

GLÖMMER INTE

HANS HELIGHET JIGME PHUNTSOK RINPOCHE



TILL MINNE AV ATT DET HAR GÅTT TRETTON ÅR SEDAN
HANS HELIGHETS PARINIRVANA.

GLÖMMER INTE

hans helighet Jigme Phuntsok Rinpoche*

Till minne av att det har gått tretton år sedan
hans helighets parinirvana.

* Denna skrift sammanställdes ursprungligen på tibetanska år 2017 och översattes samma år till kinesiska av Khenpo Sodargye Rinpoche. Den svenska översättningen utgår från den kinesiska versionen och färdigställdes år 2020.

Förtroliga instruktioner för hela ditt liv.



Förord

Idag är det dag tre i tibetanska kalenderns magiska månad, denna dag år 1933 kom en verklig bodhisatva till människovärlden, på en önskan av medkänsla, driven av kärlek. Han är en tillflykt för varelserna i denna grumliga värld, vår ojämförliga, vänlighetens lama Dharmaraja Önskejuvel (hans helighet Jigme Phuntsok).

Den grupp som i år förberedde den trettonde dharmasammankomsten till minne av Dharmarajas parinirvana har sammanställt en minnesskrift bestående av nedteckningar från ljudupptagningar när vår lama vidareförde dharma, den har en väldigt ovanlig innebörd och betingelse. Hela texten består av tretton kapitel, för att uttrycka att det är tretton år sedan Dharmarajas parinirvana, och den utgörs av sammanlagt sjuttioett stycken, vilket representerar Dharmarajas sjuttioett år i den här världen.

De hankinesiska troende som deltog i dharmasammankomsten fick minnesskriften på tibetanska, men eftersom de lider

av att inte förstå vad texten betyder, och då jag av speciella orsaker just hade ställt in en föreläsningsturné i utlandet, så använde jag den tiden till att översätta minnesskriften till kinesiska. Jag hoppas att på det sättet låta många människor som inte träffade Dharmaraja knyta band genom dharma med den gamla mannen.

För att låta Dharmarajas ord lyfta från papperet och ge dig en känsla av att själv höra lamans röst har jag, med undantaget att jag har korrigerat en del undertitlar något, så långt möjligt låtit bli att polera språket och behållit Dharmarajas raka och okomplicerade sätt att uttrycka sig.

Det huvudsakliga när man följer en lama är faktiskt att lyssna noga på dennas instruktioner och agera i enlighet med dem. Trots att detta bara är en liten minnesskrift så är den därför väldigt värdefull för var och en av oss: kanske kan några ord i den få en ovärderlig inverkan på ditt liv som människa och din frigörelse. Varje mening av Dharmaraja ser ut att vara helt ordinär, men om man känner av dem noga så bär de på väldigt djupgående principer.

Den tibetanska minnesskriften hade titeln *Spridda instruktioner*.
För att påminna fler människor om att alltid hålla dessa
svåråtkomliga och sällsynta instruktioner i minne kallar jag
den här översättningen för *Glömmer inte*.

Må ni som har en förbindelse på detta sätt inte förvirras mer
och träda in på vägen till frigörelse.

Sodargye,
skrivet med respekt i Larung
den 1 mars 2017

Innehåll

Förord	iv
--------	----

Innehåll	vii
----------	-----

I. DET SPECIELLA MED DEN HELIGA PLATSEN LARUNG 2

1 En helig plats av kraft	3
2 En helig plats för förutsägelser	4
3 En helig plats som får uppvaknande att tillta	6
4 En helig plats som är obefläckad	7
5 En helig plats för frigörelse genom regnbågskroppen	8

II. ATT FÖRKLARA OCH LYSSNA TILL BUDDHA-DHARMA 10

6 Utveckla sinnet	11
-------------------	----

7	Agerande innan och efter att dharma vidareförs	13
8	Bodhicitta, källan till välfärd och lycka	17
9	Bodhicitta med outtömliga rötter av godhet	19
10	Bodhicitta som förstör gravt dålig karma	20
11	Bodhicitta som ökar rötter av godhet	21
12	Prata inte med varandra när dharma vidareförs	22
13	Meriterna av att lyssna till dharma på plats	23
14	Det är inte samma sak att lyssna var du än är	24
III. SUBTILA KARMAS DJUPA PRINCIPER		28
15	Bli tiggare om du inte har pengar	29
16	Använd donationer till det de avser	31
17	Ta inte ett öre av det du inte bör	33
18	Slå inte hundar	34
19	Utväxla dig själv mot andra	36

20 Vem det ger mest meriter att offra till	38
21 Tag emot det som tillhör dig	40
22 Att förtala ädla varelser är också att överge dharma	42
23 Att tala nedsättande om dharma är att överge dharma	44

IV. OPARTISKHET INFÖR OLIKA TRADITIONER 47

24 Harmoni mellan religioner	48
25 Olika traditioner skall sluta samman	49
26 Lägg vikt vid din egen tradition	52
27 Vidyadharatraditionens kraft	54
28 Bodhicitta från fem års ålder	56
29 Djupa dharma som inte får negligeras	57
30 Sorg över förstörda betingelser	58
31 Tröst från orädslans instruktioner	59
32 Den tibetanska buddhismens enhetlighet	61

33 Olika vägar med samma mål	63
------------------------------	----

V. LARUNGS UTVECKLING	66
------------------------------	-----------

34 Garudas banér vajar	67
------------------------	----

35 Tre stora jämlikheter	69
--------------------------	----

36 Fem stora aktiviteter	71
--------------------------	----

37 Utövning som passar ditt sinne	75
-----------------------------------	----

38 Låt människolivet få mening	77
--------------------------------	----

VI. DJUPA DHARMASAMMANKOMSTER	79
--------------------------------------	-----------

39 Hundratusen vidyadharor stora dharmasammankomst	80
--	----

40 Vajrasatva dharmasammankomst	84
---------------------------------	----

41 Kshitigarbha dharmasammankomst	86
-----------------------------------	----

42 Sukhavati stora dharmasammankomst	89
--------------------------------------	----

43 Amitayus dharmasammankomst	91
-------------------------------	----

VII. AVLÄGSNA MISSÖDEN I SPRIDANDET AV

DHARMA FÖR VARELSERS VÄL 94

44 Buddha-aktiviteter som avlägsnar en eras förfall 95

45 Buddha-aktiviteter som avlägsnar dåliga omständigheter 96

46 I liv efter liv 98

47 Stor lyckas vajradans 99

VIII. VAD DU SKALL TA TILL DIG, VAD DU SKALL

AVSTÅ 102

48 Får sangha samla materiella tillgångar? 103

49 En tulkus språk och beteende 105

50 Umgås mindre 108

51 Vem som är en god människa 110

52 Avlägsna dig dåliga vänner 112

53 Umgås med bra vänner 114

54 Tre nyckelord	115
------------------	-----

IX. BEGÅ INGA DÅLIGA HANDLINGAR	117
--	------------

55 Dödande öppnar helvetens portar	118
------------------------------------	-----

56 Sätt stopp för dåliga vanor	119
--------------------------------	-----

57 Jak-kor som är överlägsna din mamma	121
--	-----

58 Källa till lycka och frid i detta och framtida liv	123
---	-----

X. UTFÖR MÄNGDER GODA HANDLINGAR	125
---	------------

59 Meriter av att återge liv	126
------------------------------	-----

60 Meriter av att snurra på mantrahjul	127
--	-----

61 Meriter av att recitera	128
----------------------------	-----

62 Meriter av att offra lampor	130
--------------------------------	-----

XI. VÄRDERA VIDAREFÖRANDET AV KULTUR	132
---	------------

63 Bär tibetanska kläder	133
--------------------------	-----

64	Tibetaners utmärkta traditioner	135
65	Tidigare generationers ande - tal och skrift	137
66	Tibetanska språkets särdrag	138

XII. LÖFTE ATT LEDA ER MED EN FÖRBINDELSE 140

67	Sukhavatis meriter	141
68	Total koncentration	142
69	Vi föds i lyckans fält tillsammans	144

XIII. TESTAMENTE 147

70	Sista uppmaningen på dharmasammankomsten Suk- havati	148
71	Den sista instruktionen	151

I

DET SPECIELLA MED DEN HELIGA PLATSEN LARUNG

På den heliga platsen, berget Wutai,
mognade stödet från Manjushris uppvaknade sinne.
Jag ber vid Jigme Phuntsoks fötter:
ge mig ditt stöd så att din vishetsmenings förverkligande
överförs till mitt sinne!

1 En helig plats av kraft

När jag tänker på det är en plats så speciell som det buddhistiska institutet Larung extremt sällsynt.

Heruka Dudjom Lingpa var den verkliga vredgade Padma-sambhava som framträdde i världen, hans åtta söner var de verkliga förkropppslingarna av de åtta stora bodhisatvorna. Dessa söner, som alla var siddhor, om jag berättade om händelserna i deras liv skulle verkligen ni som inte tror att börja tro, och ni som redan tror skulle inte kunna hålla era tårar tillbaka. Samtidigt, bland Heruka Dudjom Lingpas direkta disciplar strömmade det även fram tretton stycken som förverkligade regnbågskroppen.

Den plats, som dessa siddhor gav kraft är här.

2 En helig plats för förutsägelser

När Heruka Dudjom Lingpa var omkring åtta, nio år gammal gav dharmapala rödsvarta Shenpa Raksha honom en pil gjord av hösttamarisk och sade: "Om du i ett framtida harens år sticker ned den här pilen i bergsdalen däruppe så kommer dina följare och disciplar samt ditt rykte att fullkomnas."

Senare, när Heruka Dudjom Lingpa vistades på Yangdrug, platsen där dakinier samlas, så förutsade dakinier ofta på samma sätt.

Heruka Dudjom Lingpa observerade därför betingelser och sade till dem vid sin sida: "Kan ni leta efter olika slags stenar idag och ta med dem till mig, ett tydligt meddelande om var jag skall bo i framtiden kommer att bero på det." Han fick sedan en sten som liknade ett öra till formen och sade att det bästa vore att bege sig till en plats som han inte har sett, bara hört talas om.

Senare förutsade beskyddaren av vajrayana-dharma, Ekajata: Om han bosätter sig i bergsdalen Larung Yarchen så kom-

mer hans direkta disciplar och de disciplar som för vidare traditionen att öka till fulländning.

Jag är inte säker på att det är den stenen, men förra året fann jag en öronformad sten i ruinerna av en byggnad där borta, det borde vara Heruka Dudjom Lingpas sten.

3 En helig plats som får uppvaknande att tillta

Just för att platser så speciella som den här är få har jag, från det jag har kunnat bestämma över mig själv, valt att den plats jag skall åldras och dö på är här. Om varseblivning och uppvaknande inte kan tillta, dharmaspridning och verksamheter för varelsers väl inte kan utföras här så garanterar jag att det är ännu svårare på andra platser. Just med tanke på det gav jag ett sådant löfte.

Ni som kommer till denna heliga plats skall också känna till dess ovanlighet. Precis som guru Padmasambhava sade: Att meditera ett år på en vanlig plats går inte upp mot att meditera en dag på en helig plats. Jämfört med kraften av att meditera i en vanlig grotta eller under ett vanligt träd i ett år så ger det större kraft att meditera en dag på en plats som Orgyens den andra buddhan, den lotusfödda guru Padmasambhava har givit kraft.

4 En helig plats som är obefläckad

Platsen Larung besudlades inte ens under perioden för Kinas demokratiska reformer eller kulturrevolutionen. Kort sagt är det här en obefläckad plats, det är en plats med kraft, det är en plats som har många förutsägelser.

När ni kommer till denna heliga plats, ägna er då inte längre åt larm och förströelser utan förmana er själva: "Gå inte tanklös, utöva ordentligt!"

5 En helig plats för frigörelse genom regnbågskroppen

Denna heliga plats är en plats där tretton personers förverkligande av regnbågskroppen har ägt rum, det är en plats där åtta barn till buddha (bodhisatvor) har fötts, det är en ren plats som aldrig har besudlats av det olycksbådande i brutna löften. Också när jag i framtiden inte längre finns skall ni bo här, det finns ingenting fel med det.

I framtiden skall ni inte glömma denna heliga plats eller mig, er gamla far.

II

ATT FÖRKLARA OCH

LYSSNA TILL

BUDDHADHARMA

Den stund ditt namn når mina öron
lyses allt mörker som under lång tid fanns i mitt sinne upp.
O, hjälte Manjushri, må ditt lyckosamma regn falla!

6 Utveckla sinnet

Som vår ledsagare buddha Shakyamuni som har stor medkänsla och metoder sade: "Lyssna uppmärksamt och lägg det på minne så skall jag förklara för dig." Så skall ni också anpassa ert sätt att vara när ni lyssnar och lyssna koncentrerat.

Det dharma ni skall lyssna till:

Nu skall vi, lama och följare, tänka djupt på: jag har redan en dyrbar människokropp som är svår att få; jag har redan mött en andlig lärare som det är svårt att möta; jag har kommit i kontakt med saddharma som det är än svårare att komma i kontakt med och saddharmas essens - vajrayana - har jag redan kommit i kontakt med. Då måste jag konkret utöva dess verkliga instruktioner nu, inte slösa bort en människokropp med friheter och fullkomligheter.

Anta att vi inte låter människokroppens friheter och fullkomligheter, den kropp som vi förlitar oss till nu, få verklig mening, då kommer vi drivas vidare av karmas vind genom framtida liv. Så snart vi föds på tre negativa ödens platser, då kan inte buddhor eller bodhisatvor rädda oss trots att de vill det och,

under inflytande av vår egen karmas kraft, kan vi inte ens höra orden "lyckligt öde". Så, nu i början, skall vi tämja vårt eget kontinuum genom fyra tankar som vänder sinnet från världen: sällsynta friheter och fullkomligheter, livets obeständighet, samsaras brister och karmas verklighet. Shantideva har sagt: "Det är ytterst svårt att få en människokropp med friheter och fullkomligheter. När jag nu har fått det kan jag ge människolivet behållning. Om jag inte gör det under detta liv, hur skulle jag få en sådan perfekt möjlighet i framtiden?"

7 Agerande innan och efter att dharma vidareförs

Meriterna av att förklara och lyssna till saddharma är ojämfröliga bland världsliga goda handlingar. Innan undervisningen börjar är det nödvändigt att uttrycka respekt för lama och yidam. Också inför olika slags prov, till exempel muntliga prov, är det bäst att först recitera några ord som uttrycker respekt.

