

# Ordliste

I korte øyeblikk, gjentatt mange ganger, blir klarhet innlysende!

Sist endret 03.04.2011 (versjon 005)

A	A	apart	unna, borte fra, fra hverandre	benefit (sb)	nytte
abandon	forlate, oppgi, etterlate, svikte	apart from	bortsett fra	benefit (v)	være til nytte
abide/abide by	forbli, oppholde seg, overholde,	apparent	åpenbar, tydelig, synlig	benefit for all,	til beste for alle, til alles beste
>	være tro mot	appear/arise	vise seg, oppstå, bli synlig	>of benefit to all	
able to	i stand til, kunne	appearance	forestilling, uttrykk, det som	bewilderment	forvirring
absence	fravær	>	oppstår, det som viser seg,	bias	ensidighet, partiskhet
absence of mind	fravær av tanker, sinnsro	>	hendelse	biased	forutinntatt, partisk
absent	fraværende, ikke tilstede	appease	forsonne, berolige, dempe, stagge	blame (sb)	skyld, ansvar, kritikk
accomplish	utføre, fullføre	applicability	brukbarhet, anvendelighet	blame (v)	legge skylden på, klandre, dømme
accumulation	oppsamling, opphopning	apply	anvende, bruke	blindside	villed, lure, forblinde,
accurate	eksakt, riktig, nøyaktig	apply to	stemme med, bruke på, gjelde for	>	komme uventet på
accustomed to	vant til	appraisal	vurdering, verdsettelse	blindsided	lurt, ført på villspor, bli forblindet
achievement	prestasjon, oppnåelse, ytelse,	appreciation	anerkjennelse, takknemlighet	bliss	lykksalighet
>	fullføring	approach	tilnærming	bogged down	fastlåst, kjørt fast
acquainted with	kjent med, fortrolig med	appropriate	passende, egnede	booby price	trøstepremie
acquire	skaffe seg, tilegne seg	array	oppstilling, samling	brief moments	korte øyeblikk, glimt
adept	dyktig, flink, erfaren	aspects	sider, aspekter	briefly	for et kort øyeblikk
adjustment	tilpasning, justering, regulering	assess	vurdere, fastslå	by the power of	i kraft av
ado	oppstyr, ståhei, mas	assessment	vurdering	C	C
adolescents	tenåringer, ungdommer	associated with	forbundet med	carefree	ubekymret, bekymringsløs, sorgløs
adopt	innføre, legge seg til, anta,	attain	oppnå, tilegne seg	causal	årsaks-, årsaksbestemt
>	godkjenne, ta opp	audacity	dristighet, frekkhet, med stort	cause	årsak, opphav, grunn,
affect	påvirke, bevege, gjøre inntrykk på	>	mot/ vågemot, djervhet	ceaseless	uopphørlig, ustoppelig, endeløs,
affliction	plage, lidelse, uro	aversion	motvilje, uvilje, aversjon, avsmak	>	uavbrutt
afflictive	plagsom, tyngende, besværlig,	avoid	unngå	certainty	sikkerhet, visshet
>	opprivende, smertefulle, vonde,	aware	bevisst	change (sb)	forandring
>	urovekkende, forstyrrende,	awareness	bevissthet(en)	change (v)	forandre
>	foruroligende	B	B	circumstance	omstendighet, forhold, hendelse
alert	oppmerksom, (år)våken	balanced view	balansert syn	clarify	klargjøre, oppklare, avklare
alertness	oppmersomhet, (år)våkenhet	basic	grunn-, grunnleggende	clarity	klarhet
all-encompassing	altomfattende	basic state	grunntilstanden	clear	klar, lys, opplagt, tydelig,
allies	allierte, venner	basic space	grunnleggende rom	cling to	klamre seg til
amount to	beløpe seg til, bety, innebære	basis	grunnlag, utgangspunkt, basis	cognizance	viten, kjennskap, kunnskap,
anguish	kvaler, dyp smerte	behave	oppføre seg, opptre	>	kompetanse
anticipate	foregripe, forvente, forutse	being	skapning, tilværelse, væren	cognizant	vitende, som har kunnskap
antidote	motgift, middel mot	beneficial	nyttig, velgjørende, fordelaktig	collapse into	fanges av
anxiety	engstelse, uro, angst, bekymring	>	nyttegjørende	come about,	hende, gå for seg, være resultat av

