

Zenvägen

MEDLEMSBLAD FÖR FÖRENINGEN ZENVÄGEN

Nr 47 september 1991



Zenvägen

Medlemsblad för Föreningen
Zenvägen

Utkommer minst 4 ggr årligen.

Den som deltagit i någon kurs i föreningens regi och är intresserad av att stödja föreningen och dess syften kan bli medlem. Arsbavgiften 150 kr sätts in på föreningens postgiro 79 94 55-1. Nya medlemmar bör samtidigt sända ett meddelande härom till Katarina Wälivaara (adr. nedan).

REDAKTÖR: Henrik Karlsson
Liljegatan 6 D, 753 24 Uppsala,
018-10 93 72

FÖRENINGENS POSTADRESS:
c/o Wälivaara, Storgat. 76 B
953 00 Haparanda
Tel. 0922-10 111

OMSLAGSBILDEN

är en anonym teckning som pryder boken "The Body. Toward an Eastern Mind-Body Theory" av Yasuo Yuasa, utgiven på State University of New York Press, 1987.

KONNY ISGREN

som skrivit betraktelsen om Resan på sid. 3 är en av de uppmärksammade yngre svenska poeterna, med klara stråk av zen i sin diktning. Under den gångna sommaren skrev han en serie korta artiklar i Aftonbladet, "Färdas 1 - 6". Dem första av dem, från den 11 juni, återges här med författarens vänliga tillstånd. - Illustrationen till artikeln är en tuschteckning av Birger Lundquist ur "Samtalen med Konfucius" av Alf Henrikson och Hwang Tsu-Yü (Hugo Gebers förlag 1949).

MYSTIK I VARDAGEN

med underrubriken "Den inre vägen ur ett evangeliskt perspektiv" är temat för ett symposium i Lund 4-5 oktober 1991.

Arrangör är arbetsgruppen för retreat och kristen djupmeditation i Lunds stift i samarbete med Domkyrkoförsamlingen i Lund m fl. Lokal: Domkyrkans Forum, Krafts torg 12, Lund. Ingen kursavgift, men förhandsanmälan bör lämnas till Per Bengtsson, Stiftetskansliet, tel. 046-35 87 00.

Bland de medverkande märks författarna Maria Bergom Larsson och Ylva Eggehorn, zenläraren Gundula Meyer, docent Håkan Eilert, prof. Bengt Hoffman, TD Christian Braw, domprost em. Bengt Åberg m fl.

VIPASSANA-GRUPPEN i STOCKHOLM

har följande program för höstterminen: Retreat 7-10 nov. i Stockholm med Christina Feldman från Gaia House, England. Kontaktperson: Liselott Aldén, tel. 08-600 33 99.

Dharmakvällar 26/10 och 7/12; den första med temat "Meditation och psykoterapi" med inledning av gestaltterapeuten Christel Stähle (samt sittning och diskussion). Kontaktperson: Liselott Aldén. Veckosittningar varje vecka; tid och lokal ännu ej definitivt bestämt. Kontaktperson: Maj Welander, 08-744 54 31. Zenvägens medlemmar är välkomna att delta i Vipassana-gruppens arrangemang.

SESSHIN

Svenska Soto-Zen-föreningen inbjuder till höstsesshin 11-13 oktober på Mälarvik (nära Enköping). Ledare är Yvon Bec. Kursavgift: 800 kr (för medlemmar i Sv. Soto-Zen-föreningen 700 kr). Upplysningar och anmälningar genom Anna Britta Blau, Tiundagatan 52 A, 752 30 Uppsala. Föreningens tel. 018-51 23 38.

JACQUES DROPSYS

verksamhet i Sverige flyttas nu från Rättvik. Fr o m sommaren 1992 kommer han att ge kurser på Stjärnsunds kursgård (nära Hedemora). Under nyårshelgen 1991/92 ger han som planerat en sesshin i Zenvägens regi se sista sidan. Den som önskar mer information om Jacques kurser 1992 på Stjärnsund kan begära program direkt från: Stiftelsen Stjärnsund, 770 70 Långshyttan.

måste vi betänka att begreppet person är hämtat från människan och därför aldrig fullständigt kan passa in på det absoluta. Erfarenheten är överrationell eller, psykologiskt sett, en rent andlig verksamhet och därför befriad från alla begrepp. Den kan emellertid ha olika dräkt, olika färgning, beroende på den erfaranandes världsåskådning. Härvid måste vi betona att mystikern i sin upplevelse förnimmer en fullkomlig enhet mellan sig och Gud, rättare sagt, att han i denna erfarenhet inte mer kan känna någon skillnad mellan sig och Gud. Där överensstämmer han med zens erfarenhet. Dock kan man för den skull inte tala om någon identitet mellan de båda lärosystemen, dvs mellan buddhism och kristendom. Under inga förhållanden får man helt enkelt blanda ihop dem. Detta avböjs energiskt inte bara från kristen sida utan också från buddhisterna, också från zenbuddhisterna.

Kristendomen grundar sig på uppenbarelse, och det är den stora skillnaden mot andra religioner. Närmare bestämt handlar det inte om den skillnaden att vår kristendom grundas på uppenbarelse genom Kristus medan buddhismen vilar på Buddhas uppenbarelse. Ingalunda! I buddhism och hinduism beror allt på personlig erfarenhet; tro är inte tillräckligt. Det är en helt annan värdering av tron än i kristendomen, som grundar allt på tron på uppenbarelsen.

Jag är emellertid av den åsikten att den orientaliska erfarenheten av varat och den kristna erfarenheten av Guds närvaro inte är två varandra motsatta ståndpunkter. Den ena erfarenheten innefattas i den andra. Samma upplevelse tolkas olika på grund av skilda förutsättningar. Emedan det alltså handlar om skilda utvecklingar av samma grundupplevelse, kan man t o m säga att den kristna praesentia Dei är dold och inbegripen i buddhistens erfarenhet. Men den kristne utvecklar sin erfarenhet av varat som sådan ända fram till erfarenhet av Varats yttersta orsak. Ytterst måste Östs och Västs tänkesätt komplettera varandra. I Västerlandet dominerar mer det medvetna, i Österlandet mer det omedvetna. Båda områdena måste integreras för att en hel personlighet skall uppstå.

Som tecken på det gemensamma mellan zen och kristendom erinrar jag alltid gärna om bibelstället hos Matteus 10:39: "Den som vill vinna sitt liv, han skall förlora det, men den som förlorar sitt liv för min skull, han skall vinna det."

Denna erfarenhet gör man också i zen. Tänk bara på de tio bilderna av oxen. Både i zens väg och i den kristna mystiken gäller det en tillvaro utan uppdelningar, om erfarenhet av Här och Nu. Vi måste om och om igen öva med stor ansträngning för att göra allting helt och fullt. Och så vill jag sluta med en berömd dialog mellan en zenmästare och hans lärjunge, där denna så viktiga odelade uppmärksamhet och koncentration på ögonblicken skildras åskådligt.

Lärjungen frågade zenmästaren: "Anstränger du dig oavbrutet för att öva dig i sanningen?"

Mästarens svar: "Ja, det gör jag."

Lärjungen frågar: "Hur övar du dig själv?"

Mästaren svarar: "När jag är hungrig äter jag, när jag är trött sover jag."

Lärjungen: "Det gör alla. Kan man då säga om alla människor att de övar så som du?"

Mästaren: "Nej!"

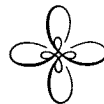
Lärjungen frågar: "Varför inte?"

Mästaren: "Därför att andra inte äter när de äter utan tänker på alla möjliga ting och därigenom låter störa sig. När de sover, så sover de inte utan drömmar om tusen saker. Därför är de inte som jag."

Översättning: ANNA BRITTA BLAU

Denna artikel är en utskrift av det föredrag som fader Lassalle höll vid den internationella kongressen "Geist und Natur" i Hannover 21-27 maj 1988 och är tryckt i kongressrapporten med samma namn, utgiven av H-P Dürr och W C Zimmerlig på Scherz Verlag, Bern 1989.

Copyright: Deutsche Jesuitenmission Japan E.V., Köln & Provinzialat der Jesuiten, Tokyo, som förmedlat tillstånd till denna översättning från tyskan.



GENOM TIMGLASETS CENTRUM. II

Är Gud en förbryllande variabel i forskningen om meditation?

av DEANE SHAPIRO JR.

(Fortsättning från föregående nummer)

"På andra sidan" av timglasets centrum - som symboliserar Shapiros personliga utveckling - vill författaren i detta nya ljus granska förutsättningarna för den tidigare forskningen. Han menar att synen på meditation enbart som ett sätt att utöva självkontroll är mycket begränsande. I ett avsnitt, som här utelämnats, går Shapiro igenom denna aspekt djupare.

Viktiga frågor som har med kontroll att göra möter individen inom alla kulturer, på olika stadier i livet; dels på ett personligt plan (beträffande identiteten, personliga egenskaper, mötet med döden), ett mellanmänskligt (grupptillhörighet, moral, rättvisa osv) och ett kosmiskt plan (meningen med livet, världens uppkomst, gott/ont osv). Allt detta har att göra med det som är okänt, osäkert, mångtydigt och kaotiskt, till synes utanför mänsklig kontroll och orsakar oss stress, frustration, rädsla, sårbarhet.

Känslan av att kunna kontrollera det osäkra är nära förbunden med hälsa och välbefinnande, av att leva i balans med sig själv och omgivningen. Denna känsla av kontroll kan uppnås både genom att själv utöva kontroll och att tro på att någon annan gör det, t ex en läkare, Gud ("benevolent Other"). Det är inte bara relationerna mellan kropp och psyke (som i självkontrollövningar) som spelar roll härvidlag, utan också den sociokulturella miljön och gruppen omkring individen. (Shapiro har i sin forskning utvecklat förfinade testmetoder för att mäta individuella upplevelser av kontroll.) Han sammanfattar:

Jag använder termen kontext för att referera till det trossystem, det mål och den speciella gemenskap i vilken individen utövar sin meditation, och till hans/hennes livscykel/utvecklingsstadium. I diskussionen av min första forskningsfas medgav jag att det låg vissa begränsningar i ett försök att studera meditationen "kontextfritt", t ex risken att tekniken blev en amoralisk teknologi för att tjäna kulturens (ofta aldrig granskade) mål och värderingar, och att undersökningen av tekniken drevs alltför mycket av själva metodologin. I mitt personliga mellanspel visade jag anekdotiskt hur ett skifte av kontext påverkade min egen meditationspraxis.

Som resultat av detta vill jag nu understryka kontextens betydelse ännu kraftigare och förklarar att premissen att vi kan utveckla och studera en generisk, kontextfri meditation är en chimär. Meditationen studeras och/eller utövas aldrig i en kontextfri omgivning, och det förekommer inte heller någon kontextfri undersökning. Tvärtom finns det alltid ett visst trossystem, mål och en partikularistisk inramning (psykologisk,

vetenskaplig och/eller andlig) inom vilken meditationen används och studeras. Vår uppgift är alltså inte att försöka åstadkomma ett kontextfritt studium av meditationen (vilket är omöjligt) utan att systematiskt formulera och studera denna kontext.

MEDITATIONENS MÅL

Ett av de ursprungliga syftena med den meditativa erfarenheten inom de andliga disciplinernas kontext är att hjälpa en individ att uppnå en känsla av tillhörighet, harmoni, icke-dualism gentemot den djupaste visheten i universum. Som ett resultat av denna upplevelse "vaknar" en människa upp och erfar samhörighet med universum, med andra människor och sig själv. Strävan att undersöka meditationen som ett förändrat medvetandetillstånd har speciellt syftat till att klargöra vilka slags förändringar i perception och uppmärksamhet som kan vara inkopplade för att uppnå detta mål.

Men även om vi skulle enas om att en sådan icke-kontextuell upplevelse existerar är man allmänt överens om att upplevelsen av

icke-dualistisk stillhet i meditationen inte är varaktig. Trosgemenskapen (vare sig teistisk eller icke-teistisk) hjälper till att klargöra hur upplevelsen kan integreras i det dagliga livet, att ge den tysta platsen form eller "dräkt". Tystnaden kan vara tomheten i en upplevelse eller en stilla plats från vilken ledning, vishet, insikt och förståelse kan komma. Ett andra mål för de meditativa traditionerna är därför att visa hur man skall använda upplevelsen av detta förändrade medvetandetillstånd, inte som något mål i sig självt utan som en källa till inspiration för sitt sätt att leva och för ett förändrat beteende i framtiden. R Geimello har sagt: "Mysticismen hos en bestämd mystiker är egentligen hans livsmönster. De sällsynta och märkbara upplevelse"höjdpunkterna" är en del av detta mönster, men bara en del, och deras verkliga värde ligger bara i deras relation till de andra delarna, till hans tankar, moraliska värderingar, hans uppträdande gentemot andra, hans karaktär och personlighet."

Klarheten och enheten i den meditativa upplevelsen varar inte, och kan - eller kan inte - vara transformativ. "Om någon är en usling före en mystik upplevelse, är han det också efteråt." Jag vill alltså påstå att det är lika viktigt hur individen integrerar denna upplevelse i sitt dagliga liv, som själva upplevelsen av stillheten är. Även om det är för enkelt att säga att de andliga disciplinernas mål är universella och exakt överlappar varandra, finns det i realiteten några gemensamma mål oavsett tradition: emotionell förvandling som reducerar destruktiva egenskaper/onda böjelser, medan egenskaper som kärlek och medkänsla, att tjäna andra, rättskänsla, etiskt leverne och rättfärdigt handlande ökar.

