

DANSK SELSKAB FOR TIBETANSK KULTUR

# TIBET



NUMMER 75 ÅRGANG 24 EFTERÅR/VINTER 2009



## Vajrayana-buddhismen

Af Ellen Bangsbo. Antropolog og BA i tibetansk. Bestyrelsesmedlem i DSTK.

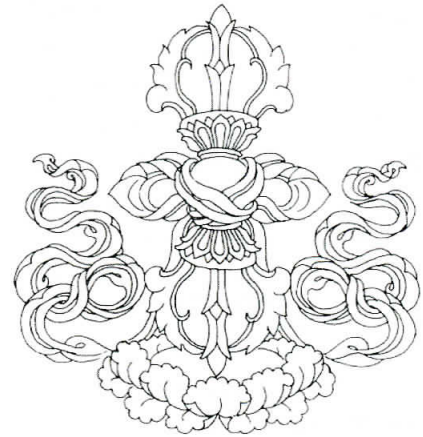
### Indledning

Vajrayana, eller diamantvejen, som populært også kaldes for tantrisk buddhisme, er ikke let tilgængelig. Den tantrisk buddhistiske tradition er kompleks, med mange former og udtryk og en bred vifte af guddomme og praksisser. Den er mættet med symboler, som vil udfordre enhver med selv et grundlæggende kendskab til buddhismen, og et grundigt studie i Vajrayana fordrer sprogkendskab (sanskrit, tibetansk, kinesisk eller mongolsk), da kun få primærtekster er oversat til europæiske sprog.

Buddha drejede Lærens Hjul tre gange: første gang i dyreparken ved Sarnath (Theravada), anden gang ved Rajgir, Gribbebjerg i Nordindien (Mahayana), og tredje gang på et hemmeligt sted (Vajrayana) til specielt talentfulde elever. Dermed er Theravada grundlaget for hele den buddhistiske lære. Dog fremstår oprindelsen til Vajrayana-buddhismen som noget uklart, og menes at være udviklet gennem flere tidsperioder. Mahayana sutraer dateret til det 2. årh. nævner Vajrayana praksis i form af referencer til rodbogstaver (mantra), og dateret til det 3. årh. er der i kinesisk oversættelse fundet Vajrayana tekster relateret til kriya tantra. Først i

det 8. årh. synes Vajrayana etableret i Indien, ved de store buddhistiske universiteter, i en form for tantra. Universiteterne Vikramasila, Odantapurá, samt Nalanda var ikke blot centre for buddhistiske filosofiske studier, men også for tantriske studier og praksis. Det var ikke ualmindeligt på det tidspunkt, at fuldt ordinerede munke i de buddhistiske universiteter fulgte Vinaya forskrifter (se tidligere artikel om Theravada i Tibet nr. 73) og levede som munke, mens de samtidig praktiserede tantriske ritualer og meditativ praksis.

Det var netop fra de buddhistiske universiteter i Indien, at buddhismen blev bragt til Tibet. Atisa, den indiske pandit (lærde) blev inviteret til Tibet i 1042, hvor han i henhold til indisk buddhistisk tradition introducerede Vajrayana, idet han fremhævede, at en direkte instruktion givet af ens guru (spirituelle lærer) burde følges, frem for en nedskreven instruktion i en tekst. Herved understøttes vigtigheden af den direkte transmission fra guru til elev, som den også efterleves inden for de forskellige buddhistiske linjer (Nyingma-pa, Kagyud-pa, Sakya-pa og Geluk-pa). Den tantriske buddhisme blev dog indledningsvis introduceret i Tibet allerede i det 8. årh., hvor buddhismen



*Vajrayana, diamantvejen i buddhismen, med dens hemmeligholdte meditationsmetoder, har ry for at være en form for eksotisk tantra, med en tendens til at blive opfattet som en hurtig sanselig genvej til en højere erkendelse. Men både Theravada og Mahayana er indeholdt i Vajrayana, og at praktisere Vajrayana forudsætter selvdisciplin og en stærk personlighed.*

blev indført som statsreligion i Tibet, da den buddhistiske konge Trisong Detsen inviterede den lærde (pandit) Santarak-sita, samt den tantriske mester Guru Rinpoche fra Oddiyana til Tibet, for at grundlægge Tibets første kloster Samye.

