



Namnets liv och medvetande

“Den som hör ordet men inte gör vad det säger, han liknar en man som i en spegel betraktar sitt eget ansikte: han ser sig själv men går därifrån och har strax glömt hur han såg ut. Men som har blickat in i den fullkomliga lagen, frihetens lag och håller sig till den och inte glömmer vad han hört utan verkligen gör något, han blir salig genom det han gör.” (Jak. 1:21-25)

En vecka på den lilla ön Simi 1973, då jag var 23 år gammal, träffade jag dagligen en grekisk-ortodox munk i ett kloster och fick undervisning i Jesusbönen och Filokalia-antologin. Under de följande veckorna efter jag återvänt till Rhodos och hem till Sverige, började jag läsa den engelska översättningen av Filokalia och dessutom allt material jag kunde hitta kring ökenfäderna, hesykasttraditionen och Jesusbönen. Jag var inte alls bekännande kristen men detta var något annat. Det var en levande bönepraktik, vare sig jag var officiellt troende eller inte. Inom mig blev jag mer van vid att låta bönen bearbeta min ande på det sätt som kraften i Jesu Namn ville. Insikten om hur medvetande och yttre erfarenhet sammanfaller



började utvecklas till en bekväm förmåga, så att jag alltid var medveten om hur verkligheten blir till i Jesu Namn. Han är ju också enligt Paulus “den genom vilken allting är till”. Jag fick glömma allt jag trott om kristendomen som religion och börja från början med vad Hans Namn gjorde med all min medvetna dagliga och stundliga erfarenhet.

Under året som nu följde, under flitig Jesusbön, såg jag alltmer tydligt att livet var utvidgat bortom dödligheten och bortom begränsade fenomen. Det handlade inte längre om att bevisa att sådana saker var sanna, att det finns “ett liv efter detta”. Jag var tillräckligt säker på det obegränsade livet i Kristus, baserat på erfarenhet och tillförlitlig kommunikation genom bönen. Jag ökade min kunskap om evigt liv här och nu. Det var ett nytt perspektiv, som människor omkring mig sällan kunde dela.

Jag kände mig särskilt dragen till bönefäderna från 300-talet och framåt, vars väg var befrielse och ödmjukhet, i hög grad fria från dogmatiska och rituella begränsningar av symbolisk och traditionell religion. Jag kände att Kristi betydelse i mitt liv inte var kyrkornas bild av Honom och apostlarna, ofta motiverad utifrån dogmatiska och kyrkopolitiska intressen, utan själva naturen i Hans frihet och makt som en grundläggande gåva till alla varelser.

Jag närmade mig alltmer en “offertillvaro” av överlämnande och mottagande i Namnet under bönen under alla omständigheter, där livet förs mot en perfekt vision eller evolution. Jag fann även i ikonoklasten Krishnamurti sinne en känsla av liv som inte är skild från den naturliga existensprocessen. Jag skrev under denna tid en avhandling för Oslo Universitet om just Krishnamurti och fick den godkänd och erhöll Magister Artium från denna universitet våren 1974.

Även om jag innerligt längtade efter Kristi frid genom förening med Honom, kunde jag sympatisera med flera andra traditioners vägar för



förverkligande och kreativitet, vars syfte är ett Gudomligt Liv snarare än en ego-konstruktionens separation och ängslan.

Namnets kraft

Filokalia och även den lilla boken om den ryska pilgrimen historia visade mig att "kraften" i Jesu Namn var det verkliga ämnet för hela traditionen med Jesusbönen. Denna kraft kommer i kontakt med oss genom Hans Namn när vi säger det med hjärtat och förståndet och uppmärksamheten. Vi kan helt enkelt sitta bekvämt och slappna av och öppna oss och lämna över till Kraften. Om vi känner Kraften komma in i oss kan vi helt enkelt slappna och låta den gå ner i vårt hjärta och vår kropp. Vid varje inandning säger vi Herren Jesus Kristus Gud son och vid varje utandning "förbarma Dig över mig".

Det viktiga är att ge upp sig själv och öppna sig för Kraften i Namnet, så att den kan bära övningen av Jesusbönen. Alltså bara sitta lugnt och observera Namnets verkan inom mig själv. Vi slappnar av och med varje andetagscykel reciterar vi Jesusbönen. Snart nog märker vi att denna övning är det mest meningsfulla vi kan ta oss till under en dag, ja under ett helt liv som människa.

Men vi upptäcker också att livet fortsätter att producera varierade innehåll i våra medvetanden. Vi kan börja känna igen en "berättelse" som framförs som "mitt eget medvetna liv" men som egentligen endast är demoner, vilket bönefäderna i Filokalia ofta påpekade. Vissa av dessa innehålls-demoner kan ge intryck av galenskap och tokiga begär och självanklagelser med mera. Detta lär oss att vår mänskliga existens består vanligen av serier av tillstånd, grundade i en tidigare logiks galenskap, en schism i verkligheten, ett veritabelt syndafall som skapar hela våra livs lidandeäventyr.



Vi kan utan tvekan se bönen som ett arbete, även om det samtidigt är att endast ge upp allt arbete. Detta andliga arbete tvingar oss att möta motstånd och hinder inom oss själva, och uthålligheten i arbetet nöter gradvis bort motståndet och skapar ett tillstånd av öppenhet eller kapitulation. Bönen i Jesu Namn städar rent i demonernas suggestioner till "min historia". Den ständiga praktiken av Namnsägandet och kapitulationen inför Anden som strömmar in i oss, öppnar kroppens instrument och den inre mekanism som var en kanal för det levande vattnet från Honom som enligt Hans egna ord ska strömma ut ur oss som floder av levande vatten.

Vi tolkar denna Kraft och dess värde utifrån våra egna erfarenheter. Vi inser även att när denna Namnets Kraft väl aktiverats hos en person kan den utvecklas till olika uttryck för en renande och kreativ livsförmåga. Man behöver inte marknadsföra denna energi som ett medel till absolut högre kunskap, eller till förmåga att hela eller till gudomliga visioner. Den kan tolkas som Guds kreativa kraft vars betydelse ligger i utvecklingen det kristna livets processer.