"Varje religion som tillkännager att den ägnar sig åt människans själ och inte ägnar sig åt sociala och ekonomiska villkor som sårar denna själ, är en andligt döende religion... Som det har sagts: En religion som upphör i och med individen, den upphör själv." (Martin Luther King).

Utifrån detta perspektiv menar jag att beträffande det första målet (icke-dualistiskt) har meditationsforskningen undersökt produkter av en sådan enhet (t ex minskning av stress, sänkt blodtryck). De flesta meditationsstudier har behandlat beteendemässiga, psykologiska och subjektiva effekter av meditationen; vi har med få undantag studerat symptomen, inte meditationens hu-

vudinnehåll. Vi ser på ökad livslängd som en effekt av meditationen utan att se på hur meditation, tro och komunitet kan hjälpa oss att närma oss frågan om döden. Vi ser på minskad syreförbrukning, användning av meditation vid sportprestationer men inte hur och om meditation kan hjälpa oss att hela världen. När det gäller det andra målet (etiskt handlande) har det knappast förekommit någon forskning alls. Om vi inte erkänner meditationens kontextuella mål är vi dömda att debattera på en reduktionistisk nivå som, även om den är viktig, kommer att skymma något mycket värdefullt: själva huvudinnehållet och orsaken till att meditationen använts och används inom en icke-profan kontext: för att nå fram till den djupast möjliga nivån av kunskap och vishet så att individen skall kunna hela sig själv, andra och världen.

FRÅGOR RÖRANDE MALET

Som redan sagts bör forskningen särskilt ta itu med de bakgrundsfaktorer i en individs historia (av personligt, mellanmänniskt och kosmiskt slag) som kan fungera som katalysatorer för att intressera honom/henne för att börja meditera; och noga klargöra hur de upplever att meditationen kan vara en hjälp att handskas med problem som identitet/självuppfattning; smärta och lidande; tankar om döden; att ändra på destruktiva vanor och att söka mening och förståelse i sitt liv och i kosmos, etc.

Varför väljer en individ en viss bestämd meditationsteknik? Hur mycket av variationerna människor emellan beror på förväntade effekter av själva tekniken, av speciella trossystem inom vars kontext meditationen utövas, och av de mål och krav som organisationen bakom ställer upp?

Om någon t ex vill börja meditera för att minska stressen, väljer han/hon då en profan, hälsoinriktad kontext? Vilken världsåskådning har denna individ när han/hon börjar meditera? Går det att jämföra hans/hennes meditativa upplevelse med deras som lär sig meditera av andliga skäl och med en annan världsåskådning om universums natur? Hur ingående tar man upp de bakgrundsfaktorer som ledde till den metod de valde, och finns det även andra faktorer som borde beaktas? Förändras trosuppfattningen som resultat av meditationen?

KOMMUNITET OCH MEDITATION

Tolkningen av den meditativa upplevelsen (tro) och den efterföljande integrationen av denna upplevelse i den mediterandes dagliga liv (mål) beror på den partikularistiska kontext inom vilken meditationen utövas. Denna partikularistiska tradition kan tillhandahålla den förberedande inramningen, tekniken, miljön och stödet av en grupp för meditatörens individuella ansträngningar. Troskommuniteten kan vara viktigare än förut, eftersom den moderna kulturen inte uppmunttrar och stöder sökandet efter det andliga.

Genom det partikulära kan man få tillgång till ett språk att tolka och förstå upplevelsen, och redskap som stöd och påminnelser (eng. "reminders"), som i bästa fall kan peka tillbaka på den religiösa upplevelsens ursprungliga hjärta. Trosgemenskapen kan vara en trygg plats, inte för att likrikta utan för att vända sig inåt, för att förnya upplevelsen. Genom ritualer, etisk rådgivning och gemensamma aktiviteter kan den partikulära traditionen hjälpa individen att i sitt liv förverkliga den meditativa upplevelsens visdom och att vidmakthålla sin tro i tider då han/hon inte har denna upplevelse.

Men utan förnyelse och nytt liv kan dessa "reminders" och denna gemenskap också urarta till dogm, ritualism och formalistisk tro. En sådan utveckling kan hindra personer inom den partikulära traditionen att nå fram till kärnan i denna tradition. Dessutom är det partikularistiska, per definition, dualistiskt (vi och dom). Det kan ligga en fara av exklusivitet i detta, en risk att traditionen utropar sin speciella väg som den enda vägen till "sanningen". Eftersom en av den mystiska upplevelsens hallstämplor är just tron på dess sanning och visshet, vad händer när denna känsla av sanning uttrycks i ett partikularistiskt språk? Tyvärr är religionshistorien full av exempel på missbruk av religiös övertygelse, och oerhörda illdåd har gjorts i Guds namn, ofta på grund av partikularism och fixering vid denna tradition. På ett kulturellt plan kan detta också ha varit en orsak till att vi till en början försökte att utveckla en allomfattande, kontextfri meditation.

Men när vi inser de begränsningar (och t.o.m. möjligheter) som ligger i att försöka utveckla en "kontextfri" meditation måste vi nu försöka definiera och precisera vad denna kontext är. Den inbegriper tro

och mål (vad läraren, ledaren, traditionen menar kan/skall hända när det gäller den meditativa upplevelsen) och den betydelse som tillmäts olika aspekter av andlig övning, t.ex etiskt leverne, kontemplation, tro, studier, gudstjänst, övningar. Det innefattar också ett försök att bedöma organisationens grad av fixering vid och tro på "sanningen" och "det unika" i dess speciella syn. Finns det med andra ord en känsla av exklusivitet förknippad med en partikulär tradition, att just denna tradition är "bättre" och "sannare" när det gäller att nå "universell" sanning, och finns det andra vägar (olika, men lika sanna) som också leder till samma sanning? Soygal Rinpoche har sagt: "Respektera andra traditioner, men följ din egen väg." Rabbi Zalman Shachter har sagt att alla religiösa sökare av idag är produkter av ett sökande som sönderdelar det som är förenat (eng. "hyphenated searchings").

Förutom anpassningen mellan individen och organisationen när det gäller tro och mål, vilka andra aspekter är inblandade i denna "anpassning", t ex socialt stöd, kulturell överensstämmelse, etnisk identitet, traditioner och rötter, mästare och förebilder som stöd för tron? Hur mycket av orsakerna till valet av meditationsteknik handlar om att traditionen är en del av ens egen ursprungliga religion, eller i att den inte tillhör ens ursprungliga religion? Det verkar som om en del människor attraheras av en "välj-och-vraka"-filosofi för andliga upplevelser (t ex synkretism, eller vuxna som söker inom flera former) medan andra håller sig mer konsekvent inom en enda tradition.

Det kan vara viktigt att veta mera om den religion som en mediterande omgavs av i barndomen, de tidiga minnena av hur man förhöll sig till denna tro, dvs uppfattningar om Gud, samfund, ritualer osv och meditatörens nuvarande tillhörighet. Det vore också av värde att veta om och i vilken utsträckning de uppfattar meditationen som en religiös teknik, och om så är fallet, vilka försök man gjort för att förena valet av en teknik hämtad utanför den egna traditionen med denna tradition.

Jag tror att frågor kring religionen i barndomen och arten av meditativ praxis är av intresse. Även om syftet till en början var att presentera en "icke sekteristisk" kontextfri meditation har de meditativa tros-

gemenskaperna (t ex Vipassana i USA och TM utanför Indien) i allt högre grad införlivat extra ritualer och aktiviteter allt eftersom de mognat - det gäller vediska/hinduiska inslag i TM och buddhistisk undervisning i Vipassana. Den katolska Troskongregationen har publicerat ett brev där olika sätt att införliva yoga och meditation i en kristen inramning diskuteras. "Spänningen" mellan universell upplevelse och partikularistisk utövning inom en tradition måste granskas; liksom även frågan om olika partikulära övningar leder till samma "berg".

UNIVERSELL/PARTIKULARISTISK

En universella andliga sanningen måste medlas via det partikularistiska, som Huston Smith antog, är de av oss som är medlemmar i en partikularistisk trosgemenskap och som också har erfarenheter av universell icke-dualism i en unik position. Vi kan se behovet av det partikulära men också dess inneboende begränsningar. Vi ställs inför frågan att leva i den dynamiska spänning som erkänner att på den djupaste nivån är tomhet och form detsamma, och att det finns något som transcenderar båda. Hur kan vi då bevara och respektera våra identiteter som unika och särskilda, fortsätta att föreviga dessa unika, skilda identiteter samtidigt som vi vet att även om de inte är mål i sig själva så kan de inte transcenderas helt och hållet?

Kanske borde vi ägna särskild uppmärksamhet åt och medvetet, noggrant och systematiskt fokusera oss på det ögonblick när vi övergår från enhetsupplevelsen till den dualistiska synen och den partikulära inramningen som Ram Dass har kallat att översätta en enande (medveten) visdom till hjärtats visdom (eng: "translating a unitive (consciousness) wisdom into heart wisdom.")

Jag skulle vilja att man diskuterade dessa frågor utförligt och förmedla vår egen kamp att leva i denna spänning mellan det universella och det partikulära. Som vuxen engagerad i meditation och olika partikularistiska traditioner tror jag det är viktigt att åtminstone utforska om det ligger något värde i att söka nya former bortom det partikulära lära, eller om det ens är möjligt? Och om man är engagerad i religiös uppfostran tror jag det är viktigt att diskutera hur vi försöker överföra det som rör denna bestämda väg och universellt innehåll både på ett didaktiskt och upplevelsemässigt plan till nästa generation.

LIVSCYKLER

För mig är den meditativa upplevelsen något helt annat i 40-årsåldern än den var i 20-årsåldern. Dels beror det på att jag övat längre, men dels är jag också medveten om hur påverkad meditationen har varit av olika stadier i min utveckling och speciellt svårigheten att upprätthålla andlighet som en del av min medelålder. A.B. Chinen har i sin studie om sagorna hävdad att detta är ett så gott som universellt fenomen inom alla kulturer. Det är kanske därför som Kabbalan lär att man bör vänta med att studera de mystiska traditionerna till dess man blivit minst 40 år. Förklaringen kan vara att men helt enkelt inte klarar av övningarna dessförinnan, eller att de missbrukas ("andlig materialism", med Chögyam Trampus ord).

Vi kan se detta i "mystiska berättelser" som Hesses Siddharta (1959) och i Bibelns berättelse om Jakob. Siddharta levde i ungdomen som asket och lärde sig en fullständig kontroll över kropp och själ ("Jag kan tänka, vänta, fasta"). Många år senare går han ut i världen med dess köpenskap och sensuella nöjen. Hans tidigare sätt att leva blir bara ett minne och han känner sig som ett vissnande träd som ruttar inifrån. En liknande utvecklingsprocess sker i Jakobs andliga liv. I ungdomen drömmer han om en steg där Guds änglar stiger upp och ned (1 Mos. 28:12). I denna mystiska upplevelse inser han att "Herren är sannerligen på denna plats och jag visste det icke!" (28:16). Men 20 år senare, när han arbetat hos sin rika farbror Laban drömmer han inte om himlen utan om materiella rikedomar (boskap). Siddharts självkontrollerande övningar hade upphört, liksom Jakobs förståelse av det mystiska. Meditation och andlighet kan missbrukas, inte som kontext utan som medel för att avancera i yrket och för sensuella nöjen. Om nu detta är en oundviklig utveckling, är en empirisk fråga som borde karläggas närmare.

Vår förståelse av meditationens mål, vår tro på meditationen och dess speciella kontext kan fördjupas genom att studera tre olika litteraturområden som rör människans utvecklingsstadier; teorier om livscykeln, om utveckling av trosfrågor resp. moral. En meditation som man lär sig på ett visst utvecklingsstadium (t ex under tonåren eller i 20-årsåldern) kan ha andra effekter och syften än en meditation som man börjar utöva sedan vissa uppgifter i livscykeln har klarats av (t ex relationer, bildandet av familj, val av yrke).

Hur förhåller sig tidiga upplevelser i barn-
domen (t ex av tillit) till förmågan att se-
nare i livet lära sig att åter lita på uni-
versum i meditationen? När och hur kan vi
effektivast lära ut "andlig visdom" till
våra barn? Gandhis hustru sade en gång till
honom: "Du försöker göra heliga män av våra
söner innan du tillåtit dem att vara män".
Och Gandhi undrade själv om det inte fanns
en viss optimal tidpunkt då man borde under-
visa i "Satyagraha" (att möta våld med icke-
våld) och att om man inte först hade "eid i
magen" skulle en sådan undervisning inte
vara lika effektiv.

Man kunde försöka att i ett längre tids-
perspektiv klargöra hur och under vilka be-
tingelser trosuppfattningen förändras på
olika stadier i livet. Finns det en punkt
då tron inte längre skiftar? Har de som me-
diterat länge enligt en viss teknik ändrat
densamma under tiden? Har de upphört att me-
ditera under vissa perioder? Har dessa pau-
ser att göra med stadier i utvecklingen?
Och beträffande personer som mediterat länge
borde det vara möjligt att analysera ett sam-
spel mellan olika nivåer av motivation inför
meditationen och uppgifter på livsstadiernas
väg.

