





MYTER OM OPPLYSNING



Opplysning er den åndelig søkendes høyeste mål. Hva er det, hva skal til for å bli opplyst, og hvorfor er du enda ikke opplyst?

—
TEKST: CHRISTIAN PAASKE
ILLUSTRASJONER: ANAGRAMDESIGN.NO

Blant personer som oppfatter seg som åndelige eller spirituelle, finnes det en utbredt forestilling om opplysning i mange varianter. Det er gullmedaljen i de olympiske leker for åndelig søkende. Det er skatten i enden av regnbuen i form av en ekstatiske lykketilstand, kosmisk orgasme og den ultimate løsningen på alle ens problemer. Det kalles ved mange navn, samadhi, satori, nirvana, enhet med Gud, selvrealisering, moksha eller frigjøring, for å nevne noen. Opplevelsen henger som en gulerot foran nesen på ethvert åndelig esel på den bratte oppoverbakken mot opplysning. Troen er sterk på at bare en mediterer lenge nok, faster, spiser brune ris, gjør yoga, lever etisk og dydig, avstår fra sex, finner en guru eller skaffer seg en hule i Himalaya, er åndelig jackpot innen rekkevidde.

Buddha klarte det. Jesus var nok der. Og en strøm av guruer med karisma, mirakuløse evner, langt skjegg og fargesprakende aura er også del av denne eliten. Pluss en god del andre wannabes med selvsikkerhet og et godt PR-apparat.

ÅNDELIG MATERIALISME

Det er fullt mulig å få spektakulære opplevelser gjennom meditasjon, faste, askese, sølibat, kundalini yoga, kriya yoga, tantriske ritualer, sufidans, bønn eller pusteøvelser. Shakti-pat, hvor en guru overfører noe av sin energi, er en annen mulighet. En vekkelsespredikant

.....
Hvis målet med ens åndelige søken er å få en opplevelse, er det bare en annen form for materialisme.
.....



med suggererende evner nok til å bringe den emosjonelle temperaturen til kokepunktet i menigheten fungerer også. Mange har hatt slike opplevelser av ekstatiske lykke, enhet og fred i større eller mindre grad. Hver gang de siden setter seg ned for å meditere, er det med det mål for øye å oppleve det igjen. Tilsvarende blir også skuffelsen når det ikke skjer denne gangen heller.

Vi lever i en verden hvor opplevelser kommer og går. Slik den deilige opplevelsen av å spise en is opphører når isen er spist opp, slik vil alle slike ekstatiske opplevelser før eller senere opphøre. I prinsippet er det ikke forskjell på slike opplevelser og en god film, en søndagstur, et godt måltid eller en tur til Syden.

Åndelige opplevelser er bare en mer eksklusiv form for underholdning for dem som er gått lei av TV, biler, hytter, båter, rutinesex, gourmetmat og hva annet sinnet har kreativitet til å begjære. Hvis målet med ens åndelige søken er å få en opplevelse, er det bare en annen form for materialisme. Chögyam Trungpa kalte det åndelig materialisme.

DUALISME

Opplysning som en opplevelse er basert på en dualistisk virkelighetsoppfatning. Det vil si å identifisere seg med den kropp-sinn-organismen vi kaller jeg. Den har et navn, personnummer, foreldre, alder, kjønn, personlighet, utdanning, jobb, eiendeler og et sted å bo. Den er et objekt som lever i en verden sammen med andre adskilte objek-



ter i forhold til hverandre, stoler, bord, hus, biler, dyr og andre mennesker. Virkeligheten ser unektelig slik ut, og vi får kontinuerlig tilbakemelding på at det stemmer.

Å identifisere meg med å være denne lille kropp-sinn-organismen sammen med 6,5 milliarder andre på planeten, gjør meg ganske liten. Det fører til en opplevelse av å være mangelfull, begrenset og ufullkommen. Religioner har melket dette for alt det er verdt. Denne tomhetsfølelsen starter jakten på å søke objekter som kan gjøre meg trygg, lykkelig og tilfreds. Det være seg penger, ting, andre mennesker eller opplevelser. Kjærlighet er populært. For prisen av intimitet og nærhet underkaster vi oss parforholdets uskreve lover av gjensidig utveksling av gode følelser og forpliktelser. Vi tror at lykken er i objektene, mens den egentlig er i oss selv.

IKKE-DUALISME

Denne atskiltheten vi opplever ved å se på verden gjennom dualistiske briller, er en illusjon skapt gjennom våre egne forestillinger, fordi vi ser på verden på feil måte. Hvis vi undersøker nærmere, vil vi oppdage at jeg er ikke denne begrensede kropp-sinn-organismen, men bevisstheten som opplever den.