# Ordliste

I korte øyeblikk, gjentatt mange ganger, blir klarhet innlysende!

come about by	komme fra	constant	trofast, varig, stadig	defend	forsvare, beskytte
comfort (sb)	trøst, betryggelse, støtte, komfort,	constrained	anstrengt, unaturlig, hemmet,	deficiency	utilstrekkelighet, mangel,
>	oppmuntring, velvære	>	begrenset	>	underskudd
commit, commit to	bestemme seg for, forplikte seg til	constrict	innsnevre, snøre sammen	desire	ønske, begjær, lengsel
>	engasjere seg (i), velge, beslutte	construct	bygge, reise, konstruere	deviation	avvik, fravikelse
commit to clarity	bestemme seg for klarhet	contain	romme, inneholde	devoid of	tom for, blottet for, uten
commitment	bestemmelse, beslutning	contempt	forakt, hån	diminish	forminske, redusere, avta, minke
>	fast beslutning, total villighet	content	innhold, fornøyd	direct change	umiddelbar forandring
>	engasjement, valg, forpliktelse	contentment	tilfredshet, tilfredsstillelse	directly	direkte, umiddelbart
community	samfunn, felleskap	context	sammenheng, kontekst, bakgrunn	discard	forkaste, kvitte seg med
community service	samfunnstjeneste, frivillig arbeid	continuous	sammenhengende, kontinuerlig,	discernment	dømmekraft, innsikt,
compassion	medfølelse	>	vedvarende	>	skarpsindighet, klarsyn
compilation	utarbeidelse, samling	contrary	motsatt, i motsetning til, i strid med	disdain	forakt
complaint	klage	on the contrary	vert imot	display (sb)	framvisning, oppvisning, utstilling
completely	helt, fullstendig, komplett	contribute	bidra	display (v)	vise, utfolde, legge for dagen
comprise	omfatte, bestå av, innbefatte	contrivance	tilgjorthet	dissolve	oppløse(s)
compulsion	tvang, tvangshandling	contrive	finne på, tenke ut, skape,	distracted	distrahert, forstyrret
compulsive	tvangsmessig	>	dikte opp, planlegge	distracton	forstyrrelse
conceive of	forestille seg, komme på, finne på	contrived	tilgjort, unaturlig, kunstig,	disturbing	forstyrrende, foruroligende,
concept	begrep, forestilling, idè,	>	anstrengt, påtatt	>	opprørende, urovekkende
>	oppfatning, måte å se ting på	cooperative	samarbeidsvillig, hjelpsom	>	smertefullt, besværlig, tyngende
conception	befruktning	cope	klare, mestre, hamle opp med	division	deling, oppdeling, skille, atskillelse
conceptual	begrepsmessig, begreps-	countless	utallige, talløse	doubtful	tvilende, tvilsom
concern	uro, bekymring, engstelse	craving	begjær, trang til	due to	på grunn av, derfor, fordi
conclusion	konklusjon, slutning, resultat	crucial	avgjørende, viktig, kritisk	duration	varighet
conduct	oppførsel, holdning	cultivate	bruke, bearbeide, dyrke, utvikle,	for the duration	så lenge det varer/pågår,
confidence	tillit, fortrolighet, tiltro	>	vie seg til	>	inntil videre
confidentiality	fortrolighet, taushetsplikt,	current (adj)	nåværende, aktuell, gjeldende	dwell	dvele, oppholde seg, bo, holde ut
>	konfidensialitet	current (sb)	strøm, strømning	E	E
conform	tilpasse seg, rette seg etter,	D	D	earnestly	på alvor
>	være i overensstemmelse	daunting	avskrekkende, skremmende	ease	avslapning, lettelse, velvære,
confused	forvirret	dawn	demre, gry	>	letthet, lindring, ro, hvile
connected	forent med, forbundet med	dawn on/upon	demre for, gå opp for	be at ease	ha det bra/behagelig, være rolig/
connection	forbindelse, tilhørighet	decisive	avgjørende, bestemt, besluttosom	>	tilpass, slappe av, ha en bekym-
consider	overveie, tenke på, synes,	decrease	avta, minke, redusere, forminske	>	ringsfri tilværelse, i ro og mak
>	ta i betraktning	dedicate	tilegne, (inn)vie	ease of being	være avslappet (til noe), totalt/
consideration	overveielse, betraktning, hensyn	defecating	ha avføring, rense, fjerne, gå på do	>	fullstending avslappet

