

Bhakti Yoga – En sammanfattning

Basile P Catomeris

Höjdpunkten av alla mänskliga värden, den mest positiva och ändå så svårfångade av alla mänskliga känslor, ömsom ren och intensiv, stundtals heroisk eller ädel, livets inneboende sambo och dödens utmanare, årtusendes gamla förvaltare av litteratur och musik, allt detta kan man sammanfatta med ett enda i det närmaste magiskt ord: "K Ä R L E K". Det kan tyckas märkligt att Yoga, vars yttersta mål är att leda dess följeslagare från mångfald till enighet, skulle befatta sig med kärleken och dessutom uttrycka det på så skiftande sätt. Yogalärar innefattar både specialvägar baserade på avsägelse, helt eller delvis från sekulärt liv och en "Mellanväg", där enighet kan upptäckas i vardagens många utgångar. Följande novell visar andlighetens två antagonistiska metoder för avsägelse:

Det var två munkar som gick på en pilgrimsfärd för att vörda en stor helig mans relik. Under resan kom de till en flod där de mötte en ung vacker kvinna, iklädd dyrbara kläder och med frisyr efter senaste modet. Kvinnan var rädd för vattenströmmen, speciellt mån om att inte förstöra sin vackra dräkt, så hon frågade bröderna om de kunde bära henne över floden. Den yngre och strängaste av bröderna blev förolämpad vid själva tanken och vände sig bort med en attityd av avsky. Den äldre brodern tvekade däremot inte och tog snabbt kvinnan på sina axlar, bar henne

över floden och satte ner henne på andra sidan. Kvinnan tackade honom och gick sin väg och brodern vadade tillbaka genom vattnet. De två munkarna återupptog sin vandring, den äldre njöt av den vackra naturen i perfekt jämnmod, medan den yngre var distraherad av sitt grubblande. Slutligen kunde han inte längre hålla tyst och utbrast, "Broder, vi har lärt oss att undvika all kontakt med kvinnor, och du nöjde dig inte med att röra kvinnan, du tillochmed bar henne på dina axlar!" Den äldre munken såg på den yngre med ett kärleksfullt, medlidsamt leende och sa: "Broder, jag satte ner henne på andra sidan av floden, medan du fortfarande bär på henne."

Att analysera kärlek kan verka ointressant, överflödigt, spekulativt och till och med meningslöst om man inte tar fram Yogas tillämpliga lärdomar inom detta ämne. Ur pragmatisk synpunkt är ett yogiskt studium av kärlekens art, aspekter, effekter och intensifierade kraft av stor betydelse inom flera Yogaläror men framför allt för bhaktas, anhängarna av Bhaktivägen. Strängt taget lyder Bhakti, och andra jämförbara andliga vägar som Karma Yoga och Jñana Yoga, under läran om Raja Yoga, den så kallade "kungliga vägen." Bhaktis karakteristiska dominant - hängivenhet – återfinns även inom andra yogiska läror som till exempel i Hahta Yogas etiska regel *ishwara pranidhâna*.

Bhakti är emellertid inte en andlig väg som öppnas för alla. Dess olika steg innebär inte så mycket intellektuellt arbete utan hjärtats intensiva engagemang. I motsats till andra läror som involverar adepts beteende, intellekt och kropp, beslutsamhet och viljestyrka, är det här känslan som väntas bära Bhaktis förverkligande. Även om denna sublima upplevelse

antas vila på gudomlig nåd, så beror resultat på adeptens intensiva önskningar.

Den vise Sandilya definierar Bhakti som *Sa parânuraktirishvare*, vilket betyder "*Bhakti är det starkaste bandet till Ishvara*" medan Daivmiimansa Darshanas variant *Sa anurâgarupa* betyder "*Bhaktis art är ren kärlek*".

Enligt Patanjali är Bhakti *Samyoga jivatman paramâtman* (II 225) i meningen "*föreningen av jivatma och paramâtma är Yoga*" och tillägger *Ishvarapranidhânad Va*, vilket betyder "*pranidhânad är bhakti eller länken till Ishvara*."

Här innebär ordet förening att *jivatman* (människan) uppgår i *paramâtma* (det Högsta).

Detta är Yogas själva definition av förening. Där försvinner vad som förefaller vara en del för att lämna plats åt Helheten. Dessförinnan doldes Helheten för individen (*jivatman*), som vid sin tillkomst blir individualiserad eller en del av Helheten, under påverkan av *mâyâ*. Ur yogisk synvinkel sker denna union i *sahasrâra* när adeptens medvetenhet kulminerar i *samâdhi*.

I *asamprajñâta samâdhi* smälter individens medvetenhet och *paramâtmas* medvetande samman, alltså i Helheten. Detta medför att alla *vrittis* försvinner i tillståndet kallat *nirvikalpa asamprajñâta samâdhi*. Patanjalis definition av Yoga återfinns i den berömda aforismen *citta vritti nirodhah* - samma sak men uttryckt annorlunda.

