

## FÖRSTA FÖRELÄSNINGEN

Jag skall tala om studiet av psykologi, men jag måste varna er att den psykologi jag talar om skiljer sig mycket från allt ni kanske vet som ryms i den benämningen.

Till att börja med måste jag säga att så gott som aldrig tidigare i historien har psykologin stått på en *så låg nivå* som för närvarande. Den har förlorat all kontakt med sitt *ursprung* och sin *mening*, så att det numera är svårt att ens definiera termen psykologi: alltså säga vad psykologin är och vad den studerar. Och så är det trots att det aldrig tidigare i historien funnits så många psykologiska teorier och så många psykologiska skrifter.

Psykologin kallas ibland en ny vetenskap. Det är alldeles felaktigt. Psykologin är måhända den *äldsta vetenskapen* och tyvärr, till sina väsentligaste delar, en *glömd vetenskap*.

För att förstå hur man kan definiera psykologin är det nödvändigt inse att psykologin, utom helt nyligen, aldrig existerat under sitt eget namn. Av en eller annan orsak har psykologin alltid varit misstänkt för *felaktiga eller undergrävande tendenser*, antingen i religiös eller politisk eller moralisk bemärkelse, och fått taga till allehanda förklädnader.

I tusentals år existerade psykologin under namnet filosofi. I Indien betecknas alla former av *yoga*, vilka väsentligen är psykologi, såsom ett av de sex filosofiska systemen. *Sufiläror*, vilka återigen är huvudsakligen psykologiska, betraktas såsom dels religiösa, dels metafysiska. I Europa, också ganska nyligen, på 1800-talets sista årtionden, hänfördes många psykologiska arbeten till filosofin. Och trots att nästan alla filosofins underavdelningar, såsom logiken, kunskapsteorin, etiken, estetiken, hänför sig till den mänskliga själens eller sinnenas arbete, betraktades psykologin såsom underlägsen filosofin och såsom avseende blott de lägre eller mer vardagliga sidorna av den mänskliga naturen.

Samtidigt som psykologin existerade under namnet filosofi, existerade den ännu längre i samband med någon av religionerna. Detta betyder inte att religionen och psykologin någonsin varit en och samma sak eller att man erkände att det finns ett samband mellan religion och psykologi. Men det råder intet tvivel om att nästan varje känd religion – jag menar förvisso inte nutidens *påhittade religioner* – utarbetade något slags psykologisk lära, som ofta sammanhängde med vissa övningar, så att studiet av religion mycket ofta innefattade studiet av psykologi.

Det finns många utmärkta arbeten om psykologi i den alldeles renläriga religiösa litteraturen i olika länder och tider. I den tidiga kristendomen, till exempel, fanns det en samling böcker, skrivna av olika författare och gemensamt benämnda *Filokalia*. De används i vår tid i den österländska kyrkan, i synnerhet i munkarnas undervisning.

Under den tid, då psykologin hängde samman med filosofin och religionen, förekom den också i konstens form. Dikt Konst, drama, skulptur, dans och rent av arkitektur var medel för överförande av psykologisk kunskap. Till exempel var de gotiska katedralerna i sin huvudsakliga betydelse arbeten i psykologi.

I gamla tider, innan psykologin, religionen och konsten hade antagit sina skilda former, sådana vi nu känner dem, existerade psykologin i form av *mysterier*, såsom de i Egypten och i det gamla Grekland.

Senare, efter mysteriernas försvinnande, existerade psykologin i form av *symboliska läror*, som ibland var förbundna med tidevarvets religion och ibland icke förbundna, såsom astrologin, alkemin, magin och de mer samtida: frimureriet, ockultismen och teosofin.

Och här är det nödvändigt anmärka att alla psykologiska system och läror, de som existerar eller har existerat öppet och de som varit dolda eller förtäckta, kan indelas i två huvudsakliga kategorier.

För det första: system som studerar människan *sådan som de finner henne eller sådan som*

*de antar eller föreställer sig henne vara.* Nutidens "vetenskapliga" psykologi eller det som är känt under det namnet hör till denna kategori.

För det andra: system som studerar människan icke från synpunkten av vad hon är eller synes vara, utan från synpunkten av vad hon kan bli; det vill säga från synpunkten av hennes *möjliga utveckling*.

Dessa sistnämnda system är i själva verket de ursprungliga eller i varje fall de äldsta, och endast de kan förklara psykologins glömda ursprung och mening.

När vi förstår vikten av att studera människan från synpunkten av *hennes möjliga utveckling*, förstår vi att det första svaret på frågan: Vad är psykologi? – bör vara att psykologin är studiet av principerna, lagarna för och fakta om människans möjliga utveckling.

