

# Himlavandreraskor och heliga galningar

## Om biografen i tibetansk buddhism

Jan Bärmark, universitetslektor i vetenskapsteori

När jag frågade den tibetanske laman Khenpo Tsultrim Gyamtso om lämplig litteratur för att förstå buddhismens syn på livet gav han mig rådet att läsa biografen om den tibetanske yogin och poeten Milarepa tio gånger. Jag var först något undrande inför rådet att läsa en biografi så många gånger. Men jag insåg under läsningen att man genom att så intensivt lära känna en biografi upptäcker mönster också för sitt eget liv. Läsningen och omläsningen gör att vi får upp ögonen för hur vi själva kan leva våra liv. Det tibetanska uttrycket för biografi är nam par tharpa som betyder ”genom att själva se när vi upplysningen”. Genom att själva se hur upplysta kvinnor och män kultiverat sitt sinne och på så sätt nått upplysningen, får vi själva vägledning och inspiration att praktisera den buddhistiska läran. Biografen om Naropa tillhör mina favoriter och jag återvänder ofta till den.

### *Biografen om Naropa*

Naropa (1016–1100) hade kommit så långt man kunde i den buddhistiska lärdomshierarkin i dåtidens Indien. Han var en av huvudlärarna vid det vittberömda Nalandauniversitetet. Studenter från när och fjärran sökte upp Nalanda för att ta del av Naropas stora kunskaper. En dag sitter han på den stora gården när plötsligt en skugga faller på den bok han läser. Han vänder sig om och ser en gammal gumma. Enligt berättelsen har hon ”alla 37 fulhetstecken.” Vad läser du, frågar hon. Naropa besvarar något besvärad hennes fråga. Förstår du orden eller förstår du innebörden, fortsätter hon. Jag förstår orden, svarar Naropa och den gamla kvinnan ser mycket nöjd ut. Jag förstår också innebörden, tillfogar Naropa och gummans ansiktsuttryck förändras genast. Hon börjar gråta. På frågan varför

hon gråter svarar hon att han talat sant när det gäller orden, men ljugit när det gäller innebörden. Naropa känner sig osäker. Tänk om hon har rätt. Helt säker kan han ju inte vara. Vem kan lära mig innebörden, frågar han. Du kan alltid fråga min bror, svarar hon, nämner ett namn och är spårlöst borta.

### *Naropa söker sin lärare*

Naropa inser att han måste lämna den lärda klostermiljön för att söka den lärare hon nämnt. Trots ihärdiga protester från sina studenter lämnar han Nalanda för att söka efter sin lärare. Nu följer ett mödosamt sökande, där Naropa gång på gång tvingas konfronteras med sina svagheter, sin arrogans, sina förutfattade meningar, sitt högmod. En hund med sårig kropp ligger på vägen. Den luktar. Naropa håller för näsan och tar en liten omväg för att inte bli biten. Hunden försvinner och han hör en röst säga: "Hur kan du som så totalt saknar medkänsla hitta någon lärare?" Vid ett annat tillfälle kommer han in i ett hus. Där sitter en man och en kvinna och slår en tredje person i huvudet med en trähammare så att svetten lackar. De lovar att tala om var hans lärare är bara han vill avlösa dem en stund. De är gamla och orkar inte så mycket. Han resonerar med sig själv. Han är munk och skall inte skada någon. Alltså avböjer han. Genast försvinner hela scenen och återigen hör han en röst. "Hur skall du hitta din lärare, som inte med den analytiska insiktens hammare vågar knäcka egoismens skalle?"

Den ena händelsen efter den andra av det här slaget inträffar. Alltmer frustrerad är han på väg att ta livet av sig med förhoppningen att i nästa liv finna sin lärare. Han ser sig omkring för att hitta en lämplig plats för sin hädanfärd och finner att han står öga mot öga med en mörkhyad mager tiggare, som han genast inser är just den lärare, Tilopa, gumman talat om. Naropa är lycklig över att äntligen ha hittat sin lärare, men samtidigt en aning irriterad: "Jag har sökt dig över allt. Var har du varit?" "Jag har hela tiden funnits vid din sida," svarar Tilopa.

Tilopas svar kan förstås mot bakgrunden av den föreställning som finns i den tibetanska buddhismen om en yttre, en inre och en hemlig lärare. Den yttre läraren är den man eller kvinna som undervisar om Buddhas lära.



