

Livets gong **Av Hans Olsson**

I artikeln Livets sömngång (efter ett föredrag på Sommarsamlingen 2018) refererade jag till den urgamla visdomens beskrivning av människans andliga ”sömn sjuka”. En gong, eller gong-gong som vi ofta säger, är ett heligt instrument i österlandet med en både fysiskt och andligt uppväckande effekt. Vi skall nu ta upp några uppvakningsmetoder från historia och nutid.

JNANA – KUNSKAPENS YOGA

H.P. Blavatsky säger att den som seriöst studerar Den Hemliga Läran är en jnanayogier och att jnana är den rätta vägen för västerlänningar. Religionspsykologen David Fontana definierar jnana som ”kunskapens yoga”, kunskap i betydelsen gnosis eller insikt i verklighetens och sinnets natur. Utövandet sker genom studier av heliga skrifter och kontemplation över deras olika teman. Jnana leder till upptäckten av Jaget (Atman) såsom varande en del av det Absoluta (Brahman).

Kvantfysikern och teosofen Amit Goswami beskriver processen i jnana yoga som en dekonstruktion, en ”nedmontering” av metafysiska utsagor om verkligheten och om språkliga påståenden överhuvudtaget. Begreppet ”dekonstruktion” aktualiserades av den nutida franske litteraturforskaren Jacques Derrida, som vi strax skall återkomma till, men metoden går tillbaks till den buddhistiske filosofen Nagarjuna. Goswami framhåller jnana yoga som den direkta vägen till uppvaknande, som består av filosofisk reflektion och mindfulnessmeditation.

NAGARJUNA

Jnana yoga har sitt ursprung i upanishaderna, vedanta och buddhismen, men når med Nagarjuna (ca. 150 – 250 vt) sina högsta nivåer. Han betraktas av både indologerna och H.P. Blavatsky som buddhismens störste filosof. Nagarjuna är grundare av mahayanabuddhismens esoteriska system, madhyamikaskolan eller medelvägen, som fått stor betydelse inte minst i Tibet. I sitt huvudverk Mulamadhyamikakarika konstaterar Nagarjuna att intet förgår eller uppstår, det finns ingen yttervärld, allt är relativt och våra tolkningar av världen är tankekonstruktioner. Den högsta visheten består därför i att upphäva alla teser. Allt som är finns endast till i relation till något annat och har ingen egen inneboende natur. Nagarjuna var den främste utvecklaren av buddhismens lära att det finns två nivåer av sanning: den ultimata sanningen och den konventionella eller ytliga. Den ultimata sanningen, säger han, är att det inte finns någon ultimata sanning.

H.P. Blavatsky karakteriserar Nagarjunas system som en sofistikerad nihilism eller ”förnekelse”, vilken bryter ner varje påstående till en tes och dess motsats och sedan förnekar båda. Hans analys baseras på fyra påståenden: 1. Alla ting existerar. 2. Alla ting existerar inte. 3. Alla ting både existerar och existerar inte. 4. Alla ting varken existerar eller inte existerar. Att förstå fenomenens tomhet är ett medel för att korrigera våra vardagliga tankeprocesser och befrämja uppvaknandet.

Man kan förstå att jnana yoga är populär inom zenbuddhismen, då metodikerna är snarlika. Två motsatser ställs emot varandra både i Nagarjunas madhyamika och i zens olösliga gåtor, koaner (t. ex.: hur låter det när en hand applåderar?). Detta triggas, som Goswami säger, en förändring av det vanliga tankeklimat som intellektet arbetar inom. Han jämför det med ett kvantsprång i fysiken, där en elektron byter omloppsbana kring en atom utan att ha haft någon

färdväg till sin nya bana. Effekten av zens och madhyamikas tekniker är en dekonstruktion, ett nedbrytande av de vanliga tankestrukturerna, som leder till insikt.

Varken Nagarjuna eller zen sysslar med hårklyverier utan med människans befrielse genom uppvaknandet från språkets styrning av tänkandet och det därav följande sömngångaraktiga och lidandefyllda liv vi lever.

JACQUES DERRIDA

Den fransk-algeriske litteraturfilosofen Derridas verk bygger på strukturalismen, en språk teori utvecklad av bl. a. antropologen Claude Lévi-Strauss, psykoanalytikern Jacques Lacan och historikern Michel Foucault. Strukturalismen påvisar att ord inte har någon mening i sig själva. Språkliga uttryck är alltid beroende av varandra. Meningen med någonting är därför alltid relativ och flytande i en oändlig referenskedja. Vi är fångar i språket, som lär oss att se eller ”konstruera” vår omvärld. Derrida säger i ett känt citat att ”det finns ingenting utanför texten”. Ordet ”text” refererar då inte bara till något skrivet utan till alla företeelser som är föremål för tolkning. Motsatser ses som språkets fundament. Säger man ”kvinna” dyker ordet ”man” automatiskt upp i medvetandet. Målet med att analysera genom dekonstruktion är inte att komma fram till en enda objektiv sanning eftersom verkligheten kan förstås på mer än ett vis. Ett sätt är att placera texter eller företeelser i nya kontexter, sammanhang, för att hitta dolda fundament. Ett annat sätt är att ”destabilisera” det man studerar, vilket befrämjar kreativiteten.

