

## Bhakti – de sju stegens väg

*Basile P Catoméris*

Om vi i ett enda ord skulle sammanfatta höjdpunkten för alla mänskliga värden. Om vi skulle beskriva den mest positiva och ändå så svårfångade av alla känslor, så ren och intensiv, heroisk och ädel. Då bör vi viska det korta och magiska ordet – kärlek.

Det kan tyckas märkligt att Yoga-läran, vars slutliga mål är att leda sina följeslagare från mångfald till enhet, skulle befatta sig med kärleken och dess många uttryck.

Yoga erbjuder sina sökare både den traditionella vägen, som förutsätter att man helt eller delvis avstår från det sociala livet, och en "medelväg", där den sökta enheten uppstår ur ett liv i vardagens mångfald. Följande berättelse illustrerar dessa två till synes motsatta inriktningar:

*Två munkar gav sig iväg på en pilgrimsfärd för att vörda relikerna av ett stort helgon. Under färden kom de till en flod där de mötte en ung och vacker kvinna klädd i dyra kläder och med håret kammat enligt senaste mode. Kvinnan var rädd att förstöra sina fina kläder och frågade bröderna om de inte kunde bära henne över floden. Den yngre och striktare av munkarna kände sig förolämpad och vände bort sitt ansikte för att dölja sin avsky. Den äldre brodern tvekade inte utan plockade snabbt upp kvinnan på sina axlar och bar henne till andra sidan. Kvinnan tackade och fortsatte sin väg, varpå munken vadade tillbaka till sin väntande broder.*

*De två munkarna fortsatte sin vandring, den äldre njöt i jämnmod av det vackra landskapet medan den yngre blev alltmer grubblande och distraherad. Slutligen kunde han inte längre hålla sin tystnad och utbrast: "Broder, har vi inte lärt oss att undvika kontakt med kvinnor? Och du nöjde dig inte med att vidröra denna kvinna, utan bar henne på dina axlar!"*

*Den äldre munken tittade på sin yngre broder med ett kärleksfullt leende och sa: "Broder, jag satte ner henne på andra sidan floden, medan du fortfarande bär på henne."*

Att analysera kärlek kan verka ointressant, överflödigt, spekulativt eller kanske till och med meningslöst. Om det inte vore för de praktiska och tillämpliga lärdomar som har tagits fram genom Yoga. Med en viss grad av pragmatism har den traditionella yogiska forskningen om kärlekens art, aspekter, effekter och maktintensitet fått en stor betydelse inom många Yoga-skolor, i synnerhet för *bhakti*-anhängare.

Teoretiskt inordnas Bhakti Yoga och andra relaterade Yoga-vägar (som Karma- Yoga och Jñana Yoga) under Raja Yoga – den s k kungliga vägen. Kännetecknet för dessa system är hängivenhet, något som även förekommer i andra Yoga-skolor, t ex i *ishwara pranidhâna*, den etiska regeln i Hatha Yoga.

I motsats till andra övningsfält där människan kan ändra sitt väsen mentalt eller fysiskt genom beslutsamhet och viljestyrka, förutsätter Bhakti en känslomässig insats för att uppnå något som kan leda till en verklig upplevelse av vad Bhakti egentligen är. Den är inte en andlig väg för alla. Dess olika aspekter ska begripas inte så mycket med intellektet utan med hjärtat. Den sublimes erfarenheten av Bhakti anses bero på gudomlig nåd, men den kan också framstå ur en intensiv önskan.

Rishin Sandilya definierar Bhakti som *sa parânuraktirishvare* – "Bhakti är det starkaste bindande till Ishvara".

Daivmiimansa Darshanan tolkar termen som *sa anurâgarupa* – "Bhaktis art är av kärlek."

Patanjali anger å sin sida att *samyoga jivatman paramatman* – "Yoga är föreningen av jivatma och paramatma". (II 225)

och säger vidare *ishvarapranidhânad va* – "Pranidhânad är bhakti, som

skapar band till Ishvara".

