

# 1 MEDITATION

## *1.1 Medvetenhetskontroll*

<sup>1</sup>Normalindividen har sin uppmärksamhet riktad än på fysiska företeelser, än på sina känslor och än på något mentalt problem. Uppmärksamheten kastas mellan de olika höljesmedvetenheterna i stort sett utan plan och sammanhang. Medvetenhetskontrollen ändrar på detta planlösa, så att uppmärksamheten arbetar metodiskt och systematiskt och därmed ger snabbare och effektivare resultat.

<sup>2</sup>Medvetenhetskontroll består i att jaget uppmärksammar vad som försiggår i dess olika höljens medvetenheter och lär sig bestämma innehållet i sin dagsmedvetenhet. Det vägrar beakta störande sinnesförmågelser, utmönstrar inträngande känslor och tankar, som det icke självt har användning för.

<sup>3</sup>Det är denna jagets självbestämmdhet, som man kallat för ”vilja” – en beteckning med många olika betydelser. En missuppfattning har vållats av att konflikten mellan olika önsknings framställts såsom konflikt mellan fantasi och vilja. Det är den starkaste önskan, som avgår med seger, liksom handlingen alltid bestäms av starkaste motivet. Förmågan att bestämma vilket som får vara starkaste motivet kallas återigen ”vilja”.

<sup>4</sup>Medvetenhetskontroll består i att sysselsätta uppmärksamheten med något visst, aldrig låta den fladdra från det ena till det andra. Ett sätt att motverka fladdrandet är att i bakgrunden ha något problem, som uppmärksamheten kan riktas på, när den ej är tvungen att syssla med livets dagliga uppgifter. Envar har därvid sitt särskilda behov, kanske en särskild livsuppgift, som då lämpligen tjänar som tankemål.

<sup>5</sup>Livsuppgiften är livets mening med just den inkarnationen. I regel kan man söka meningen i våra anlag, intressen, livsomständigheter och materiella möjligheter. Varje intresse utvecklar någon egenskap eller förmåga. Vilken hobby som helst duger, bara den kan få oss att glömma oss själva genom att hålla uppmärksamheten sysselsatt med något bestämt, också en lektion i kontinuerlig koncentration.

<sup>6</sup>Man skall, som de gamle uttryckte det, låta ”medvetandet vara upptaget”.

<sup>7</sup>De typiska mystikerna (på högre emotionalstadiet) tala om den ”ständiga bönen”, avsedd att bevara kontakten med det övermedvetna (vilket namn de än ge det). Men det finns andra sätt att låta medvetenheten vara ”upptagen”, så att inga störande ”inkast” från de lägre världarna behöva oro uppmärksamheten. Och det är att leva i nuets sysselsättning så koncentrerat, att uppmärksamheten alltid är upptagen av det som man själv bestämt. Det är enda sättet att vara fullt effektiv i sitt vardagliga arbete. Det är, för att använda mystikernas talesätt, den ständiga gudstjänsten. Ty allt vi göra även i fysiska världen är lika gudomligt som det i högre världar.

<sup>8</sup>Medvetenhetskontroll är ingen lätt sak. Därtill åtgå flera inkarnationer. Men de som känna behov av dylik, visa därmed att träningen påbörjats.

## *1.2 Vad bristande medvetenhetskontroll leder till*

<sup>1</sup>Uppmärksamheten förstärker allt den betraktar. Den som ser på sina fel, förstärker dem. Goda föresatser i levande känslan av ånger bli därför icke endast vanmäktiga utan leda till motsatsen.

<sup>2</sup>Ingenting av det vi uppmärksamma går förlorat. Det sjunker ner i det undermedvetna, under medvetenhetens tröskel, och lever där sitt eget liv, gagnande eller hämmande dagsmedvetenheten.

<sup>3</sup>Det undermedvetna sorterar intrycken i olika ämneskomplex, som ständigt vitaliseras av nya intryck. Förintat kan man ingenting av detta. Men man kan vägra känslor eller tankar hörande till vissa komplex vidare uppmärksamhet och på så sätt underlåta att vitalisera dem. De bli då till slut så svaga, att de icke kunna sända upp impulser i dagsmedvetenheten.

<sup>4</sup>Allt människan irriteras av förstärker dessa komplex. Hon återkallar i minnet inbillade

oförrätter och förargas på nytt. Hos många uppstå på detta sätt emotionala, mentala sår och slutligen även i organismen varbölder, kräftsvulster etc. Sjuttiofem procent av alla sjukdomar bero på okontrollerad dagsmedvetenhet. Irritation påverkar nerver, celler, blodkroppar etc.

<sup>5</sup>Folk förundra sig över att det icke räcker med att veta en sak, få reda på hur det förhåller sig, få veta hur man förhåller sig, vad man bör göra eller icke göra. Det beror till stor del på okontrollerat tänkande.

<sup>6</sup>De veta, att man icke bör tänka på det förflutnas misstag och oförrätter. Och ständigt tänka de om samma sak, uppleva i fantasien sina misstag, andras kränkningar etc., förargas och förbittras. Allt detta är idel okontrollerat tänkande. Komplexen stiga upp (okontrollerat) i dagsmedvetenheten, och scenerna avspeglas som förut (okontrollerat).

<sup>7</sup>Människorna låta sig bestämmas av sina komplex, vad de ska ägna sin uppmärksamhet åt. De tanklösa reagera för alla intryck och splittra uppmärksamheten åt otaliga håll.

<sup>8</sup>Bristande medvetenhetskontroll gör att vi förvärvat felaktiga iakttagelser, upptagit skenfakta, dragit oriktiga slutsatser. Minnet matar dagsmedvetenheten med av känslan förvanskade erfarenheter, som när de återerinnas bli källan till nya missuppfattningar. Många bedra sig därmed själva till att tro vad de sagt.

<sup>9</sup>Alltsedan barndomen har människan insupit jämnårigas och äldres antaganden, i skolan snart övergivna hypoteser, tidningarnas förmodanden som utges som fakta, författares misslyckade syn på tillvaron etc. Allt detta lever i hennes undermedvetna sitt eget outrotliga liv och tages, när det återkallas i minnet, för idel äkta verklighet. Utan överdrift kan man påstå, att över nittio procent av det människan inhämtat är mer eller mindre fiktivt. Det undermedvetna glömmer ingenting som passerat genom dagsmedvetenheten.

<sup>10</sup>Vetskapen om detta borde säga oss, hur viktigt det är att kontrollera uppmärksamheten och sysselsätta den med väsentligheter.

### *1.3 Medvetenhetskontrollens tre steg*

<sup>1</sup>Första steget mot medvetenhetskontroll är koncentration. Det betyder, att man icke låter uppmärksamheten fladdra hit och dit utan riktar den på ett bestämt föremål, helst enligt förut uppgjord plan. Föremålet kan vara av fysisk, emotional eller mental beskaffenhet: till exempel en tavla, en känsla, en egenskap, ett problem. Komma därtill iakttagelseförmåga och reflexionsförmåga, så har man stora förutsättningar att snabbt nå högre nivåer, utveckla mentaliteten. Det är mycket i vår tid som bidrar till att automatiskt lära folk koncentration.

<sup>2</sup>Ihållande koncentration på något visst kallas meditation. Den som med "hela sin själ" går upp i skapande, gör det omedvetet. Affärsmannen som endast tänker på affärer, konstnären som endast ser former, färger och ljusskiftningar, skådespelaren som lever sig in i sina roller, tänkaren som analyserar sina problem äro goda exempel på olika sätt för koncentration och meditation.

<sup>3</sup>Kontemplation (försjunkande) inträder, när medvetenheten förlorar sig i, identifierar sig med föremålet. Den som icke upplevat detta, förstår det ej.

<sup>4</sup>Koncentration är ett annat ord för uppmärksamhet. Meditation är ett annat ord för metodiskt och systematiskt tänkande. Schackspelaren är ett gott exempel på idkaren av koncentration och meditation.

<sup>5</sup>Alla som gått igenom läroverk, ha förvärvat förmågan av koncentration och meditation. Koncentration är den uppmärksamhet med vilken man följer undervisningen. Meditation är det reflexionsarbete, med vilket man löser olika slags uppgifter: matematiska problem, uppsatsskrivning etc. Dessa två förmågor ha vi indirekt fått av skolan. Indierna nödgades förvärva dem på egen hand, eftersom skolväsen saknades. Redan detta visar, hur föga anpassade till västerländskt tänkande yogametoderna äro.

<sup>6</sup>Förutsättning för tankekontroll och koncentration är oberördhet, oåtkomlighet för alla störande vibrationer. Koncentration (uppmärksamhet) innebär icke någon som helst anspänning, ty då är

den skadlig. Viktigt är att tillse att allting är avspänt som icke behöver användas för ögonblicket. Nerverna få icke befinna sig i dallring. Ingenting får verka ansträngning.

<sup>7</sup>Insamling, lugn, stillhet.

#### ***1.4 Uppmärksamhetens betydelse***

<sup>1</sup>Mänskligheten har långt kvar till insikten, att det viktigaste individen förfogar över är uppmärksamheten. Det vi uppmärksamma ingår i vår dagsmedvetenhet och når därifrån ner i undermedvetenheten med ofrånkomlig effekt, alldeles fränsett att det vi betrakta utsätts för en påverkan, som på oss ofelbart blir en återverkan.

<sup>2</sup>Uppmärksamheten är jagets blickpunkt och innebär medvetenhetskoncentration. För att individen skall lära sig förvärva den förmågan fordras, att han inser betydelsen härav och vad uppmärksamheten har för uppgift i hans medvetenhetsutveckling. Individen måste lära sig bestämma vad han vill se, höra, känna, tänka. Indiska yogier visa oss, att detta är möjligt. Det är till denna insikt yogafilosoferna kunna hjälpa västerländska psykologerna. Däremot befinna sig deras meditationsmetoder ännu på experimentstadiet, och detsamma gäller även de ockulta sekternas. De äro ingalunda så ofarliga som den alltjämt oerhörda livsokunnigheten tror och förkunnar.

