



## **Feilfri bevissthet Introduksjon til bevisstheten 2**

Den vanlige opplevelsen av livet er å være fortaapt i en tåke av tanker, følelser, sanseintrykk og andre opplevelser og ikke en gang være klar over at det er noe fortaapt over det. Eller rett og slett ha opp- og nedturer hele tiden - alltid komme til et punkt av lykke eller godfølelse, og tro at det kommer til å vare for alltid, og så alltid bli skuffet. Og derfor - når vi tror at lykken vår er avhengig av tanker, følelser, sanseintrykk og andre opplevelser, da blir hele livet vårt en tåke av opp- og nedturer hvor vi alltid leter etter en slags motgift, botemiddel eller helbredende fantasi som på en eller annen måte vil stoppe runddansen av å aldri føle seg hel.

Hvis vi ser på livet vårt, på våre egne erfaringer, ser vi at de forskjellige tingene vi har søkt - penger, makt, prestisje, relasjoner til spesielle personer, steder og ting - hvis vi virkelig ser på våre egne erfaringer, ser vi at oppnåelsen av noe av dette aldri har gjort oss lykkelige. Uansett hva vi oppnår, om det er den perfekte jobben, den perfekte bilen, den perfekte partneren, den perfekte maten, den perfekte ferien, det perfekte stedet å bo, den perfekte regjeringen til å styre, uansett hva det er, hvis vi ser på vår egen erfaring, ser vi at det ikke har kunnet gi oss lykke.

Kanskje vi bor i et land hvor regjeringen styrer veldig dårlig. Nesten alle tenker slik om sin egen regjering i dag, at den ikke er perfekt. Dette konstante strevet etter fullkommenhet, enten det er i oss selv eller i det ytre, er bare et spill. Det er et spill av opp- og nedturer, et spill av forvirring, et spill av aldri å føle seg hel.

Når vi baserer oss på det vi tenker eller hvordan de følelsesmessige tilstandene våre er, eller på sanseintrykkene våre eller andre

[www.greatfreedom.org](http://www.greatfreedom.org)

opplevelser, da har vi ikke virkelig stoppet opp for å undersøke hva kilden eller roten til disse er. Vi tror at de er kraftfulle realiteter i seg selv, at på en eller annen måte har tankene, følelsene, sanseinntrykkene og de andre opplevelsene våre en type veldig fast, veldig virkelig eksistens, og at vårt velvære er avhengig av deres veldig virkelige, faste eksistens.

Denne misoppfatningen skyldes at vi ikke forstår kilden, at vi ikke erkjenner at alle disse oppfatningene viser seg i et krystallisk rom av feilfri bevissthet. Ved varsomt å stole på bevisstheten i stedet for å legge vekt på synspunktene som oppstår i bevisstheten, blir bevisstheten mer og mer åpenbar. Dens feilfrihet blir mer og mer åpenbar.

Absolutt alle oppfatninger, alle synspunkter, viser seg i det altomfattende perspektivet til krystallklar bevissthet. Det er akkurat som i denne krystallkule hvor alle slags bilder viser seg, og de ser ut til å forandre seg hele tiden. Feilfriheten til krystallkule forandrer seg aldri, og forestillingene er uatskillelige fra renheten i krystallkule.

Slik er det også med vår egen bevissthet. Den er en kilde til varig stabilitet, evigvarende mental og følelsesmessig stabilitet. Å se etter mental og følelsesmessig stabilitet eller noen annen virkelighet som er veldig fast og veldig virkelig, i bildene som viser seg i en krystallkule, ville være dumdristig. Vi ville aldri se etter noe varig ved å prøve å ta tak i noen av disse bildene.

Bevissthet og oppfatninger, eller synspunkter, kan sammenlignes med forestillingene i en krystall. Disse forestillingene er slik at, uansett hva krystallkule plasseres på, vil den straks reflektere det, samme hva det er. Nå er den på et oransje papir, og den reflekterer det oransje i papiret fra min synsvinkel. Det ser ut som det oransje virkelig er i krystallkule, men feilfriheten i krystallen forandres aldri. Slik er det også med vår egen bevissthet og alle dens talløse, endeløse, uforutsigbare forestillinger, alle disse viser seg som bildene i en krystallkule, som en drøm eller en luftspeiling - uten noen fasthet, uten noe virkelighetsgrunnlag i seg selv.