Här, i dessa föreläsningar, skall jag tala endast från denna synpunkt.

Vår första fråga är: vad betyder människans utveckling? Och den andra är: finns det några särskilda förutsättningar som är nödvändiga för den?

Vad beträffar vanliga nutida åsikter om människans uppkomst och föregående utveckling måste jag genast säga att de icke kan godtagas. Vi måste inse att vi inte vet något om människans uppkomst och inte har några bevis för människans fysiska eller mentala utveckling.

Tvärtom. Beträffande den historiska mänskligheten, det vill säga mänskligheten under de senaste tio eller femton tusen åren, kan vi finna omisskännliga tecken på en högre typ av mänskliga, vilkens närvaro kan fastställas enligt vittnesbörd av gamla byggnadsverk och minnesmärken, vilka inte kan upprepas eller efterbildas av den nuvarande mänskligheten.

Vad gäller den *förhistoriska människan* eller varelser, som till utseendet liknar människan och samtidigt skiljer sig mycket från henne, varelser, vilkas ben ibland påträffas i avlagringar från istiderna eller före istiderna, kan vi godtaga den fullt möjliga åsikten att dessa ben tillhört en varelse, som var alldeles olik människan och dog ut för länge sedan.

Om vi förnekar att människan utvecklats i det förflutna, måste vi förneka varje möjlighet att människan utvecklas *mekaniskt* i framtiden, det vill säga genomgår en sådan utveckling, som sker av sig själv enligt ärtlighetens och urvalets lagar, och utan människans medvetna ansträngningar och förståelse för sin möjliga utveckling.

Vår grundläggande idé skall vara att människan sådan vi känner henne *inte är en fullbordad varelse*, att naturen utvecklar henne endast fram till en viss punkt och sedan lämnar henne att antingen utvecklas vidare *genom hennes egna* ansträngningar och anordningar eller att leva och dö sådan hon föddes eller att förfalla och mista förmågan att utvecklas.

Människans utveckling betyder i detta fall framträdandet av vissa inre egenskaper och särdrag, vilka vanligen förblir outvecklade *och inte kan utvecklas av sig själva*.

Erfarenhet och iakttagelse visar att denna utveckling är möjlig endast under vissa bestämda förutsättningar, med ansträngningar av särskilt slag från människans egen sida och med tillräcklig hjälp från dem som börjat liknande arbete tidigare och redan nått en viss grad av utveckling *eller åtminstone* en viss kunskap om metoder.

Vi måste utgå från idén att det är omöjligt att utvecklas utan ansträngningar och även att det är omöjligt utan hjälp.

Därefter måste vi förstå att människan genom att utvecklas måste bli en *annorlunda varelse* och att vi måste lära oss och förstå i vilken mening och i vilken riktning människan måste bli en annorlunda varelse; det vill säga vad som menas med en annorlunda varelse.

Sedan måste vi förstå att *alla människor* inte kan utvecklas och bli annorlunda varelser. Utveckling handlar om personliga ansträngningar, och i förhållande till mänsklighetens stora massa är utveckling det sällsynta undantaget. Det kan låta konstigt, men vi måste inse att det icke endast är sällsynt *utan att det även blir alltmer sällsynt*.

Många frågor uppstår naturligt ur de föregående uttalandena: –

Vad betyder det att människan genom att utvecklas måste bli en annorlunda varelse?

Vad betyder "annorlunda varelse"?

Vilka inre egenskaper eller särdrag kan utvecklas i människan, och hur kan detta genomföras?

Varför kan inte alla människor utvecklas och bli annorlunda varelser, varför en sådan orättvisa?

Jag skall försöka besvara dessa frågor och jag skall börja med den sista.

Varför kan inte alla människor utvecklas och bli annorlunda varelser; varför en sådan orättvisa?

Svaret blir mycket enkelt. *Därför att de inte önskar det.* Därför att de inte vet om det och inte utan en långvarig förberedelse förstår vad det betyder ens när det omtalas för dem.

Den viktigaste idén är att människan för att bli en *annorlunda varelse* måste önska det mycket starkt och mycket länge. En hastigt övergående önskan eller en oklar önskan, som bygger på missnöje med förhållanden i det yttre, skapar inte en tillräckligt stark drivkraft.

Människans utveckling beror på hennes förståelse av vad hon kan få och vad hon måste ge för att få det.