Med förening menas här människans utveckling på högsta nivå. Den uppnås när *jivatman* har nått i nivå med *paramatma*. Detta motsvarar själva definitionen av Yoga – förening. Där försvinner det som förefaller vara en del, för att lämna plats åt Helheten. Dessförinnan har Helheten dolts för individen (*jivatman*) bakom en slöja av *mâyâ* genom den individualisering som sker vid varje människas födelse. Ur yogisk synvinkel sker denna förening på *sahasrara*-nivå i ett tillstånd kallat *samadhi*.

Vidare är det i *asamprajñâta samadhi* som *jiva*-medvetandet sammanfogas till *paramatma*-medvetandet och där individen smälter in i Helheten.

Detta resulterar i att alla *vrittis* försvinner i *nirvikalpa asamprajñâta samadhi*. (Jfr. Patanjalis definition av Yoga i den berömda aforismen: *citta vritti nirodhah.*)

I Bhakti Yogas definition av Ishwara fastställs, "*rasopau sah*". Innebörden är då att själva Ishvara är "*rasa*" eller *ananda*-aspekten i den ursprungliga treenigheten, *satt chit ananda* (vara-medvetande-sällhet).

**Anurâga\*** har sin rot i människans andliga natur. Den förknippas dels med omanifesterade önskningar, dels med negativa känslor när jaget är motvilligt (*dvesha*) att gå in i en erfarenhet som antas bli obehaglig. Känslan av *dvesha* framkallas således av aversion, medan *sukha* (njutning) styrs av *raga*. Duon *dvesha-raga* står för två grundläggande känslor. De kommer till uttryck som rena eller blandade motsatser. I grunden finns önskan, varav jaget inte är generatören utan blott ett transportmedel, grovt eller subtilt, på väg till medvetandet. Färgad av *raga* har våra önskningar karaktär av kärlek, till vilken förankras band. Under *dveshas* negativa påverkan kan dessa önskningar ändras till att bli aversion eller hatkänsla.

**Ânanda** utgör sinnets emotionella bakgrund, den förekommer som en splittrad kraft i sinnevärlden där den mestadels framträder; den främjar Bhakti när den uppenbaras på det andliga planet. Den yogiska traditionen liknar människans subjektiva upplevelser med den blinde mannen som försöker föreställa sig en elefant genom att känna av varje kroppsdel för sig utan att någonsin ha en helhetsbild av hela dess kropp. Likaså kan jaget känna sig helt isolerad från Helheten. I så fall kan sinnets vandring förklaras av upplevelsen av en djup känsla av tomhet liknande avsaknaden som följer en bruten kontakt – här med Helheten.

Det är svårt att inom sinnesvärlden tydligt skilja mellan *sukha* och *ânanda*: en stor glädje kan ju utvecklas till att bli en uppriktig känsla av sällhet.

*Ânanda* kan liknas vid den fina doften som dröjer sig kvar på ens kläder när man stiger ur en parfymfabrik. I Yoga betraktas denna typ av sensorisk upplevelse som ett begränsat uttryck för det stora, Högsta medvetandet.

### **Klassificering av *rasa***

Bhaktas (utövare av Bhakti-Yoga) ger det Högsta medvetandet namnet *rasa*; det är via denna *rasa* de färdas mot *ânanda* samtidigt som de försöker undvika både *raga* och *dvesha*. Dessa bhaktas rangordnar i tre kategorier: *sthayi-bhava*, *âlamvana viâva* och *uddipane-vibhâva*, vilka står för *rasas* grundläggande karaktär, dess huvudsakliga orsak respektive dess stimulerande faktor och sekundära orsak.