NÄR VETENSKAPLIG KUNSKAP TAR SLUT OCH RELIGIÖS KUNSKAP BÖRJAR

Både vetenskap och religion grundas på pri-
mära antaganden (trossystem) om verklighetens
natur och om vilka medel som är bäst lämpade
att upptäcka, integrera och förstå denna verk-
lighet. Ett av vetenskapens grundläggande an-
taganden är att trossystem är öppna för för-
ändringar utifrån fakta som inte bekräftar
detta system. Men även om det inte alltid
förverkligas, är det dock en underliggande
grundsats. Så är inte fallet med religionen.

Jag vill föreslå att svaret inte behöver va-
ra ett antingen/eller. De som studerar och
utövar meditation kan spela en intressant
roll som ligger i mötet med gränsområdet
mellan vetenskap och religion. Ibland är
man vetenskapsman, ibland en religiös per-
son och ibland överlappar de båda rollerna.
Men det är inte lätt att vara ärlig, in-
tellectuellt och emotionellt, i dessa båda
roller.

Som mediterande forskare är jag öppen för
att ändra mina åsikter på många områden, be-
roende på data: t ex att se vilken typ av
meditation eller självkontroll som är mest
effektiv för ett visst kliniskt problem, t ex

somatisk stress, att klargöra vilka bak-
grundsfaktorer som kan ha en utlösande ef-
fekt så att en individ börjar meditera; att
utforska effekterna av tron på meditationen
och att undersöka händelser i livsprocessen
som påverkar utvecklingen av tro och tros-
system.

Men mitt eget trosskifte om verklighetens
innersta väsen, som jag beskrivit tidigare,
tycks inte vara öppet för förändring uti-
från ny information som ifrågasätter tron.
Jag kommer bara att omforma alla data som
kan tyckas ifrågasätta tron för att finna
det andliga budskapet. Därför måste jag er-
känna att det för mig finns ett område i
vilket tro som vetenskap upphör, öppen fö-
motstridig information, och tro som reli-
gion börjar.

Det jag nu upplever, baserat på egen erfa-
renhet (genom meditationen) och "tro", är
att universum på sin djupaste nivå är väl-
villigt (benevolent). Även om meditationen
ger mig en "upplevd sanning" om denna tro,
är jag intellektuellt medveten om att denna
tro är ett trossprång, en form som
jag fäster på den formlösa upplevelsen.
Jag kan inte bevisa denna sanning. Jag kan
inte heller förklara smärtorna, lidandet
och rädslan som finns i universum, vare sig
den är orsakad av människan eller ej. De
händelser som formade min världsbild när
jag levde i ett icke-teistiskt slumpmässigt
universum har inte försvunnit, men jag är
inte längre övertygad om att en icke-teis-
tisk, existentiell världsbild är intel-
lectuellt ärligare. Om man utgår från den
världsbilden betraktas smärta och lidande
som bekräftelse på det slumpmässiga och na-
turföreteelser av stor skönhet, ordning och
harmoni kallas också "slumpmässig utveck-
ling". Existentialismen och ett likgiltigt
universum är lika mycket en ideologi som
teismen och ett välvilligt universum. Båda
grundas på ett trossystem och handlar om
tro och om att "inkommande data" omvandlas
i linje med världsbilden.

Vilken av dessa trosuppfattningar, teistisk
eller icke-teistisk, ligger bortom vetenska-
pens räckhåll och i stället inom trons do-
mäner? Kan jag bevisa att universums inners-
ta väsen är enhetligt och välvilligt? Frå-
en vetenskaplig ståndpunkt blir svaret:
nej. Vi kan aldrig "vetenskapligt" verkli-
gen få veta vad den innersta verkligheten
är. Universum ger oss tillräckligt med in-
formation för att selektivt behandla data
som kan bekräfta vilken verklighet som

helst! Mitt trossystem är inte längre en vetenskaplig fråga för mig, utan det kan inte bestridas, även om det har funnits för mig (och kommer att finnas) "själens mörka nätter", fulla av tvivel.

MOT ETT PARTNERSKAP

"För dig är jag ateist. För Gud är jag den lojala oppositionen" (Sandy Bates i "Stardust Memories").

Även om det finns grundläggande menings-skiljaktigheter mellan vetenskap och religion vill jag påstå att de två behöver varandra. Trots att jag närmar mig universum råa en världsbild som bygger på ett "igt universum" är jag medveten om de stora fallgropar som ligger inbyggda i den religiösa positionen och hur den religiösa övertygelsen kan få individen att kasta sin underbara och majestätiska förmåga att tänka rationellt överbord och på så sätt låta sig luras av förledda karismatiska trosledare, i kulter som Jonestown eller av TV-evangelister som James Baker i USA. Det kan leda till en exklusiv partikularism som är rigid och egenrättfärdig och betraktar sig själv som den enda vägen till sanningen. Andlig insikt kan också missbrukas för att rättfärdiga egocentriska personliga motiv.

En annan fara med trossystemet är ett missriktat "Polyanna-syndrom", dvs att förneka eller förvränga det verkliga lidande och den smärta som finns i vårt dagliga liv. En tredje är att, eftersom allting betraktas som fullkomligt och av Gud, så är den smärta som människor känner antingen ett Guds straff eller också behöver vi inte göra några personliga ansträngningar för att komma till rätta med fattigdomen, orättvisan och ondskan som vi finner i universum, eller att vi inte kan göra något; en malplacerad fatalism. Ytterligare en fälla är att förneka vetenskapliga fakta, t ex att hävda att världen skapades för 6 500 år sedan, att Gud skapade människan direkt och inte genom en utvecklingsprocess (man kan hellre säga att Gud skapade evolutionen!). Vi kan missbruka de djupaste verklighetsskikten otillbörligt och vittigt utan att ta itu med den dualistiska : t ex att säga "det finns inget att ta". När människor sårar varandra, därför att allt är av Gud och orsakat av Gud.

Den vetenskapliga metoden, som är reduktionistisk, strävar efter bekräftelse och verification och kan ge oss redskap att be-

döma och jämföra effektiviteten av olika synsätt. Den kan hjälpa oss att förstå individuella olikheter i personlighet, motivation, utveckling och livsstadier, och att komma fram till vilken särskild meditationsväg som är effektivast för en viss individ, beroende på hans/hennes och samhällets mål och bekymmer. Den kan medverka till att man hittar det bästa sättet att överföra andlig visdom till nästa generation.

Genom den insikt vi förvärvat om medvetendetillstånd och inlärning kan vi använda psykologin som ett gemensamt språk för att förstå likheter och olikheter mellan olika partikularistiska vägar, deras myter och deras "tekniker" att närma sig det heliga.

Vi kan inse behovet av en mångfald av uttryck som garanterar det faktum att vi på både ett individuellt och gemensamt plan är unika, utan vi stelt klänger oss fast vid detta.

Men Einstein har sagt att vetenskapen bara kan säga hur tingen interagerar, inte vart de kan (eller borde) ta vägen:

"Vetenskaplig metod kan lära oss... hur fakta är relaterade till och betingade av varandra... Men det står också klart att kinskap om det som är inte direkt öppnar dörren till det som borde bli ... målet för vår mänskliga strävan."

Meditation med sikte på det heliga kan vara ett av sätten att öppna dörarna till dessa strävanden och skapa en verklighet av dem.

AVSLUTNING

Jag har försökt granska några olika aspekter som rör meditation och självkontroll och som jag själ. provat under de gångna 21 åren, både privat och i yrket. Härigenom har jag också kunnat utforska de olika bakomliggande kontexterna. Detta omfattade också min personliga tro om den yttersta verklighetens natur, målet för min meditation (och hur effektivt dessa mål uppnåddes) och den partikularistiska gemenskap i vilken jag övade. När jag behandlade dessa frågor tvingades jag också undersöka varför kontroll (och självkontroll) var så viktigt för mig.

I ljuset av mitt eget trosskifte granskade jag frågor som hade att göra med kontroll och kontext och drog slutsatsen att kontexten inte är ett epifenomen (biföreteelse), en icke-specifik faktor eller en "förbryllande faktor" i forskningen om meditationen. Denna kontext kan i stället vara

VEM KAN STOPPA VINDEN?

av BERNARD DUREL

VECKORNA EFTER att jag hade kommit hem från min första resa till de japanska zenklostren, under hösten 1990, blev en tid fylld med frågor, gåtor, "koan". Å ena sidan hade det varit oväntat lätt, odramatiskt, att glida in och finna sig någorlunda tillrätta i denna miljö. Jag var egentligen förberedd. Å andra sidan, började jag allt mer undra om jag verkligen hade varit där och "förstått" något. Just då fick jag genom posten en underbar bok, författat av min vän Notto R. Thelle ("Hvem kan stoppe vinden?", Universitetsforlaget, Oslo 1991). Förutom kanske det som direkt är knutet till norsk kristendom möter jag hör överallt i dessa korta, anspråkslösa kapitel, en reflexion, en meditation, där jag ständigt känner igen de frågor som bortåt tjuto år av zazen-övning, dialog mellan flera kulturer och traditioner och till sist fyrtio dagar i Japan har fört mig in i.

Det är ingen lätt uppgift att anmäla en sådan bok. Jag står ju författaren så nära, även om vi inte kan träffas så ofta. En del av "materialet" har vi diskuterat vid tidigare tillfällen. Men det handlar här mer än om gemensamma intressen. När jag läste om boken slog det mig, blev det ännu tydligare att det jag höll i mina händer egentligen var - som författaren antyder i inledningsavsnittet - brev, kärleksbrev, dvs intima, förtroliga meddelanden. En kärleksförklaring till den japanska, buddhistiska kulturen.

Bokens form - korta essäer utan notapparater - bidrar starkt till att framkalla detta intryck. Den som själv har börjat brottas med den problematik som här gestaltas (vad är mission, möte mellan öst och väst, buddhism och kristendom, zen-övningen m m) anar med en gång att dessa korta anspråkslösa texter döljer (och röjer) ett omfattande och djupt forskningsarbete och en personlig långvarig meditation, även som lärjunge hos åtskilliga zenmästare. Notto R. Thelle är professor i ekumenik och missionsvetenskap vid universitetet i Oslo. Under åren 1969-1985 arbetade han som missionär i Japan, mestadels som ledare för det ekumeniska centret för Study of Japanese Religions i Kyoto.

Boken är tillägnad "den sokratiske buddhisten Keiji Nishitani (1901-1990) och min far, Notto Normann Thelle (1901-1990)" - en

påminnelse om att N. R. Thelle själv startade sitt liv i gränslandet mellan öst och väst. Han är ju född i Kina, son till en norsk missionär, en av Ludvig Reichelts närmaste medarbetare, en pionjär i dialogen mellan kristna och buddhister. Med denna bakgrund i minnet börjar man förstå varför Notto R. Thelle lyckas förena djup kunskap och brinnande kärlek.

Det vore i och för sig möjligt (bättre?) att sluta här och säga: skaffa boken och läs den! Och det gör jag. Men en liten orientering kan ändå vara på sin plats.

Den underrubrik som pryder det konstnärliga omslaget anger bokens innehåll: Vandringar i gränslandet mellan öst och väst. Läsaren tas med på en vandring genom tempel och klosterträdgårdar. Han får möta buddhistmästare, filosofer och religiösa ledare, deltar i meditationer och pilgrimsresor. Samtidigt beskriver boken den inre resa det innebär att möta andra religioner med öppna tankar och sinnen.

Boken är uppdelad i avsnitt med följande rubriker: Oppbrud / Underveis / Reaksjoner på ett budskap / Veien bort og veien hjem - mot en større tro.

Utgör inte allt detta en påminnelse om människans väg på jakt efter oxen? I början av varje avsnitt står en kalligrafi som åtföljs av två korta citat ur Nya testamentet och zen-traditionen, t ex i början av boken: "Vem kan stoppa vinden?" Kobo Daishi och "Vinden blåser vart den vill, och du hör den blåsa, men du vet inte varifrån den kommer eller vart den far." (Joh. 3:8).

Det möte som skildras här leder inte till en billig sammanblandning av buddhismen och kristendomen, inte till s k synkretism. Det är snarare en prövning, ett risktagande, till att börja med en "ordens död": "Vägen bort". Men det visar sig även vara "vägen hem". "Buddhavägen och Kristusvägen. De två vägarna beskrivs med så olika ord att man då och då tror att de befinner sig i skilda världar. Men det underliga är att de ofta korsar varandra och de som försöker att färdas längs dem har överraskande mycket gemensamt, när de talar om sina erfarenheter och delar sin längtan och sina drömmar med varandra."

GENOM TIMGLASETS CENTRUM

Är Gud en förbryllande variabel i forskningen om meditation?

av DEANE SHAPIRO Jr.

Inledning

"Meditation, självkontroll och kontroll av en Vålvillig Annan (Control by a Benevolent Other) var titeln på Deane Shapiros "paper" vid den konferens om meditation, psykoterapi och hälsa som jag deltog i i mars i fjol i Holland (se föregående nr. av Zenvägen). Shapiros publicerade text väckte efteråt stort intresse bland medlemmar i Zenvägen, sedan Bernard Durel gjort ett entusiastiskt sammandrag under medlemsdagarna i somras.

Shapiro är docent vid University of California i Irvine vid Department of Psychiatry and Human Behavior och har som forskare publicerat ett 40-tal artiklar om meditation. Hans bakgrund och personliga erfarenheter är intressanta och ger hans vetenskapliga redogörelse särskilt liv. Han är av judisk börd och praktiserade länge zen- och Vipassana-meditation "objektivt", dvs utan något speciellt "innehåll" och utan religiös kontext, som en teknik.