Således överlämnade jag mig själv i Jesusbönen under åren som kom, ofta i ensligt belägna kojor eller stugor och blev därmed, som oftast är fallet i solitärt böneliv, lämnad av människorna omkring mig. Fast jag levde i världen och försörjde mig och min familj kom jag att uppleva existensen alltmer på en andlig eller övermedveten nivå. Det är vad som händer i meditationen över Jesu Namn, det är så det går till. Jag började också uppleva en mer fixerad och stadig kommunikation med Skriften, inte dogmatiskt eller teologiskt utan helt och hållet på den intuitiva medvetenhetens nivå, utan tillägg av akademiska tilltall. Det var en tid av gudalik existens. Kristus tar plats i oss och gör oss till Guds söner och döttrar, liksom Han är det.



Skriften förklarar att så länge du har en orubblig tro på Namnet, så länge du genom bönen förblir fördjupad i Jesus Kristus Guds Son, så länge du har vörndnad för alla levande varelser, kommer den gudomliga energin, att fortsätta att hjälpa dig fullt ut att ta emot andlig rikedom. Du välsignas med den ultimata upplevelsen av enhet med Gud I Jesus Kristus genom utförandet av din Jesusbön och genom hängivelse i form av meditationen i Namnet.

Olika andliga traditioner

Andliga traditioner verkade för mig vara en blandad kompott av många olika former av sökande. Jag läste Religionshistoria för Carl-Martin Edsman i Uppsala under tre år och hade tillgång till ett fantastiskt bibliotek, delvis kvar sedan Nathan Söderblom bodde i denna lägenhet vid Domtrappkällaren i Uppsala. Jag var sökande och drack ur många källor, alltifrån Sri Aurobindo, Ramana Maharsi, De sju patriarkerna i Rena Landets buddhistiska skola, Gurdjeff, Krishnamurti, C.S. Lewis, Tokien, de kristna mystikerna och särskilt hesykasterna.

Detta sökande upphörde efter jag mött munken på Simi och börjat med Jesusbönen. Han själv, Jesus Kristus flyttade in i mitt hjärta genom Namnet och bönen. Den traditionella orientaliska synen att världen är en smärtsam illusion, skapad av ett misstag i självkännedom, rimmade väl med berättelsen om lustgården och misstaget att äta av kunskapens träd för att själv bli Gud. Vissa andliga traditioner sökte en negativ befrielse och andra en positiv frälsning. Vissa hävdade identitet med det gudomliga, medan andra hävdade en radikal, evig åtskillnad och till och med separation mellan det gudomliga, det mänskliga eller själen, och de olika världarna. Men i Kristus som den Enda personen i universum, blev verkligheten En och Helig. Hans dolda närvaro ter sig mirakulös men samtidigt fullt

naturlig och harmonisk. Kristus är det Logos och det Tao som för evigt är den sanna verkligheten.

Ofta kände jag och känner fortfarande intermittent varje dag hur Han tar över min kropp, så att jag vet att alla mina funktioner har blivit Hans kropp. Denna förening är öppen för alla människor i tro på Honom genom vilket allting är till. Genom Honom strömmar det levande heliga vattnet och således även genom oss som är Hans uttryck. Att vara enkelt och ödmjukt levande i Honom är vår gåva av perfektion.

Vi behöver inte en medveten, avsiktlig rening och uppstigning mot koncentration i Honom – för Han kommer ner till oss, ger Sig till oss. För många religiösa verkar det andliga livet ytterst bestämmas ett uppstigningsmål. Men i Jesusbönen får vi vara med om det motsatta, när Kristus börjar bebo oss. Filosofin om rening försvinner därmed för Han är den som renar oss. I Jesusbönen renar Hans Namn oss ständigt och vi tar emot detta Nya liv Han ger oss.

Naturligtvis finns fortfarande i kristendomen fastor och renande liturgier och ritualer men i Jesu närvaro som oss är de alla överspelade, även om kyrkliga traditioner håller dem vid liv och tid efter annan förnyar innebörden på ett gott sätt. Jag återvände alltid under mina första år som kristen till en förståelse av Hans närvaro, fri från allt sökande. Som Henri le Saux erfor i sin andliga utveckling i Indien, blir kyrkor och teologier ofta hinder och svårigheter för den levande närvaron av Logos-Kristus. Därför bröt Henri le Saux upp från sitt samarbete med Jules Monchanin och den kristna benediktinska ashram de startat, Shantivanam. Det är ett belysande exempel. för vår tid.

Kristus är Logos, den oskapade gudomliga energin som vi kommer att delta i genom bön och Han ger med sitt ljus och sin kärlek en medveten, avsiktlig rening och uppstigning mot koncentration i den högsta anden, i



samvaron med Gud. Detta uppstigningsmål är vad Kristi kärlek har för oss. Och faktiskt vilar alla religioner och andliga vägar i världen på detta mål, även där det inte finns någon medveten och sofistikerad kunskap om det, medan det får en personlig och inkarnerad form i Jesus Kristus.

Vad vi är

I kristendomen är okvalificerad barnslig hängivenhet i bönen av Namnet och i beroende av Gud den främsta vägen att leva. Vi befinner oss då i “min frid ger jag er”. Där vet vi vad vi är. Vi är i JAG ÄR. Vi är deltagare i Vägen, Sanningen och Livet. Detta är Självet, naturen och stödet för alla ting och alla varelser. Kristus i oss och som oss är den Enda Varelsen, känd som Tao, Logos, Gud, Brahman, Atman, det Enda Sinnet, Självet.

När Kristus lever oss uppstår en känsla av ny verklighet, ny människa och den blir med tiden vår ständiga upplevelse, även efter att distraktioner passerat. Bönen återvänder med oss till Närvaron. Denna närvaro kan egentligen aldrig identifieras som de teologiska och psykologiska föreställningar vi har om det och som vi ofta fantiserar kring. Det är heller inte att vara relaterad till Honom eller till Gud, utan Hans liv som oss och “mig själv”. Ett utbyte har skett. Hädanefter är jag fri från jagproblemet, jag är så att säga outnyttjad, ledig.