*The dakini as the meditational deity Vajrayogini.*

*Ur: Dakini's Warm Breath, Judith Simmer Brown, Shambhala, Boston & London, 2001*

Den inre läraren är de internaliserade orden. Den hemlige läraren är den spontana visdomen som ser allt som händer oss som Buddhas undervisning. Tilopa ställer frågan om Naropa är mogen att se allt som händer i hans liv som lärosituationer i vilka hans buddhistiska lärdomar prövas. När väl den hemlige läraren är väckt är Naropa inte beroende av några yttre lärare. Ett viktigt moment i den buddhistiska skolningen av sinnet kallas att omvandla motgångar till hjälpmedel. Förutsättningen för att vi skall klara av denna alkemiska omvandling är att vi kan se det som händer som lärosituationer. Våra fiender ger oss tillfälle att öva oss i tålmod. Motgångar kan ge oss en impuls att bearbeta våra inre fiender, självömkan och egoism. Poängen med att omvandla motgångar till hjälpmedel kan uttryckas kort. Det viktiga är inte hur vi har det. Det viktiga är hur vi tar det.

### *Naropa får undervisning*

När Naropa nu är mogen att accepteras som lärjunge till Tilopa följer nästa fas. Naropa är redan bevandrad i de buddhistiska texterna. Naropa är utbildad i buddhismens alla klassiska texter, men utbildning är bara början. Han har ännu inte kommit till en förståelse av texternas innebörd (*verbum interius*). Han har alla texterna på tungan, men ännu inte i sitt hjärta. Tilopa ser att Naropa visserligen har kunskap men ännu inte visdom. Han undervisar därför inte Naropa på vanligt sätt. Det är inte fråga om att få mer kunskap utan om att gå från kunskap till insikt. Nu handlar det om att gå utöver den rent intellektuella förståelsen av texterna. Tilopa använder sig av symboler, gester och handlingar för att pröva om Naropa förstår innebörden. Vid ett tillfälle lägger han ut ett stycke bomull på marken, angör en eld och ser på hur tyget brinner upp. Förstår du, frågar han Naropa, som svarar att bomullsduken är våra störande känslor och lärarens ord är den eld som förtär dessa. Mellan de många prövningarna råder tystnad.

Efter att ha klarat alla dessa prövningar återstår fortfarande en sista. När Naropa ber om den slutgiltiga undervisningen, den som skall ta bort alla tvivel, böjer sig Tilopa ned, tar av sig sandalen och ger Naropa en smäll med den så att han nästan svimmar. Naropa glömmer helt bort den yttre läran. Naropa är inte heller frenetiskt upptagen med tankar längre.

Därmed har den inre läraren tystnat. Smärtan gör att det inre tjattrandet av begreppsligt tänkande upphört. Han är helt utlämnad till sig själv. Sinnet är tomt och klart. Nu försvinner alla tvivel.

### *Förverkligande genom biografier*

Historien om Naropa liksom andra biografier i buddhismen handlar om hur en man eller kvinna först finner vägen till Dharma, studerar lärans texter och därefter så småningom genom svåra personliga prövningar går från förståelse av orden till förverkligandet av deras innebörd. Från att ha kunnat citera orden kan hon eller han nu med egen auktoritet tala om deras innebörd. I de buddhistiska biografierna har alla samma mål med sina liv; att bli en Buddha. Biografierna kan ses som paradigm för den buddhistiska skolningsvägen. Det som Naropa eller någon annan manlig eller kvinnlig Buddha gjort det kan också vi göra. Biografierna handlar till stor del om meditativa upplevelser och drömmar. Yttre händelser spelar inte alls samma viktiga roll som i västerländska biografier. Gränserna mellan dröm, meditation och händelser i ”verkligheten” är flytande. De ses som lika verkliga och lika viktiga i en människas utvecklingshistoria. I västerländska biografier spelar ofta frågan om fakticitet en viktig roll. Det viktiga i den buddhistiska biografien är att den skall förmedla poänger som genom det konkreta fallet kan ge oss en vink om hur vi själva kan praktisera buddhismen.

Biografien om Naropa innehåller alltså ingredienser som är typiska för den tibetanska buddhismen. Den lärde laman som kan alla orden men som inte förverkligat innebörden får en dag besök av en kvinna som ifrågasätter hans andliga mognad. Dessa kvinnor, ibland gamla, ibland unga, kallas *dakinis*, himlavandrerstor. De uppträder i kritiska ögonblick och ger en vink om var vägen från verbal förståelse av orden till en förverkligande insikt går. Dakinin sätter fingret på den ömma punkt som hindrar laman att komma vidare. För en person kan det vara stoltheten över att vara lärd. För en annan är det begär efter makt och ära. Den helige munken som kan avstå från allt utom den goda mat han lärt sig uppskatta i sitt förmögna barndomshem får av en dakini uppmaningen att livnära sig på det fiskrens som blivit över sedan fiskarna lämnat hamnen.