# Ordliste

I korte øyeblikk, gjentatt mange ganger, blir klarhet innlysende!

effort	anstrengelse	>	sørge for, skaffe	experience (v)	erfare, oppleve
effortless	uanstrengt	entail	innebære, medføre, nødvendiggjøre	express	uttrykke, vise, gi uttrykk for
elaborate (adj)	utarbeidet, gjennomtenkt, detaljert,	entire	hel, absolutt, total, fullstendig,	extend	forlange, strekke seg, utvide, by,
>	omstendelig	>	udelt, fullkommen, komplett	>	gi, vise
elaborate (v)	utarbeide, bearbeide, utdype,	entirety	helhet, hele	extensive	utstrakt, vidstrakt, omfattende
>	gå i detalj	in its entirety	i sin helhet	external	ytre, utvendig
elicit	få fram, utløse, lokke fram	entity	realitet, eksistens	extremes	ytterpunkter, ytterligheter
emanate	strømme/stråle/springe ut,	envision	forestille seg, se for seg, forutse	F	F
>	ha sitt utspring i	equal	likeverdig	face life	møte livet
emanate from	komme fra, utgå fra	equalized	likestilt, utjevnet	fail	mislykkes, svikte, slå feil, stryke
emanation	utstråling, utstrømming	equanimity	likevekt	familiar	velkjent, fortrolig, vanlig
embrace	omfavne, omfatte, godta,	era of great benefit	tidsalder til beste for alle	familiarity	fortrolighet, bekjentskap
>	slutte seg til	error	feil, feiltakelse	fault	feil, feiltrinn, skyld
emotional	følelsesmessig	essential	vesentlig, nødvendig, livsviktig	fiercely	voldsomt, heftig, uten å nøle,
emotions	følelser	>	essensiell, fundamental,	>	med stor beslutsomhet
emphasis	vekt, vektlegging	>	hovedsakelig	figure of speech	billedlig talt, talemåte
emphasize	betone, understreke, legge vekt på	establish	grunnlegge, opprette, etablere	finally	endelig, omsider, til slutt
emphatically	ettertrykkelig, i fremtredende grad,	evaporate	forduften, fordampe	finite	endelig, begrenset, avgrenset
>	beslutsomt, utvilsomt	evenness	likeverdighet, jevnhet, likevekt	first-hand	førstehånds-, direkte, egen,
employ	ta i bruk, anvende, engasjere	event	hendelse, begivenhet, tilfelle,	>	personlig
empower	styrke	>	omstendighet	flawless	feilfri, fullkommen
empowering	styrkende, berikende, velgjørende	everyday life	dagliglivet, hverdagen	flight path of a bird	vei en fugl flyr over himmelen
empowerment	kraftfullhet, berikelse	evidence	bevis, tegn	> in the sky	
enable	muliggjøre, sette i stand til, aktivere	evident	tydelig, åpenbar, klar	flourish	blomstre (fig), trives, gå strykende
encompassing	omsluttende, omfatter /	evoke	påkalle, vekke, bringe fram	flow	strøm, flyt, tilstrømning
>	som omfattes av	exalted	oppstemt, opphøyet, verdig	flow on by	flyte forbi, passere
encounter (sb)	møte, sammentreff, sammenstøt	examine	undersøke, granske	>	flyte fritt, strømme forbi
encounter (v)	møte, støte sammen med,	excerpt	utdrag	fluid	flytende, skiftende, ubestemt
>	treffe på, komme ut for	excessive	overdreven, urimelig, tøylesløs	foe	uvenn, motstander, fiende
encourage	oppmuntre, inspirere, støtte	exercise	utøve, bruke, legge for dagen	for the better	til det bedre
encouragement	oppmuntring, inspirasjon, støtte	exhausted	utmattet, sliten, uttømt, oppbrukt	fortune	rikdom, velstand, hell, lykke,
endow	utstyre, utruste, skjenke, forære	existence	tilværelse	>	framgang
enemy	fiende	expand	utvide, bli større, folde seg ut	foundation	fundament, grunnlag, basis
enjoyable	gledesfyllt, gledelig, hyggelig,	expanse	utstrekning, vidstrakt rom, vidde,	The Four Comforts	De Fire Støttepilarene
>	koselig, morsom, underholdende	>	flate, vid utstrekning	frame of reference	referanseramme
enliven	oppmuntre, live opp	expectation	forventning, forhåpning	framework	rammeverk, struktur, disposisjon
ensure	forsikre, garantere, forvise seg,	experience (sb)	erfaring, opplevelse	freedom in	frihet umiddelbart i selve