Den emotionella energi som framträder isolerad är inte längre av primär betydelse, liksom inte heller den fysiska energinivån och den kroppsliga hälsan. Speciella emotioner och andliga tillstånd framträder så endast för sökare, de strävar efter former av skapad energi, visioner, krafter, tillfällig befrielse. Sann kunskap om Kristi frid och närvaro är fri från alla band till begränsad skapad energi, allt sökande, all motivation genom identifikation med erfarenhet. Synd och lidande är helt enkelt detta beroende. Den



verkliga oskapade gudomliga energin offrar sig själv i Namnet och bönen, Kristus ger sig till oss i form av sann kunskap. Därefter är allting Kristus, under, levande mysterium i allt som framträder.

Detta är inte detsamma som en troendes tillfälliga upplevelse av den allomfattande Fadern utanför honom eller av Jesus som på korset har tagit bort all din synd. Det är den mest intensiva formen av förståelse, där ingenting "utanför" längre erfars. Vi ser Honom i allt, inklusive oss själva. Då blir bönen en naturlig aktivitet av att hålla fast vid, vi ber Jesusbönen oavbrutet, i alla omständigheter och det blir självklart att leva så.

Frihet utan förbehåll

Vår situation är nu utan förbehåll. Den är kreativ, hel, full, oförskräckt, utan centrum eller gränser eftersom Namnet ständigt är på våra läppar och i hjärtat och Han som är gränslös lever som oss. Men utan Kristi närvaro är detta bara en idé, en symbol, någonting präster kan predika om och teologer skriva böcker om. Faktum är att idén om "Gud", eller "Själv", eller "Brahman", etc., är en reflektion i sinnet av denna tidigare och bundna verklighet. Men religionernas och andlighetens vägar pekar ofta mot sådana objekt eller mål utan att betona nödvändigheten av Jesu Kristi egna manifestation i oss, alltså det faktiska uppnåendet.

Istället tar de frånvaron av den faktiska förståelsen, som är en kombination av tro eller strävan och okunnighet eller "synd", etc., som den verklighet varigenom vägen skapas. Således blir livet ett övande och ett strävande med olika rekommendationer och medel för denna ansträngning. Det blir, som Henri le Saux insåg, ett slags motarbete eller avbetingning. Och individen uppmanas att värdesätta tillstånd och söka sig framåt. Ofta blir

det faktiska resultatet tomhet och instabilitet. Det blir inte den oförbehållsamma friheten som Jesu Namn ger oss i bönen liv.

Vi inser i detta liv med Namnet att alla sådana "yttre" vägar och deras mål är förlängningar av själva den aktivitet som i sig är dilemmat. Han Själv är Vägen och Namnet är farkosten vi behöver. Allt annat tenderar bli fruktlösa föreställningar och diskurser. "Bli ordets görare" säger Jakob i sitt brev, "inte bara dess hörare, annars tar ni miste". (Jak 1:22) När bönen pågår som vårt liv – ordets görare – faller dessa bort och upplöses i verklighetens humor. Således är det nödvändigt att återvända till Namnet efter varje distraktion. Och förståelse är en fråga om att observera erfarenhet och mönstren i våra liv, så som fäderna i Filokalia ständigt påpekar i sina böneråd.

Lidandet och föreningen

Genom Kristus rör sig förståelsen in i själva lidandets kognition. Om du lider – be! Be tills Namnet ger dig en förändring och kasta dina bördor på Kristus, som Petrus säger i sitt brev. Nu det blir tydligt att synd är separation och bön är förening. Att vara ett enskilt individuellt ego är alltsedan syndafallet en primär aktivitet i medvetandet som inte bara kontrollerar uppfattning och aktivitet utan skapar dem. Namnet i den pågående Jesusbönen lyser upp och städar undan denna aktivitet och vi upplever genast lättnad.

När sådan förståelse av den tokiga ego-konstruktionen uppstår, ses lidandet på ett helt nytt sätt. Dess betydelse upphör att vara i termer av det från vilket det separerar, oavsett om det kallas Gud eller universum eller verklighet. Och det upphör också att vara i termer av det som det separerar, oavsett om det kallas ego, själ eller jag. Snarare inses lidandets



betydelse vara i termer av själva dynamiken i separationens aktivitet – bristen som uppstår skapar längtan efter Gud och vänder oss till bönen och Jesu Namn. På så sätt är djävulens ego-koncept ett genialiskt hjälpmedel för Gud, ett praktiskt redskap som fungerar i praktiken. Vi blir modfällda men detta leder vidare. Som Jakob Böhme skriver i en dialog mellan en modfälld elev och hans lärare: “Son, varför är du så modfälld? Var fortfarande vid gott mod; ty du kan sannerligen ännu uppnå det. Tro bara, så blir allt möjligt för dig. Om det vore så att din vilja, o du med så litet mod, kunde bryta sig loss för en timme, eller till och med bara för en halvtimme, från alla varelser, och kasta sig ner i det där ingen varelse är, eller kan vara; snart skulle den genomträngas och iklädas den gudomliga härlighetens högsta prakt, skulle smaka i sig Jesu ljuvaste kärlek, vars sötma ingen tunga kan uttrycka, och skulle finna i sig själv vår Herres ousägliga ord om hans stora barmhärtighet.” Namnet tar oss till detta “det där ingen varelse är eller kan vara” eftersom Han är den Ende.

Processen att slutligen, i sägandet av Namnet med hjärta och förstånd, övervinna det oberoende jagets dilemma är en process där det som är separerat rör sig genom olika ansträngningar inom och utanför sig självt till en alltmer inkluderande förening med Jesus Kristus i Hans Namn, att finna sin identitet i Den från vilken det är separerat. Bönen liv fortsätter från ögonblick till ögonblick, och separerar sig inte från dagens olika omständigheter utan är som en belysning av dem istället. Dessa godtyckliga mentala och personliga händelser i det dagliga livet var tidigare varierande former av lidande, former av okunnighet, själsliga äventyr, synd, flykt från Gud. De har nu i Namnet ersatts av okvalificerad förståelse, frid, glädje, en njutning som är verkligheten själv.

Namnets visdom



Medelålderns år blev för mig en betoning av bödens nödvändighet. Det blev den radikala vägen till det verkliga livet, ofta praktiserad solitärt i ensligt belägen fäbod eller skogskoja. Namnets närvaro och förståelse är redan befrielse från alla externa medel och vägar. Thomasevangeliet har detta uttryck: "Jesus sade: Saliga är de solitära och de utvalda, ni skall finna riket, ty ni har utgått därifrån, (och) ni skall återvända till det."