Allt beroende på elevens läggning och mognad framträder dakinin ibland som en gammal kvinna, ibland som en förförisk ung flicka. Hon kan vara allt som det vi fruktar mest och inte vågar se hos oss själva. Ibland är hon skräckinjagande med skallar kring halsen och en dolk i handen. Dolken i handen symboliserar att hon skurit av alla band till självömkän och jagfixering. Andra gånger uppträder hon som den goda modern. Dakinin kan vara manlig eller kvinnlig, men kan också som i fallet med Maitripa vara en hund. För en man eller en kvinna som studerat den buddhistiska filosofin och mediterat över den återstår fortfarande att förverkliga den. Det är här dakinin dyker upp i den buddhistiska biografen. Dakinin är den förkroppsligade visdomen. Saraha ser en ung vacker flicka som sitter och tillverkar pilar. Han får en impuls att tala med henne och frågar om det är hennes yrke. Hon kastar en hastig blick på honom och säger sedan: "Buddhas ord förstår man inte med ord utan med symboler och handlingar. Trots att han är munk, brahmin och lärd inser han att han i denna unga kastlösa flicka funnit sin lärare.

### *Himlavandreraskan*

Dakini, himlavandreraska, tibetanska khandroma, betyder den som vandrar eller dansar i rymden. Rymd är en symbol för den öppenhet och klarhet som enligt buddhismen kännetecknar vårt eget sinne när det inte oavbrutet är upptaget med att skapa begrepp och teorier Dakinin kan alltså tolkas som någon som uppträder i vårt sinne. Dakinin talar inte från och inte till det rationella förnuftet. Hennes ord, gester och handlingar väcker något djupare slumrande i det förmedvetna. Något som finns där och oroar oss men ännu inte fått gestalt. Dakinin visar sig ofta i drömmen eller under meditationen. Hon finns i de medvetandeskikt Poul Bjerre målande kallat ljusdunkel. Målande är också den psykoanalytiske mystikern W. R. Bions uttryck "reverie", drömskhet. Det är i drömskheten dakinin visar sig för oss. I de medvetandetillstånd där vi inte garderar för det nya främmande och oväntade. Dakinin ställer allt på ända. Hennes uppdykande kan innebära att våra liv tar en helt annan inriktning. Naropa gav t.ex. upp en lysande "akademisk" lärdomskarriär för en mer osäker framtid som yogi.

### *Bildning är att träna sitt sinne*

Dakinin är en vägvisare på den buddhistiska vägen. Bildning i buddhismen handlar om att kultivera sitt eget sinne. Det är mental kultur. Buddhismens föreställning om bildning, vad som skall bildas förutsätter föreställningen om människans inneboende buddhanatur. Alla har buddhanaturen, förmågan att nå upplysningen. Buddhismens biografier handlar om den mödosamma vägen att förverkliga denna potentialitet. Vägen dit går genom en sinnets träning. Buddhanaturen, är skymd av lager av störande känslor och skymmande slöjor. Det talas om 84 000 typer av störande känslor, vanligtvis sammanfattade i tre: okunnighet, begär och hat. Träningen består i att omvandla de störande känslorna till de sex dygdena: generositet, tålmod, moral, entusiasm, sinnesnärvaro och visdom.

### *Den helige galningen*

Förutom den andlige vännen finns det i buddhismen andra hjälpare. Vi har redan talat om dakinin. Den heliga galningen är känd i flera kulturer utanför den buddhistiska. En helig galning i buddhismen är en manlig eller kvinnlig buddha som genom sitt okonventionella sätt att leva uppfattas som galen. Milarepa som tillbringade hela sitt liv mediterande i olika grottor uppfattades av omgivningen som galen. Hans beteende är svårt att förstå med våra konventionella värderingar. Samma gäller naturligtvis den engelska nunnan, Tendzin Palmo, som för några år sedan avslutade en enslig meditation på tolv år i Himalkaya. Från deras perspektiv är det vi som är galningar som slösar bort våra liv på oväsentligheter. ”Galenskapen” är ett sätt att med effektiva, men som sagt okonventionella metoder, väcka människor ur deras dogmatiska slummer i världsliga schabloner. En buddhist, var namn jag för tillfället glömt, iakttar hur en grupp hinduer under ledning av sin helige lärare går ned i Ganges. På frågan vad de håller på med svarar den helige att de renar sina sinnen med detta heliga bad. Den buddhistiske galningen, som det visar sig vara, försvinner för att sedan återvända med en vacker kruka fylld med exkrementer. Galningen förenar sig med hinduerna och allt under det att han går ned i vattnet putsar han krukans. Nu blir den helige nyfiken och förbryllad. Varför detta

märkliga beteende? Om ni tror att ni kan rena sinnet genom att tvaga kroppen borde väl jag kunna rengöra krukans genom att putsa på dess yta.

