

# PERSONLIG IDENTITET

## KAPITTEL FJORTEN

---

*"Vi har et veldig enkelt valg. Vi kan enten fortsette i det uendelige med å beskrive historiene som er basert på en mangelfull oppfattelse av vår sanne identitet, eller vi kan velge å bli kjent med klarheten som er den eneste kilden til og grunnlaget for alle disse beskrivelsene."*

Naturens klarhet tar aldri form som et varig uttrykk. Den forblir klar uendelighet, uansett hvilke uttrykk som kommer og går i den. Klarhetens grenseløse, vidstrakte uendelighet er det eneste "du" som noensinne virkelig har eksistert, så kjenn deg selv som dette. Det har aldri eksistert noen individuell klarhet. Personlig identitet er kun et synspunkt i klarhetens altomfattende vidsyn. Den tar seg selv for å være noe som blir født, går gjennom livet i tilstander av å være våken, drømme og sove – for så å dø. Men den grenseløse klarheten som er din sanne identitet forblir upåvirket av alt dette.

Når vi først tror at den personlige identiteten eksisterer, knytter vi alle andre synspunkter opp mot den og ikke til deres opprinnelige kilde som er altomfattende klarhet. Når vi tar oss selv for å være et individ med en selvgenerert eksistens basert på biologiske faktorer, skaper vi et innbilt skille mellom oss selv og naturens enestående ikke-dualistiske vidstrakthet. Vi tenker: "Jeg er en separat enhet; jeg er et uavhengig individ som eksisterer i kraft av meg selv, og alle andre er også uavhengige individer".

Hvert eneste synspunkt vi klamrer oss til er med på å gi vår personlige identitet mer substans. De fleste av oss ser på den personlige identiteten som en sammensetning av alle synspunktene våre fra fortiden. Dessverre kan disse personlige historiene ende opp som fortellinger med endeløse konflikter. Vi kommer automatisk i konflikt med oss selv og andre når vi hele tiden prøver å bevise at vi har en uavhengig eksistens. Vi bygger opp oss selv med synspunkter som vi knytter til vår personlige identitet, og deretter konkurrerer vi med andre og prøver å bekrefte hvor spesielle og betydningsfulle vi er. Separasjonen blir hele tiden bekreftet siden vi holder fast ved en identitet som er bygd på atskillelse og oppdeling og er utenfor andres identitet.

Det er imidlertid ingen som er noe annet enn en fantastisk manifestasjon av klarheten selv. Spedbarn har ingen følelse av "jeg", samme hva den konvensjonelle oppfatningen er. Ved fødselen har vi ingen opplevelse av å være noen som helst, og vi har ingen opplevelse av at andre er uavhengige identiteter heller. Vi er fullstendig vidåpne i alt vi oppfatter. Det tar mange år å utvikle en sterk opplevelse av "jeget". Har du lagt merke til hvordan små barn først refererer til seg selv ved å bruke navnet sitt istedenfor å si "jeg"? Jeg la merke til dette med mine egne barn og barnebarn. Barnebarnet mitt, Jack, var to eller tre år gammel

før han begynte å bruke ordet "jeg". Han hørte menneskene rundt ham referere til ham som "Jack", så han sa: "Jack vil ha sukkertøy." Han sa ikke: "Jeg vil ha sukkertøy." Først senere da han lærte seg ideen om at "jeg er en kropp" begynte han å bruke ordet "jeg".

Hvis vi hører om igjen og om igjen helt fra vi er små at vi er noen, da er det simpelthen dét vi blir vant til og til slutt tror på. Etter at vi i mange år er blitt fortalt at vi er en person, konkluderer vi med: "Ja, jeg har en individuell identitet; denne kroppen og sinnet er hva og hvem jeg er." Vi lærer å bli objektorienterte gjennom repetisjonen av å se på ting som atskilte objekter, for så å definere og sette merkelapper på dem. Dette forsterker opplevelsen av vår personlige identitet siden vi gjør den til subjektet for alle disse objektene, og styrker ideen om at alle ting er atskilte. Denne måten å se ting på kommer gradvis, det skjer ikke på et blunk. Men selv om noen har fortalt oss mange ganger at det er sånn, betyr ikke det at det er sant! Det ville være som å si: "Jorden er flat," om og om igjen. Menneskene trodde på dette i århundrer, men det gjorde aldri jorden flat.