Om människan inte önskar det eller om hon inte önskar det *tillräckligt starkt* och inte gör de nödvändiga ansträngningarna, kommer hon aldrig att utvecklas. Så det ligger ingen orättvisa i detta. Varför skall människan få det hon inte vill ha? Om människan tvingades att bli en annorlunda varelse, när hon är nöjd med vad hon är, så vore detta en orättvisa.

Nu måste vi fråga oss vad en *annorlunda varelse* betyder. Om vi betraktar allt det material vi kan finna som avser denna fråga, finner vi påståendet att människan genom att bli en annorlunda varelse förvärvar många nya egenskaper och förmågor, som hon nu inte äger. Detta är ett vanligt påstående, vilket vi finner i alla slags system, som godtar tanken om människans psykologiska eller inre växande.

Men detta räcker inte. Icke ens de utförligaste beskrivningar av dessa nya förmågor hjälper oss på något sätt att förstå hur de uppträder och var de kommer ifrån.

Det finns en felande länk i de vanliga kända teorierna, också i dem jag redan nämnt, vilka bygger på idén om möjligheten av människans utveckling.

Sanningen ligger i faktum att människan, innan hon förvärvar några *nya* förmågor eller egenskaper, som hon inte känner och inte äger nu, måste förvärva förmågor och egenskaper *hon heller inte äger* men tillägger sig själv, det vill säga tror sig känna och kunna använda och styra.

Detta är den felande länken, och *detta är den viktigaste punkten.*

Genom att utvecklas, såsom det tidigare beskrevs, det vill säga på grundvalen av ansträngning och hjälp, måste människan förvärva egenskaper, vilka hon tror sig redan äga men om vilka hon bedrar sig själv.

För att bättre förstå detta och för att veta vad detta är för förmågor och egenskaper, som människan kan förvärva, både alldeles nya och oanade, och även dem som hon inbillar sig redan äga, måste vi börja med människans allmänna kännedom om sig själv.

Och här kommer vi med ens till ett mycket viktigt faktum.

*Människan känner inte sig själv.*

Hon vet inte sina egna begränsningar och sina egna möjligheter. Hon vet inte ens i hur stor utsträckning hon inte känner sig själv.

Människan har uppfunnit många maskiner, och hon vet att en invecklad maskin ibland kräver årtal av noggrant studium för att kunna användas eller skötas. Men hon tillämpar inte denna kunskap på sig själv, fastän hon själv är en mycket mer invecklad maskin än någon maskin hon har uppfunnit.

Hon har allehanda felaktiga föreställningar om sig själv. Först och främst inser hon inte att

hon *faktiskt är en maskin*.

Vad betyder det att människan är en maskin?

Det betyder att hon inte har några *självständiga rörelser* i sitt inre eller yttre. Hon är en maskin, som sätts i rörelse genom *yttre inflytanden och yttre påverkan*. Alla hennes rörelser, handlingar, ord, föreställningar, känslor, stämningar och tankar frambringas genom yttre inflytanden. I sig själv är hon en automat med ett visst lager av minnen av tidigare erfarenheter och upplevelser och ett visst mått av reservenergi.

*Vi måste förstå att människan inte kan göra något.*

Men hon inser det icke utan tillägger sig *förmågan att göra*. Detta är det första felaktiga som människan tillägger sig själv.

Detta måste man förstå mycket klart. *Människan kan inte göra*. Allt som människan tror att hon gör är sådant som egentligen händer. Det händer på samma sätt som "det regnar" eller "det töar".

I engelska språket finns inga opersonliga verbformer, som kan användas med avseende på mänskliga handlingar. Vi måste därför fortsätta säga att människan tänker, läser, skriver, älskar, hatar, börjar krig, strider och så vidare. Allt detta är egentligen sådant som *händer*.

Människan kan inte röra sig, tänka eller tala självmant. Hon är en marionett, som av osynliga trådar dras än hit, än dit. Om hon förstår detta, kan hon lära sig mer om sig själv, och då kan möjligen saker och ting förändras för henne. Men om hon inte kan inse och förstå sin *oerhörda maskinmässighet* eller om hon inte vill godtaga den som ett faktum, kan hon inte lära sig mer och kan det inte bli någon förändring för henne.

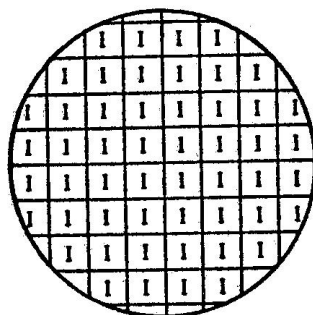
*Människan är en maskin* men en mycket egendomlig maskin. Hon är en maskin, som i rätta omständigheter och med rätt behandling *kan veta att hon är en maskin* och efter att fullt ha insett detta kan finna på sätt att sluta vara en maskin.