Vanligen framgår klart den allmänna nödvändigheten av ord för respekt i förklaringar i många shastror. När det gäller mig specifikt: när jag skall förklara dharma faller jag ned för den ojämfröliga buddha Shakyamuni för att visa att jag är följare till Buddha och för att hålla i minne Buddhas godhet. Buddhas följare är många, för att visa att jag är discipel i traditionen från Orgyens den andra stora buddha, den lotusfödda, faller jag ned för guru Padmasambhava. Bland mängden av guru Padmasambhavas följare faller jag ned för allvetande lama Longchenpa för att visa att jag är följare till Longchenpa, den stora vidareförelaren av läran *Hemlig sinnesdroppe* (Longchen Nyíngtik). Också till Longchenpa finns många följare, bland dem allvetan-

de Mipham Rinpoche: för att visa att han är den enda yidam från vem insikt i den hemliga meningens vidareföring har smält samman med mitt kontinuum och djupa märg-instruktioners essens har skänkts mitt medvetande faller jag ned för lama Rinpoche.

Eller så kan man visa respekt utifrån stegvis överföring av kraft genom närhet: enda grundare av den buddhism vi har nu är den stora vänlighetens vägledare, buddha Shakyamuni. Den han förutsade och gav erkännande, den som huvudsakligen vidareförde hemliga meningens tradition är guru Padmasambhava. Den enda som guru Padmasambhava med gemål själva tog hand om och som förde vidare den hemligaste sinnesdroppe-läran är allvetande lama (Longchenpa). Viktigast bland dem som erhöll allvetande lama Longchenpas sinnesöverförda uppvaknande är lama Mipham Rinpoche. Allt i mitt kontinuum, inbegripet varje uns tro och varje uns medkänsla, kommer definitivt direkt eller indirekt från den utökande omständighet som är lama Mipham Rinpoches godhet. Av den anledningen är den stegvisa uppvaknandeöverföringen så.

Dessutom, det är väldigt viktigt att påminna om att utveckla sinnet (bodhicittotpada). Patrul Rinpoche har sagt: "De med hög nivå skall minnas bodhicittopada när de ger sig iväg hemifrån;

de med medelnivå skall minnas bodhicittopada när de hör dharmanäckans ljud; de med låg nivå skall utveckla sitt sinne så långt möjligt när de hör laman påminna om bodhicittopada.” När dharmalärare vidareför dharma skall de också påminna dem som lyssnar att utveckla sinnet, det är avgörande.

Med undantag för *Ädla åtta lyckosamma* och *Wang du* kommer våra reciteringar innan föreläsningar – *Bhadra cari pranidhanas sjugrenat offer* och *Sadhana för bodhisatvalöftena* - samt reciteringarna efter föreläsningar - den senare delen av *Bhadra cari pranidhana* - från Jigme Gyalwe Nyugus tradition. Ända sedan jag kom till den stilla platsen Changma Dzatod djupt i bergen för att studera har jag själv alltid följt denna tradition, vad för mindre eller omfattande dharma jag än har vidarefört. När ni reciterar skall ni inte utelämna någonting eller avbryta, med början från *Ädla åtta lyckosamma* till och med den senare delen av *Bhadra cari pranidhana*. Blott godhetsrötterna av dessa reciteringar före och efter en föreläsning är också ofattliga. Fastän den kärleksfullt medkännande Buddha förklarade ofattbara dörrar till dharma anpassade efter de oändliga variationerna i varelsers världar, grundförutsättningar, tro genom förståelse och intresse så förklaras det här sättet att utöva saddharma i princip med tanke på en del människor som har en normal eller lägre grad av vishet.

När det gäller utövare med högre grad av vishet - de som förlitar sig till den förunderliga praktiska metoden friden och lyckans väg bodhisatvayana för att nå friden och lyckans frukt: buddhas ort - är det enda detta dyrbara bodhicitta. Som det står i *Bodhicaryavatara*: "Som bland mörka moln i en svart natt en blixtnär är extremt ljus under ett ögonblick, så väcks tillfälligt tanken på att utöva godhet, genom Buddhas väldiga kraft, hos människor i världen."

8 Bodhicitta, källan till välfärd och lycka

Ett sådant dyrbart bodhicitta är källa till alla goda fenomen i samsara och nirvana, det är enda orsak till all välfärd och lycka. Med detta bodhicitta kan lidandet för alla varelser i de tre världarna restlöst stillas och alla goda resurser för välfärd och lycka med lätthet åstadkommas, det är den slutsats kärleksfullt medkännande buddhor och bodhisatvor har kommit fram till genom eoner av observationer och analyser: det finns överhuvudtaget inte något dharma vars egenskaper överträffar bodhicitta. Som Shantideva säger: "Buddhor tänkte djupt under många eoner och såg, att detta uppvaknandesinne är till störst hjälp. Omätliga varelser kan genom det med lätthet få överskridande lycka: det kommer släcka de tre existensernas alla lidanden och avlägsna kännande varelsers mängder oro; om du vill njuta av all slags lycka - ge aldrig upp bodhicitta."

Också om du bara utvecklar detta värdefulla bodhicitta i ditt eget kontinuum en enda gång så får du namnet "barn till buddha" - bodhisatva. Shantideva säger: "Om kännande varelser som

binds i fängelset av liv och död producerar ett ögonblicks bodhicitta så kan de den stunden få namnet 'barn till alla buddhor', världens människor och gudar faller i respekt ned för dem."

9 Bodhicitta med outtömliga rötter av godhet

Till exempel, godhetsrötter som inte omsluts av bodhicitta förintas av fyra orsaker som förstör godhetsrötter, som att inte göra tillägnan eller göra en felaktig tillägnan. Godhetsrötter som omsluts av bodhicitta däremot, om de så är mindre än minimala, gör att vi tillfälligt får ofattbar frid, lycka och välfärd som människor eller gudar och, innan vi når slutligt uppvaknande ökar godhetsrötterna ständigt, utan att förbrukas. Som det står i *Bodhicaryavatara*: "Övriga goda aktiviteter är som bananträd: när de har burit frukt förtvinar de. Trädet bodhicitta ger ständigt frukt, inte blott förstörs det inte, tvärtom tilltar dess blomstring."

10 Bodhicitta som förstör gravt dålig karma

Dessutom, även om man genast efter döden definitivt skulle ha upplevt (följderna av) fem anantarika-karma så renas de i princip restlöst om man har det dyrbara bodhicitta i sitt kontinuum. Även om lite (av den karman) skulle finnas kvar behöver man bara uppleva lidande i helvetet den korta tid det tar för ett garnnystan att studsas upp från marken. Precis som Shantideva säger: "Trots att någon har begått extremt grava brott kan skrällen avlägsnas av en hjälte. Om det finns någonting som snabbt kan befria, varför skulle inte den som räds begångna brott följa det? Bodhicitta är som elden vid en kalpas slut, på ett ögonblick kan det förstöra all tung negativitet. Den visa Maitreya undervisade Sudana om att behållningen av det sinnet är bortom begränsningar och mått."

Första kapitlet i *Bodhicaryavatara* beskriver enkelt och koncist bodhicittas egenskaper och behållning, medan dess detaljerade principer förklaras utförligt i *Avatamsaka sutra* genom mer än tvåhundra trettio liknelser. Det är nödvändigt att bilda sig en förståelse utifrån dessa texter.

11 Bodhicitta som ökar rötter av godhet

Dyrbart bodhicitta finns av två slag: bodhicitta som önskan och bodhicitta som handling. Det är viktigt att förstå skillnaderna i deras egenskaper och att ta emot bodhisatvalöfena i sitt kontinuum enligt en sadhana. Så snart sådant bodhicitta har utvecklats i ens kontinuum produceras godhetsrötter oavbrutet. Om den principen står det i *Bodhicaryavatara*: "Från den stunden (som någon har bodhicitta - uppvaknandesinne) produceras - även under sömn eller tanklöshet - goda egenskaper i en följd, i mängder som motsvarar den tomma rymden."

12 Prata inte med varandra när dharma vidareförs

Normalt, vare sig ni lyssnar på större eller mindre dharma, med undantag för extremt viktiga saker så får ni absolut inte luta era huvuden intill varandra och prata. Om ni gör det spiller ni på riktigt dharmakaya-buddhas blod, vilket är den värsta negativa karman bland fem anantarika-karma. Vill ni återfödas i negativa öden som avici-helvetet så kommer ni definitivt att göra det om ni, när man förklarar och lyssnar till buddhadharma, bryter dharmavidareföringen genom att prata. Men jag är rädd att ingen vill födas där.

Jag förmanar också upprepat dharmalärarna: från och med att *Ädla åtta lyckosamma* börjar reciteras ända tills tillägnansstrofen har avslutats är det bäst att inte prata. Om man verkligen inte klarar av det så skall man åtminstone inte småprata under det förlopp som dharma vidareförs och lyssnas till. Det behöver betonas regelbundet. Säger man det ofta kommer ni att minnas det naturligt.

13 Meriterna av att lyssna till dharma på plats

Inte heller ni som är åttio år skall känna er missmodiga inför att lyssna på dharma. Även om ni bara har fem, sex månader kvar att leva bör ni komma till den plats där dharma vidareförs för att lyssna.

Äldre människor, var inte lata! Om ni verkligen inte kan komma för att ni är allvarligt sjuka tillåter vi att ni lyssnar via radiomottagare, men förutom det får ni inte låta bli att komma hit bara för att det känns lite besvärligt.

Ni skall komma till föreläsningssalen personligen och lyssna på dharma. Buddha säger i många sutror: "Att offra sju ädelstenar till buddhor och bodhisatvor många som sandkornen i Ganges ger inte lika mycket meriter som att gå sju steg för buddhadharmas skull."

14 Det är inte samma sak att lyssna var du än är

Det finns de som tänker: "Jag lyssnar också här, härifrån kan jag också höra: det är samma sak oavsett var jag befinner mig."

Det är faktiskt inte alls samma sak. Som det står i *Jatakaberättelserna*: "Sitt på den lägsta platsen, på ett följsamt sätt, se på laman med glädje i blicken; som drack du ord av söt dagg, lyssna uppmärksamt på dharma. . . " Man skall sitta på en plats lägre än den plats där laman sitter, strikt vakta på hur man betar sig med kropp, språk och medvetande och leende se uppmärksamt på lamans vördade ansikte.

När det handlar om någon som jag kan ni naturligtvis lika gärna le som inte, eftersom jag har dålig syn, men, för att återgå till ämnet: om ni verkligen känner glädje inför er lama, med samstämmigt yttre och inre leende ser på laman med glädje och tro så är dess lycka verkligen ofattlig. Om ni så bara kommer och hälsar på laman en gång så är en sådan lycka också omätlig.

Det är faktiskt inte alls så att man inte behöver komma till

dharmasalen bara för att man kan höra från någon annan plats. Buddha Amitabha har ett oräkneligt antal följare, i en sutra står det: "Den här jordens partiklar går att räkna, men antalet medlemmar i den första gruppen av buddha Amitabhas följe är oräkneliga." Alla dessa följare hade dessutom fem slags klarsyn och sex övernaturliga förmågor och kunde därför lyssna till dharma på vilken plats de ville, men de begav sig alla fram till buddha Amitabhas säte för att se ansiktet på tillflykten Obegränsat ljus när de lyssnade på dharma. På samma sätt: varje gång vår lama, den kärleksfullt medkännande buddha Shakyamuni vred dharmas hjul kunde hans dharmaröst höras oräkneliga världar bort, men det räcker inte alls att bara höra rösten; också andra buddhor sände iväg bodhisatvor till buddha Shakyamunis säte för att hälsa och lyssna på dharma. Så ni behöver infinna er personligen för att lyssna på dharma.

Om det verkligen gäller gamla människor, i synnerhet icke-monastiska som är svårt sjuka, så brukar vi ge tillåtelse att lyssna på en direktsändning, men det är väldigt stor skillnad i meriter.

Även om ni bara är här (i Larung) under sex månader så skall ni närvara från början till slut varje gång ni lyssnar på dharma. Se efter om ni vet att man skall utveckla bodhicitta i början,

om ni vet att man i slutet skall recitera *Bhadra cari pranidhana* som tillägnan samtidigt som ens tankar följer textens innehåll. Också genom blott den praktiska metoden kan man få sig själv att inte längre behöva driva omkring i samsara.

III

SUBTILA KARMAŠ DJUPA

PRINCIPER

De med ädel personlighet och ren moral
som bedriver studier i det obefläckade prajna
är de lyckliga följarna till tre tiders buddhor
och kommer att vara mina sanna hjärtföljare.

15 Bli tiggare om du inte har pengar

När det handlar om pengar donerade till sangha så är det vanligen en väldigt besvärlig sak.

Buddha har sagt: "Dem, som utövar frigörelse och har disciplin ger jag tillåtelse; de, som inte håller (disciplinen) har inte tillåtelse (att ta emot) det minsta." Det betyder att någon som har disciplin och med det som grund får kontinuerligt att frigöras genom utövning kan få tillåtelse att åtnjuta de troendes donationer, men det är inte alla som är kvalificerade för det.

Även om man inte har egenskaperna ren disciplin och frigörelse så är det som folk säger: "Reciteringsmästarnas kunnande ligger i deras röst." När vi tar emot donationer från troende skall vi åtminstone på allvar göra en tillägnan genom att med vår mun recitera ur sutror.

Man behöver vara försiktig i dessa frågor, också när pengar för reciteringar delas upp. Det är för er skull som jag säger det här, för mig personligen saknar det betydelse.

Om du inte har deltagit i reciteringar men ändå tar en del av de troendes donationer, eller till och med tar två eller tre delar eller mer, så skapar du karma genom vilken du inte kan frigöras ur avici-helvetet på många stora eoner. Gör absolut inte så!

Om du inte har pengar så är det mycket bättre att tigga, än att göra så. På tal om tiggare så är nog Milarepa ledande på området. Det är normalt att en tiggare tigger, ingen säger någonting om det.

16 Använd donationer till det de avser

Om en välgörarens offer inbegriper icke-monastiska så är en del de icke-monastiskas, men om det gäller måltider och liknande för shramanera och bhiksu så är inte icke-monastiska kvalificerade att åtnjuta dem. Genom upprepade analyser och diskussioner har vi i princip kunnat avgöra den frågan så.

Jag hörde att de icke-monastiska på institutet reciterade sutror för några dagar sedan och fick lite pengar för det. Om de skulle ha delat upp pengarna mellan sig hade det inte blivit så mycket, därför lade de pengarna i fonden för att återge fiskar liv. Men, kan man göra så? Är det en god handling eller blir det dålig karma? Det kan bara Buddha och sangha bedöma, andra kan inte avgöra det.

I *Karmasataku sutra* står det: gåvor tas emot på sommaren men delas upp på vintern, gåvor tas emot på vintern men delas upp på sommaren; någonting avses att offras på en buddhabilds högra sida men offras på dess vänstra sida, någonting avses att offras på en buddhabilds vänstra sida men offras på dess högra

sida. På det sättet kommer också en bhiksu att uppleva lidande och inte kunna frigöras ens om hundratals, tusentals buddhor kommer till världen. Sådana exempel finns nedtecknade i *Karmasataka sutra* och andra sutror.

Därför har ni absolut inte rätt att göra så. Den som välgörare vill offra till måste gåvan också gå till. Om donationen avser sangha, dela ut den till sangha. Om donationen avser fonden för att återge varelser liv: "vi använder inte pengarna till att återge varelser liv utan låter sangha äta för dem" - jag är rädd att ingen resonlig människa skulle säga så.