Med tiden kom Shapiro på andra tankar och redovisar här vad det var som hände. Med Shapiros tillstånd har jag översatt partier av artikeln och helt avstått från den vetenskapliga apparaten med fotnoter och hänvisningar (den specialintresserade rekommenderas att ta del av artikeln i original i konferensrapporten). Resuméer av de partier som utelämnats har författats redaktionellt.

Shapiros artikel är skriven på två olika plan. Den är först och främst en redogörelse på ett vetenskapligt språk om meditationsforskningens olika faser, problem och systematik. Detta färgar han sedan med en berättelse om personliga upplevelser och hur hans eget "paradigmskifte" ägde rum; det är denna process som han kallat "genom timglasets mitt", då de väsentliga frågeställningarna, både för honom som forskare och för honom privat, kondenseras och trängs genom en trång passage för att efter en kris komma ut i ett nytt ljus och en ny förståelse - härav timglasets som liknelse.

Det är främst denna process, den mer privata, som jag i samråd med Bernard Durel har översatt för Zenvägens läsare. - Artikeln delas p g a dess längd över två nummer.

ANM. om översättningen

Shapiros engelska är en komplicerad blandning av vetenskaplig terminologi och slängig talspråksjargong med en del "hemmagjorda" termer som inte har någon bra svensk motsvarighet. Många begrepp och vinkar har dessutom med den specifika judiska kulturen att göra; andra är (troligen) anspelningar på citat eller bibelställen (och lämnas här oftast översatta).

Här dock några nyckelbegrepp:

Self-control betyder inte som på svenska "hämmad", "stel" eller "kontrollerad" utan syftar på de tekniker som leder till ökad kontakt med kropp och känslor och en psyko-

somatisk balans, dvs mera herre över sig själv.

Partikularistisk (particularistic) som motsats till universalistisk (universalistic): Shapiro förklarar ingående innebörden i begreppen: en "partikularist" väljer en speciell väg, går in i ett samfund, tillhör en trosriktning för att förverkliga sin existentiella övertygelse; en universalist gör det inte.

Många har varit inblandade för råd och granskning av översättningen. Stort tack till er alla - ingen glömd!

HKn

Shapiro inleder med en översikt över forskningen om meditation, som i dag omfattar minst 1.200 publicerade studier, främst om psykologiska effekter, beteenden och subjektiva rapporter. Meditationen har definierats i icke-kultiska termer och ryckts loss ur sitt sammanhang för att utforska olika effekter som kan användas i kliniska och andra hälsofrämjande sammanhang. Shapiro kallar detta för ett "reduktionistiskt" synsätt.

Det har dock givit imponerande resultat och har varit en nödvändig fas i forskningen genom att det inrutat ett forskningsfält och bekräftat vissa exempel på exceptionell kontroll av kropp och psyke. Resultaten har gått att använda i olika tekniker och metoder för att lindra människans lidanden och förbättra hennes hälsa, även om man alltså debatterar frågan om meditationen har någon effekt på somatiska störningar.

Efter att meditationen "dissekerats" på detta sätt genom alla detaljstudier är det nu nödvändigt, menar Shapiro, att se över forskningens strategier och sätta samman pusselbitarna på ett nytt sätt och ta itu med de fundamentala frågorna igen - nu på "andra sidan" timglasets trånga passage. Från att ha studerat meditationen enbart som en metod för självkontroll, fristående från religiösa och kulturella sammanhang, vill han se meditationen i ljuset av den psykologiska litteraturen om självkontroll och kontroll av en Vålvillig Annan (Benevolent Other).

Under den första forskningsfasen strävade Shapiro efter att renodla den "icke-kultiska" metoden. Forskningen gick ut på att betrakta meditationen lösryckt, isolerad. Förutom många rön om effekterna på t ex immunförsvaret, behovet av medicinering, behandling av stress osv jämfördes meditationen med andra tekniker som avspänning, självkontroll, fokusering, självhypnos, biofeedback osv - och några nämndvärda skillnader i "effekter" dem emellan kunde inte uppmätas.

Vi började dock inse, säger Shapiro, att vi inte studerade meditationen enligt dess ursprungliga syfte och att i stället forskarsamhällets värderingar tenderade att färga av sig på forskning och resultat, dvs att den valda metoden begränsade resultaten. "Om man bara har en hammare som redskap börjar allting likna ett spikhuvud som skall slås in".

Shapiro fick då ett stipendium för att studera balinesisk trans som medel för självkontroll men fann att "självkontrollsmodellen" var helt otillräcklig för att förstå transen på Bali - där fanns just en "Benevolent Other" (en präst) som övervakade att individerna inte skadade sig själva efter dansen eller riten - och ändå hade de avsiktligt använt sig av "självkontroll" för att "släppa loss" kontrollen över sig själva! Helheten - innehåll och kontext - var uppenbarligen större än summan av delarna, och kunde inte förstås genom att studera delarna var för sig.

Upplevelsen på Bali fick stor betydelse för Shapiro, både som forskare och som privatperson. Det är här hans personliga reflexioner bryter in i uppsatsen:

"Ett stort psyke är ständigt aktivt; det hoppar hit och dit och är svårt att kontrollera, men ett lugnt psyke är fridfullt. Därför är det klokt att hålla psyket under kontroll."
(Gautama Buddha)

"Guds nåds vindar blåser alltid, men man måste hissa sina segel."
(Ramakrishna)

"Tack Gud för att du givit mig inspirationen att tacka dig."
(Amidha, judendomens centrala bön)

ETT PERSONLIGT MELLANSPEL:

Genom timglasets mitt.

Något som vi forskare först nyligen kommit att inse, och något som är viktigt att komma ihåg när vi börjar denna utforskning av meditationen, det är att alla undersökningsmetoder, alla begrepp, hypoteser och teorier bara ger oss en partiell och utvald bild av verkligheten. Från det oändliga i "allt som finns" dissekerar de teknologier och begrepp vi valt naturen längs korresponderande linjer och ger oss ett selektivt och begränsat perspektiv på helheten. Det vi observerar är alltså ytterst en funktion inte bara av den verklighet vi vill lära känna, utan av de verktyg och begrepp genom vilka vi försöker nå den, och ytterst oss själva. Ingenstans är detta erkännande viktigare än när vi undersöker meditationen, vilken som disciplin traditionellt ju syftade till den djupaste och mest fundamentala arten av kunskap". (1)

Under alla de år som jag ägnat mig åt forskning om meditation, som ovanstående citat ger vid handen, har jag varit en varm förespråkare för en personlig/vetenskaplig undersökningsmodell. Eftersom våra trossystem påverkar det vi studerar har de som är tränade både i beteendevetenskaper och i meditativa övningar en unik ställning och har samtidigt ett stort ansvar när det gäller att vara medvetna om, artikulera, fastställa och utvärdera de egna trosföreställningarna när man konfronteras med studiet och utövandet av meditation. Genom att göra detta kan vi, så långt vi förmår, undersöka effekterna av meditationen i våra egna liv (och vice versa). Jag tror att detta slags undersökning kan bli en rik källa till information och insikter, observationer och hypoteser om den meditativa upplevelsens

"Vår vetenskapliga kraft har sprungit förbi vår andliga kraft. Vi har styrt missiler och misslett människor. Vårt hopp om att leva kreativt ligger i vår förmåga att återupprätta de andliga målen i våra liv i personlig karaktär och social rättvisa. Utan detta andliga och moraliska uppvaknande kommer vi att förgöra oss själva i missbruket av våra instrument."
(Martin Luther King)

natur, och kan komplettera de mer traditionella vetenskapliga modellerna. Dessutom tror jag att denna inställning till personlig kunskap kan representera den vetenskapliga traditionen inom vetenskapsfilosofin, när den är som bäst.

Inom ramen för dessa kommentarer och utifrån övertygelsen att mitt eget sätt att se på världen påverkar arten av min forskning och mitt skrivande om meditation, kontroll, hälsa och terapi, har jag beslutat att ta med detta "personliga mellanspel". Under de senaste åren har jag upplevt mig själv som en deltagande observatör i framfödan av ett paradigmskifte när det gäller trossystem.

Min uppfattning om universums natur skiftade från ett existentiellt likgiltigt, icke-teistiskt universum till en tro på ett universum som på sin djupaste nivå är enhetligt, teistiskt (panenteistiskt) och välvilligt (kontroll av en Välvillig Annan - Benevolent Other). Sammanvävt med detta trosskifte skedde en gradvis (under sex år) övergång från zen och Vipassana-meditation till judisk meditation, en successiv återgång till den speciella judiska vägen som ett sammanhang, en gemenskap och form genom vilken jag kunde öva söka och bekräfta Guds universella väsen.

I detta mellanspel skall jag försöka sammanfatta några av de krafter och problem som kan ha varit inblandade i dessa båda skiften. Kommentarerna är skrivna i en personlig, anekdotisk och beskrivande form, och de är tänkta både som hjälp att förstå de förutsättningar som låg bakom den första fasen i min forskning och att vara den "gödsel" som skapar/skapade jordmånen för den andra forskningsfasen, som beskrivs i den avslutande delen.

DEN FÖRSTA FORSKNINGSFASENS TROSSYSTEM

Jag var, som jag antar att alla är till en viss grad, en produkt av min kulturella och historiska bakgrund. Under mina universitetsår i Californien på 1960-talet fanns det en starkt anti auktoritär attityd bland ungdomen. Man reagerade mot föräldrarnas materialistiska värderingar, och det märktes en förändrad syn på Amerika. Från att ha talat om en "smältdegel" av olika kulturer förflyttades nu intresset till att erövra sina egna rötter och sin bakgrund.

Eftersom jag var av judisk börd och mina båda föräldrar var "assimilationister", dvs tillhörde dem som förespråkade att den judiska kulturen borde assimileras i den amerikanska, kändes det viktigt för mig att jag utforskade mina "judisk-kristna" rötter, som en del av mitt eget sökande. Jag reste till Israel, bodde på kibbutz, studerade hebreiska, "gamla" och "nya" testamentet och vandrade i Jesu fotspår genom Det heliga landet.

Men jag kunde inte acceptera föreställningen om en allsmäktig, allvetande välvillig Gud, som både judar och kristna (och muslimer) ytterst tillbad. Richard Rubensteins "After Auschwitz" talade uttryckligen till mig och sade att vi behövde en ny teologi efter Förintelsen (Holocaust); Gud var antingen död eller gömde sig, hade aldrig existerat eller var en värdelös tystnadens Gud. Dessa insikter föreföll mig sanna både när det gällde stora katastrofer som människan själv förorsakat, som Förintelsen under andra världskriget, och i mindre, personliga tragedier utan mänsklig förskyllan som när ett litet barn dör i cancer, eller när människor omkommer i jordbävningar eller vulkanutbrott.

Dessutom stod existentialismen i full blom vid amerikanska universitet vid denna tid. Camus' bild av Sisyfos, för evigt dömd att släpa klippblocket upp för berget bara för att se det falla ned igen; människans ensamhet och isolering som symboliseras i hans roman "Pesten"; och vårt behov av att söka identitet, att vara rotade, och med André Malreaux ord, "att förneka vår intighet" trots ett likgiltigt universum föreföll den intellektuellt ärligaste och mest relevanta verklighetsuppfattningen.

Jag vände mig mot öster och tillbringade en tid i ett zenkloster i Japan, i ett Ch'an-kloster i Taiwan och lärde mig yoga av en tibetansk mästare i Malaysien. Dessa

traditioner talade djupt till mig på flera plan. För det första var det den icke-materialistiska, icke-egocentriska, samverkande etiken som de hyllade. För det andra var allt som vi hade, trots ett likgiltigt universum med smärta och lidande överallt omkring oss (och inom oss), vår förmåga att fokusera uppmärksamheten, att utöva självkontroll för att fördjupa vår mildhet och vårt medlidande, och att smaka på de små glädjeämnen som livet erbjöd.

Zens betoning på att handla, inte tänka, var ett verksamt motmedel för min dominerande intellektuella inriktning; dess värdesystem med självkontroll och disciplin tycktes vara ett framgångsrikt sätt att ta itu med ett likgiltigt universum; och dess betoning av det kärva oberoendet, utan att förlita sig på lärare eller mästare, var viktig för den bild jag hade av mig själv som "tuff" pionjär eller rebell. När allt kommer omkring kan lärarna inte lära dig något. Det måste du göra själv.

Erfarenheterna av existentialismen och zen förstärktes sedan av mitt arbete inom beteendevetenskap och humanistisk psykologi. "Självkontroll"-skolan inom den behavioristiska terapin hävdade att vi är "kontrollerade av omgivningen, ofta utan att vi vet om det, och därför behöver individen utveckla olika sätt att få mer kontroll över sitt eget liv. Den "organismiska" synen på människans natur inom den humanistiska psykologin menade att medan människan i grund och botten var god och självförverkligande var omgivningen boven i historien om människans sjukdomsorsaker.

Dessa fyra traditioner bildade själva ramen för den första fasen av min forskning och min utövning av meditation - som jag nu kallar för min "självkontrollperiod". Alla dessa synsätt har flera gemensamma nämnare. Omgivningen (och universum) ses (till en början) som likgiltig eller fientlig och kontrollerar individen och/eller förorsakar honom smärta och lidande. För att individen skall kunna skydda sig för onödigt lidande och smärta står det honom eller henne fritt att träffa olika val och ta ansvar för att ändra på sin omgivning, både den yttre miljön och den inre (dvs medvetandet).