# Ordliste

I korte øyeblikk, gjentatt mange ganger, blir klarhet innlysende!

>immediate	opplevelsen	human mind	menneskesinn	inexhaustible	utrettelig, uuttømmelig
>perception		humble	ydmyk, beskjeden	inferiority	underlegenhet
fulfil	fullbyrde, fullføre, innfri,oppfylle	humbling	som gjør en ydmyk	inherent	iboende, naturlig
fulfil oneself	realisere seg selv	humiliating	ydmykende	initial	innledende, første, åpnings-
fundamental	grunnleggende, grunnprinsipp,	humiliation	ydmykelse	initially	i begynnelsen, til å begynne med,
>	fundamental, vesentlig	humility	ydmykhet, underdanighet	>	først, innledningsvis
G	G	I	I	inmost/innermost	innerste, (dypeste)
gain	få, øke, oppnå, skaffe seg	idea	idè, begrep, forestilling, innfall	innate	iboende
gem	edelsten, juvel	ill at ease	utilpass, ille til mote, urolig	innovative	nyskapende, kreativ
gender	kjønn	illuminate	belyse, klargjøre, opplyse, lyse	inseparable	uatskillelig
gentle	snill, vennlig, forsiktig, god	illuminating	klargjørende, opplysende, lysende	insight	innsikt, forståelse
gifts	evner, begavelser	imagination	fantasi, forestillingsevne	instant (adj)	øyeblikkelig, umiddelbar
global community	verdensomspennende nettverk	immediacy	umiddelbarhet, umiddelbare	instant (sb)	øyeblikk, glimt
global movement	verdensomspennende bevegelse	impact	innvirkning, inntrykk, effekt	instantaneous	øyeblikkelig, momentan
globe	verden, klode	impediment	hindring, feil, lyte	instinctive	instinktiv, ubevisst
gossip	sladder, rykter, folkesnakk	imperturbably	uforstyrrelig	insubstantial	innholdsløs
govern	styre, lede, dirigere, regjere,	implicit	underforstått, innbefattet	intense	sterk, intens, heftig, voldsom
>	kontrollere, bestemme	imply	innebære, medføre, bety, antyde	(inter)penetrating	gjennomtrengende, gjennomtrengende
grab	gripe tak i, rive til seg, slå kloen i	in a very great	i et praktfullt klarhetssamfunn	>	hverandre
gradually	gradvis, jevnt, trinnvis, etter hvert	>clarity society		interruption	avbrytelse, opphold, pause
grant	gi, bevilge, tildele	in fact	faktisk, i virkeligheten, i realiteten	intimate	nær, intim, fortrolig, inngående, dyp
grasp (sb)	fatteevne, rekkevidde	in fixed reference	faste referansepunkter	intrinsic	iboende, indre, virkelig, reell
grasp (v)	begripe, forstå, fatte	>points		is found to	ser vi at
grasp for	gripe etter, søke, prøve å oppnå	in mid-air	i løse luften	J	J
Great Freedom	undervisningen i Great Freedom	> mid-air	løse luften, luft	joyful	glad, lykkelig, frydefull
> Teaching		in one's own right	i kraft av seg selv, i ens egen rett	justify	rettferdiggjøre, frita for skyld
Great Freedom	bevegelsen Great Freedom	incidental	tilfeldig, uvesentlig	jut (out)	stikke fram, stå ut, skyte ut
> Movement		inconceivable	utenkelig, ubegripelig, ufattelig	K	K
grounded	forankret	increasingly	i økende grad, mer og mer	key point	hovedpunkt, nøkkelpunkt
guide	ledsager, veiviser	independent	uavhengig	kinds of readers	de som leser, type lesere,
H	H	indestructible	uforgjengelig, evig, som ikke kan	>	lesergrupper
habitual	vanemessig, vanlig, vane-, inngrodd	>	ødelegges/ tilintetgjøres	L	L
harmful	skadelig	>	evigvarende, varig	label	merkelapp, beskrivelse
hold/keep at bay	holde på plass, holde i sjakk,	indivisible	udelelig	lack (sb)	mangel, savn, mangle, savne
>	under kontroll	indulge	gi etter for, tillate, hengi seg til,	lack (v)	mangle, savne
hold on to	holde fast ved	>	fråtse	lead to	føre til, resultere i
human inquiry	forskningsområder	indwelling	iboende	leisure pursuits	fritidsaktiviteter

