

VAD ÄR MYSTIK?

Av Hans Olsson

Mystika upplevelser

Plötsligt och utan förvarning fann han sig insvept i ett brandfärgat moln. Ett ögonblick tänkte han på eldsvåda, men i nästa stund visste han att ljuset var inom honom själv. En känsla av fröjd, jubel och glädje kom över honom följd av en intellektuell illumination. Han såg och visste att kosmos är en levande verklighet och att människans själ är odödlig. Det hela varade bara några sekunder men gav ett outplånligt intryck på honom. Det var den kanadensiske psykiatrikern Richard Bucke som hade denna upplevelse. År 1901 utgav han klassikern *Cosmic Consciousness: A Study in the Evolution of the Human Mind*.

Transcendentalismen var en filosofisk, andlig och litterär rörelse i New England, USA under 1830-talet. Två av de mest framstående representanterna var författarna och filosoferna Ralph Waldo Emerson och Henry David Thoreau. Deras inspiratörer var romantikens författare samt Platon, Swedenborg och Kant men också indisk filosofi. Centralt för transcendentalisterna var kontemplation av det sköna, särskilt naturens skönhet. Ett berömt uttryck för detta är när Emerson ensam i skogen ”med huvudet badande i den blida luften, upplyft i den oändliga rymden” finner att han försvunnit från sitt eget upplevande. Det var som om han inte bestod av annat än ett icke-personligt skådande av en obegränsad och odödlig skönhet.

Henry David Thoreau, som skrivit den välkända boken *Skogsliv vid Walden*, tillbringade två år vid Walden Pond som en slags eremit. Han upplever en form av transcendens, ett förhöjt sinnestillstånd, när han ser snön falla, formerna och färgerna hos blad eller ljusets skiftningar och betecknar detta som avtryck av det gudomliga. Som andra transcendentalister var Thoreau inspirerad av indisk religion. På ett ställe skriver han: ”På morgonen badade jag mitt intellekt i Bhagavad Gitas storslagna filosofi”. När han sedan går till en källa för att hämta vatten tycker han sig se de indiska gudarna Brahma, Vishnu och Indra sittande vid floden Ganges läsande sin Veda och han upplever Waldens rena vatten blandat med Ganges heliga vatten.

Den svenske religionsvetaren Simon Sorgenfrei framhåller att starka upplevelser i naturen är den vanligaste formen av utomvardagliga tilldragelser bland svenskar. Även musik, sportprestationer och kreativa sysslor kan ge liknande upplevelser, ofta kallade flow eller flyt. Meditation är också en källa till sådana här så kallade alternativa sinnestillstånd som är välkända inom medvetandeforskningen, där man med EEG, magnetkamera och annan sofistikerad teknik kan registrera förändrade tillstånd i hjärnan. Bland annat har man kunnat se att höger hjärnhalva aktiveras påtagligt vid transcendentala tillstånd och att hjärnvågornas frekvens sjunker.

William James

Studiet av mystika upplevelser sker inom religionspsykologin, parapsykologin och antropologin. Den amerikanske psykologen och filosofiprofessorn William James betraktas som banbrytaren genom sitt verk *The Varieties of Religious Experience* från 1902, där han säger: ”Detta att övervinna alla de vanliga hindren mellan individen och det Absoluta är den stora mystika bedriften. I mystika tillstånd blir vi såväl ett med det Absoluta som medvetna om vår enhet.”

James fann fyra karaktärsdrag i den mystika upplevelsen. Främst är den utsäglig och privat. Den ger intuitiva insikter. Mystika upplevelser är passiva, oberoende av asketiska övningar och de är kortvariga, även om minnet av dem kan stanna kvar resten av livet och ha djup inverkan på upplevaren.

Modern mystikforskning

Den nyare mystikforskningen får här representeras av den engelske psykologen och parapsykologen David Fontana. I sitt verk *Psychology, Religion and Spirituality* presenterar han statistik som visar att 27% av engelsmännen upplever en gudsnärvaro, 16% en helig närvaro i naturen och 5% en universell enhet. En känsla av enhet är den mest karakteristiska i den genuina mystiska upplevelsen följt av en medvetenhet om ett ljus och en känsla av att ha fått en djupgående kunskap eller insikt. Fontana konstaterar också att naturens betydelse för mystikupplevelsen bekräftas av forskningen. Tidiga historiska exempel på mystiker är de kristna ökeneremiterna, shamaner, yogier, taoister och indianer. Modern forskning visar också att perioder av självvald ensamhet stimulerar reflektion, kreativitet och psykisk hälsa. Nära 90 % av religiösa upplevelser sker utanför organiserad dyrkan och deltagande i kyrkliga aktiviteter är ingen trigger för mystiska upplevelser.

Som psykolog tar Fontana upp sambandet mellan mystik och psykisk hälsa. Forskningen visar att mystiker framstår som markant lyckligare och psykiskt friskare än genomsnittsbefolkningen. Det står alltså helt klart att vad som betraktas som mystiska upplevelser är omfattande och tycks inte vara kopplade till mental ohälsa, fastslår Fontana.

Svensk mystikforskning

Ärkebiskopen och religionshistorikern Nathan Söderblom är den svenska religionsvetenskapens grundare. I sin studie *Uppenbarelsereligion från 1930* skiljer han på personlighetsmystik och oändlighetsmystik, där det förstnämnda avser individens omvandling ”så att det naturliga jaget offras och det eviga kärlekssammanhanget med Gud förverkligas” medan oändlighetsmystiken, som finns i t ex buddhismen, syftar till självet utplåning.