I Jesu Namn, då vi ber kontinuerligt, ges vi en radikal förståelse som är nödvändig och verklig. Bönen är helt utan dilemma, vi endast förbigår all värld, fast vi rör oss i den och bönen blir aldrig i linje med någon självanspänning för att uppnå något nytt tillstånd. Namnet är alltid före dilemmat med det individuella jaget so ska förverkliga sig. Därmed förflyttas den som ber Jesusbönen inte mot något annat tillstånd eller något mål eller någon funktion eller erfarenhet. Det är helt och hållet Hans affär när Han lever som oss.

När Han börjar leva oss, planterar Han frihetens lag som Jakob pratar om i sitt brev. Vi behöver inte längre vara motiverade till befrielse, perfektion, befriande handlingar via riter eller gudstjänster eller moraliskt fulländad handling. Självförverkligande har redan skänkts genom livet med Jesu Namn i förening med Honom. Nu är vi bara vad vi redan är, stor enkelhet.

Vi ser enhet på manifestationsnivå. Det vill säga, vi blir söner till Gud genom Guds Son och kraften i Hans ande efter uppstigandet till Guds Rike. Däremot betonar vi inte enhet och enhet på politikens nivå, eftersom "Mitt Rike är inte av denna världen". Frid på jorden som manifestation är inte aktuellt, snarare har Jesus kommit med en eld och en kamp. Vi befinner oss på ockuperad jord och vi är på väg. Solitären sitter på klippan försjunken i Jesusbönen, men de oroliga vågorna slår mot klipporna så skummet yr. Liksom världen



Världen tenderar alltid att tvivla på och motstå mystiska och andra enhetliga processer, hesykasterna har ofta misstänkliggjorts av kyrkorna. De olika vetenskaperna kan ännu inte ens hävda medvetandets oreducerbarhet, utan antar kroniskt och enfaldigt att medvetandet har sin källa i materiella processer. Man har ännu inte nått Lao Tze, som levde på 500-talet f Kr. eller vår egen Herakleitos och hans Logos-insikt.

Det finns en vanliga österländsk uppfattning att all manifestation och form i sig är resultatet av mentala intryck, omedvetenhet, okunnighet, en sorts överlagring av den psykologiska ego-konstruktionen, som tenderar att försvinna när den separerade individen inser icke-tvåheten i verkligheten och mediterar utan form eller bild. Detta återfinner vi också i Jesusbönens tradition. När vi endast säger Namnet med vilja och kärlek, behövs inte mentala bilder eller ord. Namnet ger Honom som börjar leva oss.

En vanlig västerländsk uppfattning är att all manifestation och form är positiv skapelse, en utstrålning av den högsta Verkligheten eller Gud. Båda intuitionerna, alltså den äldre österländska respektive den västerländska, begränsar livet och skapar ett problem som sedan måste lösas genom någon naturlig eller övernaturlig åtgärd. Man strävar alltid efter en väg mot återvändande, och söker världens perfektion eller den perfektion världen saknar.

Bönelivets frihet

Verkligheten vi tar emot genom bönelivet med Jesu Namn är emellertid redan fri från sådana intuitioner. Den är i sin egen gudomliga Form och Natur, sin egen oskapade natur som vi tar del av och som lever oss. Den är icke-separerad från Form eller Källa. Denna oskapade energi är inte fångad



i skapelsens eller det oberoende självets problem. Den är Närvarande som ljus, varken icke-återvändande eller återvändande. Den är redan fri. Den har inget dilemma och inget sökande. Den bär Namnets ljuvlighet och existensens kreativa lek i perfekt, ovillkorlig säkerhet.

Jesusbönens tradition ser hjärtat som jaget, före all kreativitet. Namnet gör detta hjärta fritt från problem. Du andas in och säger "Herren Jesus Kristus, Guds Son", du andas ut och lägger till "förbarma Dig över mig". Detta är allt som sker och din dag ägnas åt det. Den oskapade gudomliga energin existerar redan ditt grundade hjärta, vi vilket Kristi Ande bor. Således är verkligheten den sanning som bara delvis har uppfattats i historien om det stora sökandet. Den frihetens lag som Jakob talar om i början av sitt brev är den första verkligheten som vi kommer till efter problematiken med det enskilda jaget.

Sökandet skapas av de som är fästa vid begär efter kärlek och tjänst inför Gud. De är fästa vid differentiering, vid vägsål och tecken längs vägen till mystisk förening. De finns både i öst och väst. Men i den enkla bönen av Namnet inträder Han och dilemmat är över.

Till slut representerar endast Han vägen, sanningen och livet. Vi vet ingenting annat om vad vi gör. Samtidigt försvinner varje speciell sanning eller en speciell väg. Han är endast liv i fullhet och ljus. Därför är det bara att ta emot. Tro och ta emot, ja tron är just att ta emot. Hans existens i det oskapade ljuset förnekar varje speciell och framtänkt sanning, varjespecifik väg genom vilken människor är beroende av vissa sanningar, vissa erfarenheter, vissa simuleringar av frihet och njutning, vissa ledgångar och vissa tecken för utvärdering. Herren är en förförare med sin oskapade energi och vi behöver varken säga emot eller hålla med. Han blir enda möjligheten. Och vår åsikt eller förståelse gör ingen skillnad alls. Förutom att det är verklighet, vilket redan var fallet.



Således är solitären med Jesusbönen rinnande dag och natt den ständigt lyckliga åhöraren till vad du säger. Han eller hon har tid för det är utanför tid som bönen sker och verkar. Den konstant bedjande är oftast överväldigad av lycka och kan inte beskriva särskilt mycket, bara antyda: gör detsamma. Jesus kallar.

Hesykasten är lycklig därför att Namnet och Kristus själv är närvarande utan kommentar eller kvalifikation. Inom kyrkorna finns mest sökare. Sökaren är lycklig endast i sitt önskade tillstånd, inte det reella tillståndet trots vissa korta ögonblick av emotionell upphetsning. När sökaren strävar efter njutning, känner han eller hon sig mätt endast när vid omfamning av sina mer eller mindre imaginära objekt. Och om han strävar efter förståelse. Människan i fortgående Jesusbön är ständigt lycklig eftersom Kristi levande vatten flödar med Namnet genom kropp och sinne. Hjärtat är ofta tårfyllt av Kristi Andes oändliga lycka. För denna andes skull har allt det andra, både världsligt och religiöst, förlorat sitt värde. Som Paulus uttryckte det: "Jag kastar det på sophögen..." Kristus har nu fått sitt grepp om oss och Han släpper inte.