Konkretiseringen av en personlig identitet skjer tanke for tanke. Denne faste personlige identiteten er bare et påfunn – den er rett og slett en fiks idé! Den sanne definisjonen av personlig identitet er – som for alle andre beskrivelser – naturens intelligente fundament. Å bli fanget av beskrivelser og hva de betyr, er bare totalt meningsløst.

Vår sanne identitet er klarhet, siden den er det grunnleggende fundamentet for alt vi oppfatter, og ikke kan ødelegges eller påvirkes på noen som helst måte. Dette er det veldig viktig å forstå. Klarhet blir ikke produsert av mennesker. Et menneskes intelligens er avhengig av klarhet, og har ingen uavhengig natur som er separat eller atskilt fra klarheten. I kraft av klarhet blir det mer og mer tydelig at klarheten er det eneste grunnlaget for personlig identitet, og at klarhet alene er det vi må identifisere oss med, istedenfor den vanlige tankegangen som prøver å bevise at verdenen av fenomener har en uavhengig eksistens.

Hvis vi virkelig innser at den personlige identiteten ikke har substans og heller ikke har en uavhengig eksistens, blir det mye lettere for oss å identifisere oss med klarhet og slutte å holde fast ved illusjonen om en personlig identitet. Når vi – tanke for tanke – tar det viktige valget om å prioritere klarhet istedenfor å identifisere oss med beskrivelsene i en fragmentert verden av subjekt og objekt, vil vår sanne natur bli innlysende.

Hvis vi lever livet vårt basert på synspunktene våre, vil synspunktene være det eneste vi ser. Vi tror at vi er den som styrer og kontrollerer identiteten vår, og at det er vår oppgave å forsvare og beskytte den. Fokuset for alle aktivitetene våre vil da være å verne og bygge opp den identiteten, noe som er en svært frustrerende og utmattende måte å leve på. Da prøver vi hele tiden å forsvare og beskytte oss selv mot enhver form for forstyrrelse fra omverdenen, og prøver ustanselig å endre på det som oppstår i sinnet vårt. Vi føler at vi må gjøre oss selv

betydningsfulle, og deretter konkurrere med andre for å vise at vår uavhengige natur er bedre enn deres.

Når vi først er overbeviste om at vi har en personlig identitet, forholder vi oss fryktsomt til alle mulige slags konsekvenser forbundet med det å prøve å beskytte og forbedre identiteten vår. Vi virrer rundt i en livsstil av håp og frykt; vi håper at visse ting skal skje og frykter at de ikke vil hende – og vi frykter at andre ting skal skje og håper at de aldri gjør det.

Hvis vi har inkludert ideen om en spirituell eller religiøs utvikling som en del av vår personlige identitet, og prøver å rense oss selv for å bli en bedre person, er sannsynligheten stor for at vi vil bruke mye tid på å gjøre nettopp det. Å prøve å bli kvitt egoet vårt eller andre fiktive identiteter er mye arbeid – akkurat som det ville være mye arbeid å prøve å få jorden til å bli flat! I virkeligheten er det umulig å bli kvitt egoet eller personligheten, for det har ingen uavhengig natur og eksisterer ikke som en eller annen ting vi kan forandre på! For å bli kjent med vår sanne natur må vi komme til den konklusjonen at vi aldri har hatt et ego. Når vi har gjort det, kan vi si: "Hvor er det individet jeg jobbet så hardt for å forbedre? Jeg klarer ikke å finne noe tilholdssted for det egoet som jeg trodde kontrollerte det hele. Det er ingenting her bortsett fra klarhet!"

Hvis vi prøver å gjøre noe for å perfeksjonere oss selv, eller prøver å bli kvitt "egoet", vil vi alltid komme til kort, for det er umulig å bli kvitt noe som ikke er der. Du kan ikke gå på innsiden av sinnet og fjerne et ego som du tror finnes der; å prøve på det vil bare gi ideen om å ha et ego enda mer kraft. Siden det aldri har eksistert en personlig identitet som kan forandres, vil alt vårt strev med å fikse, forbedre eller utslette den bare føre til en enda sterkere tro på en personlig identitet! Hvis vi gransker tankene, følelsene og opplevelsene våre og prøver å gjøre dem bedre, vil dette arbeidet kun være med på å forsterke overbevisningen om at vi har en personlig identitet – og sannheten er at det har vi ikke.

