

**ALICE A. BAILEY**

**FRA INTELLEKT  
TIL INTUITION**



Alice A. Bailey

*Udkommet på dansk:*

Nationernes Skæbne, 1982  
En kompilation om seksualitet, 1988  
Esoterisk Psykologi, bind I, 1989  
Døden – det store eventyr (kompilation), 1990  
Blændværk – et verdensproblem, 1991  
Hierarkiets fremtræden, ashramernes eksternalisering, 1992  
Esoterisk Psykologi, bind II, 1993  
Kristi Tilsynekomst, 2. udgave, 1994  
Undervisning i den nye tidsalder, 2. udgave, 1994  
Herkules' arbejder, en astrologisk fortolkning, 1995  
Fra intellekt til intuition, 1995  
En afhandling om Kosmisk Ild, 1996  
Telepati og det æteriske legeme, 2. udgave, 1996  
Stof til eftertanke (kompilation), 1996  
Den syvende stråle (kompilation), 1997  
Breve om Okkult Meditation, 1997  
Sjælen, livets kvalitet (kompilation), 1998  
Sjælens lys, Patanjalis Yoga Sutraer, 1998  
En afhandling om Hvid Magi, 2. udgave, 1998  
Sindslidelser (kompilation), 1998  
Strålerne og Indvielserne, 1998  
Menneskehedens problemer, 1999  
Discipelskab i den nye tidsalder, bind I, 1999  
De syv stråler (kompilation), 1999  
Indvielse, menneskelig og solar, 2. udgave, 2000  
Karma og Dharma (kompilation), 2000  
Reinkarnation (kompilation), 2001  
Fra Betlehem til Golgata, Jesu indvielser, 2001  
Tjeneste for menneskeheden (kompilation), 2002  
Esoterisk Astrologi, 2. udgave, 2003  
Discipelskab i den nye tidsalder, bind II, 2004  
Esoterisk Healing, 2. udgave, 2007

Alice A. Bailey

# Fra intellekt til intuition

ESOTERISK CENTER FORLAG

*Fra intellekt til intuition*

Originaltitel: From Intellect to Intuition

© Copyright 1960 by Lucis Press Ltd., Genève, London, New York

Dansk udgave © Esoterisk Center Forlag 1995

Trykt hos Narayana Press, Gylling

ISBN 87-88365-24-7

Oversættelsen er et gruppearbejde

[www.shop-ecf.dk](http://www.shop-ecf.dk)

[info@shop-ecf.dk](mailto:info@shop-ecf.dk)

# Indholdsfortegnelse

	Side
<u>1. KAPITEL</u> Indledende tanker. ....	<u>7</u>
<p>Den nuværende krise. Mental træning i Øst og Vest. To grupper af tænkere, de videnskabeligt tænkende og mystikerne. Deres syntese.</p>	
<u>2. KAPITEL</u> Hensigten med uddannelse. ....	<u>19</u>
<p>Uddannelsens blindgyde. Oplæring af masserne og individuel udvikling. Uddannelsens opgave. Fremkomsten af det virkelige menneske. Rådigheden over et intuitivt princip.</p>	
<u>3. KAPITEL</u> Sjælens natur. ....	<u>37</u>
<p>Hvad er sjælen? Den menneskelige mekanismes natur. Dens forhold til den »dybere væren«.</p>	
<u>4. KAPITEL</u> Meditationens mål. ....	<u>47</u>
<p>Forskellen mellem meditation og bøn. Menneskesindet som åndsevne. Dets anvendelse i relation til intuitionen. Instinkt, intellekt, intuition og illumination.</p>	
<u>5. KAPITEL</u> Meditationens stadier. ....	<u>63</u>
<p>Mental og følelsesmæssig tilpasning. De fem stadier fra intellektet til intuitionen: koncentration, meditation, kontemplation, illumination og inspiration. Brugen af symboler og billeddannelse.</p>	

**6. KAPITEL**  
**Meditationens stadier (*fortsat*)**..... **83**

Udfoldelsen af bevidst erkendelse. Passiv og aktiv bevidsthed. Sindets to aktiviteter. Sanserne og virkeligheden.

**7. KAPITEL**  
**Intuition og illumination**..... **103**

Det oplyste intellekt, intuitiv opfattelse og inspireret liv. Sinds-bevidsthed om den »dybere væren«. Intuition defineret. Sjæl, sind og hjerne koordineret. Virkeliggørelsen af det femte naturrige.

**8. KAPITEL**  
**Meditationens universelle karakter**..... **123**

Tidsaldrenes vidnesbyrd. Mystikere og vidende. Forening eller »enhedsskabelse« med den »dybere væren«. Teknikkens ligheder. Den tibetanske, kinesiske, hinduistiske, sufierne og den kristne metode.

**9. KAPITEL**  
**At meditere**..... **137**

Vor vestlige civilisation og meditation. Sanserne, kirtlerne, hjernen og sindet. Nogle praktiske meditationsregler. Nogle meditationsformer.

**10. KAPITEL**  
**Behovet for forsigtighed**..... **163**

Ideernes verden. Meditationens farer, blændværk, overstimulering, fejlagtig registrering af fænomener. Illusionens verden. Rigtig kontrol gennem den »dybere væren«, berørt intuitivt.

**Afslutning**..... **181**  
**Register**..... **185**

# 1. KAPITEL

## Indledende tanker

»Den videnskabelige metode er – hvis der ses bort fra en synsvinkel, der er agnostisk og pragmatisk – derfor i sig selv ufuldstændig og utilstrækkelig: For at komme i forbindelse med virkeligheden kræver den et fuldstændiggørende supplement af metafysisk eller lignende art.«

JOSEPH MARÉCHAL, S. J.

Den nuværende udbredte interesse for emnet meditation er et vidnesbyrd om en verden, som har behov for en klar forståelse. Der hvor vi finder en målrettet og vedvarende folkelig tendens i en eller anden bestemt retning, er det forsvarligt at antage, at der vil opstå det som menneskeheden har behov for på sin videre færd. At meditation af dem som bruger ordene upræcist bliver anset for at være »en form for bøn« er – desværre – sandt. Men det kan påvises, at der igennem den rette forståelse af meditationsprocessen og dens rette tilpasning til vor moderne civilisations behov vil blive fundet en løsning på den nuværende uddannelses blindgyde og metoden, hvorved sjælen som et faktum vil blive fastslået – dette levende noget som vi i mangel af et bedre udtryk kalder »sjælen«.

Formålet med denne bog er at behandle meditationens natur og dens sande betydning samt dens udbredte anvendelse i Vesten. Det fastslås, at den efterhånden vil kunne supplere de nuværende metoder til hukommelsestræning og vise sig at blive en vigtig faktor i moderne undervisning. Det er et emne som har lagt beslag på opmærksomheden hos Østens og Vestens tænkere i tusinder af år, og denne parallelle interesse er i sig selv betydningsfuld. De kommende udviklingstendenser, som vil bære menneskeheden videre frem mod stadig større udvidelser af sin bevidsthed, går helt bestemt i retning af syntese. Væksten i menneskelig viden kan kun finde sted gennem sammensmeltningen af Østens og Vestens mentale træningsteknik-

ker. Det sker allerede i hurtigt tempo, og det er ved at gå op for tænkere i både Øst og Vest, at denne sammensmeltning leder frem mod et meget afgørende resultat. Edward Carpenter siger:

»Det synes som om vi er nået til en tid, hvor en stor syntese af al menneskelig tænkning – gennem udbredelsen af vor viden ud over kloden – helt selvfølgelig og uundgåeligt er ved at finde sted. ... Ud af denne samling af delelementer er der allerede ved at vise sig et sløret omrids af en filosofi, som ganske bestemt vil dominere den menneskelige tænkning i en lang periode.« (Carpenter, Edward, *The Art of Creation*, s. 7).

Det er her menneskehedens herlighed og håb og videnskabens enestående triumfer ligger gemt. Vi er nu ét folk. Arven fra alle racer er tilgængelig for enhver, århundreders bedste tanker er til rådighed for alle, og gamle teknikker og moderne metoder skal mødes og vekselvirke. Vi må alle ændre måden at præsentere tingene på, og alle må vi bestræbe os på at forstå den bagvedliggende ånd, som har frembragt en særlig terminologi og billedverden; men når disse indrømmelser er gjort, vil en sandhedens struktur bryde frem, som vil legemliggøre ånden i den ny tidsalder. Det forstår moderne tænkere. Dr. Overstreet fremhæver at:

»Man har fornemmelsen af at Østens filosofi har haft lille effekt på vestlig tænkning hovedsageligt på grund af sin form. Men efterhånden som den vestlige tænkning – specielt dens eksperimentelle nøgternhed – mærkes i Østen, er der al mulig grund til at tro, at der vil blive indført en ny filosofisk sædvane, og at den østlige tænknings dybe åndelighed vil udtrykke sig på måder, der er mere acceptable for det vestlige sind.« (Overstreet, H. A., *The Enduring Quest*, s. 271).

Begge skoler har hidtil haft en tendens til at modarbejde hinanden, skønt deres søgen efter sandheden har været den samme; interessen for det som er, og det som kan komme, er ikke begrænset til den ene part, og de faktorer, som de hver har måttet arbejde med, har været de samme. Selv om sindet hos Østens tænkere har tilbøjelighed til at forme sig som skabende billeddannelse og hos Vestens tænkende som skabende videnskabeli-



ge landvindinger, er den verden de træder ind i påfaldende ens; det tankens instrument de anvender kaldes for »sindet« i Vesten og »tanke-stof« (chitta) i Østen; begge bruger symbolsprog til at udtrykke deres konklusioner, og begge når de det punkt, hvor ordene viser sig utilstrækkelige til at udtrykke de intuitivt opfattede muligheder.

Dr. Jung, et af de mennesker der søger at bringe de hidtil forskelligartede opfattelser sammen, berører dette i det følgende uddrag fra hans kommentar til et gammelt kinesisk skrift. Han siger:

»Vestlig bevidsthed er slet ikke bevidsthed i bred forstand, men snarere en historisk betinget og geografisk begrænset faktor, der kun er repræsentativ for én del af menneskeheden. Udvidelsen af vor egen bevidsthed burde ikke ske på bekostning af andre former for bevidsthed, men burde foregå gennem udviklingen af de elementer i vor psyke, som er analoge med lignende elementer i en fremmed psyke, på samme måde som Østen ikke kan undvære vor teknik, videnskab og industri. Den europæiske invasion af Østen var en voldspræget handling, og det har forpligtet os til – *noblesse oblige* – at forstå Østens mentalitet. Det er måske endnu mere nødvendigt end vi i øjeblikket fatter.« (Wilhelm, Richard, og Jung, dr. C. G., *The Secret of the Golden Flower*, s. 136).

Dr. Hocking fra Harvard er inde på samme idé, når han siger:

»Der synes at være grundlag for at håbe på en bedre fysisk fremtid for menneskeheden gennem sund mentalhygiejne. Efter at charlatanernes æra er ovre, og til en vis grad ved deres hjælp, synes der at dukke en mulighed op for stadig større selv-forvaltning, efterhånden som den åndelige sans for discipliner som fx yoga forener sig med de sobre elementer i Vestens psykologi og en sund etik. Ingen af dem er meget værd uden de andre.« (Hocking, Wm. E., *Self, Its Body and Freedom*, s. 75).

De der har studeret begge skoler fortæller os, at det mystiske billedsprog i Østen (samt hos eksponenterne for vestlig mystik) kun er et slør, som de der er begavet med den intuitive sansning altid har været i stand til at trænge igennem. Vestens videnskab, der lægger vægt på formens natur, har også ført os ind i intuitionens verden, og det kunne se ud, som om de to veje kan

forenes, og at det vil være muligt for begge at nå frem til et forståelsesgrundlag, når man ser bort fra uvæsentlige ting. Derved udvikler de sig hen imod en ny tilnærmelse til menneskets centrale mysterium, der er baseret på gamle, velfunderede sandheder. Dr. Jung tager endnu engang tråden op:

»Videnskab er det vestlige sinds bedste værktøj, og med dette kan flere døre åbnes, end det er muligt med de bare hænder. Derfor er den en fast bestanddel af vor viden og den skygger kun for vor forståelse, når den gør krav på at være den eneste vej til dyb indsigt. Men det er Østen, der har lært os en anden, bredere, mere dybtgående og højere form for forståelse, nemlig livsforståelse. Vi kender kun vagt denne vej som en tåget tanke hentet fra religiøs terminologi, og derfor sætter vi gladeligt citationstegn om Østens 'visdom' og skubber den fra os, hen i troens og overtroens tussmørke. Men på denne måde bliver Østens 'virkelighed' fuldstændig misforstået. Den består ikke af sentimentale, overdrevent mystiske indskydelser, grænsende til det sygelige, der udgår fra asketisk afsondrethed og forskruede tanker. Østens visdom er baseret på praktisk viden ... som vi ikke har den ringeste adkomst til at undervurdere.« (Wilhelm, Richard, og Jung, dr. C. G., *The Secret of the Golden Flower*, s. 78).

Det er sindets skoling, der er sagens kerne. Det menneskelige sind er tilsyneladende et instrument, som vi er i stand til at bruge i to retninger. En er udadvendt, og i denne måde at fungere på registrerer sindet vore forbindelser til de fysiske og mentale verdener, hvori vi lever, og det erkender følelses- og sanssemæssige forhold. Sindet er registratoren og koordinatoren af vore sanseindtryk, af vore reaktioner og alt hvad der bibringes det via de fem sanser og hjernen. Det er et vidensområde, der er blevet genstand for omfattende studier, og psykologer har gjort mange fremskridt i forståelsen af de mentale processer. »Tænkning«, siger Jung, »er en af de fire fundamentale psykologiske funktioner. Det er den psykologiske funktion, som i overensstemmelse med sine egne love knytter givne fremstillinger sammen i begrebsmæssig sammenhæng. Det er en bevidst, opmærksom aktivitet – både aktiv og passiv. Aktiv tænkning er en viljesakt, passiv tænkning er en hændelse.« (Dibblee, George Binney, *Instinct and Intuition*, s. 85).

Som vi senere skal se, er det tankeapparatet der er involveret i meditation og som ud over sindets førnævnte funktion skal trænes til at kunne vende sig i en anden retning og til at registrere de indre eller u håndgribelige verdener med samme letthed. Denne evne til at nyorientere sig vil sætte sindet i stand til at registrere de subjektive realiteters, den intuitive opfattelses og de abstrakte ideers verden. Det er mystikerens store arv, som indtil videre synes at være uopnåelig for gennemsnitsmennesket.

Problemet som den menneskelige familie i dag står overfor både inden for videnskabens og religionens verden beror på det faktum, at tilhængererne af begge skoler opdager, at han står foran porten til den metafysiske verden. En udviklingscyklus har nået sin afslutning. Mennesket som et tænkende, følende væsen synes nu at være nået frem til et rimeligt mål af forståelse af det instrument, han må arbejde med. Han spørger sig selv: Hvad skal jeg bruge det til? Hvor skal det sind, som jeg langsomt begynder at mestre, føre mig hen?

Hvad har fremtiden at byde mennesket? Noget – føler vi – der er af større skønhed og vished end noget vi hidtil har kendt. Måske vil det blive en omfattende fremkomst af den viden, som den enkelte mystiker har haft. Vore ører er døvet af den moderne civilisations larm, og dog fanger vi til tider de overtoner, som vidner om en verden der er immateriel. Vore øjne er blinde af tågen og røgen umiddelbart foran os, og dog kommer der glimt af klarsyn, som afslører en mere subtil værenstilstand, som får tågen til at lette og lader den »herlighed ind, som aldrig fandtes til havs eller på land«. Dr. Bennett fra Yale udtrykker disse ideer på en meget smuk måde. Han siger:

»En hinde falder fra øjnene, og verden ses i et nyt lys. Intet er længere almindeligt. Der opstår vished om, at *dette* er den virkelige verden, hvis sande karakter menneskelig blindhed hidtil har skjult.

Hvis ej kredsløbene er formørkede,  
og vore stivnede tanker svæver –  
ville vi høre vingeslagene  
slå på vore tilklinede døre.  
Englene beholder deres ældgamle boliger;  
vend blot en sten og rør dine vinger!  
Thi det er dig – dit fremmedgjorte ansigt,  
der ikke ser alverdens herlighed.

Oplevelsen er i første omgang pinefuld, lokkende. Der er toner fra en ny verden, og ånden er ivrig efter at rejse på de fremmede have. Den kendte verden må forlades. Religionens store eventyr begynder. ...

Et eller andet sted må der være et vishedspunkt. Et voksende univers tilbyder en åben fremtid, men den som erklærer, at universet vokser, fastslår en urokkelig kendsgerning om dets struktur, en kendsgerning som er den evige garanti for muligheden for og gyldigheden af eksperimenter. ...

Mennesket er en bro. Selv overmennesket viser sig blot at være en bro, når vi bliver klar over, at det kun er et symbol på det vanskeligt opnåelige ideal. Vor eneste forsikring er, at fremtidens porte altid er åbne.« (Bennett, Charles A., *A Philosophical Study of Mysticism*, s. 23, 117, 130).

Måske består problemet netop i, at fremtidens porte synes at åbne sig mod en immateriel verden og mod et rige der er uhåndgribeligt, metafysisk, oversanseligt. Vi har næsten udtømt ressourcerne i den materielle verden, men vi har endnu ikke lært at fungere i en ikke-materiel verden. Til tider benægter vi endda dens eksistens. Vi bliver stillet over for den uundgåelige oplevelse, vi kalder døden, og foretager os alligevel ikke noget rationelt for at forvise os om et eventuelt liv på den anden side. Evolutionens fremskridt har frembragt en vidunderlig menneskehed, udstyret med et følsomt reagerende sanseapparat og et ræsonnerende sind. Vi besidder rudimenterne af en sans, vi kalder intuition, og således udstyret står vi foran fremtidens porte og stiller spørgsmålet: »Hvad er formålet med denne sammensatte, indviklede mekanisme, vi kalder et menneske?« Har vi nået vor fulde udvikling? Er der nuancer af livets meningsfylde, som hidtil er undgået vor opmærksomhed, og er de undsluppet vor opmærksomhed, fordi vi besidder endnu urealisere-

de latente kræfter og evner? Er det muligt, at vi er blinde for en umådelig verden af liv og skønhed, en verden med egne love og fænomener? Mystikere, seere og tænkere fra alle tidsaldre og fra begge hemisfærer har fortalt os, at der eksisterer en sådan verden.

Udstyret med det, vi kunne kalde personligheden, står mennesket med fortiden bag sig i en nutid fuld af kaos – og med en fremtid han ikke kan se ind i. Han kan ikke blive stående. Han må gå fremad, og de store organisationer for uddannelse, videnskab, filosofi og religion gør alle deres yderste for at fortælle ham hvilken retning han skal gå, og for at præsentere ham for en løsning på hans problemer.

Det som er statisk og krystalliseret falder til sidst fra hinanden, og dér hvor væksten hæmmes indtræffer der abnorme tilstande og tilbageskridt. Nogle har sagt, at vi må undgå faren for den »desintegrerende personlighed«. Hvis menneskeheden er magtesløs, hvis mennesket har nået sit højdepunkt og ikke kan komme videre, så bør det erkende dette faktum og gøre sit forfald og sin undergang så let og smuk som mulig. Det er opmuntrende at konstatere, hvordan de slørede konturer af porten til den ny tidsalder blev anet i 1850, og hvordan tænkerne var overbevist om, at mennesket kunne lære sin lektie og bevæge sig fremad. Læs Carlyles ord og bemærk hvor godt de passer til nutiden.

»I vore dage standser selv tåber op for at spørge om meningen med det hele; kun få menneskegenerationer har oplevet mere begivenhedsrige dage. Dage fulde af ulykke, splittelse, sammenbrud og ødelæggende kaos. ... Et spinkelt håb er ikke tilstrækkeligt for os, sådan som verdens sammenbrud tager sig ud for vore øjne ... så altomfattende. Der *må* en ny verden til, hvis der overhovedet skal blive tale om en verden. At mennesker i Europa nogensinde skulle kunne vende tilbage til de gamle triste rutiner og videreføre dem med et vist mål af stabilitet og kontinuitet – dette spinkle håb er ikke længere holdbart. Nutidens universelle død må blive til nutidens universelle genfødsel, hvis ikke sammenbruddet skal blive totalt og endeligt. Tiden er inde til, at selv det mest indskrænkede menneske overvejer hvorfra han er kommet og hvor han skal hen.« (Jacks, L. P., *Religious Perplexities*, s. 46).