Man kan ändra på den yttre omgivningen för att den skall göra det lättare att utveckla en personlig självkontroll (t ex ett tomt rum när man mediterar för att undvika störningar och distraktioner); en stödgrupp som hjälper till med uppmuntran så att man står

ut med ett övningsprogram. Man kan också försöka ändra på omgivningen så att världen skall bli en mer vänlig, medkännande och mänsklig plats. När det gäller den inre miljön kan en individ lära sig att vända sig från samhällets alla "skulle och borde" och mer lyssna på sin egen medfödda självförverkligande natur; och/eller att lära sig tekniker för att kunna kontrollera medvetandet bättre och därigenom reducera smärta och lidande.

Under denna period bestod min dagliga formella meditation främst av zen (räkna andetag, andas, za-zen, shikantaza - att bara sitta). Jag försökte också att öva "informell meditation" med närvaro och uppmärksamhet under hela dagen. Något år innan jag rest till Bali började jag delta i årliga Vipassana (insight meditation) retreats inom den buddhistiska theravada-traditionen.

Under dessa meditationer hade jag flera upplevelser av djup stillhet, klarhet och om universums icke-dualism, i vilka "jag" inte längre var skilt från detta universum. Dessa upplevelser var mycket djupa och utsägliga och bekräftade (och ibland förändrade) livet. Meditationsansträngningar av detta slag kompletterades av försök att förändra mig själv med hjälp av behavioristiska självkontrollerande tekniker: jag försökte att leva och förverkliga en icke-teistisk parafra på det kända Reinhold Neibuhr-citatet: "Mätte jag kunna lära mig de västerländska självkontrollerande teknikerna för att förändra vad jag kan, de österländska självkontrollerande teknikerna för att acceptera vad jag inte kan ändra; och få klarhet i uppmärksamhet och urskillningsförmåga (discriminating mind) så att jag kan förstå skillnaden. (Och som tillägg här till - sagt ur det "kosmiska skrattets perspektiv" - mätte det inträffa utsägliga ögonblick av icke-dualism när jag inte vet skillnaden!)

ETT PERSONLIGT PARADIGMSKIFTE

Den universella upplevelsen av tystnad.

Den utsägliga, icke-dualistiska erfarenheten av djup stillhet som jag hade under zen och vipassana meditation är inte olik de utsägliga icke-dualistiska erfarenheterna av djup stillhet som jag haft av judisk meditation. Även om det kan förekomma upphöjda, till och med extatiska känslor av enhetligt medvetande före eller efter denna känsla av stillhet, upplever jag den icke-

dualistiska stillheten själv som den djupaste stillheten. Denna tystnad har kallats den "tysta fullheten", religionens hjärta, och har också beskrivits i andra berättelser om individens möten med det noetiska.

Inom buddhismen, hinduismen, kristendomen, islam och judendomen finns traditioner som talar om ett tillstånd av tyst enhetskänsla, utan form. Till exempel noterade Mamonides, ansedd som den störste filosofiske rationalisten inom judendomen, i sin "Guide to the perplexed" att upplevelsen av Guds enhet ytterst inte kunde begripas rationellt. Han gav rådet: "Commune with your own heart and be still perpetually". (Se Psaltaren 4:5: "Eftersinnan i edra hjärtan och varen stilla".) Det står också i Psaltaren 65:2: "Gud, dig lovar man i stillhet i Sion."

När det gäller en debatt mellan S.T.Katz och H. Smith (2) om det existerar ett oberoende, begreppsfrött medetandetilstånd (och verklighet), är min erfarenhet följande: Även om den speciella traditionen bildar kontexten, inramningen och den förberedande omgivningen för den meditativa övningen så finns det en icke-dualistisk upplevelse på den djupaste nivån, oberoende av kontext. Innehållet i denna upplevelse (t ex Buddha, Jesus Kristus, Ein Sof, Athman och Brahman) och den tolkning som följer därefter avspeglar det språk som individen använder efter själva upplevelsen för att försöka förklara den. Etiketter som vi sedan häftar vid denna icke-dualistiska, utsägliga upplevelse är, redan genom sin natur symboliska och dualistiska approximationer, t ex "bortom ord", "all vishets källa", "all loving", "allvetande", "allsmäktig", "Gud", "Tao". Upplevelsen omfattar dessa ord men ligger bortom allt vad de kan beskriva, och är oberoende av den speciella typ av meditation som praktiseras.

VARFÖR INTRÄFFADE ETT PARADIGMSKIFTE?

Om jag ansluter mig till den ovan nämnda "universalistiska" ståndpunkten om verklighetens innersta väsen, och om min djupaste upplevelsenivå av zen, Vipassana och judisk meditation är densamma, så måste jag fråga mig varför det inträffade ett paradigmskifte såväl i min tro på universums innersta väsen som i min återgång till den speciella, partikularistiska väg som judendomen innebär.

Att ett sådant skifte inträffade är helt klart. Som en första grundläggande indikation på detta redigerade Roger Walsh och jag i slutet av 70- och börja av 80-talet en bok om de stora religiösa, psykologiska och filosofiska traditionernas bidrag till vad vi kallade "exceptionell psykologisk hälsa". Jag föreslåg inte något kapitel om judendomen, jag insåg inte ens att jag glömdet bort det helt och hållet! I slutet av 80-talet övervägde jag på allvar att bli en s'micha-lärjunge, dvs börja en utbildning till rabbin.

Vad var det som hände? Eftersom jag är en hängiven (och samvetsgrann?) dagboksförfattare sedan 16 års ålder har jag en någorlunda klar skriftlig dokumentation över utvecklingsfaserna i mitt liv, liksom över olika kritiska upplevelser (inklusive meditation), trosproblem och andra ämnen som jag brottats med. När jag nu ser tillbaka på "indikationerna" på detta paradigmskifte och i efterhand försöker förstå dem, är det två områden som tycks vara viktiga att se närmare på. Det första är relationen mellan meditationen och min livscykel och mina utvecklingsstadier, som ger en viss förklaring till varför en omvärdering blev nödvändig. Det andra är varför denna omvärdering ledde till ett skifte både i min uppfattning om universums natur och om judendomen som den speciella väg genom vilken jag kunde förstå och artikulera detta skifte.

OM UVECKLING OCH LIVSCYKEL

"Allt var tyst i hallen. Det enda som hördes var ljudet av regndropparna som föll mot taket. För mina slutna ögon såg jag stenträdgårdens vita sand utanför meditationshallen. Sanden var omsorgsfullt krattad så att den skulle efterlikna oceanens vågor. Regnet blandades med sandens oceaner, och i föreningen av de två uppenbarelseformerna av vatten bildades ett embryo ..." (3)

Denna upplevelse inträffade under min vistelse i Daitoku-ji-klostret i Kyoto i Japan. Utvecklingsmässigt hade de uppgifter som jag konfronterades med under dessa år att göra med att välja en yrkeskarriär, utveckla en meningsfull relation med min hustru och att bilda familj. Med Levinsons ord var detta den tidiga medelålderns uppgifter: att rota sig, att bli mogen, att engagera sig i personer och uppdrag och ta ansvar, att sträva mot en dröm, att "tro på sig själv, till och med trots verkligheten, om så behövdes" (4)

En fas i mitt liv - ungdomsåren och universitetsåren - var förbi och det som fattades nu var födelstenen av en ny, mer mogen "självidentitet", som symboliserades av bilden av "embryot". När det gäller val av en viss meditationsmetod tycks det inte vara någon tillfällighet att jag drogs till en självkontrollorienterad meditation (zen) för denna utvecklingsfas. Man måste gå igenom denna fas med en tro på sig en egen förmåga att påverka världen, att fullfölja en dröm, med illusionen om sin egen duglighet.

För dessa uppgifter i min utveckling var förvisso både österländska och västerländska självkontrollstrategier mycket funktionella för mig. Under de följande 12 åren (efter Asien, men före Bali i min första forskningsfas) lyckades jag med viss framgång fullfölja de uppgifter jag valt: yrkesmässigt karriärval (disputation, psykolog, författare, lärare), och min familjerelation (gift sedan 12 år, tre barn). Levinson anmärkte att eftersom man fullgör dessa utvecklingsuppgifter är individen egentligen inte mycket mer "individerad" i slutet av 30-årsåldern än han var i början av 20-åren. Och medan uppgiften i den första fasen är att utveckla en dröm och "grundas på en illusion" handlar nu uppgiften om att göra sig av med illusionen, säger Levinson.

Det var nog inte heller av en slump som jag valde Bali för desillusionärbetet. När jag ser tillbaka är det intressant att notera vad jag anförde för skäl för att resa till Bali: "att studera balinensisk trans som en förlängning av min forskning av österländska och västerländska självkontrollstrategier." Som Ericson anmärkte i sin bok om Ghandi (1969) är förklaringarna till det man företar sig i yrket, oavsett hur rationellt och logiskt de kan formuleras, aldrig så enkla. Min hustru kunde inte låta bli att notera och oroas av att jag ivrigt läste och uppskattade biografier om målaren Gauguin, att jag var i samma ålder som han när han emigrerade till Tahiti, och att jag - åtminstone på ytan - hade valt att lämna hustru och tre barn (även om det bara var tillfälligt, och med ett stipendium på fickan) för att leva på en paradiso på samma sätt som Gauguin gjorde.

Bali blev den plats där insikten om mina "illusioner" slog mig med full kraft, och det blev en tid av personlig reflexion

när jag kunde utvärdera det som hade hänt under de föregående 12 åren. Jag hade återvänt från Asien med en ryggsäck som innehöll samtliga mina ägodelar, och med "bilder av enkelhet och tygnad som avbröts av regndroppar". Jag hade kommit tillbaka med en dröm om att leva enkelt och att dela med mig av den visdom och förståelse som jag fått ta del av i Asien.

Vad hade hänt? Självklart var det mera komplicerat att leva nu: tre barn, amorteringar, strävan efter att upprätthålla en djup relation med min fru fastän vi båda hade heltidsjobb och egna karriärer att sköta.

Men det var mera än bara komplexitet. Visstelsen i urskogen gjorde att jag konfronterades med fruktan och bävan inför universum i sitt "naturtillstånd" och ställdes på nytt inför och tvingades gå i närkamp med existentiella frågor som jag inte tagit itu med på riktigt i själ och hjärta efter återkomsten från Asien, även om jag hade brottats med dessa frågor på ett intellektuellt plan.

Dessa frågor handlade om att på nytt ifrågasätta min roll, plats och mening i universum: universums natur och själva dess innersta verklighet, människonaturens "väsen". Jag såg alla de områden av personlig, mellanmänsklig, yrkesmässig och kosmisk natur där jag inte hade någon kontroll, och där jag kunde förlora kontrollen. Jag måste inse mina fysiska gränser, tecken på åldrande, en ökad medvetenhet om min dödlighet. Jag hade en större insikt om mina egna gränser och om min styrka. Jag blev medveten om hur långt jag befann mig från de mål, värderingar och ideal som jag hade format i Israel och Asien, om hur många kompromisser jag hade gjort utåt i min värdestruktur under de sista 12 åren. Jag insåg hur kulturellt betingad och påverkad jag hade blivit av vårt samhälles krav att sträva efter framgångar, berömmelse och materiella värden; och följaktligen hur många delar av mig - trots mina meditativa och självkontrollerande ansträngningar - som fortfarande var "ohälsosamma" (enligt buddhismen), fyllda av skuggor (enligt Jung), innehöll en ond impuls (judendomen), och om den kamp mellan destrukt/kreativt (Levinson), gott och ont (balinesisk barong) som utspelades i mitt inre.