Vår eneste sanne natur er evig og ufødt og tilhører klarheten selv. Den er helt fri fra forestillinger om årsakssammenheng, tid og rom. I kraft av klarhet identifiserer vi oss med den stabile, underliggende essensen til all den selvbiografiske informasjonen vi har tatt oss selv for å være. I kraft av å stole på klarhet, blir vår essensielle natur mer og mer tydelig for oss. Den tilsynelatende solide personlige identiteten får mindre og mindre betydning. I korte øyeblikk, gjentatt mange ganger, bekrefter vi ganske enkelt vår essensielle natur, og ved å gjøre det blir den gradvis tydeligere.

Vi har et veldig enkelt valg. Vi kan enten fortsette i det uendelige med å beskrive historiene som er basert på en mangelfull oppfattelse av vår sanne identitet, eller vi kan velge å bli kjent med klarheten som er den eneste kilden til og grunnlaget for alle disse beskrivelsene. I kraft av klarhet tillates alt å være *som det er*. Vi begynner å forstå tilværelsens sanne natur. Visdommens klare lys vokser frem i oss, og vi begynner å le av at vi har tatt oss selv så seriøst! Hvis du

tror at du er sinnet ditt, så bare slapp av. I denne totale avslapningen åpenbares den naturlige tilstedeværende klarheten som er sinnets grunnleggende uendelighet.

Hvis du fremdeles er overbevist at du har en personlig identitet, kan det være nyttig å se nærmere på hvor vi kan finne denne identiteten. Forskere har vurdert spørsmålet om hvor følelsen av "jeget" kan være lokalisert, men ingen har noensinne kommet frem til en endelig konklusjon. Er det lokalisert i hjernen? Nei, vi kan egentlig ikke si at det er i hjernen. Er det lokalisert i hjertet eller i andre deler av kroppen? Nei, vi kan ikke finne det på noen av disse stedene heller. Hvis vi ser nærmere på kroppens cellenivå, eller hvis vi ser gjennom et elektronmikroskop på de partiklene som utgjør kroppen, vil vi finne "jeget" der? Hvis foreldrene dine kom inn og fikk se disse partiklene, ville de da sagt: "Åh se, der er den lille jenta vår!?" Nei. De ville kun se utallige små atompartikler bevege seg i utrolige hastigheter; partikler som oppstår og forsvinner i det vidstrakte rommet.

I sin ytterste forstand består vår personlige identitet kun av vidstrakt uendelighet, og vårt "jeg" kommer fra denne klare, rene uendeligheten. Alt, uansett hva det er, består av denne klare uendeligheten, som er det samme som den tidløse intelligensen som er alle tings grunnleggende natur.

Når vi ser oss selv på denne måten, fører det til den gledelige vissheten om at det aldri har vært noen her som er atskilt fra klarhet. Denne forståelsen avkrefter hele ideen om et individuelt subjekt som er atskilt fra helheten. Snart begynner vi å se at det ikke finnes noe annet enn klarhetens udelelige vidstrakte uendelighet som viser seg selv fra øyeblikk til øyeblikk i en kontinuerlig strøm av alt som oppstår. Alt sammen er naturens uttrykk som spontant viser seg i sin fantastiske, endeløse forestilling. Klarheten er grunnlaget for vår evne til å vite om og forstå alt som oppstår. Gradvis får vi tillit til at klarheten er vår egen grunnleggende natur.

*Spørsmål: Jeg føler meg virkelig fanget i at jeg dømmes meg selv og andre hele tiden. For eksempel, når folk kommer inn i salen går tankene mine umiddelbart på høygir med alle disse fordommene jeg har mot dem. Jeg ser at dette er en veldig negativ egenskap, og jeg ønsker virkelig å stoppe med det, men vanen er så inngrodd. Kan du hjelpe meg?*

*Svar:* Når vi ser mennesker har vi en tendens til å identifisere dem basert på utseendet deres; sort hud, hvit hud, blå øyne, brune øyne, tiltrekkende eller ikke så tiltrekkende, og vi blir fanget i alle disse beskrivelsene av alt. Deretter tar vi beskrivelsene som årsaker til å se på alle som atskilt fra oss selv. "Den personen er hyggelig, den andre er ikke hyggelig, og de menneskene der vil jeg ikke engang vite om, for de representerer alt jeg ikke liker!"

Vi styrker vår egen identitet når vi engasjerer oss i en skjult konkurranse med alle andre. Vi ønsker å bevise at vi på et eller annet vis er bedre, eller vi ender opp med å misunne andre for at de ser ut til å være bedre enn oss. Gjennom denne

prosessen utvikler vi disharmoni og uenighet i oss selv, og da utvikler vi automatisk disharmoni og uenighet med andre også.