<sup>3</sup>Upptäckten av jaget (detta centrum i medvetenheten), som opersonligt kan iakttaga sinnesförmimmelser, känslor och tankar såsom något utanför jaget, ger individen en ny syn på livet. Jagets önskan att behärska dessa olika slag av medvetenhet, som det blir medvetet om, leder automatiskt till medvetenhetskontroll såsom nödvändig förutsättning för förvärv av ännu högre slag av medvetenhet. Därefter kan Augoeides göra sin verkliga insats genom att via triadens mentalmolekyl tillhandahålla kausalenergi, vars medvetenhetsinnehåll jaget lär sig konkretisera till mentalideer såsom förberedelser till upptäckt av kausalideer.

#### ***1.5 Det omedvetna***

<sup>1</sup>Vad individen uppfattar av sina höljens medvetenhet är vad han själv kunnat aktivera, och av detta vad han uppmärksammar i fortsättningen. Ju högre nivån, desto omfångsrikare och intensivare är uppmärksamheten, ju lägre nivån, desto mer begränsad, mattare och ofullständigare.

<sup>2</sup>Individens höljen genomströmmas i varje ögonblick av otaliga vibrationer utifrån, som han tar för sina egna tankar. Dväljes jaget för egen del i sina lägre molekyllagslag, så uppfattar det endast dessa lägre. Många som egentligen nått högre, förvånas ofta över att de alls kunna tänka sådant och tro sig vara mycket sämre än de äro. Den dagliga meditationen, som förser dem med "dagens devis" och som alltid finns såsom meditationsobjekt, när icke dagens många plikter fångla deras uppmärksamhet, bevarar dem från den passivitet som möjliggör insläpp från de lägre regioner individen rör sig i bland människor och i de dagliga bestyren.

<sup>3</sup>Undermedvetenheten är en energikälla, som ständigt matar dagsmedvetenheten med nya impulser. Okunniga om denna maktfaktor i själslivet, förse människorna genom dagsmedvetenheten sin undermedvetenhet med allsköns illusioner och fiktioner, som de sedan automatiskt ledas av utan aning om, varifrån de drivande krafterna komma.

<sup>4</sup>En irritation, en känsla kanske snabbt försvinner ur dagsmedvetenheten. Men den lever kvar i det undermedvetna, och de i emotionalhöljet framkallade vibrationerna kunna spåras ända till 48 timmar efteråt. De flestas emotionalhöljen kunna därför liknas vid grytor i kokning. Dessa vibrationer påverka nerverna och organismen i övrigt. En annan stor nackdel är att de tankar, som ska passera genom detta emotionalhölje, sällan nå fram oförvanskade utan alltid bli i någon mån vanställda.

<sup>5</sup>Genom meditation inpräntas det analyserade i det omedvetna på ett helt annat sätt än av den flyktiga uppmärksamhet vi i regel ägna åt våra dagliga erfarenheter. Ju mer inskräpt i det undermedvetna, desto starkare bli dess spontana yttringar i dagsmedvetenheten. Ju mer invävt till

associationskomplex, desto svårutrotligare är det, när vi senare upptäcker det inpräntades illusivitet och fiktivitet. Såsom latent gör det sig även i följande inkarnationer gällande. Hithörande problem är något för framtida psykoanalytiker att syssla med. De komma då också att upptäcka de risker som äro förbundna med att okunnighetens fiktioner (härskande betraktelsesätt, idiologier etc.) inetsas i undermedvetenheten. Särskilt skadliga bli de meditationer och den meditationsteknik som utläras av allsköns charlataner inom de ockulta sekterna. Man kan endast varna för dylik ”enkel och universal teknik för djup transcendent meditation”, som allt oftare utannonseras. Ingen ansvarsmedveten lärare med kunskap om verkligheten lär ut sådant.

### *1.6 Det omedvetnas telepati*

<sup>1</sup>De impulser, som nå det dagsmedvetna, komma icke endast från det undermedvetna. Sådana överförs även telepatiskt till dagsmedvetenheten från emotionalvärlden, som vi leva i genom vårt emotionalhölje och som utgör en så väsentlig del av vårt s.k. själsliv, att Goethe rentav kunde säga, att ”känsla är allt” (Gefühl ist alles).

<sup>2</sup>Psykologien har för denna företeelse, så snart några spår av densamma uppfattas i oorganiska eterhöljets medvetenhet (i solarplexuscentrum), hittat på det klumpiga och hjälplösa ordet ”telepati”.

<sup>3</sup>Någon sällsynt gång kommer det en impuls även genom övermedvetenheten. Men eftersom människorna avvisa dylika impulser såsom ”alltför orealistiska”, lönar det sig icke för Augoeides att försöka ”inspirera”. Vad skall han för övrigt göra med denna individ, som egentligen spontant handlar mot allt som han inser vara det enda riktiga?

<sup>4</sup>Medvetenhet i emotionalhöljet sträcker sig hos normalindividen (de flesta) sällan över de fyra lägsta (48:4-7) emotionalsfärernas kollektivmedvetenhet, vilken han är aningslös om. Hans emotionalhöljes medvetenhet lever sitt eget liv och deltar i gemensamhetskännandet. Motsvarande gäller för normalindividens mentalhöljes medvetenhet, som icke når över de två lägsta mentala molekylarslagens (47:6,7).

<sup>5</sup>Varenda känsla och tanke, som medvetenheten formar i emotionala och mentala höljena, bildar en materieform, som kastas ut ur höljena och flyter omkring i den omgivande världen, tills den eventuellt uppsuges av andras höljen. På detta sätt utbyta vi ständigt emotionala och mentala molekyler i våra höljen med andra. Även i det fallet är mänskligheten en gemensam enhet i materiellt hänseende. Naturligtvis absorbera vi icke vilka slags kringflytande tankeformer som helst. Det måste finnas något i vibrationshänseende närbesläktat mellan höljesvibrationerna och tankeformsvibrationerna.

<sup>6</sup>I trängsel stående eller sittande genomtränga människor med sina auror (emotional- och mentalhöljen) varandra, och vibrationerna överförs direkt till andras höljen. Det räcker med dem vi motta utan kontakt. Människan är ett helt av vibrationer.

<sup>7</sup>En människa på högre stadium, vilken dessutom rör sig inom högre emotionala och mentala medvetenhetslagren, kan med sina vibrationer nå alla på vårt klot, vilka ha upptagningsapparaten (respektive centrum) inställd på just den våglängden. På dessa telepatiska företeelser bero t.ex. psykoserna, varvid särskilt emotionalvibrationerna våldsamt uppjagas.

<sup>8</sup>Lyckligtvis äro de flestas sändarstationer av ringa kapacitet, så att deras vibrationer sällan nå över närmaste omgivningen.

<sup>9</sup>Att vetenskapliga experiment med tankeöverföring misslyckas, beror på att avsiktliga metoden ännu är oriktig. Det spontana finner omedelbart rätta sättet.

<sup>10</sup>Vi påverkas av vår omgivning mer än de flesta ana. Man talar om ”andliga atmosfären” i en viss miljö eller som omger personer. Särskilt emotionalvibrationerna leva kvar, så att de psyko-metriskt lätt kunna uppfattas ideligen. Det var ingen paradox Emerson uttalade med sitt, ”Du talar så högt, att jag icke hör vad du säger.”

<sup>11</sup>Det sagda rör alltså vad som individen ovetande försiggår i emotional- och mentalhöljerna,

vilka automatiskt uppta vibrationerna i hithörande sfärer. Så snart individen känner eller tänker (riktar sin uppmärksamhet mot det emotionala eller mentala), påverkas han omedvetet av höljes-medvetenheternas innehåll, såvida de vibrationer han själv framkallar icke äro starkare än höljenas egna.

<sup>12</sup>Vi äro ansvariga för vad vi tänka och känna, för de vibrationer som vi slunga ut i mentala och emotionala världarna och som telepatiskt påverka andra utan att vare sig vi eller de förstå, varifrån tankarna komma.

### *1.7 Vad meditation är*

<sup>1</sup>Okunnigheten har högst olika och alltså oklara uppfattningar av vad meditation är. Ordet ”meditation” har fått en alldeles för inskränkt betydelse såsom ett speciellt slag av mystisk koncentration. Men det finns många slag av meditation (förmågan att ”samla tankarna”). Till meditation höra planering, konsekvent fullföljande av fastställt mål, många slags författarskap etc.

<sup>2</sup>Meditation är reflexionens analys av ett visst tankeinnehåll: de fakta, faktorer, tankeelement vi behöva för att utreda, klarlägga, förvärva insikt och förståelse. Den är ett led i en kontinuerlig koncentrationsprocess, som pågår tills den eftersökta idén erhållits. Valet av ämne anger personens intressen och utvecklingsnivå.

<sup>3</sup>Meditation är helt enkelt metodisk och systematisk eftertanke. Därtill kan räknas det tankearbete, genom vilket vi förvärva egen uppfattning om vissa förhållanden. Utan meditation lära vi föga eller intet. Genom meditation tillgodogöra vi oss det livet har att lära oss och insamla vi i medvetenheten material att senare bearbeta i mentalvärlden.

<sup>4</sup>Meditationens första steg, koncentrationen, är ”uppmärksamhetens fasthållande”, såsom när man följer sekundvisarens rundgång på urtavlan. Det är viktigt att hela processen försiggår utan spänning (utan inverkan på nerver, andning, blodomlopp).

<sup>5</sup>Hela processen koncentration–meditation–kontemplation–illumination kan enklast beskrivas som försök till lösning av givet problem, varvid ”ekvationen hyfsas”, efterhand alla oväsentliga element utmönstras och det hela renodlas, tills ”idén” (intuitionen) ger lösningen.

<sup>6</sup>Det är givet, att den som har kännedom om de olika mentala molekylarslagens medvetenheter och dessas natur, som vet vilka centra i höljena som bära anlitas i varje särskilt fall, också lär sig bemästra tankeprocessen på enklaste sätt.