En högdragen lama hade dragit sig tillbaka för att i avskildhet meditera. Traktens lekmän fick på nåder komma med mat till honom. En helig galning råkar passera och öppnar ogenererat dörren till det rum laman sitter i. Denne blir genast irriterad över detta störningmoment från vad det ser ut som en tiggare. Varifrån kommer ni fräser laman. Jag kommer från det håll åt vilken nacken pekar svarar galningen nonchalant. Vad håller du på med fortsätter galningen. Jag mediterar över tålmod nedlåter sig laman att svara. Så bra utbrister galningen. Det är just vad sådana lurendrejare som du och jag skall göra. Rasande griper laman efter något att kasta på den alltmer ovälkomne inkräktaren. Var det tålmod du sa undrade galningen och försvann. Vad dessa historier om dakinis och heliga galningar lär oss är att insikter kan komma från oväntade håll och när vi minst anar det. En gammal kvinna sitter vid vägen och ömsom gråter och ömsom skrattar. En passerande ung kvinna undrar varför. Den gamle förklarar. När jag tänker på att alla har buddhanaturen kan jag inte låta bli att skratta, men när jag ser vad människor slösar bort sina liv på kan jag inte annat än gråta.

Mest känd av alla heliga galningar i Tibet var Drukpa Kunley, alla fisförnämna maktmänniskors fasa. Kunnig i buddhismens alla texter och med en djup meditationserfarenhet kunde han utmana de många gånger uppblåsta lamorna på deras egen planhalva. Munkarna kunde ägna dagar, veckor, månader och år åt spetsfundiga debatter av kunskapsteoretisk natur. Ofta var det högst oklart om de ledde fram till några insikter. Drukpa Kunley undrade med låtsat djupsinnigt allvar vad som kom först med hans fjärt. Om det var lukten eller ljudet. Han blev överallt visad på dörren. Samtidigt insåg de mer skarpsinniga att det sällan bara var galenskap i hans galenskap.

### *Några avslutande reflektioner*

Humanistiska studier har självreflektion och självkänedom som två centrala temata. Humaniora handlar om kultur och vad humanisten framför



allt skall odla är sitt eget sinne. Mötet med andra kulturer och deras insikter kan ge oss perspektiv på vår egen kultur och därmed självkännedom. På samma sätt som Hans Georg Gadamer ständigt återvänder till Platon och Aristoteles för att få en kritisk och kreativ distans till vår egen tid och kultur låter jag mig inspireras av den buddhistiska filosofin i allmänhet och den tibetanska i synnerhet. Vad jag söker är ett bifokalt perspektiv på självreflektion, självkännedom och visdom. Den västerländska tradition som står närmast vad jag har i åtanke när jag talar om mental kultur är psykoanalysen. Psykoanalysen är liksom buddhismen inte bara en teori. Den är teori och metod, en skolningsväg. Det är genom självreflektion vi kultiverar vårt sinne, når självkännedom och i bästa fall visdom. En sådan reflekterande undersökning av det inre landskapet kräver en mental skärpa och en stillhet som skapas genom meditationer.

Självreflektion, självkännedom och visdom är tre centrala begrepp i buddhismen och i humaniora. Självreflektion i psykoanalysen, som jag ser som en humanvetenskap, använder sig av den egna biografien som underlag. Självkännedom är insiktsfull kännedom om den egna biografien. Det är den nyanserade förståelsen av de komplexa innebördssammanhang som vår biografi består av. Psykoanalysen görs genom dialogen till föremål för självreflektion hos både analytiker och den som analyseras. Föräldrars, syskons och kamraters betydelse för individens utveckling spelar ingen roll värd att nämna i den buddhistiska biografien. Psykoanalysen och buddhismen har i sina biografier två olika "själv" i åtanke. Psykoanalysens själv är våra självföreställningar och deras biografiska tillblivelse. Buddhismens själv är sinnets natur. Det själva biografien vill peka på är buddhanaturen som är föreningen av öppenhet och klarhet. Psykoanalysen och buddhismen kompletterar varandra och vi som humanister kan lära från dem båda.