Bevisstheten er ikke noe mystisk, langt vekk, ekstatisk og på andre måter utilgjenge-

lig – det er deg! Det vil si den tilstedeværelsen du opplever til enhver tid. At du opplever at du finnes, at du er til. Det er den samme som du var som liten, den du var som ungdom og den du er akkurat nå. Det er så åpenbart og innlysende, men som nettopp på grunn av sin enkelthet likevel går de fleste hus forbi, slik skogen er så vanskelig å se for bare trær.

Bevisstheten kan ikke oppleves. Den kan

.....
 Å identifisere meg med å
 være denne lille kropp-sinn-
 organismen sammen med
 åtte milliarder andre på plane-
 ten, gjør meg ganske liten.



ikke gjøres til et objekt. Den bare er. For eksempel hvis du sier at bevisstheten er en bestemt følelse du har i hjertet, så reiser spørsmålet seg hvem som opplever denne følelsen, og det er bevisstheten.

Dette er på den ene siden logisk og opplagt, men i praksis er det en hard nøtt å knekke, fordi programmeringen av å se verden som dualistisk sitter så langt inne. Vi er så vant til å identifisere oss med å være en lypære, mens vi egentlig er strømmen. Pæren kastes og er ubrukelig når den går i stykker, men

strømmen varer evig. Å se verden som ikke-dualistisk er å skifte perspektiv. Det er å forlate troen på at du er en bølge på havet, til å forstå at du er havet.

FRIGJØRING

Dersom du forstår dette og ikke identifiserer deg lenger med den begrensede kropp-sinn-organismen, men innser at du er ubegrenset,

fri og evig, er du opplyst eller fri. Du trenger ingenting for å være komplett, fordi du er komplett allerede. Du har alt du trenger, ingenting kan tilføres og ingenting kan trekkes fra. Det er ingenting du kan gjøre for å bli dette, fordi du er dette allerede. Det er ikke en spesiell opplevelse som kan sette deg fri, men kunnskap. Resultatet er at du innser at du er hel, fullkommen, komplett og fri. Uansett hva som skjer, er det

ingen som kan forandre dette. Kroppen kan bli syk, pengene kan forsvinne, Jorden kan gå under og ta kroppen med seg i dragsuget, men bevisstheten består uendret og upåvirket.

OPPLYSNINGSMYTER

På tross av at denne kunnskapen har vært tilgjengelig og uendret gjennom tusenvis av år, er den dominerende delen av den åndelige scenen basert på den dualistiske forestillingen om at opplysning er en opplevelse, og ikke



OPPLYSNING SOM EN OPPLEVELSE ER BASERT PÅ EN DUALISTISK VIRKELIGHETSOPPFATNING. DET VIL SI Å IDENTIFISERE SEG MED DEN KROPP-SINN-ORGANISMEN VI KALLER JEG. DEN ER ET OBJEKT SOM LEVER I EN VERDEN SAMMEN MED ANDRE ADSKILTE OBJEKTER I FORHOLD TIL HVERANDRE, STOLER, BORD, HUS, BILER, DYR OG ANDRE MENNESKER.

en kunnskap eller erkjennelse. Mange myter har følgelig festet seg. Her skal vi ta for oss de mest typiske. Dette betyr nødvendigvis ikke at disse metodene ikke har noe for seg. Mange av dem inneholder ofte verdifull og sann kunnskap, men er mangelfulle i sin ofte uklare blanding med uvitenhet.

Å SLUTTE Å TENKE

Patanjalis klassiske kildeskrift, Yoga-sutraene, har siden det ble forfattet for over tusen år siden vært gullstandarden for de fleste former for yoga. Yoga er her definert som kontroll av tankestrømmene i sinnet. Forestillingen er at når tankene opphører, blir sinnet så klart som en krystall, og bevisstheten vil skinne gjennom og føre til samadhi eller opplysning. Den mediterende blir ett med det oppmerksomheten rettes mot.

Tankene er som skyer på himmelen, fjern disse og solen vil bryte fram. Praksisen består i å bringe tankene til opphør gjennom selvdisiplin, etisk livsførsel, yogastillinger, pustøvelser og meditasjon. Med på veien følger spektakulære evner med alt fra allvitenhet til levitasjon, for til slutt å forbli i en permanent tilstand av lykke til sin egen og menneskehetens velsignelse.