<sup>7</sup>Det väsentliga är att mentalaktiviteten är själviniterad. För att slippa sysselsätta uppmärksamheten med eget arbete tillgripa folk allehanda förströelser, t.ex. läsning av enklaste slag. En bokhyllas innehåll är mycket upplysande. (En esoterikers bokhylla innehåller endast sådana böcker, som han aldrig blir färdig med, kan läsa om hur många gånger som helst. De andra har han skänkt bort eller som det heter ”lånat ut”.) Det är genom att tänka själv, som man lär sig tänka. De flesta låta andra tänka åt sig. Man behöver då endast följa med. För många är en dagbok värdefull som ledning för meditation, ifall den innehåller tankar och bearbetning av egna erfarenheter under dagen.

### *1.8 Meditationens uppgift*

<sup>1</sup>Meditationens främsta uppgift är att lära oss rätt använda vår uppmärksamhet i såväl det fysiska som i emotionalt och mentalt hänseende.

<sup>2</sup>Vanlig mental meditation har närmast till uppgift att göra hjärnan mottaglig för mentalmolekyler och överföra mentalhöljets vetande till hjärnan, ty mentalmedvetenheten innehåller mycket mer än vår tids psykologer veta om. Esoterisk meditation har även andra uppgifter, varom mera senare.

<sup>3</sup>De gamle betraktade meditation som en metod att nå kontakt med högre slag av medvetenhet. Mystikern sökte kontakt med gud (i verkligheten kontakt mellan 48:2 och 46:7). Mentalisten sök-

te kontakt mellan det mentala och kausala.

<sup>4</sup>Meditationens främsta syfte är att utveckla önskvärda, erforderliga egenskaper, vanligtvis motsatta förefintliga, icke önskvärda. Genom rätt meditation formas ett känslö- och tankekomplex med upplagrad energi, som automatiskt dels höjer vibrationerna till högsta uppnåeliga sfärer, dels verkar såsom regulator för kännandet och tänkandet under en viss tid, i regel högst ett dygn. Det är därför daglig meditation är nödvändig, om individen vill se något resultat.

<sup>5</sup>Det räcker icke med att önska sig goda egenskaper. Man måste inskräpa dem, meditera på dem dagligen och helst vid samma tid. Det är genom daglig upprepning i dagsmedvetenheten, som undermedvetenheten tillföres sådana verklighetsideer, som så småningom forma livsbefrämjande komplex i det undermedvetna. Dessa äro komplex, som spontant yttra sig i livet såsom sådana egenskaper, att individen automatiskt intar rätt inställning i alla förhållanden: tänker rätt, känner rätt, handlar rätt.

<sup>6</sup>Det är i meditationen man tillägnar sig en viss åskådning eller utrensar fiktioner. Det är även genom tänkande man förvärvar nya känslor.

<sup>7</sup>Det är genom meditation den esoteriskt intresserade tillägnar sig esoteriska tankesystemet och de attraherande tendensens känslor som medföra omvärdering och ideal livsinställning.

<sup>8</sup>Det är genom meditation människan löser sina problem, sina latent problem, sina framtida problem. Genom meditation tillföra vi det undermedvetna det material vi behöva för att lösa problemen. Genom meditation införliva vi i medvetenheten de erfarenheter vi gjort, lösa vi de problem som icke kunna lösas i dagsmedvetenheten. Genom tänkande (aktivitet i mentalhöljet) förbereds lösningen av problem, vilka annars aldrig skulle bli lösta och vilkas lösning kan taga årtal att nå ner till hjärnan.

<sup>9</sup>Det är genom meditation människan aktiverar sina högre slag av passiv medvetenhet av både emotionalt och mentalt slag. Genom meditation förvärvar hon perspektiv på tillvaron, något som tyvärr ännu är en sällsynthet även hos ”professorer”.

<sup>10</sup>Meditationens mening är att aktivera övermedvetenheten. Därmed vitaliseras centra över diafragman, och detta medför i sin tur aktivering av passiva medvetenheten i högre materielag. Övermedvetenheten aktiveras genom riktiga ideer, kausalideer, platonska ideer, verklighetsideer, riktig världs- och livsåskådning. Ännu effektivare är emellertid aktiveringen av emotionala attraktionsmedvetenheten, emedan detta resulterar i handling, i levande liv. Och det är genom experimenterandet människan ser problemen, finner lösningen och därmed upplever ”uppenbarelsen”. Misstagen äro av stor betydelse, oundvikliga och därför nödvändiga. Det är genom misstag vi lära. Experimentatorn i laboratoriet har otaliga misslyckade experiment bakom sig, lär sig att ”så får man icke göra” och kommer genom eliminering slutligen fram till rätta metoden.

<sup>11</sup>De energier, som individerna i de högre gudomsrikerna tillgodogöra sig från ännu högre riken, strömma genom dem ner i lägre riken till dem som äro mottagliga för dessa slag av energier. Det hela är en fråga om mottagning. Energierna strömma ner och finnas alltid att tillgå. Det beror på individerna i lägre riken, om de kunna mottaga, och det är en förmåga de själva måste förvärva. Människan behöver icke ”tigga”. Allt hon någonsin kan använda finns inom hennes räckhåll, ifall hon äger förmågan att taga emot. Saknas den förmågan, kan hon icke. Meditationen tjänar till att inrikta uppmärksamheten på mottagandet och avgivandet, så att denna automatiska inställning blir levande. Det är i meditationen medvetenheten söker anknytning till ständigt nya kontaktpunkter. Meditation är systematiska metoden att förvärva allt större mottagningsförmåga och därmed utvecklas.

<sup>12</sup>Meditationen bör, om den utföres rätt, medföra tre resultat. Den medför skingrande av illusion genom att idén rätt uppfattas. Den medför bättre förståelse av relationerna till andra. Den för till handling.

### **1.9 Meditation är energiproduktion**

<sup>1</sup>De flesta se i meditation endast medvetenhetsyttring, aningslösa om att den samtidigt är energiproduktion. I lägre molekylarslag är denna svag. Men i mentalmaterien ökas dynamiseffekten och påverkar även de lägre höljena med ofrånkomlig effekt.

<sup>2</sup>Bönen är en emotional medvetenhetsyttring och som alla slag av medvetenhetsyttringar samtidigt en energiyttring med ofrånkomlig effekt. Meditation rör sig med energier och har förverkligande till ändamål.

<sup>3</sup>Esoterikern förstår vad uttrycket ”energi följer tanken” (medvetenhetsyttringen) innebär. Det är denna energi, som vitaliserar centra och därmed medvetenhetsinnehållet, som också möjliggör den alltmer tillspetsade koncentrationen och därmed själva processen utan någon som helst ansträngning.

<sup>4</sup>Ju intensivare (koncentrerad uppmärksamhet) meditationen bedrivs, desto större blir det upplagrade energiförrådet.

<sup>5</sup>Utifrån kommande vibrationer upptas av individens höljen och tilldra sig hans uppmärksamhet. De kunna vara vibrationer i vilka som helst av redan aktiverade molekylarslag. Uppmärksamheten dras än uppåt, än nedåt, varför känslornas och tankarnas ”kvalitet” ständigt växlar och medvetenhetsnivån stiger eller sjunker. Att hålla uppmärksamheten fäst vid högsta nivån kräver i regel extra ansträngning, varför endast de som speciellt odlat koncentrationsförmågan, äro i stånd därtill. Därtill kommer hjärnans registreringsförmåga vid spänst eller trötthet. Även detta bidrar till att individen förefaller andra vara en sammansatt varelse och mer eller mindre ”ofattbar”. Moralisterna och andra psykologiska idioter äro genast färdiga med kritik och fördömande.

<sup>6</sup>Ju högre sfär meditationen når, desto svagare de grövre vibrationerna och desto starkare de finare (”ädlare, förnuftigare”), mindre påverkade av de massiva massvibrationerna, som alltid ligga lågt, desto lättare hålles medvetenheten kvar på högre nivå närmaste timmarna.

### **1.10 Mentalmedvetenhetens aktivering**

<sup>1</sup>Utan meditation utvecklas medvetenheten så långsamt, att knappast någon förändring blir märkbar, blir det ingen målmedvetenhet i detta sammanhang. Meditationen väcker mentalaktiviteten till liv och bestämmer dess automatiska inriktning. Människan blir vad hon tänker. Genom mentalaktiviteten sätts också krafter igång, som påverka livsomständigheterna, även om mänskligheten givetvis ännu är mycket långt ifrån den insikten. Utan att själv förstå hur, kan människan enbart genom tänkande gagna eller skada sig själv, ”vandra beredda vägar”.

<sup>2</sup>Utan meditation, som samtidigt är mentalgymnastik, blir det ingen plasticitet i tänkandet utan fortfar man att röra sig i de gamla tankebanorna, tills man förlorat förmågan att tänka något nytt. Nyttig övning vid övergång till ny levnadsålder (28, 35, 42 etc. år) är att granska de resultat man kommit till, hur ens åskådning (verklighets- eller livsuppfattning) förändrats. Det ger också tillfälle till att underkasta de grundvalar, på vilka man byggt, förnyad granskning.

<sup>3</sup>Bön är emotional meditation, i motsats till mentala medvetenhetens meditation. Båda slagen av medvetenhet behöva aktiveras: emotionala attraktionen och analys-, relativitets- och syntestänkandet.

<sup>4</sup>Relativitetstänkandet utvecklar sinne för proportioner (”humor”), något som i beklaglig grad saknas hos de flesta, vilket beror på lägsta slag av tänkande med absolutifiering av allt. Begreppet såsom begrepp är visserligen absolut (detta är detta) men får relativ betydelse i förening med andra. Att detta icke för längesedan insetts, visar infantiliteten i undervisningen i logik. Fortfarande kör man i gamla hjulspår i stället för att lära folk att tänka. Det måste man ha lärt sig långt innan man kan tänka rätt, vilket man gör genom att insätta fakta i riktiga sammanhang. Men tyvärr saknas ännu i alltför många avseenden möjligheten till sammanhang, eftersom man utan system icke kan gå från det allmänna till det enskilda. Ännu har man ej begripit systems nöd-

vändighet. Men så leva människorna också i ett tankekaos.