# Ordliste

I korte øyeblikk, gjentatt mange ganger, blir klarhet innlysende!

liberated	frigjort, befridd	N	N	overcome	overvinne, beseire, overvelde
light filling space	lys som fyller himmelrommet	native	hjem-, naturlig, medfødt	overt	uttalt, åpenbar, utilsørt, tydelig
limit	grense, begrense, innskrenke	natural state	naturlige tilstand	overwhelm	overvelde, overmanne, tilintetgjøre,
longhand	håndskrift, vanlig skrift	naturally	av seg selv, naturligvis, naturlig	>	oversvømme
look for	se etter, lete etter, vente seg	>	nok, av natur	P	P
lucid	skinnende, strålende, klar	nature of	tilværelsens natur	pace	takt, fart, tempo
luminous	lysende, strålende	>existence		participate	delta, være med
luster/lustre	glans, lysskinn, glimmer	negate	nekte, benekte, oppheve	particular	særegen, bestemt, spesiell,
M	M	neglect	forsømme, overse, neglisjere	>	enkeltstående
magnitude	størrelse, omfatning, maibetydning	nonconceptual	uten begreper, uten konsepter	peace of mind	sinnsro
main idea	hovedidè, hovedsak, det viktigste	nourishment	næring, føde, mat	penetrating	gjennomtrengende, skarpsindig
mainstay	grunnlag	numb and dumb	uvitende	perception	oppfatning(sevne)
maintain	opprettholde, holde vedlike,	nurture	gi næring til, oppfostre, oppdra	perfect	perfekt, fullkommen
>	fastholde, forsørge	O	O	perfection	fullkommenhet
make amends	gjøre noe godt igjen	obscuration	formørkelse, tåkelegging	permanent	varig, permanent
make good	lykkes, gjøre det bra, gjøre opp	obscure	formørke, skygge, tilsløre, tåkelegge	permeate	gjennomsyre, trenge gjennom
>	for seg	obstruction	hinder(ing), blokkering, sperring	perpetuate	forevige, la bestå
make sense of	forstå, begripe, fatte, bli klok på	obtain	få tak i, oppnå, skaffe seg,	persevere	være utholdende, holde ut
mandated	ha/gi fullmakt, tildelt oppdrag	obvious	tydelig, åpenbar, opplagt,	persistence	utholdenhet, iherdighet
mass	masse, mengde, haug, samle	>	selvskreven, nærliggende	pervade	gjennomstrømme, trenge
mastery	herredømme, beherskelse,	occur	inntreffe, forekomme, finne sted	>	igjennom, prege
>	full kontroll over	offer	tilby, by, foreslå, framføre,	pervasive	gjennomgripende,
means	midler, måter, framgangsmåter,	>	innebære, legge opp	>	gjennomtrengende
>	metoder	one simple change	en enkel forandring	pinpoint	presisere, sette fingeren på
mediocrity	middelmådighet	oneness	enhet	pivotal	sentral, vesentlig, nøkkel-, hoved-
mental	mental, sinns-	openhearted clarity	åpenhjertelig klarhet	pivotal instruction	nøkkelinstruksjon, sentral
merely	bare, kun, utelukkende, rett og slett	openheartedness	åpenhjertighet	>	veiledning
merge	smelte sammen, slå sammen	opinionated	påståelig, egenrådig, dogmatisk	please	vær så vennlig/snill
method	metode, system, framgangsmåte	option	valg, valgmulighet, alternativ	please note	legg merke til, vær oppmerksom,
micro-manage	detaljstyre	order	rekkefølge, sekvens, reglement	>	merk deg
mind	sinn	> in any order	om hverandre, i vilkårlig rekkefølge	point of view	synspunkt
mirage	luftspeiling	origin	opprinnelse, opphav	> viewpoint	
mist	dis, tåke, slør, uklarhet	out of reach	utenfor rekkevidde, uopnåelig	pose	framsette, stille, gjøre rådvill,
momentary	kortvarig, forbigående, flyktig	outcome	resultat, følge, effekt	>	målbinde, utgjøre
moment	øyeblikk, (glimt, stund)	outlook	syn på tilværelsen, tankegang,	potent	kraftfull, mektig, heftig
momentum	drivkraft, styrke, kraft, fart	>	utsyn	potenciate	realisere potensial
mutual	gjensidig, felles	outshine	overstråle, overgå, lyse sterkere enn	poure space into	blande luft med luft