Ser vi tilbage på de halvfjerds eller flere år der er gået siden Carlyle skrev disse ord, ved vi nu, at menneskeheden ikke holdt op med at bevæge sig fremad. Elektricitetens tidsalder blev indvarslet og videnskabens vidunderlige resultater i vor tid kendes af alle. Vi kan derfor nu med optimisme – i en tid fuld af nye kriser – gå modigt fremad, for portene til den ny tidsalder ses nu langt tydeligere. Måske er det også sandt, at mennesket først nu er ved at blive myndigt og er ved at bemægtige sig sin arv og inden i sig selv opdage kræfter og evner, muligheder og tendenser, som er garant for en livskraftig og nyttig menneskehed – og for evig eksistens. Vi er ved at afslutte det stadium, hvor vægten er blevet lagt på mekanismen, på den totale sum af celler, der tilsammen udgør kroppen og hjernen, med deres automatiske reaktion på nydelse, smerte og tanke. Vi ved meget om mennesket, maskinen. Den mekanistiske skoles psykologer har bragt os i dyb taknemmelighedsgæld på grund af deres opdagelser vedrørende det apparat, hvormed et menneskeligt væsen kommer i kontakt med omgivelserne. Men der findes *mennesker* omkring os, mennesker som ikke blot er maskiner. Vi har ret til at måle vore maksimale evner og vor potentielle storhed i forhold til de resultater, de bedste blandt os har opnået; disse »store« er ikke kuriøse produkter af guddommelige luner eller af blind evolutionær tilskyndelse, de er i sig selv garantien for det maksimale, helheden kan opnå.

Irving Babbitt bemærker, at der er noget i menneskets natur, »som helt enkelt adskiller det som menneske fra andre dyr, og dette noget definerer Cicero som en 'sans for orden, sømmelighed og afpasning af handlinger og ord'.« (Babbitt, Irving, *Humanism: An Essay at Definition*). Babbitt tilføjer (og det er værd at lægge mærke til), at »verden ville have været et bedre sted at være, hvis flere mennesker havde skaffet sig vished for, at de var sande mennesker, før de havde stilet efter at blive overmennesker.« (*Ibid.*). Der er måske et mellemstadium, hvor vi fungerer som mennesker, opretholder vore menneskelige forbindelser, udlever vore umiddelbare forpligtelser og på denne måde fuldender vor midlertidige skæbne. Spørgsmålet i denne forbindelse er, om et sådant stadium overhovedet er generelt

muligt nu, hvis vi betænker, at der er millioner af analfabeter på vor planet i vor tid.

Men samtidig med denne tendens hen imod ren humanisme og tendensen væk fra ensretningen af det enkelte menneske dukker en gruppe op vi kalder for mystikere. De vidner om en anden erfaringsverden med andre kontakter. De bærer vidnesbyrd om en personlig virkeliggørelse, om en manifestation i fænomenernes verden og om en tilfredshed, gennemsnitsmennesket ikke kender til. Som dr. Bennett siger, »mystikerne selv har beskrevet fænomenet som en evne de har til at gennemskue universets mening, til at se hvorledes alt hører sammen. De har fundet nøglen«. (Bennett, Charles A., *A Philosophical Study of Mysticism*, s. 81). Ned gennem tiderne er de stået frem og har samstemmende erklæret: Der er endnu et rige i naturen. Dette rige har sine egne love, sine egne fænomener og sine egne indre forhold. Det er åndens rige. Vi har fundet det, og du kan også forsikre dig om dets natur. Disse vidner falder i to grupper: For det første den rent mystisk og emotionelt søgende, som ser visionen og som i illumineret ekstase kaster sig ned foran den skønhed, han har sanset, og for det andet, de som véd, de som til den følelsesmæssige henrykkelse har føjet en intellektuel indsats (en orientering af sindet), der sætter dem i stand til mere end blot at sanse og nyde. De forstår, de ved og de identificerer sig med den ny verden af væren, som den rene mystiker rækker ud efter. Grænselinjen mellem disse kendere af guddommelige forhold og de som sanser visionen er hårfin.

Der er imidlertid et ingenmandsland mellem de to grupper, hvor der finder en betydningsfuld overgang sted. Der er et erfarings og udviklings mellemspil, som forandrer den visionære mystiker til den praktisk vidende. Der findes en proces og en teknik, som mystikeren kan gå ind i og som vil koordinere ham og udvikle en ny og fintmærkende mekanisme i ham, ved hvis hjælp han ikke længere *ser* visionen af guddommelig virkelighed, men med sig selv véd, at han *er* denne virkelighed. Meditationsteknikken drejer sig netop om denne overgangsproces og med denne skoling af mystikeren. Det er hvad vi beskæftiger os med i denne bog.

Problemet med at lede mennesket til sin arv som menneskeligt væsen er lærernes og psykologernes opgave. De må føre det hen til døren til de mystiske verdener. Det kan lyde paradoksalt, men det er religionens og videnskabens opgave at lede mennesket videre frem til dets åndelige arv. Dr. Pupin fortæller os, at »videnskab og religion supplerer hinanden, de er de to søjler i den portal hvorigennem den menneskelige sjæl træder ind i den verden, hvor guddommeligheden bor«. (Pupin, Michael, *The New Reformation*, s. 217).

Lad os give ordet »åndelig« en bred betydning. Jeg taler ikke her om religiøse sandheder. Teologernes og præsternes formuleringer i alle de store religiøse organisationer, både i Øst og Vest, er måske eller måske ikke sande. Lad os bruge ordet »åndelig« til at betegne den verden af lys og skønhed, af orden og hensigt, som verdens store skrifter taler om, den verden som er genstand for videnskabsmændenes omhyggelige undersøgelse og som den menneskelige families foregangsmænd altid er trængt ind i og vendt tilbage fra med beretninger om deres oplevelser. Lad os betragte alle livsmanifestationer som åndelige og på denne måde udvide dette ords sædvanlige betydning til at betegne de energier og potentialer som ligger bag enhver form i naturen og som giver hver eneste af dem deres forskellige karaktertræk og kvaliteter. Over hele planeten har mystikere og vidende i tusinder af år båret vidnesbyrd om erfaringer i finere verdener, hvor de er blevet bragt i kontakt med kræfter og fænomener, som ikke er af denne fysiske verden. De taler om møder med engleskarer; de refererer til den store skare af vidner; de omgås fortroligt med menneskehedens ældre brødre, der arbejder i andre dimensioner og demonstrerer kræfter, som almindelige mennesker ikke kender noget som helst til; de taler om lys og herlighed, direkte kendskab til sandheden og en verden af fænomener, som er ens for alle racers mystikere. At mange af vidnesbyrdene må forkastes fordi de bunder i hallucinationer er sikkert sandt, at mange af de gamle helgener var psykopatiske tilfælde og neurotikere er sikkert også rigtigt, men tilbage står stadig en rest af vidnesbyrd og et tilstrækkeligt antal troværdige vidner, der understøtter disse vidnesbyrd, hvil-



ket tvinger os til at tro på, at de er sande. Disse vidner til den usynlige verden talte med magtfulde ord og videregav budskaber, der har formet menneskers tanker og styret millioners liv. De hævdede, at der fandtes en videnskab om åndelig indsigt og en teknik til udvikling, hvorved mennesker kunne opnå den mystiske oplevelse, og hvorigennem de kunne kende Gud.

Det er denne videnskab vi vil studere i denne bog, og denne teknik vi vil søge at redegøre for. Det handler om sindets rette brug, hvorved sjæleverdenen vil åbenbare sig og den hemmelige dør blive fundet og åbnet, den dør som fører fra mørke til lys, fra død til udødelighed og fra det uvirkelige til det virkelige.

Den endelige løsning på vort verdensproblem ligger i vor tilgang til denne viden – en viden der hverken er østlig eller vestlig, men som kendes begge steder. Når vi har gjort fælles sag med Orienten og har forenet de bedste tanker fra Østen med de bedste fra Vesten, vil vi få en sammensmeltet og afbalanceret lære, som vil befri de kommende generationer. Det må begynde på uddannelsens område og med de unge.

I Vesten har bevidstheden været fokuseret på livets materielle aspekter, og al vor mentale kraft har været koncentreret om kontrollen med og udnyttelsen af materielle ting, fuldkomngørelsen af fysisk velvære og ophobningen af besiddelser. I Østen, hvor de åndelige realiteter er blevet holdt i hævd, er mental kraft blevet anvendt til koncentration og meditation samt til dybe filosofiske og metafysiske studier, men folkemasserne, der ikke har været i stand til dette, er blevet ladet tilbage i en mærkelig og aldeles rædselsfuld tilstand set ud fra de fysiske levevilkår. Gennem blandingen af de to civilisationers resultater (som pågår med stadig større hast) vil der nu blive opnået en balance, hvorved menneskeheden som helhed vil blive i stand til at demonstrere sin fulde styrke. Både Øst og Vest er gradvist ved at lære at låne fra hinanden til gensidig fordel, og arbejdet på dette område er en af de fundamentale og nødvendige opgaver i den nuværende cyklus.



## 2. KAPITEL

### Hensigten med uddannelse

»... uddannelse undergår en vigtig forvandling. Fra at være en forholdsvis udvendig proces med at påfylde konkret viden, bliver den nu i stadig større grad en proces, der fremkalder de dybere, skabende muligheder hos den enkelte.«

H. A. OVERSTREET

Blandt de mange faktorer, som har bragt menneskeheden frem til dens nuværende udviklingsstade, er væksten i og den stadige forbedring af undervisningsmetoder og -systemer. Denne udvikling lå først i hænderne på de organiserede religioner, men nu er den praktisk talt adskilt fra de religiøse institutioners kontrol og varetages af staten. Før i tiden var uddannelse i vid udstrækning farvet af teologi, og metoderne blev dikteret af kirkefolk og præster. Nu bliver hovedparten af lærerne oplært af staten; enhver tendens til religiøsitet ignoreres på grund af de mange forskellige religiøse retninger, og tendensen i uddannelsen er altovervejende materialistisk og videnskabelig. Både i Øst og Vest har vi før i tiden haft en uddannelse af højere udviklede medlemmer af den menneskelige familie. I dag har vi uddannelse af masserne. Hvis vi vil nærme os en forståelse af fremtiden og (som vi tror) af højere uddannelse, må vi have de to kendsgerninger in mente, for det vil være i en syntese af de to metoder – individuel uddannelse og uddannelse af masserne – religiøs og videnskabelig – at løsningen skal findes.

Ligesom alt andet i denne overgangsfase undergår vore uddannelsessystemer til stadighed forandringer. Overalt er der en generel fornemmelse af, at der er gjort meget for at højne menneskets mentale niveau, men den er parret med en dyb understrøm af utilfredshed med resultaterne. Vi stiller spørgsmål ved, om vore uddannelsessystemer virkelig opnår det bedst mulige. Vi anerkender de store fremskridt, der er gjort gennem de sidste

to hundrede år, og alligevel spørger vi, om vi trods alt får så meget ud af livet, som det er muligt for mennesker med en tilstrækkelig uddannelse. Vi glæder os i selvtilfredshed over vor vækst i kundskaber, vor ophobning af information og vor kontrol over naturkræfterne, og alligevel fører vi akademiske debatter om vi overhovedet har nogen egentlig kultur. Vi lærer vore børn at kunne en enorm mængde konkrete oplysninger udenad og at fordøje en umådelig mængde spredt detailviden, og alligevel stiller vi sommetider spørgsmålstegn ved, om vi lærer dem at leve mere tilfredsstillende. Vi bruger milliarder af kroner på at bygge og udruste universiteter og højere læreanstalter, og alligevel er vore mest fremsynede lærere alvorligt optagne af, om denne organiserede undervisning virkelig opfylder behovene hos gennemsnitsborgeren. Det ser i hvert fald ikke ud til at slå til, når det drejer sig om det usædvanlige barn og den begavede mand eller kvinde. Vor måde at oplære ungdommen på står afgørende til doms. Kun fremtiden kan afgøre, om der ikke skal findes en løsning, hvor kultiveringen af individet kan foregå sideløbende med civiliseringen af masserne – gennem uddannelse.

I en tidsalder med videnskabelige landvindinger og tanke-mæssig syntese på alle områder af menneskelig viden siger en af vore lærere, dr. Rufus M. Jones:

»Men når alt kommer til alt gør ingen af disse landvindinger os til bedre mennesker. Der er ikke lighedstegn mellem bankkonti og hjertets godhed. Viden er under ingen omstændigheder det samme som visdom eller åndfuldhed. ... Verden har aldrig tidligere set en så overvældende hær af aktive lærere i gang med landets ungdom, og aldrig tidligere i verdenshistorien har der været givet så mange penge ud til såvel lavere som højere uddannelser. Virkningen af alt dette er imidlertid skuffende og forfejler det centrale mål. Vore læreanstalter frembringer en hel del lærde og giver et stort antal studerende en vis mængde videnskabelige kendsgerninger. Men der er den beklagelige mangel ved hovedparten af uddannelserne, at de ikke, som de bør, former karakteren, kultiverer ånden og opbygger sjælen.« (Jones, Rufus M., *The Need for a Spiritual Element in Education*. World Unity Magazine, oktober 1928).

Gamle mor Asien og Europa skolede og uddannede enkeltindivider op til det attende århundrede. De såkaldt øverste klasser – og det menneske der havde særligt anlæg for åndelig udvikling – blev trænet mere intensivt. Under det brahminske system i Østen og i Vestens klostre blev en særlig kulturel uddannelse givet til dem som kunne have gavn af det, og der blev fremelsket usædvanlige individer, som den dag i dag sætter deres præg på den menneskelige tanke. Til erstatning for dette har vor moderne vestlige verden indført undervisning af masserne. For første gang oplæres mennesker i tusindtal til at bruge deres hjerne; de er begyndt at forfægte deres individualitet og at formulere deres egne ideer. Frihed for den menneskelige tanke, befrielse fra teologiernes kontrol (religiøse eller videnskabelige) er nutidens kampråb, og meget er derved blevet opnået. Masserne er begyndt at tænke selv. Men det er i vid udstrækning massetænkning, og den vilkårlige offentlige mening former nu tanken lige så meget som teologierne gjorde før i tiden. Det fremskredne individ har lige så stort besvær med at gøre sig gældende i den nuværende verdens tanker og stræben som i den gamle.

Måske er vi nu igen rede til i livshjulets store kredsløb at vende tilbage til den gamle metode med specialiseret oplæring af den enkelte – en tilbagevenden som ikke vil betyde at massernes undervisning ophører. På denne måde kan vi endeligt forene fortidens og Østens metoder med nutidens og Vestens.

Før vi ser på de to metoder, så lad os prøve at definere undervisning, at formulere undervisningens formål og derved komme til klarhed over de mål vi stræber imod.

Det er ikke nogen let opgave. Anskuet fra sin mindst interessante side kan undervisning kort defineres som overførsel af viden til en elev – sædvanligvis en uvillig elev – som modtager en masse information, der ikke interesserer ham det mindste. En tone af kedsomhed og åndløshed slås an; vi fornemmer at denne måde at undervise på primært har at gøre med hukommelsestræning, med videregivelse af såkaldte konkrete oplysninger og med at give eleven en smule information om en mængde løsrevne emner. Den bogstavelige betydning af det engelske ord *education* er imidlertid »at føre ud af« eller »trække

frem«, og det siger en hel del. Den tanke der ligger bag er, at vi bør uddrage barnets iboende instinkter og evner for at føre det fra én bevidsthedstilstand til en anden og større. På denne måde leder vi fx børn, der kun er bevidst om at være i live, frem til et niveau af selvbevidsthed. De bliver klar over sig selv og deres tilknytning til gruppen. De oplæres til at udvikle færdigheder og evner, især gennem faglig uddannelse, for at de kan blive økonomisk uafhængige og dermed selvhjulpne medlemmer af samfundet. Vi udnytter deres selvopholdelsesdrift for at lede dem frem ad kundskabens vej. Kan man sige, at vi så småt benytter deres instinktive mekanisme til at lede dem ind på intellektets vej? Ja måske nok, men jeg stiller spørgsmålstegn ved, om vi – når vi har bragt dem så langt – fortsætter det gavnlige arbejde og lærer dem den sande betydning af tankevirksomhed som en øvelse, der fører frem til frigørelsen af intuitionen. Vi lærer dem at udnytte deres instinkter og intellekt som en del af selvopholdelsesdriften i menneskelivets ydre verden, men brugen af ren fornuft og den endelige kontrol af sindet ved hjælp af intuitionen, når der arbejdes med selvopholdelsesdrift og bevidsthedskontinuitet i de subjektive og virkelige verdener, er indtil nu nogle få pionerers privilegerede viden.

Hvis professor H. Wildon Carr har ret i sin definition af intuitionen, så fremmer vore undervisningsmetoder ikke udviklingen af den. Han definerer den som »sindets opfattelse af virkeligheden præcis som den er og hverken i form af en sanseopfattelse eller en forestilling, en idé eller en genstand for overvejelse, som alle modsætningsvis er intellektuelle opfattelser«. (Carr, H. Wildon, *Philosophy of Change*, s. 21).

Vi anser videnskaben om sindet eller variationerne af det tænkende princip (som hinduerne kalder det) for at være udelukkende menneskelig, idet menneskets instinktive reaktioner er egenskaber det har tilfælles med dyrene. Mon ikke det en dag bliver muligt, at videnskaben om intuitionen – den klare visions kunst der udviser syntese – vil få samme forhold til intellektet, som dette på sin side for øjeblikket har til de instinktive evner.

Dr. Dibblee fra Oxford har følgende interessante kommentar

til instinkt og intuition, som er på sin plads her på grund af vor bestræbelse på i denne bog at finde en uddannelsesmetode, der kan føre til udvikling af evnen til højere bevidsthed. Han siger:

»... såvel instinkt som intuition begynder i de ekstrabevidste områder i os selv, for nu at sige det sådan, og dukker lige så uventet op i dagsbevidsthedens klare lys. ... Instinktets impulser og intuitionens tilskyndelser skabes i fuldstændig hemmelighed. Når de dukker op, er de ifølge sagens natur næsten fuldt udviklede, og deres opdukken i vor bevidsthed er pludselig.« (Dibblee, George Binney, *Instinct and Intuition*, s. 128).

Og han tilføjer et andet sted, at intuitionen ligger på den ene side af fornuften og instinktet på den anden. Derfor har vi denne interessante trehed – instinkt, intellekt og intuition – med instinktet, der så at sige befinder sig under bevidsthedstærsklen, med intellektet, der er menneskets fremmeste kendetegn, og hævet over dem begge intuitionen, der kun lejlighedsvis gør opmærksom på sin tilstedeværelse gennem den pludselige opfattelse og tydelige forklaring af sandheden, som er forbeholdt vore største tænkere.

Selvfølgelig må der høre mere med til uddannelsesprocessen end blot at bringe et menneske i stand til at klare ydre kendsgerninger og sine tilfældige omgivelser. Menneskeheden må føres frem til en dybere, mere vidtfavnende fremtid og virkeliggørelse. Den må være udstyret til at møde og håndtere hvad der end måtte komme for derved at opnå de højeste og bedste resultater. Menneskers evner bør trækkes frem i størst muligt omfang. Der må ikke være nogen standardiseret grænse for præstationerne, hvilket i givet fald ville gøre menneskene selvglade, selvtilfredse og derfor statiske. De skal altid ledes fra lavere til højere tilstande af virkeliggørelse, og bevidstheden må hele tiden udvides. Udvidelse og vækst er livets lov, og mens hovedparten af menneskene skal løftes ved hjælp af et uddannelsessystem, indrettet til at give de flest mulige det bedst mulige, må der for den enkeltes vedkommende tages hensyn til medfødte evner. Der skal tilbydes den specielle uddannelse, som vil fremme og styrke de fineste og bedste blandt os, for i deres

præstationer ligger løftet om den ny tidsalder. De uvidende og tilbagestående skal også have en speciel undervisning for at de kan leve op til den høje standard som sættes af underviserne. Men det er af endnu større betydning, at intet menneske med særlige talenter eller evner bliver holdt nede på det døde niveau, der kendetegner den uddannede klasses almene standard.

Det er netop her at vanskeligheden ved at definere uddannelse bliver åbenlys og at spørgsmålene om de virkelige mål og hensigter rejser sig. Dr. Randall erkender dette i en af sine artikler, hvori han siger:

»Jeg vil gerne anbefale en definition af begrebet undervisning som en mulig øvelse med henblik på privat meditation. Lad enhver spørge sig selv, hvad han mener med 'uddannelse'; og hvis han tænker dybt over spørgsmålet, vil han opdage, at han for at svare bliver nødt til at trænge dybt ned i den inderste mening med selve livet. Det at tænke alvorligt over uddannelsens betydning tvinger os til at konfrontere livets fundamentale spørgsmål på en måde vi aldrig tidligere har gjort. ... Er formålet med uddannelse viden? Afgjort ja, men viden til hvad? Er formålet magt? Igen ja, men magt til hvilket formål? Er formålet social tilpasning? Den moderne tidsalder svarer med eftertryk, ja, men hvilken form for tilpasning skal det være, og bestemt af hvilke idealer? At uddannelse ikke alene sigter på viden eller magt i enhver form, men også viden og magt anvendt på rette måde fremgår klart af de mest progressive tanker om uddannelse, men ikke af nutidens offentlige opinion. ...

Den ny undervisning har derfor først og fremmest til formål at træne og udvikle den enkelte i sociale sammenhænge, det vil sige til den størst mulige tjeneste for mennesket. ...

Almindeligvis klassificerer vi undervisning under tre overskrifter – folkeskole, gymnasium og højere uddannelse. Til disse tre kunne jeg tænke mig at føje en fjerde, den *højeste*. Den højeste uddannelse er religion, men religion er også uddannelse.« (Randall, John Herman, *Education and Religion*, World Unity Magazine, oktober 1928).