Om det finns saker icke-monastiska inte kan bestämma om så måste en sangha på minst fyra bhiksu avgöra dem utifrån förnuft och på motiverade grunder, man kan inte bara lättvindigt säga "så här blir det bra, så här ger det behållning" eller liknande, som om man gjorde affärer.

17 Ta inte ett öre av det du inte bör

Oavsett vem ni är, om ni inte har deltagit i reciteringar skall ni inte ta emot av de troendes donationer: gör ni det så bryter ni mot rotlöftena.

För allt i världen, ta inte öppet emot eller stjäla i hemlighet av sanghas tillgångar. Bara om du är minst shramanera med ren disciplin och ordentligt deltar i kollektiva reciteringar så ger också Buddha tillåtelse att en del är din. Om du inte har reciterat får du inte ta emot av de troendes donationer, gör du det så faller du ned i vajra-helvetet efter det här livet.

Angående troendes donationer: det inte bara om man lättfärdigt åtnjuter dem själv utan också om man ger dem till andra som det är ett väldigt allvarligt brott. Men man behöver i förväg lägga undan den del som tillhör dem som är sjuka. Inte bara sjuka, personer som sköter om de sjuka kan på samma sätt ta emot en del. Förutom vid allvarliga tillstånd skall ni naturligtvis inte ha en massa människor vid er sida som tar hand om er, det är inte bra heller för er att avbryta dem att lyssna på dharma och få vidareföringar.

18 Slå inte hundar

Ni skall inte slå dessa boskap eller hemlösa hundar med stenar!

Jag sade det också förra året, ni kanske anser att mitt hjärta är för vekt, jag har ju en hjärtsjukdom och kanske är mitt hjärta vekt på grund av det, men jag förstår mig verkligen inte: när ni slår en hund är det i princip inte någon skillnad mot att slå mig med stenar.

Naturligtvis, det här är en plats för sangha att samlas på och inte alls en plats för hundar att samlas på, man bör inte ta med sig hundar till platser där dharma vidareförs. Om någon kan ta de hemlösa hundarna här till andra platser och ta hand om dem där så kommer sangha att recitera Avalokiteshvara mantra etthundramiljoner gånger för den, som tar med sig en hund.

För sangha att minska antalet hemlösa hundar innebär ändå stora svårigheter, så ni skall till att börja med inte skaffa hund eller mata hundar, men de hemlösa hundar som finns här nu skall ni inte slå!

Små barn tycker att den som slår hundar är en hjälte, i själva verket är det inte genom att utöva makt över en hund som man blir kallad för hjälte. Utifrån buddhismens högre standard är det den som har mod att förintar fienden de förstörande känslorna som kan kallas hjälte; enligt konventionen i världen kan den som förintar fienden kallas hjälte, vilket det också talas om i *Gesareposet* som ministern Shanpa sjöng. Därför önskar jag att ni inte skall slå dessa hundar mer!

19 Utväxla dig själv mot andra

Från och med nu, bara ni slår en hund så är det samma sak som att slå mig.

En del i sangha spelar hjältemodiga och slår på hundars kroppar med stora stenar, som regnskurar. Jag står verkligen inte ut med det. När jag säger det verkar det som att jag gör mig till, men när ni slår en hund där borta känner jag verkligen en skarp smärta i mitt hjärta. De är också mitt ansvar, jag ber er!

De icke-monastiska som kommer från nomadområdena kan vi inte kontrollera, de kommer att slå och det finns ingenting vi kan göra åt det. Varelserna i tre dåliga öden upplever ständigt smärta och lidande och vi står hjälplösa, men ingen i mitt följe, ingen som ser mig som sin lama får orsaka någon varelse skada, i synnerhet skall ni inte slå de gamla hundar som finns omkring oss, ni skall inte skada dessa varelser. Tack; jag ber er!

Ibland när jag tänker på det lidande som på grund av karmas kraft framträder hos varelserna i denna grumliga värld kan jag nästan inte sitta stilla, särskilt när jag ser det med egna ögon eller hör det med egna öron så är det ännu outhärdligare.

Tänk på varje boskapsdjur som kommer in i ett slakteri: det lidande de upplever på grund av sin karma är verkligen fasansfullt. Från det att de köps upp i nomadområdena tills de når sin destination är de hela tiden packade på lastbilar, deras överläpp och underläpp är sammanhäftade med järnspikar: det sägs att när de på det sättet inte kan idissla så magrar de inte. Och jag är rädd att när de kommer fram till slakteriet så skiljer sig inte de olika lidanden som de upplever där från lidanden i helveten, förutom att det pågår under kortare tid. Så snart jag tänker på dem kommer mina hjärtproblem tillbaka, men det hjälper dem inte på något sätt.

20 Vem det ger mest meriter att offra till

Dålig karma som har relation till buddha, dharma, sangha tre juveler är allvarligast av all dålig karma, dessutom uppstår dess följder i de flesta fall under innevarande liv. Om dess följder inte visar sig i innevarande liv så upplevs denna karma i påföljande liv: dess följder framträder ovillkorligen direkt efter döden. Och omvänt: offer till tre juveler, också väldigt små offer, bildar omfattande meriter.

Och särskilt, i jämförelse med buddha och buddhadharma är meriterna av att offra till juvelen sangha större, eftersom sangha-juvelen sammanfattar tre juveler.

Fastän det ger meriter av offrande om man offrar till buddha-bilder, sharira-stupor och så vidare, så ger det inte meriter av åtnjutande, medan offer till sangha-juvelen ger både meriter av offrande och meriter av åtnjutande. Om man så bara offrar ett väldigt litet kapital eller blott en tugga mat att äta så mognar i princip dess resultat under innevarande liv. Dessutom: det är inte alls så att följderna förbrukas genom att upplevas i

innevarande liv, de kommer hela tiden att bära frukt tills du blir buddha eller når uppvaknande.

Sangha-juvelen är ett fulländat fält för att ackumulera meriter. Om man har möjlighet att offra av sin egendom, om så bara väldigt lite, så ger också det meriter och behållning som man inte hade kunnat föreställa sig.

21 Tag emot det som tillhör dig

När finansavdelningen delar upp pengar för reciteringar måste de vara ytterst uppmärksamma. Jag har sett era regler för reciteringar och det verkar inte alls som att ni som reciterar har läst dem noga. Ni skall ändå läsa igenom dem ordentligt!

Om en del av er inte kan recitera länge så kan ni, som hängivet lyssnar till och reflekterar över buddhadharma, recitera kortfattat, också Buddha ger tillåtelse till det. Som det har sagts: "det räcker inte att offra tre världar". Det betyder att om man till någon som har ren disciplin och flitigt lyssnar till och tänker på dharma offrar egendomarna i tre världar, så är det inte mycket.

Vid kollektiva reciteringar skall ni delta med entusiasm. På senare tid har jag väl också sagt att ni inte skall ljuga när ni tar emot pengar för reciteringar, annars bryter ni mot rotlöftena på riktigt och det är att skapa fasansfull karma som leder till fall in i dåliga öden. För det första är det stöld av egendom, för det andra är det att använda sanghas tillgångar och för det tredje är det bedrägeri, vilket är väldigt skrämmande. Ni skall definitivt

vara försiktiga när det handlar om sanghas tillgångar. Du skall inte använda de troendes donationer hur som helst, förutom om du har ren disciplin och hängivet lyssnar och reflekterar.

Ibland stiger följande tanke upp i mitt sinne: en del människor äter svart egendom ett helt liv, det är verkligen ganska skrämmande. Bara man skapar dålig karma i relation till sangha så skapar man gravt negativ karma som definitivt leder bort från återfödelse i lyckans fält Sukhavati; jag vet inte om de kommer att falla ned i tre dåliga öden. Vi borde vara uppmärksamma på dessa frågor medan vi lever, för vi vet inte när den så kallade obeständighet som är döden kommer att infinna sig. Unga eller gamla, det är inte säkert vem som dör först; också yttre dödsorsaker är oberäkneliga.

Vad är det då för dharma som är till nytta inför döden? Det är tro, medkänsla och att utöva Stora fullkomningen (Dzogchen), de kan göra att du sedan inte behöver driva omkring i tre existensers samsara: det finns ingenting bättre än det. Ni skall lägga ned ansträngning på att utöva hängivet. Oavsett vem du är, utöva dessa dharma med hela ditt sinne och all din kraft.

22 Att förtala ädla varelser är också att överge dharma

Om man begår brottet att överge dharma har man definitivt ingen möjlighet att frigöras, det är någonting man skall vara särskilt försiktig med.

Vad är då brottet att överge dharma? Också att tala nedsättande om bodhisatvor är brottet att överge dharma. Vi vet överhuvudtaget inte var bodhisatvor egentligen befinner sig, därför skall vi vara aktsamma med alla. Bland monastiska buddhister finns bodhisatvor och bland icke-monastiska buddhister, vi kan inte ens veta att det inte skulle finnas bodhisatvor bland djuren.

Till exempel, det var en gång en person som begav sig till berget Wutai. Bodhisatva Manjushri bad honom att ta med ett brev till Dashi. I brevet stod: "Mahabodhisatva Dashi, Ni har fulländat verkat för varelsers väl i denna skepnad, bege Er nu till Abhirati, det rena fältet i öst." När denna person kom till en by i området omkring Chengdu och frågade runt så fanns det överhuvudtaget inte någon människa där, som hette Dashi. Till sist sade någon att deras familj hade en gris som hette Dashi

och som de planerade att slakta följande dag. Den där personen tänkte att vi inte vet var bodhisatvor finns, så han lade brevet framför grisen. Grisen sprättade upp brevet med sitt tryne och dog efter att ha läst det.

Sådana bodhisatvor finns bland alla slags fåglar och däggdjur. När bodhisatvor utvecklar önskningar tänker de också "må jag bli fågel, däggdjur, tiggare i städer". De utvecklar också önskningar om att återfödas som någon som hyllas, någon som förtalas, någon som är sjuk eller någon som förklarar dharma, och så vidare. Till och med bland prostituerade och slaktare finns det många bodhisatvor.

Från en strikt ståndpunkt får man därför inte ge någon varelse öknamn eller påtala fel, annars blir det orsak till brottet att överge dharma, vilket är väldigt farligt.

23 Att tala nedsättande om dharma är att överge dharma

Att anse att djupa dharma inte är saddharma, att utveckla fel syn på saddharma och tala nedsättande om det, båda är karman att överge dharma.

Till exempel, när vi som lyssnar och reflekterar med ett sinne av begär till det egna och hat mot det andra säger att de nya traditionernas ståndpunkter inte är resonliga, eller säger att Kagyupas ståndpunkter inte är resonliga, att Jonangpas ståndpunkter inte är resonliga och så vidare för att bevara traditionen, så är allt det brottet att överge dharma.

Människor som säger så är vanligtvis inte många bland icke-monastiska män och kvinnor i Tibet, de finns bland de monastiska. Tidigare, när det var osämja mellan sangha inom den äldre traditionen och sangha från de nyare traditionerna drogs dock icke-monastiska under dem med och bröt ofta mot att inte överge dharma. Man får därför inte smutskasta saddharmas traditioner.

I vår tid finns det väldigt många äkta tertton och falska tertton, äkta siddhor och falska siddhor. Vanliga människor kan inte skilja de äkta från de falska, därför bör man varken bekräfta eller förneka utan behålla en neutral attityd. Som det står i *Mahayanasutralamkara*: "Medvetandets brist är att det är felaktigt i sig; det är irrationellt när det riktar sig mot irrationell materia och naturligtvis inför fenomen på vilka man kan tvivla, så en neutral attityd är dygd utan fel."

IV

OPARTISKHET INFÖR OLIKA TRADITIONER

Om du frågar vad grundläggande mänsklig godhet är,
så är det att ha rena avsikter och ingen svekfullhet,
en positiv, stabil och trogen personlighet
med generositet och vishet.

24 Harmoni mellan religioner

I den här världen finns fyra stora religioner: hinduism, kristendom, islam och buddhism; mindre religioner är oräkneliga. Om konflikter och stridigheter utbryter inom och mellan alla religioner så innebär det med visshet en enorm katastrof för levande varelser, därför skall religioner samexistera i harmoni och undvika paranoida strider.

25 Olika traditioner skall sluta samman

I synnerhet i snölandet Tibet finns åtta stora utövningstraditioner och tio stora undervisningstraditioner. Alla dessa traditioners lära har en och samma rot-lama: buddha Shakyamuni. De olika traditionerna skall därför sluta sig samman i harmoni och hålla ren disciplin.

Huvudsakligen är det sangha som inte blint skall favorisera sin egen tradition, de skall inte heller av begär eller hat säga saker som "vi är den nya traditionen, ni är den gamla traditionen, ni är Bon, vi är Kagyu", annars begår de brottet att överge dharma och återföds i dåliga öden. Vi skall inte ha fel syn på något dharma; vi skall med respektfull och uppriktig tro utöva den yidam som vi själva har en förbindelse med. Med stöd i vänligheten hos vissa enastående mästare som upprätthåller läran har snöernas land förändrats nu och motsättningar mellan olika traditioner har minskat, men de har fortfarande inte utrotats helt: olika traditioner skall därför inte oavbrutet strida sinsemellan.

Om vi med samlade ansträngningar kan vara om så bara till

lite nytta för buddhismen och kan få den att bli ännu renare, än mer fulländad, så tror jag att ingenting vore bättre än det.

Att vara till nytta för buddhismen avser att verka för varelsers väl. Att som vissa personer tidigare har gjort, tillbakavisa eller ge stöd utifrån begär och hat, lägga vikt vid att skydda sin egen tradition och motbevisa andra traditioner, det går absolut inte. Sådan attraktion alternativt aversion gentemot olika traditioner är definitivt orsak till återfödelse i dåliga öden.

Särskilt när det gäller vajrayana, där är det ett brott mot det sjätte rot-löftet. Som det sägs i en tantra: "Att tala illa om sin egen eller andra traditioners dharma, nummer sex." Tidigare mästare sade också: "Inte bara att tala illa om den korrekta vägen - buddhism, som shravakor och pratyekabuddhor, vilka har anträtt vägen, eller den stora vägens mahayanatraditioner och så vidare - också att tala illa om icke-buddhister som söker vägen bryter mot det sjätte rot-löftet."

I synnerhet inom bodhisatvalöftena är detta brottet att överge dharma. Människor som vill återfödas i lyckans rena fält Sukhavati måste vara försiktiga, det finns ingen karma som är allvarligare än brottet att överge dharma.

Dessutom, att tala illa om och med grovt språk upprepat attac-

keras mästare, som har saddharma i sitt kontinuum och uppbär läran, så att brister uppstår där de inte finns eller goda egenskaper som ursprungligen finns uttraderas, det är också brottet att överge dharma.