Dessa tre faktorer återfinns inom åtta grupper som *rasa*-klassificeringen påbjuder:

*Rati* - kärlek, *vira* - hjältemod, *raudra* - ilska, *karuna* - medkänsla, *hâsya* - humor, *adbhuta* - förundran;

*bibhatsa* - äckel, *bhayânak* - rädsla.

Vardagens blandade känslor är en kombination av ovanstående faktorer. De

verkar under den ständiga påverkan av antingen *raga* eller *dvesha*. De uttrycks olika beroende på om de styrs eller ej av andliga principer och i övrigt är fria från misstro. Till exempel ett förändligande av ilska (*raudra*) kommer att mynna i en eldande faktor som gör det möjligt för lärjungen att i sin övning utrota vad något som annars hade varit ett oöverstigligt hinder. På samma sätt kan humor (*hâsya*) ersätta irritation med ett leende, och förundran (*adbhuta*) fylla den hängivnes hjärta i sin kontemplation av himlen, natur, konst, musik eller i kontakt med andra vackra själar. Allt dessa kommer att hjälpa lärjungen att komma närmare Gud, den odelade Helheten.

Egentligen börjar bhakti framträda när *anurâga*-flödet stiger mot en omanifesterad existens, Ishvara. Övergången från den inledande fasen av *vaidhi bhakti* till *râgâtmika bhakti* kännetecknas av ett exklusivt band till Ishvara (Gud). Som i Karma Yoga är syftet med den sjustegs Bhakti-vägen att finna och känna av Gud överallt, i allt och hos alla.

**Ânurâgas** andliga flöde är själva Bhakti. Detta flöde kan ha tre olika riktningar: horisontellt med *prema*, nedåt med *sneha* och till högre nivåer med *shraddhâ*. *Prema* är det känslomässiga flödet som löper mellan vänner eller älskande. Den sexuella energin, oavsett om den är latent eller manifesterad, är alltid involverad i kärleken. Ett mäktigt incitament, stimulerad eller stimulerande, grov eller subtil, kan den sexuella energin och dess snabba vibrationer i själva verket förändra världen, framkalla fruktansvärda förödelse och i vissa fall för hela mänskligheten. Med *sneha* styrs flödet till ens barn medan *shraddha* är respekt, vördnad och *anurâga* gäller ens föräldrar eller lärare.

## **Ânurâgas sju stadier inom Bhakti-Yoga:**

- 1) *Dâsyâ-shakti* – tjänarens känslor
- 2) *Vâtslyâ-shakti* - faderlig kärlek
- 3) *Sakhyâ-shakti* - vänskapens hängivenhet
- 4) *Gunakirtanâ-shakti* – lovsjunga Gud
- 5) *Âtmanivedanâ-shakti* - hängivenhet till den älskade
- 6) *Tanmayâ-shakti* - Ständig närvaro hos den älskade
- 7) *Kântâ shakti* - Kärlek mellan man och kvinna; fullkomlig kärlek.

För att korrekt värdesätta Bhakti behövs en grundlig förståelse av *rasa*-kombinationerna både i vardagslivet och inom den andliga världen.

## **Bhakti - känslornas sublimering**

Ett intellektuellt godkännande av Gud, av den Högsta, ett opersonligt "Det som finns bortom sinnesvärlden" eller i övrigt vad som än kan vördas som personlig Gud (*devata*), förutsätter både känslor och handling. När till exempel känslorna börjar riktas till ens personliga Gud (*ishta devata*), uppstår då behovet av att tjäna. Utan någon praktisk möjlighet att tjäna Gud direkt riktas då *anuragâ*-flödet mot dess manifestation. Det är här människans handlingsorgan (*karmendriyas*) träder in.

*Dâsya-shakti* yttras som ett osjälviskt tjänande av ens föräldrar, äldre människor, ens lärare eller samhällets behövande samt när andra tillfällen uppstår - ett praktiskt sätt att tjäna Gud genom alla levande varelser!