Si for eksempel at en dame kommer inn i rommet og du begynner å få tanker om henne. "Åh se, hun har håret i en hestehale. Det er da ikke særlig kledelig, er det? Jeg lurer på hvor hun fikk tak i *de* klærne. Og hun har ikke spesielt fin hud heller!" Eller: "Hun er mye vakrere enn meg. Jeg er så misunnelig!" Jo mer vi identifiserer oss med vår personlige identitet, jo flere slike tanker dukker opp. Alt dette er en del av prosessen hvor vi har skapt en falsk identitet basert på synspunktene våre; hvilket kjønn vi har, navnet vårt, frisyren, klærne vi bruker, hvor gamle vi er eller hva det måtte være. Vi har begynt å tro at disse tingene definerer hvem vi er. Hvis vi ikke har gjenkjent klarheten som grunnlaget for alle disse ideene om oss selv, begynner vi å identifisere oss selv på denne måten. Deretter gjør vi automatisk det samme med andre. Vi bedømmer og setter merkelapper på alle vi ser. Vi forsøker å konkretisere dem med beskrivelser og kategorisere dem som at de enten er med oss eller mot oss. I denne prosessen bekrefter og forsterker vi ytterligere det vi tror er vår egen uavhengige natur.

Men ingen av oss blir født med massevis av meninger om oss selv og andre. Vi visste ingenting om hva vi het, eller hvilket kjønn, hudfarge eller nasjonalitet vi hadde. Vi ble født som dem vi er; som klarhetens fenomenale uttrykk, med en medfødt visdom som aldri trenger å holde fast ved noen beskrivelse. Vi blir alle født med og lever med en instinktiv kunnskap om vår identitet. Bestemte ideer om hva vi tar oss selv og andre for å være når det gjelder kjønn, alder, utseende, politikk, filosofi og så videre, er helt unødvendig for vårt velvære og evne til å fungere bra som mennesker. Jo friere vi er i vår oppfatning, jo bedre er det.

Når vi slapper mer og mer av i vår sanne natur – som er den rene klarheten som er grunnlaget for all vår kunnskap – og betrakter verden derfra, begynner alt og alle å se mye bedre ut uten at vi vet hvordan det har skjedd! Alle disse ideene vi hadde om hvor solid og fast vår personlige identitet er, og hvor solid og fast andre menneskers identitet er, begynner å blekne. Behovet for å vise frem hva vi kan og konkurrere med alle andre faller helt naturlig bort, uten å gjøre annet enn å stole på klarhet i korte øyeblikk til det blir automatisk.

Når vi identifiserer oss med klarhet blir vi omsorgsfulle, engasjerte og medfølende på en helt naturlig måte, og denne medfølelsen strømmer ut til alle. Mer og mer ser vi alle gjennom visdommens øyne. Visdom er vår naturlige måte å se på. Det er klarheten som ser, så jo mer vi stoler på klarhet, jo mer vil vi se som klarhet. Denne klare måten å se på er synonymt med kjærlighet, visdom og energi. Stadig oftere opplever vi å være i godt humør!

Etter hvert som vi stoler mer og mer på klarhetens stabilitet, opplever vi en gradvis forandring i vår vanlige måte å tenke på. Alle de ekstremt selvfokuserte tankene om "meg", "mine greier" og "hvordan jeg skal leve" begynner å slippe taket. Vi elsker fremdeles våre nærmeste, men har ikke lenger et desperat behov for å ha de følelsesmessige båndene til andre mennesker for å kunne identifisere

oss selv eller være lykkelige. På en helt naturlig måte vil tankene og følelsene våre involveres i det som er til nytte for alle. Istedenfor bare å tenke på oss selv og hva som vil være bra for oss, vil vi - gjennom å ta vare på oss selv på best mulig måte ved å identifisere oss med klarhet - automatisk ønske å være til nytte for andre.

Vi ser hvordan vi forårsaker lidelse ved å klamre oss fast til en personlig identitet, og ta den for å være sann. Når vi innser at vi har lurt oss selv på denne måten, føler vi utrolig dyp samhörighet med og enorm medfølelse og ekte omsorg for alle. Når mennesker er helt oppslukt i seg og sitt, tenker de vanligvis ikke på andres lidelse fordi de er altfor opptatt med sine egne problemer. Men når vi har forstått hva som er roten til all vår felles lidelse, ønsker vi helt naturlig å bidra til å løse de tingene som har skapt lidelse i verden.