Å stole på bevisstheten i korte øyeblikk, gjentatt mange ganger til det blir automatisk, er å introdusere oss selv for vår sanne natur, å øve på vår feilfrie, plettfriske natur. Når vi øver på vår feilfrie, plettfriske natur i stedet for å øve på fastheten og virkeligheten i øyeblikkets tanker, følelser, sanseinntrykk og andre opplevelser, begynner vi å oppleve

vår egen feilfrihet, vår egen plettfrihet, vår egen bevissthet som aldri kan ødelegges.

Å bare slappe av i et enkelt øyeblikk er å oppleve bevisstheten, og dette kan sammenlignes med å anstrenge seg, for eksempel med å jobbe i hagen eller ta en frisk spasertur. Hvis vi har jobbet i hagen hele dagen eller vært ute på en frisk spasertur en time eller to, eller en fottur - når vi kommer tilbake setter vi oss rett og slett ned og slapper av fullstendig. Hagearbeidet er over, turen eller vandringen er over. Vi bare slapper helt av. Det er dette som er å la bevisstheten slappe av i sin feilfrie krystalliske tilstand.

Bevisstheten er til stede i alle forestillinger. Akkurat som krystallkulen reflekterer alt som i øyeblikket viser seg i den - uansett hva forestillingen er, er den for alltid krystallisk og uforanderlig. Den kan overhodet ikke forandres på noen måte. Ved å stole på midlertidige forestillinger, begynner vi å tro at disse midlertidige forestillingene på en eller annen måte vil resultere i velvære og fullkommenhet; imidlertid gjør de aldri det. Så etter kun kort tid med denne dumdristige jakten burde det bli klart for oss at det er slik det er.

Når vi tillater opplevelser å være vår hersker, å være vår sjef, vil vi alltid prøve å unngå det som oppstår eller vi gir etter for det, eller vi prøver å erstatte det som oppstår med noe annet. Men når vi stoler på bevisstheten i stedet for å legge vekt på alle disse oppfatningene, blir vi fortrolige med vår krystallklare bevissthet. Vi blir fortrolige med det som er grunnlaget. Vi slutter å trene oss i den endeløse jakten på den perfekte opplevelsen. I stedet stoler vi på 'det som er hinsides opplevelser'.

Når vi stoler på bevisstheten, stoler bevisstheten på seg selv. Derfor er det ikke noen eksistens eller opplevelse å rydde av veien. Ettersom bevisstheten er roten til all opplevelse, er det ingen opplevelse å rydde av veien. Det er ingen opplevelse å unngå, ingen opplevelse å gi etter for og ingen opplevelse å erstatte, for å ha velvære.

Hvis vi føler at vi må detaljstyre alle opplevelsene, blir opplevelsene vår fiende. Enten de er gode opplevelser eller dårlige opplevelser, blir de vår fiende, fordi vi hele tiden vil ha flere gode opplevelser og færre dårlige opplevelser. I kraft av alltid tilstedeværende bevissthet, er dansen slutt. Spillet er over. Hva som enn oppstår, det oppstår. Hva som enn skjer, det skjer. Det som oppstår, oppstår i krystallklarhet. Det som skjer, skjer i krystallklarhet. Alt er selvopplyst i seg selv.

Bevissthet og klarhet er uatskillelige. Bevissthet og lysende klarhet er uatskillelige. Dette blir mer og mer åpenbart i vår egen opplevelse. Det er overhodet ikke noe skille mellom bevissthet og krystallklarhet, akkurat som det ikke er noe skille mellom krystallen og dens klarhet. Det er umulig å skille krystallkulen fra sin lysende klarhet. På samme måte er det umulig å skille bevissthet fra klarhet.

Visdom er å vite at fenomeners forestillinger ikke er særlig faste, ikke er særlig virkelige. De er som en drøm, et ekko, en luftspeiling, en forestilling i en krystallkule. De har ikke noe fasthetsgrunnlag. De har ikke noe virkelighetsgrunnlag i seg selv. Vi kunne lete for alltid, men ville aldri finne et fenomen som eksisterte i kraft av seg selv. Hva sier dette så om oss?

Visdom er å vite at bevisstheten er grunnlaget. Koblingen av visdommen i å vite at fenomener ikke har en uavhengig natur, med metoden korte øyeblikk av bevissthet, gjentatt mange ganger, er kjerne-instruksjonen.