Det er interessant at konstatere, at de samme ideer er udtrykt af Bhagavān Dās ved Den første al-asiatiske Uddannelseskonference. Han siger:



»Religionens love, dvs. den større videnskabs love, sætter os i stand til ... at indfri alle disse højere gældsposter og forpligtelser. Religion er blevet beskrevet som Guds lov eller åbenbaring. Det betyder dog kun, med andre ord, lovene for Guds natur, som de afsløres for os gennem alt intellektuelt, intuitivt, inspiratorisk arbejde, der udføres af seerne og videnskabsmændene inden for alle religioner og i alle nationer. ... Vi har længe nok hørt om de tre: læsning, skrivning og regning, men den fjerde, den ægte religion, er mere betydningsfuld end dem alle. ... Men den må først efter nøje overvejelse opdages og gennemtænkes. Det påhviler alle seriøse undervisere at hjælpe med i dette arbejde ved at anvende den videnskabelige metode til at konstatere overensstemmelser midt i forskellene.« (Dās, Bhagavān, *The Unity of Asiatic Thought, i.e., Of All Religions*, s. 12).

Både Øst og Vest synes at fornemme, at et uddannelsessystem, der ikke i sidste ende fører et menneske ud af de menneskelige anliggender og ind i en større åndelig bevidsthed, har forfejlet sit mål, og det kan således ikke leve op til den menneskelige sjæls stadigt stigende behov. En oplæring, der ikke kommer længere end til intellektet og ignorerer evnen til intuitivt at opfatte sandheden – en evne som de bedste sind udviser – lader meget tilbage at ønske. Hvis den lader sine studerende tilbage med lukkede og statiske sind, har den efterladt dem uden udrustning til at berøre de uhåndgribelige og fineste »fire-femtedele af livet«, som dr. Wiggam fortæller os ligger helt uden for den videnskabelige oplærings domæne. (Wiggam, Albert Edward, *The New Decalogue of Science*). Døren må åbnes for dem, som er i stand til at bevæge sig ud over den akademiske skoling af tanken der angår livet på det fysiske plan.

Menneskehedens fremtidige succes er afhængig af succesen hos de enkeltindivider, der har kapaciteten – fordi de er mere åndelige – til at opnå større resultater. Disse enkeltindivider i den menneskelige familie må opdages og opmuntres til at fortsætte og trænge ind i den uhåndgribelige verden. De må udvikles og oplæres og gives en undervisning, der tilpasses det højeste og bedste i dem. En sådan undervisning kræver en korrekt opfattelse af individuel vækst og status og en ret forståelse af, hvad det næste skridt i et givet tilfælde skal være. Det kræver indsigt, sympati og forståelse fra lærerens side.

Der er en stigende erkendelse blandt undervisere af dette behov for at højne de mere avancerede undervisningsforløb og dermed løfte dem der er mål for deres påvirkning ud af det rent analytiske og kritiske sinds mentale verden og ind i den rene fornufts og intuitive opfattelses verden. Bertrand Russell understreger, at »uddannelse ikke bør sigte mod en passiv viden om døde kendsgerninger, men mod en aktivitet rettet mod den verden, som vore bestræbelser skal skabe.« Men vi må huske på, at skabelsen forudsætter en levende og aktiv skaber, der handler med hensigt og anvender den billedskabende evne. Vil man sige, at dette er virkningen af vort moderne uddannelses-system? Er det ikke sådan, at tanken bliver ensrettet og holdt nede af vore masseuddannelsessystemer og ved den måde, hvorpå hukommelsen bliver stopfodret med halvfordøjede kendsgerninger? Hvis Herbart har ret, når han siger, at »uddannelsens hovedanliggende er universets etiske åbenbaring«, så har dr. Moran måske også ret, når han pointerer, at »en af de bagvedliggende årsager – måske den største – til vor materialistiske tidsalder er det manglende åndelige element i vor skoleundervisning.«

Nogle af os føler også, at der findes et endnu større mål end en etisk åbenbaring, at det er muligt at menneskeheden er bærere af en illuminerende evne og en herlighed, som først vil blive virkeliggjort i al sin fylde, når masserne har opnået noget af den storhed, der har karakteriseret verdensskikkelserne i fortiden. Er det ikke i tråd med evolutionær udvikling, at det virkelige mål for uddannelsen er *at føre menneskeheden ud af det fjerde eller menneskelige rige og ind i det åndelige rige*, hvor de pionerer vi kalder mystikere og menneskehedens førerskikkelser lever og røres og har deres væren? Således vil menneskeheden blive løftet ud af den objektive materielle verden og ind i åndens rige, hvor de sandere værdier findes, og hvor der opnås kontakt med det større selv, hvis åbenbaring er det individuelle selvs eneste formål. Keyserling sigter til dette med følgende ord:

»Vi er klar over den menneskelige fornufts begrænsninger, vi forstår betydningen af vor stræben, vi er naturens herrer. Vi kan samtidig overskue både den indre og ydre verden. Siden vi videnskabeligt kan bestemme, hvad der er vore virkelige hensigter, er vi ikke længere henvist til at være offer for selvbedrag. ... Fra nu af må denne mulighed blive livets *bevidste* motiv. Hidtil har den endnu ikke spillet den rolle. Og alligevel er netop dette det altafgørende, for det er bevidsthedens centrum, der er bestemmende for menneskets udgangspunkt. Hvor det end lægger vægten i sig selv, dér befinder bevidsthedscentret sig; hele menneskets væren reorganiseres i overensstemmelse hermed ... derfor er en undervisning i forståelsens og handlingens syntese nødvendig for et liv baseret på erkendelse.

Al uddannelse i Østen er udelukkende rettet mod sansforståelse ... som er den eneste vej der kan anvises til højnelse af niveauet af den essentielle væren. ... *Det essentielle er ikke information, men forståelse*, og forståelse kan kun opnås gennem en personlig, skabende anvendelse. ... Sansopfattelse betyder altid det *at give mening til en ting*; det afgørende forhold her er retningen indefra og udefter. Derfor har viden (i betydningen information) og virkelig forståelse samme forhold til hinanden som natur og ånd. Information erhverves udefra og indefter; forståelse er en skabende proces i den modsatte retning. Under de omstændigheder er der ikke nogen direkte vej, der fører fra ét mål til et andet. Man kan vide alt, samtidig med at man ikke har forstået noget overhovedet. Og det er præcis til dette punkt vor uddannelse, der har som mål at ophobe viden, har bragt flertallet.« (Keyserling, Count Hermann, *Creative Understanding*, s. 257, 216, 217).

Denne bog forsøger at anviser en metode, hvorved kapaciteten til at fungere i den større bevidsthed kan udvikles, og mennesket kan omorganisere sin væren mod større mål. Den beskæftiger sig med en teknik, der med en specialiseret træning og selvudvikling kan anvendes af enhver, som er i stand til at begære dette større mål. Hvis dette begær kan antage en klar og rationel form i hans sind og kan anerkendes som et fuldstændigt legitimt mål, som det er muligt at nå, så vil han ivrigt gribe ud efter det. Hvis samfundet kan stille midlerne og mulighederne til rådighed for et sådant fremskridt, vil mange med glæde søge vejen. Den foreslåede metode er en individuel teknik, som vil sætte den studerende, som har draget fordel af de sædvanlige akademiske uddannelser og erfaringer i livet, i stand til at udvide sin bevidsthed, indtil han gradvist overskrider sine nuværende

begrænsninger og nyorienterer sit sind mod større erkendelser. Han vil opdage sjælen som en større virkelighed og derved opnå en direkte erfaring af åndelige forhold.

Everett Dean Martin definerer uddannelse for os som en »åndelig nyvurdering af det menneskelige liv. Dens formål er at *nyorientere* den enkelte, at sætte ham i stand til at vurdere sine erfaringer på en rigere og mere betydningsfuld måde, at placere ham oven over og ikke inden i hans system af tro og idealer.« (Martin, Everett Dean, *The Meaning of a Liberal Education*, s. viii, forord.) Denne definition giver nødvendigvis anledning til modsigelse, for vi lever hver for sig i forskellige miljøer; vi har hver vore særlige problemer og egenskaber, baseret på vor arv, vor fysiske tilstand og mange andre faktorer. Derfor må værdigrundlagene tilpasses hver enkelt person, generation, land og race. At uddannelse har til hensigt at forberede os på et »helt liv« (som Herbert Spencer siger) er sikkert sandt, men det enkelte menneskes grænser og kapacitet varierer. Det laveste og det højst opnåelige punkt for mennesker varierer uendeligt, og dertil kommer at et menneske, der er udrustet til at fungere på et specielt område, måske viser sig at være til det groteske inkompetent på et andet. Man må derfor udforme en slags norm for »helt liv«, hvis Martins definition skal være anvendelig. For at gøre dette bliver vi nødt til at fastslå hvad der virkelig kendetegner det hele og perfekte menneske, og hvor omfattende dets kontaktflade er. Det forekommer ikke sandsynligt, at vi har udtømt det menneskelige responsapparats muligheder eller det miljø, det er i stand til at sætte ham i forbindelse med. Hvilke grænser er der for et menneskes råderum? Hvis der er forskellige bevidsthedstilstande, der rækker hele vejen fra hottentottens, op til vor intelligentsias og videre frem til geniernes og de ledendes inden for alle menneskelige udtryksområder, hvori består da forskellen mellem dem? Hvorfor opfatter de verden så vidt forskellig? Racemæssig udvikling, vil én sige; stabilitet eller ustabilitet i kirtlerne, vil en anden sige; besiddelsen af eller manglen på tilstrækkelige uddannelsesmæssige fordele, forskelle i miljø og arv, vil andre grupper af tænkere foreslå.

Men ud af meningernes virvar viser sig den fundamentale kendsgerning, at den menneskelige bevidsthed har en umådelig spændvidde samt den enestående erkendelse af, at menneskeheden har frembragt sådanne undere af omfattende forståelse, af udtrykkets renhed og af fuldkommengjort verdensomspændende indflydelse, som vi ser det bevist af Kristus, Buddha, Platon og mange andre, hvis tanker og ord har sat sine spor i menneskenes sind gennem tusinder af år. Hvad har gjort dem til det de er? Er de mirakler – dukket op af uendelighedens dyb – og findes deres lige derfor aldrig? Er de produkter af den evolutionære proces og derved blevet mægtige gennem umådelig erfaring og udvikling? Eller er de blomsten af menneskeheden, som til deres udrustning og oplæring tilføjede en specialiseret ånds-dannelse, der satte dem i stand til at træde ind i en åndelig verden, der for de fleste er forseglede, og til at fungere i en dimension, som selv vore mest avancerede tænkere intet kender til? Har vor tids uddannelsessystemer bragt menneskeheden som helhed til et stade, hvor mange tusinder er rede til denne specialiserede ånds-dannelse, og står vi derfor over for en krise på uddannelsesområdet, som har sin rod i en succes, der – hvis den fortsætter ad de samme baner – vil blive til skade i stedet for hjælp, fordi mennesket nu er parat til noget nyt? Nogle af os tror det er muligt, og at tiden er inde til, at undervisere bør begynde at forberede mennesker på den nye, guddommelige oplevelse og til det vidunderlige eksperiment, som på alle områder vil sætte dem i besiddelse af sig selv – noget som tidligere har været det udsøgte privilegium for menneskehedens vidende og mystikere. Disse vidende har vidnet om en større verden end den ene, der åbenbares for os gennem nervesystemet, og som er genstand for kemikernes, fysikernes, biologernes og antropologernes undersøgelser. De har talt i utvetydige vendinger om en verden af kontakter og bevidsthed, hvori de almindelige sanser er ubrugelige. De hævder at have levet og færdes i disse finere verdener, og den vedholdenhed de udviser i denne mystiske søgen efter virkeligheden og lighederne i deres vidnesbyrd ned gennem tiderne, leder én frem til at tro på muligheden af den

uhåndgribelige verden og på den responsmekanisme, hvormed forbindelsen kan skabes. Rækken af disse »vildførte« mystikere og intuitive tænkere tæller titusinder af menneskehedens bedste hjerner. De siger til os med Walt Whitmans ord: »Jeg og mine ligemænd overbeviser ikke ved argumenter, vi overbeviser ved vort nærvær.« (Whitman, Walt, *Leaves of Grass*).

Uddannelse er også blevet udtrykt som »en dristig søgen efter livets mening, der involverer evnen til at tænke tingene igennem.« Hvem der har sagt dette ved jeg ikke, men det forekommer mig at være en fremragende beskrivelse af mystikere-rens vej samt af den meditationsteknik, hvorved mystikeren bliver den fuldt bevidst vidende. Lige gyldigt hvor meget man søger at bortforklare det, så forbliver det et faktum, at mennesket går søgende gennem tidsaldrene, og hans søgen fører ham langt dybere end den konkrete yderverden, han lever i. Dr. Overstreet gør os opmærksom på dette med ord som bærer det sande mystiske budskab:

»I hovedsagen er vi skabninger, der ser 'ting'. Vi ser hvad vi ser, og sædvanligvis intet ud over hvad vi ser. At opleve verden som kun en verden af ting er uden tvivl at gå glip af noget, der er betydningsfuldt. Men oplevelsen af ting er skam god nok, så langt den rækker. Den sætter os i stand til at bevæge os rundt i vor verden og til med nogen succes at håndtere livsvilkårene. ... Det er imidlertid muligt at få en anden 'føling' med sin verden, hvis man er i stand til at udvikle en anden måde at tænke på. Det er kort fortalt en evne til at se det usynlige i den synlige virkelighed, en evne til at trænge igennem overfladen, til at se igennem tingene til deres oprindelige kilder. (Overstreet, H. A., *The Enduring Quest*, s. 114).

Mennesket er måske nu rede til at trænge ned under overfladen og at flytte sin søgen fra naturens ydre former til det som er deres årsag. Vi er måske alt for tilbøjelige til at forveksle den religiøse ånd med den mystiske søgen. Al klar tænkning over livet og naturens store love, hvis den udføres standhaftigt og vedholdende, fører til slut ind i den mystiske verden, og det er vore dages førende videnskabsmænd begyndt at indse. Religion begynder med en accept af hypotesen om det usynlige og det mystiske. Men videnskab når til det samme punkt ved at arbej-

de sig frem fra det synlige til det usynlige og fra det objektive til det subjektive. Man kan således sige, at mystikeren – ved undersøgelser og ved at gå indad fra form til form – til slut når frem til det afslørede selvs herlighed. Det forekommer at være ufravigeligt sandt, at alle veje fører til Gud – idet Gud ses som det ultimative mål, symbolet på menneskets søgen efter virkelighed. Det er ikke længere tegn på overtro at tro på en højere dimension og på en anden verden af væren. Selv ordet »overnaturlig« er blevet fuldt og helt respektabelt, og det synes muligt, at vort uddannelsessystem en dag kommer til at betragte det at forberede det enkelte individ til at overskride sine naturlige begrænsninger for at være en fuldstændig legitim del af sit virke. Det er interessant at bemærke, hvad dr. C. Lloyd Morgan i Gifford Lectures, givet i 1923, har at sige om dette ord »overnaturlig«. Han siger:

»Der er, indrømmer jeg, fornuft bag ved at sige, at der på de opnåede fremskridts opadgående forløb – når disse betragtes som manifestationer af guddommeligt formål – er tale om, at hvert højere trin er *over*-naturligt i forhold til det foregående. I den forstand er livet overnaturligt i forhold til det uorganiske; reflekteret overblik i tanke overnaturligt i forhold til naiv ureflekteret opfattelse; den religiøse holdning, med accept af guddommelig hensigt, overnaturlig i forhold til etiske holdninger på det sociale område. De der når disse højeste tilstande vurderer, at den religiøse holdning er det ypperste eksempel på det overnaturlige. Den er kendetegnet på det åndelige menneske.« (Morgan, C. Lloyd, *Life, Mind and Spirit*, s. X, forord).

og, tilføjer han smukt og træffende i forbindelse med vort emne: »Vi bliver presset hen imod en ny *holdning*, for det er hvad jeg ser spire frem. Vi kan således tale om en ny 'vision' og et nyt 'hjerte', der kan rumme en større og rigere form for glæde.« (*Ibid.*).

I dr. Hockings bemærkelsesværdige bog *Human Nature and Its Remaking* påpeger han, at uddannelse har to funktioner. Den må først og fremmest formidle forbilledet og derefter sørge for vækst ud over dette forbillede. Uddannelse sigter mod at gøre mennesket virkeligt menneskeligt; den må afrunde og fuldkom-

mengøre dets natur og dermed afsløre og muliggøre de dybere kræfter, som hele menneskeheden går i retning af. Fremkaldelsen af viljen-til-viden, og senere af viljen-til-væren, skal følge en naturlig udviklingsproces. Det er i denne forbindelse, at meditation vil blive betragtet som en del af teknikken i den højere uddannelse, der vil blive udviklet i den ny tidsalder; den vil blive betragtet som det middel, hvormed det afrundede menneske kan udvikles yderligere og føres ind i et nyt naturrige. Meditation er primært et selv-igangsat uddannelsesforløb, der kalder på hele viljestyrken og baserer sig på den forhåndenværende udrustning; men til slut vil den frembringe en ny type, sjælstypen – med sin egen indre mekanisme – der igen rummer spiren i sig til en endnu større udvikling.

Fra at være noget, der pålægges udefra, vil det ny undervisningsforløb vælte op indefra og blive den selvpålagte mentale disciplin, som vi betegner med de ofte misforståede ord – koncentration, meditation og kontemplation. Fra at være en træningsproces for hukommelsen og for udviklingen af en effektiv styring af det responsapparat, som sætter os i forbindelse med den ydre verden, bliver undervisningsteknikken til et system af tankekontrol, der til sidst fører til en indre bevidsthed om en ny tilstand af væren. Det frembringer på længere sigt en hurtig reaktion og lydhørhed over for en verden, der er uhåndgribelig og usynlig, samt en ny række af instinktive erkendelser, som har deres sæde i et finere responsapparat. Sjælstypen benytter sig af mennesketypen, ligesom mennesket benytter dyret; og ligesom mennesketypen er et produkt af masseundervisning og -instinkt og er blevet voldsomt udviklet gennem vore moderne uddannelsessystemer, således er også sjælstypen produktet af en ny mental træningsmetode, pålagt den enkelte af hans sjæl og fremkaldt af den nødvendige søgen og ved en viljeshandling. Sjælen er altid latent til stede i den menneskelige form, men bliver draget ind i påviselig aktivitet ved meditation.

De to metoder til at afrunde mennesket, den at løfte det til norm for masserne og den at frembringe en ny type, sjælen, udgør hovedforskellen mellem de vestlige og østlige undervisningsmetoder.



Kontrasten mellem de to udviklingsveje er helt tydelig. I Østen har vi den omhyggelige oplæring af den enkelte, hvor masserne praktisk talt forbliver uden nogen form for uddannelse. I Vesten har vi uddannelsen af masserne, men den enkelte bliver stort set ladet i stikken uden nogen form for særlig oplæring. De to store, divergerende systemer har frembragt civilisationer, der hver især udtrykker sin særlige egenart og sine manifestationer, men også sine udtalte mangler. De forudsætninger der ligger til grund for systemerne er vidt forskellige, og det ville være umagen værd for os at tage dem i betragtning, for i forståelsen af dem og i den endelige forening af de to ligger muligheden for at vejen for den ny race i den ny tidsalder kan findes.

For det første: I det østlige system antages det, at der i enhver menneskelig form dvæler en entitet, et væsen, kaldet selvet eller sjælen. For det andet: Dette selv benytter den menneskelige form som sit instrument eller udtryksmiddel, og gennem summen af de mentale og emotionelle tilstande vil det til sidst manifestere sig selv, idet det benytter det fysiske legeme som sin handlingsmekanisme på det fysiske plan. Endelig finder kontrollen med disse udtryksmidler sted under loven om genfødsel. Gennem den evolutionære proces (videreført gennem mange liv i et fysisk legeme) opbygger selvet gradvist et passende instrument, hvorigennem det kan manifestere sig, og lærer at beherske det. Således bliver selvet eller sjælen virkeligt skabende og selvbevidst i videste forstand og aktiv i sit miljø, idet den på fuldendt måde manifesterer sin sande natur. Til slut opnår den sin fuldstændige befrielse fra formen, fra begærnaturens trældom og fra intellektets dominans. Den endelige frigørelse og den heraf følgende overførsel af bevidsthedens centrum fra det menneskelige til det åndelige rige bliver accelereret og næret af en specialiseret undervisning, kaldet meditation, som pålægges det sind, der er vidtfavnende, víst og velskolet.

Resultatet af denne intensive og individuelle skoling har været overordentlig opsigtsvækkende. Den østlige metode er den eneste, der har frembragt grundlæggerne af alle verdensreligionerne, fordi de alle er af asiatisk oprindelse. Den er ansvarlig

for fremkomsten af verdens inspirerede skrifter, som har formet menneskers tanker, og for fremkomsten af alle verdensfrelserne – Buddha, Zoroaster, Sri Krishna, Kristus og andre. Således har Østen, som et resultat af sin særlige teknik, frembragt alle de store enere, som har anslået tonen for deres særlige tidsalder og givet den nødvendige lære til udvikling af ideen om Gud i menneskenes sind og på den måde ledet menneskeheden frem ad den åndelige modtageligheds vej. Det eksoteriske resultat af deres liv kan ses i de store organiserede religioner.