I Bhakti Yoga definieras Ishvara med orden "*rasopau sah*", vilket betyder att Ishvara själv är "*rasa*" eller (*ânanda*), alltså sällhetsaspekten i stora treenigheten *sat chit ânanda* (varande-medvetande-sällhet).

Anurâga* är förankrat i människans andliga väsen. Det förknippas först med omanifesterade önskningar, men också med negativa känslor (*dvesha*). Denna känsla av olust framkallas främst av motvilja medan dess motsats *sukha* (nöje) styrs av *râga*. Båda *dvesha* och *râga* utgör två grundläggande element i människolivet och uttrycks som entydiga känslor eller som en blandning av motsatser. I botten finns önskan där jaget inte är primus motor utan bara bäraren av en önskan, grov eller subtil, till medvetandet. Önskningar färgade av *râga* blir kärleksbetingade, och därmed anledning till att skapa band. När önskningarna påverkas negativt (*dvesha*) kan de kulminera från motvilja till hatkänslor.

Ânanda står för sinnets känslomässiga bakgrund. Denna förmåga hör till en distraherad sinnevärld. Dess uttryck är både sekulärt och andligt och i senare fall främjar den Bhakti. Yogisk tradition liknar människans subjektiva upplevelser som den blinde som försöker lära känna elefanten genom att känna på dess olika kroppsdelar – utan att någonsin få en hel bild av elefanten. På samma sätt kan jaget uppleva känslan av att vara helt isolerat från Helheten. Det vandrande sinnet förklaras av en djuprotad brist, nämligen saknaden efter det att kopplingen till Helheten gått förlorad.

På ordinär nivå är det svårt att klart skilja mellan *sukha* och *ananda* eftersom en stor glädje kan leda till rejäl sällhet. *Ananda* kan liknas vid doften som fastnar på ens kläder efter ett besök på en parfymfabrik. Yogaläran betraktar denna typ av sinnlig upplevelse som ett inskränkt uttryck av den stora och Högsta medvetenheten.

Klassificering av rasa

Bhaktas (utövare av Bhakti Yoga) kallar det Högsta medvetandet *rasa* och det är via *rasa* som deras andliga resa pekar mot *ânanda*, vilken förutsätter att både *raga* och *dvesha* skrinläggs. De gör en distinktion mellan *rasa* i form av *sthayi-bhava*, *âlamvana viâva* respektive *uddipane-vibhâva*. Den första formen står för Baktis grunder, den andra för det kausala och den tredje för dess stimuleringsförmåga och biverkan. Dessa tre former underordnas i åtta grupper som yogiska känslomässiga uttryck av *rasa*: *rati* eller kärlek, *vira* för hjältemod, *raudra* för ilska, *karuna* för medkänsla, *hâsyâ* för humor, *adbhuta* för förundran, *bibhatsa* för avsky och *bhayânak* för rädsla.

Vanliga känslor är en kombination av dessa och under ständigt tryck av antingen *raga* eller *dvesha*. Dessa känslor ter sig helt annorlunda när sinnet inte misströstar och vägleds av andliga principer. När till exempel ilska (*raudra*) har förändligats väcks en brinnande låga som eliminerar i övningens annars oöverstigliga hinder. På samma sätt får egenskapen humor (*hâsyâ*), Bhakti-utövaren att le där andra bara känner irritation. Likaså förundran (*adbhuta*) lyfter bhaktas själ av beundran för himlen, natur, konst, musik eller andra vackra själar. Allt detta medverkat till att föra utövaren närmare Gud, den odelade Helheten.

Bhakti börjar där flödet av *anurâga* flyter mot en omanifesterad existens, Ishvara (Gud). Den inledande fasen av *vaidhi bhakti* utvecklas mot *râgâtmika bhakti* med karaktäristiska band till Ishvara. I likhet med Karma Yoga syftar den sjufaldiga Bhakti-vägen att se eller känna Gud överallt, i allt och alla. *Anurâgas* andliga flöde som är Bhakti tar tre olika

riktningar: *prema* som löper horisontellt: *sneha* som rör sig nedåt och *shraddha* som förmår att lyfta adepten till högre nivåer.

Prema står för det känslomässiga som löper mellan vänner eller älskare. I kärlek är den latent eller manifesterade sexuella energin ständigt närvarande. Källa till mäktig motivation, stimulerad eller stimulerande, grov eller subtil, kan den sexuella energin och dess snabba vibrationer förändra världen. Ibland kan den till och med framkalla fruktansvärda förödelser, historiskt sett för hela mänskligheten. *Sneha* är flödet som riktas till ens barn medan *shraddha* står för respekt, vördnad och *anurâga* till föräldrar eller lärare.

Bhaktis sjufaldiga anurâga:

- 1) *Dâsyâ-shakti* är att tjäna sin nästa
- 2) *Vâtskyâ-shakti* står för faderlig kärlek
- 3) *Sakhyâ-shakti* är kärleksfull vänskap
- 4) *Gunakirtanâ-shakti* är att prisa det gudomliga;
- 5) *Âtmanivedanâ-shakti* betyder självhängivelse till den älskade,
- 6) *Tanmayâ-shakti* är att stå helt upptagen hos den älskade;
- 7) *Kântâ shakti* är kärlek mellan man och kvinna; fullkomlig kärlek.

