



## Reflektion över det betingade

### **Sabbe saṅkhārā aniccā**

Alla betingade ting är obeständiga.

### **Sabbe saṅkhārā dukkhā**

Alla betingade ting är dukkha.

### **Sabbe dhammā anattā**

Allting är utan själv.

### **Addhavaṃ jīvitam**

Detta liv, det kan ej bestå;

### **Dhuvam maranam**

Döden, däremot, kommer bestå.

### **Avassam mayā maritabbam**

Det är oundvikligt att vi dör;

### **Maraṇa-pariyosānam me jīvitam**

Döden är kulmen av vårt liv.

### **Jīvitam me aniyatam**

Våra liv är osäkra;

### **Maraṇam me niyatam**

Döden är säker.

### **Vata**

Det är i sanning så.

### **Ayam kāyo**

Denna kropp,

### **Aciram**

Efter inte någon lång tid,

### **Apeta-viññāṇo**

När medvetandet väl är borta,

### **Chuddo**

Och den blir bortkastad,

### **Adhisessati**

Kommer vila

### **Paṭhaviṃ**

På marken

### **Kaliṅgaram iva**

Precis som en rutten trästock

### **Nirattham**

Alldeles utan nytta.

### **Aniccā vata saṅkhārā**

I sanning, betingade ting kan ej bestå.

**Uppāda-vaya-dhammino**

Deras natur är att uppstå och förfalla

**Uppajjitvā nirujjhanti**

Väl uppkomna måste de upphöra

**Tesaṃ vupasamo sukho.**

Det är lycka när de stillas.