<sup>5</sup>Den stora massan på barbarstadiet rör sig med lägsta slag av mentalmedvetenheten, slutledningstänkandet (47:7). Det är enklaste slutledning från grund till följd. I regel måste denna mentalaktivitet påtvingas utifrån genom tålmodig undervisning och propaganda. Mentalaktiviteten hos filosofer och vetenskapsmän tillhör principstänkandet och har redan nått en höggradig aktivitet, som sällan är i vila utan rastlöst arbetar med sitt föreställningsinnehåll i ständigt nya "kategorier", tillfälliga synteser. Naturligtvis ökas aktiviteten ytterligare på humanitetsstadiet, där perspektiv- och systemtänkande tillkomma.

<sup>6</sup>Den som vill förvärva kausalmedvetenhet, måste emellertid lära sig behärska mentalaktiviteten, ty dess rastlöshet gör att kausalideerna icke kunna uppfattas. Intuitionen, som är förmågan att upptäcka ideerna, slår ner som en blix, när individen stilla åskådar sitt system och blir mottagande. Mentalaktiviteten, som ditills varit aktiv, blir i stället passiv i ett avvaktande spänningstillstånd.

<sup>7</sup>Har man icke uppnått högsta mentalaktivitet (47:4), så kan man i meditationen inpränta alla de faktorer man förfogar över i det problem man söker lösa. När man gjort detta, kan man avkoppla det hela och övergå till annan sysselsättning. En vacker dag får man lösningen till skänks.

<sup>8</sup>För somliga komma mentalideerna när de vilja, utan samband med meditation och kanske långt efteråt.

### ***1.11 Bönen i vedertagen mening***

<sup>1</sup>Bönen är emotional, meditationen mental. Tyvärr har "bönen" som allt annat misstolkats av teologerna.

<sup>2</sup>Okunnigheten förväxlar meditation med bön. Bön är tiggeri, försök att påverka och förändra lagmakernas inställning. Meditation är individens försök att förändra sig själv genom vitalisering av komplex, lösande av egna problem etc.

<sup>3</sup>Ödesmakterna sköta sina åligganden efter egen insikt och icke efter människornas idiotiska förväntningar.

<sup>4</sup>Skulle livsokunnighetens och kortsynthetens böner bifallas, bleve det snart kaos.

<sup>5</sup>Vi få allt vi behöva. Livet tillser att vi få göra alla de erfarenheter, som äro nödvändiga för vår utveckling, däri inbegripet vår förståelse för Lagen.

<sup>6</sup>Att "bedja gud" om något är en allvarlig sak. Människorna få alltid vad de önska. Men tiden och förhållandena äro aldrig som de tänkt sig, såvida det icke gäller "allas väl". Vid studiet av en serie inkarnationer har det visat sig, att många önska att de aldrig hade önskat, ty önskan uppfylles ofta, när de minst önska det. Skulle "gud" mot förmodan uppfylla egoistiska önsningar, så är det med tanke på att det blir en läxa för vederbörande, en läxa han en gång kommer att inse betydelsen av. Människorna lära långsamt, hur långsamt vittnar antalet inkarnationer om. Otaliga erfarenheter av samma slag genom årmiljonerna erfordras. Därav talesättet "guds kvarnar mala långsamt". När undermedvetna triadminnet och övermedvetna kausalminnet börja samverka, blir livsinstinkten en realfaktor av allt större betydelse och människan alltmer en produkt av orsak och verkan, alltmer lagbestämd.

<sup>7</sup>Det skulle icke skada, ifall människorna någon gång använde sitt sunda förnuft. Ifråga om "bön till gud" kunde de t.ex. tänka efter vad de gjort för att förtjäna rätt till bönhörelse. Hur använda de allt de redan fått av livet?

<sup>8</sup>Med tanke på människornas förfelade krav på tacksamhet för visad tjänst kunde man lämpligen vända på saken, att man snarare har betalat en skuld antingen till den individen eller till kollektiviteten. Att också det betraktelsesättet kan vrängas, framgår av att egoister därmed anse sig befriade från att behöva betala några skulder. Man ser därav, hur allting kan sataniseras.

<sup>9</sup>Bönen såsom begär att av nåd få det man ej förvärvat rätt till har ingen effekt. Bönhörelse i dylika fall anger, att god sådd burit frukt. Man får icke "kraft av höjden" för att motverka Lagen.



Sant sade "vandrarpästen", komminister David Petander (1875–1914), ifråga om missionen: "Missionärerna stå icke högre än missionerande församlingarna, och den kristendomen är ingenting att omvända till." Och sant sade ett kausaljag, att kristendomen såsom den yttrar sig i församlingarna är en form av "svart magi". Det mesta strider mot Lagen, är icke i överensstämmelse med Lagen eller sanningen (kunskapen om verkligheten).

### ***1.12 Bönen i egentlig mening***

<sup>1</sup>Bönen i egentlig mening är icke att beveka ett kosmiskt väsen utan att i ringa mån bidra till att dels genom tankeöverföring påverka andra, dels draga ner essentialmolekyler från essentialvärlden för att "förädla" mänskligheten. Naturligtvis bidrar den, som all meditation, till att påverka de egna komplexen i det undermedvetna och att motverka uppmärksamhetens splittring och distraktion.

<sup>2</sup>"Ständiga bönen" är mystikernas sätt att utöva tankekontroll och motverka medvetenhetssplittring.

<sup>3</sup>Bön är förbindelse med högre världar och är aldrig bortkastad. Tvärtom är den bästa tillståndet och god koncentration. Den, vilkens liv är ständig bön, har utvalt bästa delen. Bön blir då den bakomliggande förbindelsen, som återställes så snart medvetenheten ej behöver syssla med något livets nödvändiga bestyr eller problem.

<sup>4</sup>Vi behöva icke bedja för egen del. Men genom att bedja för andra tillföra vi andra kraft, ljus, kärlek.

<sup>5</sup>"Bönen", liksom varje medvetenhetsyttring, har alltid sin effekt. Men idén med "bönen" är att individen visar sin beredvillighet att på rätt sätt använda "bönhörelsen". "Allting måste betalas." Det är livsekonomiens lag. Högre väsen äro inga betjänter, göra icke något för ingenting. Det de ge måste vara till gagn för medvetenhetsutvecklingen, för andra och icke till enbart fysiskt tillgodoseende. I det fallet få alla vad de förvärvat rätt till. Bönen i vedertagen bemärkelse är utslag av egoism, vittnar om okunnighet om livslagarna och högre rikens fulländade organisation, som tillser att det sker som måste ske. Att människorna sedan missbruka allt, blir dålig sådd till dålig skörd.

<sup>6</sup>Bönen rätt fattad är "emotional meditation" till skillnad från mental. Den är avsedd att förmedla essential (46) energi via emotionelhöljet (48) till mänskligheten. Det är detta som varit verkliga mystikernas uppgift och som skett instinktivt och (utan esoterisk kunskap) omedvetet. Lärjungen får lära sig att använda både emotional och mental "meditation", ty båda förmedla energier (kausala och essentiala) från andratriaden i dynamisk samverkan.

<sup>7</sup>"Bönens makt" är egna tankens, viljans makt. När vår viljas vibrationer harmoniera med tillvarons, är viljans effekt oemotståndlig. Det är icke "bönhörelse". Sanningskornet i talet om "bönens makt" är att just den inställning, som individen intar i bönen, ofta medför vibrationsharmoni.

### ***1.13 Esoteriska bönen***

<sup>1</sup>I alla förhållanden ligga ett givande och ett mottagande. Esoteriska bönen förutsätter insikten om lagen för debet och kredit (det man ber om uppförs på debetkontot), att ådragna skulder ska kvittas, att bönen är enligt Lagen (lagen för enhet, utveckling etc.). Detta förutsätter kunskap om Lagen och förmåga att tillämpa den på egna nivån.

<sup>2</sup>Hur skall man då bedja? Jag väljer uttolkarens väg och ber därför om ljus. Jag väljer kärleksfulla ledningens väg och ber därför om lyftande kraft. Med bön klargör man för sig själv vad man vill och gör sig beredd att mottaga, ge akt på vad man får och hur man får. Duger man också till det? Det räcker icke med fromma önskningar. Man måste också äga förutsättningarna. Annars får man först förvärva förmågorna. I det fallet är självblindheten stor. Man tror sig duga till något som man saknar möjligheter till. Man tror sig oduglig till något som man skulle kunna.

Är man egoist, egocentriker, så är risken stor, allt större, för felbedömning. Det man kan föraktar man. Och fåfängan förespeglar kommande självtillfredsställelse. Kanhända man känner ett verkligt behov av någon egenskap, som det kan taga inkarnationer att förvärva.

<sup>3</sup>Utvecklingen från det individuella till det universella avspeglas i de gamles bön till Augoeides: led mig från det överkliga till det verkliga, led mig från mörker till ljus, led mig från död (reinkarnation) till odödlighet (frihet från inkarnationstvänet, från första- till andrajaget). Det individuella är förstajaget, och det universella är andrajaget.

<sup>4</sup>Detta var en kollektiv bön för mänskligheten, ty de i högsta graden invigda hade redan ingått i enhetsmedvetenheten. ”Bön” var vibrationer, som slungades ut i emotionalvärlden för att väcka dem som kunde nås av dessa. Bön blev en tankeform i mentalvärlden för sökare, som hade möjlighet att kontakta den i sin övermedvetenhet. Bön kunde därmed vara till hjälp för Augoeides i hans strävan. Bön var de ”upplystas” strävan till kontakt med Augoeides. ”Ständiga bönen” var mystikernas sätt att öva medvetenhetskontroll.

<sup>5</sup>När invokationens och evokationens vetenskap, som ännu väntar på att utredas, allmänt förstås, kommer den att ersätta den bön om hjälp som allmänt riktas till gudomen. När mänskligheten eller en väsentlig del av densamma kan uppnå en sådan intensitet i emotionalt och mentalt hänseende, att dessa energier bli starkare än den allmänna dåliga skördens energier, måste enligt Lagen anhållan om ingripande från högre riken leda till resultat. Men detta är möjligt, blott om mänskligheten gör vad på den ankommer. Enligt compensationens lag betinga alla mottagna gåvor ett motsvarande pris. Självskheten kan icke åstadkomma erforderliga förutsättningar. Gudomen begär ingenting för sin del, men den fordrar att mänskligheten blir mänskligare och ordnar sina mellanhavanden så, att riktiga mänskliga relationer uppstå. Detta underlättar högre rikens arbete för mänskliga medvetenhetsutvecklingen.