26 Lägg vikt vid din egen tradition

Som buddhist, oavsett vilken tradition man studerar skall man ha en solid förståelse av sin egen tradition, man skall ha en stabil tro på det dharma man har förbindelse med och den yidam man har förbindelse med. Naturligtvis räcker det inte att bara ha en tro, man måste också utöva under lång tid. När det gäller ens egen tradition, vare sig det handlar om hur man använder den teori man studerar, de sadhana och mantra man reciterar eller vägens olika stadier samt de mörginstruktioner man utövar, så skall man kunna den utan och innan.

Om du har tid kan du också studera och utforska andra traditioner, men tyngdpunkten skall läggas på den egna traditionen. Precis som lama Mipham Rinpoche sade, att han kände det som en extremt stor ära att ha återfötts i guru Padmasambhavas lära det här livet: han hade en särskild tro på den egna traditionen. Jag föddes under Nyingmapas lära det här livet och lägger det mesta av min energi på att utöva och sprida min egen tradition, med det som fundament studerar och sprider jag sedan olika

andra traditioner utan partiskhet.

Varken monastiska eller icke-monastiska buddhister skall planlöst resa omkring hela tiden för att besöka tempel och framstående personer, så uppnås till sist ingenting utan det är bara ett rent slöseri med den värdefulla tiden. Var och en skall så långt möjligt utöva sin egen tradition med uthållighet och på djupet, det är nog den viktigaste stora saken i livet som människa.

27 Vidyadharatraditionens kraft

Normalt är buddhors och bodhisatvors medkänsla opartisk, men genom att de utvecklade sitt sinne och sina önskningar på olika sätt under det stadie när de ännu tränade, så ger det starkare stöd om vi ber till guru Padmasambhava en gång, än om vi under eoner tillber andra buddhor. Dessutom är lotuslamans (guru Padmasambhava) väldiga kraft att undanröja katastrofer i form av de yttre elementen jord, vatten, eld, vind och så vidare särskilt utmärkande, vilket också beskrivs i *Le'u dünma*.

Ni skall definitivt i djup känsla be till guru Padmasambhava med intensiv tro och uppriktig respekt, avgörande är en stabil tro utan tvivel. I snöernas land är den enda fulländade lama som vi kan sägas ha starkast förbindelse med den andra stora buddhan: guru Padmasambhava.

Vad gäller mig själv återföddes jag det här livet i de tidiga översättningarnas, vidyadharatraditionens lära och kom dessutom i kontakt med det klara ljuset vajragarbhas dharmapincip, jag anser själv att tre vidareföringars vidyadharalamors stöd har smält in i mitt sinneskontinuum och att jag har fått ödet att

resonligt och obesvärat besitta Stora fullkomningens dharmamening, sammanfattningsvis är detta Orgyens den andra stora buddhans och andra vidareförandelamors vänlighet, i synnerhet lama Mipham Rinpoches gåva av vänlighet. Så om man skall få stöd genom mig skall man följa dessa muntliga instruktioner från Mipham Rinpoche; inte heller när det gäller avgörande frågor mellan olika traditioner så kan man tillbakavisa Mipham Rinpoches ståndpunkter ens indirekt, annars blockeras stödets ingång.

För mig, så ökar min tro, min medkänsla och varseblivning av uppvaknande när jag ser blott fyra rader av hans ord och jag kan med lätthet förstå de svåra ställena i alla texter, ett sådant tillstånd dröjer sig ständigt kvar i mitt sinne under sju, åtta dagar. Jag hoppas därför att ni också uppriktigt och innerligt ber så.

28 Bodhicitta från fem års ålder

Generellt har jag en ojämförlig tro på de tidiga översättningarnas vidyadharatradition, i synnerhet på lama Mipham Rinpoche.

Från det att jag var fyra, fem år identifierade jag lama Mipham Rinpoche som min slutliga tillflyktsort, jag bad till denna person som till en yidam och min innerliga, respektfulla tro har aldrig mattats. Jag har hela tiden ansett att han och tillflykten bodhisatva Manjushri inte bara är samma substans, det finns inte heller någon skillnad i deras utseende.

Att säga att jag hade en sådan tro redan när jag var tre år är lite för tidigt, men jag hade det definitivt när jag var fem. Jag minns en gång när jag var i min fars famn, jag bekräftade då att lama Mipham Rinpoche är min buddha-familjs överhuvud, det är också från den stunden som ofalskt bodhicitta utvecklades i mitt kontinuum.

29 Djupa dharma som inte får negligeras

Nu, mitt i den era när förståelsen är grumlig blir tron hos utövare med ytlig god karma alltid desto svagare, ju djupare dharmat är. Om du tycker att du inte behöver följa en lama med mörginstruktioner från vidyadharatraditionen på ett resonligt sätt, utan bara genom att ytligt ha lyssnat lite, ytligt ha förstått lite och behärskar hur man använder sig av debattekniker enkelt kan nå insikt i djupa dharma, då är det ett helt felaktigt sätt att tänka.

Som lama Mipham Rinpoche säger: "Trots hundra år av koncentrerat tänkande, om du saknar orsaken till mognad: övning i tidigare liv, så når du ändå inte insikt med stor vishet och extrem hängivenhet." Så noviser som just har börjat lyssna och tänka, ringakta inte djupa dharma.

30 Sorg över förstörda betingelser

Jag trodde från början att jag hade en karmisk förbindelse som skulle göra att jag obesvärat kunde avtäcka Orgyens guru Padmasambhavas värdefulla arv: arton slags terma - de djupa hemliga sinnesterna och de omfattande jordterna; under det här livet borde jag egentligen också ha öppnat dörren till djupa terma för att avlägsna den här grumliga världens förfall och i stor skala spridit dharma för levande varelsers väl och förverkligat guru Padmasambhavas sinnes önskan. Om jag en dag, bland dakini och vidyadhara som samlas i lotusskenets palats på lyckosamhetens berg tar emot buddhafader och buddhamoder guru Padmasambhavas leende blickar och ansikten som färgas av glädje: med brahmaröst skänker de tröst och jag åtnjuter på riktigt de hemliga, djupa, praktiska metodernas väg, vishetens frigörelseväg och Stora fullkomningens dharma och har ett öde jämlikt med guru Padmasambhavas - så bra det vore!

Men då de flesta betingelser har förstörts slöts dörren till dessa djupa terma. Huvudsakligen är det betingelserna för att öppna upp tretton stora terma som har förstörts av människor, vilket orsakar att ingenting av det kan förverkligas enligt önskan. Jag känner djup sorg över det.

31 Tröst från orädslans instruktioner

Redan när jag var liten tänkte jag: lamorna från de tidiga översättningarnas vidyadharatradition har tagit hand om mig med sin järnkrok av stor medkänsla och stöd, det sinnesöverförda uppvaknandets kraft har smält samman med mitt sinne och mitt eget kontinuum besitter på ett riktigt sätt Stora fullkomningens dharmamening, jag kommer absolut att förverkliga uppnåelserna *regnbågskroppen* och *en kropp av klart ljus*.

Men nu, eftersom det olycksaliga i disciplars brutna löften har kontaminerat min illusoriska kropp så, även om kroppen inte blir större, kommer den inte heller att krympa efter mitt parinirvana. Skulle den så bli större behöver ni inte ha tvivel, utveckla inte en felaktig förståelse. Om ni oavslåttligt håller fast vid er dharmautövning så kommer det inte vara till någon skada för er.

Bara ni har en tro där ni ser tre vänligheters lama som en verklig buddha, så långt möjligt håller disciplinerna pratimoksha och samaya på ett riktigt sätt, oförtröttligt utövar Stora

fullkomningen-dharma och utvecklar önskan att återfödas i lyckans fält Sukhavati så kommer ni, från och med då, med nödvändighet och utan tvivel att kunna åstadkomma välfärd för er själva och alla andra varelser.

32 Den tibetanska buddhismens enhetlighet

Tidigare hade de visa inom Sakyapa, Gelukpa, Kagyupa och Nyingmapa väldigt spännande debatter sinsemellan, men vissa av oss känner inte till dess nödvändighet utan anser att deras olika ståndpunkter är varandra helt motstridiga. Om någon menar att de är diametrala motsatser, som yttre och inre, så är det att överge dharma och leder till omkringdrivande i gränslösa, dåliga öden.

För att säga som det är: allt buddhadharma i snöernas land Tibet är mahayana. Om man talar om madhyamaka, då instämmer alla utan undantag med prasangika, ingen säger "jag hör till svatantrika". Angående den tantriska läran så utövar alla genomgående anuttara yoga tantra. Så det är extremt viktigt att känna till att det inte finns någon motsättning mellan olika traditioner.

Panchen lama har sagt: "Om alla buddhistiska traditioner sluter sig samman skulle det vara en insats för buddhismen i stort samt för folkets kultur." Inom vår egen dharmaåder skall vi

därför inte inskränkt säga saker som "jag tillhör den äldre traditionen, du tillhör en nyare tradition" eller håna varandra, utveckla avundsjuka och skapa dålig karma av begär och hat, annars förstör det oss själva.

Jag säger det uppriktigt och menar det: det finns ingen skillnad i kvalitet mellan våra olika buddhistiska traditioner, samtidigt finns det inte heller ett uns av motsättning. Om du tycker att det finns motsättningar så är det du som inte förstår.

33 Olika vägar med samma mål

Det finns en del skillnader mellan Gelukpa, Sakyapa, Nyingmapa, och så vidare, när det handlar om hur man vidareför och förklarar dharma samt i hur man använder dharmabegrepp. Till exempel säger de nyare traditionerna att buddhastadiet behöver ett sinne, utan sinne blir buddhastadiet för evigt ett fenomen utan medvetande, det skulle innebära många sådana och andra fel. Nyingmapa och Sakyapa däremot säger att buddhastadiet saknar sinne och uttalar många synpunkter (till stöd för det). Men allting som de säger har i slutlig mening samma avsikt.

Vad är då anledningen? Oavsett Sakyapa, Gelukpa eller Nyingmapa så skulle ingen säga "vårt dualistiskt framträdande sinne med subjekt och objekt och sinnets sekundära tillstånd och begrepp som finns i vårt kontinuum nu finns också i buddhastadiet", utan alla traditioner skulle säga "en buddhas natur: vishet, tio förmågor, fyra slags icke-skräck, alla dessa fenomen finns med nödvändighet och kan korrekt inses utan att sammanblandas". Därför är det bara en skillnad mellan ett konventionellt uttryckssätt och visa personers särskilda förklaringsätt, den avgörande betydelsen är egentligen densamma.

Betraktat på riktigt, i slutgiltig mening, så skiljer inte ett ord i det alla de med stor vishet från Sakyapa, Gelukpa, Nyingmapa, Kagyupa, Drukpa, Dakpa och så vidare säger, när de förklarar dharma. Om du kan förstå det så inser du att det inte finns några motsättningar mellan de olika traditionerna.

V

LARUNGS UTVECKLING

Om man skulle fråga vad ren moral är
så, som det konstateras i *Kangyur* och *Tengyur*, är det
att som sina ögon skydda alla råd om vad man skall ta till
sig och vad man skall avstå.

Fastän det är svårt i dessa mörka tider,
var noga med att inte begå några mentala brott
som skulle hindra dig från att leva upp till de löften
som förklaras
inom de separata systemen pratimoksha, bodhisatvayana
och vajrayana.

34 Garudas banér vajar

Jag gör en sammanfattning nu: detta vårt Larung buddhistiska universitet har gjort olika slags stora aktiviteter under tjugooett år. Som jag redogjorde igår, 1980, det vill säga tionde dagen i apans månad i apans år enligt den tibetanska kalendern kom jag till Larung och upprättade först detta buddhistiska institut.

Med början 1985, för att återuppliva buddhismen och ge varelser ojämförlig glädje och lycka, har jag använt ganska lång tid till att genomföra en serie viktiga saker, som att omorganisera buddhismen.

1987, det vill säga eldharens år, början av den sjuttonde cykeln i den tibetanska kalenderns sextioårscykel, reste vi, lama och följare, till den heliga plats där den stora, ädla bodhisatva Manjushri vistas - berget Wutai - och utvecklade överlägset bodhicitta.

Vi anstränger oss hela tiden för att leda den här världens varelser till lyckans fält Sukhavati.

Senare, för att kontrollera de demoner och fiender som utgör fara för buddhismen och stör varelsers lycka har vi, lama och följare, genomlevt svårigheter av alla slag. Efter att ha gått igenom prövningar uppnådde vi en total seger. Garudabanéret, tecknet för seger i alla riktningar vajar nu på hela planetens varje del, det vajar just nu.

35 Tre stora jämlikheter

Den första: jämlik position. Här finns det absolut ingen skillnad i sittplatsernas höjd för den sangha som är fast boende, de sangha-medlemmar som just har anlänt samma dag eller de främsta khenpoer och tulkuer. Vid ceremonier för att återupprätta löften och rena löftesbrott skedde placeringen tidigare efter hur lång tid någon hade varit ansluten till sangha, men eftersom sangha är så stor nu arrangeras det inte så: allas position är likadan.

Den andra: jämlika sysslor. Vad för stort eller litet arbete det än handlar om här så är det samma sak för guldbergslika khenpoer och tulkuer med överlägsen vishet, ren disciplin och god karaktär som för manliga och kvinnliga sangha-medlemmar som just har anlänt samma dag: alla deltar på samma villkor utan att det görs någon som helst skillnad.

Den tredje: jämlik inkomst. På en del tempel fanns tidigare följande tradition: även om lamor, khenpoer och så vidare inte hade deltagit i kollektiva reciteringar erhöll de ändå en del av donationerna, eller till och med två eller tre delar, vilket är helt oresonligt.

Sedan buddhistiska institutet i Larung grundades har jag själv inte tagit hand om ett öre av inkomsterna från sanghas reciteringar. Så ni skall noga läsa *Vinayagamottara*. Oavsett vad ni har för ställning, också stora khenpoer och stora tulkuer: om ni har deltagit i buddha-aktiviteter för de troende, acceptera er del av donationerna; om ni inte har deltagit får ni absolut inte obetänksamt ta emot någonting, annars begår ni ett stort fel genom sanghas tillgångar.

36 Fem stora aktiviteter

Nu (1988) är det drakens år, det är som att dess dövande dån förebådar en vidsträckt spridning av gott rykte. I denna lyckobådande tid skall vi börja utöva magnetiserande aktiviteter.

Larung buddhistiska universitet är uppdelat i fyra institut: Lama-institutet, Jomo-institutet, Hankinesiska institutet och Institutet för icke-monastiska. Aktiviteterna på alla dessa fyra institut är magnetiserande aktiviteter. Också i framtiden skall Larung buddhistiska universitet lägga kraft på att utöva magnetiserande aktiviteter: genom dem kan både buddhadharma och världsliga dharma realiseras.

Angående magnetiserande aktiviteter, vad för aktiviteter är det egentligen man behöver göra?