För att få en korrekt värdering av Bhakti bör man först skaffa en korrekt förståelse av alla kombinationer av *rasa*, såväl i det vardagliga som det andliga.

Bhakti – känslans sublimering

Att intellektuellt acceptera Gud, antingen som den Högsta, den Opersonliga eller Det som ligger bortom sinnevärlden, eller vad som än

vördas som personlig Gud (*devatâ*) – förutsätter ett engagemang av både känslor och handling. Samtidigt som känslan börjar inriktas mot en personlig Gud (*Ishta devatâ*), uppstår behovet att tjäna. Eftersom det inte finns någon praktisk möjlighet att tjäna Gud direkt, riktas då flödet av *anuragâ* mot dess manifestation, vilket ju förutsätter användande av *karmendriyas* (sinnesorganen). *Dâsya-shakti* manifesteras genom att osjälviskt tjäna föräldrar, äldre människor, lärare, fattiga eller samhället i stort om tillfälle ges. Detta är ett sätt att tjäna Gud genom levande varelser. Att gå bortom det torra intellektuella antagandet om skapelsens gudomliga immanens innebär *dasya-shakti* ett sätt för bhakta att faktiskt känna den gudomligas närvaro hos mottagaren av sitt osjälviska tjänande. På detta sätt kan Bhakti-anhängaren alltid påminnas om sin skapare genom sina kärleksfullt inspirerade handlingar. Detta kan sägas bli en form av dynamisk Yoga. Planerade eller spontana styrs sådana Bhakti-inspirerade handlingar alltid av en målmedveten och uppriktig bhakta. Det band som gradvis uppstår till Gud beror helt på bhaktas regelbundenhet och känsla som läggs i den utförda tjänsten. Att harmoniskt och osjälviskt glömma sig själv, att överge egna intressen är vad Bhakti adepten väntas göra med sin välriktade *dasya-shakti* handling.

I det andra steget, *vatslya-shakti* agerar bhakta som om handlingen var riktad mot sina egna barn. I Indien antar bhaktas personliga gudom (*ishta devata*) formen som kallas *balaka*, en barngestalt oavsett kast, trosbekännelse eller religion. Här utgörs handlingen med utpräglad föräldrakärlek men en kärlek som alltigenom riktas mot Ishvara.

Det tredje steget, *sakhya-shakti*, är svårare eftersom känslan av äkta vänskap, tillgivenhet, intimitet, förtroende och eventuellt beroende kan maskera det främsta målet: att se och uppleva Gud tvärs igenom livet. I det fjärde steget, *gunakirtanâ-shakti*, framspringer lovord spontant varhelst tillfälle ges: i njutningen av naturens väckelse, en blommas fina doft, synen av ett imponerande banyanträ eller ett anspråkslöst blad på toppen av en buske, begrundande av atomens slumrande oerhörda krafter, ett ofattbart kosmos olösta gåtor, djuphavens ouspäckta rikedomar, den exotiska solnedgångens utsägliga skönhet, musikens magi eller poesins fägring. Trollbunden av alla dessa underverk, kan bhaktas ibland känna sig oemotståndligt tvingade att i gudomlig samklang uttrycka gudsrelaterade känslor i ord, musik eller sånger. Sådana lovsånger är inte avsedda för andras njutning, de bryter fram ur bhaktas inre och riktas inåt! Som ormtjusaren som sjunger för att trollbinda sina ormar, är bhaktas lovsånger avsedda för att trollbinda sig själv. Det är där bhakta närmar sig det gudomliga och det är då som kunskapen (*jñana*) om Det uppstår. I det femte steget, *âtmanivedanâ-shakti*, är det inte längre tillräckligt för bhakta att dyrka i handling och kunskap. Detta får lämna plats åt känslan av försakelse som exklusivt tillägnas Det. Här kommer jaget (*ahan*) in i ett nytt läge där det inte längre tar emot saker och ting för egen vinning. Villkorslöst tillägnad Gud, dröjer visserligen jaget hos bhakta kvar, men är nu fränskilt och exklusivt inriktat mot en känslomässig inlevelse.

Det näst sista steget, *tanmayâ-shakti*, präglas av den mentala koncentrationsförmågan *dhyâna*.

I motsats till tidigare faser där *karma* och *jñāna* dominerade med en obetydlig inblandning av *dhyāna*. Det är svårt att uttrycka ett tillstånd där handlingen verkar obefintlig, ett tillstånd som är så mättat av den exklusiva och intensiva önskan att absorberas i Det, ett tillstånd alltid åtföljt av den starka avsaknadskänslan av något viktigt och väsentligt. Bhaktis olika steg börjar alltid där bhaktas handlingsförmåga och kunskap finns, men det slutliga resultatet finns i *anurāgas*, den sjunde och sista etappen – ren kärlek.

* Ungefär dragningskraft, tillgivenhet, känslomässiga band.