### ***1.14 Tankens kraft***

<sup>1</sup>Planethierarkien har genom många budbärare sökt klargöra, att människan blir sådan som de tankar hon tänker. Många esoteriska talesätt inskräpa vikten av att tänka rätt. ”Människan blir vad hon tänker.” ”Vad människan tänker i sitt hjärta, sådan är hon.” ”Tankar äro ting.” ”Energi följer tanken.” ”Allt beror på våra tankar.” ”Alla medvetenhetsyttringar ha effekt.” Alltför få tyckas ha begripit detta. Det är dynamiska fantasien, som slår bryggan mellan det lägre och det högre. Instinkten härför finns ofta hos barnen men förstörs genom uppfostrans pedagogiska vishet.

<sup>2</sup>Vi behöva sannerligen icke påverka gudomen med våra s.k. böner. Det borde åtminstone esoteriker kunna inse. Vi hjälpa planethierarkien med våra tankar, hjälpa med att sända ut vibrationer i mentalvärlden för att hjälpa människorna att tänka. Det är den hjälp som behövs. Men så omdömeslösa äro även de som studera esoterik, att de icke begripa tankens makt, betydelsen av att tänka, att fylla mentalvärlden med förnuftiga vibrationer. De flesta må känna sig maktlösa, när det gäller att uträtta något i fysiska världen. De böra då få klart för sig, att de hjälpa genom att tänka, tänka klart och skarpt, tänka om och om igen. Det är detta, som var ursprungliga meningen med den ”ständiga bönen”, den ständiga meditationen. Genom att tänka inarbete vi nya mentalmolekyler i egna och andras hjärnor, molekyler som göra det allt lättare att tänka förnuftigt. Vi förstärka insikt och förståelse i vår undermedvetenhet, vilket vi ha tillgodo i nya inkarnationer, alldeles fränsett den goda sådd vi så genom vår mentala verksamhet.

<sup>3</sup>Människan behöver icke bedja för sitt förstajag. Det tar hennes andrajag (Augoeides) hand om. Hon behöver icke bedja för sitt andrajag. Det tar hand om sig självt. Hon behöver hjälpa sina medmänniskor att övervinna sitt förstajag med dess okunnighet, dess illusioner och fiktioner och genom klara tankar skingra mörkret. Det är en viktig mission för den som kan tänka och meditera. Klara tankar röja upp i mentalvärlden och överförs till dem som kunna taga emot. De okunniga må bedja. Det hjälper dem att befria sig från oro och fruktan och har i det hänseendet en god psykologisk effekt. De som anlita den utvägen, behöva icke vända sig till psykoanalytiker.

### *1.15 Ämnen för meditation*

<sup>1</sup>De ämnen för meditation individen väljer bero på dels hans kunskap om verkligheten och livets mening, dels hans utvecklingsnivå.

<sup>2</sup>Nyttiga ämnen för meditation äro att lära sig skilja på de olika slagen av medvetenhet, lära sig oberoendet, oberördheten av det fysiska, emotionala och mentala, gudomlig likgiltighet för vad som sker med en själv. Komplexen förlora sin makt att påverka eller oroa, fruktan (denna svåra last) försvinner. Man blir öppen, glad och fri och därmed mottaglig för de allt försonande enhetsvibrationerna.

<sup>3</sup>Till alltid nyttiga övningar höra: skilja på huvudsak och bisak, väsentligt och oväsentligt, vad man vet och icke vet, nyttigt och onyttigt, oskadligt och skadligt, oförgängligt och förgängligt.

<sup>4</sup>Vi ha alla våra personliga problem: jagets förhållande till sina höljen och individernas förhållanden till andra och omvärlden. De utgöra vår träningsplats och vår medvetenhets experimentfält, horoskopbestämda i den mån de äga samband med vår goda eller dåliga sådd i föregående inkarnationer, vår tillämpning av livslagarna.

<sup>5</sup>Sålänge mänskligheten befinner sig på lägre emotionalstadiet, där repulsionen (hatet) härskar, tjänar mentala analysen endast till att söndra och fjärma i stället för att upptäcka det enande gemensamma, uppmärksamma fel och brister i stället för alltid förefintliga goda egenskaper, se det sämsta i stället för det bästa. Att mänskligheten därmed motverkar sin egen utveckling, är den för primitiv för att förstå.

<sup>6</sup>Lämpligt meditationsmaterial är att klargöra för sig, att man icke är sina höljen, icke sin organism, icke sina känslor, icke sina tankar, utan att jaget är det som kan iakttaga dessa företeelser.

<sup>7</sup>Man kan meditera över skillnaden mellan jaget i triadhöljet, kausalhöljet med dess intuition, kausala idéinnehåll, och dess tre centra (intelligens-, enhets- och viljecentra) samt Augoeides (som, ifall han får för människan, i "nödlägen" rycker in och "kämpar" för sin skyddsling).

<sup>8</sup>Man kan taga vilket olöst esoteriskt problem som helst och analysera de fakta som ha något samband med detta, tills en vacker dag man får lösningen till skänks från övermedvetenheten.

<sup>9</sup>Det är en god övning för jaget (uppmärksamheten) att studera innehållet i höljena, tankarna i mentalhöljet, känslorna i emotionalhöljet. Därmed frigör sig jaget från identifikation med dessa företeelser, lär sig betrakta dem såsom redskap, lär sig inse, att vad de tycka och vad de vilja är uttryck för den allmänna okunnigheten och omdömeslösheten, ty något annat är icke möjligt för förstatriaden. Såsom förstajag är individen avskuren från 46 allt högre världar utan möjlighet att förstå dessa, förstå livets mening, uppnå högre världar och riket, såvida han icke får hjälp av någon i femte naturriket, som visar hur han skall bli ett kausaljag i denna eon. Han behöver läras, hur han skall komma i kontakt med Augoeides, och denne måste möta på halva vägen från förstatriaden till andratriaden. Allt detta ha vi fått veta av planethierarkien, och utan denna skulle vi ingenting veta, kunna veta om tillvaron utöver de två lägsta atomvärldarna. Icke en gång yogierna veta mera utan fantisera om "nirvana" (i själva verket mentalvärlden, ty de veta ingenting om kausalvärlden).

<sup>10</sup>De som nyligen tagit del av esoteriken (det är faktiskt ett slags invigning, inträde i verklighetens värld), bruka vara ivriga att få alla nya esoteriska fakta, som om detta betydde framsteg. Men lärarna mena, att det är viktigare att dagligen meditera över det redan inhämtade, så att det inlärdas automatiseras och utlöses spontant. Annars blir det lätt latent och utan effekt i det dagliga livet. Det är också detta som varit den stora bristen med de ockulta sekterna. De ha befriats från fiktionerna och nöja sig därmed. De äro aningslösa om att kunskap medför ansvar för bruk av kunskapen.

<sup>11</sup>Den dagligt förnyade föresatsen att leva "som om" man förverkligat kulturstadiet (attraktionsstadiet), humanitetsstadiet (universella broderskapet), idealitetsstadiet (i kontakt med

Augoeides) medför en oerhörd stimulans för mentalmedvetenheten, och verkan blir ofrånkomlig.

<sup>12</sup>Esoterikern bearbetar dagens erfarenheter men ser aldrig tillbaka. Detaljerna falla vid återblickar bort, och därmed blir betraktelsen en efterkonstruktion, vilket självbiografier, som icke stödjade sig på noggrant förda dagböcker, äro exempel på. För övrigt för knappast någon så utförliga dagböcker, att luckor icke måste utfyllas av det vanligtvis förrädiska minnet. Man lär sig alltså ingenting verkligt av återblickar, varför esoterikern "aldrig ser tillbaka". Som den tankemänniska han är, har han tillräcklig sysselsättning med mentalverksamheten i nuet.

<sup>13</sup>I mångas meditationer förekomma uttrycken "jag är själen" (målet i människoriket), "jag är anden" (femte naturriket) eller "jag är gud" (första gudomsriket). Därmed avses, att individen önskar försätta sig i ett sådant tillstånd, som han tror ett väsen på det stadiet eller i det riket har. Mer exakt vore givetvis att säga, "jag strävar mot kausal- eller essentialstadiet" eller "jag är centrad i kausalhöljet och vill bli medveten i detta".

### *1.16 Levnadskonst*

<sup>1</sup>Till levnadskonst hör förmåga av jämvikt, lugn, oberördhet. Detta förutsätter kontroll av det emotionala med dess impulser och krav, insikt om dess illusivitet med den tjusande och lockande hägringens makt, varpå skönhetens (ofta de innehållslösa formernas) fatala makt är bevis nog.

<sup>2</sup>Till levnadskonst hör att kunna glömma sig själv och sin löjliga obetydlighet, icke syssla med tankar på sig själv, utan hålla medvetenheten sysselsatt med annat. Människorna skulle egentligen ha avverkat allt som emotionalmedvetenheten har att lära och uteslutande kunna leva mentalt och i fysiskt avseende mentalt bearbeta fysiska problem. I stället är deras dagsmedvetenhet i stort sett fylld av emotionalitet. De plåstra med sina emotionala sår lika ihärdigt som med sina fysiska krämpor i stället för att glömma dem. De ha icke insett visheten i den gamle majorens kloka devis: "Ge fan i hur det känns!"