Första stora aktiviteten. Till exempel, en flock fåglar som landar på en gren kan inte vistas där länge. På samma sätt, vi som har samlats här kommer inte att ha likvärdiga möjligheter att vara kvar i den här världen länge. Gör därför inte långsiktiga planer som helt saknar mening för det här väldigt korta människolivet. Bryt med negativitet och utöva godhet, gör åtminstone en del

nedfallningar, cirkuleringar, samla meriter och rena karmiska blockeringar, utveckla bodhicitta och hänge er sedan fokuserat åt ansträngningar i utövande av dharma i utvecklingsstadiet och fullkomningsstadiet, och så vidare.

Andra stora aktiviteten. Att känna attraktion eller aversion inför olika traditioner är en säker orsak till fall ned i dåliga öden, det är också att begå brottet att överge dharma, i synnerhet är det brott mot sjätte rotlöftet inom vajrayana. Tio riktningars sangha, alla läror och traditioner skall därför sluta samman i harmoni, hålla rena löften: bär respektfullt över era huvuden den yidam ni har förbindelse med och känn inte hat mot andra traditioner, utan visualisera ett rent sinne.

Tredje stora aktiviteten. I den här världen nu, från mellan länder och mellan folkgrupper till mellan familjer uppstår konflikter upprepat, triggade av begär och hat: ni skall vara uppmärksamma på det. För att förverkliga världsfred skall ni med all kraft stoppa och stilla alla slags krig mellan länder, folkgrupper och familjer, och skapa en harmonisk, lugn värld.

Fjärde stora aktiviteten. Känn inte avundsjuka mot dem som är överlägsna er, jämför er inte eller konkurrera med dem som är på samma nivå som ni, förringa inte eller förolämpa dem

som är underlägsna er, utan sträva intensivt efter att ha ett gott hjärta och agera för andras väl.

Femte stora aktiviteten. Om troende i tio riktningar med vårt Larung buddhistiska universitet i spetsen tillsammans utövar magnetiserande aktiviteter så är det någonting väldigt bra: alla aktiviteter kan inbegripas i magnetiserande aktiviteter. Genom denna magnetiserande aktivitet skall vi genomföra den stora aktiviteten dharmaspridning för varelsers väl, från nu ända tills den tomma rymden har uttömts. I denna egenskap, för att alla skall återfödas tillsammans i lyckans land Sukhavati, skall vi utöva med än större hängivenhet.

Om det bland er finns de som lovar att recitera *Wang du* (välsignelses stora moln, den bön som magnetiserar allt som framträder och som existerar) så kan ni komma och registrera er idag.

Från och med nu skall vi utöva magnetiserande aktiviteter. Vi, lama och följare, utvecklar tillsammans önskan: "I framtiden, när jag har mött buddha Amitabha, fått förutsägelse om uppvaknande, fulländat stora önskningar, gjort varelser mogna och det rena fältet har uppnått slutgiltighet verkar jag för varelsers väl ända tills den tomma rymden har uttömts."

Dessa fem stora aktiviteter, lägg dem på minne. De är inte

bara instruktioner för den monastiska sangha, också för er icke-monastiska är det min slutgiltiga instruktion.

Om man sammanfattar dessa fem punkter blir det: Strid inte mellan olika skolor eller traditioner. Var inte partisk mot olika nationer eller etniska grupper. Verka för alla varelsers välfärd och lycka. Det är Larung buddhistiska universitets rena aktiviteter. Rista in det i ditt sinne.

Det här som jag har sagt behöver inte hållas hemligt, det skall föras vidare och delas med andra: de som gör så är mina arvtagare.

37 Utövning som passar ditt sinne

Det som samlas sprids vid sin gräns. Vi lama och följare är nära tiotusen nu, alla dessa människor är som blommor på hösten: det är oklart hur länge vi blir kvar. En del kommer snart att ge sig av, andra kommer att stanna tillsammans ännu några år, men en dag kommer ingen av oss som är i Larung nu att finnas kvar här utan alla har gett sig iväg mot nästa liv. När vi dör finns inte ett ord, förutom saddharma, som är till nytta: utöva därför saddharma.

Naturligtvis, buddhistiska sutror är omfattande, dess ädla läror många, dess kunskaper utan gräns medan människors liv i denna grumliga värld är kort, yttre omständigheter hotar det gång på gång och negativa omständigheter skenar vilt, därför är det väldigt svårt att praktiskt utöva alla dharma. Du måste därför grundligt och konkret utöva det dharma som passar ditt eget sinneskontinuum.

Som det står i *Segersång*: de på högre nivå utövar det klara ljusets Stora fullkomningens väg och når fram till frukten regnbågskroppen-dharmakaya; de på medelnivå utövar bod-

hisatvavägens alla förråd av dharma, går stegvis igenom fem vägar och tio stadier för att nå fram till buddhastatus; de på lägre nivå håller ren disciplin triggat av avsägelse och frigör sig från samsaras allt lidande.

38 Låt människolivet få mening

Ni med en förbindelse, håll en slags disciplin ren som grund och utöva bara dharmat det klara ljusets Stora fullkomningen. Detta dharma är frigörelse genom att se, frigörelse genom att höra och frigörelse genom beröring, ni som har en förbindelse från tidigare liv kommer att framvisa frukten korrekt, likvärdigt uppvaknande, även om ni inte har kunnat utöva under det här livet. Därför skall ni göra allt för att etablera en god förbindelse med ett så överlägset dharma.

När vi har alla slags passande omständigheter får vi inte bedra oss själva. Om vi, när vi dör, i vårt sinne kan ha tanken "oavsett om det har handlat om att utöva goda dharma i stor omfattning eller goda dharma så små att de inte är värda att nämna, så har jag i det här livet gjort allt som har stått i min makt", då visar det att livet som människa var meningsfullt. Den saken måste ni hålla i minne.

VI

**DJUPA DHARMASAMMAN-
KOMSTER**

Om man frågade vad fläckfri prajna är,
så är det att ta emot korrekta instruktioner
och varje dag fortsätta med studier, reflektion
och meditation.

Det leder snabbt till uppvaknande.

39 Hundratusen vidyadharor stora dharmasammankomst

Den viktigaste orsaken till att dharmasammankomsten Hundratusen vidyadharor hålls är, att enligt förutsägelser som "därefter tar vidyadharor emot och upprätthåller" i rot-tantran *Dra tal-gyur* når hundratusen följare tillsammans fram till vidyadharors område, om man genomför dharmasammankomsten Hundratusen vidyadharor.

Egentligen hade betingelserna för den möjligheten redan infunnit sig, men eftersom den goda karman hos de varelser som skulle ha tämjts är för grund nu, samt att demoners hindrande kraft är stark, har betingelserna inte kunnat fulländas helt: huvudsakligen är det betingelserna för att öppna porten till tretton stora terma som har förstörts. Trots det, tack vare omsorgen från människor på alla nivåer i snöernas land och framför allt de buddhistiska mästare som upprätthåller läran - genom att de har utfört buddha-aktiviteter i stor omfattning, som att recitera, be och utveckla önskningar - finns nu tillfälle att genomföra den stora dharmasammankomsten Hundratusen vidyadharor. Vid

dharmasammankomsten den här gången har det konstaterats att mer än trettioåttatusen sangha-medlemmar deltar i egen person, om man lägger till mängden vidyadharor med och utan form blir det sammanlagt hundratusen, vilket är någonting värt att glädjas över.

Utövningen av magnetiserande aktiviteter enligt sadhanan *Den djupa praktiken Avalokiteshvaras nio yidam* genomförs endast med tanke på att sprida buddhadharma och ge kännande varelser välfärd och lycka, i hela den här världen och i synnerhet i snöernas land, Tibet.

Mer specifikt: när det handlar om hur länge Larungs buddhadharma finns i världen så kommer det att finnas kvar omkring trehundra år, enligt antaganden utifrån Lerab Lingpas och Dudjom Lingpas förutsägelser. Fastän det finns många buddha-aktiviteter man kan utföra för den saken så är det djupa utövandet av magnetiserande aktiviteter under Hundratusen vidyadharor stora dharmasammankomst den mest huvudsakliga. Om denna dharmasammankomst kan hållas utan avbrott och i enlighet med sina krav också i framtiden, då kommer buddhadharma att blomstra på detta buddhistiska institut i mer än tre generationer efter det att jag inte längre finns kvar. Om buddhadharma kan finnas i världen eller inte bestäms

huvudsakligen av denna dharmasammankomst, därför skall ni lägga vikt vid den och aktivt delta.

Nu, i Tibet där buddhadharma blomstrar, uppstår också en del nedslående saker: våldsamma negativa handlingar av icke-buddhister från perifera platser som i direkt strid med buddhismen, som inte skadar, predikar läror som skadar - de slaktar varelser i hundratusental. När jag tänker på det är det som att helvetet har kommit till människovärlden på riktigt.

Förra året reste jag till de flesta områdena i fyra floders och sex åsars Dokham, huvudsakligen talade jag i Mastod, Golog och på andra platser, med tonvikt på att vi inte skall döda. Men en del välmenande människor sade till mig: "Prata inte om det där, det utgör en fara för ditt liv."

Ursprungligen är buddhismen en religion som inte skadar andra varelser. Buddha säger också: "Den som skadar andra är inte shramana." Men nu har det gått så långt att man skall behöva tvivla också på det och inte vågar tala sanning. Hur skulle jag ha hjärta att bara låta det bero, stå bredvid och se det ske? Av den anledningen är det ännu nödvändigare att utöva magnetiserande aktiviteter.

Det finns omkring etthundraåttiotvå länder i världen nu men

nästan ingenstans blomstrar buddhadharma så, som i snöernas land Tibet. Om man tänker på det ur en viss aspekt, så har vi ännu inte nått en situation där det saknas en fars omsorg och en mors kärlek, där ingenting finns att hålla sig till eller luta sig mot. Om man utför aktiviteter för att sprida dharma och verka för varelsers väl så är inte heller det alls dömt att misslyckas. I framtiden skall ni seriöst utföra konkreta aktiviteter.

Jag avger också ett löfte inför alla er: från nu tills den tomma rymden har tömts skall jag inte tveka att sprida dharma för varelsers väl, ens om jag skulle ge upp min kropp och mitt liv. Jag ber också att ni skall tillgodose med omständigheter som är till hjälp för att genomföra stora aktiviteter för dharmaspridning och varelsers välfärd enligt mitt sätt att tänka.

40 Vajrasatva

dharmasammankomst

Anledningen till att dharmasammankomsten Vajrasatva hålls är att den mest överlägsna metoden att motverka all fallandekarma som vi har samlat sedan liv bortom början, i synnerhet alla löftesbrott (dålig karma från brutna samaya), är Vajrasatvas sexstaviga mantra. I *Vajrapani vrede-tantra* står det: om man reciterar detta mantra hundratusen gånger kan också brott mot rotlöften renas. Därav följer att även brottet att överge dharma och anantarika-karma, vilka båda hindrar återfödelse i lyckans fält Sukhavati, kan renas i det här livet.

Så det är väldigt viktigt, inte bara för monastiska buddhister, utan även för icke-monastiska troende män och kvinnor. I tantran står det att mantrat skall reciteras etthundratusen gånger men, som det sägs, "antalet reciteringar i en fulländad kalpa skall ökas med fyra i en tid av stridigheter" och därför behöver man recitera det fyrahundratusen gånger nu.

När ni reciterar mantrat, artikulera tydligt och recitera med en-riktad koncentration på objektet (för utövningen). Ni på

en högre nivå, recitera som ni vilar i utvecklingsstadiets och fullkomningsstadiets tillstånd; som minimum, recitera med fyra motkrafter. Om man reciterar mantrat på det sättet så renas restlöst alla naturliga överträdelser mot karma och brott mot pratimoksha, bodhisatvalöften och vajrayanas löften samt brottet att överge dharma, anantarika-karma och karmiska blockeringar av att ha använt de troendes donationer, och så vidare.

Denna dharmasammankomsts sponsorer är *Vajra demontämjar-kontinenten* eller *International Dharma Study Association*. Anledningen till att donationerna kommer från dem är att många hankinesiska troende deltar, dessutom är klimatet lagom varmt vid den tiden (på året då sammankomsten hålls). Och särskilt är det för att det i epilogen till den djupa terma jag tog fram i (sjön) Yutse, *Vajrasatvasadhana*, står: detta dharma är lätt att förverkliga om det utövas i närheten av platsen för dess terma, dess aktiviteter för varelsers väl sträcker sig huvudsakligen över Hankina. Så jag tänker att det ger större behållning att uppmana troende i Hankina att recitera Vajrasatva mantra, än att utöva andra dharmadörrar.

41 Kshitigarbha

dharmasammankomst

Den lyckosamma tid som min och andras rotlama buddha Shakyamuni först vred dharmas hjul håller vårt institut denna Kshitigarbha dharmasammankomst, som också kallas Hundramiljonersutövning av *Bhadra cari pranidhana*. Huvudsakligen utövas Kshitigarbhadharma. Hundramiljonersutövningen av *Bhadra cari pranidhana* förekommer under alla de fyra stora dharmasammankomsterna.

Kshitigarbha dharmasammankomst och Vajrasatva dharmasammankomst är i princip ämnade för icke-monastiska buddhister. Kshitigarbha dharmasammankomst är specifikt utformad för att ge rik skörd och uppfylla önskningar: att med det syftet be till bodhisatva Manjushri, bodhisatva Samantabhadra, bodhisatva Maitreya, bodhisatva Avalokiteshvara och så vidare under flera eoner ger inte lika stor behållning, som att under ett kort ögonblick be till bodhisatva Kshitigarbha - det förklaras i *Lov till Kshitigarbha*. Och den som säger det är ingen annan, än den stora medkänslans Shakyabuddha.

Ur ett vidare perspektiv, vill man få den högsta uppnåelsen frukten buddha, skall man återfödas i lyckans fält Sukhavati i väst och, ur ett snävare perspektiv, för att få allt man behöver av mat, dryck och kläder, för att få tur och uppfylla sina önskningar, så finns det inte heller någonting som är bättre än att be till bodhisatva Kshitigarbha.

Mängden icke-monastiska troende män och kvinnor, ni borde vara klara över vad det ger för resultat att be till bodhisatva Kshitigarbha. Den senaste tiden har Sertar och områdena nedströms, platser som Drango, Doba, Nyarong och Garze drabbats av svår torka under ett tiotal dagar. De dagar torkan var som värst reciterade hela sangha på vårt institut bodhisatva Kshitigarbhas namn, som följd därav började det genast att regna: dess kraft har en sådan omedelbar effekt.

Om man ber till bodhisatva Kshitigarbha kan man under innevarande liv leva länge och vara frisk, bli rik och få önskningar förverkligade; när det handlar om nästkommande liv är det en särskild, nära orsak till att direkt efter döden, tillsammans med alla varelser som man har skapat en förbindelse med, återfödas i lyckans fält Sukhavati.

Och dessutom, om man ber till bodhisatva Kshitigarba kommer man slutligt, i sitt kontinuum, utan tvivel få shravakors,

pratyekabuddhors, bodhisatvors och buddhors oöverträffade egenskaper och vishet. Denna bodhisatva Kshitigarbha är en säregen ädelsten med vilken hundratusen önskejuveler inte kan mätas. Om man ber till en vanlig önskejuvel kan den bara ge världslig rikedom, men inte skänka alla utomvärldsliga egenskaper, som disciplin, koncentration eller vishet.