Sanningssökandet

Jag hade liksom så många andra sökare ägnat många år åt att kraftfullt söka efter någon revolutionär sanning, någon bild, något objekt, någon anledning eller någon idé vars effekt skulle vara absolut befriande och frälsande. Först när munken på Simi viftade bort alla mina djupa frågor och min entusiasm och lärde mig Jesusbönen förändrades denna inställning. Mitt sökande hade motiverats av förlusten av det "ljusa", förlusten av tro,

religion och anledningar till glädje. Men efter en tid med Jesusbönen visste jag att sanningen inte var en fråga om att söka utan om att låta Honom finna mig.

Jag fattade att det fanns inga "anledningar" till glädje och frihet. Det handlade inte om en speciell sanning, ett heligt objekt, ett teologiskt koncept, en filosofisk övertygelse, en andlig motivation eller någon yttre kyrklig gemenskap eller rit. Det var faktiskt tydligt att alla sådana objekt grips i ett tillstånd som redan söker och som redan har förlorat en absolut okvalificerad verklighet. Istället såg jag nu att sanningen finns i Hans heliga Namn och i den pågående bönen. "Var glada och bed alltid !" uppmanade Paulus (1 Tess 5:17) och det visade sig vara den verkliga Vägen. Änkan som ständigt var på domaren med sina böner var inte sökare utan gjorde det Enda rätta, oavsett hur det kändes. (Luk 18:6) Där det inte finns något sökande, ingen motsägelse, finns bara den okvalificerade kunskapen och kraften i Jesu Namn och i vår bön som verklighet.

Under den första perioden efter att ha börjat med att säga Namnet i bön och meditation sökte jag alla möjliga medel, alla metoder för interiorisering och exteriorisering av medvetandet som möjligen kunde visa mig Guds former, verkligheten själv, själen, sanningen. Men allteftersom Kristi ande tog över och Namnets enkelhet började dominera den dagliga praktiken visade sig själva sökandets motor vara problemet.

Själva den pågående bönen verkade markera en förvandling, eller snarare upplösning. Genom den kunde Han ta plats i det bedjande hjärtat. Den ordinära verkligheten med familj och yrke kunde vara platsen för denna förvandling där ansvaret låg mer och mer på Gud och inte på mig.

Jag följde fortfarande yogiska metoder och den sanning som föreslogs i både bhakti yoga och Amitabhabuddhism. Jag fann även en lärare i zenbuddhism, roshi Aitken på Oahu, Hawaii och tillbringade 90 dagar i



meditation hos honom. Men Namnet och Jesusbönen besegrade snabbt den lite artificiella koan-verksamheten och sittningarna. Istället för att fokusera på en koan, rann Jesu Namn som en kvillrande bäck genom sinne och kropp. Överlämandet till Kristi ande blev alltmer tydligt. Roshi Aitken märkte det och tipsade mig på Pannikar, den spansk-indiska filosofen.

Således kände jag mig manad att sluta söka en lärare inom någon specifik tradition. Den grekiske munkens undervisning blev alltmer den enda centrala vägledningen, vilket innebar att enkelt ge sig till Namnet och ingenting annat. Sister Vandana's bok om Nama-Japa blev också ett viktigt stöd.. Avdelningen om Jesusbönen blev förstås det centrala budskapet för mig.

Alltmer gick det upp för mig att hela sanningen i alla heliga skrifter, i öst och i väst, och framför allt i de 27 NT-skrifterna, hade förverkligats i min egen medvetna praktik och upplevelse av Jesu Namn. Det fanns inte längre något behov av ansträngning, av att söka. Det fanns inget primärt dilemma. Jag älskade Jesu Namn och sa det mer eller mindre ständigt. Resten var upp till Honom.

Den vanligaste upplevelsen under mina år som lärare i filosofi och religion och nästan ständigt bedjande var att min egen varelse endast var ett kärл för det levande vatten Han gav, den oskapade energi som Han skänkte. På en resa till Assisi med goda vänner märkte jag under en mäsса att det enda viktiga var Jesu Namn i mig och jag såg hur denna kända plats endast var till för det heliga Namnet. Alltmer blev alla platser En plats för bönen.

Således behövde jag inga ovanliga visionära kommunikationer eller liturgier för att uppleva något "religiöst" eller lösa något problem. Jesu Namn var okommunicerad Närvaro av Honom, en direkt och omedelbar kunskap. Jag skrev denna tid en text med titel "Omedelbarhetens dygd" som jag publicerade på internet. Många elever läste den och påverkades



till givande samtal. Men det viktiga blev alltmer att genom Jesusbönen börjar man bara leva i en inkluderande kärleksfull intelligens som inte var begränsad till mina reflektioner eller min förmåga att läsa och tolka NT-texterna. Jag kände helt enkelt sanningen i Hans Namn och övertagande av mitt liv. Han levde i vad jag uppfattade och jag hade ingen känsla alls av att leva som en separat, betingad enhet.

De olika andlighetsfenomenen, som jag ju undervisade om, var för mig intressanta men obetydliga. Olika andliga aktiviteter inom alla traditioner visar mycket om ursprunget och vårt sanna förhållande till existensens villkor, men kunskapen om eller förvärvandet av sådana fenomen var inte alls lika med sanningen. Strävan efter andliga fenomen, lösningen på livets problem uppfattat på en andlig nivå, är i själva verket bara en mer dramatisk form av sökande, lidande och separation.

Även om sanningen om Jesusbönens praktik och medvetande är en radikal andlig förståelse, den som Filokalia penetrerar på så många olika sätt, kan vi inte, utifrån enbart denna identifikation med bönepraktiken, se hur livet kunde utföras utan en viss typ av sökande. Vi finner många munkar och anakoreter som förtvivlar och söker vidare på andra mer eller mindre krångliga vägar. Det gäller att ge upp praktiken som en sökandeform och ge Honom initiativet till att fylla hjärtat med ljuset och det levande vattnet. Vi måste som Paulus tänka: "jag glömmer allt som ligger bakom mig och sträcker mig mot det som ligger framför mig", vilket är den gudomliga oskapade energin som följer med Jesusbönen.