I forbindelse med skoling af de højt udviklede enere er masserne over hele Asien imidlertid blevet forsømt, og dette system lader derfor meget tilbage at ønske (set ud fra udviklingen af menneskeheden). Systemets svage sider er udviklingen af sværmeriske og upraktiske tendenser. Mystikeren er ofte ude af stand til at fungere i sit praktiske liv, og dér hvor vægten fuldstændigt bliver lagt på livets subjektive side, bliver individets og racens fysiske velfærd negligeret og overset. Masserne bliver overladt til at kæmpe i en sump af uvidenhed, sygdom og snavs, og derfor finder vi de mest elendige forhold overalt i Orienten side om side med den højeste åndelige oplysning hos de få privilegerede.

I Vesten er tendensen stik modsat. Det subjektive bliver ignoreret og anset for at være hypotetisk, og de præmisser vor kultur er baseret på er som følger: For det første er der en enhed kaldet mennesket, som besidder en tænkeevne, et sæt følelser og et responsapparat hvorigennem han bringes i kontakt sine omgivelser. For det andet vil hans karakter og anlæg være en følge af responsapparatets kvalitet, hans sindstilstand og naturen af hans miljømæssige omstændigheder. Målet for uddannelsesforløbet er stort set at bringe ham fysisk i orden, gøre ham mentalt vågen, at sørge for en veludviklet hukommelse, kontrollerede reaktioner og personlige egenskaber, der gør ham socialt værdifuld og til en opbyggende faktor i samfundsøkonomien. Hans sind betragtes som en oplagsplads for overførte kendsgerninger, og den undervisning, der gives ethvert barn, har til hensigt at gøre det til et nyttigt medlem af samfundet, selvforsørgende og anstændigt. Resultatet af disse præmisser er

det omvendte af Orientens. Vi har ingen særlig kultur, der kan frembringe sådanne verdensskikkelser, som dem Asien har frembragt, men vi har udviklet et uddannelsessystem for masserne, og vi har udviklet grupper af tænkere. Dertil har vi vore universiteter, gymnasier, offentlige og private skoler. De påvirker titusinder af mennesker, ensretter dem og træner dem op til at blive et menneskeligt produkt, der besidder et bestemt mål af ensartet viden, et vist stereotyp lager af faktuel viden og overfladiske informationer. Det betyder at der ikke findes en udpræget uvidenhed, som vi ser i Østen, men en rimelig høj grad af almenviden. Det har frembragt det vi kalder civilisation, med dens væld af bøger og mange videnskaber. Det har frembragt den videnskabelige udforskning af mennesket og (på toppen af den menneskelige evolutions bølge) de store grupper i modsætning til de store enere. Kontrasterne kan groft opsummeres som følger:

#### VEST

#### ØST

Grupper.....	Enkeltindivider
Bøger. ....	Bibler
Viden. ....	Visdom
Objektiv civilisation.....	Subjektiv kultur
Mekanisk udvikling. ....	Mystisk udvikling
Standardisering.....	Det enestående
Masseundervisning.....	Specialiseret undervisning
Videnskab.....	Religion
Hukommelsestræning.....	Meditation
Udforskning. ....	Refleksion

Og dog er det i bund og grund den samme sag – en uddannelsesmetode. Begge er de grundlæggende rigtige, og således er de begge nødvendige som et supplement til og en fuldstændiggørelse af den anden. Uddannelsen af Orientens masser vil føre frem til en afhjælpning af de problemer de har på det fysiske plan, og som råber på en løsning. Der er et overvældende behov for et bredt, almindeligt uddannelsessystem, der når ud til de uvidende masser blandt Asiens befolkninger. Kultiveringen af

den enkelte i Vesten og indpodningen af en indgivet viden i hans legeme, af en sjæls-kulturens teknik, som den er kommet til os fra Orienten, vil løfte og frelse vor civilisation, som hurtigt er ved at bryde sammen. Østen behøver viden og overførsel af information. Vesten behøver visdom og meditationsteknik.

Når den er blevet overført til vore højt uddannede mennesker, vil dette videnskabelige og kulturelle system fremkalde den bro af mennesker, der vil forene de opnåede resultater fra de to hemisfærer og knytte de subjektive og objektive verdener sammen. De vil fungere som den ny tidsalders pionerer, hvor menneskene vil være praktiske i deres gøremål med fødderne solidt plantet på jorden og dog samtidig være mystikere og seere, der også lever i åndens verden og bærer inspiration og oplysning med sig ind i dagliglivet.

For at frembringe disse betingelser og denne store gruppe af praktiske mystikere, som til sidst vil frelse jorden, er to ting nødvendige: trænede tænkere med stor almen viden som fundament (og det kan vort vestlige system tilbyde) samt en åndelig bevidsthed om den iboende guddommelighed, sjælen, der kan opnås gennem Østens videnskabelige meditationssystem. Vort største behov i Vesten beror på vor manglende erkendelse af sjælen og af evnen til intuition, som igen fører frem til oplysning. Den afdøde professor Luzzatti, Italiens premierminister, siger i forordet til sin mest værdifulde og lærde bog *God and Freedom*: »Det ses overalt, at væksten i menneskets herredømme over sig selv ikke holder trit med menneskets herredømme over naturen.« (Luzzatti, Luigi, *God and Freedom*). Det er helt afgørende, at den vestlige verden fuldender sit uddannelsessystem på en måde, så vort herredømme over os selv går af med sejren.

## 3. KAPITEL

### Sjælens natur

»Filosoffer siger, at sjælen har to ansigter; dens øvre ansigt er hele tiden rettet mod Gud, og dens nedre ansigt ser mere nedad for at meddele sig til sanserne; og det øvre ansigt, som er sjælens høje udtryk, er i evigheden og har intet at bestille med tiden: det kender intet til hverken tid eller legeme.«

MESTER ECKHART

Når vi skal til at gå i detaljer med den teknik, hvormed den skolede intellektuelle hævdes at kunne blive den intuitivt vidende, vil det være hensigtsmæssigt at fremsætte de hypoteser, som videnskaben om meditation baserer sig på. Under processen må de forskellige aspekter, som mennesket er et udtryk for (af natur eller guddommelighed, hvad man måtte foretrække), iagttages; men den fundamentale sammenhæng, som holder ham sammen som en integreret enhed, må aldrig glemmes. Mennesket er et integreret væsen, men livet betyder mere for nogle mennesker end for andre. For nogle er det slet og ret en animal tilværelse, for mange betyder det den totale sum af følelsesmæssige og sansemæssige oplevelser, for andre igen involverer det foruden alt dette en mental bevidsthed, som i høj grad beriger livet og giver det større dybde. For nogle få (og de er blomsten af den menneskelige familie) står *væren* for en erkendelse af evnen til at opfatte sammenhænge, der både er universelle og subjektive såvel som individuelle og objektive. Keyserling siger, at:

»Taler vi om menneskets væsen i modsætning til hans evner, mener vi hans levende sjæl; og når vi siger, at hans væsen bestemmer, mener vi, at alle hans ytringer gennemtrænges af individuelt liv, at hver eneste livsytring udstråler personlighed, og at denne personlighed til syvende og sidst er ansvarlig.« (Keyserling, Count Hermann, *Creative Understanding*, s. 180).

Det bør måske fastslås her som *sine qua non*, at kun de mennesker, der er ansvarlige tænkende væsner, er parat til at anvende de regler og anvisninger, som vil sætte dem i stand til at foretage denne overgang og opnå den bevidsthed, der er adelsmærket for den oplyste mystiker og den intuitivt vidende. De smukke linjer fra dr. Winslow Halls *Illuminanda* viser målet:

»I alle mennesker skjuler sig lyset; dog i hvor få er det blusset op, ret som det burde, oplysende indefra vor kødelige lampe, når den antænder kosmisk ild i nær-modne sjæle! Guds herlighed, hvor få! Os til last; thi stedse, stupidt, af vane og vrede, dæmper og kvæler vi kritikløst Guds gnist, der glimter i hvert et barn. Alle børn er fødte brudstykker af Gud; og havde de blot deres frihed, ville Gud udfolde sig i dem, spire frem, farve og forme dem, til de som fuldendte blomster ville blomstre, opfyldt af åbenbaret skønhed.«

(Hall, W. Winslow, M. D., *Illuminanda*, s. 218).

Dette er meditationens formål – at føre mennesker ind i det lys der er i dem selv og sætte dem i stand til, i dette lys, at se lyset. Dette åbenbaringsarbejde er baseret på bestemte teorier vedrørende det menneskelige væsens opbygning og natur. Udviklingen og fuldkommengørelsen af menneskets tænkeevne, med dens stringens og evne til koncentration, giver nu for tiden Vesten muligheden for at lade disse teorier komme an på en prøve. Et intelligent eksperiment er nu på sin plads. »Sindets og sjælens ny syntese«, siger Keyserling, »må udspringe af tanken i sin yderste grad af intellektualitet, hvis noget afgørende skal ske.« (Keyserling, Count Hermann, *Creative Understanding*, s. 125).

Dette kræver en klar forståelse af tre punkter, som det orientalske standpunkt er baseret på, og som – hvis de er sande – bekræfter samtlige påstande fremsat af den der studerer den orientalske meditationsteknik. Man må dog aldrig glemme det kine-

siske ordsprog der siger, at »hvis det forkerte menneske bruger de rigtige midler, virker de rigtige midler på den forkerte måde«. De tre forudsætninger er:

For det første: Der er en sjæl i enhver menneskelig form, og denne sjæl bruger udelukkende menneskets lavere aspekter som udtryksmiddel. Formålet med den evolutionære proces er at udvide og uddybe sjælens kontrol over sit instrument. Når dette er fuldbragt, får vi en guddommelig inkarnation.

For det andet: Den samlede sum af disse lavere aspekter kalder vi, når de er udviklede og koordinerede, for personligheden. Denne enhed er sammensat af de mentale og emotionelle værenstilstande, livsenergien og det fysiske responsapparat, som tilsammen »maskerer« eller skjuler sjælen. Ifølge den østlige filosofi udvikler disse aspekter sig successivt og fremadskridende, og først når et relativt højt udviklingsstade er nået, bliver det muligt for mennesket bevidst at koordinere dem og senere forene dem med den iboende sjæl. Senere kommer sjælens kontrol og en stadig klarere udfoldelse af sjælens natur. Det bliver nogen gange symbolsk udtrykt som lyset i en lampe. Først udsender lampen ingen stråler, men gradvis gør lyset opmærksom på sin tilstedeværelse, indtil Kristi ord står klart. Han sagde: »Jeg er verdens lys« og pålagde sine disciple at »lade jeres lys skinne, så mennesket kan se«.

For det tredje: Når sjælens liv, som virker under loven om genfødsel, har bragt personligheden i en sådan tilstand, at den er en integreret og koordineret enhed, så bliver der etableret en langt mere intens vekselvirkning mellem de to. Denne vekselvirkning frembringes gennem processer, der indebærer selvdisciplin, en aktiv vilje til åndelig væren, uselvisk tjeneste (for det er måden hvorpå sjælens gruppebevidsthed manifesterer sig) og meditation. Fuldblyrdelsen af arbejdet er den bevidste virkeliggørelse af enhed – i kristen terminologi kaldet forsoningen.

Disse tre hypoteser må accepteres, i hvert fald forsøgsvis, hvis denne omdannelsesproces gennem meditation skal gennemføres effektivt. I *Webster's Dictionary* er sjælen defineret i forbindelse med disse teorier, og definitionen lyder således:

»En enhed opfattet som essensen, substansen af eller den udløsende årsag til individuelt liv, især om liv manifesteret i psykiske handlinger; den individuelle eksistens' vehikel, af natur adskilt fra kroppen og sædvanligvis anset for at kunne eksistere separat.« (*Webster's New International Dictionary*, 1923-udgaven).

Webster supplerer med følgende kommentar, som passer til vort tema, at »nogle opfattelser, som fx Fechners, at sjælen er den fuldstændige åndelige enhedsproces i forbindelse med den fuldstændige legemlige enhedsproces, forekommer at ligge midt imellem de idealistiske og materialistiske holdninger.« (*Webster's New International Dictionary*, 1923-udgaven). Det rent orientalske standpunkt formidles af dr. Radhakrishnan fra Calcuttas universitet:

»Alle organiske væsner besidder et selvbestemmelsesprincip, som almindeligvis bliver kaldt 'sjæl'. I ordets egentlige betydning har alle væsner, der indeholder liv, 'sjæl', og de forskellige sjæle er af natur fundamentalt ens. Forskellighederne skyldes de fysiske systemer, der formørker og modarbejder sjælens liv. Beskaffenheden af de legemer, hvori sjælene er bundne, er ansvarlige for deres forskellige grader af formørkelse. ... Egoet er den psykologiske enhed dannet af strømmen af bevidst erfaring, der udgør det vi kender som et empirisk selvs indre liv.

Det empiriske selv er blandingen af fri ånd og mekanisme, af purusa og prakriti. ... Ethvert ego besidder inden for det grove materielle legeme, som går i opløsning ved døden, et finere legeme, dannet af det psykiske apparat inklusive sanserne.« (Radhakrishnan, S., *Indian Philosophy*, Vol. II, s. 279, 283, 285).

Det fortælles os, at denne sjæl er et fragment af oversjælen, en gnist af den ene flamme, indespærret i legemet. Den er dette livsaspekt, som giver mennesket – i lighed med alle former i manifestation – liv, eller væren og bevidsthed. Den er den vitale faktor, dette integrerende kohærente noget, som gør mennesket (sammensat og dog forenet som det er) til et tænkende, følende og stræbende væsen. Intellectet i mennesket er den faktor eller den egenskab i sjælsbevidstheden, hvorved han bliver i stand til at tilpasse sig sine omgivelser gennem de faser, hvor hans personlighed udvikler sig, men som senere, gennem egnet



meditation, sætter ham i stand til orientere sig mod sjælen, ubundet af mekanismen og derfor mod en ny tilstand af bevidst væren.

Forholdet mellem sjælen og oversjælen svarer til forholdet mellem delen og helheden, og det er dette forhold og de deraf følgende erkendelser, som udvikler sig til denne følelse af enhed med alle væsner og med den højeste virkelighed, som mystikerne altid har berettet om. Sjælens forhold til det menneskelige væsen svarer til forholdet mellem den bevidste enhed og dens udtryksmiddel, mellem den der tænker og tankens instrument, mellem den der registrerer følelser og det følelsesmæssige erfaringsområde og mellem den der handler og den fysiske krop – det eneste middel til kontakt med dette særlige aktivitetsområde, det fysiske livs verden. Sjælen udtrykker sig gennem to former for energi, det vi kalder det vitale princip eller fluidum, livsaspektet, og den rene fornufts energi. Disse energier fokuseres livet igennem i den fysiske krop. Livsstrømmen centrerer sig i hjertet, idet den udnytter blodstrømmen, arterierne og venerne, og beliver alle dele af organismen. Den anden strøm – af intellektuel energi – centrerer sig i hjernen og bruger nervesystemet som sit udtryksmiddel. Derfor er hjertet sædet for livsprincipet, mens hovedet er sædet for den ræsonnerende tanke samt den åndelige bevidsthed, hvor sidstnævnte opnås ved den rette brug af sindet. Dr. C. Lloyd Morgan siger i forbindelse med ordet »sjæl« følgende:

»Under alle omstændigheder har det der for tiden forstås ved 'teorien om sjælen' sin rod i dualisme. Og det som nogle mennesker mener, når de taler om 'en psykologi uden en sjæl' er en anden psykologi end den dualistiske. ... Der er imidlertid en måde, hvorpå man med en passende definition kan tale om sjælen som karakteristisk for *det* mentale udviklingsniveau, hvor en *forestilling* om ånden ligger inden for den reflekterende tanke område.« (Morgan, C. Lloyd, *Life, Mind and Spirit*, s. 35).

Tidligere i samme bog siger han:

»Hver af os *er* et liv, bevidsthed og ånd – et eksempel på liv som ét udtryk for verdensplanen, af bevidsthed som et andet udtryk for denne verdensplan, af ånd så langt som substansen af denne verdensplan åbenbares i os. Verdensplanen er hele vejen igennem fra sit laveste til sit højeste udtryk manifestationen af Gud; i dig og mig – i hver og en af os – bliver Gud som ånd åbenbaret lidt efter lidt.« (*Ibid.*, s. 32).

Det er denne åbenbaring af guddommen, der er målet for den mystiske stræben og hensigten med sindets dualistiske aktivitet – Gud som liv i naturen, Gud som kærlighed, opfattet subjektivt, og som plan og formål, og det er, hvad den forening der frembringes gennem meditation afslører for mennesket. Gennem dens systematiserede teknik opdager mennesket den enhed, som er ham selv. Gennem den opdager han senere sit forhold til universet; han finder ud af, at hans fysiske legeme og hans vitale energier er uløseligt knyttet til selve naturen, som i realiteten er guddommens ydre klædning; han indser, at hans evne til at elske og føle gør ham bevidst om den kærlighed, der pulserer gennem hjertet i hele skabelsen, og han opdager, at hans sind er i stand til at give ham nøglen, der låser forståelsens dør op for ham, og at han kan gå ind i de formål og planer, som styrer selve Guds sind. I realiteten kommer han til Gud og opdager, at Gud er det centrale faktum. Idet han kender sig selv som guddommelig, opdager han, at helheden er lige så guddommelig. Dr. F. Kirtley Mather fra Harvard University har sagt følgende i en yderst oplysende artikel:

»At der finder en styring af universet sted kan ikke nægtes. Noget har bestemt og fortsætter med at bestemme naturlovenes funktion, den velordnede omdannelse af stof og energi. Det kan vel være 'kosmos' krumning' eller 'ren tilfældighed' eller 'universel energi' eller 'en fjern guddom' eller en 'altgennemtrængende ånd', men et eller andet *må* det være. Anskuet fra én synsvinkel må spørgsmålet: Findes der en Gud? prompte besvares med et ja.«

Ved at finde sig selv og forstå sin egen natur kommer mennesket således til sit indre centrum, der er ét med alt eksisterende; han finder sig udstyret med et redskab, der kan sætte ham i for-

bindelse med de forskelligartede manifestationer, som guddommen søger at udtrykke sig gennem. Han er i besiddelse af et vitallegeme, der er modtageligt for universel energi, og som er vehikel for de to former for sjælsenergi, jeg omtalte ovenfor. Vitallegemet, dets forhold til denne universelle energi og dets syv kontaktpunkter til den fysiske organisme behandles i min bog *The Soul and Its Mechanism* og vil ikke blive yderligere behandlet her bortset fra et enkelt citat fra et afsnit.

»Bag det objektive legeme befinder sig en subjektiv form bestående af æterisk stof, og den fungerer som en overfører af energiens livsprincip eller prana. Dette livsprincip er sjælens kraftaspekt, og ved hjælp af det æteriske legeme beliver sjælen formen, giver den dens særlige kvaliteter og kendetegn, påtvinger den dens begær og dirigerer den efterhånden gennem tankens virksomhed. Ved hjælp af hjernen ansporer sjælen legemet til bevidst (styret) aktivitet, og ved hjælp af hjertet bliver alle dele af kroppen gennemstrømmet af liv.« (Bailey, Alice A., *The Soul and Its Mechanism*, s. 62).

Der er også et andet »legeme«, som er sammensat af summen af samtlige emotionelle tilstande, stemninger og følelser. Dette legeme reagerer på menneskets fysiske miljø i overensstemmelse med de informationer, der modtages af hjernen igennem de fem sanser og befordres til det via det vitale legeme. På denne måde kastes det ud i en aktivitet af udelukkende selvisk og personlig art, eller det kan opøves til at reagere primært på tanken, idet tanken her (som det så sjældent sker) betragtes som fortolkeren af det åndelige selv, sjælen. Det er dette emotionelle legeme, karakteriseret ved følelse og begær, som i de fleste tilfælde reagerer overordentligt kraftfuldt på det fysiske legeme. Sidstnævnte anses blandt esoterikerne for at være en ren automat, drevet til handling af begærnaturen og aktiveret af den vitale energi.

Efterhånden som menneskeheden gør fremskridt, vækkes et andet »legeme«, mentallegemet, til live, kommer i aktivitet og overtager gradvist og ganske naturligt kontrollen. Ligesom de fysiske og emotionelle systemer er denne mentale mekanisme i første omgang helt objektivt orienteret og bringes i aktivitet af

de indtryk, der kommer til den fra den ydre verden via sanserne. Efterhånden som den bliver mere udviklet, begynder den langsomt, men sikkert at dominere menneskets andre objektive aspekter, indtil personligheden i alle dens fire aspekter er fuldendt og samlet til en fungerende enhed på det fysiske plan. Når det sker, er en krise nået, og ny udvikling og udfoldelse bliver mulig.