<sup>3</sup>Stoikerna utbildade genom sin ganska omständliga metod ett osårbarhetskomplex, ett orubblighets- och oberördhetskomplex, som gjorde dem oåtkomliga för andras friktioner, irritationer etc. Den omöjliggjorde allt slags fruktan för ödets slag eller andras anslag. Den som vill förvärva ett dylikt komplex, måste dagligen ägna någon tid däråt, tills komplexet blivit så starkt, att det automatiskt träder i funktion vid minsta anledning. Sedan kan man låta det få bli latent. Det finns där och kan lätt aktualiseras, om man anser sig behöva det. Sättet att förvärva komplexet är individuellt och är egentligen enda svårigheten. Föresatser och viljeanspänning måste undvikas. Absoluta vissheten att man skall lyckas är en god tillgång. Halvmedveten själv-suggestion hjälper de flesta. Resten är en fråga om daglig övning och uthållighet. När känslan av absolut oberördhet spontant fyller hela ens varelse vid även mest oväntade "åskslag", är man "färdig". Somliga utmåla i fantasien de mest pinsamma, överväldigande situationer och uppleva därvid oberördheten.

<sup>4</sup>Lidande finns endast i de tre lägsta fysiska och emotionala regionerna (49:5-7, 48:5-7). Med vetenskap härom kan man själv dra en hel del slutsatser. Hagalenskap (begär efter allt fysiskt onödigt) bidrar ej till människans lycka. Identifikation med det som hör till det lägre emotionala är mänsklighetens stora misstag. Viljan till enhet visar vägen till högre rikens gemensamhetsmedvetenhet.

<sup>5</sup>Liksom det är oändligt mycket man icke behöver för sitt fysiska välbefinnande, är det oändligt mycket man icke behöver veta för att vara välorienterad i det som tillhör världs- och livs-åskådning, eget och andras känslor- och tankeliv i det samhälle, vari vi leva. Vi belasta oss i vår okunnighet med allt möjligt "skräp", som vi sedan släpa med oss som en börda genom livet utan att någonsin få någon användning för det. Vi behöva icke belasta vårt minne med sådant som finns lättillgängligt i olika slags uppslagsböcker. Gedigna sådana behöva icke vara (som folk tycks tro) "up to date". Man återfinner det mesta även i hundraåriga verk.

<sup>6</sup>Liksom allt annat har uttrycket "leva i nuet" (icke i minnena eller i framtiden) missförstått.

Det betyder ej, att man skall rusa omkring och jaga efter ögonblickets alla möjligheter. Därmed lever man icke i nuet, snarare hetsar man efter framtida förväntningar.

### ***1.17 Egenskaper och förmågor***

<sup>1</sup>Egenskaper förvärfvas genom daglig meditation och praktik. Den metodiska meditation, som ger förmågor (frigör ekrar i centra), förblir esoterisk, tills individen fått bli lärjunge till någon i planethierarkien.

<sup>2</sup>Det är en god psykologisk regel att anse sig äga egenskaper, som man önskar förvärva. De finnas i det undermedvetna, aktualiseras genom att beaktas och aktiveras genom tilliten. De flesta människors egenskaper utvecklas genom tvingande omständigheter. Det finns en annan metod än livets i regel smärtsamma, och den är att ständigt uppmärksamma dem. Därmed bli de komplex i det undermedvetna.

<sup>3</sup>Alltför många undermedvetna komplex äro skadliga i antingen negativt eller positivt hänseende. De kunna neutraliseras genom förande av motsatta komplex. Det är den av indiska yogier bedrivna meditationens uppgift. Därför behöver man icke resa till Indien eller läsa långa avhandlingar. Komplex formas av uppmärksamheten. I tider av dåliga självsuggestioner stärkas de negativa eller skadliga komplexen. Vilka egenskaper som helst kunna förvärfvas och procentuellt förstärkas genom att beaktas med fastställda mellanrum, helst en gång varje dag.

<sup>4</sup>Viktiga förmågor för esoterikern äro: målmedvetenhet, sinne för proportioner, syntetisering medförande vidgade perspektiv, inklusivitet såsom motsatsen till exklusivitet, öppet sinne för allt, förståelse motverkande kritisk inställning, förmåga av ensamhet, vilken sammanhänger med att leva för sin livsuppgift. Man har helt enkelt ingen tid att slösa bort på onödigheter. Att kunna taga vara på tiden hör med till koncentrationens konst.

<sup>5</sup>Meditation över en egenskap man önskar förvärva har (om den bedrivs på det rätta sättet) ingenting i sig av suggestion, självsuggestion. Man kan icke tvinga sig till, föresätta sig att vara annorlunda än man är. Det blir då, ifall man lyckas, sken och hyckleri.

<sup>6</sup>Man bortser bäst alldeles ifrån att man själv "vill bli sådan". Man kan till exempel begåva sitt ideal med den eftersträfvade egenskapen. Man försätter sin hjälte i allehanda situationer, i vilka han får tillfälle att visa prov på just den egenskapen, och låter sig därvid fyllas av beundran för egenskapen.

<sup>7</sup>Man vill förvärva vänligheten. Man studerar "vänligheten i alla dess former – den svages undfallenhet eller blyghet, världsmannens artiga förbindlighet, helgonets sublimes människovänlighet, som är en blandning av tolerans, tålmod och deltagande."

### ***1.18 Meditera varje dag!***

<sup>1</sup>Det räcker icke med att ha förvärvat livskunskap. Den måste vara levande i dagsmedvetenheten, annars blir den icke bestämmande för vårt tänkande och handlande.

<sup>2</sup>Insikt och förståelse äro latent, när de en gång förvärvats, men därför ingalunda alltid aktuella eller lättåtkomliga. De behöva ständigt på nytt aktualiseras för att alltid göra sig gällande. Det är misstag att antaga, att det räcker med att veta för att kunna förverkliga. Daglig meditation är nödvändig, om man skall kunna lägga om hela sin livsföring och bli oberoende av sina höljens medvetenhets- och energiinnehåll. Särskilt gäller detta, om vi leva i en omgivning, som är okunnig om Lagen och desorienterar oss med sina okunnighetsvibrationer, vilka vi själva enligt gammal vana automatiskt påverkas av.

<sup>3</sup>Det är genom daglig meditation vi befria oss från alltför neddragande påverkan av allmänna opinionens emotionala och mentala vibrationer i våra hithörande höljen.

<sup>4</sup>Det torde vara uppenbart, att människan icke förändras, om hon icke målmedvetet arbetar på att bli annorlunda. Och denna systematiska bearbetning förutsätter daglig meditation. Vi lära mycket litet och mycket långsamt genom inkarnationerna utan metodisk bearbetning av egna

erfarenheterna. Analyser av andras erfarenheter (som många finna intressanta) ge föga behållning, eftersom endast jaget självt förfogar över det erforderliga materialet. Ånger och ruelle etc., som teologerna föreskriva, är däremot så psykologiskt förvänt som endast teologer kunna utpekulera. Energi följer tanken och förstärker tanken. Genom att ångra sina fel skänker man dem den uppmärksamhet de behöva för att bli förstärkta och outrotliga.

<sup>5</sup>Det är genom den dagliga meditationen över de ideer, som individen vill göra till bestämmande maktfaktorer i livssyn och handlingsliv, som "egenskaper" förvärvas och i allt högre procent. Utan daglig meditation går ideernas makt förlorad. De s.k. föresatser, de flesta nöja sig med, förbli verkningslösa, om de ej bli föremål för meditation.

<sup>6</sup>Jaget identifierar sig med sina höljen och tror sig vara dessa. Men eftersom jaget faktiskt icke är sina höljen, uppkomma förr eller senare motsättningar mellan jaget och dess höljen, motsättningar mellan det fysiska, det emotionala, det mentala och det kausala. Därtill komma motsättningarna mellan individerna. Så nog lever jaget en splittrad tillvaro. Det är jagets uppgift i människoriket att övervinna dessa motsättningar. Lättast sker detta med insikten, att jaget icke är sina höljen och att motsättningen till omvärlden beror på olikhet i utvecklingsnivåer, är oundviklig tills vi ingått i enheten.

<sup>7</sup>När jaget blivit ett andrajag, inser det sina misstag såsom förstajag. Det är genom daglig meditation över dessa problem, som livet blir så ofantligt mycket lättare att leva. Man får daglig påminnelse om hur felaktig härskande livssynen är och att man själv deltar i illusiviteten, automatiskt delar den, tills man genom meditation befriat sig från den. Därtill behövs daglig övning. Annars återfaller man i gamla betraktelsesätten. Individen kan göra om sig själv till det "ideal" han ställt upp för sig såsom rimligt. Men det går endast genom daglig meditation. Den kan vara kort. Men den måste vara daglig.

<sup>8</sup>Man blir det man känner och tänker. Tillhöra dessa medvetenhetsyttringar lägre nivåer, dras vi ner till dessa och förbli däri. Vill man högre, får man också tänka de tankar som tillhöra det högre.

<sup>9</sup>De flestas dag fyller medvetenheten med fysiska livets mångahanda bestyr, så att föga tid blir över för någon stilla meditation. Det är en god vana att börja dagen med ett tänkespråk eller dylikt och inskräpa det i minnet, så att det liksom blir ett för dagen bestående direktiv. Därtill behöva icke åtgå många minuter.

<sup>10</sup>Det är mycket välgörande för både "kropp och själ" att vi åtminstone någon minut varje dag uppleva det stora lugnet.

### ***1.19 Lev i meditation!***

<sup>1</sup>I mystiken kan man konstatera, att i vårt mesta tänkande ligger ett önsketänkande, om än oavsiktligt, och detta har man kallat "ständiga bönen". Mystikens kritiker ha menat, att detta är oförenligt med esoterikernas intensiva uppmärksamhet i nuet. Men lärjungen får lära sig, att jagets uppmärksamhet kan samtidigt vara inriktad på alla de olika slagen av medvetenhet i hans höljen. Det är en svår konst och naturligtvis omöjlig för dem som icke ens förvärvat allmän medvetenhetskontroll.

<sup>2</sup>Genom den "ständiga bönen" mystikern lever i formas en elemental av dessa hängivenhetens energier, och det uppstår ett ömsesidighetsförhållande, som mystikern tar för ett "gudsförhållande".