Identifieringens problematik

De olika fenomenen inom andlighet som jag tog upp med den grekiske munken på Simi föreföll honom vagt intressanta men obetydliga. Han



pekade på att jag inte behövde dem för kunskapen om eller förvärvandet av sådana fenomen var inte lika med sanningen. Det Jesus ger mig när jag lever i Namnet är något jag inte, strikt talat, kan söka, endast få som gåva. Min andliga strävan efter andliga fenomen har inte så mycket att ge för allt kommer från Honom, genom vilken allting är till.

Lösningen på livets problem uppfattat på en andlig nivå, föreföll honom bara vara en annan och mer dramatisk form av sökande, lidande och separation. Jesu Namn öppnar en dörr till ett annat ljus, en annan energi. Och vi kan se att alla typer av sökande grundas i identifiering med en viss nivå av liv, erfarenhet eller motivation. När Jesu Namn upprepas med hjärta och hjärna sker en förflyttning och en rening som inte är vår egen aktivitet. Dilemmat som alltid grundas i en närvarande differentieringsakt, upplöses på så sätt och ljus strömmar in i mörkret.

Vi behöver inte sträva efter vår identitet med Gud utan snarare ge upp den självupptagna identifieringen. Som en entusiastisk elev jag hade sa efter en lektion: Är det verkligen sant att Jesus gör hela jobbet åt mig? Och jag bara nickade. Hennes kristendom var av den protestantiska och baptistiska sorten. Dittills var det en enbart teologisk upplevelse av sanning. Kristus blev nu för henne en praktik och en offerinriktad tro där Han fick ta platsen och inte hennes formulerade "tro".

Medvetandet självt

Alla vägar strävar efter något speciellt tillstånd eller mål som andlig sanning. Men i själva verket är verkligheten i Gud inte identisk med sådana saker. De innebär bara en identifiering med någon kropp, sfär eller erfarenhet, hög eller låg, subtil eller grovt sinnlig. Den insikt som är verklighet i Jesu Namn och i bönen blir nu medvetandet självt i vårt

bedjande liv, inte längre skilt från någonting och alltid närvarande i vad som just pågår, så att all erfarenhet sker i Jesu Namn. Detta är det nödvändiga eller speciella villkoret för förverkligande. Och det är Han, inte vi, som gör det.

Jesusbönen visar mig att Självet inte är antagonistiskt mot sitt eget Ljus utan bekvämt och glatt rör sig i det. När vi inser detta blir Vägen, Sanning och Livet just det som sker, detta är det gudomliga Självet och vi befinner oss i dess Ljus. Kristus, Messias är Faderns projekt för verklighetens form, allas vårt "arv" som startade i löftet till Abraham. Då handlade det inte om religiösa erfarenheter, lärobyggnader eller upplevelser. Det finns bara trons förståelse. Messias i Jesus Kristus är den Ende. Och du och jag är Han. "Sökandet efter Graal är i grunden inget annat än sökandet efter Självet ... Det är dig själv du söker genom allting. Och i detta sökande springer du omkring överallt, medan Graal är här, nära till hands, du behöver bara öppna dina ögon ... Det finns bara Uppvaknandet." Dessa ord av Henri le Saux blir tydliga genom bönen av Namnet.

Döden, vad är det?

Henri Le Saux framstod för mig som ett utmärkt exempel på den levande sanningen i en "advaita-kristendomen", en radikalt icke-dualistisk hållning i den östra Jesusbönetraditionen och förmodligen också längs Silkesvägen bort till Kina redan på 600-talet. Jag hade hittat hans lilla bok om bön efter att ha kommit hem från min resa till Indien. Men när jag fick höra att han fick sin hjärtattack i Rishikesh några månader efter jag lämnat platsen och gick vidare hos benediktinsystrarna på Roberts Nursing Home i Indore i december samma år behövde jag själv tränga in i själva dödsupplevelsen.

Jag visste att Ramana Maharsi skrek högt av smärtan som hans kropp erfor den sista tiden, men ständigt hävdade att det var inte han själv utan kroppen som led och skrek. Själv var han helt oberörd.

Döden gjorde mig introspektiv, eller "introvert". Jag sa till mig själv mentalt, d.v.s. utan att yttra orden – "Nu har döden kommit. Vad betyder det? Vad är det som dör? Denna kropp dör." Jag dramatiserade detta under en tid. "Nåväl då", sa jag till mig själv, "denna kropp är död. Den kommer att bäras stel till den kremeringsugnen och där bränns och reduceras den till aska. Men med denna kropps död, är jag då död? Är kroppen 'jag'? Eller som min lärare i Indien sa: "Är du en kropp eller har du en kropp?"

Denna kropp som död är tyst och orörlig. Men jag känner hela kraften av min personlighet och till och med ljudet av Jesusbönen inom mig -- oberoende av kroppen. Så 'jag' är något som överskrider kroppen, insåg jag. Den materiella kroppen dör, men anden och medvetandet som överskrider den kan inte beröras av döden. Jag är därför den odödliga anden, den enda Ande som Jesus Kristus är. Detta är inte bara en intellektuell process, utan ett ljus som lyser livfullt framför mig som en levande sanning, något som jag uppfattar omedelbart, utan något argument eller logiskt skäl, endast en JAG ÄR.

Inte upplevelser utan grundning i Kristus

Denna sanning och världens nuvarande svåra dilemman kan inte tillåta oss att tala om en väg som inte är radikalt effektiv, inkluderande och sann mot livet såväl som sanningen själv. I livet med Namnets bön är det äntligen dags för ett slut på allt sökande. Istället blir vi grundade i Vägen. All tillfällig visdom, som världens intellektuella gillar att knåda om gång efter annan, alla motiverande symboler, all exploatering av äldre myter och



moderna kvasivetenskapliga ideologier – allt detta är vad Paulus kastar bort på sophögen. Den nya människan i Jesu Namn, till skillnad från den forntida, i sina myter och traditionella motivationer, har radikalt beslutat sig för livet i Guds Rike som är här där vi är. Därför måste dess Väg och dess Sanning vara ovillkorligen levande i Honom. Vi måste inte bara inse sanningen före skapelsen, om Honom genom vilken allting är skapat, utan vi måste inse sanningen om kreativiteten själv, Fadern som Jesus uppmanar oss att be till – den enda bön Han ger oss. Där är vår grundning.