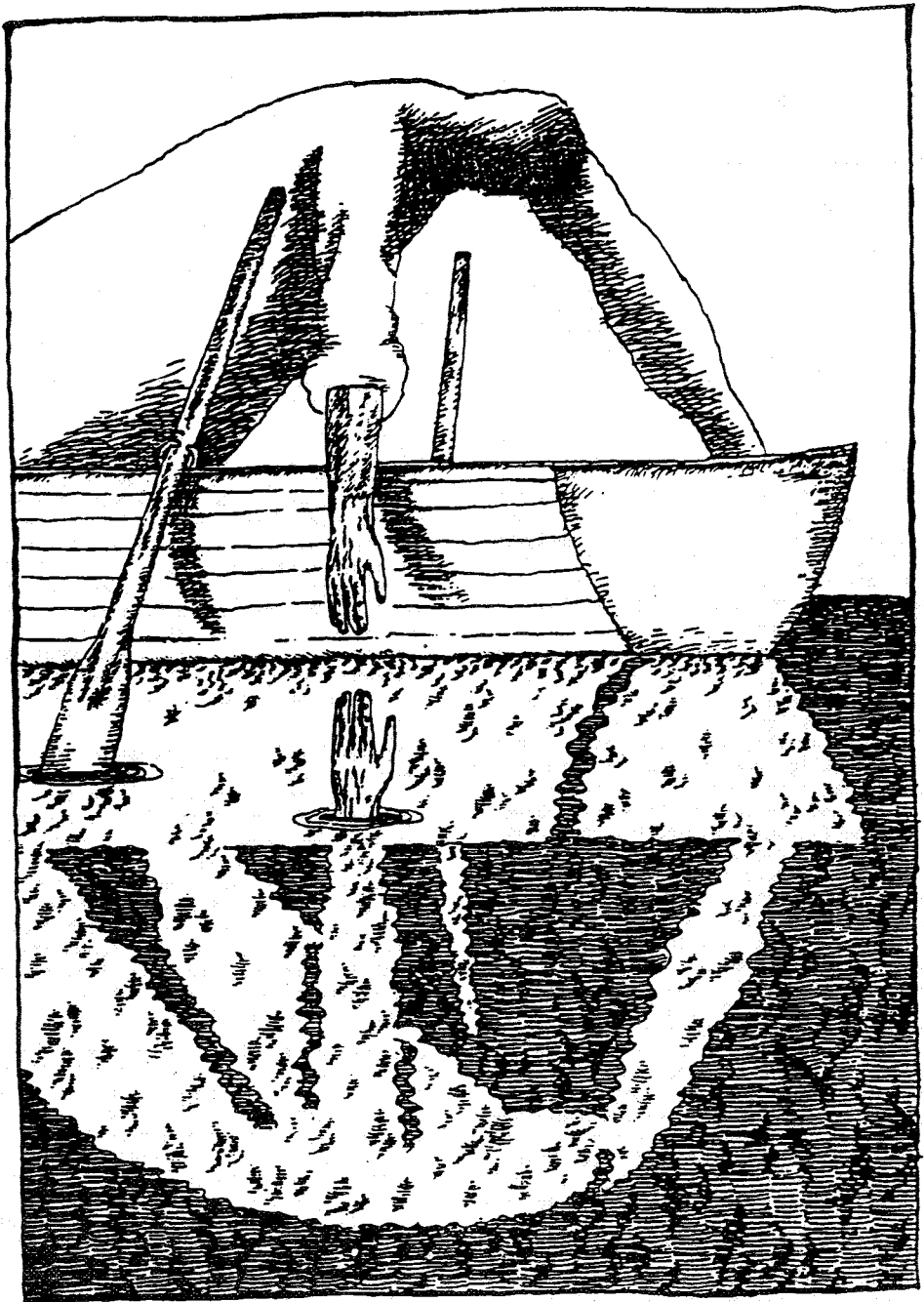
Processen att bli desillusionerad var i full gång. Jag hade levt i ett (icke undersökt eller ifrågasatt) paradigm, som process inte olik den filosofiska upplysnings-

tiden. Jag såg "det humana" som alltings skapare. Även om jag försökte utvidga denna modell genom att säga att vi måste respektera både den rationella och den intuitiva sidan inom oss, såg jag uppgiften som vär och bara vär. Men med så mycket självkontroll som jag hade (österländsk och västerländsk) och med de djupa enhetsupplevelser som jag hade haft, insåg jag att "mina" egna ansträngningar (och de trossystem som låg bakom dem) hade nått en gräns. Uppfattningen att "lärare ingenting hade att lära ut", och att förlita sig på eget ansvar och självkontroll för att "släppa på självkontrollen" och "egot" fungerade inte bra för mig.

Jag började känna att självkontrollmodellen inte bara var intellektuellt otillräcklig för att förstå den balinesiska transen, utan att den också var otillräcklig för mig personligen i min strävan efter förvandling. Det stod klart för mig att meditativa upplevelser inte är bestående, oavsett hur djupa de är, och inte heller lätta att återkalla "med viljan" (även om man använder "icke-viljandets" vilja!). Jag började tycka att mina egna meditativa ansträngningar, inom ett existentiellt, likgiltigt universum, blev svårare och svårare.

Mitt "gamla" jag och mitt gamla trossystem som på många sätt framgångsrikt hade navigerat mig genom flera av de tidigare utvecklingsfaserna blev allt mera problematiska. Dessutom framhövdes kontrasten till min individuella självkontroll i ett likgiltigt universum genom vistelsen på Bali där en andlig tro på universums allvilja genomsyrar hela kulturen, och där detta återspeglas i en tätt sammanvävd samhällsstruktur, i dagliga aktiviteter och i gemensamma ritualer och böner som närmar sig dessa frågor.

Jag förstod att jag behövde hjälp från "andliga" bröder och systrar i en komunitet (sangha), från lärare och från Universum självt. Nästa steg är, enligt Levinson, att se tillbaka på det föregående stadiet, omvärdera det och sedan avsluta den tidiga medelålderns era. Liksom när jag var i Asien efter universitetet, konfronterades jag nu igen med en utvecklingsfas som gick mot sitt slut. I Asien, vid inledningen till min medelåldersperiod, hade jag fått bilden av ett embryo. Nu, på Bali, skrev jag en bok med dikter som jag kallade "Sketches: Toward a foundation of self." I inledningen skrev jag:



DEVIS GREBU

(c) Kushner and Grebu, 1987.
Used with permission.

"Bali är den plats där man drömmer en dröm, en ny vision som kan ge styrka och mening åt nästa stadium; att åter lära sig att lita på hjärtat på en grundläggande nivå, att känna att man vill lita på sig själv - tillit, tro på Gud, att se mellanrummet mellan palmerna när jag ännu en gång lärt mig uppskatta den kreativitet som finns i tomheten."

PARADIGMSKIFTETS NATUR

Relationen mellan självkontroll och kontroll av en "Välvillig Annan" (Benevolent Other).

Det hebreiska ordet Teshuvah betyder att återvända till Gud. Det är intressant att notera att ordet idag också används för att "svara i telefon". Psykiatrikern Thomas Szasz har sagt att om man talar till Gud är man en religiös människa, men om Gud talar tillbaka till en är man psykotisk. Betyder det att ingen svarar när vi ringer, och om någon gör det skall man inte föra det vidare?

Även den zenbuddhistiska skolan, som ligger väl så långt ut på skalan av "självkontroll" som någon annan lära, kommer ytterst till en punkt där den egna ansträngningen lär oss att "självet" är ingenting mindre än Buddhanaturen i fenomenens gestalt. D.T. Suzuki har sagt, att om Buddhas lära skulle ha grundats enbart på egen ansträngning, skulle Buddha från det ögonblick han blev upplyst inte ha ägnat sig åt sin kallelse att göra vad han kunde för andra och för den nytta som andra kunde ha av detta.

Huston Smith ger vältaliga exempel på denna interaktion mellan självkontroll och kontroll av en annan i buddhistiska, hinduiska, muslimska och kristna traditioner, och jag har också funnit många vackra metaforer inom judendomen. I Shema, den äldsta och viktigaste judiska trosförklaringen, uppmanas individen att erkänna att det finns en del av honom själv som brottas med Gud (Israel) på samma gång som Gud är en (Echad). Eller som Rebbe Nachman noterat, ligger det skenbart en paradox i att "vi måste tro att allting ligger i våra händer och att allt har givits till oss bara genom Gud" (5).

ANVÄNDNINGEN AV BEGREPPET GUD

Inom judendomen uttalas inte det hebreiska namnet på Gud (Tetragrammaton). I stället utläser man de fyra bokstäverna som HaShem (Namnet, Den namnlöse). Maimonides har sagt

att "När våra tungor försöker förklara Guds storhet i deskriptiva termer blir all vältalighet till impotens och dumhet" (6). Ett sätt att närma sig denna fråga om "Gud" är att göra det via en bild; vidstående teckning av Devis Grebu återfinns i Lawrence Kushers "The book of miracles. A young person's guide to Jewish spirituality; New York UAHC 1987).

På bilden ser några en människa som sträcker ut sig för att hjälpa någon som håller på att drunkna. Andra beskriver en person som sträcker ut sig för att hjälpa den del av sig själv som håller på att drunkna. Någon ser ett berg (Sinai?) i övre delen av bilden och hur Gud sträcker ut sig för att hjälpa de drunknande. Andra (som har kunskaper i hebreiska) ser bokstaven Shin (liknande W) i vattnet. Shin har av tradition varit en symbol för Shaddai (ett av Guds namn) eller Shekinah (Guds närvaro). Bilden kan alltså även föreställa en bild av Gud (i vattnet) som sträcker sig upp för att hjälpa någon i båten. Gud "möts i en relation" (jämför "I - Thou" hos Buber (7) och upplevs också i mellanrummet mellan de två händerna (som när vi möter vårt "högre jag", som när två människor möts, som vi möter Gud).

När jag använder ordet Gud är det som en stenografisk beskrivning av alla former och manifestationer som finns i bilden, och det som är - liksom Tao - bortom namn och ord, omfattande, enhetligt och bortom bilden. Gud är en närvaro och yttersta visdom Som både är inom formerna och över-skrider dem (panentheism). Mitt i den dualism som till synes finns i bilden är vi alla skapade till "Guds avbild", även när vi strävar efter att bli en del av Gud.

EFFEKTER AV DET NYA SYSTEMET:

Känsla av kontroll.

Carl Jung har sagt att teorier om personligheten uppstår ur den personliga dynamiken hos den individ som skapade den; och Henschel har observerat att teologiska system likaledes härrör från och inte kan skiljas från upplevelsorna hos den som formulerar dem. I mina egna forskningsförsök att utveckla en teori och terapi om mänsklig kontroll (och kanske t o m en dag en kontrollbaserad teologi?) är jag starkt medveten om att kontroll inte bara är en akademisk fråga för mig utan en absolut central drivkraft i mitt liv. Under den första fasen av min meditationsforskning kände jag till en början att sökandet efter självkontroll var

den främsta drivkraften och att meditationen gav mig ett verktyg som kunde lära mig självkontroll så att jag kunde ta itu med de problem som jag inte kunde klara av med mina gamla tekniker.

Jag instämde med Wayan, min värd och över-sättare i Balis djungel, när han sade till mig i början av min vistelse där: "Livet är disciplin ... överallt ... i religion, konst, sex, arbete och kärlek ... det enda sättet att vara lycklig är att ha kontroll över livet."

Men "min" strävan efter självkontroll, österländsk och västerländsk, att acceptera och ge efter, hade nått en gräns. Jag tvingades att inse hur mycket jag motiverades av rädslan för att inte ha kontrollen, att förlora den, att vara sårbar.

En dag, kort efter att Wayan sagt detta till mig, fördes jag av två unga kvinnor till en ceremoni djupt inne i djungeln. Vi kom till en hög, trång och ranglig bro av bambu och jag blev oerhört rädd för att gå över den. Det var inte någon gentlemanmässig artighet utan ren skräck som gjorde att jag "erbjöd" mina guider att gå över först. När vi skulle gå tillbaka frågade jag om det fanns någon annan väg för att undvika bron. När jag berättade om denna upplevelse för Wayan sade han: "När det är din tid så rasar bron, det kan inte hjälpas, och vad kan du göra åt det?" Wayan menade att vi måste "ha kontroll över livet" och en del av denna känsla av kontroll var att inse när vi inte hade kontroll!

Men även om Wayans svar kunde kallas för ett "självkontrollerat" sätt att släppa på kontrollen, hade det en mycket annorlunda smak för mig än att släppa taget i zen. När Wayan släppte sin självkontroll skedde det inte in i ett existentiellt likgiltigt universum, styrt av slumpen, utan in i ett universum som på sin djupaste nivå var pålitligt, enhetligt, heligt och välvilligt.

Jag började experimentera med denna "nya" tro på universum, både i mitt dagliga liv, i meditationsövningarna och i att "gå över broar". Jag började handla "som om" universum innerst inne var pålitligt. Ju mer jag gjorde det, desto mer kände jag mig stöttad, närd och buren av detta universum, av Guds närvaro. Som det står i Psaltarsålden 55: "Kasta din börda på Herren, han skall uppehålla dig" eller med Zalman Schachter-Shalomis parafras "Du kan lika gott lägga dina bördor på Gud, för Gud bär dem i alla fall!"

Detta ger mig en känsla av att ha kontroll oberoende av "mina" ansträngningar.

I stället för att behöva slåss med universum för att hitta en känsla av mening, att "förneka vår intighet" och existentiella avskildhet får jag av kombinationen av trossystem plus meditation en känsla av sammanhang, mening, syfte, det som Steindl-Rast kallade "yttersta tillhörighet" (Ultimate belonging). Jag känner att jag inte är ensam i mina ansträngningar, att allt jag kan göra är att gå så långt jag kan och "Gud går resten av vägen för att möta mig". Jag känner att jag bärs och stöttas av ett universum som jag upplever som enhetligt, heligt och pålitligt.

FÖRDJUPNING AV MEDITATIONEN

Grebus bild illustrerar hur meditationen är en tidsrymd när vi "släpper årorerna", en tid av icke-handlande. Inom detta nya trossystems kontext har jag funnit icke-handlandet under meditationen lättare, mer konsistent, och att det når en djupare nivå. Att ge efter in i ett välvilligt och pålitligt universum är lättare än att ge efter i ett slumpmässigt och likgiltigt universum; att släppa egot därför att jag är gjord till "Guds avbild" är lättare för mig än att släppa egot därför att jag är "icke-jag" (no-self).

I detta ligger också en ömsesidig relation. Allt eftersom min meditativa erfarenhet fördjupas har jag allt oftare upplevelser av icke-dualistisk stillhet (när trossystemet självt försvinner). Dessa upplevelser fördjupas och förstärker min tro på universums enhetliga väsen och blir till en mycket positiv självuppfyllande profetia mellan meditatativ övning och tro.