<sup>3</sup>På humanitetsstadiet, sedan individen icke endast förvärvat verklighets- och livskunskap utan även bemödat sig om att på nytt aktualisera och aktivera helgonstadiets emotionala attraktion, blir föremålet för meditationen icke längre en elemental utan anknnytning till Augoeides. Den "ständiga bönen" ersätts med en kontinuerlig "själskontakt" i den mån uppmärksamheten icke måste befatta sig med andra uppgifter i människans världar. Naturligtvis fordras därtill förmåga av mental kontroll, nödvändig för utestängande av det otal vibrationer från omvärlden, vilka

annars genomströmma höljena och gentemot vilka ”normalindividen” är mer eller mindre värlös eller har att ständigt ersätta med egna känslor eller tankar.

<sup>4</sup>Det ger fasthet i livsföringen att tack vare denna dagliga meditation kunna (som mystikerna uttrycka det) ”hålla tanken ständigt kvar i ljuset” eller förbindelsen öppen med vår Augoeides. Det är levande medvetandet om vår oförlorbara gemenskap med ”gud” eller kosmiska allmedvetenheten, som alla de stora livs genierna, vilken religion de än tillhört, funnit vara det mest effektiva sättet att vara uppmärksam på dagliga livets problem och lösa dem. Vi liksom ställa våra egenskaper och förmågor till Augoeides’ förfogande med genom erfarenhet vunnit förvisning om att han finner mest genialt enkla och omedelbara sättet att tala och handla. I en övermedveten process identifierar sig jaget i triadhöljet med Augoeides i kausalhöljet och dras omärkligt in i det större höljets intelligens- och enhetscentra, vilka efterhand vitaliseras, så att jaget blir subjektivt medvetet i dessa.

<sup>5</sup>Är individen icke så utvecklad, att denna process i verkligheten kan äga rum, så når han snabbast dit genom att leva ”som om” det vore verklighet. Detta ”som om” är levnadskonstens ”trick”. Den ständiga tanken medför förverkligande. I alla händelser blir yttre effekten den bästa möjliga.

<sup>6</sup>I detta sammanhang kan man påminna om, att tankar äro verkligheter, att tankar äro de största krafter som stå till människans förfogande. Det kan icke nog inskräpas, att tanken är det minst förstådda och mest missbrukade verktyget i mänskligheten. Det är tankeinnehållet, som visar människans utvecklingsstadium.

<sup>7</sup>Ett ”fullkomligt liv” (idealet) förverkliga vi, när alla våra tankar äro i överensstämmelse med livslagarna. En andra största livssanning är den, att ”vilja vi att alla människor ska älska oss, måste vi först älska alla människor”. Sådan är ”lagen”. Sedan beror det på nivån, hur väl man lyckas.

### ***1.20 Meditations vanskligheter***

<sup>1</sup>Meditation är självinitierad medvetenhetsaktivitet, och verksamheten faller under aktiveringslagen. I de ockulta sekterna skrivs det mycket om meditation. Det torde observeras, att meditation har effekt och att felaktig meditation kan bli fatal, i alla händelser skada på något sätt. Meditation som ger makt förblir esoterisk, tills individen nått därhän, att han icke kan missbruka makt. Och det är en vis lag, ty annars skulle mänskligheten utrota sig själv.

<sup>2</sup>Meditation har sina stora vanskligheter. Genom meditation förstärker man sin vibrationskapacitet. Men för dem som befinna sig på hatstadiet, förstärkas deras hatvibrationer, och detta ökar deras dåliga sådd.

<sup>3</sup>Meditation måste bedrivas med omdöme och förståelse. För nybörjaren räcker det med fem minuter och för den flera år tränade med en halvtimme. Man måste ha klart för sig, att meditation innebär ett handskande med molekyler och energier och icke endast medvetenhet.

<sup>4</sup>Meditation vitaliserar de eteriska centra som redan äro aktiva. De kunna lätt bli överstimulerade, varvid sjukdomstecken kunna visa sig i de organ som motsvara dessa centra. Särskilt stor är risken, om något av dessa organ icke är fullt friskt. Därtill kommer, att hela nervsystemet utsätts för en oerhörd påfrestning. Men även fullt friska bli ”nervösa” med brist på balans, oförmåga av självbehärskning, och bli icke sällan sömnlösa. Många förstöra genom ovist nit sina hjärnceller med hjärntumörer eller ”vansinne” som följd.

<sup>5</sup>Hathayogafilosoferna ha i allt större utsträckning börjat missionera i västerlandet, sprida sina villoläror i allt vidare kretsar och särskilt förvillade med de riskfyllda andningsövningarna. Esoteriken lär, att eterhöljets centra vitaliseras på enda riktiga sättet genom meditation och mentaldirigerade mentalenergi. Alla andra vitaliseringsmetoder innebära omvägar med ombyggnad av eterhöljet i många följande inkarnationer.

<sup>6</sup>Meditation förstärker tendenser och egenskaper, varvid även de icke önskvärda vitaliseras. Då

dessa icke önskvärda egenskaper i allmänhet visa sig i förhållandet till andra människor, ökas friktionen vid samvaron med ökad irritation i ständig växelverkan.

<sup>7</sup>Med meditation kan man förstärka sin okunnighets fiktioner och illusioner, göra dem svårutrotliga, om icke rentav outrotliga för kommande inkarnationer.

<sup>8</sup>Meditation, som rör sig kring egna fantasier, har tendens att förstärka fikcionalismen och illusionismen. Den ökar självbedrägligheten och egocentriciteten. Meditation är för dem som upphört att vara centrum i sin egen cirkel, som glömma sig själva för andra, för sin livsuppgift.

<sup>9</sup>Det är icke fel att spekulera. Tvärtom böra vi spekulera, ty det är okunnighetens enda sätt att reflektera. Men vi böra alltid klargöra för oss, att det är "tomma" spekulationer och icke antaga, att de äro i överensstämmelse med verkligheten. Det är just detta antagande, som är misstaget i spekuleringen: att taga hugskott för riktiga ideer. Fantasilek är icke exakt tänkande. Allra minst böra vi göra dessa fria fantasier till föremål för meditation, ty därigenom ta de gestalt i det undermedvetna och verka vilseledande i fortsättningen. Genom meditation och ständig upprepning bli de till slut "fixa ideer". Det är dessa tokiga ideer, som göra att alla i något avseende verka "icke riktigt kloka", även de mest högintellektuella. Meditera bör man göra endast sedan man övertygat sig om att "idén" är riktig, problemet är ett verklighetsproblem. Framför allt bör man tillse att man icke "mal tomt", låter "tankarna virvla runt", tills man "lever i ett kaos". Bästa botemedlet är då fysiskt arbete av något slag, promenader eller andra nyttiga kroppsövningar.

<sup>10</sup>Meditation har sina risker, ifall man icke förstår, hur man skall ändamålsenligt bruka de materieenergier som erhållas. Meditation skadar, om motivet ej är önskan att tjäna. Energi följer tanken, och den energien kan stimulera det onda likaväl som det goda. Eftersom meditation i stort sett är en mental process, är motivet av ännu större betydelse. Ifall motivet icke är det rätta, förstärkas de negativa egenskaperna och råkar individen ännu djupare in i illusiviteten och fiktiviteten.

<sup>11</sup>Planethierarkien varnar för meditation med felaktigt motiv: önskan att förvärva krafter, bli märkvärdig och stor. Förstärkes egoismen, eftersträvas egen makt och självhärlighet, kan även den som har ringa kännedom om livslagarna, själv räkna ut oundvikliga följderna härav i nästa inkarnation.

### ***1.21 Esoterisk meditation: allmänt***

<sup>1</sup>Det finns många slag av meditation. De flesta förtjäna icke beteckningen. Många ockulta sekter lära ut speciella meditationsmetoder, som ibland äro direkt skadliga. Esoterikern varnas för dylika, enär ingen av de förefintliga sekterna äger den insikt som erfordras härför. Esoterikern uppmanas vänta med dylika metoder, tills han blivit antagen såsom lärjunge av planethierarkien och av sin lärare erhåller den meditation som bäst lämpar sig för honom och snabbt medför resultat. Läraren åtar sig då att övervaka processen och ansvarar för följderna. "Energi följer tanken", och den okunnige kan icke rätt använda dessa energier. Någon av planethierarkien godkänd allmän meditation har ännu ej fått bli exoterisk.

<sup>2</sup>Esoteriskt räknas koncentration till aspirantstadiet, meditation till lärjungastadiet och kontemplation till kausalstadiet. I riktig meditation är det mentalmolekylerna i hjärnan som arbeta, i kontemplation är det kausalmolekylerna. I riktig kontemplation är jaget i kontakt med kausalmedvetenheten. Det är kontemplation, som ger illumination: upptäckt av kausala ideer, verklighetsideer, platoniska ideer.

<sup>3</sup>Det finns särskilda meditationsövningar för förvärv av medvetenhet i andratriadens mentalatom och anslutna essentialatoms lägsta slag av enhetsmedvetenhet. Dessa övningar meddelas aspiranten, när han blivit antagen till lärjunge. De äro alltid individuella och måste anpassas till egenart, nivå och höljesdepartement.

<sup>4</sup>Esoterisk meditation söker bygga en förbindelse eller bro mellan förstatriadens mentalmolekyl



och andratriadens mentalatom via kausalhöljets intelligenscentrum. Förbindelsen får lärjungen själv bygga ut genom egen meditation efter esoteriske lärarens anvisning om metoden. Metoden, som innebär aktivering av kausalhöljets centra, erhåller lärjungen, när han är färdig för lärjungaskapet. Innan dess skulle han icke rätt kunna använda kunskapen. Kunskap som ger makt är icke för andra än dem som leva för enheten, evolutionen och mänskligheten (något helt annat än vad teologerna kalla att "tjäna gud"). De som förvärvat esoteriskt vetande, borde icke behöva fråga sig, "vad skall jag göra?" Det finns otaliga uppgifter, och envar borde kunna upptäcka någon motsvarande egna förmågan. Det är också vad envar måste göra själv. Det kan ingen annan.

<sup>5</sup>När esoterikern i meditation kan upprepa "förlorade mästardet", ersätter detta de s.k. andningsövningarna. Dylka bli förfelade utan anvisning av ett 45-jag. Leda de till något resultat, blir detta förfelat, fysiskt eller emotionalt, ofta båda delarna. Det är att omdömeslöst experimentera med sådant man icke grundligt förstått. Återigen regeln: gå från det allmänna till det enskilda, ej tvärtom.