Till slut inser vi att det inte handlar om andliga, emotionella eller intellektuella upplevelser, utan om grundning i Namnet som en radikal väg eller premiss. Denna väg kan åtföljas av olika fenomen, olika kvaliteter i relationer till andra människor, men endast bönen och Hans levande i oss är grundningen och det ständiga pågående utövandet av Honom som Sanning.

Den enda konstanta möjligheten i vårt nya och verkliga liv är att förstå sig som levd av Honom som själv ÄR Namnet. Om vi klamrar oss fast vid någon av våra mentala eller emotionella upplevelser blir de separata distraktioner och leder oss återigen till varianter av dilemman som vi dramatiserar i relationer. Man måste vara villig att överge allt för att vara på Vägen. Vi måste lämna världen, vilket alla våra fäder talar om för oss, t ex i Filokalia. Den radikala premissen är Han som liv och väg, inte världen.

När du har börjat närma dig livet med Namnets flöde av liv, grundad i Honom som radikal Sanning, då har du börjat meditera på riktigt, då gör du Jesusbörens verkliga arbete. Hittills har du endast varierat distraktionen i världen. Nu är den nya människan närvarande genom Namnet. Kristus som verklighetens logik kan nu vara i levande stillhet som Sig Själv. Som Serafim av Sarov uttrycker det: “Wenn ein Einsiedler dem geistigen Tun fremd bleibt, das heißt der Beschäftigung mit dem Jesusgebet, dann ist er nach dem Wort des heiligen Seraphim von Sarov »nur ein glimmendes

Holzscheit« und wird mehr als alle Menschen verurteilt, da er die hohe Berufung des Einsiedlers auf sich genommen hat und sich als untauglich erwies. Alle Einsiedler müssen daher das Jesusgebet verrichten; sind sie darin erfahren, können sie jedem Antwort geben über alles, was diese Tätigkeit betrifft.”(s.350, Auf den Bergen des Kaukasus)

“Das geistigen Tun” är alltså grundningen av oss själva, inte våra komplicerade lösningar på livsproblemen vi har. Våra historier om livets erfarenheter behandlar vi på en mångfald olika sätt, som existensens problem, som ett intellektuellt problem, som ett vitalt och emotionellt problem, som ett fysiskt problem som har med mat, motion och hälsa att göra, som ett moraliskt och psykiskt problem, som sinnets problem – och som ett andligt problem. Men när vi börjar leva med Namnet och bönen av Namnet på kontinuerlig basis försvinner hela denna karta, hela detta fascinerade spektrum av behandling av livets problem. Det är först förvånande, sedan en stor lättna, och till sist en självklart frid och enkelehte i Honom som är Vägen och Livet självt.

Kristi Namn och problemen i livet

Själv har jag aldrig haft någon tendens att göra en syntes av de olika aktiviteterna i mitt sökande, t ex som Assagioli med sin “psykosyntes”, eller Gurdjeff med sitt program. Vi bör kanske inse fruktlösheten i att söka på det sättet. För till slut ser vi det futila i att söka i någon form.

Kristus och Namnet i bönen är således inte en syntes av de många formerna av sökandet. Det är ett Enda, direkt och radikalt förhållningssätt till livet – Honom själv som mitt liv. Detta flöde av liv är helt fritt från



dilemma, konflikt och sökande, som naturligtvis fortsätter i världen omkring oss. Det har ingenting att göra med de olika motiven bakom det stora sökandet. Från början vilar det i Hans unika liv i oss och som oss, en primär glädje och sanning som allt sökande strävar efter.

Således är Hans Namn en väg grundad i den radikala sanning som är kärnan för existensen i varje ögonblick, under alla förhållanden. Namnet, liksom Ordet och Logos, är också den genuina grunden för kreativt liv, före alla magiska ansträngningar för helande, all evolution och det märkliga framträdandet av "andligt" liv i mänskligheten.

Alla vägar är grundade i något problem, någon aspekt av livet som ett dilemma. Det finns det fysiska problemet, det vitala problemet, sinnets problem, andlighetens problem. Det finns alltid problem med moral, kärlek, kommunikation, sex, syndens problem, lidandets problem, maktproblemet, verklighetens, sanningens och universums eget problem.

För många är det identitetsproblemet som står i centrum: vem är jag? Men vi kan se att problemen alltid oavsett form har samma struktur, samma grundläggande antaganden. Sanningen i det verkliga livets problem är helt enkelt detta: Gud som lever och är grund för oss och låter bönen av Namnet avlägsna alla motsägelser, alla dilemman, alla former av komplicerat sökande.

Detta fridfulla liv i Honom kan inte beskrivas, och inget namn är egentligen lämpligt för detta Namn över alla namn. Vi kan inte predika över det som kyrkans folk tror att de måste. Det finns nämligen inget motiv att namnge det mer än att säga Guds Namn och en kort fras om förbarmande, såsom i Jesusbönen. Det är inte ett objekt som kan förstås eller beskrivas, för det är den Enda Personen, uppfyllande alla delar av det totala livet i universum. Denna gudomliga Person är inte separat från den som förstår, och inte heller kan han eller hon separera sig från Honom. Det är helt enkelt en



problemfri, kärleksfull närvaro, utan vidare sökande, okvalificerad och omedelbar Vverklighet utan implikationer.

När vi blir fast förankrade i Hans deltagande som vårt eget liv, uppstår ett radikalt förhållningssätt till livet. Vi behöver använda någon annan övning än Jesusbönen som exakt motsvarar den primära Sanning som Han själv ÄR. Allt annat söker perfektion eller befrielse eller någon förändring medan Han helt enkelt är identisk med sanning och verklighet, Han som är Vägen, Sanningen och Livet.

