

Koncentration – Sinnesobjekt

Hur begränsat det än verkar, så fungerar sinnet genom impulsförmedling via de olika sinnesorganen. Det betyder att ett mottagande av en sensorisk bild i sinnet ger upphov till ett fysiskt fenomen. Sensoriska impulser färdas genom nervsystemet till hjärnbarkens mottagarcenter, där mottagna sinnebilder speglas i människans fem former eller kategorier, av sensorisk kunskap; lukt, smak, ljud, syn (inklusive färg och form) och känsel (inklusive värme och kyla). I hjärnbarken finns fem områden som motsvarar de fem formerna av sensorisk perception, specifikt aktiverade för att ta emot respektive impulser.

Detta är hur yttre bilder mottas och förs vidare mot sensorisk förnimmelse, men det förklarar inte hur och var bilderna blir medvetandegjorda. Det kan också uttryckas så, att man inte uppfattar sinnesobjektet, om man inte medvetet upplever en känsla. Den fysiska banan slutar vid storhjärnan, men sinnena har en extra-cerebral dimension.

När man ska öva koncentration* måste man välja ett objekt att fokusera sinnet på. Frågan uppstår då, inom vilket område, man kan eller bör välja ett koncentrationsobjekt?

Medvetandet ingjuts i något eller några av de fem bildmönster som sinnena förmedlar via de fem sensoriska kanalerna. Det valda koncentrationsobjektet kan endast tillhöra ett av dessa mönster, inget annat. Även tanken är bunden till dessa bildmönster, direkt eller indirekt, antingen som ett enskilt bildmönster eller en blandning av flera. Det valda koncentrationsobjektet måste därför bli ett av de fem bildmönster, som hör till förnimmelsevärlden. Människan förmår inte välja något objekt

utanför de fem grundläggande mönstren, vare sig i vaket tillstånd, i sömn eller dröm.

Även om man önskar att övervinna sinnevärlden genom koncentration, är man ändå alltid tvungen att fokusera på ett sensoriskt objekt eller minnet av ett tidigare upplevt sinnesobjekt. Att hålla fast en sinnebild för en längre tid kan vara givande för träningsändamål och självdisciplin, men detta kostar i form av tid, förutom att det binder sinnet till det sensoriska, som man har för avsikt att transcendera.

Inte heller kan man välja att tänka bara "ingenting", för då saknar den objektiva medvetenheten anledning att existera. Jaget som subjektivt medvetande är knutet till den objektiva medvetenheten, och om jaget som sådant inte är beroende av kroppen så förblir det ändå så, i förhållande till den objektiva medvetenheten.

Som sinnets centrala enhet är alltid jaget ett jag, plus något annat tillhörande sinnena. Jaget kan inte bli ett jag, minskat med något ur sinnevärlden. Detta förklarar varför det är så svårt att nå bortom det sensoriska, samtidigt som sinnet fungerar, men också varför det förefaller omöjligt att tänka utan att ha något förnimmelsetöd. Sinnesobjekt kommer alltid att finnas i någon form, hur vaga de må vara. Det är bara om alla sinnesobjekt faktiskt avlägsnas som jagets väsens tillstånd förändras till något helt annorlunda. Detta kan läsas som svar på frågan om det finns något medvetande kvar om sinnesobjektet försvinner.

* Författaren har valt begreppet "koncentration" istället för att använda den vaga och föga passande termen "meditation" (att reflektera över, fundera, begrunda). Detta gäller i alla hänvisningar till den yogiska mentalkontrollen *dhâra*na, *dhyâ*na och *samâ*dhi. Ordet koncentrationens betydelse - att styra sinnet till en punkt, att fokusera d.v.s. att föra eller dra mot en gemensam förenande punkt - överensstämmer bättre med mekanismen som involveras i denna mentala övning.

Redaktörens anmärkning