Opplysning lanseres som en opplevelse

som oppnås gjennom hardt arbeid, intens praksis og en kolossal viljeanstrengelse over lang tid. Problemene med dette står i kø. Å slutte å tenke er så godt som en umulig oppgave. Skulle det likevel lykkes, er det jo noen der til å oppleve at nå tenker jeg ikke, og det er allerede en tanke. I dyp søvn, bedøvelse eller koma tar sinnet en pause og slutter å tenke, men da har også vitnet tatt kvelden og

.....
Mange oppfatter likevel slike opplevelser som opplysning. Det blir et ettertraktet trofé på den åndelige CV'en.
.....



det er ingen til å oppleve det.

Ideen er å framkalle en form for ekstase hvor en blir ett med det en opplever, glemmer seg selv som ved synet av en soloppgang, en intens spennende film eller i lidenskapelig dans. Slike opplevelser vil aldri vare ved fordi de eksisterer i tid. De vil før eller senere opphøre og personen er den samme igjen.

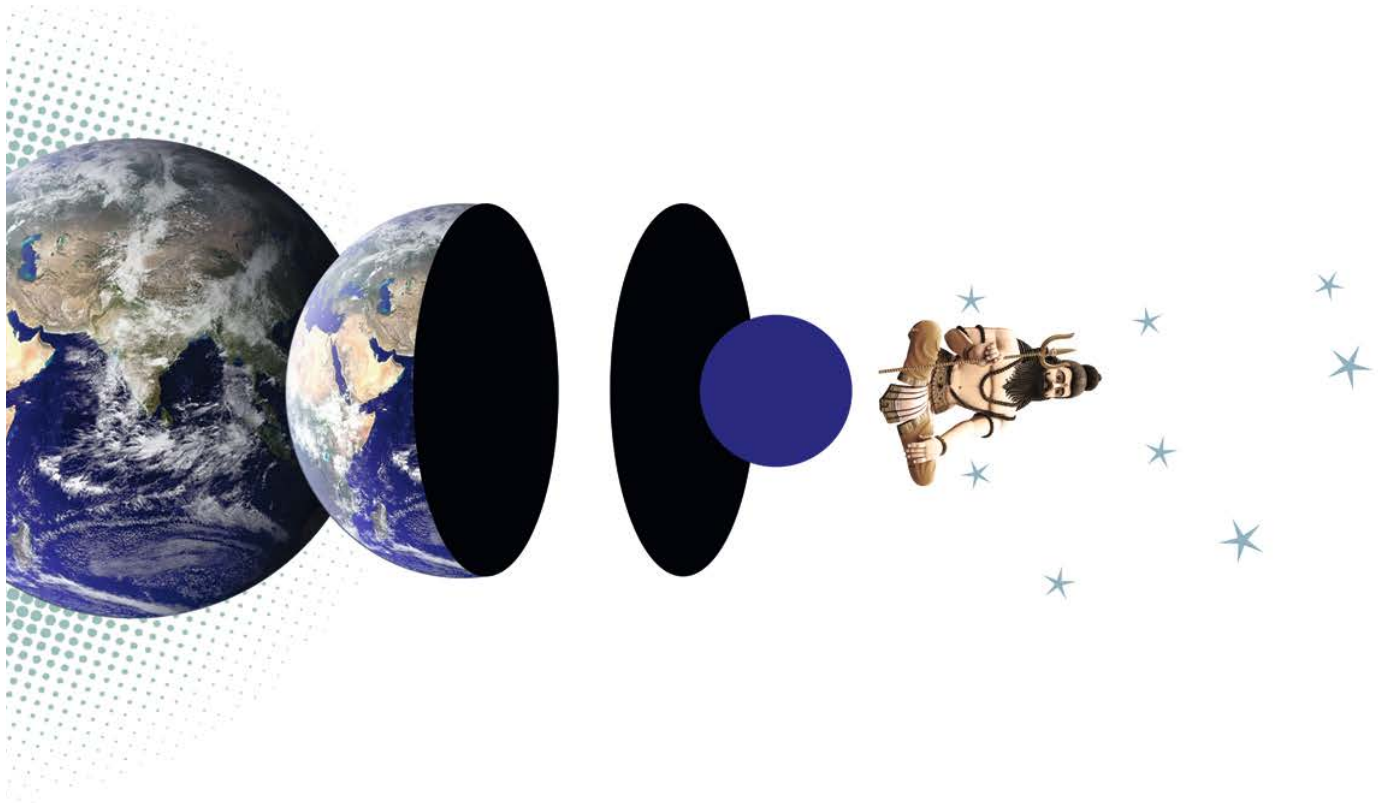
GURUSCENEN

Mange oppfatter likevel slike opplevelser som opplysning. Det blir et ettertraktet trofé på

den åndelige CV'en. Det gjør personen spesiell fordi de har nådd til en eller annen topp i den åndelige fjellheimen få andre har vært på. Det gir status og kvalifiserer for gururollen. Tilhengerskaren vokser, og en organisasjon med gurun i en privilegert lederrolle ser dagens lys. Strømmen av oppmerksomhet, vakre kvinner, penger, makt og berømmelse er like forførende og avhengighetsskapende på lederen som det er på tilhengerne. Guruen lever på tilbedernes energi, økonomi og gratis arbeidskraft, inntil en skandale ofte avslører avgrunnen mellom liv og lære.