Syftet med att hålla den här dharmasammankomsten nu är att alla varelser, huvudsakligen de i snöernas land och särskilt de välgörare i närheten som visar oss stor vänlighet, skall ha rikligt med kläder och gott om mat, att de skall ha tur och allt gå dem väl samt att det skall avlägsna de omätliga lidanden som upplevs i det här livet, som avund mot dem som är överlägsna, konkurrens med dem som är lika, förakt för dem som är underlägsna samt att leva sina dagar i hat, och även det lidande som i framtiden upplevs av dem som genast efter döden återföds i hungrande andars värld och så vidare. Så det är för att fullända deras rikedom och njutningar under innevarande liv och blockera dörren till återfödelse i dåliga öden efter döden, som denna dharmasammankomst genomförs.

42 Sukhavati stora dharmasammankomst

Dharnasammankomsten Sukhavati hålls på Lhabab duchen (den dag buddha Shakyamuni återvände till människovärlden från himlens trettiotredje nivå, Tushita-himlen), för vid den tiden har bönderna avslutat skörden, inte heller nomadfolket har viktiga saker att göra: troende bönder och nomader har ganska mycket ledig tid då. Anledningen till att dharmasammankomsten Sukhavati hålls är att det med stöd i kraften av buddha Amitabhas sinnesutveckling och önskeutveckling är lätt att genom utövning uppnå orsaker till återfödelse i Sukhavati, samt att det ger de största goda egenskaper och behållning att återfödas i den världen. Det är därför huvudsakligen med tanke på den omfattande mängden troende som den stora porten till dharmasammankomsten Sukhavati har öppnats.

Och särskilt att utöva gemensamt tillsammans med en stor sangha som har disciplin och upprätthåller läran är en väldigt överlägsen väg till att samla resurser, det är genvägen bland genvägar till att återfödas i det rena fältet Sukhavati.

Platsen för denna dharmasammankomst är området där de icke-monastiska bor, också i framtiden är den i huvudsak deras ansvar att anordna.

43 Amitayus

dharmasammankomst

Syftet med att hålla dharmasammankomsten Amitayus ("omätligt liv") är inte alls att jag själv ska få ett långt liv, utan att den opartiska tathagatas lära skall spridas omfattande på alla platser och bli kvar i världen länge, att de buddhistiska mästare som upprätthåller läran skall bli kvar i världen länge och i synnerhet att en viss mästare som upprätthåller läran skall bli kvar i världen länge. På Larung buddhistiska universitet skall Ratna Lingpas *Amitayus-sadhana* reciteras seriöst åtminstone femtiotusen gånger varje år. Ratna Lingpas denna *Amitayus-sadhana* som samlar alla hemligheter (*tshe sgrub gsang 'dus pa*) ger större kraft än andra sadhanor, att utöva den är också nödvändigt för att fullända var och ens eget utövande.

Terton Ratna Lingpa var en terma-avtäckare vars betingelser aldrig hade förstörts. Omständigheterna för hur hans betingelser mognade var så här: vid ett tillfälle skulle en person återbetala en skuld till honom, denna person hade med sig en dyrbar porslinsskål som hade ett värde av hundra jak-kor och hällde

upp mjölk i skålen som offer inför Ratna Lingpa. Han sov då, just som han vaknade steg morgonsolen upp. Den vita skålen var fylld med vit mjölk, när han vaknade sken solen på mjölken och med det fulländades alla betingelser lyckosamt. Som följd genomförde han tre livs aktiviteter för varelsers väl under ett liv. Också hans terma har gett kännande varelser omfattande välfärd: vem som än utövar dem får stora uppnåelser och stort stöd.

VII

AVLÄGSNA MISSÖDEN I SPRIDANDET AV DHARMA FÖR VARELSERS VÄL

Det yttre fortet är strävan efter tillflykt i tre juveler,
det inre fortet vilar på medvetenhet och samvetsgrannhet,
det hemliga fortet är att meditera över det obehindrade
tomhet-varseblivning.

De som förenar dessa tre förblir obesegrade av horderna
demoner.

44 Buddha-aktiviteter som avlägsnar en eras förfall

Det finns ett särskilt behov av att ni till vardags hängivet utövar tertön Lerab Lingpas överlägsna Vajrakilaya-terma. Ni har alla fått fullständiga initiering, muntlig överföring och instruktioner nu. Utöva efter era egna förutsättningar: ni på högre nivå, utöva stora uppnåelser (drubchen); ni på medelnivå, utöva i måttfull omfattning; ni på lägre nivå, utöva i mindre omfattning och som minst, om ni bara har tid i tre dagar, utöva under de tre dagarna. Om detta dharma sprider sig över hela Tibet kan förfall som sjukdomar, svält och social oro avlägsnas, det kan ge upphov till stabilitet och lycka i alla riktningar och få folks önskningar att uppfyllas, vilket är nödvändigt för att buddhadharma skall blomstra i stor omfattning och länge bli kvar i världen.

När det gäller mig, som det nämns i min biografi, så utför jag ofattliga aktiviteter med dharmapalas vänliga hjälp. Om inte smeder, änkor och löftesbrytare deltar, utan alla de som offrar till dharmapala genom att recitera dharmapalas rena sadhana håller rena löften, då existerar dharmapalas mäktiga kraft ofalskt och verkligt.

45 Buddha-aktiviteter som avlägsnar dåliga omständigheter

De unga människor som är födda under perioden efter kulturrevolutionen har inte upplevt allvarliga sociala omvälvningar. Fastän dessa unga människor har världsliga kunskaper och bildning så har de ingen erfarenhet. Vem är det då som har erfarenhet? Det är de vithåriga gamla människor som bor nedanför dharmasalen. Vi har personligen genomlevt många samhällsförändringar, fredliga som våldsamma, så när sådana allvarliga omvälvningar kommer har vi rik erfarenhet av hur man å ena sidan inte förorättar överheten, å andra sidan inte försakar sina egna intressen. Om man agerar besinningslöst ställer man bara till med problem. Om vi kan få yidam och dharmapala att förändra människors sinne kommer vad vi än gör att gå vår väg.

Av den anledningen behöver vi uppriktigt recitera *Åtta lyckosamma* sju miljoner gånger under de här dagarna.

Jag hörde att arbetsgruppen kommer hit sedan, vi skall också förbereda oss för det. I en sådan situation måste vi ha vissa principer för hur vi agerar och talar. Om vi annars följer med strömmen och låtsas modiga utan att ha mod är jag rädd att detta buddhistiska institut kommer att förstöras i ett slag. På det sättet skulle allt som vi har åstadkommit under tjugo år ha varit förgäves. Så det är väldigt viktigt att ni varken är för spända eller för avslappnade.

46 I liv efter liv

I liv efter liv, värld efter värld skiljs aldrig jag och Manjushri Mipham Rinpoche från varandra: vi två sprider dharma för varelsers väl, ibland i egenskap av kung och minister, ibland far och son, ibland lama och följare.

I framtiden, under darmaraja av Shambala Rudra Chakrins (Dakpo Khorlocen) era, tar Manjushri Mipham Rinpoche kropp som befälhavare Senge Bumba och jag återföds som general Aktiviteters vajra (Magpon Lei kye dorje). Tidigare, på kung Gesars tid, var Manjushri minister Denma Jangkhra, jag var hans son Dense Gyuo Bume. Enligt vissa förutsägelser är jag en reinkarnation av tertön Lerab Lingpa och Manjushri Mipham Rinpoches förkropppsling, men det har nog sagts på grund av någon speciell nödvändighet och jag är inte alls säker på att det skulle vara så. Dock, om man säger att jag är Dense Gyuo Bumes reinkarnation så kan man verkligen säga så.

Alla de som har kommit för att se Denses opera denna gång kommer med visshet att födas i dharmaraja av Shambala Rudra Chakrins följe i framtiden.

47 Stor lyckas vajradans

Om en tradition att uppföra den av Mipham Rinpoche komponerade *Den välklingande stora lyckans vajradans* (*gling bro bde chen rdor rje'i rol mo*) kunde uppstå i hela Tibet så skulle sjukdom, svält och krig i snöernas land försvinna restlöst och lyckans sol stiga. Den utgör en sådan betingelse.

Men under den period som Mipham Rinpoche fanns i världen mognade inte alls betingelserna för att denna vajradans skulle bli allmänt populär. Senare försökte mästare som Radreng Tre Rinpoche och Lerab Lingpa få denna *Den välklingande stora lyckans vajradans* att uppföras under en generell buddhistisk högtid i snöernas land, men bristande karma hos folket i snöernas land ledde till att det inte kunde fullföljas.

Därefter ville mästare som Kyabje Dudjom Rinpoche sprida denna vajradans, men eftersom den lyckliga stunden ännu inte hade infunnit sig i snöernas land skedde det ändå inte i någon stor omfattning. Nu har dess betingelser mognat och därför får *Den välklingande stora lyckans vajradans* till slut stor spridning.

Platser där denna dans uppförs får stor lyckosamhet, stor välgång, de blir fria från sjukdomar och allt förfall i denna grumliga värld blir till intet där, samlande av såväl världslig som utomvärldslig godhet ökar. Dess avslutande ord lyder: "Icke-monastiska troende män och kvinnor: längta innerligt, beundra koncentrerat." Ni skall vara fulla av tro på det, det här är både underhållning och utövning. I synnerhet om ni icke-monastiska ädla troende män och kvinnor fortsätter att dansa denna dans, då för det med sig den största frid och lycka till snöernas land Tibet i stort och särskilt de enskilda platser där den uppförs.

Även om ni i början inte förstår texten så ger det stor behållning också om ni dansar till en ljudinspelning. Denna vajradans har olika rörelser och de vi använder nu har koreograferats speciellt av Larung buddhistiska universitet, beundra dem med respektfullt sinne och uppriktig tro: också de som ser eller hör denna vajradans är lyckligt lottade.

VIII

VAD DU SKALL TA TILL
DIG, VAD DU SKALL AVSTÅ

Den slutliga essensen av alla goda egenskaper och andliga
system är att ha ett gott hjärta.

Utan det finns inget hopp för andra goda egenskaper.

Ha blott det som ditt sinnes utsmyckning.

48 Får sangha samla materiella tillgångar?

Det finns de som tycker att det inte gör någonting att monastiska buddhister gör affärer, men i affärsverksamhet är faktiskt alla tio karmiskt negativa handlingar fulltaliga. Om man gör stora affärer bryter man med nödvändighet rot-löften, vare sig man är bhiksu, shramana eller icke-monastisk. Det är väldigt svårt att driva rättmätig affärsverksamhet utan att försaka sin disciplin.

Om man gör affärer under ett helt liv så, när man dör - den stund du ensam beger dig mot Yamas stad kommer dina närstående inte kunna hjälpa dig, inte heller rikedom eller ägodelar är till någon hjälp: det som definitivt är till nytta är saddharma, det som definitivt är till skada är dålig karma. Vid den tidpunkten slår dig din negativa karma följe och kan bara föra med sig lidande. Vid den tidpunkten kan vanliga människor inte släppa taget om sina materiella tillgångar, de vill inte slita sig från dem men allt de kan göra är att upprätta ett testamente som säger hur tillgångarna skall fördelas: det finns ingenting annat de kan göra.

Så ni skall inte samla stora mängder materiella tillgångar, i synnerhet inte som det finns sangha-medlemmar bland dem som samlar på sig rikedomar nu och, än värre, det finns falska tulkuer bland dem. Monastiska och tulkuer, sköt er! Ni skall samvetsgrant lyssna, tänka och utöva. Har inte Patrul Rinpoche sagt "när tulkuer besinningslöst använder svart egendom så snart de har lärt sig rida förstör de sig själva och andra"?

Om ni bara är tulku till namnet och reser omkring överallt är jag rädd att ni får svårt att hålla ens er egen disciplin. Sade jag inte igår: andra säger att du är tulku, själv erkänner du att du är tulku, men om du inte är en verklig tulku så är det möjligt att du bryter mot rot-löftet att inte ljuga om meriter som du inte har, vilket är väldigt allvarligt.

Tulkuer skall inte samvetslöst äta de troendes donationer från det de är små. Milarepa har sagt: "Åtnjutande av svart egendom är livets knivblad som skär av frigörelsens livsrot." Det som skär av frigörelsens livsrot är verkligen dessa svarta donationer från troende. Bara bodhisatvor hos vilka vassa järntänder har vuxit fram genom tillstånd i utövande av utvecklingsstadiet och fullkomningsstadiet kan tugga sönder svarta donationers järnkulor.

49 En tulkus språk och beteende

Om du som lama eller tulku är omåttligt tanklös och bryter mot disciplinen, bryter samaya, så sitter du på den höga dharmatronen under en utsökt baldakin idag, men imorgon kommer du att falla hårt. Det mest skrämmande, som får dig att falla snabbt från platsen mellan dharmatronen och baldakinen, är tanklöshet. Särskilt skall unga tulkuer vara försiktiga, som ett talesätt säger: "Föl av ston födda möter nio svårigheter, efter nio svårigheter är de stabila hästar." När de är små möter unga tulkuer många motgångar.

För er är faktiskt ren disciplin grunden. Om ni med det som fundament även har vishet och koncentration, då är det det högsta. Även om ni inte har vishet och koncentration, men har ren disciplin, eftersom ni hursomhelst har bekräftats som tulku och intagit en tulkus position, så kommer det inte finnas någon nu som säger "du är inte tulku". Även om ni inte kan stiga allt högre, skall ni för ingenting sjunka allt lägre.

Men en del människor är oförsiktiga nu, de bryter mot disciplinen, de bryter samaya, och på den grunden låtsas de ha olika

slags övernaturliga förmågor och gör förutsägelser: jag tror inte på dem alls. Säger man många saker kanske vissa faller in av ren tur, som folk brukar säga: "Om du dricker sur juice kommer kroppen skälva." Men det finns ett till talesätt: "Det äkta tål att prövas, som en lång bergsdal. Det falska avslöjar sig snabbt, som svansen på en mus." Det betyder: om någonting är sant så visar det sig med tiden, om någonting är falskt så uppdagas det snart.

Därför, att låtsas vara synsk och göra förutsägelser är ert första misslyckande, att låtsas ta fram terma är ert andra misslyckande, att låtsas uppvisa tecken på uppnåelse är ert tredje misslyckande. Om du vill uppnå tulku-status så kommer alla, också gudar, att se dig som tulku, se dig som föremål för offer och visa dig respekt om du bara håller ren disciplin, vare sig andra säger att du är tulku eller att du inte är tulku. Om du däremot inte håller disciplinen spelar det ingen roll hur värtalig du är. Om du utan att din utövning har nått ett visst tillstånd agerar tanklöst så orsakar det fall.