Den største kraften et menneske kan ha ligger i klarhetens åpne og fullkomne visdom. Når vi opplever at vi tenker med medfølelse på alles velvære, så er det simpelthen en helt vidunderlig måte å være på. Det er en veldig vakker utvikling! Dette er ikke en medfølelse som kan dyrkes frem eller opparbeides; den finnes allerede i klarhet. Ingenting annet behøves; det er allerede fullført. Alt vi trenger å gjøre er å få tillit til klarhet ved å stole på den om og om igjen, i korte øyeblikk mange ganger, til det blir spontant hele tiden. Denne ene enkle forandringen er løsningen i alle problemer.

Hvis vi prøver å skape spesielle omstendigheter for å gjøre oss kjent med klarheten, vil vi ikke kunne se at vår nåværende situasjon, uansett hvordan den er, er klarhetens evige, spontane strøm.

*Spørsmål: Jeg synes det er veldig vanskelig å tro at vi ikke skal prøve å forbedre de feilene vi finner i oss selv. Jeg mener at folk må gjøre en innsats for å forbedre seg; hvis ikke vil de aldri bli noe bedre.*

*Svar:* Hvis vi tar oss selv for å være en personlig identitet og ønsker å finne ut mer om vår sanne natur, vil utgangspunktet ofte være at vi tror det er noe feil med den personlige identiteten vår. "Jeg må forbedre den mangelfulle personligheten min og rense sinnet mitt." Men ettersom klarheten er fullkommen og har vært det helt fra den begynnelsesløse begynnelsen, finnes det ingenting i klarheten som noensinne har vært mangelfullt. Å prøve å analysere eller forandre en personlig identitet som ikke eksisterer, vil bare opprettholde ideen om en personlig identitet.

Når vi gjentatte ganger vender tilbake til klarhet, våkner visdommen i oss uten at det kreves noen form for tilgjort aktivitet, oppførsel, tenkning eller følelser. Visdom er uatskillelig fra klarhetens grunnleggende uendelighet som gjennomstrømmer alt. Alle de tingene du prøver å forandre på er et uttrykk for denne visdommen! Bare ved å innse at det er slik det er, kan feilene falle bort og egenskapene forbedres i tidløs visdom. Vi kan ikke forbedre egenskapene våre ved å anstrenge oss. Vår egen visdom er iboende og er allerede oppnådd; vi trenger ikke å gjøre noe for å få den - den er allerede her! I kraft av klarhet blir

visdommens klare lys mer og mer tydelig. Dette kan vi stole på med absolutt sikkerhet!

Det spiller ingen rolle hva slags liv du har levd. Du kan være den verste personen på jorden og ha gjort grusomme ting, eller du kan være den mest fantastiske personen som noensinne har levd – eller noe midt i mellom – det spiller virkelig ingen rolle. Du trenger ikke å være smart og utdannet eller spirituell eller noe som helst. Klarhet er naturlig til stede i alle. Det er på grunn av den vi vet at vi eksisterer. Vi kunne ikke ha visst om vår egen eksistens eller verdens eksistens uten klarhet. Den er roten til all kunnskap. Ved å opprettholde klarhet i korte øyeblikk til den blir kontinuerlig, vil du innse at forbedringen av egenskaper er iboende i visdommen – og ikke skjer ved tilgjorte handlinger for å prøve å forandre på tankene, følelsene, oppførselen og opplevelsene. Feilene faller bort og egenskapene forbedres helt automatisk etter hvert som vi identifiserer oss mer og mer med klarhet.

De fleste av oss har aldri hørt noe annet enn at vi må stole på den personlige identiteten vår, og i mangel av bedre informasjon har vi trodd på dette. Kanskje har vi hørt at det kan finnes noe som går utover den personlige identiteten vår, men det er veldig sjelden at vi befinner oss i en situasjon der det gis avgjørende og vesentlige instruksjoner som ufeilbarlig kan lede oss til fullstendig visshet om klarhetens natur.