Den mest bekante nutida svenske mystikforskaren var Antoon Geels, som var professor i religionspsykologi vid både Lunds och Amsterdams universitet. I boken *Medvetandets stilla grund* gör han en distinktion mellan spiritualitet och mystik. Spiritualitet står för övertygelsen att det finns något utöver den materiella världen medan mystik inte bara är en tro på en översinnlig verklighet utan också att själv säga sig ha upplevt den. Mystikern är en ”som varit där”, en som vet.

Geels definierar mystik erfarenhet som upplevelse i en religiös eller profan kontext, som omedelbart eller vid ett senare tillfälle av den upplevande tolkas som ett möte med en högre eller yttersta verklighet och medför en djup känsla av enhet och som ligger på ett annat plan än det alldagliga. Upplevelsen förekommer både i religiösa och profana sammanhang. De flesta mystiska erfarenheterna sker inom en religiös tradition, men många av dessa mystiker låter sig först och främst vägledas av sitt eget inre ljus snarare än av en yttre dogmatisk tradition. Olika vägar för att nå det mystiska tillståndet kan vara meditation, repetitiv bön och visualiseringsövningar. Mystikern ställs sedan inför den tankemässiga aspekten att tolka sin upplevelse. Här inverkar den tradition som mystikern tillhör och använder sig av för att tolka upplevelsen. Traditionen bestämmer därvid inte bara vad mystikern upplever utan även hur upplevelsen tolkas.

Parapsykologin

Mystiska upplevelser och parapsykiska dito är nära besläktade genom sin karaktär av icke-vardagliga och icke-materiella fenomen. Parapsykologen Dean Radin refererar ordet mystik till en direkt upplevelse av verkligheten. På många sätt är mystik förvånansvärt lik vetenskap i det att den kan vara en systematisk metod att utforska världens inre beskaffenhet menar Radin. Vetenskapen sysslar med yttre, objektiva fenomen medan mystiken koncentrerar sig på inre, subjektiva fenomen. Parapsykologen David Fontana finner det intressant att många vetenskapsmän, lärde och visa människor under historiens lopp har upptäckt djupa, underliggande likheter mellan målen, medlen och upptäckterna hos både vetenskap och mystik. Vad mystikerna beskrivit verkar vara upprepbara mänskliga erfarenheter, som tyder på att det bakom de olika uppenbarelseformerna döljer sig ett mycket verkligt skeende.

Yoga är en metod att komma i ett tillstånd av upplysning, att bli vaken och upplyst. Växlingen från vardagsmedvetande till en annan form av medvetande ger direkt tillgång till kunskap om en oförmedlad verklighet. Fontana refererar i detta sammanhang till Albert Einstein, som vidhöll att mystiska insikter inte är felfunktioner i hjärnan utan istället ett medel till att göra ett språng bortom det rationella och få tillgång till vad intellektet enbart inte kan omfatta.

Fontana återger två tolkningsriktningar vad gäller mystiken. Den ena är konstruktivismen, som antar att mystiska händelser alltid varit en del av den mänskliga erfarenheten och även långt före etablerandet av formell religion. Den andra tolkningen är den essentiella, som menar att mystiska upplevelser går bortom kulturella och religiösa uppfattningar och att det finns klara gemensamma fenomenologiska karakteristika bland dessa mystiska erfarenheter som återfinns genom historien och alla kulturer.

Filosofiska aspekter

Kunde det ha varit så att Richard Bucks kosmiska medvetande, som han själv benämnde det, var i stånd att avslöja det sätt på vilket naturen fungerar genom att hans sinne gick bortom de vanliga funktionerna i hjärnan? Detta frågar sig filosofen och datavetenskaparen Bernardo Kastrup vid universitetet i Nijmegen och pekar på att de gamla urkunderna, i vilka mystika och religiösa idéer framkom inte var logiska konstruktioner utan uppenbarelser. Hans följdfråga blir: "Kan det vara så att det finns en mer direkt och klar väg att få tillgång till de mest grundläggande sanningarna om naturen annat än genom logiskt, rationellt tänkande?" Kastrup använder begreppet intuitionism för en världsbild där objekt existerar endast efter att de konstruerats i vårt medvetande genom en kognitiv process. Det skulle innebära att vi skapar en kollektiv mental konsensusvärld, som filtrerar bort observationer som inte ingår i detta koncept.

När vi är avslappnade, stressade, distraherade eller på annat sätt avkopplade från vårt kritiska jag kan det Kastrup kallar "det absurda" slinka igenom de mentala filtren. Under sådana omständigheter kan vårt medvetande bli "unplugged", urkopplat från konsensusvärldens berättelse av verkligheten och tona in på en mer eller mindre privat världsmanifestation med en annorlunda berättelse, dock inte mindre realistisk på grund av det. Enligt Kastrups hypotes skapar vi en mental världsbild som är linjär, självkonsistent och kontinuerlig och där "sanningen" är bokstavlig. Klassisk logik och självskapade filter hindrar oss från att uppfatta varandets natur som den verkligen är. Han föreställer sig en transcendens av våra nuvarande begränsningar i en framtid då vi ser tillbaka på "meningslösheten, tristessen, syftelösheten och tomheten i vår nuvarande världsbild såsom en illusorisk artefakt från en mörk tidsålders tänkande. Vi frågar oss då i förvåning: Hur kunde människor leva på det sättet? Vilken slags kollektiv villfarelse var det?"

Kanske är det så att mystiken ger oss glimtar av en för oss ännu fördold dimension, som är verkligare än den vi kollektivt tror oss leva i. Mystiskt är det i varje fall att vi är så obenägna att pröva nya, kreativare infallsvinklar på tillvaron. Intressant är det dock att en del yngre vetenskapsmän och filosofer liksom Bernardo Kastrup börjat ifrågasätta den rådande materialistiska och mekanistiska världsuppfattningen.