Vad människan först och främst måste veta är att hon inte är en, att hon är många. Hon har icke ett enda bestående jag eller själv. Hon är alltid en annan. Det ena ögonblicket är hon en, det andra ögonblicket en annan, det tredje en tredje och så vidare nästan utan slut.

Illusionen av enhet har uppstått hos människan först genom förnimmelsen av en enda fysisk kropp, sedan genom *hennes namn*, som i normala fall alltid förblir detsamma, och för det tredje genom ett antal mekaniska vanor, som ingivits henne genom uppfostran eller förvärvats av henne genom efterrapning. När hon alltid har samma slags fysiska förnimmelser, alltid hör samma namn och märker hos sig själv samma vanor och böjelser, tror hon att hon alltid är densamma.

I verkligheten finns ingen enhet i människan och inget styrande centrum, inget bestående jag eller själv.

Detta är den allmänna bilden av människan:



Varje tanke, varje känsla, varje sinnesförnimmelse, varje begär, varje önskan, varje tyckande för och emot är ett "jag". Dessa "jag" är inte förbundna och inte på något sätt samordnade med varandra. Vart och ett av dem beror på en förändring i yttre omständigheter och på en

förändring av intryck.

Några av dem följer mekaniskt på något annat, medan somliga alltid synes uppträda beledsagade av andra. Men det finns ingen ordning och inget system i detta.

Det finns vissa grupper av ”jag” som naturligt hänger samman. Vi skall tala om dessa grupper senare. Nu måste vi söka förstå att det finns grupper av ”jag” som hänger samman endast genom slumpartade förbindelser, slumpartade minnen eller alldeles inbillade likheter.

Vart och ett av dessa ”jag” utgör i varje givet ögonblick en mycket liten del av vår ”hjärna”, ”själ” eller ”intelligens”, men vart och ett av dem menar att det självt utgör *det hela*. När människan säger ”jag” låter det som om hon menade hela sig själv, men också när hon själv tänker att hon menar det, är det faktiskt bara en flyktig tanke, en flyktig stämning eller en flyktig önskan. Under loppet av en timme kan hon fullständigt glömma det och med samma övertygelse uttrycka en motsatt åsikt, motsatt uppfattning, motsatta intressen. Det värsta är att människan inte minns det. I de flesta fall tror hon på det senaste ”jag” som kom till uttryck, så länge som det varade: det vill säga så länge som ett annat ”jag” – ibland alldeles utan samband med det föregående – inte yttrar sin åsikt eller sin önskan högljuddare än det första.

Låt oss nu återgå till de två andra frågorna.

Vad betyder utveckling? Och vad betyder det att människan kan bli en annorlunda varelse? Eller med andra ord: vad slags förändring *är möjlig* i människan, och hur och *när* börjar denna förändring?

Det har redan sagts att förändringen börjar med dessa egenskaper och förmågor, som människan *tillägger sig* men som hon i verkligheten inte äger.

Detta betyder att människan, innan hon kan förvärva några *nya* egenskaper och förmågor, faktiskt måste utveckla inom sig de egenskaper som hon *tror* sig äga och som hon har de största möjliga illusionerna om.

Utveckling kan inte börja på grundvalen av att man ljuger för sig själv eller bedrar sig själv. Människan måste veta vad hon har och vad hon inte har. Det betyder att hon måste inse att hon inte äger de egenskaper som just beskrivits och som hon tillägger sig själv, det vill säga *förmåga att göra, individualitet eller enhet, ett bestående jag* och dessutom *medvetenhet* och *vilja*.

Det är nödvändigt för människan att veta detta, ty så länge som hon tror att hon äger dessa egenskaper, kommer hon inte att göra riktiga ansträngningar att förvärva dem, precis som en människa inte köper dyrbara ting och betalar så mycket som de kostar, om hon tror att hon redan äger dem.

Den viktigaste och mest missförstådda av dessa egenskaper är *medvetenhet*. Och förändringen hos människan börjar med att hennes förståelse av *vad medvetenhet betyder* förändras och därefter med att hon gradvis förvärvar herraväldet över den.

Vad är medvetenhet?

I det vanliga språket används ordet ”medvetenhet” i de flesta fall som liktydigt med ordet ”intellekt” i bemärkelsen *tankeverksamhet*.

I verkligheten är medvetenhet ett särskilt slags ”varseblivning” hos människan, oberoende av tankeverksamheten – först och främst *varseblivning av henne själv*, förnimmelsen av *vem hon är, var hon är* och vidare förnimmelsen av vad hon vet, av vad hon inte vet och så vidare.