Å definere tankene som forhindringen for opplysning, har gjort maktkåte og narsissistiske ledere immune mot kritikk. I tillegg er det effektivt for å utnytte naive søkere. Framfor å tenke foretrekker de tryggheten og de gode følelsene i nærværet av en farsfigur. Videre har dette ført til en anti-intellektuell holdning i den åndelige verden, hvor fokus er på følelser, intuisjon og opplevelser, framfor kunnskap.

Yoga er bra, fordi det renser kropp og sinn og legger et grunnlag for å kunne tilegne seg en slik kunnskap. Like lite som man kan spise seg inn i himmelen med sunn mat, fører ikke yoga i seg selv til opplysning. Spirituelle opplevelser er en oppmuntring, men lite verdt hvis en ikke lærer noe av dem. Oppmerksomheten må rettes mot den som opplever, og ikke mot opplevelsen.



Ramana Mahrashi, den fremste guruen i nyere tid for ikke-dualisme, ble opplyst nettopp gjennom en ekstatisk opplevelse av å reflektere over sin egen død 17 år gammel. Det var ikke opplevelsen som førte til frigjøring, men at han trakk lærdom av opplevelsen og integrerte den i sitt liv.

Å DREPE EGOET

I denne yogamodellen er det ikke bare tankene som står i veien for opplysning, men også egoet. Istedenfor å akseptere inndelingen av menneskets tre mentale bestanddeler av sinn, intellekt og ego, betraktes det nærmest som en konstruksjonsfeil. Egoet forsøkes fjernet gjennom uselvisk arbeid, meningsløse oppgaver og underkastelse av en guru med sine egne egoproblemer. Med i dragsuget følger en posørkonkurranse i usynlighet. Ydmyk stemme, nedslåtte øyne, langsomme bevegelser og et salveselsfullt og dempet smil er noen av symptomene før en blir en åndelig zombie. Dette er kun glasuren på en bløtkake hvor kremen for lengst er blitt sur av selvforakt, frustrasjon og undertrykt aggresjon.

Problemet er ikke egoet, men identifikasjonen hvor vi tror at vi er egoet. Opplysning er da en opplevelse egoet kan ta eierskap over.

Slik opplysning er ikke mulig, fordi det er ikke egoet som blir opplyst. Når noen sier de er opplyst eller omtales som opplyst, bør det få varselampene til å blinke. Opplysning er et skift i perspektiv fra egoet til bevissthet. For bevisstheten er egoet kun et objekt i likhet med alle andre opplevelser.

Oprah Winfrey Show og ble en av selvutviklingsscenens nye popguruer.

Praksisen som utkrystalliserer seg fra dette, og for å få lignende lykke, er å være til stede i øyeblikket. En er opplyst når en er i øyeblikket og uopplyst når en tenker enten på fortiden eller framtiden. Problemet med dette er at i en ikke-dualistisk virkelighet finnes ikke tid. Det blir feil å konstruere en slik teoretisk sandwich, hvor fortid og framtid er som brødsnivene og øyeblikket som osten i midten. Selv om en tenker på fortiden eller framtiden, skjer det likevel her og nå. Det går ikke an å være andre steder.

Hvis det å være til stede i øyeblikket er et annet ord for bevissthet, er det uheldig og villedende å knytte noe som ikke eksisterer i tid inn i en dualistisk tidsoppfatning. Videre skaper det en forstilling om at en må gjøre noe for å bli opplyst. En må styre og kontrollere sinnet for å unngå å skli ut av øyeblikket.

INGEN KVALIFIKASJONER

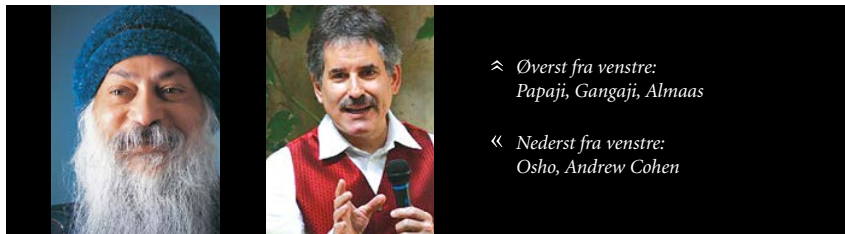
Stadig flere får øynene opp for ikke-dualisme og likedan spørsmålet om hva bevissthet er. En strøm av moderne lærere, særlig med vestlig bakgrunn, har sett lyset og er klar for å dele opplevelsen. Ofte er det isolert fra

Praksisen som utkrystalliserer seg fra dette, og for å få lignende lykke, er å være til stede i øyeblikket.