I de efterfølgende århundreder rejste tibetanske lærde lamaer til Indien, og oversatte de buddhistiske tekster til tibetansk, hvilket senere har vist sig at være særdeles

Kvinder er himlen, kvinder er dharmaen. Kvinder er specielt den højeste renhed. Kvinder er Buddha, kvinder er sanghaen. Kvinder er den perfekte visdom.

*Candamaharosana Tantra.*





*Dorje Pagmo dancing - (Dorje Naljorma ses her i en frydefuld dans, mens hun drikker nektar fra en skål lavet af et kranie)*

heldigt for eftertiden, da specielt Nalanda universitetet, inklusive dets omfattende bibliotek, blev totalt udsløjet under de muslimske invasioner i Nordindien i det 12. årh.. Selvom der i nogle århundreder forinden var tegn på nedgang i den buddhistiske aktivitet, satte de muslimske invasioner og omfattende forfølgelse af andre trosretninger på det tidspunkt et definitivt punktum for buddhismens udbredelse i Nordindien. I dag er originale tantriske tekster kun bevaret i Tibet, Kina, Bhutan og Mongoliet. Tibetansk Vajrayana findes også i Ladakh (Nordindien), Sikkim og Nepal samt i Mongoliet.

*Flying yogi - (Yogi flyvende på regnbuens stråler)*



Vajrayana tilhængere og praktiserende findes også i lande som Kina, Korea og Japan.

### Vajrayana vejen

Sanskrit ordet vajra betyder direkte oversat tordenkile, hvilket er guden Indras våben, men det kan også betyde diamant. En kraft som en tordenkile er symbolet på den potentielle styrke i de tantriske metoder, og bruges til at opnå både verdslige og ikke-verdslige mål. Metaforen diamant bruges, da diamanten er den stærkeste af alle ædelstene, og samtidig er den meget værdifuld, smuk og funklende, værdier som indenfor tantraens symbolmættede sprog netop karakteriserer Vajrayana praksis. Vajrayana buddhismen er placeret indenfor rammerne af Bodhisattva idealet i Mahayana, idet der fokuseres på at opnå erkendelsen for at gavne alle levende væsener, og ikke som en Arhat (i Theravada), der stræber efter erkendelsen for sig selv. Indenfor Theravada og Mahayana vejen anses en buddhistisk praktiserende for at kunne opnå erkendelsen i løbet af utallige æoner (ufattelig lang tidsperiode), hvorimod en dedikeret Vajrayana praktiserende skulle kunne opnå erkendelsen i løbet af et enkelt liv. For eksempel anses den tibetanske yogi Milarepa, til trods for at have udført negative handlinger, for at have nået den absolutte erkendelse i blot et enkelt liv. En erkendelse han opnåede ved at udvise anger, og hengivent at følge sin gurus belæringer, ved ekstremt dedikeret meditativ praksis. Motivationen for at opnå en hurtig erkendelse af det klare oplyste sind er, at man med denne erkendelse vil opnå en ekstraordinær mental kapacitet (siddhi), hvormed man (som mahasiddha) meget hurtigt vil være i stand til at gavne alle levende væsener.



*Milarepa - (Tibet store yogi Milarepa, som levede i afsides Himalaya regioner og spiste brændenælder, for ikke at bruge tid på verdslige anliggender, så han fuldt ud kunne hellige sig meditation. Milarepa er især kendt for sin poetiske formidling af buddhismen).*

