelig alene og fri.

105 Hvis man kun er fri for fysiske, men ikke for følelsesmæssige forstyrrelser, er man ikke i *viveka*. Mange mediterende fortrækker til skove og huler for at finde ensomhed, men hvis de bringer deres følelser med sig, finder de ikke, hvad de søger. De vil ikke finde den sande lykke. Selvom følelser ikke forstyrrer dem, men der er fornemmelse af „jeg“ og „min“, er man heller ikke i *viveka*. Hvis der ikke er nogen fornemmelse af „jeg“ og „min“, vil der ikke være hverken begær eller håb. Det er ensomhed. Sindet er fuldstændig alene. Det er denne lykke, der er buddhismens mål. Det er *vimutti*, frigørelse, på buddhismens højeste niveau. Buddhismens endemål, den højeste frigørelse, er ikke et sind, der blot er lykkeligt og roligt. Det sidste mål er total frigørelse fra al tilknytning, fra al klyngen sig til „jeg“ eller „min“.

110 Hvis man er i stand til at praktisere opmærksomhed med korrekt åndedræt gennem alle dets 16 stadier, så vil man opleve disse tre slags *viveka*. Så vil man opleve den lykke aldrig at blive plaget af begær igen. Men hvis man ikke synes om denne form for lykke, hvis man foretrækker lykken at opfylde begær og ønsker, så kan man ikke hjælpes af buddhismen, for den sigter mod at eliminere den slags lykke og glæde. Buddhismen søger *viveka*, som er uforstyrret af begær.

115 Dette må ikke misforstås. Hvis man ikke forstår buddhismens lykke, forventer man måske noget, buddhismen ikke kan yde, og man spilder blot sin tid. Men hvis man ønsker den lykke, der stammer fra ikke at have noget begær, så har buddhismen noget at tilbyde.

120 Du vil forhåbentlig have held i praktisering og udvikling af opmærksomhed med åndedrættet. Når du opnår dette, vil du modtage den ægte lykke født af det totale fravær af begær.