I al den tid har sjælens to energier, liv og tanke, arbejdet gennem vehiklerne, uden at mennesket har været klar over deres oprindelse og formål. Som et resultat af deres arbejde er han nu et intelligent, aktivt, højt udviklet menneske. Men som Browning udtrykker det: »I det fuldendte menneske starter på ny en higen mod Gud«, (Browning, Robert, *Paracelsus*) og han bliver drevet af en guddommelig utålmodighed hen imod en bevidst viden om, og en bevidst kontakt med, sin sjæl – den usynlige faktor som han fornemmer, men som han forbliver personligt uvidende om. Nu indleder han en proces med selvudvikling og en intensiv undersøgelse af sin sande natur. Hans personlighed, som har været rettet udad mod en verden af fysisk, emotionelt og mentalt liv og med opmærksomheden rettet mod det objektive, gennemgår en proces af nyorientering og vender sig indad mod selvet. Brændpunktet for den bliver subjektivt med det formål at bringe den »dybere væren« i manifestation, som Keyserling taler om. Det der søges er den bevidste forening med sjælen, og det ikke kun fra den hengivnes eller mystikerens emotionelle og sanselige synsvinkel. Der søges en direkte erfaring. Viden om det guddommelige selv og mental vished om realiteten af den iboende Guds søn bliver målet for al stræben. Denne metode er ikke den mystiske hengivnes metode, som har søgt Gud drevet af sin emotionelle naturs kærlighedskraft. Det er den intellektuelle tilnærmelses metode og det at underordne hele sin personlighed rejsen mod de åndelige realiteter. Alle rent mentale typer og alle helt koordinerede personligheder er inderst inde mystikere og har passeret gennem mystikerfasen på et eller andet tidspunkt *i et eller andet liv*. Efterhånden som intellektet tager over og bevidstheden udvikles, kan denne midlertidigt glide i baggrunden og for en tid blive

henvist til underbevidsthedens verden. Men vægten lægges efterhånden og uundgåeligt på viljen til at vide, og livets drift (der ikke længere er tilfreds med de ydre og udvendige aspekter af manifestationen) retter sig imod sjælsviden og anvendelse af sindet til at opfatte åndelig sandhed.

Hovedet og hjertet forenes i deres bestræbelser. Tanke og ren fornuft blandes med kærlighed og hengivenhed i en fuldstændig omstilling af personligheden til en ny bevidsthedsverden. Nye bevidsthedstilstande registreres, efterhånden erkendes en ny objektiv verden, og det begynder at gå op for aspiranten, at brændpunktet for hans liv og bevidsthed kan løftes fuldstændigt ud af alle tidligere aktivitetsområder. Han opdager, at han kan gå med Gud, dvæle i himlen og være bevidst om en ny verden, der befinder sig inden i de kendte ydre former. Han begynder at opfatte sig selv som en bevidst borger i et andet naturrige, det åndelige, der er lige så virkeligt og lige så levende, lige så velordnet og lige så objektivt, som de riger vi nu kender. Støt tilegner han sig sjælens holdning til sit instrument, det menneskelige legeme. Han opfatter sig ikke længere som et menneske, der er kontrolleret af sine følelser, drevet af energi og dirigeret af sin forstand, men kender sig selv som selvet, der tænker via sindet, føler via følelserne og handler bevidst. Efterhånden som denne bevidsthed stabiliserer sig og bliver permanent, fuldbyrdes evolutionens arbejde for hans vedkommende, den store enhedsskabelse finder sted, og foreningen mellem selvet og dets udtryksredskab etableres. Således inkarnerer en guddommelig Guds søn bevidst.

Gennem arbejdet med uddannelse i alle dets mange forgreninger, er personlighedens koordinering blevet voldsomt fremskyndet. Menneskehedens mentalitet stiger til stadighed op ad præstationsstigen. Menneskeheden er gennem sine udbredte grupper af uddannede og mentalt fokuserede mennesker rede til selvbestemmelse og sjælsstyring. Nu kan den enkeltes intensive uddannelse, som de østlige systemer underviser i, sættes i værk. Undervisning og nyorientering af det fremskredne menneske må finde sin plads i vor uddannelse af masserne. Det er intentionen med denne bog og formålet med dens udgivelse. Hvor-

dan finder et menneske sin sjæl eller forvisser sig om dens eksistens? Hvordan kan han tilpasse sig sjællivets betingelser og begynde at virke bevidst som sjæl og menneske samtidigt? Hvad skal han gøre for at fremkalde den forening mellem sjælen og dens instrument, som er af afgørende betydning, hvis hans naturs indre drift nogen sinde skal blive tilfredsstillet? Hvordan kan han vide og ikke blot tro, håbe og længes?

Den østlige visdoms erfarne stemme kommer til os med ét ord: Meditation. Det selvfølgelige spørgsmål rejser sig: »Er det alt?« og svaret er: »Ja«. Hvis meditationen følges rigtigt, og hvis vedholdenhed er livets grundtone, så vil der blive etableret øget sjælskontakt. Resultaterne af denne kontakt viser sig i selvdisciplin, i renselse og et liv i aspiration og tjeneste. Meditation i østlig forstand er, som vi skal se, en fuldstændig mental proces, der fører til sjælsviden og oplysning. Det er en selvfølgelig kendsgerning, at »som et menneske tænker, således er det«.

## 4. KAPITEL

### Meditationens mål

»Forening opnås ved at betvinge den psykiske natur og ved at beherske tanke-stoffet. Når dette er fuldført, kender yogien sig selv som den han virkelig er.«

PATANJALI

Antager vi, at de skitserede teorier i de foregående kapitler er korrekte, så ville det måske være af værdi, hvis vi klart gjorde rede for hvilket endemål, det skolede menneske stræber mod, når det betræder meditationens vej, og på hvilken måde meditation adskiller sig fra det de kristne kalder bøn. Klar tænkning omkring begge er helt nødvendig hvis vi ønsker at gøre praktiske fremskridt, for opgaven den søgende står overfor er besværlig; han vil få brug for mere end en flygtig entusiasme og midlertidig bestræbelse, hvis han skal beherske denne viden-skab og mestre dens teknik. Lad os først overveje det sidste punkt og stille de to metoder, bønnen og meditationen, op mod hinanden. Bøn kan måske bedst udtrykkes ved nogle bestemte linjer af J. Montgomery, velkendt af os alle.

Bøn er sjælens ægte begær  
udtrykt eller usagt,  
tegnet på en skjult ild,  
der sitrer i mit bryst.

Den bærende tanke handler om begær og om at begære; og begærets kilde er hjertet. Men man må huske på, at hjertets begær enten kan dreje sig om opnåelsen af de besiddelser, personligheden begærer, eller om de himmelske og transcendentale besiddelser, som sjælen tørster efter. Hvad det end er, er den grundlæggende idé kravet om det ønskede, og hertil kommer forventningens faktor: der vil også blive opnået noget lidt efter lidt, såfremt ansøgerens tro er tilstrækkelig stærk.

Meditation adskiller sig fra bøn ved, at den primært er en måde at tænke på, der frembringer klarhed og erkendelse, som igen bliver til formuleret viden. Der eksisterer megen forvirring blandt mange om opfattelsen af denne sontring, og Bianco af Siena talte i virkeligheden om meditation, da han sagde: »Hvad er bøn andet end tanken der rettes opad, direkte mod Gud.«

Hovedparten af menneskene, polariseret som de er i deres begærnatur og i hovedsagen præget af en tendens til det mystiske, beder om det de har behov for; de kæmper i bøn for at opnå de med længsel imødesete dyder; de bønfaller en lyttende guddom om at lette deres trængsler; de går i forbøn for deres nære og kære; de tigger de højere magter om de besiddelser – materielle eller åndelige – som de føler er afgørende for deres lykke. De stræber og længes efter egenskaber, omstændigheder og de betingende faktorer, som vil gøre deres liv lettere eller frigøre dem til det de tror vil være frihed til at være til større nytte; de beder krampagtigt om at blive befriet for lidelse og sygdom og søger at få Gud til at besvare deres bøn om åbenbaring. Men det er forlangender, krav og forventninger, der er bønnens vigtigste kendetegn, hvor begæret er det dominerende, og hvor hjertet er involveret. Det er menneskets emotionelle natur og følelserne, der søger efter det der er behov for, og rækken af behov er lang og virkelig. Det er hjertets vej.

Fire grader af bøn kan identificeres:

1. Bøn om materielle fordele og om hjælp.
2. Bøn om dyder og gode karakteregenskaber.
3. Bøn for andre, forbøn.
4. Bøn om oplysning og guddommelig virkeliggørelse.

Ved studiet af disse fire typer bøn fremgår det, at de alle har deres rødder i begærnaturen, og at den fjerde bringer aspiranten hen til det punkt, hvor bønnerne kan slutte og meditationen begynde. Seneca må have været klar over dette, da han sagde: »Ingen bønner er nødvendige, undtagen at bede om en god sindstilstand, om sundhed (helhed) for sjælen.«



Meditation bærer arbejdet ind i det mentale rige; begær giver plads for det praktiske forberedende arbejde til guddommelig viden, og mennesket, der påbegyndte sin lange løbebane og livserfaring med begæret som grundlæggende kvalitet og som nåede en tilstand af tilbedelse af den endnu slørede guddommelige realitet, forlader nu den mystiske verden og træder ind i intellektets, fornuftens og den endelige virkeliggørelses verden. Bøn – tilligemed disciplineret uselvskhed – frembringer mystikeren. Meditation – tilligemed organiseret, disciplineret tjeneste – frembringer den vidende. Mystikeren sanser, som vi tidligere har set, guddommelige realiteter, kommer i kontakt (fra sin higenes højder) med den mystiske vision og længes uophørligt efter den vedvarende gentagelse af den ekstatiske tilstand, som hans bøn, higen og tilbedelse har bragt ham i. Han er sædvanligvis helt ude af stand til igen at fremkalde denne tilstand med vilje. Père Poulain hævder i *Des Grâces d'Oraison*, at en tilstand er mystisk, når seeren er ude af stand til selv at fremkalde den. I meditation er det modsatte tilfældet, og gennem viden og forståelse er det oplyste menneske i stand til med vilje at træde ind i sjælens rige og deltage intelligent i dens liv og bevidsthedstilstande. Den ene metode involverer følelsesnaturen og bygger på en tro på en Gud, der kan give. Den anden involverer den mentale natur og bygger på en tro på menneskets egen guddommelighed, skønt den ikke afviser den anden gruppes mystiske forudsætninger.

Man vil imidlertid se, at ordet mystisk bruges meget upræcist og ikke kun dækker den rene mystiker med hans syner og sansereaktioner, men også dem der passerer ind i den rene videns og visheds verden. Det dækker de tilstande, der er uventede og uhåndgribelige, og som bygger på ren aspiration og hengivelse, men også på dem, der er resultatet af en metodisk, intelligent tilnærmelse til virkeligheden og som kan gentages under de love, den vidende har lært at kende. Bertrand Russell behandler de to grupper på en højst interessant måde. Hans ord danner en virkelig fascinerende optakt til vort emne.

»Mystisk filosofi er til alle tider og i alle dele af verden karakteriseret ved bestemte anskuelser, som illustreres af de læresætninger vi har overvejet.

Der er for det første troen på indsigt til forskel fra ræsonnerende, analytisk viden; troen på en form for visdom, pludselig, gennemtrængende, uafviselig, som står i kontrast til den langsommelige og fejlbehæftede undersøgelse af ydre forekomster foretaget af en videnskab, der er helt afhængig af sanserne. ...

Den mystiske indsigt begynder med fornemmelsen af et afdækket mysterium, en skjult visdom, der nu pludselig uden for al tvivl bliver til vished. Fornemmelsen af vished og åbenbaring kommer før nogen bestemt tro. Den særlige tro, som mystikere opnår, er resultatet af overvejelser over den uarticulerede erfaring opnået i indsigtsens øjeblik. ...

Det første og mest direkte resultat af oplysningens øjeblik er troen på en mulighed for en form for viden, der kan kaldes åbenbaring, indsigt eller intuition i modsætning til fornuft, overvejelse og analyse, som anses for at være blinde vejvisere, der fører til illusionens morads. Tæt forbundet med denne tro er opfattelsen af en virkelighed bag den synlige verden, der er fuldstændig forskellig fra denne. Denne virkelighed omfattes med en beundring, der stiger til tilbedelse; den mærkes altid og overalt som værende nærværende, fint sløret af fornuftens syn, parat til – for det modtagelige sind – at skinne i al sin herlighed selv gennem menneskets tilsyneladende dårskab og slethed. Digteren, kunstneren og den elskende søger denne herlighed; den uafrystelige skønhed, de forfølger, er dens blege genspejling. Men mystikeren lever i visionens fulde lys: Han ved det, som andre vagt søger, og det med en viden som gør al anden viden til uvidenhed.

Mysticismens andet særpræg er dens tro på enhed og dens afvisning af at indrømme modsætninger eller opdelinger nogen steder. ...

Et tredje kendetegn ved næsten al mystisk metafysik er afvisningen af tidens realitet. Dette følger af afvisningen af opdeling; hvis alt er ét, må sondringen mellem fortid og nutid være illusorisk. ...

Den sidste af mysticismens læresætninger, som vi må tage i betragtning, er dens tro på, at alt ondt kun er tilsyneladende, en illusion fremkaldt af det analytiske intellekts opdelinger og modsætninger. Mysticismen hævder ikke, at forhold som fx grusomhed er gode, men den benægter de er virkelige: de tilhører det lavere blændværks verden, som vi skal befries fra gennem åbenbaringens indsigt. ...« (Russell, Bertrand, *Mysticism and Logic*, s. 8, 9, 10, 11).

Men den mystiske vej er en forberedelse til kundskabens vej, og der hvor mystikeren stopper ved tilbedelsen af visionen og i længslen efter den elskede, tager den, der søger efter den sande viden, opgaven op og fører arbejdet videre. Dr. Bennett fra Yale siger i slutningen af sin bog om mysticisme, at »mystikeren i slutfasen af sin forberedelse simpelthen venter på en tilsynkomst og en begivenhed, som han er omhyggelig med ikke at definere alt for detaljeret; og han forventer også og er helt overbevist om, at hans egen indsats nu har bragt ham så langt han kan komme, og at fuldendelsen vil ske gennem en eller anden berøring udefra.« (Bennett, Charles A., *A Philosophical Study of Mysticism*, s. 192). Denne tanke begrænser hele emnet til sanseopfattelsens område, men der er mere end det. Der er den direkte viden. Der er en forståelse af de love, der styrer dette nye område for væren. Der er iagttagelsen af en ny fremgangsmåde, af de trin og kendeord, som leder frem til døren og får den til at åbne sig. Det er her meditationen spiller sin rolle og sindet træder ind for at fuldføre sin funktion som åbenbarer. Gennem meditation bliver den forening definitiv, som mystikeren længes så inderligt efter, som han fornemmer og som han har oplevet kortvarigt og flygtigt; den kendes nu trods alle modsætninger og kan genskabes efter ønske. Fader Joseph Maréchal påpeger i sin bemærkelsesværdige bog, at:

»... symboler bliver borte, billeder falmer, rum forsvinder, mangfoldighed mindskes, overvejelse forstummer, følelsen af udvidelse samler sig og bryder ned; *intellektuel aktivitet er fuldstændig koncentreret i sin egen intensitet*; den forstår uden mellemstadium, med intuitionens suveræne vished, væren, Gud. ...

Den menneskelige tænkeevne er derfor en *særlig evne, der er på jagt efter sin intuition* – det vil sige en assimilation af væren, en ren og enkel væren, en ophøjet *enhed*, uden begrænsninger, uden skelnen mellem essens og eksistens, af det mulige og virkelige.« (Maréchal, Joseph, S.J., *Studies in the Psychology of the Mystics*, s. 32, 101). (Kursivering ved A.A.B.).

At bruge tænkeevnen og bøje den mod dens nye opgave som det guddommeliges åbenbarer er nu målet for den overbeviste mystiker. For at kunne gøre dette med succes og glæde får han

brug for en klar forestilling om sit mål og en lysende forståelse af de resultater, der efterhånden vil vise sig. Han får brug for en skarp formulering af de værdier han benytter i sin stræben og en lige så stærk forståelse af sine fejl og mangler. Han bør opnå et så velafbalanceret syn på sig selv og sine forhold som muligt. Men parallelt hermed bør der imidlertid også opnås et lige så velafbalanceret syn på målet og en forståelse af de vidunderlige erkendelser og talenter, der bliver ham til del, når hans interesse skifter fra de ting, der nu lægger beslag på hans opmærksomhed og følelser, til de mere esoteriske værdier og normer.

Vi har berørt det punkt, hvor meditation er en proces, hvorved sindet bliver nyorienteret mod virkeligheden, og – hvis den benyttes på rette måde – kan lede mennesket frem til et andet naturrige, en anden bevidsthedstilstand og væren og ind i en anden dimension. Bestræbelsernes mål er skiftet til tankens og virkeliggørelsens højere verdener. Hvad er de endelige resultater af denne nyorientering?

Det skal måske først nævnes, at meditation er den videnskab, som sætter os i stand til at nå frem til en direkte erfaring af Gud. Den i hvem vi lever og røres og har vor væren er ikke længere målet for vor higen eller et symbol for os på en guddommelig mulighed. Vi kender Gud som den evige årsag og kilden til alt eksisterende, indbefattet os selv. Vi erkender helheden. Vi bliver ét med Gud ved at blive ét med vor egen udødelige sjæl, og når denne mægtige begivenhed finder sted, opdager vi, at den enkelte sjæls bevidsthed er helhedens bevidsthed, og at separatisme og splittelse, adskillelse og opfattelsen af du og jeg, af Gud og et Guds barn, er tonet bort i viden om og virkeliggørelse af enhed. Dualisme er vejet pladsen for enhed. Det er foreningens vej. Den integrerede personlighed er blevet transcenderet gennem en systematisk udfoldelse af sjælen, og en bevidst enhedsskabelse er bragt i stand mellem det lavere eller personlige selv og det højere eller guddommelige selv. Denne dualitet må først erkendes og derefter transcenderes førend det virkelige selv – i menneskets bevidsthed – bliver til det højeste selv. Det er blevet sagt, at de to dele af mennesket ikke har haft noget tilfælles gennem lange tidsrum; de to dele er den ån-

delige sjæl og formnaturen, men de er evigt forbundne (og her ligger løsningen på menneskets problem) af tankens princip. I en af hinduernes gamle bøger, *Bhagavad Gita*, findes disse betegnende ord:

»Selvet er selvets ven for ham, i hvem selvet er besejret af Selvet; men for ham, der er langt fra Selvet, er hans eget selv hans værste fjende«. (*Bhagavad Gita*, VI. 6).

og Paulus siger praktisk talt det samme i sit desperate råb:

»Thi jeg ved, at i mig, det vil sige: i mit kød, bor der intet godt; thi viljen har jeg vel, men at udføre det gode formår jeg ikke; ... Thi i mit indre menneske glæder jeg mig over Guds lov; men i mine lemmer ser jeg en anden lov, som ligger i strid med loven i mit sind og tager mig til fange under syndens lov, som er i mine lemmer. Jeg elendige menneske! hvem skal fri mig (det virkelige selv) fra dette dødens legeme?« (*Romerbrevet*, VII. 18, 22, 23, 24).

Dette virkelige selv er Gud – Gud den sejrrige, Gud skaberen, Gud menneskets frelser. Det er med Pauli ord: »Kristus i jer, herlighedens håb«. Dette bliver en kendsgerning i vor bevidsthed og ikke blot en meget eftertragtet teori.

Meditation får det vi tror på til at blive til konstaterede kendsgerninger og vore teorier til bevist erfaring. Pauli udtalelse forbliver kun en idé og en mulighed, indtil kristuslivet bliver vækket gennem meditation og bliver den dominerende faktor i det daglige liv. Vi taler om os selv som guddommelige og som gudesønner. Vi kender til dem, der har demonstreret deres guddommelighed for verden og som går forud i menneskets søgen efter resultater, idet de vidner om evner, der rækker ud over rammerne for hvad vi er i stand til. Vi er inderst inde bevidste om de kræfter, der driver os frem mod viden, og om de indre tilskyndelser, der har tvunget menneskeheden op ad evolutionens stige til dens nuværende position, vi kalder det dannede menneske. En guddommelig drift har drevet os fremad fra huleboerens stadium til vor moderne civilisation. Frem for alt er vi opmærksom på dem der har – eller hævder at have – en vision om de himmelske forhold som vi længes efter at dele, en vision

som er et vidnesbyrd om den direkte vej til den guddommelige virkeligheds centrum, som de også opfordrer os til at følge. Det fortælles os, at det er muligt at få en direkte erfaring, og nøgleordet for vore moderne tider kan sammenfattes med ordene: »Fra autoritet til erfaring«. Hvordan kan vi vide det? Hvordan kan vi få denne direkte erfaring, fri for enhver indblanding fra noget mellemlid? Svaret er, at der findes en metode, som er blevet fulgt af utallige tusinder, og en videnskabelig proces, der er blevet formuleret og fulgt af tænkere til alle tider og ved hvis hjælp, de bliver vidende.