# Ordliste

I korte øyeblikk, gjentatt mange ganger, blir klarhet innlysende!

> space		pure presence	ren/klar tilstedeværelse	reflect	gjenspeile, speile, tenke på/etter,
power	kraft, energi, styrke	pure space	klart himmelrom	>	reflektere
powerful	sterk, kraftig, mektig	purity	renhet, uskyld	refrain	avstå, avholde seg fra, la være
> by the power of	i kraft(en) av	purpose	mening, hensikt, plan, formål	refuge	tillflukt, tilfluktssted, fristed, ly
> through the	gjennom kraften av	pursue	jage, forfølge, følge, strebe etter	reject	avvise, fokaste, avslå
> power of		put off	utsette, avlyse, avvise, forstyrre,	release	frigjøre, befri, frigi, oppgi
practice	praksis, øvelse	>	skremme	reliable	pålitelig, tillitvekkende, troverdig
preceding	førrige, foregående	Q	Q	relief	befrielse, lindring, lettelse
precious	verdifull, dyrebar, nydelig	quality	egenskap, kvalitet	relinquish	oppgi, gi avkall på, gi opp, avstå
preconception	forutinntatt mening, fordom	quintessence	kvintessens, kjerne, innbegrep,	relish	nyte, smak godt, like, sette pris på
predominant	fremherskende, fremtredende	>	poeng	reluctance	motvilje, ulyst
premise	antakelse, premiss, forutsetning	R	R	rely on	stole på, regne med
preoccupation	tankefullhet, åndsfraværelse,	radiance	stråleglans, utstråling	remains	blir værende
>	fremste interesse	rapture	ekstase, henrykkelse, rus	remedy	botemiddel, hjelp, råd
prepare	forberede, klargjøre, utarbeide	rare	sjelden, uvanlig, utsøkt	renounce	oppgi, gi avkall på, gi opp, avstå
presence	tilstedeværelse	readily available	lett tilgjengelig	repeated again	om og om igjen
present	nåværende, nærværende	readiness	villighet, letthet, beredskap	>and again	
preserve	bevare	reaffirm	bekreft/godkjenne på nytt/igjen,	repeated many	gjentatt mange ganger
previous	tidligere, førrige, foregående	>	hevde igjen	>times	
primordial	opprinnelig, opphav(lig)	reality	virkelighet, realitet, realisme	replace	erstatte, avløse, legge tilbake
principal	hovedsakelig, hoved-, viktigst, fremst	> in reality	i virkeligheten, faktisk	request	anmodning, oppfordring,
pristine	uberørt, opprinnelig	realization	erkjennelse, forståelse, innsikt	>	etterspørsel, ordre
proceed	fortsette, gå videre med, utgå	realize	erkjenne, innse, forstå	resent (v)	bære nag til, bli støtt/såret av
profound	gjennomgripende, dyptgripende,	realm	rike, verden, sfære	resentful	bitter, støtt, sint
>	dyptgående, grundig	realm of	fantasiverden	resentment	sinne, ergrelse, nag, bitterhet
profoundly	fullt og helt	>imagination		reset	tilbakestille, nullstille, tilbakeføre
progression	framgang, progresjon, utvikling	reassure	berolige, forsikre på ny	>reset button	tilbakestillingsknapp/ mekanisme
proliferate	mangfoldiggjøre, formere/spre	receive	ta imot, motta, få	resilient	motstandskraftig, robust, elastisk,
>	seg raskt, vokse	receptive	mottakelig	>	seig
prolong	forlenge, fornye	recognition	gjenkjennelse, anerkjennelse,	resolutely	beslutsomt, målbevisst, resolutt
protect	beskytte, bevare, verne, forsvare	>	erkjennelse	resolution	opløsning, beslutning
provide	gi, sørge for, skaffe, forsyne,	recognition of	gjenkjennelse av bevisstheten	resolve	forløse, løse seg opp
>	komme med	> awareness		resources	ressurser
public talks	offentlige/åpne foredrag/taler	reconciliation	forsoning	respond	svare på, besvare, reagere
pure	ren, sann, klar, ekte	recurrent	stadig/periodisk tilbakevendende	rest	hvile
pure and simple	rett og slett, kort og godt,	refer to	henvise til, sikte til, antyde	rest as awareness	hvile som bevissthet
>	fullt og helt	refine	forbedre, forfine, foredle	resting awareness	hvilende bevissthet