Endast individen själv kan veta om han är ”medveten” i ett givet ögonblick eller inte. Detta bevisades för länge sedan inom en viss tankeriktning i den europeiska psykologin, en tankeriktning som förstod att endast individen själv kan förstå vissa saker avseende sig själv.

Tillämpat på frågan om medvetenhet betyder detta att endast individen själv kan veta om hans medvetenhet finns till för ögonblicket eller inte. Detta betyder att medvetenhetens närvaro eller frånvaro hos individen inte kan bevisas genom iakttagelse av hans yttre handlingar. Som jag sade, fastställdes detta faktum för länge sedan, men dess betydelse förstods aldrig fullt ut, då det ju alltid sattes i samband med uppfattningen av medvetenheten såsom mental

process eller tankeverksamhet. Om människan inser att hon inte var medveten förrän i det ögonblick hon inser detta och sedan glömmer denna insikt – eller rent av minns den – så är detta icke medvetenhet. Det är endast minnet av en stark insikt.

Nu vill jag rikta er uppmärksamhet på ett annat faktum, som alla nutida psykologiska skolor har förbisett.

Det är faktum att människans medvetenhet, vad den nu betyder, aldrig förblir i samma tillstånd. Den antingen finns där eller inte. De högsta stunderna av medvetenhet skapar *minne*. Övriga stunder minns människan helt enkelt inte. Mer än något annat är det detta, som hos människan åstadkommer illusionen om att hon äger obruten medvetenhet eller obruten varseblivning.

Somliga av nutidens psykologiska skolor förnekar medvetenheten helt och hållet, förnekar rent av nödvändigheten av termen medvetenhet, men detta är rätt och slätt ett oförståelsens lättsinne. Andra skolor – om de så kan kallas – talar om *medvetenhetstillstånd* och menar därmed tankar, känslor, rörelseimpulser och sinnesförmimmelser. Detta bygger på det grundläggande misstaget att man sammanblandat medvetenhet med psykiska funktioner. Om detta skall vi tala senare.

I själva verket är det nutida tänkandet alltfjämt i många fall beroende av den gamla satsen, att *medvetenheten inte har några grader*. Denna föreställning motsades visserligen av många senare upptäckter, men det allmänna men tysta godtagandet av den hindrade många möjliga upptäckter av medvetenhetens variationer.

Faktum är att medvetenheten har alldeles synliga och iakttagbara grader, *som förvisso är synliga och iakttagbara i en själ*.

För det första har vi varaktigheten: *hur länge* man var medveten.

För det andra frekvensen i framträdandet: *hur ofta* man blev medveten.

För det tredje omfattningen och djupet: *vad man var medveten om*, vilket kan variera väldigt mycket med människans växande.

Om vi tar endast de två första, kommer vi att förstå idén om medvetenhetens möjliga utveckling. Denna idé hänger samman med det viktigaste faktum, som var välkänt för de gamla psykologiska skolorna, såsom till exempel författarna av *Filokalia*, men som fullständigt förbisetts av den europeiska filosofin och psykologin de senaste två eller tre hundra åren.

Det är faktum att man med särskilda ansträngningar och särskilt studium kan hålla medvetenheten obruten och styra den.

Jag skall söka förklara hur man kan studera medvetenheten. Tag en klocka och betrakta sekundvisaren, *samtidigt som ni försöker vara medveten om er själ* och koncentrerar er på tanken ”Jag är (ert namn)”, ”Jag är här nu”. Försök att icke tänka på något annat, endast följ sekundvisarens rörelse och var varse er själ, ert namn, er existens och var ni befinner er. Håll alla andra tankar borta.

Om ni är trägen, kommer ni att kunna göra detta *i två minuter*. Detta är gränsen för er *medvetenhet*. Och om ni strax därefter försöker upprepa experimentet, kommer ni att finna det svårare än första gången.

Detta experiment visar att en människa i sitt naturliga tillstånd kan med stor ansträngning vara medveten om en sak (sig själv) i två minuter eller mindre.

Den viktigaste slutsats, man kan dra efter att ha gjort detta experiment på rätt sätt, är *att människan inte är medveten om sig själv*. Hennes illusion om att vara medveten om sig själv skapas av minnet och tankeprocesserna.

Till exempel besöker en människa en teater. Om hon är van vid att göra det, är hon inte särskilt medveten om att hon är där medan hon är där, även om hon kan se saker och iakttaga dem, njuta av föreställningen eller ogilla den, minnas den, minnas människor hon träffade där och så vidare.