Uddannelsesprocessen har måske haft sin vigtigste opgave ved at forberede sindet til at påtage sig meditationsarbejdet. Den har lært os, at vi er i besiddelse af et sådant redskab, og den har præsenteret os for nogle af de måder, det kan bruges på. Psykologerne har fortalt os meget om vore mentale reaktionsmønstre og vore instinktive vaner. Nu skal mennesket bevidst tilegne sig sit instrument, og vokse ud af undervisningens indledende stadier og flytte ind i det klasseværelse og det indre laboratorium, hvor det er muligt selv at skaffe sig viden om Gud – målet med al uddannelse. Hvem var det der sagde, at verden ikke er et fængsel, men en åndelig børnehave, hvor millioner af forvildede børn prøver at stave til Gud? Sindet sender os hid og did i arbejdet med at udtrykke sandheden, indtil den dag gryr, hvor vi udmattede trækker os ind i os selv og mediterer og så finder Gud. Som dr. Overstreet siger: »Vor vedvarende søgen får da sin forklaring og sin betydning. Det er Gud selv, der virker i os. Når vi så opdager de mere blivende værdier, eller når vi skaber dem, realiserer vi Gud i vort eget liv.« (Overstreet, H. A., *The Enduring Quest*, s. 265).

Igen kan vi definere meditation som den metode, hvorved et menneske når det afslørede selvs herlighed ved en proces, der afviser form efter form. Undervisning leveres ikke kun i vore skoler og på vore universiteter. Den bedste skole af alle er selve livserfaringen, og de lektier vi lærer er dem vi påfører os selv ved at identificere os med en række former – nydelsens former, vore elskedes former, begærets former, kundskabens former – listen er endeløs. For hvad er former andet end de erstatninger vi skaber og derefter placerer foran os som objekter for tilbe-

delse, eller de ideer om lykke og sandhed, som andre har skabt, og som vi iler efter i det uendelige, kun for at opdage, at de forsvinder i tågen for vore trætte øjne. Vi søger tilfredsstillelse i alle slags fænomener, kun for at se dem forvandlet til støv og aske indtil vi når dette noget – uhåndgribeligt og dog alligevel uendeligt virkeligt – som gav dem alle liv. Han som ser alle former som symboler på virkeligheden er godt på vej til at nå det afslørede selv. Men det kræver en mental opfattelsesevne og en styret intuition at gøre dette. Havde Sir James Jeans et glimt af dette, da han sagde:

»Fænomener kommer til os forklædt i deres tidsmæssige og rumlige struktur; de er budskaber i koder, som vi ikke skal forstå den endelige betydning af, før vi har fundet ud af, hvordan de skal afkodes fra deres rum-tid-indpakning.« (Jeans, Sir James, *The Universe Around Us*, s. 339).

Mennesket er et punkt af guddommeligt lys, skjult i et antal omsluttende hylstre som et lys i en lygte. Denne lygte kan være enten slukket og mørk eller tændt og strålende. Den kan enten være et lys, der skinner foran menneskers øjne, eller den kan være skjult og derfor til ingen nytte for andre. I den grundlæggende lærebog om meditation, *Patanjalis Yoga Sutras*, som der i min bog, *The Light of the Soul*, er bragt en engelsk omskrivning af og kommentar til, forsikres vi om, at gennem den rette disciplin og meditation »vil det der skjuler lyset gradvis blive fjernet«, og »når den åndelige intelligens ... spejler sig selv i det mentale stof, så kommer bevidstheden om selvet.« (Bailey, Alice A., *The Light of the Soul*, II., 52). På et vist tidspunkt i ethvert menneskes historie kommer der en betydningsfuld krise, hvor lyset skal sanses – gennem en korrekt anvendt intelligens – og det guddommelige uvægerligt berøres. Det understreger Patanjali, når han siger: »Overførslen af bevidstheden fra et lavere legeme til et højere er en del af den skabende og evolutionære proces.« (*Ibid.*, IV., 2). Langsomt og gradvist bliver den direkte videns arbejde muligt, og den herlighed som er skjult bag alle former, står åbenbaret. Hemmeligheden er at vide, hvornår den tid er kommet og at udnytte lejligheden på det rigtige tidspunkt. Mester Eckhart siger:

»Hvis sjælen blev berøvet alle sine hylstre, ville Gud stå fuldstændig nøgen for dens blik og ville give sig til den uden at holde noget tilbage. Så længe sjælen ikke har kastet alle sine slør, hvor tynde de end måtte være, er den ude af stand til at se Gud.« (Pfeiffer, Franz, *Meister Eckhart*, s. 114).

Således lærer Øst og Vest den samme idé med den samme symbolik.

Meditation er derfor en styret proces, hvorigennem et menneske finder Gud. Den er en gennemprøvet og meget anvendt metode, der ufejlbarligt åbenbarer det guddommelige. De vigtige ord er her »en styret proces.« Der er visse regler der skal følges, visse afgørende skridt der skal tages og visse udviklingsstadier der skal erfares, før et menneske kan høste meditationens frugter. Det er, som vi har set, en del af den evolutionære proces, og som alt andet i naturen er den langsom, men sikker og med et ufejlbarligt resultat. Der er ingen skuffelser for det menneske, der er villig til at adlyde reglerne og arbejde med metoden. Meditation kræver selvkontrol i alle forhold, og medmindre meditationsarbejdet i sig selv bliver fulgt op af andre betingelser under den »styrede proces« (som fx selvkontrol og aktiv tjeneste), vil den forfejle sit mål. Fanatisme er der ikke behov for. Det gøres der klart rede for i *Bhagavad Gita*:

»Der findes ingen meditation for det menneske, der spiser for lidt, eller for det menneske, der spiser for meget, eller for ham som har for vane at sove for meget eller for lidt. Men for ham der disciplinerer sin indtagelse af føde og sit arbejde, sin søvn og opvågning, bliver meditationen tilintetgøreren af al lidelse.« (*Bhagavad Gita*, VI., 16-17).

Meditation kan retteligt anses for at være en del af den naturlige proces, som indtil nu har båret mennesket frem ad evolutionens vej fra en tilstand, der kun var lidt forskellig fra dyrets og til dets nuværende position med mentale evner, videnskabelige bedrifter og guddommelig uro. Støt og roligt er hans bevidsthedscentrum skiftet, og stedse er hans opmærksomhed blevet rettet mod en stadig større kontaktflade. Mennesket er allerede gået fra den rent dyriske og fysiske værenstilstand og ind i en tilstand af stærk følelses- og sansemæssig bevidsthed, og i den-



ne tilstand befinder millioner sig i øjeblikket. Men andre millioner gør yderligere fremskridt ind i et andet og højere bevidsthedsområde, det som vi kalder sindets mentale område. Og endnu en gruppe, meget mindre i antal, er ved at gå ind i et område, hvor universelle kontakter bliver mulige. Denne gruppe kalder vi for menneskehedens vidende. Gennem alle anvendte metoder løber det guddommelige formåls gyldne tråd, og den måde, hvorpå overførslen af den menneskelige bevidsthed til sjælserkendelse og sjælsbevidsthed kommer i stand, er meditation.

Processen med at afsløre selvet gennem afvisningen af livets forside og som følge deraf den manglende evne hos de forskellige hylstre til at skjule det, kan lige så godt beskrives med ordet forvandling som med ordene overførsel af bevidsthed.

Forvandling er en ændring og en nyorientering af sindets, følelsernes og den fysiske naturs energier, så at de tjener til at åbenbare selvet og ikke kun til at afsløre naturen af den fysiske og legemlige natur.

Vi får fx fortalt, at vi har fem hovedinstinkter, som vi har tilfælles med alle dyr. Disse forstærker det rent fysiske liv, hvis de bruges med en selvisk og personlig hensigt, styrker formen eller den materielle natur og tjener derfor til i stadig større udstrækning at skjule selvet, det åndelige menneske. De må forvandles til deres højere genpart, for enhver dyrisk egenskab har sin åndelige prototype. Selvopholdelsesinstinktet må i sidste ende erstattes af erkendelsen af udødelighed, og som »indbygger i det evige til evig tid« vil mennesket vandre på jorden og opfylde sin skæbne. Det instinkt, der får det lavere selv til at trænge sig fremad og kæmpe sig vej opad, vil til sidst omdannes til det højere eller åndelige selvs kraft. Det lille eller lavere selvs herredømme vil vige for det højere selv. Seksualiteten som dyrisk instinkt, der magtfuldt dirigerer alle dyriske former, vil gøre plads for en højere tiltrækning og vil – i sin ædleste form – frembringe bevidst tiltrækning og forening mellem sjælen og dens redskab, mens flokinstinktet vil blive forvandlet til gruppebevidsthed. Et femte instinkt, som er trangen til at spørge og udforske, der karakteriserer alle sind på såvel et højt som lavt mentalt niveau, vil gøre plads for intuitiv opfattelse og for-

ståelse; og således vil det store arbejde fuldbyrdes, og det åndelige menneske vil beherske sin skabelse, mennesket, og løfte alle sine egenskaber og udtryk ind i himlen.

Gennem meditation udvikles åndelig viden i sindet, og på basis af den almene viden udvider vi støt og roligt vor forståelse af ordet, indtil viden går over i visdom. Det er en direkte viden om Gud opnået ved hjælp af den mentale evne, således at vi bliver det vi er og bliver i stand til at manifestere vor guddommelige natur. Tagore definerer et sted meditation som »indtræden i en stor sandhed, indtil vi beherskes af den«, og sandhed og Gud er synonyme udtryk. Det fortælles os, at sindet kender til to objekter – yderverdenen gennem de fem sanser og hjernen, og sjælen og dens verden gennem hvad vi kunne kalde en indadvendt anvendelse af sindet og dets intense fokusering på en ny og usædvanlig kontaktflade. Således »bliver tankestoffet, der afspejler både den vidende (selvet) og det som kan vides, alvidende ... det bliver selvets instrument og kommer til at fungere som en forenende kraft.« (Bailey, Alice. A., *The Light of the Soul*, IV., 22-24). Alt vil blive åbenbaret for det menneske, der virkelig mediterer. Han vil forstå naturens skjulte sider og det åndelige livs hemmeligheder. Han vil også vide *hvordan* han ved.

Meditation medfører altså forening – eller enhedsskabelse.

Den vestlige mystiker taler måske om en forsoning, mens Østens broder taler om raja yoga eller om forening og om befrielse, men de mener det samme. De mener, at sindet og sjælen (Kristus i os eller det højere selv) fungerer som en enhed, som en koordineret helhed, der således fuldkomment udtrykker den iboende Guds vilje. René Guénon kommer i sin bog, *Man and His Becoming*, med interessante kommentarer til ordet »forening«, der er på sin plads her.

»Virkeliggørelsen af denne identitet frembringes ved hjælp af *yoga*, det vil sige den intime og grundlæggende harmoni med det guddommelige princip eller – hvis det foretrækkes – det universelle. Den egentlige betydning af ordet *yoga* er faktisk 'forening' og intet andet. ... Det bør bemærkes, at denne virkeliggørelse ikke bør opfattes snævert som en 'bedrift' eller som 'et produkt af et ikke tidligere eksisterende resultat' – med

henvisning til Shankarâchâryas udtryk – thi den omtalte forening, selv om den ikke er virkeliggjort på den måde vi har til hensigt her, eksisterer ikke kun potentielt, men tværtimod også i virkeligheden; det der er tale om er blot den enkeltes faktiske tilegnelse ... af bevidstheden om det der i sandhed består i al evighed.« (Guénon, René, *Man and His Becoming*, s. 37).

Gennem de systematiske trin i meditationsprocessen bliver der gradvis etableret en forbindelse mellem sjælen og dens instrument, indtil den tid kommer, hvor de i bogstavelig forstand er ét. Så tjener hylstrene blot til at åbenbare lyset fra den iboende Guds søn; det fysiske legeme er under sjælens direkte kontrol, for det oplyste sind overfører (som vi senere skal se) sjælens viden til den fysiske hjerne; følelsesnaturen bliver rensat og reflekterer simpelthen sjælens kærlighedsnatur, ligesom sindet reflekterer Guds hensigter. Således går de hidtil uorganiserede og adskilte aspekter af mennesket op i en højere enhed, de bliver forenede og bragt i indbyrdes harmonisk forhold med hverandre og med sjælen, deres skaber, deres kilde til energi og deres drivkraft.

Denne videnskab om forening indebærer disciplinering af livet og et eksperimentelt koordineringssystem. Dens metode bygger på målrettet opmærksomhed, på tankekontrol eller på meditation, og er en udviklingsmetode, hvor vi iværksætter foreningen med sjælen og bliver opmærksom på bevidsthedens indre tilstande. De sammenfattes for os i Brownings kendte ord:

»Sandheden er i os selv; den beror ikke  
på ydre ting, hvad du end måtte tro.  
Der er en inderste kerne i os alle,  
hvor sandheden bor i al sin fylde, bag  
mur efter mur lukket inde af det grove kød  
... men at vide  
består snarere i at bane en vej,  
ad hvilken den fængslede herlighed kan undslippe  
end i at åbne døren for et lys,  
der antages at være udenfor.«

(Browning, Robert, *Paracelsus*).

Hele målet for meditationsvidenskaben er derfor at sætte mennesket i stand til at blive dét i ydre manifestation, som han er i den indre virkelighed, og få ham til at identificere sig selv med sit sjælsaspekt og ikke blot med sine lavere egenskaber. Det er en hurtig proces til udvikling af den ræsonnerende bevidsthed, men den må i så fald være selv-pålagt og selv-igangsat. Gennem meditation bruges sindet som et instrument til at iagttage de evige tilstande, og det bliver med tiden et instrument til oplysning, og gennem det sender sjælen eller selvet viden ind i den fysiske hjerne.

Til slut fremkalder meditationen oplysning. Mester Eckhart siger i sin prædikensamling, skrevet i det fjortende århundrede:

»Tre slags mennesker ser Gud. Den første ser ham i tro; de ved ikke mere om ham end det de ser gennem en lukket dør. Den anden ser Gud i nådens lys, men kun som et svar på deres længsler, som det der giver dem sødme, hengivenhed, inderlighed og andre sådanne ting. ... Den tredje slags ser ham i det guddommelige lys.« (Pfeiffer, Franz, *Meister Eckhart*, s. 191).

Det er dette lys, som meditationsprocessen åbenbarer, og som vi lærer at arbejde med.

Verdens hjerte er lys, og i det lys skal vi se Gud. I det lys finder vi os selv. I det lys bliver alt åbenbaret. Patanjali fortæller os, »når metoderne til forening har været praktiseret regelmæssigt og når urenhed er overvundet, finder der en oplysning sted, der fører frem til fuldstændig oplysning«. »Så stræber sindet mod stadig større oplysning hvad angår selvets sande natur.« (Bailey, Alice A., *The Light of the Soul*, II., 27-28, IV., 26).

Som et resultat af meditation bryder lyset frem. Denne »oplysning er gradvis og udvikles trin for trin«. (*Ibid.*, III., 5-6).

Det ser vi nærmere på senere hen.

Som en konsekvens af alle de foregående faktorer vil meditation føre til, at sjælens kræfter udfoldes. Hvert eneste vehikel, som sjælen udtrykker sig igennem, bærer latent i sig visse iboende kræfter; men sjælen, som er kilden til dem alle, besidder

dem i deres reneste og mest sublimerede form. Fx er det fysiske øje organ for det fysiske syn. Clairvoyance er den samme evne, når den udtrykker sig i det der anses for den psykiske verden – illusionens, følelsernes og den emotionelle verden. Men i sjælen viser den samme evne sig som ren opfattelse og ufejlbarligt åndeligt syn. Gennem meditation bliver de højere modsvarigheder til de lavere fysiske og psykiske kræfter bragt til at fungere, og dermed fortrænger de deres lavere udtryk.

Disse evner udvikler sig normalt og naturligt. Det gør de, ikke fordi de bliver begæret eller udviklet bevidst, men fordi den indre Guds kræfter bliver åbenbare på det fysiske plan, efterhånden som han opnår kontrol med og kommer til at dominere sine legemer, og de indre muligheder vil derefter vise sig som velkendt virkelighed.

Den sande mystiker beskæftiger sig ikke med evner og færdigheder, men kun med den der besidder disse evner. Han koncentrerer sig om selvet og ikke om dette selvs muligheder. Efterhånden som han forener sig mere og mere med den realitet, som er ham selv, vil sjælens evner begynde at vise sig på normal måde, sikkert og nyttigt. Processen sammenfattes for os af Mester Eckhart med disse ord:

»Sjælens lavere kræfter bør rettes mod dens højere og dens højere mod Gud; dens udadrettede sanser mod dens indadrettede og dens indadrettede mod fornuft; tanke mod intuition og intuition mod viljen og det hele mod enhed. ...« (Pfeiffer, Franz, *Meister Eckhart*, s. 40).

Oversætteren af René Guénons bog, *Man and His Becoming*, dr. Charles Whitbys ord er relevante for dette kapitel om meditationens mål. Han henviser til de

»... overvældende beviser på den gensidigt-bekræftende overensstemmelse – på alle væsentlige punkter – mellem den vestlige, den hinduistiske, den muslimske og den fjernøstlige, esoteriske tradition. Sandheden vi så overilet kalder for uopnåelig venter os dér i uændret og uforanderlig majestæt, men så sandelig tilsløret for hastige og hånlige øjne, men med stedse større tydelighed for den oprigtige, uhildede søgende. Ifølge Plotin stiger kontemplationen – der i egentlig forstand udgør livet hos hver enkelt og menneskeheden som helhed – gradvist, og gennem naturlige og

uundgåelige fremskridt fra natur til sjæl, fra sjæl til rent intellekt, fra intellekt til den 'Højeste'. Er det således, vil eller rettere skal den nuværende beskæftigelse med psykiske eller kvasi-psykiske emner hos de mere frem-skredne repræsentanter for vestlig tænkning og videnskab før eller senere følges op af en lige så seriøs opmærksomhed på noget af højere, ja selv af allerhøjeste betydning.« (Guénon, René, *Man and His Becoming*, s. X).

Det fremgår således, at kravene til meditation er meget høje, og vægten af vidnesbyrd fra mystikere og indviede til alle tider kan opfattes som en bekræftelse af dem. Den viden andre har opnået kan måske opmuntre og interessere os, men den gør heller ikke mere, medmindre vi selv bliver aktive. At der findes en teknik og en videnskab om enhed, baseret på den rette behandling af det mentale legeme og dets korrekte brug, er måske grundlæggende sandt, men denne viden tjener intet formål, medmindre hver eneste skolede tænker konfronterer sig med spørgsmålet. Han må tage beslutninger på grundlag af de involverede værdier og sætte sig for at vise sindets realitet, dets forhold i de to retninger (til sjælen på den ene side og til de ydre omgivelser på den anden) og endelig demonstrere sin evne til at bruge dette sind efter eget valg. Det indebærer udviklingen af sindet som en syntesens fornuft eller den almindelige sunde fornuft og dirigere dets anvendelse i forhold til det jordiske liv, til følelserne og tanken. Det indebærer også dets orientering mod sjælens verden efter ønske og dets evne til at virke som en formidler mellem sjælen og den fysiske hjerne. Den første relation udvikles og næres gennem sunde metoder i den eksoteriske uddannelse og træning; den anden bliver gjort mulig gennem meditation, en højere pendant til uddannelsesprocessen.

## 5. KAPITEL

### Meditationens stadier

»Hvad ville du gøre inderst inde, o sjæl, min broder?  
Hvad ville du gøre inderst inde?  
Stæng dør og vindue så ingen kan se ind:  
så at vi kan være alene  
(Alene! ansigt til ansigt  
på det flammeoplyste sted!)  
Når først vi begynder  
at tale med hinanden.«

EVELYN UNDERHILL

Vi har kort studeret de mål vi sætter os, når vi søger at nyorientere sindet hen imod sjælen og gennem den forening, der her ved opstår, træder i forbindelse med en højere tilværelsessfære. Vi søger at bruge det udstyr, som en lang række livseksperimenter og -erfaringer har udrustet os med, og hvad enten vi påtager os arbejdet fra den hengivne mystikers udgangspunkt eller den intellektuelle aspirants, er der visse grundlæggende forudsætninger der skal opfyldes før egentlige øvelser udføres. Pastor R. J. Campbells ord fastslår præcist vor baggrund og opgave. Han siger:

»For at virkeliggøre selvets natur var vi nødsaget til at forlade vor evige bolig i Gud for at kunne kæmpe og lide midt i illusionerne om tiden og følelserne. Vi må sejre før vi kan træde ind i den evige sandhed, der ligger ud over det tilsyneladende. I denne sejr bliver vi nødt til at beherske kødet og prise ånden, lade hånt om verden for at redde den og miste livet for at finde det.«

Lad os nu overveje situationen og de processer, som vi må underkaste os, hvis målet nogen sinde skal nås. De indledende krav behøver kun at blive taget til efterretning, idet de er almindeligt anerkendt og delvist konfronterer enhver begynder, for

ellers ville han ikke være på vej ind i denne særlige fase af sin evige stræben efter sandheden. Vi er inderst inde bevidste om dualitet og om en krigstilstand mellem de to aspekter vi består af. Vi er bevidste om en udpræget utilfredshed med det fysiske liv som helhed og med vor manglende evne til at fatte og forstå den guddommelige virkelighed, som vi håber eksisterer. Men det vedbliver for os at være et spørgsmål om tro, og det vi ønsker er vished. Livet i sanseverdenen synes ikke at føre os langt nok frem ad vejen mod vort mål. Det er et omskifteligt liv vi fører; sommetider leder vort højeste begær det op til en underfuld bjergtop, hvor vi er lige præcis længe nok til at få en vision af skønheden, og derefter kastes vi i vore daglige omgivelser af grund, vor dyriske natur og den kaotiske verden, som vor skæbne sætter os i. Vi fornemmer en vished som undslipper os gang på gang; vi stræber efter et mål, som synes at ligge uden for os selv og som undviger vore mest indædte anstrengelser; vi slider, kæmper og piner os selv for at nå til en virkeliggørelse som helgener har vidnet om og menneskeheds vidende til stadighed bærer vidnesbyrd om. Hvis vor vilje er tilstrækkelig stærk og vor beslutsomhed rodfæstet i klippefast og usvækket udholdenhed, og hvis de gamle regler og formler begribes, kan vi nærme os vort problem fra en ny vinkel og gøre brug af vor mentale udrustning i stedet for den flittige brug af følelser og feberagtigt begær.