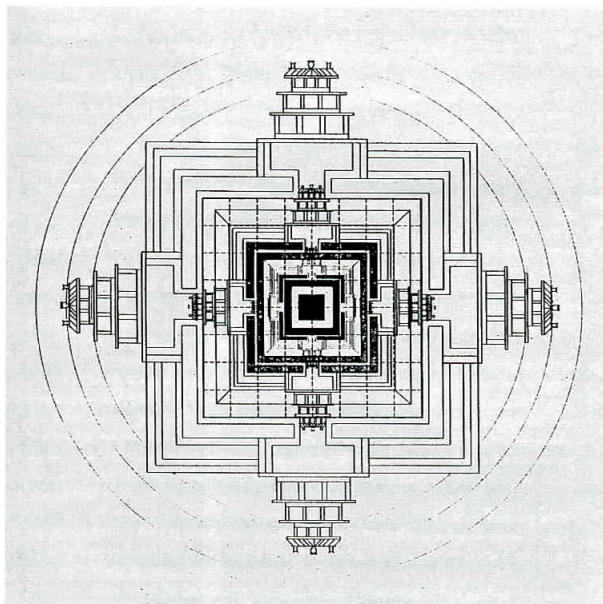
### Tekster

Sutra skrifter er tekster, der direkte refererer til Buddhas overleverede belæringer, da Buddhas lære først blev nedskrevet flere århundreder efter hans tid. Vajrayana litteratur er mangfoldig, og de enkelte tekster kaldes for tantra tekster. Tantra tekster adskiller sig fra andre Mahayana tekster hovedsagelig ved deres fokus på metode, dvs. at de indeholder instruktion på praksisser, symboler, samt belæringer, som ikke findes i andre Mahayana tekster. Efter som Buddha drejede Lærens Hjul tre gange, hvor tredje gang menes at være Vajrayana, anses tantriske tekster for at være autentiske som Buddhas belæringer. Tantriske tekster er derfor inkluderet i Den Tibetanske Kanon, Kangyur, der indeholder over 500 tantra tekster med 2.000 tilhørende kommentarer i Tengyur. Vajrayana tekster klassificeres som: kriya, carya og yoga, samt anuttarayoga, der yderligere opdeles i: mahayogayana, anuyana og atiyoga. Der findes tantra tekster uden ordet tantra indeholdt i titlen, mens der er tekster med tantra i titlen, som faktisk ikke er



tantriske tekster. Tantriske tekster omhandler hovedsagelig instruktioner i ritualer og meditationspraksisser, og kaldes for tantra. Begrebet tantra refererer specifikt til et system af meditativ praksis, hvor hovedfokus – ofte gennem kompliceret visualisering, symboler og ritualer – er rettet mod at opnå en kognitiv mental transformation. De forskellige skoler indenfor tibetansk buddhisme har deres egne distinktive tantriske praksisser, med forskellig visualisering og mantraer.

I den tidlige buddhisme i de første århundreder f.v.t. var det almindeligt at bruge symboler i stedet for faktiske buddhistiske billeder. I tidsperioden under Mahayana benyttedes derimod billeder i form af bl.a. statuer, mens der i tantrisk Vajrayana anvendes et utal af billedikoner, kombineret med symboler. Det stærkt symbolmættede og svært tilgængelige sprog, som blev brugt indenfor tantra, havde også til formål at bevare de hemmelige belæringer intakte for udenforstående og uindviede. En anden kategori af buddhistiske tekster er Terma (skatte) tekster, som ifølge overleveringer blev skjult af Guru Rinpoche på udvalgte steder. Man mener, at Terma teksterne blev genfundet af Guru Rinpoches hvidelever (hertesønner), idet teksterne i en senere tidsepoke forventes at være til større gavn for mere kvalificerede elever. Teksterne blev på magisk vis skjult direkte i jord, klipper, vand eller luft. Selv i nyere tid har der været eksempler på yogier, der har formået at finde nogle af disse tekster. Jeg hørte således fra en amerikansk kvinde, at hun personligt ved en rejse i Tibet i slutnin-



Mandala.

gen af 80 erne, sammen med en mindre gruppe tibetanere, havde overværet en tibetansk kvindelig yogi (yogini) finde og efterfølgende trække en terma tekst direkte ud af en rå klippevæg. Yoginien var under episoden nøgen over bæltet, for at ingen skulle tro hun havde haft teksten liggende i ærmet. Baseret på en vision havde den tibetanske yogini lokaliseret den aktuelle klippe med den skjulte terma (se Samuel 1994).

*Guru Rinpoche yab-yum - (Guru Rinpoche i tantrisk seksuel forening med sin kvindelige partner Yeshe Tsogyal)*



Den sidst nedskrevne tantra tekst i Indien er Kalachakra Tantra, som dateres til midten af det 11. årh. Kalachakra teksten er skrevet på klassisk sanskrit, og introducerer politiske og astrologiske aspekter, som ikke er fundet i andre tidligere tekster, bl.a. ved at der er i teksten kan læses advarsler mod en fremtidig muslimsk invasion. Teksten er en syntese af både hinduistiske og buddhistiske guddomme, som man ved en forenet påkaldelse kan anmode om hjælp til at forhindre truende muslimske invasioner.