<sup>6</sup>Medvetenhetsutvecklingen är en graderad process, symboliskt kallad vandring från mörker till ljus. Varje högre världs "ljus" är av sådan intensitet, att närmast lägre förefaller vara "mörker", och detta genom hela serien allt högre världar till den högsta. Processen inom varje medvetenhetsvärld förefaller vara en steg för steg vidgad uppfattning av hithörande verklighet, ständiga upptäckter av nya fakta. Det sker genom meditation. Men hithörande meditationsmetod (varvid särskilt ögonbrynscentrum stimuleras) kommer länge än att förbli esoterisk. Den utlämnas endast till lärjungar under övervakning av ett 45-jag. En annan förutsättning är att den ökade insikt lärjungen förvärvar omsätts i livet och kommer mänskligheten tillgodo. Meditation och tjänande måste alltid följas åt. Metoden uppvisar tre stadier kallade penetration, polarisation och precipitation jämsides med en träning i telepati. Penetration innebär genomlysning av "problemet", polarisation faktums insättande i det riktiga sammanhanget och precipitation den vunna insiktens praktiska förverkligande, förutsättning för fortsatt "uppenbarelse".

<sup>7</sup>Liksom alla andra medvetenhetsprocesser med ökad expansion möjliggöres denna process genom individualmedvetenhetens delaktighet i kosmiska gemensamhetsmedvetenheten.

<sup>8</sup>Ett exempel på vad slags meditationer lärjungar till planethierarkien uppmanas till framgår av följande uppgift D.K. gav en "elev", som hade tre av sina höljen tillhörande första departementet. Den avsåg rörelseaspekten ("viljan") och denna aspekts förnämsta representant, planetregeringen. Han ombads reflektera över "viljans problem i alla dess relationer" såsom ändamål, sådant detta visar sig i planeten, sådant det verkar i människans liv, relationen mellan hans egen vilja och Augoeides' plan med hans liv och denna plans förhållande till "gudomliga viljan", hans kausala vilja till hans gruppvilja, denna gruppviljas förhållande till hierarkiens vilja och dennas till regeringsviljan.

<sup>9</sup>För kuriositetens skull må symboliska talesättet "vilja, veta, våga, tiga" anknytas till centra: vilja = bascentrum, veta = ögonbrynscentrum, våga = navelcentrum, tiga = sakralcentrum. Det kan vara ett lämpligt ämne för meditation. Den som löst problemet och kan förverkliga insikten, står på gränsen till kausalstadiet.

## ***1.22 Syften med esoterisk meditation***

<sup>1</sup>Syften med esoterisk meditation äro att förvärva "själsbehärskning" (kausala energiens dominans), lära sig konsten att tjäna (förutsätter vilja till enhet, livserfarenhet och levnadsvishet), förvärva kausal och essential medvetenhet, hjälpa planethierarkien i dess arbete.

<sup>2</sup>Esoterisk meditation kan också sätta oss i förbindelse med vår Augoeides, med planethierarkien, förena oss med våra medmänniskor, alla tre samtidigt.

<sup>3</sup>Esoteriskt sett är meditation i första hand erforderlig för att dagligen inskräpa vikten av enhetssträvan, så att vi sträva att förverkliga insikten, att vi alla utan undantag utgöra en enhet

och att utan denna insikt och dess förverkligande det aldrig kan bli fred på jorden. ”Vilja till enhet” måste bli bestämmande motivet för allt handlande, alldeles oberoende av andras inställning. Genom meditation sända vi denna enhetstanke ut i mentalvärlden och underlätta för oss själva att tillämpa denna mest fundamentala av alla livslagar: enhetens lag.

<sup>4</sup>I kunskapsordnarna lärdes, att kontakt mellan jaget och Augoeides nås genom dels reflekterande inställning, dels ett osjälviskt tjänande, dels behärskandet av medvetenheten i inkarnationshöljerna, så att de bli fria kanaler för nedströmmande kausalenergi.

<sup>5</sup>Esoterikern söker med sin meditation hjälpa planetregeringen i dess arbete för evolutionen, mänskligheten, allt livs enhet. Varje tanke är en kraft, som kan förstärka de energier som från högre världar strömma ner i lägre. De många små bidragen ha också sin effekt. De förena bidragsgivarna med osynliga band. Såsom massföreteelser underlätta de för deltagarna strävan till enhet.

<sup>6</sup>Meditationsövningarna äro avsedda att göra honom till ett bättre redskap, hans höljen bättre verktyg för jaget och jaget bättre kanal för energierna från planethierarkien. Detta är det enda rätta motivet.

<sup>7</sup>Meditation utför mentala planläggningen, förståelse bringar ner den i det emotionala och kärlek förverkligar den i fysiska världen. Den riktiga filosofien (i framtiden) finner ideerna, religionen (den äkta, i framtiden) väcker förståelsen och kärleken (enheten) utför spontant och automatiskt planen.

### ***1.23 Kontakt, intryck, gemenskap***

<sup>1</sup>Såsom viktiga områden för analys får esoterikern anvisning på innehållet i tre ord: kontakt, intryck, gemenskap.

<sup>2</sup>Kontakt kan avse fysisk kontakt med övermedvetenheten. Förmåga att kontakta medmänniskor är en förmåga, som måste förvärfvas på nytt i varje inkarnation, tills den blir ”medfödd”. Den förstärker flera goda egenskaper (omedelbarhet, enkelhet, attraktionsförmåga etc.). När individen allmänt betraktas såsom ”oemotståndlig”, har han oanade möjligheter att påverka dem han kommer i beröring med och därmed möjlighet att hjälpa andra.

<sup>3</sup>Kontakt med övermedvetenheten förvärfvas genom övning: genom att ständigt rikta uppmärksamheten på vad man vet om det kausala och essentiala med önskan att kontakta dessa slag av medvetenhet formas omedvetet en kontaktlinje till kausalhöljets två motsvarande centra, vilka därifrån tillföra materia, som kan tillgodogöras, om individen är villig att använda den på rätt sätt.

<sup>4</sup>De tre företeelserna kontakt, intryck (själsintryck), gemenskap (relationskap) höra intimt samman. Intryck är medvetenhetens reaktion på inre kontakt och yttre förbindelser. Förmågan att rätt uppfatta intryck är förutsättningen för att lösa psykologiska problemen. Förmågan att göra intryck på andra, så att de kunna mottaga den hjälp man kan ge, hör med till den utrustning, som är medfödd hos pedagoger, och medför varaktig själsgemenskap.

<sup>5</sup>De tre företeelserna äro av betydelse för jagets inställning till omgivningen även sedan människan lämnat sina två fysiska höljen. Mänsklighetens stora massa, som aldrig odlat andra än fysiska intressen och alltså är främmande för överfysiska företeelser och problem, befinner sig på det stora hela i ett beklagansvärt tillstånd av total förvirring i emotionalvärlden. De förstå ingenting av vad de se och höra, sakna möjlighet till orientering och veta ej vad de ska göra av sin vistelse i denna värld. Esoterikern däremot har outtömliga tillfällen till psykologiska studier av människornas känslreaktioner och värdelösheten av medhavda illusioner och fiktioner. Han kan hjälpa dessa livsokunniga till nödtorftig förståelse av livet i denna eljest obegripliga värld. Spiritisternas fiktion, att de avlidnas ”andar” plötsligen blivit allvetande etc. och förkunna idel vishet (då allt som sägs i själva verket är idel eftersägning av vad andra trott och sagt), är deras religion och således obotlig. Men vad gör det? I nya inkarnationer få de tillfällen att lära sig något

förnuftigare.

### *1.24 Den stora åkallelsen*

<sup>1</sup>Följande är planethierarkiens (andra departementets) nya formel för lärjungar, avsedd även för hela mänskligheten. Den är en syntes av emotional och mental meditation, avsedd att förena de hundratusenden esoteriker, som varje dag delta med planethierarkien att bygga upp en mäktig ”tankeform” inklusive ”ackumulator” av mental, kausal och essential energi till mänsklighetens hjälp. Den gemensamma formeln (mantra) lyder:

<sup>2</sup>From the point of Light within the Mind of God  
Let light stream forth into the minds of men.  
Let Light descend on Earth.

<sup>3</sup>From the point of Love within the Heart of God  
Let love stream forth into the hearts of men.  
May Christ return to Earth.

<sup>4</sup>From the centre where the Will of God is known  
Let purpose guide the little wills of men –  
The purpose which the Masters know and serve.

<sup>5</sup>From the centre which we call the race of men  
Let the Plan of Love and Light work out  
And may it seal the door where evil dwells.

<sup>6</sup>Let Light and Love and Power restore the Plan on Earth.

(Från ljusets punkt i guds tanke  
Låt ljus strömma ned i människors sinne.  
Låt ljus stiga ned på jorden.

Från kärlekens punkt i guds hjärta  
Låt kärlek strömma ned i människors hjärtan.  
Låt Christos åter framträda.

Från det centrum där guds vilja är känd  
Låt avsikt leda människors lilla vilja,  
Den avsikt lärjungar veta och tjäna.

Från mänsklighetens centrum  
Låt kärlekens och ljusets plan förverkligas  
Och må den sluta porten, där ondskan dväljs.

Låt ljus och kärlek och kraft förverkliga planen på vår jord.)

<sup>7</sup>Att tillägga är, att Christos' återuppträdande betyder planethierarkiens, att även medlemmar av planethierarkien äro lärjungar (alla) till ännu högre jag hela vägen upp till högsta kosmiska värld, att med ”guds tanke” avses solsystemets kollektivmedvetenhet, med ”guds hjärta” planethierarkien, med ”guds vilja” planetregeringen, med ”mänsklighetens centrum” alla människor av ”god vilja”.

Ovanstående text utgör uppsatsen *Meditation* av Henry T. Laurency. Uppsatsen ingår i boken *Livskunskap Ett*.

Första upplagan 1986, andra upplagan 2011.

Copyright © Förlagsstiftelsen Henry T. Laurency 1986 och 2011.