Unga tulkuer skall vara väldigt försiktiga: om du vill bli en högtstående människa beror det på dig själv, om du vill bli en låg person beror det också på dig själv. Det som verkligen kan dra ned er, lamor och tulkuer, är unga kvinnor. De är också

unga monastiska mäns sanna fiende. Unga kvinnor kan kasta
er till dåliga platser, så ni måste vara uppmärksamma.

50 Umgås mindre

Det har skett en reglering av disciplinen för både lamor, bhiksu-ni samt de icke-monastiska, hela den fyrfaldiga sangha på institutet borde vara en ren gemenskap nu. De som inte kan följa de fem föreskrifterna mot att döda, stjäla, ha opassande sex, ljuga och inta alkohol får stanna här i fem dagar som längst, de får inte bo här permanent.

Det som särskilt skall beaktas är de rena reglerna för interagerande mellan manliga och kvinnliga monastiska sangha-medlemmar. Ni borde stilla ert sinne och noga tänka: ni har kommit hit för att utöva dharma, för att ni vill hålla disciplin. Följ för ingenting de hatiska demoner som lurar folk att bryta samaya. Också tidigare har jag varnat er för det.

När du börjar vilja se på någon av det motsatta könet, var på din vakt: om du är ouppmärksam utvecklas det till att du vill ha kontakt. Om du inte avbryter saken i dess linda kommer du med tiden att begå fel naturligt. Av den anledningen skall manliga och kvinnliga sangha-medlemmar bete sig striktare än tidigare och inte bryta mot de disciplinens regler som berörs. Så

snart rot-disciplinen bryts befläckas den dyrbara buddhismen, det finns ingenting som är skadligare än det. Tänk därför noga efter: kan du verkligen inte hålla disciplinen, gå då med dina egna omständigheter och återvänd hem.

51 Vem som är en god människa

Vi har fått en människokropp nu. Inte bara har vi fått den, vi har dessutom haft turen att träda in i raden av dem som håller disciplin och upprätthåller den buddhistiska kanon, eller gått in i raden av buddha Shakyamunis fyra slags följare: därför skall vi vara väldigt aktsamma. Som monastisk buddhist eller någon som följer Buddha skall man klara av att inte skada någons kropp eller liv, från högre stående varelser som människor till de lägst stående djur, som myror. Buddha har sagt: "Den som skadar andra är inte shramana." Ansträng er på allvar att agera så.

Allmänt skall de som bor permanent på institutet välkomna och ta hand om nytillkomna kvinnliga och manliga monastiska och icke-monastiska buddhister, sedan tidigare har vi hela tiden haft en sådan tradition. Det är en social regel, det är också buddhadharma.

Sammanfattningsvis, om det är någon som specialiserar sig på att verka för andras väl, någon som har ett gott hjärta, så tillhör både lyckosamhet denna, och rikedom tillhör denna.

Det vi kallar "en god människa" avser inte alls någon som är vältalig, det avser inte heller någon som är modig, för bland sådana människor finns också dåliga personer. I korthet är det människor med ett gott inre som är goda människor, det är därför avgörande att vanligtvis ha goda tankar och agera i godhet.

Vad avser då goda tankar? Att med tro be till tre juveler och vilja få alla varelser att vara glada och lyckliga, tänka att alla som känner skall ha samma lycka och glädje som jag själv har. Se efter om en sådan god tanke har fötts i ditt kontinuum eller inte. Naturligtvis är ett agerande i godhet ännu viktigare.

52 Avlägsna dig dåliga vänner

För var och en är det extremt viktigt att umgås med bra vänner. Patrul Rinpoche har sagt: om man umgås med vänner som har begär, hat och okunskap blir man själv till någon som har begär, hat och okunskap; om man umgås med vänner som har tro och medkänsla blir man själv till någon som har tro och medkänsla. Hur man själv blir beror därför helt på ens vänner, fram tills man uppnår första bodhisatvastadiet.

Oavsett var du bor, i städer eller i tempel djupt i bergen, så är det viktigt att vid varje tidpunkt och på varje plats hålla sig undan dåliga vänner. Du som är medlem i sangha, om du tycker om människor som gör affärer och umgås med dem visar det att du också kommer bli affärsman; om du tycker om akademiker och umgås med dem visar det att du också kommer bli akademiker; om du tycker om dem som praktiserar dharma och umgås med dem visar det att du också kommer bli dharmautövare; om du umgås med dåliga vänner, då tyder det på att du själv också är en dålig person.

Om du vill granska om någon är en bra person eller inte, obser-

vera då hur de talar och agerar: det framgår av hur de beter sig. Om de rör sig bland affärsmän, kringdrivande och kriminella personer så visar det att de också är svekfulla människor som stjälar. Säger inte många "en viss sangha-medlem var egentligen en ädelsinnad person, men förstördes av umgänge med en dålig vän"?

53 Umgås med bra vänner

Även om ni har umgåtts med dåliga vänner tidigare så är det som är viktigt, att ni umgås med goda vänner i framtiden. Det är som lama Mipham Rinpoche säger: "Bryt med alla distraktioner. Om du inte kan bryta med dem, umgås med ädla personer: de är din medicin." Det betyder att om du verkligen inte kan sluta att ägna dig åt förströelser, umgås då med vänner som har goda egenskaper: med sina egenskaper kommer de att influera dig.

Utveckla även kärleksfull medkänsla gentemot alla människor, känn inte hat mot dem som är dig överlägsna eller underlägsna. Fastän vi inte klarar av att inte känna hat mot fiender skall vi för ingenting känna hat mot dharmavänner som tillhör samma krets: fram tills uppvaknande behöver vi vara tillsammans utan att skiljas, som en ljuslåga och dess veke.

54 Tre nyckelord

Precis som det etableras i *Meddelande om buddhistisk reglering*: buddhismens grund är att hålla ren disciplin, buddhismens hjärta är att hängivet lyssna, tänka och utöva, buddhismens resultat är att förverkliga varelsers välfärd. Det finns ingenting av buddhadharma som inte inbegrips i de tre punkterna. Inte ens om alla buddhor samlades på samma tron skulle de kunna förklara någonting mer, därför skall var och en av er konkret utöva så.

IX

BEGÅ INGA DÅLIGA

HANDLINGAR

Lyssna än en gång, gamla vänner:

essensen av hela dharmaskatten på åttiofyratusen läror
är att utveckla tro och medkänsla.

Blott de två egenskaperna äger en storslagen skatt
av behållning.

55 Dödande öppnar helvetens portar

Någon som dödar i hat kan bara falla till helveten i följande liv, det finns ingen utväg. Bland er finns de som tycker att det inte går att leva ett liv utan att döda, men det är faktiskt inte så alls. Till exempel, i Larung finns normalt en sangha på omkring tiotusen personer och alla har lovat att inte äta kött under dharma sammankomster. Tvärtom, genom att inte äta kött åter de sig mättare, åter de godare, än tidigare, de känner inte det minsta att de skulle gå under för att de har slutat med kött.

Med godheten hos välgörare från alla håll och kanter är det verkligen rikligare med mat och kläder här nu, det erbjuds ofta yoghurt och vegetarisk mat. I princip erbjuds det mat varje dag under de tre sommarmånaderna och de tre höstmånaderna.

56 Sätt stopp för dåliga vanor

Vi som studerar och utövar mahayanabuddhadharma skall göra allt för att vägra dessa tempels föråldrade, dåliga vanor av animaliska offer, annars går vi i direkt konflikt med buddhismen. Genom Patrul Rinpoches vänlighet finns inte denna dåliga tradition i Sertar, på andra platser sägs den förekomma.

Och jag har hört att en del personer, när de gör buddhabilder eller stupor, helt likgiltiga skickar hundratals jakar och får i händerna på slaktare, leder dem till slakterier. Om det är sant, då är det att avsiktligt förstöra buddhadharma. Jag tror inte att det bland er skulle finnas personer som gör så: det är helt uteslutet att göra så.

Någonting som särskilt förtjänar att nämnas: lev inte hela tiden på att slakta de jak-kor som har stor vänlighet för människor. Dessa varelser är faktiskt precis som vi, de känner också smärta, de är också rädda för döden. Ingen av dessa varelser är våra fiender på något sätt. De jak-kor som föder oss och tar hand om oss hela livet är våra stora beskyddare, de är inte någonting som skall dödas och styckas.

Så jag har gång på gång förhoppningen för varje sangha-medlem samt alla människor i olika samhällsskikt, överklass, medelklass, underklass: skada inte varelser, i synnerhet får ni inte på några villkor slakta i stor skala. Om det vore reglerat av staten skulle det inte kunna undvikas, men det är inte alls så. Ingen kommer att dö för att man inte dödar. Det gäller inte bara storskalig slakt, ni får inte heller döda ett eller ett par djur. Om någon inte klarar av att sluta slakta går det dåligt för dem i det här livet, och efter döden faller de till oändliga dåliga öden.

57 Jak-kor som är överlägsna din mamma

Ni skall inte längre blint döda och slakta dessa den stora vänlighetens jak-kor som är överlägsna era den stora vänlighetens mödrar. Ni får inte slakta boskap! Ni får inte döda vilda djur! De är alla oskyldiga. Alla de vilda djuren häromkring är reinkarnationer av era föräldrar och släktingar. De fick inte en människokropp, för att de inte klarade av att överge oss återföddes de här. Att inte slakta, inte jaga, det är grunden till all grund.

Jag ber upprepat, det är också för er skull: slakta inte mer, jaga inte mer. Jag vet inte om det fortfarande vore meningsfullt för människor som slaktar boskap eller dödar vilda djur att infinna sig bland buddhister.

Ta Sertar som exempel, där är folk i huvudsak nomader. Om man som nomad dödar alla dessa djur, vad skall man då leva av? De som kan föda oss ett helt liv är dessa den stora vänlighetens boskap. Nuförtiden säger en del människor: när jag har slaktat alla jak-kor beger jag mig någonstans och gör en investering.

Men du kanske inte lyckas göra någon investering och får till slut bära en tiggarpåse på din rygg och hålla ett tiggarbrev i din hand, du har det nog väldigt svårt då. Hur skulle någon som inte ens har tio kronor på sig kunna göra en investering?

Förra året och året dessförinnan var jag verkligen rädd, var och varannan dag slaktades hundratals eller tusentals levande varelser, blodet flöt i floder. Nu är det något bättre, kanske på grund av orsaker som att köttpriset inte har stigit. Det vore så bra om det är sant.

58 Källa till lycka och frid i detta och framtida liv

I Tibet där buddhadharma blomstrar är det som man kan ha fullt förtroende för tre juveler. Om du med hela ditt hjärta och hela ditt sinne kan förlita dig till tre juveler, så blir du lycklig i det här livet, du blir också lycklig i framtida liv. Så från och med nu får du inte döda, skall du inte jaga. Om ni klarar av det blir ni troligtvis glada och lyckliga.

Förra året stod jag inte ut med att folk dödar och äter kött, jag tänkte: om folket i Sertar med omnejd fortsätter det här dåliga agerandet, kommer då förra årets handlingar göra så att majoriteten människor dör av svält eller avlider i sjukdomar? Jag stod inte ut med det, så jag bad hängivet och koncentrerat till bodhisatva Kshitigarbha.

X

UTFÖR MÄNGDER GODA

HANDLINGAR

Allt välstånd som samlas saknar essens, som en regnbåge
på sommaren.

Om man håller fast (vid någonting), så orsakar det
återfödelse i lägre världar.

Om (någonting) ges, så uttöms det inte, snarare stiger alla
önskningar fram.

Så fullända resurser genom att göra offer till föremålen
för tillgivenhet

och att ge uttryck för generositet mot alla andra.

59 Meriter av att återge liv

Nu håller den omfattande samlingen troende på och lovar att inte slakta boskap under tre år, en sådan god handling är ofattbar. Mina duktiga barn, ansträng er än mer! En gång för omkring fyra eller fem år sedan drömde jag att Thupga Rinpoche (Thupga Yishin Norbu) lovordade mina meriter av att återge liv och skydda levande varelser. Den kära gamla mannens ord hade nog givits kraft av bodhisatvor: jag förde vidare det han hade sagt till den stora samlingen och som följd blev khenpoer och tulkuer till sig av glädje, som hade de sugit i sig essensen av söt dagg. I sitt konkreta agerande slutade de att döda och återgav liv. Till exempel, bara i år har khenpo Tsultrim Lodro återgett livet till omkring hundramiljoner större och mindre fiskar, om man räknar samman flera år blir det många hundramiljoner som har återfått livet. Det här är inte någonting som blott berör en eller ett par personer: alla skall ni av all er kraft återge liv.

Bland världsliga rötter av godhet har skyddande av liv avgörande betydelse, därför skall ni alla lägga stor vikt vid det och återge liv så mycket som möjligt.

60 Meriter av att snurra på mantrahjul

Om ni köper ett mantrahjul för trettio kronor så är det bara trettio kronor i pengar räknat, men de rötter av godhet det ger är outtömliga. Gå och köp mantrahjul! Gå och köp mantrahjul! Det är inte ett obetydligt föremål. Sådana mantrahjul med rent ursprung har ljusöppnats ("helgats") av en stor sangha. De pengar som ni köper ett mantrahjul för omsätts oavbrutet i en särskild fond för produktion av nya mantrahjul. Ni skall utveckla stor sinneskraft, mina duktiga barn, det finns ingenting omöjligt med en sådan sak. Vi skall köpa mantrahjul, snurra på mantrahjul.

Man får inte hålla ett mantrahjul horisontellt och snurra, man får inte heller slänga det på sin säng, man får inte kliva över ett mantrahjul, normalt skall man förvara det på en rengjord plats. Den verkliga bodhisatva Avalokiteshvara är detta mantrahjul, lägg det på minne.

61 Meriter av att recitera

För oss som utövar Stora fullkomningen-dharma är det bäst att skriva tantran *Dharmas enda arvinge* i guld. Även om du inte kan göra det skall du ständigt bära denna fyra fingrar breda skrift mot din kropp, utan att den skiljs från kroppens värme, ända till din död; efter döden skall den kremeras tillsammans med din kropp. Läs den en gång varje dag: även om du inte har reciterat någon annan text skall du recitera denna tantra. Dess dharmaprinzip är ett extremt djupt, slutligt dharma. Inte ens om någon beger sig till rena dakinifält för att leta kan de få tag på ett dharma som är överlägset det.

På Larung buddhistiska universitet finns nästan ingen som inte håller i ett radband nu, det är nog min förtjänst. Jag är inte säker på att ni säger så. Om man blott håller ett radband så visar det att man är följare till bodhisatva Avalokiteshvara. Patrul Rinpoche har ju sagt: "Den yidam som samlar alla buddhor: Avalokiteshvara, det mantra som samlar alla hemliga mantra: stora klarhetens sexstaviga mantra, den praktik som samlar utvecklingsstadiet och fullkomningsstadiet: bodhicitta. Recitera det sexstaviga mantrat i tillståndet 'vet ett, frigörs från

allt'." Recitera Avalokiteshvara mantra! Recitera Avalokiteshvara mantra! Recitera Avalokiteshvara mantra! *Om mani padme hum.*

Snöernas land Tibet är ursprungligen ett fält som tämjs av bodhisatva Avalokiteshvara. Även om du inte kan göra någonting annat nu så borde du klara av att hålla i ett radband och recitera Avalokiteshvara mantra. Eller recitera Vajrasatva mantra, Manjushri mantra, Padmasambhava mantra, det är ingen skillnad: alla yidam är en yidams substans. Det finns ingen människa som inte ens kan göra denna goda handling. Någon som säger sig inte kunna göra goda handlingar ljuger helt enkelt.