# Ordliste

I korte øyeblikk, gjentatt mange ganger, blir klarhet innlysende!

resting naturally	hvile naturlig	simple	enkel, naturlig, ukomplisert	>	gi innhold
restrict	begrense, innskrenke	simplicity	enkelhet, naturlighet	substantial in their	ha tyngde i seg selv, ha substans
resume	gjenoppta, fortsette, ta tilbake	simply	simpelthen, rett og slett,	> own right	i seg selv, stående alene
retreat (v)	trekke seg tilbake, vike unna	>	helt/ganske enkelt	subtle	subtil, svak, udefinerbar, uuttalt,
retreat (sb)	samling	simultaneous	samtidig	>	diffus
reveal	avsløre, oppdage, røpe, vise	skilled/skillful	dyktig, flink, faglært	subtly	uten å tenke over det
>	åpenbare, påvise	skillful means	gode ferdigheter, gode egenskaper	suffering	lidelse, smerte
revelation	avsløring, åpenbaring	skillful ways/	dyktighet, begavelse	support	hjelp, støtte
roller coaster	berg-og-dal-bane/berg- og dalbane	>skillfulness		suppress	fortrenge, undertrykke, kue, dempe
S	S	skills	ferdigheter	supreme	høyeste, øverste, suveren,
sanitize	endre	solemnity	høytidelighet, seremoni, alvor	>	enestående
schedule	program	soothing	lindrende, beroligende	sustain	oppretholde, understøtte, bistå, tåle
seamless	helt, udelte, sammenhengende	source	kilde, utspring, opphav	sustenance	næring, levebrød
seize	gripe, ta, fatte, forstå	space	vidstrakthet, uendelighet,	T	T
self-benefit	egennytte	>	himmelrommet, rom, luftrom	take oneself to be	tro at en er
sensations	sanseinntrykk	space of time	tidsrom	talents	talent, evner
separate	adskilt, uavhengig,	spacious	vidstrakt, utstrakt, grenseløs,	tangible	håndgripelig, virkelig, konkret,
>	utenforliggende, separat	>	romslig, rommelig	>	til å ta og føle på
sequence	rekkefølge, sekvens, serie,	speculation	spekulasjon, fundering	tap into	hente fram, ta lærdom av,
>	kontinuitet	speech	talemåte	>	få tilgang til, koble seg til/på
serene	fredfull, rolig, klar, ren, uforstyrrelig	sphere	sfære, kule, klode, planet,	teaching	undervisning
serenity	stillhet, ro, klarhet, sjelefred, sinnsro	>	himmellegeme	tense	anspent
servitude	slaveri	stainless	plettfri, flekkfri	the flawless	den fullkomne allviteren/ allvitende
share	dele erfaringer	state	tilstand	>knower	
sharing	deling av erfaringer	stem from	stamme fra, komme fra,	The Four Comforts	De Fire Støttepilarene
shatter	splintre, knuse, ødelegge	>	skrive seg fra	The Twelve	Tolv empowerment-treninger
sheen	glans, skinn, skjær	stray	streife omkring, gå seg bort,	>Empowerments	
shine forth	utstråle	>	komme på avveier	themselves	(i) seg selv
short moments	korte øyeblikk av bevissthet/	strengths	styrke, krefter, sterke sider	thoroughly	grundig, fullstendig, tvers igjennom
>of awareness/	klarhet	strip away	ta bort, ribbe for	through	gjennom, med
>clarity		strive	kjempe, streve	through the	gjennom kraften i
short moments	korte øyeblikk som bevissthet/	stubborn	sta, umedgjørlig, ukuelig	> power of	
>as awareness/	klarhet	(to be) stuck	sitte fast, gå i stå, sitte igjen med	tick	trigge, holde i gang, fungere,
>clarity		subservient	underdanig, lydlig, føyelig	>	krysse av
shunning	unngå, flykte, holde/sky seg unna	subside	minske, avta, synke, roe seg, lindre	timeless	tidløs, evig
similarly	på samme måte, på lignende vis,	substance	innhold	total	fullstendig, total, hel, full
>	likeens	substantialize	materialisere, virkeliggjøre, befeste,	training	utdannelse