BILDEN AV GUD; RÄTTVISA; RÄTTVISA

Utifrån såväl trossystemet som enhetsupplevelserna under meditationen känner jag att hela skapelsen är "skapad till Guds avbild". Detta har utvecklat en ökad känslighet och omsorg om allt liv. Även i tider av motsättningar och konflikter finns det en känsla av enhet, det som Ghandi kallade advaita. Det hjälper mig att behålla ett perspektiv på vilka "problem" som verkligen behöver lösas och gör mig säkrare på att de sätt som jag tar tag i problemen är lika viktiga som målet. "Rättvisa, rättvisa skall du eftersträva, rättfärdiga medel, rättfärdiga mål."

OM ANSTRÄNGNINGAR ATT ÄNDRA SIG SJÄLV

Sedan jag återvänt från Bali blev universums välvilliga och enhetliga väsen trossammanhanget för min dagliga zenmeditationsövning och mina årliga Vipassana-retreater. Jag började också att under Vipassanaretreaterna medvetet avge ett "löfte" att ändra på mig själv för det kommande året. Under de sju senaste åren har det rört sig om att ändra mina kostvanor, mitt sätt att tala både om andra och mig själv; större uppmärksamhet och känslighet inför sexualitetens helighet och att medvetet göra något varje dag som kan förbättra miljön.

Att arbeta på dessa "förändringsprojekt" inom ramen för ett trossystem grundat på ett heligt universum medförde en underlig dubbelriktning. Å ena sidan var jag efter upplevelserna på Bali mer än tidigare medveten om hur mycket jag behövde arbeta med mig själv och hur mycket hjälp jag behövde både från andra och från Universum i denna uppgift. Å andra sidan hade jag en känsla av att vara gjord till "Guds avbild" och att acceptera och älska mig själv "just som jag är", eller med Paul Tillichs ord: "Acceptera att du är accepterad". Jag är en bit i ett kosmiskt pussel och om jag hedrar mitt "högsta jag", den del som jag är på jorden för att fullfölja, så ger jag det värdefullaste bidrag jag kan, efter bästa förmåga, för att gottgöra (tikkun), hela och förbättra världen.

Jag försöker leda min uppmärksamhet (kavanah) och medvetenhet till allt jag gör under dagen. När jag känner att jag förlovar mitt "andliga centrum" påminner jag mig själv om att jag bara är en bit av pusslet och att om jag kan arbeta på att tjäna Gud (den högsta visheten i universum) med den unika uppsättning av gåvor och kunskaper som jag har fått, då hjälper jag till att förbättra hela världen. Upplevelsen av stillhet får mig inte att förneka den dualistiska verkligheten, utan i stället inspirerar den mig genom att utgöra en kontext, ett sammanhang inom vilket lidande och medlidande kan förstås. Den hjälper mig både att engagera mig i intensiv och hängiven handling och på samma gång erfara en djup känsla av att acceptera mig själv, av tillhörighet och tacksamhet. Den hjälper mig både att arbeta i denna värld av gott och ont, att se, känna och uppleva lidandet på hjärtats nivå och på en djupare medvetandesnivå, att erfara enheten (the unity of oneness). Självkontroll i den kontext som kontroll av en välvillig Annan utgör vid de tillfällen då de båda inte har smält

samma skapar hos mig ett psykologiskt tillstånd av förtröstan, en känsla av enhet, att acceptera sig själv och acceptera era livet; och förmågan att se och känna det heligas gnistor som finns i all existens, åtminstone på någon nivå.

JUJENDOMEN SOM SPECIELL VÄG

Ett andra skifte i kontext som inleddes mycket gradvis efter resan till Bali har varit min återgång (teshuvah) till den speciella, partikularistiska väg som judendomen innebär. Jag har blivit allt mer noggrant judisk, utöver dagligen judisk meditation som del av den judiska liturgin, deltar två gånger årligen i meditativa retreats under den judiska påsken och mellan Rosh Hashannah och Yom Kippur. Hur och varför inträffade denna övergång, från att judendomen för mig var något icke-existerande i slutet av 70-talet till att nu bli min viktigaste kontext? När jag ser tillbaka kan jag hitta flera indikationer i denna riktning.

HISTORISKA INDIKATIONER

Fastän jag är av judisk härkomst och konfirmerad i templet och kände mig tillfreds med min judiska identitet, bestod min egen judiska uppföstran mest av familjesamlingar om söndagarna med gastronomiska utsavningar som belöning för att gå till söndagsskolan. Judendomen var inte förknippad med någon religiös eller andlig betydelse eller åtländnhet för mig eller min familj.

Vi gick till templet vid högtiderna och firade en gång påsk (och då lammet var slut i affären tyckte min mamma att man gott kunde köpa en skinka i stället) och firade en "världslig" jul, inte Hanukah.

Efter min resa till Israel och sedan jag vänt mig mot öst försvann judendomen mer eller mindre ur mitt medvetande, både som kulturell och andlig väg. Intressant nog återkom den först 12 år senare, 1981, just innan jag reste till Bali. Till en början framstod den inte som någon väg för mig utan för mina barn. Min hustru och jag skulle bestämma oss för vilken slags religiös uppföstran våra barn skulle få. Vi var klara över målet, att erbjuda dem visdom ur alla skolor, att se till att de inte fångades upp av fragmentarism och splittning hos någon särskild, partikularistisk lära, och att ge dem kärnan av andlig vishet.

Jag skrev till Huston Smith som jag beundrade mycket för hans vittomfattande arbete om jämförande religion och filosofi, för att be om råd hur man bäst skulle överföra denna vishet till nästa generation. Han svarade:

"Det är lika omöjligt att undervisa om det väsentliga i en religion utan att lära ut en viss religion, som att lära sig språkets kärna utan att först lära sig ett visst språk."

Jag följde Huston Smiths råd och "för barnens skull" anslöt vi oss till en reformsynagoga. Vi gick till gudstjänst några gånger om året, jag njöt av musiken och kom ihåg brottstycken av hebreiska både från barndomen och från tiden i Israel.

När jag återvänt från Bali började hela familjen iakttä fredagssabbaten med att tända ljus, läsa en välsignelse över barnen och varandra, sjunga sånger och t o m dansa. Jag avgav ett löfte att inte arbeta på sabbaten som ett sätt att dra ner på den 7-dagars arbetsvecka som jag vant mig vid. Utifrån mitt "universal mind" såg jag allt detta som ännu en uppsättning handlingar som skulle göra mig till en bättre människa, mer familjeorienterad, och bli en del av min eklektiska kännesdom om olika traditioner. Nu firade vi både jul och Hanukah och jag fortsatte med årliga Vipassanaretreat, öva zazen och shikan-taza. Jag minns hur jag bröt ut i skratt under en Vipassanaretreat åt det intellektuellt oförenliga i att en "universalist" som trodde på ett teistiskt universum fortsatte att öva en meditation som hade sitt ursprung i enjicke-teistisk kontext och använde denna meditation för att stärka sin teistiska tro! Men jag såg det inte som något problem då, eftersom, som jag noterade i min första forskningsfas, jag var van att betrakta meditationen som ett "innehåll" oberoende av kontext och sammanhang.

Detta pågick i ungefär tre år, fram till våren 1985, när jag deltog i International Transpersonal Conference i Kyoto. Jag besökte på nytt Daotiku-ji, det tempel där jag studerade zen 1970. Jag stod utanför tempelporten och tänkte på hur det skulle vara att åter möta min lärare, Kabori Roshi, efter femton år. Å ena sidan kände jag stolthet över att jag efter 15 år skulle dela med mig av mitt arbete och min meditation med det land som varit avgörande för min förståelse och erfarenhet av meditation. Men där fanns också en annan känsla, som var svår att formulera. Fastän jag var tacksam för

den gåva som jag fått genom utövandet av zazen anade jag att en period hade nått sitt slut och att zen inte var "min" tradition, att någonting fattades mig förutom olikheten i trossystem, något som jag i brist på bättre vill kalla rötter. Jag gick inte in i templet. I tacksamhet bugade jag mig tyst för Roshi, meditatörerna därinne, traditionen, zenpatriarkerna och Buddha.

"1987 fick jag av en vän boken "Jewish Meditation" (av A. Kaplan, 1986). Jag hade aldrig hört talas om meditation inom den judiska traditionen och blev glad när jag upptäckte att det fanns en strömning inom judendomen som framhöll den meditati-va och kontemplativa vägen. Jag började experimentera med olika former av judisk meditation, inriktad både på koncentra-tion och uppmärksamhet.

Vid samma tid som jag började införliva den judiska meditationen (jämsides med zen och Vipassana) i min dagliga övning mottog vår dotter sin Bar Mitzvah (Daughter of Commandments). Som en del av ceremonin överlämnas torahn (som enligt judisk tradition gavs till Moses på Sinai och sedan överförs i muntlig och nu i skriftlig form i tusentals år. Jag fick äran att överlämna den till min dotter och överväldigades av en enorm känsla av samband och tillhörighet. Jag kände att jag var en länk i en stor partikularis-tisk, andlig tradition och var hedrad över att få överlämna denna länk till nästa generation.

Min dotters Bar Mitzvah blev en vändpunkt för mig och innebar att mitt återvändande till judendomen som en partikularistisk väg påskyndades och fördjupades. Alltsedan dess har min utformning, upplevelse och förpliktelse gentemot denna väg fördjupats. 1989 avstod jag för första gången på åtta år från Vipassanaretreaten och deltog i stället i en påsk-retreat över uttåget ur Egypten (vår tränga plats) till Det förlovade landet. Vi slutade fira en världslig "jul" (inga fler "Hanukah-buskar" med ljus i!) och koncentrerade oss på "Hanukahs ljus".

INTEGRATION AV DEN KONTEMPLATIVA VÄGEN OCH TJÄNST I VÄRLDEN

Judendomen har som alla traditioner olika vägar, t ex kontemplation/bön, undervisning och handling. Min ingång hade främst skett genom den kontemplativa vägen. Men alltmer har jag förstått att studier och undervis-

ning (t ex i det hebreiska språket och av veckoransonen av torahn med kommentarer) liksom gudstjänster (tikkun, mitzvot) bidrar till att grunda och komplettera den kontemplativa vägen.

Genom studier och gudstjänstliv utgör denna judiska kontext en verkingsfull övergång och ledning för mig hur jag skall leva i icke-meditativa, icke-liturgiska ögonblick. Judendomens mål ("Tikkun") är att förbättra världen och oss själva och att göra detta inom ramen för Guds närvaro har blivit det viktigaste målet i mitt liv. Jag ser detta som en väg av gudstjänst/handling, hjärt-nivån, i dualismens värld. På denna nivå finns upplevelsen av lidandet och onskan i världen, som vi måste göra någonting åt.

Men att förbättra förutsätter dualism: gott och ont, andra och jag, goda delar av mig och andra delar av mig som bör ändras eller omformas. Meditation inom kontexten av en välvillig Annan ger mig insikter och upplevelser av att allt är fullkomligt och fulländat på en annan verklighetsnivå, precis som det är. På sabbaten, den dag då vi "får en andra själ" och befallits att vila (andas) ser jag mitt icke-handlande som en re-kreation men av ett annat slag. Det är det tillfälle då man återupptäcker den stilla punkt av enhet som går utöver dualismen och som ger en ram för att åter gå ut i striden. Enheten hos den välvillige Andre förnekar inte heller behovet av att anstränga sig för att kontrollera sig själv, den ger en kontext för det.

RITUALER SOM PÅMINNELSE OM ATT VARA MEDVETEN

Judendomens ritualer och påminnelser (morgonens tacksägelsbön); känslan av välsignelse och fulländning före och efter varje måltid; aftonens bön om förlåtelse; de dagliga gudstjänsttiderna delar in min dag i små segment som påminner mig om att vara uppmärksam. Veckosabbaten är ett tillfälle för "ett kloster i tiden", att omgruppera och omfokusera på den djupaste visdomskällan i universum, och har jämförts med meditativ praxis; studiet av torah varje vecka blir en intellektuell grundning och ett kognitivt sätt att fokusera sig på att "alltid sätta det eviga främst"; den månatliga månkalendern och dagen som börjar och slutar med solnedgången har varit behjälpliga i att grunda mig med naturen; och den årliga cykeln av högtidsdagar (holiday = heliga dagar) ger mig möjlighet att bedöma var ungefär jag befinner mig på transformationens "resa" och att söka förnyelse.

MEDITATION OCH LITURGI

Som en del av mina dagliga böner och gudstjänster (t ex Schachrit, Mincha - morgon- och aftonböner) utövar jag judisk meditation av flera olika slag; över intet, över tomrummet i de hebreiska bokstäverna, över Shema, och att ta emot och ge "andnings"-meditation bildar Zohar (en viktig bok om mystik inom judendomen). Jag försöker göra alla dessa meditationer med en "zen-ställning" (Kavannah på hebreiska), på samma sätt som med den öppenhet och tillåtande inställning som jag erfor i Vipassana-meditation.

Att utöva meditation som en del av de judiska liturgin har medfört två positiva följder för mig. För det första bildar den grunden för den stillhet och det utrymme som å ena sidan kan tillåta ordens betydelse att sjunka in både upplevelse- och känslomässigt (t ex "Who releases the bound ... Who straightens the bound ... Who guides my steps"). Tomheten i meditation skapar den rymd utifrån vilken jag kan tillåta mig att be om vägledning och klarhet: "Från Din vishet, o högste Gud, må du genomsyra mig ... av Din förståelse giv mig förståelse." Å andra sidan skapar meditationen också den rymd i vilken jag kan uppleva och känna Guds vishet och ledning, i vilken "mitt hjärta kan skilja mellan natt och dag." För mig är liturgin utan denna tystnad bara tomma fraser.