När hon kommer hem, minns hon att hon varit på teatern, och säkert tror hon att hon var medveten medan hon var där. Hon hyser därför inga tvivel om att hon är medveten och inser inte att hennes medvetenhet kan vara fullständigt frånvarande, alltmedan hon kan handla förnuftigt, tänka, iakttaga.

För att lämna en allmän beskrivning kan man säga att människan har fyra medvetenhetstillstånd. Dessa är: *sömn, vakenhet, självmedvetenhet* och *objektiv medvetenhet*.

Men fastän människan har möjligheten av dessa fyra medvetenhetstillstånd, lever hon i verkligheten endast *i två tillstånd*: den ena delen av sitt liv tillbringar hon i sömn och den andra delen i det som kallas vakenhet, ehuru denna vakenhet i själva verket skiljer sig mycket litet från sömnen.

I det vanliga livet vet människan inget om "objektiv medvetenhet" och är inga experiment i den riktningen möjliga. Det tredje tillståndet eller "självmedvetenhet" tillägger sig människan, det vill säga tror hon sig äga, fastän hon egentligen kan vara medveten om sig själv endast i mycket sällsynta glimtar, och även då sannolikt icke inser det, eftersom hon inte vet vad det skulle innebära om hon faktiskt ägde det. Dessa glimtar av medvetenhet uppstår i mycket ovanliga ögonblick, i stunder av fara, i mycket nya och oväntade omständigheter och situationer, eller ibland i helt vanliga stunder, när inget särskilt händer. Men i sitt vanliga eller "normala" tillstånd kan människan inte på något sätt styra dem.

Vad beträffar vårt vanliga minne eller stunder av minne, är det faktiskt så att vi *minns* endast stunder av medvetenhet, även om vi inte inser att det är på det sättet.

Vad minne betyder i teknisk bemärkelse och vilka olika slag av minne vi äger skall jag senare förklara. Nu vill jag bara helt enkelt rikta er uppmärksamhet på era egna iakttagelser av ert minne. Ni kommer då att märka att ni minns saker olika. Vissa saker minns ni mycket livligt, andra mycket otydligt och somliga minns ni inte alls. Om de sistnämnda kan vi säga att *det enda ni vet är att de inträffade*.

Ni kommer att bli mycket förvånade, när ni inser hur litet ni faktiskt minns. Och så är det därför att ni *minns* endast *de stunder ni var medvetna*.

Vad avser *det tredje medvetenhetstillståndet*, kan vi därför säga att människan har tillfälliga ögonblick av självmedvetenhet, vilka lämnar livliga minnen av de omständigheter som beledsagade dem, men har inget herravälde över dem. De kommer och går av sig själva, eftersom de styres av yttre förhållanden och tillfälliga associationer eller minnen av känslor.

Frågan inställer sig: Är det möjligt att få herravälde över dessa flyktiga ögonblick av medvetenhet, att framkalla dem oftare och behålla dem längre eller rent av göra dem bestående? Med andra ord: är det *möjligt att bli medveten*?

Detta är den viktigaste punkten, och man måste i allra första början av vårt studium förstå att denna punkt också som teori har helt och hållet förbisetts av alla nutida psykologiska skolor *utan undantag*.

Ty med rätta metoder och rätta ansträngningar *kan människan förvärva kontroll över medvetenheten* och kan *bli medveten om sig själv* med allt vad som ingår däri. Och vad som ingår däri har vi i vårt nuvarande tillstånd inte ens en föreställning om.

Först när man förstått denna punkt, blir det möjligt att på allvar studera psykologi.

Detta studium måste börja med undersökningen av hinder för medvetenheten inom oss själva, ty medvetenheten kan börja växa endast när åtminstone några av dessa hinder undanröjts.

I de följande föreläsningarna skall jag tala om dessa hinder, varav det största är *vår okunnighet om oss själva* och vår felaktiga övertygelse om att vi känner oss själva åtminstone till en viss del och kan vara säkra på oss själva, när vi i verkligheten inte alls känner oss själva och inte kan vara säkra på oss själva ens i de *ringaste saker*.

Vi måste nu förstå att psykologi egentligen betyder *studiet av oss själva*. Detta är den andra definitionen av psykologi.

Man kan inte studera psykologi så som man kan studera astronomi, det vill säga som något från en själv skilt.

Och samtidigt måste man studera sig själv så som man studerar vilket slags ny och invecklad maskin som helst. Man måste känna maskinens delar, dess viktigaste funktioner, förutsättningarna för rätt arbete, orsakerna till felaktigt arbete och mycket annat, som är svårt att beskriva utan användande av ett särskilt språk, vilket man också måste kunna för att kunna studera maskinen.