62 Meriter av att offra lampor

Meriterna av att offra lampor är verkligen ofattliga, det är kungen av alla offer. Genom betingelsen att lampornas ljus lyser upp tio riktningar kan i synnerhet okunskapsmörkret, roten till alla förstörande känslor i ens kontinuum, drivas bort.

Det finns ingenting som kan fördriva okunskapsmörker bättre, än dessa lampoffer. Alla vidareförandelamor, de tidiga andliga lärarna inom Kadampa, som Potowa, Shyangawa och Phuchungwa, de placerade en buddhabild ovanför sin huvudkudde och framför den offrade de vatten och lampor, utan att någonsin göra uppehåll.

Dessutom, den fattiga kvinnan Nanda offrade en lampa inför Buddha och utvecklade önskan: "Jag som är en fattig kvinna nu, må jag genom den goda karman i att offra denna lilla oljelampa till Buddha få vishetens lampa i framtiden och skingra alla varelsers orena okunskapsmörker." Efter att ha utvecklat den önskan gick hon därifrån. Under natten slocknade alla andra oljelampor, bara Nandas lampa brann fortfarande när det dagades. Det är den mäktiga kraften i lampoffer.

XI

VÄRDERA

VIDAREFÖRANDET AV

KULTUR

Var inte partisk gentemot olika traditioner,
det vore att begå brottet att överge dharma
och skulle förstöra dig själv och andra.
Håll dig till den yidam som du har en förbindelse
med genom karma.
Utveckla en ren syn på alla teoretiska system -
det är mitt hjärtas råd till er.

63 Bär tibetanska kläder

Man kan inte godtyckligt ändra tibetaners klädedräkt, man kan inte godtyckligt förändra tibetaners traditioner, inklusive hur de klär sig, bär mössor, vad för skor de använder och så vidare.

Vissa tibetaner bär kinesiska kläder nu och säger att det är läderjackor, jag vet inte heller vad det egentligen är, de sägs kosta tusentals kronor, ser ut som lappar av läder eller övermålat gummi, de är varken varma eller snygga att ha på sig, men ett stort antal människor uppvisar detta dåliga beteende nu, medan de som tar efter ett bra beteende är sorgligt få.

Som tibetan är det väldigt bra att bära tibetanska kläder. Förreståndarna på Larung buddhistiska universitets fyra olika institut skall också ofta undersöka saken och se efter om det sker förändringar i hur någon klär sig. Om en person bland oss skulle bära annorlunda underkläder idag så kommer många att ta efter det imorgon; det är också okänt var de har tillverkats, vilket det också skall finnas en standard för. Det är helt i strid med dharma för medlemmar i sangha att bära olika typer av

underkläder, ni icke-monastiska får inte heller bära kashaya (de monastiskas klädedräkt).

64 Tibetaners utmärkta traditioner

Normalt är det viktigt att tibetaner bär tibetanska kläder. Om vi alltid bär samma kläder som tidigare generationer så förs äldre, utmärkta traditioner vidare, vilket också är de visas hållning. Annars, om vi godtyckligt ändrar våra kläder och vårt språk så retar det upp platsens gudar, jord-gudar och så vidare, de kommer att bli kaotiska och sprida sjukdomar, svält och krig på olika platser.

Tibetaner har sina egna särdrag. Sedan Songtsen Gampo, Tri-song Detsen och Tri Ralpachen, de tre dharmakungarnas styren, har tibetaner hela tiden haft vanan att hålla radband och mantrahjul i sina händer, recitera Avalokiteshvara mantra med munnen och äta tsampa som basföda. Tsampa är en exceptionell föda, den är väldigt näringsrik och de som äter tsampa upplever att kroppen är väldigt lätt när de klättrar i berg. Normalt när folk ser någon med ett radband i handen frågar de: "Var i Tibet kommer du ifrån?" Även om du inte kan utöva buddhadharma i stor omfattning så är du också en ren följare av tibetansk

buddhism om du har ett radband i din hand, därtill håller i ett mantrahjul och med din mun reciterar Avalokiteshvara mantra.

65 Tidigare generationers ande - tal och skrift

Ni skall inte negligera tibetanskt talspråk och skrift.

En del tibetaner kan ytligt sett tala en del kinesiska, de anser sig fantastiska och pratar på oavbrutet utan att sluta, dessutom pratar de bara på kinesiska. Det finns faktiskt ingenting att vara stolt över med att kunna kinesiska, för i en tid när kinesiska tecken är allmänt förekommande är det nästan ingen som verkligen förstår hundra år gamla kinesiska texter: tecknens form har förändrats och skrifterna staplas på hyllor som hopbuntat papper. Tänk på oss tibetaner: i våra texter har inte ett enda av dessa tecken förändrats sedan dharmakung Songtsen Gampos tid. Jag har dock hört att det förekommer att diakritiska tecken för vokalljud läggs till ovan och under skrivtecknen när texter trycks nu, men inte heller det är tillåtet.

66 Tibetanska språkets särdrag

Ta kinesisk skrift: om man skall förstå innehållet i buddhismens lära måste man i princip lära sig ett tiotusental tecken, om någon inte har lärt sig så många tecken kan man vara helt säker på att denna inte är någon bra översättare. Om man inte kan några tusental tecken så kan man överhuvudtaget inte översätta. Tänk på hur många tecken vårt tibetanska språk har: fyra bokstäver för vokaler och trettio bokstäver för konsonanter. Bara man kan dem så har man friheten att förklara buddhadharma på tibetanska och att kommunicera i vardagen. Förändra inte det tibetanska skriftspråket! Glöm inte det tibetanska talspråket!

XII

LÖFTE ATT LEDA ER MED EN FÖRBINDELSE

Medan jag lever så finns lyckan i att verka för läran och
varelserns väl.

När jag dör så finns lyckan i att med visshet komma till
rena världar.

Vad jag än gör så befinner jag mig i ett tillstånd av lycka,
fullt av glädje.

Det är tack vare den stora vänligheten hos Jnanasatva
Manjushri.

67 Sukhavatis meriter

När vi håller en slags disciplin rent, när vi gör den minsta goda handling, skall vi fokusera på rena buddha-fält; med undantag för speciella situationer skall vi med en intensiv längtan alltid fokusera på lyckans fält Sukhavati.

Det är lätt att återfödas i Sukhavati i väst, meriterna av att återfödas där är överlägsna: ingen annanstans finns ett sådant buddha-fält. Med stöd i buddha Amitabhas sinnesutvecklings önskanskraft kan man vara säker på att återfödas där, om man inte har begått brottet att överge dharma eller anantarika-karma. Det är svårt att undvika brottet att överge dharma, men vi har nog inga stora blockeringar som verkligen hindrar återfödelse i lyckans fält. Vi som lyssnar till, reflekterar över och utövar buddhadharma skall göra bekännelser och med kraft sträva efter att rena dålig karma helt: vi skall omsorgsfullt bekänna och ångra. Anantarika-karma borde vi normalt inte begå. Bäst är om ni utvecklar en innerlig tro och längtan.

68 Total koncentration

I början utvecklade jag en önskan på berget Wutai i Kina inför tillflykten bodhisatva Manjushri: bäst är om jag kan leda in hela den här planetens myllrande mängd varelser på vägen till frigörelse, näst bäst är om jag kan leda in de flesta människor i Kina på vägen till frigörelse, och, som minst, leda in de flesta människorna i snöernas land Tibet på vägen till frigörelse.

Men sedan fick jag inte bara tibetaner utan också många hankineser och utlänningar att utveckla en uppriktig tro, det beror verkligen på kraften i bodhisatva Manjushris sinnesutveckling. Min önskan är att kunna få alla varelser som ser, hör, tänker på eller rör vid mig att återfödas i lyckans fält Sukhavati, och, om jag inte klarar det, att kunna få majoriteten att återfödas i Sukhavati. Har jag inte berättat för er, under min normala, egen utövning utvecklar jag också önskan att återfödas i buddha-fältet Sukhavati; bäst är om ni också väljer det.

En del människor utvecklar ena stunden en önskan att återfödas i Tushita-himlen, nästa stund utvecklar de en önskan att återfödas på det kopparfärgade lyckosamma berget, sedan

är deras önskan den framträdande glädjens fält Abhirati ett tag och därefter berget Potala ett tag. Det är inte så bra. Inför döden är sinnet i ett tillstånd som när åska dånar och blixtar slår ned. Om sinnet inte kan bli lugnt då, utan man en stund ber till guru Padmasambhava, en stund till Jetsun Tara, en stund tar tillflykt i lama, en stund tar tillflykt i buddha utan någon bestämd riktning, som en vansinnig retad att tala, hur skulle det kunna fungera? Tiden när vi dör är oerhört fasansfull.

Så när det handlar om att "utöva det rena landet" behöver vi inte utöva detta rena land av egen kraft, buddha Amitabha har redan ordnat en överdådig, utsökt festmåltid som väntar oss där, i hans värld. Precis som när ett barn återvänder till sina föräldrars hem innebär det inga svårigheter alls: därför skall ni med odistraherat sinne sträva mot den extrema lyckan i väst.

69 Vi föds i lyckans fält tillsammans

Orgyens guru Padmasambhava och lama Mipham Rinpoche har båda sagt att jag kommer att verka för varelsers väl i stor omfattning och få dem som bildar en förbindelse med mig att återfödas i lyckans fält Sukhavati. Särskilt fanns det för mer än tvåhundra år sedan en lama som hette Dodrupchen som klart och tydligt förutsade: nedom ligger det heliga berget Ngala Tagtsei, ovan ligger det heliga berget Damchan, på platsen där en träd-gudinna befinner sig finns en plats som heter Larung och där finns det fyrfaldiga sangha samt jag själv.

Dessutom, Lerab Lingpa har också sagt: i Dzumed Cholhai finns en person som heter Jigme Phuntsok, hans far heter Padma och mor Yumtso, han är född i tuppens år och hans kropp, språk och sinne bär många lyckosamma tecken, han förintar den grumliga världens förfall genom att vrida dharmas hjul och leder den stora mängden till lyckans fält Sukhavati.

De talar inte osanning, de sade det långt innan jag föddes. Om de hade sagt så när jag redan var född så skulle det ha kunnat

vara lamorna som uttryckte vänligheter, men det är inte så. Det finns också många andra förutsägelser. Jag talar inte osanning, jag säger det inte heller för min egen skull: det är för att ni skall bli glada som jag säger det. Så utveckla med glädje en önskan att återfödas i lyckans fält Sukhavati.

Ni som deltar i den här dharmasammankomsten nu, tro uppriktigt, slåss inte, stjäla inte, jag tror att ni alla utan undantag kommer att återfödas i lyckans fält Sukhavati. Orsaken till att jag, en människa som närmar sig döden, anstränger mig för det är också att dessa förutsägelser inte är felaktiga; jag vill också verka i stor omfattning för kännande varelsers väl.

Av den anledningen återföds ni i lyckans fält Sukhavati genast efter livets slut, om ni reciterar buddha Amitabhas namn en miljon gånger. Med buddhor och bodhisatvor som vittnen garanterar jag den saken, ni behöver inte betvivla eller tveka om det.

XIII

TESTAMENTE

Det är oundvikligt att skiljas efter att ha samlats eftersom
ingen kan ändra på det.

Känn ingen sorg, för sådan är naturen hos alla sammansatta
fenomen.

På födelse följer död,
så minska allt oförsiktigt, förstrött beteende och utöva det
sublima dharma.

70 Sista uppmaningen på dharmasammankomsten Sukhavati

Ni skall utveckla en önskan att återfödas i lyckans fält Sukhavati, håll det i minne utan att glömma. Det är den första saken.

Ni skall göra allt ni kan för att inte döda, jag ber er om och om igen. Det är den andra saken.

Ni skall finna sätt att utveckla ett vänligt sinne mot människor på alla nivåer, överlägsna, lika och underlägsna. Det är den tredje saken.

Dessa tre saker inbegriper allt buddhadharma.

Kanske är det här sista gången vi samlas, må det inte vara så, jag hoppas att vi ses igen, jag utvecklar en önskan att vi möts en gång till i det här livet. Men, kanske är jag på väg att lämna den här världen. Om jag dör kanske ni skulle säga "vi ska leta efter hans reinkarnation" och utse en tulku innan sju gånger sju-fyrtionio dagar har gått, innan det har gått nio månader

och tio dagar i en moders mage. Men om jag kan vara fri och obesvärad när jag har gått bort, då kommer jag säkert inte återfödas här till en början.

När jag dör härifrån har jag hela tiden velat återfödas i lyckans fält Sukhavati i väst, möta buddha Amitabha där och höra honom förklara dharma: han lägger ömt sin lotusbladlika högerhand på mitt huvud och skänker en förutsägelse om mitt uppvaknande, obesvärat erhåller jag fem slags klarsyn och sex övernaturliga förmågor. Om jag behöver agera för varelsers väl, då kommer jag inte att vara så svag och så hjälplös som nu, utan jag har redan oceaniska goda egenskaper, precis som det står i *Bhadra cari pranidhana*: "På alla existensens platser är den lycka och den vishet jag samlar ständigt outtömliga; jag uppnår outtömliga lager av goda egenskaper: koncentration, vishet, praktiska metoder och frigörelse." Då, när jag återföds i världen igen kommer min vishet, mina metoder, min hängivenhet, min koncentration och mina övernaturliga förmågor och så vidare redan att ha uppnått obesväradhet.

Av medkänsla kommer jag på inga villkor att överge hela världen, särskilt inte snöernas land, i synnerhet inte min egen hemort platsen Palshul Sertar nedströms i Dokham. Vilket rent buddha-fält jag än föds i kommer jag aldrig att överge denna

yta jord, där jag en gång har varit, eller dess tempel, sangha och troende.

71 Den sista instruktionen

Ge inte upp din egen väg; stör inte andras sinne.

Larung 12 februari 2017,
översättningen (till kinesiska) avslutad.



མི་གཞི་ཉི་ལུ་རྩ་བུ་གྲག་པ་ཡདྲོ་དཔེ་ཆའི་ཡོང་བ་ལམ་གྲག་ན་དཔེ་ཆ་དེ་ཅི་འདྲར་
ལགས་མཁ་ཀྱང་ཉི་མ་ལ་མི་འགྲུང་པར་ཡམས་དཔལ་ཙུ་རྒྱུད་ལམ་གསུངས་སོ།།

Endast för icke-kommersiellt bruk