Ibland kan jag genom stillheten i meditationen överskrida, transcendera, det dualistiska elementet i orden, nå fram till en punkt där dikotomin mellan min egen kontroll av mig själv och kontroll av en Annan försvinner (t ex Gud ger mig vishet om jag tar emot den); där budorden inhuggna på stentavlorna som ett ok blir "frihet" som fäderna sagt (Pirkey Avot); där spänningen mellan det universellas väsen och de partikularistiska språket upplöses.

För det andra hjälper liturgin också min meditation. Jag kan gå från den dualistiska värld i vilken jag lever mitt dagliga liv, genom mycket kraftfulla symboler och metaforer, genom församlingssång och recitation, mot den meditativa stillhetens punkt.

PERSONLIGA FAKTORER I INSIKTEN OM UNIVERSELLT/PARTIKULARISTISKT

Gurdjieff säger att vuxna människor på något stadium måste sluta fred med bardomens religion. Jag trodde inte att det gällde

mig. Jag kände att jag var helt nöjd med min religion som tonåring och när jag i 20-årsåldern utforskade den judiska traditionen gjorde jag ett medvetet val att söka på annat håll. Men både Jung, utifrån ett psykologiskt perspektiv rörande individuationen och den judiska mystikens Kabbalah varnar för att en individ inte är mogen att ta itu med dessa frågor förrän han är 35 resp. 40 år. Efter att definitivt ha passerat dessa kronologiska milstolpar vill jag säga något om min tidigare ståndpunkt.

Jag inledde detta avsnitt med att deklarerat att jag är av judisk härkomst och att jag reste till Israel för att studera mitt "judisk-kristna" arv och gå "i Jesu fotspår" i Det heliga landet. Varför använde jag ett sådant språk? Att jag använde ord med rötter i "hemlandet" var inte någon tillfällighet utan avspeglade min fenomenologiska verklighet; att jag var en assimilerad jude i amerikansk kultur som försökte förstå universella sanningar.

Men jag var nu inte född i en "judisk-kristen" tradition; jag var född jude. Jag tror att det var en viss motvilja från min sida att acceptera att jag tillhörde en minoritet i den amerikanska kulturen. Om jag sade "judisk-kristen" tillhörde jag en majoritet och det gjorde det möjligt för mig att försöka "överskrida" de historiska konflikterna mellan dessa två traditioner. Jag kunde vara "båda". Även om jag uttryckte min oro inför Förintelsen (Holocaust) i teologiska termer är jag dessutom inte säker på att jag var beredd att erkänna den personliga skrällen och rädslan inför att "vara" en måltavla enbart på grund av religionen.

Slutligen var kanske en av anledningarna till att så många judar (och kristna) vände sig mot öst inte bara att mäta en andlig hunger som inte kunde mötas inom den dominerande materialistiska huvudströmningen i vår kultur, utan också att söka efter en väg att transcendera historiska, partikularistiska problem. Österlandet var tryggt, där fanns inget historiskt minne av brutalitet och förföljelse, ingen antisemitism i buddhistisk-judiska eller hinduisk-judiska relationer. Vi kunde söka ett "universal mind" och överskrida partikularistiska skillnader och förstelningar som åtskilde judar och kristna, och sekterna inom dem. Vi kunde också närma oss de österländs-

ka teknikerna förutsättningslöst och utan "kontext", fritt från den dogm som vi säger är typiskt för våra traditioner, och utan att bry oss om den dogm som skapats inom deras traditioner. På många sätt var detta sökande efter teknik utan dogmer (som min första forskningsfas om meditationen!) något positivt. Men vi fick ett innehåll utan kontext, universalism utan form. Och den kan inte överföras, som Huston Smith sade.

Därför fungerade återvändandet till judendomen nästan som en transplantation för mig. Klarheten och stillheten i de buddhistiska meditativa traditionerna hjälpte mig att känna igen hjärtat i den judiska meditativa, kontemplativa traditionen, när jag nu ställdes inför den. Skiftet i min troskontext till en andlig "Välvillig Annan" som började med studiet av trans i den balinesiska-hinduistiska animismen fann form och hem inom den judiska-kabbalistiska gudssynen; och judendomens särskilda språk, kultur och komunitet har skapat en känsla av rotfasthet och identitet och dessutom en fridfull försoning med en tvetydighet från barndomen som jag inte ens var medveten om, och har givit mig en trosgemenskap med vilken jag kan överföra värden och former för våra barn, och med vilken jag kan försöka leva ett andligt liv. Lärare (från nu och förr) har något att lära ut, och gemenskapen både stöder, bekräftar och styrker.

Jag är mycket medveten om att fastän det finns häftiga meningsskiljaktigheter och debatter inom psykologin, finns det ingenting inom psykologin som ens tillnärmelsevis motsvarar det lidande och den smärta som missförstånd mellan olika religiösa traditioner förorsakar. Jag försöker ständigt påminna mig om att judendomen är en väg och ett medel att förstå och lära känna Gud, en speciell form att söka universella sanningar, och att leva dessa sanningar i det dagliga livet. Själva formen inom ett språk, en etnisk tillhörighet, rötter, identitet, kultur, komunitet kan vara nödvändig som redskap för att överföra detta, men det ligger en fara i att de (särskilda) blir mål i sig själva och inte medel för ett universellt mål av helande och frid. Allt eftersom kontakten med mina rötter fördjupas och manifesteras till det yttre, försöker jag vara extra känslig för behovet av oändlig ömhet, omsorg och respekt inför de många vägar som leder upp mot berget.

NAGRA SAMMANFATTANDE KOMMENTARER

Mitt hem ser ut som en arkeologisk utgrävning. Från zenperioden finns ett meditationsrum, tatami-mattor, shojo-skärm, japanska sumie-målningar och en zenträdgård. Från Bali kommer träskulpturer och sensuella, mystiska målningar. Och nu har vi mezzuzah på dörrarna, ett kosher-kök och ett judiskt bibliotek.

Medan jag arbetade på detta kapitel deltog jag i en judisk meditationsretreat under ledning av rabbinen Ted Falcon. Den speciella torah-texten för veckan var Lech Lecha (Gå vidare) och är historien om hur Abraham kallas av Gud att lämna Haran, sin faders hus (där avgudabilder dyrkades) och bege sig till Det förlovade landet.

Jag tror att vi alla innerst inne alltid är stadda på denna resa och ständigt lämnar det nya huset med avgudabilderna i våra liv, och alltid söker Det förlovade landet. Ibland upptäcker vi att vi redan är där, ibland är vi avskurna från denna insikt, särskilt när vi inte ens vet att vi är avskurna! Och så hör vi en dag kallelsen och börjar resan på nytt.

Denna meditationsretreat ägde rum i ett benediktinkloster. Själva byggnaden hade transporterats från Kina 1959 när orden fördrovs därifrån. På området fanns också en kinesisk trädgård med damm, som mycket påminde om zenträdgårdarna. Fastän den låg ute i öknen fanns där många träd som prunkade i höstens alla färger. Det var förunderligt och vackert att se öknens strama skönhet och tomhet blandad med något som påminde om hösten

i Kansas City där jag växte upp.

En morgon vaknade jag tidigt och gick ut för att be Modeh Ani, den judiska morgonbönen. Jag fick ingivelsen till en dikt, som jag vill förmedla. Till formen är den en kinesisk vers med tre strofer. Varje strof bygger på två ord ur Shema: Shema Israel/Adonai Eloheinu/Adonai Echad, vilket kan översättas med: (1) Shema Israel: lyssna noga på den del av dig som kämpar med (och mot) Gud; (2) Adonai Eloheinu: Den Evige Gud som är bortom alla former är synliggjord på unika och särskilda sätt genom oss alla; (3) Adonai Echad: Den Evige, den del av oss som kämpar med Gud, och alla enskilda former, är ETT.

LECH LECHA

Shema Israel

Reflections of multi-coloured leaves
Ripple in a not yet still pond.

A bell chimes. Ducks echo in shrill
counterpoint.

Adonai Eloheinu

A Catholic Benedictine Monastery...

A Zen Garden...

A Jewish Morning Meditation of
gratitude...

Adonai Echad

One leaf lets go ... and ...

Falling in stillness and silence,
Joins its reflection.

(Fortsättning i nästa nummer av Zenvägen)

Översättning Henrik Karlsson

REFERENSER:

(1) D.H. Shapiro & R.N. Walsh (ed.): Meditation: Classic and Contemporary Perspectives, New York (Aldine) 1984.

(2) S.T. Katz (ed): Mysticism and religious traditions, Oxford Univ. Press, Oxford 1983; dens.(ed): Mysticism and philosophical analysis, d:o, Oxford 1978; H. Smith: Primordial truth: The forgotten tradition, Harper & Row, N.Y. 1976; D. Rothenburg: Understanding mysticism. Transpersonal theory and the limits of contemporary epistemological frameworks, ReVision 2, 1989.

(3) D. Shapiro: Precision Nirvana. Englewood Cliffs, New Jersey:Prentice Hall, 1978, s. 11.

(4) D.J. Levinson: Seasons of a man's life. Knopf, New York 1978, s 1982-93

(5) Nachman, Rabbi of Bratslav: Restore my soul, Breslov Research Institute, New York 1980, s 76

(6) A. Heschel: God in search of man. Jason Aronson, New York, 1987, s 123.

(7) M. Buber: I and Thou, Schocken Books New York 1958; dens.: Between man and man, MacMillan New York 1965.

"Lou Shu hemlighet"

av HÅKAN SVENBRO

LARS BERGLUNDS doktorsavhandling "The Secret of Lou Shu" framstår vid första genomläsningen som ett myller av bilder, namn och texter. En okunnig kåsare kan inte undgå en känsla av omfattande lärdom och djupa insikter i kinesisk tankevärld.

En noggrann läsning innebär arbete. Det är en krävande bok.

Som tema återkommer en magisk kvadrat: de nio första talen arrangerade så att summorna på raderna, kolumnerna och diagonalerna blir 15.

4	9	2
3	5	7
8	1	6

Till denna grundstruktur hittar Lars Berglund kopplingar från alla områden i Kinas kultur: konst, filosofi, astrologi och religion.

Det känns övertygande och riktigt: det är dessutom fantastiskt att hela denna idéstruktur är oändligt gammal, ja uråldrig. Talen är inte bara eller ens framför allt, kvantitativa begrepp utan kvalitativa - att "fyra" kommer efter "tre" betyder inte självklart att fyra är större än tre. I viss mening kan ju talet "ett" betraktas som det tal som symboliserar alltet och alla andra tal kan då ses som resultat av delningar av denna ursprungliga helhet. Talet ett betecknar enhet, två "tvåhet", tre "trehet" osv. Varje tal representerar en egenskap, en kvalitativ värld.

De äldsta numeriska symbolerna i kinesisk historia är 18000 år gamla. Mer än något annat folk har kanske kineserna utforskat talvärlden.

Piaget beskriver i arbeten om tänkandets utveckling hur barn kan ordna serier och klassificera men först på ett sent stadium klar av att sammansmälta dessa operationer på ett sådant sätt som talbegreppet förutsätter - tal är kvantitet och kvalitet samtidigt. Detta faktum ger åt talvärlden en alldeles särskild magi och ger åt talen en

"så-het" som annars bara tillkommer fysiska objekt.

Att talen kommit att spela en sådan roll i magiskt och filosofiskt tänkande är kanske en följd av denna egenskap.

På omslaget till Berglunds bok finns en labyrint avbildad. Den kallas vid olika namn, exempelvis "Luo Shu" eller "De nio hallarna". Den är konstruerad utifrån den ovan avbildade magiska kvadraten. Linjen som ringlar sig genom labyrinten börjar vid det fält som motsvaras av siffran ett och löper sedan genom fält efter fält i nummerordning fram till det fält som motsvaras av siffran nio.

Kina är ett myller av epoker, människor och idéer. Luo Shu är labyrinten som på något sätt söker uttrycka detta kaosordning. På område efter område - litteratur, filosofi, konst - visar Lars Berglund hur talmystiken i allmänhet och den magiska kvadraten dyker upp som nyckel: mönstret upprepas i det oändliga, subtila variationer. På ett hemlighetsfullt sätt blir Luo Shus magiska kvadrat ett gudomligt sigill, ett mantra i Guds meditation. (Den vanliga symbolen för yin och yang, dvs Tai Ji Tu, kan härledas ur den magiska kvadraten liksom svastikan, hokkorset.)

Lars Berglund bok handlar om människans sökande efter en ordning, ett meningsfullt sammanhang. Den är för mig en demonstration av detta sökandes universella giltighet.

Men finns ordningen utanför medvetandet eller är ordningen ett medvetandefenomen?

Under många år har I Ching tillhört de böcker jag ofta återvänt till. Jag har fascinerats av de uråldriga, dunkelt begripliga texterna och den svärfångade symboliken. I detta myller av texter finns underliggande mönster och enkla matematiska strukturer. Men ändå är det underliggande rutnätet av matematiska, abstrakta linjer som gatunätet i New York: det hjälper mig att hitta, men kaoset mellan gatorna, hela det sjudande livet i