### Indvielser og instruktion

Den buddhistiske praksis at tage tilflugt i Buddha, Dharma og Sangha (Buddha, Læren og munkeordenen), er bibeholdt i Vajrayana, men er genfortolket således, at ens egen guru opfattes og respekteres som værende Buddha i sig selv. Det er netop fra sin rodguru, at den praktiserende modtager indvielser og instruktion på meditationspraksis på de forskellige Bodhisattvaer, eller andre guddomme (yidam eller dakini). Tilgang til og praksis af tantra kræver altid, at en kvalificeret guru indledningsvis gennem et ritual indvier sin elev, dvs. at gurun udfører en transmission, en indvielse (wang), samt giver tilladelse til at læse teksten (lung) og til sidst instruktion på selve meditationen (tri). Sådanne overførsler og instruktioner foreskriver normalt et løfte (samaya) fra eleven til gurun om at tage daglig tilflugt, eventuelt at udføre specifikke tilbagetrækninger, og at sige et bestemt antal mantraer dagligt, i forbindelse med en meditationspraksis rettet mod en af de mange buddhistiske guddomme. Instruktioner vedrørende



meditation på de forskellige guddomme anses traditionelt set for at være hemmelige. I nogle Vajrayana tekster advares der specifikt om, at den indviede praktiserende vil falde i helvede (vajra helvede), såfremt han eller hun ikke overholder disse påbud. Det er dog uklart om disse advarsler skal forstås bogstaveligt eller metaforisk.

En indvielse til en guddom indebærer også indvielse til guddommens mandala. Indenfor tibetansk buddhisme repræsenterer en mandala kosmos og en guddoms hellige univers. En mandala kan have forskellige former. Den kan være rund, firkantet, todimensional eller tredimensional, men fælles for de forskellige mandalaer er, at de skal være en lukket kreds. En todimensional mandala kan være afbildet på en thangka, som fresko på en tempelvæg (maleri) eller i form af en sandmandala (lavet af sandkorn), hvorimod en tredimensional mandala er en figur bygget af træ eller metal. Der findes indtil flere, meget smukke tredimensionale mandalaer, i en størrelse op til 2 meter i diameter i Potala paladset i Lhasa. Sandmandalaer er flere gange blevet udført af tibetanske munke, flere steder i Danmark, og efterhånden mange andre steder i den vestlige verden. En sandmandala destrueres efter fuldendelse af de tilhørende ritualer som symbol på forgængelighed, grundstenen i buddhistisk filosofi. En mandala kan være simpel i diagram eller den kan være omfattende, og repræsentere hundredvis af guddomme. Buddhistiske stupaer og klostre kan også være bygget baseret på et mandalakoncept; for eksempel den store Borobudur stupa på det centrale Java (8. - 9. årh.), Samye klosteret i Tibet (9. årh.) samt Shechen klosteret bygget af Dilgo Khyentse Rinpoche i Boudhanath, Nepal (20. årh.).

## Mantra

Brugen af et mantra udgør hjertet i den aktuelle Vajrayana praksis. Mantra skal forstås som en lyd, den praktiserende benytter under en visualisering i en meditationspraksis. Mantraet kan være et eller flere ord, der oftest ikke har en mening i sig selv. Det vigtige ved mantrapraksis er, at det anses for at have en speciel iboende kraft. Det er en serie af lyde, associeret med den pågældende guddom, som den praktiserende har rettet sin opmærksomhed mod. Det har derved kraft som en handling, samtidig med at være en lyd. Det kendteste mantra indenfor tibetansk buddhisme er Avalokitesvaras mantra 'Om mani padme hung', som benyttes uafbrudt af de fleste tibetanere, hvad enten de besøger et helligt sted, eller er på arbejde som buschauffør, væver tæpper eller foretager andre gøremål. Den korrekte kontekst for at benytte et mantra er reelt set ved udførelse af ritualer eller meditativ praksis. Der eksisterer ikke egentlige guder indenfor tibetansk buddhisme, men derimod et utal af guddomme, som anses for at repræsentere forskellige kvaliteter, f.eks. Avalokitesvara (medfølelse), Manjusri (visdom), Tara (langt liv), samt mange andre. Alle guddomme har deres eget mantra, som benyttes ved visualisering og påkaldelse af guddommen, hvor det i en visualisering ofte vil være guddommen, der opstår fra selve mantraet. Historisk set er brugen af mantra ikke begrænset til tantriske ritualer, da man

*Om Mani - (Chenrezigs mantra Om Mani Padme Hung)*

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨ་མུྃ།

kendte til brugen af mantra før de tantriske ritualer opstod. Mantra kan spores langt tilbage i historien, helt tilbage til den vediske periode, hvor de blev brugt i brahminske ritualer. Alligevel anses brug af mantra ikke som et lån fra brahminske ritualer. Faktisk har en vedvarende recitation af paritta vers i den tidlige buddhisme samme funktion som en recitation af mantra; nemlig som en beskyttende formular, eller talisman med lykkebringende ord. Ligeledes menes en koncentreret recitation af ordet Buddha at kunne frembringe en vision af Buddha.