Den mänskliga maskinen har sju olika funktioner:

1. Tänkandet (eller intellektet, det mentala).
2. Kännandet (eller emotioner).
3. Instinktfunktionen (allt arbete som pågår i organismens inre).
4. Rörelsefunktionen (allt arbete organismen utför i det yttre, rörelse i rummet med mera).
5. Sexualiteten (två principer, den manligas och kvinnligas, funktion i alla sina yttringar).

Dessutom finns *två ytterligare funktioner*, som vi inte har något namn på i det vanliga språket och som framträder endast i högre medvetenhetstillstånd. Den ena är den *högre emotionalfunktionen*, vilken framträder i *tillståndet av självmedvetenhet*, och den andra är den *högre mentalfunktionen*, vilken framträder i *tillståndet av objektiv medvetenhet*. Då vi ju inte befinner oss i dessa medvetenhetstillstånd, kan vi inte studera dessa funktioner eller experimentera med dem och får vi kännedom om dem endast indirekt genom dem som uppnått dem eller upplevat dem.

I skilda folks religiösa och filosofiska litteratur finns många hänsyftningar på högre medvetenhetstillstånd och högre funktioner. Det som erbjuder en ytterligare svårighet för förståelsen av dessa antydningar är att man inte gjort skillnad mellan de båda högre medvetenhetstillstånden. Det som kallas *samadhi* eller det *extatiska tillståndet* eller *illumination* eller i nyare arbeten, ”kosmisk medvetenhet”, kan avse det ena eller det andra – ibland upplevelser av självmedvetenhet och ibland upplevelser av objektiv medvetenhet. Och egendomligt som det kan tyckas, har vi mer material för att få en uppfattning om det högsta tillståndet, det vill säga den *objektiva medvetenheten*, än om tillståndet däremellan, det vill säga *självmedvetenheten*, ehuru det förra kan komma först *efter* det senare.

Självstudiet måste begynna med studiet av de fyra funktionerna: tänkandet, kännandet, instinktfunktionen och rörelsefunktionen. Sexualfunktionen kan vi studera först långt senare, det vill säga, när vi tillräckligt förstått de fyra förstnämnda funktionerna. Tvärtemot vissa moderna teorier är sexualfunktionen i verkligheten något som tillkommer senare, det vill säga framträder senare i livet, när de fyra första funktionerna redan fullständigt yttrar sig, och den *betingas av dessa*. Därför kan studiet av sexualfunktionen vara nyttigt först när man känner de fyra första funktionerna i alla sina yttringar. Samtidigt måste man förstå att varje slags allvarlig oriktighet eller avvikelse från det normala i sexualfunktionen omöjliggör självutveckling och även *självstudium*.

Nu måste vi alltså söka förstå de fyra huvudsakliga funktionerna.

Jag tar för givet att det är klart för er vad jag menar med den intellektuella eller *tankefunktionen*. Alla mentala processer ingår häri: uppfattande av sinnesintryck, bildande av föreställningar och begrepp, reflektion, jämförelse, bejakelse, förnekelse, bildande av ord, tal, inbillning och så vidare.

Den andra funktionen är den emotionala eller känslofunktionen: glädje, sorg, fruktan, förvåning och så vidare. Även om ni är vissa om att det är klart för er hur och vari känslor skiljer sig från tankar, råder jag er att sanna alla era åsikter om detta. I vårt vanliga tänkande och tal blandar vi samman tankar och känslor, men för att börja studera oss själva är det nödvändigt för oss att klart veta vad som är vad.

De två följande, *instinkt- och rörelsefunktionerna*, tar längre tid att förstå, eftersom inget



system av vanlig psykologi beskriver och indelar dessa funktioner rätt.

Orden ”instinkt” och ”instinktiv” används i allmänhet i en felaktig betydelse och mycket ofta utan någon betydelse alls. I synnerhet instinkten tilläggs i allmänhet yttre funktioner, som i verkligheten är rörelsefunktioner och ibland känslfunktioner.

Människans *instinktfunktion* innefattar fyra olika klasser av funktioner:

*För det första:* Organismens hela inre arbete, all *fysiologi*, så att säga; matsmältning och näringsupptag, andning, blodomlopp, de inre organens hela arbete, byggandet av nya celler, avförandet av utslitet material, de inresekretoriska körtlarnas arbete och så vidare.

*För det andra:* De så kallade fem sinnen: syn, hörsel, känsel, lukt, smak och alla andra sinnen som tyngdsinnet, temperatursinnet, förmannelsen av torrhet och fukt och så vidare; det vill säga alla *likgiltiga* sinnesförmåelse – sådana som i sig är varken behagliga eller obehagliga.