Hjertets aktivitet er imidlertid på sin plads, og Patanjali siger i sin velkendte *Aphorisms*, som har vejledt hundreder af vidende i deres arbejde, at:

»De metoder der fører frem til forening med sjælen er for det første brændende aspiration, derefter åndelig læsning og, til sidst, fuldstændig lydighed mod mesteren.« (Bailey, Alice A., *The Light of the Soul*, II., 1, 2).

Ordet »aspiration« kommer af det latinske »ad« = »til« og »spirare« = »at ånde eller ånde hen imod«, som Webster udtrykker det. Ordet »spirituel« kommer af den samme rod. Aspiration går forud for inspiration. Der må ske en udånding fra det lavere



selv, før der kan ske en indånding af det højere aspekt. Set med den østlige mysticisms øjne involverer aspiration ideen om ild. Den betegner et brændende begær og en ivrig beslutsomhed, som i sidste ende gør tre ting for aspiranten. Den kaster et skarpt lys på hans problemer og danner det rensende ildsted, hvori hans lavere selv skal ligge for at alle slaggerne kan brændes helt ud. Det vil også nedbryde alle de forhindringer, som vil kunne holde ham tilbage. Den samme idé om ild går gennem alle bøger om kristen mystik, og man kommer let i tanke om mange passager i Biblen af lignende karakter. Villighed til at »bære korset«, til at »gå ind i ilden«, til at »dø hver dag« (det er uden betydning hvilken symbolik der anvendes) er karakteristisk for den sande aspirant; men før vi fortsætter til meditationens vej og følger i fodsporene på de myriader af gudesønner, som er gået forud for os, må vi lodde dybden og pejle højden og styrke os selv med henblik på den besværlige opstigning og den voldsomme anstrengelse. Vi må sige som J. C. Earle:

»Jeg går gennem dalen, overvinder stigningen.  
Jeg bærer korset, og korset bærer mig frem.  
Lys leder mig videre mod lyset. Jeg græder  
af glæde over det jeg håber at se,  
når endelig den stejle vej er trådt.  
For hvert pinefuldt skridt jeg træder,  
gennemrejser jeg verden efter verden af lys  
og trænger ind i stadig dybere dybder af Gud.«

(Earle, John Charles, *Onward and Upward*, Oxford Book of English Mystical Verse, s. 508).

Vi begynder med en følelsesmæssig forståelse af vort mål, og derfra fortsætter vi, gennem disciplinens ild, til den intellektuelle visheds højder. Det illustreres smukt for os i Biblen i historien om Sjadrak, Mesjak og Abed-Nego. Vi læser, at de blev kastet i en gloende ovn, og dog var resultatet af denne tilsyneladende tragedie en frigørelse midt iblandt dem af en fjerde identitetsform, hvis fremtoning mindede om Guds søn. De tre venner er symboler på det trefoldige lavere menneske. Navnet *Me-*

*sjak* betyder »opvakt«, en evne i det skelnende sind, mentallet. *Sjadrak* betyder »fryd på vejen« og beskriver forvandlingen af følelseslegemet og begærets drejning mod vejen: *Abed-Nego* betyder »en solens tjener« og understreger således den kendsgerning, at det fysiske legemes eneste funktion er at tjene sønnen (solen), egoet eller sjælen (se *Daniels bog* III., 23-24). Der gives ingen flugt fra den gloende ovn, men belønningen svarer til indsatsen.

Betydningen af den anden forudsætning, åndelig læsning, må også forstås. Ordet »*read*« er af meget dunkel oprindelse, og filologer hælder mod at mene, at der er to ord indblandet. Det ene er det latinske ord »*reri*«, at tænke, og det andet sanskrit-ordet »*radh*«, at have succes. Måske er begge begreber anvendelige, for det er sikkert, at det menneske der tænker bedst og kan kontrollere og udnytte sit tankeredskab også er det menneske, der lettest mestrer meditationsteknikken.

Bøn er en mulighed for alle. Meditation er kun mulig for det mentalt polariserede menneske; det er et punkt der bør understreges og som ofte møder modstand, når påstanden fremsættes. Alle mennesker der er villige til at underkaste sig disciplin og forvandle følelser til åndelig hengivenhed kan blive helliggjorte, og mange underkaster sig virkelig. Men *alle mennesker kan endnu ikke blive vidende*, for det indebærer alt det en helgen har opnået samt anvendelsen af intellektet og evnen til at tænke problemerne igennem til kundskab og forståelse. Mennesket for hvem det lykkes kan tænke og udnytte den sjette sans, sindet, til at fremkalde visse specifikke resultater. Andre oprindelser, der er foreslået, har at gøre med ord der handler om at tage mod råd og vejledning, således at de tre grundlæggende ideer kommer frem: at nå et vellykket resultat ved hjælp af tænkeevnen, at opnå fuldkommenhed, at modtage gode råd og at benytte alle informationskanaler for at opnå viden.

Dette er grundlæggende Patanjalis mening, når han bruger udtrykket der oversat betyder »åndelig læsning«. Det betyder i virkeligheden at læse med sjælens øjne, med det indre syn rede til at opdage det som søges. Det indses, at alle former kun er symboler på en indre eller åndelig virkelighed, og at åndelig

læsning involverer udviklingen af evnen til at »læse« eller se livsaspektet, som den ydre form tilslører og skjuler. Man vil opdage, at det gælder både for en menneskelig form og en hvilken som helst anden form i naturen; alle former tilslører en guddommelig tanke, idé eller sandhed og er den håndgribelige manifestation af et guddommeligt begreb. Når et menneske ved dette, begynder han at læse åndeligt, at se under overfladen og kommer således i kontakt med den idé der fødte formen. Gradvist, efterhånden som han opnår øvelse i at gøre dette, når han frem til en viden om sandheden og bliver ikke længere fanget ind af formens uvirkelige aspekter. Dette vil fx, set fra en praktisk synsvinkel, få en person til at behandle sin næste på grundlag af den skjulte guddommelige virkelighed og se bort fra formaspektet, som næsten måtte have antaget. Det er ikke let, men det er muligt gennem træning i åndelig læsning.

Den tredje forudsætning er lydighed mod mesteren. Der er ikke tale om nogen servil udførelse af ordrerne fra en eller anden formodet skjult lærer eller mester, der virker bag kulisserne på mystisk vis, som så mange esoteriske skoler hævder. Det er meget enklere. Den virkelige mester, der gør krav på vor opmærksomhed og påfølgende lydighed, er mesteren i hjertet, sjælen, den iboende Kristus. Denne mester gør først opmærksom på sin tilstedeværelse gennem samvittighedens »sagte stemme«, der tilskynder os til et højere og mere uselvsk liv og øjeblikkeligt udsender en alarmtone, når dydens smalle vej fraviges. Senere bliver den kendt som stilhedens stemme, ordet der kommer fra »det inkarnerede ord«, der er os selv. Vi er alle et ord, der blev kød. Senere igen kalder vi den den vakte intuition. Den meditationsstuderende lærer at skelne præcist mellem disse tre. Denne forudsætning kræver derfor den stiltiende lydighed som aspiranten omgående underkaster sig over for de højeste impulser han kan registrere til enhver tid og uanset omkostningerne. Når denne lydighed er til stede, fremkalder den en nedstrømning af lys og viden fra sjælen. Kristus peger på dette med ordene: »Hvis nogen vil gøre hans vilje, skal han erfare ...« (*Johannes-evangeliet* VII., 17).

Disse tre faktorer – lydighed, søgen efter sandheden i enhver form og en brændende længsel efter befrielse – er de tre dele af aspirationsstadiet som må gå forud for meditation. De behøver ikke at komme til udtryk i deres helhed, men må inddrages i livet som fungerende leveregler. De fører til ubundethed, en kvalitet der lægges vægt på både i Øst og Vest. Det er sjælens frigørelse fra formlivets trældom og personlighedens underordnen sig de højere impulser. I denne sammenhæng udtrykker dr. Marchal den kristne hensigt som følger:

»Denne 'ubundethed eller indre afstand fra selvet', hvad betyder det?

Det er selvfølgelig først og fremmest ubundetheden af det lavere og følsomme ego – dvs. at det kødelige skal vænnes til at underordne sig den åndelige synsvinkel, til at koordinere den lavere mangfoldighed under en højere enhed.

Det er også ubundetheden af det 'forfængelige ego', det splittede og lunefulde ego, de ydre omstændigheders kastebold, de skiftende meningers slave. Det indre livs kontinuitet hverken kan eller vil tilpasse sig en så svingende enhed.

Frem for alt er det ubundethed af det 'stolte ego'. Det må vi opnå en korrekt forståelse af, for ydmyghed anses med rette for at være et af de mest karakteristiske kendetegn for kristen askese og mysticisme.« (Marchal, Joseph, S. J., *Studies in the Psychology of the Mystics*, s. 166).

Her har vi det fysiske, emotionelle og mentale liv, der underordner sig det guddommelige projekt, hvis formål er at opnå enhed, hvilket skal understreges, for lunefuldhed er en egenskab ved sansesapparatet og stolthed en egenskab ved sindet.

Meditationsprocessen inddeles i fem dele, hvor den ene forudsætter den næste. Vi vil se på de forskellige stadier og studere dem enkeltvis, for ved at mestre dem kan vi følge det bevidste åndelige menneskes stadige opstigen fra følelsernes verden ind i kundskabens verden og derefter ind i den intuitive oplysnings verden. Disse stadier kan kort opridses som følger:

1. **Koncentration**. Det er en aktivitet der handler om at koncentrere tænkeevnen, lære at fokusere den for derefter at bruge den.

2. *Meditation*. En forlænget fokusering af opmærksomheden i en bestemt retning og den stadige fastholden af tanken på den ønskede idé.
3. *Kontemplation*. En sjælshandling der er adskilt fra sindet eller tænkeevnen, der holdes i en tilstand af ro.
4. *Illumination*. Den indre oplysning der er resultatet af de tre foregående processer og indebærer, at den opnåede viden føres ned i hjernebevidstheden.
5. *Inspiration*. Resultatet af illumination som den viser sig i et liv i tjeneste.

Hvis de fem stadier efterleves, fører de til forening med sjælen og direkte guddommelig viden. For flertallet af dem der begynder at studere meditation er koncentration – det at få kontrol over de mentale processer – det stadium, som bør lægge beslag på deres opmærksomhed gennem lang tid – i praksis på bekostning af de andre. Formodentlig er aspiration til en vis grad til stede, ellers ville der ikke være noget ønske om at meditere. Det bør imidlertid understreges, at aspiration ikke er til nogen nytte medmindre den følges op af en stærk vilje, en evne til at tåle belastninger og tålmodig udholdenhed.

### *I. Koncentrationsstadiet*

I alle skoler for avanceret eller intellektuel mysticisme er det første og nødvendige trin opnåelsen af tankekontrol. Det fortæller Mester Eckhart, der skrev i det fjortende århundrede!

»Paulus minder os om, at vi som er dannet i Guds billede vil kunne opnå en højere og sandere vision. Til det formål, siger Dionysos, behøver vi tre ting. Den første er beherskelsen af vor tænkeevne. Den anden er en fri tænkeevne. Den tredje er en tænkeevne der kan se. Hvordan opnår vi dette spekulative sind? Ved at gøre mental koncentration til en vane.« (Pfeiffer, Franz, *Meister Eckhart*, s. 196-197).

Dette er i nøje overensstemmelse med den østlige metode, som sigter mod først at sætte mennesket i stand til at kontrollere sit mentale redskab, så at han bliver den der bruger det med sin viljeskraft og ikke (som det ofte er tilfældet) er offer for sin tænkeevne, styret af tanker og ideer som han ikke har nogen kontrol over og som han ikke kan eliminere, ligegyldigt hvor stærkt han måtte ønske at gøre det.

Samme idé som Mester Eckhart udtrykker kan også findes i det gamle indiske skrift, *Bhagavad Gita*:

»Thi sindet bølger, Krishna, oprørt, voldsomt, kraftfuldt; jeg tænker det er lige så vanskeligt at fastholde som vinden.

Uden tvivl ... er det bølgende sind svært at fastholde; men ved ihærdig øvelse ... kan det måske fastholdes.

Når din sjæl skal hinsides vildfarelsens skov, skal du ikke længere tage hensyn til hvad der skal læres eller hvad der er lært.

Når du har trukket dig tilbage fra traditionel belæring, står din sjæl urokkelig og fast i sit syn, så opnår du forening med sjælen.« (*Bhagavad Gita*, VI., 34-35, II., 52-53).

Det første trin er derfor tankekontrol. Det betyder evnen til at få sindet til at gøre som du vil, til at tænke som du ønsker, til at formulere ideer og styrede tankeforløb. Sindets funktion er i de fleste tilfælde først og fremmest at modtage meddelelser fra den ydre verden via de fem sanser, overført af hjernen. Hume fortæller os, at »sindet er som et slags teater, hvor mangfoldige sanseopfattelser kommer til syne efter hinanden«. Det er sædet for de intellektuelle funktioner og et stort center for optegnelser af alle former for indtryk, som vi reagerer på eller afviser, hvis vi ikke synes om dem. Sindet har en tendens til at acceptere hvad der bliver præsenteret for det. Psykologernes og videnskabens forestillinger om sindets natur er for mangfoldige til at blive taget op her. Nogle betragter det som en særskilt enhed, andre som en mekanisme, hvor hjernen og nervesystemet er integrerede dele. En skole behandler det som »en form for overordnet, ikke-fysisk struktur ... egnet til et strengt videnskabeligt studium og ansvarlig for sin egen forvirring«. Nogle ser på det som selvets formudtryk med et selvstændigt liv, som en for-

svarsmekanisme bygget op gennem tidsaldrene, som et responsapparat hvormed vi kontakter aspekter af universet, der ellers ville være urørlige. For nogle er det simpelthen en vag betegnelse, der angiver det hvormed vi registrerer tanken eller reagerer på vibrationer, som fx dem der er indbygget i den offentlige mening og i bøger nedskrevet gennem tiderne. For esoterikeren er det ganske enkelt et ord der står for et aspekt af mennesket, der er lydhør i én retning – den ydre verdens tanker og anliggender – men som kan være ligeså lydhør i en anden – de finere energiers og den åndelige værens verden. Det er denne opfattelse vi skal have i tankerne, når vi studerer meditationsteknikken. Dr. Lloyd Morgan sammenfatter det for os på en måde, så alle underordnede definitioner er dækket ind. Han siger:

»... ordet 'sind' kan bruges med tre betydninger; for det første Sind eller Ånd i forbindelse med en aktivitet, for os Gud; for det andet som en kvalitet, der opstår på et fremskredent stadium i evolutionen; og for det tredje som en psykisk egenskab, der gennemstrømmer alle naturbegivenheder i en universel gensidighed.« (Morgan, C. Lloyd, *Emergent Evolution*, s. 37).

Her har vi forestillingen om den guddommelige hensigt, det universelle sind, om den menneskelige mentalitet, som adskiller mennesket på evolutionsstigen fra dyrene, og en henvisning også til den universelle psykiske bevidsthed, der gennemstrømmer det levende og det såkaldte livløse. Det er sindet som en kvalitet, der viser sig på et højt stadium i evolutionen, vi mennesker beskæftiger os med. Det er for os en måde eller et middel til kontakt, således at vi med forskellige midler kan modtage informationer fra mangfoldige kilder. Gennem de fem sanser overføres der information, og mennesket bliver vidende om de fysiske fænomeners verden og det psykiske liv, som han er sænket ned i. Men ikke nok med det: sindet registrerer indtryk, der hidrører fra andre sind, og menneskers tanker (både gamle og nye) overføres til ham ved hjælp af det læste og talte ord, gennem dramaet, gennem film og musik. Det meste af det bliver simpelthen registreret og optegnet og finder senere sit ud-

tryk som hukommelse og forventning. Stemninger, emotionelle reaktioner, følelser og begær bliver optegnet af sindet, hvad enten det er af høj eller lav karat; men med gennemsnitsmennesket er det alt hvad der sker. Det er minimalt hvad der foregår af virkeligt tankearbejde efter registreringen af informationer, og der finder ingen klar formulering af tanker sted. Iklædningen af ideer med ord der klart udtrykker dem er en af sindets funktioner, og se så hvor få mennesker, der får ideer eller frembringer virkeligt intelligente tanker! Deres sind reagerer på det der bliver tilført dem fra yderverdenen, men de har ikke deres egne iboende eller selv-igangsatte aktiviteter.

Derfor går den proces, som nu styrer gennemsnitsmennesket, fra de ydre verdener indad, gennem sanserne, til hjernen. Hjernen »telegraferer« derefter den registrerede information til sindet, der på sin side optegner den. Dermed afsluttes forløbet sædvanligvis.

Men når det drejer sig om den virkeligt tænksomme, sker der mere end det. Efter registreringen følger en analyse af forløbet eller informationen, dens sammenhæng med andre forløb og et studium af årsag og virkning. »Tanke-stoffet«, som orientalerne kalder det, sættes i kraftig aktivitet, og tankeformer bliver skabt og mentale billeder opbygget i forbindelse med de præsenterede ideer. Om ønsket bliver menneskets klare tænkning påtrykt hjernen, og således etableres en modsatrettet aktivitet. Men i mystikerens tilfælde, og hos det menneske der er begyndt at meditere, sker der mere. Han erfarer, at sindet, hvis det bliver ledet og virkeligt disciplineret, har mulighed for et endnu bredere og dybere gensvar; det kan blive bevidst om ideer og begreber, som udgår fra et dybt åndeligt rige og viderebringes af sjælen. I stedet for at komme som indtryk fra den ydre dagligdag, der registreres på sindets følsomme film, kan de nu også komme fra sjælens riger, og de fremkommer som følge af aktiviteten i menneskets egen sjæl eller fra andre sjæle, som hans sjæl måtte være i berøring med.

Nu kan sindet anvendes på en ny og uprøvet måde, og dets kontaktflade omfatter ikke kun menneskenes verden, men også sjælens verden. Dets funktion er at virke som mellemlid mellem



lem sjælen og hjernen og at overføre hvad mennesket som sjæl er blevet bevidst om til hjernen. Det bliver muligt, når den gamle mentale aktivitet bliver erstattet af en højere, og når sindet midlertidigt kan gøres uimodtageligt over for alle ydre krav på dets opmærksomhed. Dette opnås imidlertid ikke ved nogen som helst metoder til at gøre sindet passivt og modtageligt, ved noget system til at »tømme« sindet, ved at nulstille det eller andre former for selv-hypnose. Det frembringes ved den uddrivende kraft forårsaget af en ny og større interesse og ved den målrettede opmærksomhed fra de fokuserede mentale evner på en ny verden af fænomener og kraft. Det er koncentrationens system, det første og mest besværlige skridt mod oplysningen af livet.

Ordet »koncentration« kommer fra det latinske ord »con« = »sammen« og »centrare« = »at centrere«. Det betyder »at bringe sammen eller at trække mod et fælles centrum eller brændpunkt«; det betyder samling af vore vandrende tanker og ideer og at holde tænkeevnen fast og vedvarende fokuseret eller centreret på objektet for vor umiddelbare opmærksomhed, uden vaklen eller forstyrrelse. Det indebærer elimination af alt der er fremmed eller uvedkommende for det der iagttages. Patanjali definerer det således: »At fastlåse den opfattende bevidsthed til et bestemt område er opmærksomhed eller koncentration«. (Bailey, Alice A., *The Light of the Soul*, III., 1).

Det indebærer nødvendigvis en skelnen mellem tænkeren, tankens redskab og det der skal tages under overvejelse af tænkeren. Det er derfor nødvendigt, at vi skelner mellem os selv, den som tænker, og det vi bruger til at tænke med, sindet. Dertil kommer den tredje faktor, det som tænkes.

De studerende vil gøre vel i helt fra begyndelsen af deres meditationsarbejde at lære at foretage disse grundlæggende sondringer og at opdyrke en daglig vane med at præcisere denne skelnen. De må altid skelne mellem:

1. Tænkeren, det sande selv eller sjælen.
2. Sindet eller det redskab tænkeren søger at anvende.
3. Tankeprocessen eller tænkerens arbejde, hvor han indgyder sindet (når han er i balance) det han tænker.
4. Hjernen, der på sin side præges af sindet, fungerer som redskab for tænkeren, idet den overfører indtryk og informationer.