## En kraftfuld praksis

Et engagement i Vajrayana forudsætter en grundlæggende forståelse af Theravada og Mahayana filosofi. Filosofisk set er der ikke stor forskel mellem Mahayana og Vajrayana; forskellen ligger i de forskellige former for ritualer og meditativ praksis som benyttes indenfor Vajrayana. I Vajrayana opfattes forstyrrende følelser (klesas) som for eksempel had, begær og vrede, ikke som forhindringer, hvad de ellers gør i de to andre yanaer. Indenfor tantrisk buddhisme mener man, at vejen til at overvinde forstyrrende følelser som for eksempel begær ikke nødvendigvis kræver, at den undertrykkes. Forstyrrende følelser anerkendes derimod som kraftfulde værktøj, som den praktiserende gennem en meditativ erkendelsesproces formår at transformere til spirituel styrke og erkendelse indenfor Bodhisattva idealet (Mahayana), hvor der stræbes efter at gavne alle levende væsener.

Et væsentligt aspekt af den tantriske erkendelsesproces er beherskelsen af den indre vitale energi (prana), der bevæger sig gennem kroppens 72.000 energikanaler (nadi) og forskellige energicentre (chakra). En dygtig prak-



tiserende er netop i stand til at kontrollere sin prana gennem de forskellige chakraer, og kan derved opleve erkendelsen af sindets klare natur. Modsat kvinders lave sociale status i datidens Indien, omtales kvinder i de tantriske skrifter med respekt og høj status, da kvinder her opfattes som kilden til visdom. I det tantriske symbolsprog symboliserer en vajra den mandlige kraft, mens en klokke symboliserer kvindens visdom. Den kvindelige vagina er derimod symboliseret ved en lotus. Samlet symboliserer vajra og klokke den ikke-dualistiske natur af vågen opmærksomhed. En forening af kraft og visdom er for en erfaren og kvalificeret praktiserende netop mulig ved seksuel forening (karmamudra) med en (ligeledes kvalificeret) kvinde, en handling der udløser stærk seksuel fryd, som gennem en erkendelsesproces kanaliseres til en erkendelse af sindets åbenhed og klare natur. For at kunne praktisere disse teknikker er det nødvendigt at kunne opleve seksuel energi, uden at føle ordnært begær, samt at kunne identificere sig med guddommens fuldkomne immaterielle legeme. Atisa fremførte en mere konservativ holdning ved at insistere på, at ritualer og seksuel praksis indenfor Vajrayana udelukkende var symbolsk, fordi en munk, der har fysisk

kontakt med en kvinde (karmamudra) derved ville bryde sine Vinaya løfter.

En del personer har i tidens løb markeret sig som markante tantrisk praktiserende. I perioden 9. til 12. århundrede levede, der i Indien en gruppe yogier, som traditionelt blev kaldt for de 84 maha siddhas (yogier der har opnået speciel spirituel styrke). Disse yogier rejste rundt uden fast tilholdssted og provokerede det etablerede samfund med deres bizarre opførsel og levevis. Ud fra et tantrisk ideal var det at overskride tabu og konventionelle grænser en del af erkendelsesprocessen, for eksempel at indlede tantrisk seksuel adfærd med lavkaste kvinder, spise urent kød (hundekød og lignende) eller udføre meditativ praksis på gravsteder, som i henhold til daværende braminske kaster i Indien var stærkt forurenede steder. Gennem denne livsstil udfordrede og latterliggjorde disse yogier datidens stramme kasteopdelte samfund i Indien. Historien om den kendte siddha Naropa illustrerer effektiviteten i de tantriske metoder. Naropa var en anerkendt og meget respekteret abbed ved det kendte Nalanda universitet, men først efter han mødte sin guru, siddhaen Tilopa, og efterfølgende brød med de etablerede monastiske regler og praktiserede tantrisk meditation, var han i stand til at give slip på tilknytningen til sin intellektuelle viden, og derved opnå højere spirituel erkendelse. Set fra det etablerede samfunds perspektiv blev sådanne personer ofte betragtet som vanvittige. Andre kendte og nu respekterede yogier med såkaldt vanvittig visdom er Guru Rinpoche (Tibet 9. årh.), Drukpa