*För det tredje:* Alla fysiska emotioner, det vill säga alla fysiska förmåelser som är *antingen behagliga eller obehagliga*: Alla slags smärta eller obehagliga känslor såsom obehaglig smak eller obehaglig lukt och allt slags fysiskt behag, såsom behaglig smak, behaglig lukt och så vidare.

*För det fjärde:* Alla reflexer, också de mest sammansatta, såsom skratt och gäspning; alla slags fysiska minnen, såsom minnen av smak, av lukt och av smärta, vilka i verkligheten är inre reflexer.

*Rörelsefunktionen* innefattar alla yttre rörelser såsom att gå, skriva, tala, äta och minna av dem. Till rörelsefunktionen hör också de rörelser som i det vanliga språket kallas ”instinktiva”, såsom då man fångar ett fallande föremål utan att tänka.

Skillnaden mellan instinkt- och rörelsefunktionerna är mycket tydlig och lätt att förstå, blott man minns att alla instinktfunktioner utan undantag är medfödda och inte behöver läras in för att användas, medan däremot ingen av rörelsefunktionerna är medfödd utan måste läras in såsom ett barn lär sig gå eller lär sig skriva eller teckna.

Förutom dessa normala rörelsefunktioner finns även några egendomliga rörelsefunktioner, som utgör meningslöst arbete av den mänskliga maskinen, arbete som naturen inte avsett men som innehar en mycket stor plats i människans liv och förbrukar mycket av hennes energi. Dessa är: bildande av drömmar, inbillning, dagdrömmar, att prata för sig själv, prat för pratets egen skull och allmänt sett *alla okontrollerade och okontrollerbara yttringar*.

De fyra funktionerna – tanke-, känsl-, instinkt- och rörelsefunktionerna – måste man först förstå i alla deras yttringar och senare iakttaga hos sig själv. Dylik självakttagelse, det vill säga iakttagelse på den riktiga grunden, med en föregående förståelse av medvetenhetstillstånden och de olika funktionerna, utgör grunden för studiet av en själv, psykologins begynnelse.

Det är mycket viktigt att minnas att, när man iakttar olika funktioner, det är nyttigt att samtidigt iakttaga deras förhållande till olika medvetenhetstillstånd.

Låt oss till exempel taga de tre medvetenhetstillstånden – sömn, vakenhet och möjliga glimtar av självmedvetenhet och de fyra funktionerna – tanke-, känsl-, instinkt- och rörelsefunktionerna. Alla fyra funktionerna kan yttra sig i sömnen, men deras yttringar däri är virriga och opålitliga; de kan inte användas på något sätt, de bara verkar av sig själva. I tillståndet av vakenhet eller relativ medvetenhet kan de i en viss utsträckning tjäna till vår orientering. De resultat vi får av dem kan vi jämföra, sanna, rätta till, och även om de kan ge upphov till många villfarelser, har vi likväl i vårt vanliga tillstånd intet annat och måste därför göra med dem vad vi kan. Om vi visste hur många felaktiga iakttagelser, falska teorier, oriktiga slutsatser vi gör i detta tillstånd, skulle vi sluta att tro på oss själva över huvud taget. Men människor inser inte hur bedrägliga deras iakttagelser och teorier kan vara och hur de fortsätter att

tro på dem. Det är detta som hindrar människan från att iakttaga de sällsynta stunder, då hennes funktioner yttrar sig i samband med glimtar av det tredje medvetenhetstillståndet; det vill säga: självmedvetenheten.

Allt detta innebär att var och en av de fyra funktionerna kan yttra sig i vart och ett av de tre medvetenhetstillstånden. Men resultaten blir helt olika. När vi lär oss att iakttaga dessa resultat och skillnaderna dem emellan, kommer vi att förstå det rätta förhållandet mellan funktioner och medvetenhetstillstånd.

Men innan vi ens tar i betraktande dessa skillnader i funktion vad avser medvetenhetstillstånd, är det nödvändigt för oss att förstå att människans medvetenhet och människans funktioner är helt olika företeelser, är av alldeles olika natur, har olika orsaker och att det ena kan finnas utan det andra. *Funktioner kan finnas utan medvetenhet, och medvetenhet kan finnas utan funktioner.*

Ovanstående utgör texten till den första föreläsningen av sex ingående i boken Psykologin för människans möjliga utveckling av P. D. Ouspensky. Engelska originaletst titel: *The Psychology of Man's Possible Evolution*. Översättning av Lars Adelskog.