Den amerikanske filosofiprofessorn och buddhisten David Loy menar att andligt uppvaknande förutsätter insikten att språkliga kategorier inte refererar till verkliga ting utan är ”tomma konstruktioner”. Han noterar likheten mellan Nagarjunas och Derridas tänkande. Kanske börjar distinktionen mellan västerländsk och asiatisk filosofi att försvinna och i varje fall hör Nagarjuna inte bara till buddhismen utan till oss alla, säger Loy.

EDWARD DE BONO

Begreppet ”lateralt tänkande” skapades av den i dag 85-årige maltesiske läkaren, psykologen och filosofen de Bono, som innehar professurer vid flera universitet i bl. a. USA och England. Hans tankemetodiker har fått stor betydelse för pedagogik och kreativitetsutveckling. Lateralt (”vid sidan om”) tänkande är ett sätt att bearbeta information som innebär omstrukturering, gränsöverskridande och utvecklande av nya mönster. Ett mönster skapas av hjärnan för att hantera och lagra information och består av begrepp, idéer och upprepbara föreställningar. Men idéer och tankemönster som en gång var användbara blir ibland inaktuella utan att vi är medvetna om det. Då kan en insiktsmässig omstrukturering skapa nya och bättre mönster. Det enda som kan vara fel med ett tanke- eller idémönster är föreställningen att det är det enda rätta, säger de Bono, vilket vi känner igen från både Nagarjuna och Derrida.

Lateralt tänkande bryter ner gamla mönster för att frigöra information som vi redan har och stimulera bildandet av nya, kreativa mönster och fördjupad insikt, samma princip som i Derridas dekonstruktion. Det handlar om att göra saker på nya sätt, se på nya sätt, förklara på nya sätt och pröva nya idéer om idéer. Det innebär också att göra återkommande omvärderingar, även av saker som betraktas som självklara. Exempelen är många på företag, organisationer, religioner, ideologier osv. som inte regelbundet omvärderat sitt tänkande och därför obarmhärtigt hamnat på historiens sophög. Men lateralt tänkande syftar inte till att framkalla tvivel för tvivlets egen skull. Ordning och mönster är oerhört användbara men de behöver förändras för att bli aktuella och än mer användbara, så att vi inte blir offer för hjärnans stelbenta mönster för informationsbearbetning.

ELLEN LANGER

Liksom Derrida och de Bono har Ellen Langer ingen anknytning till buddhismen men framlägger tanke-system som är snarlika den. Langer är professor i psykologi vid Harvarduniversitetet, hedrad med flera utmärkelser och specialiserad på kognitiv (tankeinriktad) mindfulness. Meditativ mindfulness, som de flesta känner till, innebär systematisk träning i medvetenhet om fysiska och psykiska processer. I kognitiv mindfulness tränar man istället upp förmågan att iaktta och förändra sina tankemönster och bli mera öppna för ny information, nya synsätt och nya perspektiv. Motsatsen till detta är, som Langer uttrycker det, att gå på autopilot, en motsvarighet till det jag kallar "livets sömngång".

Inför sina universitetsföreläsningar gör Langer mycket sparsamma anteckningar i syfte att tvinga sig till ett nyskapande av varje lektion och därigenom också att själv få nya insikter. Ihågkomna fakta tenderar att betraktas som sanna och ändå förändras sanningar beroende på olika sammanhang och tidens gång, som hon säger. De "vise" som vi refererar till i den här artikeln fastslår alla att det inte finns någon "Sanning". Istället finns det många "sanningar" som alla är i ständig förändring. Det är därför en historia blir bättre för varje gång den berättas. Men "det var inte sant och det var inte sant..."

Om man är osäker på hur man skall uppfatta saker och ting, vad man skall tro eller välja så befinner man sig i ett instabilt mentalt tillstånd, som kan vara mer eller mindre enerverande och skapa en känsla av att ha tappat kontrollen. Langer ser detta som ett positivt medvetandetillstånd som skapar frihet att upptäcka mening och befrämjar kreativitet och insikt. Denna kreativa osäkerhet skapar visserligen ångest men ger också energi och motivation för utveckling. Dock händer det att en del människor istället söker lindring för denna psykiska spänning genom att hänge sig åt någon improduktiv idé, dogm eller -ism och då går miste om personlig utveckling och förbättrad självkänsla. Religionen ger många exempel på hur man går in i en sluten tankevärld som ger "svar" på alla livets frågor så att man kan koppla över till sin autopilot och slippa oroas av existentiella frågor. De vises råd är istället att göra sig till vän med sitt kreativa osäkerhetstillstånd och gärna söka sig till någon andlig eller filosofisk lära men även då behålla detta osäkerhetstillstånd. Det innebär kontinuerlig dekonstruktion, lateralt tänkande, öppenhet för ny information, nya synsätt, omstrukturering, gränsöverskridande och utvecklande av nya tankemönster. I nästa artikel i denna trilogi skall vi bekanta oss med representanter från ett kanske oväntat område som styrs av detta sätt att tänka.