Med *dâsya-shakti* är det faktiskt möjligt för bhaktas att känna den gudomliga närvaron hos mottagaren av den osjälviska tjänsten samt i övrigt överskrida ett torrt intellektuellt antagande om en gudomlig immanens i skapelsen. Med sin Bhakti-inspirerade verksamhet påminns ständigt den hängivne om sin

Skapare. Detta kan kallas för "dynamisk" Yoga-övning. Oavsett om dessa Bhakti-inspirerade insatser sker betingat eller spontant, ligger det i botten alltid en målmedvetet hållen uppriktighet. Vid detta skede blir länken som progressivt stärks mellan den hängivne och Gud helt beroende av tjänstens intensitet och frekvens. Att kunna glömma sig själv och överge själviska intressen är, vid sidan av harmoni, vad Bhakti-adepten kan vänta sig skörda genom en välriktad *dâsya-shakti* övning.

Bhakti-utövarens insats i den andra etappen, *vâtslyâ-shakti*, löper som om den vore riktad mot egna barn. I Indien gestaltas ofta de hängivna bhaktas personlige gudom (*ishta devata*) med barn (*balaka*), vanligen utan hänsyn till kast, trosbekännelse eller religion. Den hängivnes handling präglas av en förälders kärlek med den skillnaden att känslan hela tiden är riktad mot Ishvara.

Det tredje steget, *sakhyâ-shakti*, är svårare. Känslor i äkta vänskap, ömsesidigt förtroende, tillgivenhet, och liknande privilegier kan skapa ett beroende och får den hängivne att glömma bort sitt huvudsyfte - att se och uppleva Gud livet igenom.

Den fjärde etappen, *gunakirtanâ-shakti*, kännetecknas av den hängivnes lovord och beröm, spontant närhelst tillfälle förekommer: Naturens pånyttfödelse, en doftande blomma eller åsynen av ett imponerande banyanträd, ett märkligt tropiskt löv, de slumrande oerhörda krafterna i en atom, de djupa havens mysterier, miljarder galaxers oräkneliga gåtor och en solnedgångs utsägliga skönhet som även kan upplevas i musik och poesi. Trollbunden av alla dessa fantastiska underverk, kan den Guds-hängivne känna ett oemotståndligt tryck för att uttrycka sin Gud-relaterade känsla i ord, musik eller sång och alltid i samklang med det gudomliga. Hans eller hennes lovsång kommer från hjärtat och riktas inåt, den är inte ämnad för andras njutning. Om ormtjusaren spelar för att charma sina ormar så

sjunger inte den hängivne för att charma andra utan för att fånga sitt Själv! Här blir kontakten allt intimare med det gudomliga samtidigt som bhakta berikas med en inre kunskap (*Jñāna*).

I det femte stadiet, *âtmanivedanâ-shakti*, räcker inte längre handling och lärdomar för Guds-sökaren. Dessa måste nu lämna plats åt den absoluta känslan att överlämna sig själv, att helt hänge sig åt Gud. Här intar jaget (*ahan*) en helt annan inriktning, vad som tillkommer används inte längre för självändamål. Villkorslöst tillägnad Gud kvarstår bhaktas jag i och för sig men urkopplat då och helt absorberat i själva känslan.

I näst sista etappen, *tanmayâ-shakti*, upplever lärjungen ett högre koncentrationstillstånd (*dhyâna*), vilket inte är fallet i tidigare stadier där handling och lärdom var domanterna och med en mindre erfarenhet av *dhyâna*.

Det är svårt att tolka ett tillstånd som är handlingslöst, ett tillstånd mättat med den exklusiva och intensiva önskan om att få smälta in i Helheten vid sidan av en akut förnimmelse av brist på något viktigt och väsentligt.

Bhakti-Yogas olika steg som börjar med handling och lärdom mynnar ut i den sjunde och sista etappen i *anurâga*, som är ren kärlek.

\*Ungefär: attraktionskraft, tillgivenhet, beslag