Att levas av Honom som är sanning och verklighet själva är ta emot en fullkomligt absorberande, tröstande, upplysande Kraft som innehåller mig, lever mig och vägleder mig. Det är hjärtat i all religiös och andlig erfarenhet. Till och med vår meditation förändras. Det finns ingen meditation längre. Detta Kristi medvetande kan inte fördjupas eller utvidgas. Det förblir vad det hela tiden ÄR. Ingen av oss kan längre vara meditatören, den som söker verklighet, befrielse, frigörelse, sanning eller tillväxt. Vi behöver inte längre anta någon begränsning som mig själv. Vi kan alla säga: Jag är Han.

I Namnets flöde får vi allt direkt, utan ansträngning, när vi efter en tid är vana vid bönen. Vi börjar en kontinuerlig process av igenkänning av allt som uppträder och Hans visdom tycks pågå inom oss, och allt vi gör är att förbli närvarande genom Namnets bön medan livet pågår. När vi fortsätter på detta sätt förblir vi stabila, på ett angenämt sätt fixerade, som den Formen bönen ger och allt uppenbarar sig i sanning. Det "ljusa" är Kristi ultimata Formen av Verklighet, hjärtat av all existens, grunden för sanningen och det ännu ouppfyllda målet för alla sökare. Hilarion beskriver det så: "Damals durchströmten mein Herz die Flüsse himmlischer Freude und paradiesischer Seligkeit, als ich in der Einöde himmlisches Manna aß und Wasser des Lebens aus der immer sprudelnden Quelle – Christus, dem Sohn Gottes – trank; als ich im Verstand und im Herzen Seinen Göttlichen



und großartigen Namen bewahrte und zu dieser Zeit teilhatte am höheren Leben und klar die Morgenröte der ewigen Rettung erblickte, wovon es in all dem mich jetzt Umgebenden nicht auch nur ein Zeichen gab.”(s.351, Auf den Bergen des Kaukasus)

Vi kan säga att alla våra “upplevelser” och våra “berättelser” på sätt och vis upplöses i samma JAG ÄR som Jesus Kristus förverkligar i Sig. Så förstår vi hur de alla spelade sin roll för befrielsen och hur de lät sig upplösas i ljus.

Minne och Jesu Namns verklighet sådan den är

De flesta som sökande personer lär sig lite filosofi, metoder för livsförbättring, för någon form av rening och meditation, olika mentala och fysiska tillvägagångssätt och strategier för att hantera olika hinder i livet. De kämpar med det hela livet ibland. Men en del upplever med tiden en stor begränsning i den gängse synen på det personliga problemet och dess psykologi, alltså hela sökarmekaniken i detta beteende.

Erfarenheten som sådan är egentligen tom. Den är utan form, utan kvalifikation, utan begränsning eller centrum. Den är i ett vilande fast aktivt tillstånd, en sort ren medvetenhet, det som indisk litteratur kallar ‘atma’ och i kristen miljö ‘ande’. När vi lever i Jesusbönen tar vi emot Kristi ande och vi ser då att erfarenhet som sådan egentligen är ren, tom, öppen, fridfull, primitivt godartad.

Minne, liksom fantasier och föreställningar däremot, är form, kvalifikation, begränsning, emotionell färgning, energiskapande idiosynkrasier och



implikationen av ett separat ego med viljeimpulser. Det oändliga, det sanna, det okvalificerade, det perfekta och allt uppfyllande, det sant verkliga – är alltid redan känt av medvetandet. Men genom en funktionell förvirring, i kristet språkbruk syndafallet, som fortlever och påtvingas oss av minnet av erfarenhet i form av bilder, förnimmelser, reaktioner, känslor, viljeimpulser med rätt snäva gränser och ett centrum. Minnet är i sig en symbol för verkligheten med livets verkliga kraft dold i sin forms mysterium. Den hawaiianska visdomen som kallas ho'oponopono fäster sig särskilt vid konsten av igenkänna minnen och lämna dem utan reaktion på dem. Att ständigt 'clean yourself from memories' är huvudmetoden för frid och lugn inom familjen och inom individen. Det gudomliga kan inte fylla vår ande om minnen hålls fast.

När minne styr sker ett undvikandet av relationer till verkligheten, oavsett dess orsaker i en verklig kosmologi, historia eller fysik, är vad människor vanligtvis anser vara perception. Jesu Kristi Namn tar oss tillbaka till Faderns verklighet, där vårt medvetande direkt erfar utan begränsning. När vi lever i bön omintetgör vi i hög grad aktiva minnen som låser in oss i den syndiga aktiviteten att uppfatta något, vad som helst, genom det falska egot. Vare sig det är via sinnesupplevelse, fantasier eller annan mental viljeinriktad aktivitet, är det just denna aktivitet som skapar vårt lidande. Sökaren försöker typiskt finna en metod att applicera för att komma ur lidandet, men använder just samma kärna, minne och impuls utgående från egot. Så ingen fundamental förändring kan ske.

Den centrala och gemensamma fokuspunkten för detta syndäventyr i både öst och väst är det separata egot. Sedan dyker säregna kulturella och historiska metoder upp som lösningar. Många system i öst och väst är resultat av den teologiska och filosofiska uppskattningen av 'jagets mening' och 'livets syfte' och skapar skrifter och skolor av reflektion och tanke –, men bygger alla på minne och separat ego. När vi vänder oss till Jesus



Kristus och lever i bönen med Hans Namn, lämnar vi minnesmekanismen åt sidan och fokuserar på Honom och den kärlek Korset innebär för oss. Vi minns nu endast Faderns messianska projekt, förverkligat i Jesus och inneboende i vårt medvetande som det verkliga medvetandet.

De inre krafterna av vitalitet och yttre handling, som vi människor har, samt den grova kroppens genomgripande energier och förnimmelsernas handlingar bildar tillsammans det falska separat subjektet för urskiljning och identifiering, källan till "mig" och "mitt", alltså sinnet för exklusiv perception, reflekterad tanke, minne och ego. Det är befrielsen av dessa begränsningar som sker när Helig Ande får börja bebo våra hjärtan. Detta sker av Guds egen kraft när vi tillräckligt länge lever i bönen av Hans Namn och vi kan enkelt och naturligt anpassa oss och se det gamla minnesbaserade egot, 'den gamle Adam', som en frestelse men inte identitet. En frestelse som inspirerar oss till lovsång och gudstjänst varje stund i vårt liv.