*Spørsmål: Det å bli kritisert av andre mennesker er ganske vanskelig for meg, og på kontoret mitt er det ofte baksnakking, sladder og kritikk av menneskene jeg jobber med. Jeg ønsker ikke å bytte jobb, men noen ganger synes jeg arbeidsmiljøet er helt uakseptabelt.*

*Svar:* Mange av oss har et trossystem som sier at ingen skal kritisere oss, og at selvfølelsen vår blir såret hvis noen gjør det. Vi er overbeviste om at vi blir negativt påvirket når noen kritiserer oss, så vi tillater ingen å gjøre det. Vi ønsker å opprettholde selvtilliten og følelsen av betydning, og føler oss truet av enhver kritikk.

Men så en dag skjer det; noen ydmyker oss og vi tenner på alle pluggene. Det er som om vi har satt opp et stort skilt som sier: "Adgang forbudt! Nedlatende oppførsel ikke tillatt!" Men se, en inntrenger har ignorert skiltet og fornærmet oss! Vi får kanskje høre at noen har sagt noe veldig negativt om oss bak vår rygg, og ikke bare det, det han sa var ikke engang sant! Plutselig er vi rasende. "Hvordan våger han? Jeg skal ringe og la ham få vite hva jeg mener om alt dette, og så skal jeg aldri snakke med ham igjen!" Kanskje vi til og med har tanker om å slå ham eller skade ham på en eller annen måte. Uansett hva vi ender opp med å gjøre, vil vi være fullstendig distraherede så lenge vi engasjerer oss i alle de sinte tankene. Denne typen ordinær tankegang presenterer oss for handlingsalternativer som er basert på stolthet og selvhøytidelighet, og de handlingene kommer fra en svært begrenset måte å se tingene på. Hvis vi gjennomfører noen av disse planene vil resultatet være veldig forutsigbart: Vi har en liten krig på gang!

Selvfølgelig skjer det noen ganger at vi må snakke med vedkommende om det han eller hun har gjort, men hvis vi stoler på klarhetens kraft istedenfor å sprette opp for å forsvare oss, kan vi begynne å se at det finnes andre måter å se situasjonen på. I stedet for å føle oss såret og hevnjerrige, vil andre alternativer åpenbare seg. Dette er veldig viktig, for kun på denne måten kan vi se at tanker og følelser ikke trenger å ha noen kraft over oss. Først da begynner vi å få et bredere perspektiv på ting, og den eneste måten vi kan få dette balanserte vidsynet på, er gjennom vår egen avgjørende opplevelse av at klarhet er basisen til hver og en av disse tankene og følelsene. De er klarhetens livlige uttrykk, og ingenting annet. Hvis vi gir dem substans og kraft i seg selv, er det umulig å ha det vidåpne og grenseløse perspektivet som er nødvendig for virkelig problemløsning.

Istedenfor å gå inn i en spiral av sårede følelser og hevnjerrighet, kan vi simpelthen stole på klarhet og glede oss over alle tings fullstendige likeverd, uten å måtte holde fast ved beskrivelsene som strømmer gjennom sinnet. Hva har beskrivelsene å tilby oss? De gir ikke annet enn smerte og kvaler. Hva gir klarhet oss? Fullstendig lettelse og evnen til å handle på best mulig måte.

Valget er veldig enkelt!

I kraft av klarhet oppdager vi snart at vi er mye mer interesserte i klarhetens fred og visdom enn i å forsvare oss mot fornærmelser. Vi oppdager at vi ikke trenger å forsvare vår sanne natur, og det finnes heller ingenting som kan skade den. I stedet for å oppfatte en annen persons handlinger som et angrep, blir vi i stand til å se på det som harmløse hendelser som oppstår i klarhet. Da kan vi reagere med klok visdom istedenfor å svare tilbake med samme mynt. Kanskje vi til og med oppdager takknemlighet i våre hjerter over den andre persons handlinger, som har vært en invitasjon til å opprettholde klarhet og en verdifull påminnelse om ikke å identifisere oss med vår vanlige tenkning.

For deg er det kanskje vanskelig å håndtere ydmykelse, for en annen person kan det være vanskelig å takle sjalusi og for andre igjen kan det være å møte sinne, begjær, stolthet eller frykt. Men uansett hva det er, bare stol på klarhet uten å nøle og la den opprinnelige visdommen blomstre. Når vi stoler på klarhet i det direkte møtet med hvilket som helst av disse fenomenene, vil fantastisk visdom blomstre helt av seg selv. Når vi frigjør oss selv fra stolthet, sjalusi, sinne, begjær og frykt, får bevissthetens visdom råde – og i dette klare speilet kan vi endelig se vårt sanne ansikt.