# Ordliste

I korte øyeblikk, gjentatt mange ganger, blir klarhet innlysende!

transcend	overvinne, overstige	vault	hvelving, hvelv
transition	overgang	view	vidsyn
transmute	forvandle, omdanne	violent	voldsom, voldelig, heftig
transparency	gjennomsiktighet, åpenhet	virtue	dyd, iboende kraft, fortrinn, evne
treasury	skattkammer, gullgruve	visible	synlig, åpenbar, klar, tydelig
trigger	utløser, avtrekker	vivid	livlig, livfull, levende
trust	tillit, stole på	void	tomrom
turmoil	kaos, forvirring, bråk, uro, tumult	vulnerability	sårbarhet
U	U	W	W
ultimate	absolutt, endelig, grunnleggende,	wake	kjølvann, spor
>	vesentlige, egentlige,	wakefulness	våkenhet
>	bakenforliggende	waver	vakle, gi etter for, blafre, vingle,
uncomfortable	ubehagelig, ukomfortabel	>	være ubesluttsom
uncompounded	usammensatt	well-being	velvære
unconditional	uforbeholden, betingelsesløs	wellspring	kilde, utspring, oppkomme
unconfined	uinnskrenket, ubegrenset,	whatsoever	overhodet, i det hele tatt, absolutt
>	uendelig, utilgjort	whim (at the	være offer for
uncontrived	naturlig, uanstrengt	>whim of)	
underlying	bakenforliggende, underliggende	whole	helhet, hele
unerring	ufeilbarlig, usvikelig	wise	vis, klok
unfaltering	stødig, urokkelig, fast	wound	sår, skade
unflinching	standhaftig, ubøyelig, klippefast,	writing	tekst, tekster, verk
>	uten å vike/gi etter, urokkelig	X	X
unity	enhet, helhet, fellesskap	Y	Y
unresolved	uløst, ubesluttsom, usikker	yield sign	vikepliktsskilt
unwarranted	uberettiget, umotivert	Z	Z
unwavering	stødig, fast, urokkelig, besluttsom		
>	upåvirkelig		
uptight	nervøs, anspent, stiv		
urge	trang, sterk lengsel		
utilize	benytte, anvende, ta i bruk		
>	utnytte, nyttiggjøre seg		
utter	fullstendig, absolutt		
V	V		
vanish	forsvinne, bli borte		
vantage	styrke, forankring		
vast	endeløs, vidstrakt, veldig, enorm		