*Yeshe Tsogyal - (Guru Rinpoches consort Yeshe Tsogyal)*

Kunley (Tibet & Bhutan 15.-16. årh.) og Gendun Chöpel (Tibet 20. årh.). Disse individer brugte skandaløs adfærd og undertiden grov humor, som middel til at påvirke andre til at opnå en højere erkendelse, fri for samfundets konventionelle fordomme. Især var det ofte det rigide klostermiljø, der stod for skud, med vittigheder og fornærmelser, for at påvise munkenes hyckleri og selvoptagethed. Såvel tidligere som nu kan man opleve personer, som forsøger at legitimere deres anderledes adfærd, specielt deres seksuelle aktivitet, med at de er erkendte tantriske praktiserende. Ifølge d. 14. Dalai Lama er kun en person, der kan betragte alle samsariske fænomener med fuldstændig upartiskhed, kvalificeret til at benytte tantrisk seksuel praksis. Helt nøjagtigt, kun en person uden overhovedet noget seksuelt begær kan udføre denne praksis. Niveaue for denne erkendelse er således: hvis nogen giver dig et glas med vin og et glas med urin, samt en tallerken med et veltilberedt måltid mad og et stykke ekskrement, så skal du være på et så-

Hvis du ikke har attrå efter det urene hvorfor omfavner du så et fremmed skelet der er klinet sammen af sener og overplastret af kødlunser.

Du råder selv over en masse skarn! Dermed må du stille dig tilfreds! Din skarnsluger! Glem den anden affaldsæk!

*Shantideva, Bodhicaryavatara.*

dant mentalt niveau, at du kan indtage alle disse fire dele uden at føle forskel ved dets substans. Måske så er du kvalificeret til at udføre denne praksis. (Se Advice from the Dalai Lama)

## Afslutning

Selvom tantra anses for at være kulminationen på de buddhistiske belæringer, så anses disse belæringer og instruktioner ikke for at være lige egnede for alle individer. Tantrisk praksis er en kraftfuld og effektiv metode, hvorpå en praktiserende kan opnå en spirituel transformation, og netop af denne grund anses den for at kunne være potentielt farlig. Tibetanske lamaer pointerer, at disse metoder kun er egnede for udvalgte kvalificerede individer, mens andre hellere bør følge den langsommere, men mere sikre vej, som Theravada eller Mahayana sutra systemet. Ifølge Dalai Lama er Vajrayana metoder og instruktioner

kun egnede for individer, der har en meget stærk fornemmelse af altruisme, samt en overvældende motivation til at opnå Buddha tilstanden, udelukkende med det formål for øje at kunne gavne andre, så de kan gennemgå samme træning og blive fri for lidelse og årsagen til lidelse; fordi man på dette niveau ikke kan søge at opnå den absolutte oplysning kun for sin egen skyld.

Citater er hentet fra følgende bøger: Candamaharosana Tantra kapitel viii: 29-30. I Williams 2000: 240. (Min oversættelse)

Shantideva. Bodhicharyavatara, oversat til dansk af Chr. Lindtner i To buddhistiske læredigte, København, 1981: 111.

“Advice from the Dalai Lama”. I Inquiring Mind, vol. 10, no. 1 (Fall 1993). (Min oversættelse).

## Kilder

- Powers, John (1995). Introduction to Tibetan Buddhism. Snow Lion Publications. Ithaca, New York.
- Samuel, Geoffrey, Hamish Gregor and Elisabeth Stutchbury (eds.) (1994). Tantra and Popular Religion in Tibet. International Academy of Indian Culture and Aditya Prakashan, New Delhi.
- Skilton, Andrew (1994). *A Concise History of Buddhism*. Windhorse Publications, Birmingham.
- Thrangun Rinpoche (1997). *Songs of Naropa. Commentaries on Songs of Realization*. Translated from the Tibetan by Erik Pema Kunsang. Edited by Marcia Binder Schmidt with Kerry Moran. Rangjung Yeshe Publications, Boudhanath, Hong Kong & Esby.
- Williams, Paul with Anthony Tribe (2000). *Buddhist Thought. A Complete introduction to the Indian tradition*. Routledge, London and New York.