Å LEVE I ØYEBLIKKET

Da Eckhart Tolle en morgen våknet opp til bunnen av en langvarig depresjon, stilte han spørsmålet om hvem som opplever at han er deprimert? Han forstod at han var ikke depresjonen, men den som opplever den. Det førte til en langvarig euforisk lykketilstand, hvor han i et års tid for det meste satt på en benk i parken og matet duene. Siden skrev han boken *The Power and Now*. Han kom på



⤴ Øverst fra venstre:
Papaji, Gangaji, Almaas

⤵ Nederst fra venstre:
Osho, Andrew Cohen

eller har utspring i en tradisjon, men hvor de leverer sin egen personlige versjon basert på sine egne opplevelser. I farten kan nevnes, Krishnamurti, Ramesh Balsakar, Papaji, Osho, Andrew Cohen, Nukunu, Shanti May, Gangaji, John De Ruiter, Almaas, Tony Parson, Mooji og en god del andre.

Et gjennomgående tema er ofte at det er ingen kvalifikasjoner for opplysning. Du er opplyst allerede, og det er ingenting du kan gjøre for å bli opplyst, annet enn å henge rundt selverklærte opplyste som de nevnte. Eller å vente på Guds nåde til at det samme kan skje for deg. Selv om de sjelden unngår fellen av å framstille opplysning som en opplevelse, undervurderes det at frigjøring rent faktisk krever en god del kvalifikasjoner.

Problemet er at vi styres av våre opplagte disposisjoner, i form av nedfelte vaner, forestillinger og hva vi kan kalle karmiske mønstre eller vasantas. De danner bakteppet for valgene vi foretar til enhver tid. Hva som kan se ut som frie valg, er kun tilsynelatende frie og for en god del forhåndsprogrammert. Disse mønstrene kan gradvis nøytraliseres gjennom en vedvarende praksis av å rense sinnet, kultivere fredelige vaner, harmonisk

livsførsel og gjøre intellektet klar for en forståelse av opplysning. Illusjonens verden har så sterkt grep på oss at det krever en kontinuerlig praksis å se verden fra bevissthetens perspektiv, og ikke den individuelle kropp-sinn organismen.

Opplysning er i prinsippet lett tilgjengelig, men det vanskelige er å utvikle en permanent hundre prosent tillit til bevissthetens per-

.....

For den kvalifiserte med
et brennende ønske
om frigjøring,
finnes Vedanta.

.....



spektiv. Hvis det fører til likegyldighet overfor hva en liker og misliker, fravær av frykt og en harmonisk og autentisk person, er det tegn på frigjøring eller moksha. Dette er også kriterier for enhver som erklærer seg for opplyst.

VEDANTA

For den kvalifiserte, og med et brennende ønske om frigjøring, finnes Vedanta. Vedanta betyr slutten på kunnskap, og er hvor

den åndelige søken slutter. Det er en flere tusen år gammel kunnskapstradisjon med opprinnelse i de gamle vedaskriftene. Den har framkommet gjennom seere eller rishier med en innsikt og forståelse som langt overgår hva et enkelt menneske vil være i stand til å konstruere. Ingen bestemte personer er forfattere eller regnes som opphavs- eller rettighetshavere. Kunnskapen formidles fra lærer til elev i en relasjon av vennskap og likeverdighet uten gurudyrkelse, podier eller andre privilegier.

Vedanta er grunnlaget for yoga og en rekke åndelige retninger som for det meste har mistet kontakt med sine opprinnelige røtter. Vedanta er ikke en religion, tro eller filosofi, men en konkret kunnskap eller vitenskap om bevissthet, ikke-dualisme og den praktiske veien av selvrefleksjon for frigjøring.

Vedanta tiltrekker seg i dag kun de færreste blant åndelige søkere, fordi de fleste søker opplevelser og ikke kunnskap. Vedanta er imidlertid fritt tilgjengelig og gis oftest videre med beskjedne økonomiske omkostninger. Ingen finner Vedanta. Når du er klar, finner Vedanta deg. 🌐

.....

Mer info om Vedanta her:
www.shiningworld.com
www.christianpaaske.no

.....