Koncentration er derfor evnen til at fokusere bevidstheden på et givet emne og at holde den samlet så længe det ønskes; det er den præcise opfattelses metode og evnen til korrekt visualisering, som er den egenskab, der sætter tænkeren i stand til at opfatte og kende det område der skal opfattes. Et andet ord for koncentration er opmærksomhed, det vil sige den målrettede opmærksomhed. Det er interessant at lægge mærke til, hvad Father Maréchal siger i denne forbindelse: Han påpeger, at »opmærksomhed er den *direkte vej* til en total opfattelse, til hallucination eller, mere generelt, til tro. ... Den frembringer en i det mindste momentan *forening* af sindet under dominans af én mentalgruppe. ... Men denne 'mentale enhed', til en vis grad virkeliggjort i opmærksomheden, er også den *eneste subjektive tilstand*, der som vi har set *altid* ledsager den sande eller falske opfattelse af det virkelige.« (Maréchal, Joseph, S. J., *Studies in the Psychology of the Mystics*, s. 90).

Man kan stille spørgsmålet, hvordan lærer man lettest at koncentrere sig? Og man kunne svare med det franske ordsprog: »Le meilleur moyen de déplacer est de remplacer« – »den bedste måde at eliminere på er at substituere«, og én måde det kan iværksættes på er at udnytte det der er blevet kaldt »en ny lidenskabs uddrivende kraft«. At blive dybt interesseret i et eller andet nyt og fængslende emne og fokusere sin opmærksomhed på et nyt og dynamisk forhold vil automatisk bidrage til at gøre sindet målrettet.

Der kan gives et andet svar: Vær koncentreret i alt hvad du gør hele dagen og hver dag. Koncentrationen vil hurtigt udvikles, hvis vi opøver en vane med at være omhyggelig på alle livets områder. Præcis tale nødvendiggør præcis opmærksomhed over for det der siges, læses eller høres, og det vil nødvendigvis

involvere koncentration og dermed udvikle den. Sand meditation er når alt kommer til alt en sindstilstand, der vokser ud af koncentration.

Målet med al vor stræben er derfor mentalt at træne sindet, så det bliver vor tjener og ikke vor mester, og at opdyrke koncentrationsevnen forud for sandt meditationsarbejde. Derfor vil den oprigtige studerende bære denne intense opmærksomhed med sig over i dagligdagens gøremål og derigennem lære at styre sit sind som et redskab for tanken.

Lad mig her understrege nødvendigheden af en vedvarende koncentreret indstilling til livet. Succesens hemmelighed kan udtrykkes med enkle ord: Vær opmærksom. Når du taler med folk, læser en bog, skriver et brev, søg da til stadighed at samle tankerne om det du gør og dermed gradvis at udvikle evnen til koncentration.

Til denne udviklede holdning må der tilføjes bestemte koncentrationsøvelser, der med stor udholdenhed udføres hver eneste dag. Det indbefatter fikseringen af sindet på et bestemt mål eller en valgt genstand for tanken. Dertil kommer en proces med støt og rolig opøvelse af evnen til at flytte bevidstheden fra den ydre verden og eksoteriske forhold til ved en viljeshandling at kunne fokusere den bevidst på et hvilket som helst emne.

Det regelmæssige og utrættelige daglige koncentrationsarbejde overvinder gradvis vanskeligheden ved at beherske processen og fører til resultater, som kan opregnes således:

1. Sindets nyorganisering.
2. Menneskets polarisering i sit mentale vehikel i stedet for i sit emotionelle.
3. Tilbagetrækningen af menneskets opmærksomhed fra sanseropfattelsen og dets oplæring i at centrere sig selv i hjernen. Ligesom dyrene bruger de fleste mennesker solar plexus.
4. Udviklingen af en evne til øjeblikkelig koncentration som et forstadium til meditation.
5. Evnen til med usvigelig sikkerhed at samle opmærksomheden om en hvilken som helst sædtanke.

## II. *Meditationsstadiet*

Patanjali definerer koncentration som det at kunne fastholde den opfattende bevidsthed i et bestemt område, og meditation som det at kunne fastholde den opfattende bevidsthed i et bestemt område gennem længere tid. Den eneste forskel er tidsfaktoren, og begge er de stadier hvorved der opnås kontrol. Ved at opøve koncentrationsevnen bør der kunne opnås en tilfredsstillende kontrol, så at den studerende ikke besværes unødigt af igen og igen at skulle samle tankerne. Derfor vil en længere koncentration give sindet lejlighed til at virke på et hvilket som helst objekt, der ligger inden for grænserne af det valgte område. Valget af et ord eller en sætning som genstand for meditationen etablerer denne indflydelsessfære eller *ring-pass-not*, og hvis meditationen er veludført, vil sindet aldrig gå ud af sine overvejelser af det valgte objekt. Sindet forbliver målrettet og er konstant i aktivitet under hele meditationen. Dertil kommer, at sindet ikke får lov til at gøre hvad det vil med objektet eller sædtanken. Under koncentration bør der hele tiden være en bevidsthed hos den mediterende om at han bruger sit sind. Under meditation mistes denne bevidsthed om at sindet bruges, men der er ingen plads til dagdrømme og ingen opfølgning af tilfældige ideer, som dukker op i tilknytning til tankeobjektet. Sædtanken er blevet valgt med et formål for øje – enten for sin virkning på den mediterende eller for sin virkning i forbindelse med tjenestearbejde over for en anden person, i forbindelse med åndeligt arbejde eller i en fase af søgen efter visdom. Hvis processen lykkes, fremkaldes der kun en beskeden eller ingen reaktion hos den mediterende, hverken af behag eller mangel på samme. Følelsesmæssige reaktioner bliver transcenderet, og sindet frigøres derfor til at handle selvstændigt. Resultatet er en aldrig tidligere opnået klarhed i tanken, fordi sindet under almindelig aktivitet altid knyttes sammen med og påvirkes af en eller anden form for begær. I denne bevidsthedstilstand bliver begæret transcenderet, ligesom tanken i et senere stadium af kontemplation bliver transcenderet. Hvis sindet lammes i inaktivitet ved hæmning eller vedholdende gentagelser, kan det

hverken transcenderes i kontemplation eller bruges til meditation. At træne sig i at tømme sindet er ikke blot dumt, men i virkeligheden farligt.

I *Yoga Sutras af Patanjali* finder vi disse ord:

»Den gradvise sejr over sindets tendens til at flagre fra det ene objekt til det andet og evnen til målrettethed fører til udvikling af kontemplation.«  
(Bailey, Alice A., *The Light of the Soul*, III., 11).

Meditation er resultatet af erfaring. Det er den øjeblikkelige opnåelse af en bestemt indstilling af sindet som følge af lang tids øvelse. I *Bhagavad Gita* fastslås det, at der i ethvert handlingsforløb indgår følgende fem faktorer:

1. Det fysiske redskab..... Hjernen
  2. Den der gør noget..... Selvet
  3. Organet..... Sindet
  4. Impulsen..... Energi
  5. Skæbne..... Karma
- (*Bhagavad Gita*, XVIII., 13-14).

Meditation er aktivitet af en meget intens karakter, og man vil opdage, at alle disse fem faktorer er involveret. Det fysiske redskab, som vi er nødt til at bruge i meditationen, er den fysiske hjerne. Mange mennesker tror, at de skal transcenderer hjernen, nå et eller andet storslået højdepunkt og forblive på en tanke-mæssig tinde, indtil der sker noget transcendent, hvorpå de kan sige, at de kender Gud. Det som virkeligt behøves er at vi får kontrol over sindet og hjerneprocesserne, således at hjernen bliver en følsom modtager af tanker og ønsker fra sjælen, det højere selv, når det transmitterer dem ved hjælp af sindet. Sindet betragtes som en slags sjette sans og hjernen som en modtagende film. Vi udnytter allerede de fem sanser som indfaldsveje til opfattelsen, og de telegraferer konstant informationer til hjernen. Gennem dem bliver information, som har at gøre med fem umådelige vidensområder eller fem vibrationsfelter, tilgængelige for mennesket. Det er meningen, at sindet skal tjene et lignende formål. Det sammenfattes for os af Mester Eckhart og udtrykker holdningen hos alle mystikere i begge hemisfærer:

»Se først til, at dine ydre sanser kontrolleres rigtigt. ... Vend dig derefter mod de indre sanser eller sjælens ophøjede kræfter, lavere og højere. Tag de lavere kræfter først. De ligger midt imellem de højere kræfter og de ydre sanser. De bliver vækket af de ydre sanser; det øjet ser, det øret hører lægger de stadig frem til begær. Begæret byder det videre til den anden kraft, kaldet dømmekraften, som overvejer det og endnu engang rækker det videre til den tredje kraft, skelneevnen eller fornuften. ...

Et menneske må derudover have et roligt sind ... legemet bør være fri for fysisk arbejde, ikke kun håndens, men også tungens og alle de fem sansers. Sjælen holder sig bedst fri i det stille, men i det udmattede legeme bliver den ofte overvældet af inert. Så gennem ihærdig indsats arbejder vi for intellektuel vision i guddommelig kærlighed, indtil vi – idet vi rydder vejen ved hjælp af de samlede sanser – stiger op over vort eget sind og til Guds vidunderlige visdom. ... Mennesket, der hæver sig til sindets højdepunkt, er ophøjet til Gud.« (Pfeiffer, Franz, *Meister Eckhart*, s. 279, 47).

Gennem sindets formidlende evne som et styret redskab, kan sjælen manipulere impulserne eller tankestrømmene. Disse kræfter strømmer ind i tænkerens erfaringsområde, og han må lære at dirigere dem bevidst og at arbejde med dem for derved at frembringe det ønskede resultat.

Den femte faktor minder os om, at et vist stadium af evolutionær udvikling skal nås, før sand meditation bliver mulig; et bestemt arbejde må være udført og visse forædlinger foretaget i vort redskab, før et menneske kan meditere sikkert og klogt. Ikke alle mennesker er udstyret til at meditere og kan gøre sig håb om fuldstændig succes. Men det behøver på ingen måde at tage modet fra den studerende. Man kan altid gøre en begyndelse og lægge et solidt grundlag. Kontrollen over de mentale processer kan påbegyndes og drives frem til et højt præstationsniveau, som gør det muligt for sjælen at råde over et tankeredskab klar til brug. Med hensyn til reaktionen på meditationens tre dele, som en samlet reaktion, er den fysiske natur eller formaturen blevet studeret, den kvalitet der besjæler den og motivet eller årsagen til formens manifestation blevet overvejet. På samme tid har der været en stadig dybere koncentration og en mere intens meditation. Opmærksomheden er i forstærket grad trængt indad, og ydre ting er til stadighed blevet afvist; dette er

ikke blevet udrettet gennem en passiv holdning, men gennem den stærkeste og mest vitale interesse. Meditationen har været positiv og har ikke ført til en negativ tilstand eller trance. Sindet har været travlt optaget hele tiden, men i én bestemt retning.

Endelig kommer stadiet som kaldes lyksalighed eller identifikation. Bevidstheden er ikke længere fokuseret i intellektet, men identificeres med emnet for meditationsarbejdet. Det kommer vi til senere.

Således har vi de fire stadier, som danner det der kaldes »meditation med sædtanke«, og som sammenfattes kort nedenfor:

1. Meditation på en bestemt forms natur.
2. Meditation på en bestemt forms kvalitet.
3. Meditation på en bestemt forms formål.
4. Meditation på det liv, der besjæler en bestemt form.

Alle former er symboler på et iboende liv, og det er gennem meditation med sædtanke at vi når frem til livsaspektet.

I *A Treatise on Cosmic Fire* forekommer følgende ord:

»Den kloge studerende anser alle udtryksformer for at være af symbolsk natur. Et symbol har tre fortolkninger: det er i sig selv udtryk for en idé, og bag denne idé ligger igen et indtil videre ufatteligt formål eller en impuls. De tre fortolkninger af et symbol kan behandles som følger:

1. *Den eksoteriske fortolkning* af et symbol baserer sig i vid udstrækning på dets objektive anvendelighed og på formens natur. Det som er eksoterisk og substantielt tjener to formål:

a. At give svage antydninger af ideen og begrebet. Det forbinder symbolet ... med mentalplanet, men frigør det ikke fra den menneskelige opfattelses tre verdener.

b. At begrænse, indsnævre og indeslutte ideen og således tilpasse den til det punkt i evolutionen, mennesket er nået til. Den skjulte idé's sande natur er altid stærkere og mere fuldstændig end den form eller det symbol, hvorigennem den sø-

ger sit udtryk. Stof er et symbol på en central energi. Alle slags former i alle naturriger og de manifesterede hylstre i videst mulig forstand er ikke andet end symboler på liv – hvad selve dette liv måtte være forbliver indtil videre et mysterium.

2. *Den subjektive fortolkning* eller betydning er den der åbenbarer den idé, der ligger bag den objektive manifestation. Denne idé, der i sig selv er ulegemlig, antager en konkret form på objektivitetens plan. ... Disse ideer bliver synlige for den studerende efter at han er trådt ind i meditationens stadium, mens symbolets eksoteriske form er alt der ses af det menneske, som lige er begyndt. Så snart et menneske begynder bevidst at bruge sit mentale redskab og har opnået blot en beskeden kontakt med sin sjæl, sker tre ting:

a. Han når ud over formen og søger at redegøre for den.

b. Med tiden når han til sjælen, som tilsløres af formen, og det gør han ved at forstå sin egen sjæl.

c. Han begynder dernæst at formulere ideer og at skabe og manifestere den sjælsenergi eller substans, han opdager han kan håndtere.

At oplære folk i at arbejde i mentalt stof er det samme som at oplære dem i at skabe; at lære folk sjælsnaturen at kende er at sætte dem i bevidst forbindelse med den subjektive side af manifestationen og at lægge evnen til at arbejde med sjælsenergi i deres hænder; at sætte folk i stand til at udfolde sjælsaspektets kræfter er at sætte dem *i forbindelse* med de kræfter og energier, der er skjult i alle naturrigerne.

Et menneske kan – efterhånden som sjælkontakten og hans subjektive opfattelsesevne styrkes og udvikles – blive en bevidst skaber i samklang med evolutionsplanerne og Gud. Efterhånden som han passerer gennem de forskellige stadier, bliver hans evne til at arbejde på denne måde og hans evne til at opdage tanken bag alle symboler og former større. Han fanges ikke længere ind af det tilsyneladende, men kender det som den illusoriske form, der tilslører, indeslutter og begrænser en tanke.



3. *Den åndelige betydning* er den der ligger bag den subjektive betydning og er sløret af ideen eller tanken, ligesom ideen er sløret af den form den antager, når den er i eksoterisk manifestation. Dette kan anses for at være det formål, der tilskyndede ideen og førte til dens udstrømning i formernes verden. Det er den centrale, dynamiske energi, der er ansvarlig for den subjektive aktivitet. ... (Bailey, Alice A., *A Treatise on Cosmic Fire*, s. 1233 ff.).

Det er processen med at nå frem til virkeligheden bag hver eneste form, der er resultatet af meditation med sædtanke. Det involverer virkeliggørelsen af disse tre guddommelige livsaspekter. Det er derfor de studerende rådes til at tage nogle bestemte ord eller et vers fra en eller anden hellig bog til brug for deres meditation for derved at træne deres evne til at nå bag ordenes form og nå frem til den sande betydning.

Vi er trængt ind i årsagernes verden; vi må søge at opfatte Planen som den eksisterer i Guds sind og som den udtrykker sig gennem den kærlighed, der strømmer ud fra Guds hjerte. Er det muligt for det menneskelige sind at nå videre end til Guds kærlighed og vilje? Netop på dette sted berøres det guddommelige. Sindet ophører med at virke og den sande meditationsstuderende glider ind i en tilstand af bevidst identifikation med den åndelige virkelighed vi kalder den iboende Kristus, den guddommelige sjæl. Nået hertil bliver mennesket ét med Gud.



## 6. KAPITEL

### Meditationens stadier (*fortsat*)

Milarepa var en af dem der til sidst frigjorde sig fra den dobbelte skygge og steg op i det åndelige rum, til han nåede det mål, hvor alle læresætninger forenes. ... Da alle hans ideer og begreber var forenet med den oprindelige årsag havde han elimineret illusionen om dualitet.

RECHUNG (fra Tibetaneren)

Vi har hidtil udført vort meditationsarbejde ad det der kan kaldes verdslige retningslinjer, for tænkeevnen har været i anvendelse, og skønt emnet for meditationsprocessen formodentlig har været af religiøs art, kan de samme resultater nås lige så godt med et rent verdsligt emne som »objekt« eller »sædtanke«. Målet har været at skole sindet til opmærksomt at holde fast på en valgt idé. Vi har derfor haft at gøre med det der med føje kan kaldes en del af uddannelsesprocessen.

Det er her forskellen mellem vore østlige og vestlige metoder bliver tydelig. Den ene skole lærer sine studerende at opnå kontrol med tankens instrument, før der gøres noget som helst andet, ved først at opdage dette instrument gennem en manglende evne til at kontrollere det, og dernæst – gennem koncentration og meditation – at opnå færdighed i at tvinge tanken til at være målrettet i en hvilken som helst retning. Den anden skole postulerer tilstedeværelsen af noget der kaldes sindet, fylder det stedse med information, træner hukommelsen til at kunne rumme mere og at bevare dens indhold, så det bliver let tilgængeligt for den studerende. Fra dette trin fortsætter relativt få til den virkelige brug af tænkeevnen gennem en dybtgående interesse for en eller anden videnskab eller livsform, mens flertallet aldrig opnår tankekontrol. Vore nuværende undervisningsmetoder lærer ikke de studerende denne grundlæggende teknik, derfor den udbredte forvirring om sindets eller tænkeevnens natur og om forskellen mellem sindet og hjernen.

Hvis hjernen og hjernecellerne er alt hvad der findes, så er

den materialistiske tænkens synspunkt logisk og korrekt, nemlig at tanker udelukkende beror på hjernecellernes kvalitet. Den rolle hjernen spiller i forløbet fremholdes på kompetent måde for os i Ludwig Fischers bog, *The Structure of Thought*:

»Fuldkommengørelsen af opfattelsesprocesserne afhænger i hovedsagen af et bestemt organs struktur og funktionsmåde, et organ der modtager og sammenkæder sansernes forskellige indtryk og som ydermere delvist bevarer sporene fra tidligere indtryk og tillader dem indirekte at træde i aktion. Dette organ er hjernen med dens forgreninger og underordnede organer. Målet af fuldkommenhed i dette organs struktur og funktion afgør med hvilken perfektion vi kan gøre et velovervejet forsøg på at danne os en forestilling om helhedens kompleksitet, idet vi anvender de særlige former for sansemæssig opfattelse, der står til vor rådighed. ...

Hjernen giver os mulighed for intuition og en intellektuel opfattelse af verden i al dens kompleksitet. Måden det gøres på afhænger af dette organs yderst komplicerede indre struktur og af dets gensidige forhold til helhedens andre dele, et forhold der har mange facetter.« (Fischer, Ludwig, *The Structure of Thought*, s. 135).

Hvis opfattelse og sansemæssig forståelse – med deres efterfølgende fornuftsmæssige bearbejdelse og igangsættelse af en påfølgende mental proces – har deres udspring i hjernen, så har dr. Sellars ret i sin bog, *Evolutionary Naturalism*, hvor han siger, at sindet kan betragtes som en »fysisk størrelse«, og at »vi herved burde forstå de nerveprocesser, der finder udtryk i intelligent adfærd«. (Sellars, dr. Roy Wood, *Evolutionary Naturalism*, s. 300).

Men denne opfattelse formår ikke at tilfredsstille flertallet af tænkere, og de fleste af dem – som jo tilhører andre end den rent materialistiske skole – postulerer noget der rækker ud over materien og anser sindet for at være adskilt fra hjernen; de forfægter den hypotese, at det er en subjektiv og substantiel realitet, der kan bruge hjernen som sidste station og præge den til at udtrykke de ideer og intuitive indfald, som et menneske kan udnytte bevidst. Hvad vi her har under overvejelse er på ingen måde oversanselige evner eller besiddelsen af et særligt udviklet redskab hos nogle få højt begavede; sindet bør kunne anven-

des af alle dannede mennesker, og ved afslutningen af uddannelsesprocessen (videreført i de skabende år) burde et menneske være i besiddelse af en evne det forstår og kan bruge med vilje. Dr. McDougall påpeger i *Psychology, the Science of Behaviour*, at vor mentale aktivitet (som sædvanligvis er ubevidst), kan være enten under normalen, normal eller over det normale. (McDougall, William, *Psychology, the Science of Behaviour*). I det første tilfælde finder man idioten eller den svagt begavede; i det andet har man den intelligente gennemsnitsborger, hvis sind er et teater eller måske snarere en biograf, der registrerer alt der tilfældigvis kommer forbi, og endelig vil vi opdage de sjældne sjæle, hvis bevidsthed er oplyst og hvis sind optegner det der er skjult for flertallet. Den sidste klasse har vi endnu ikke noget at gøre med. De er produktet af meditationsarbejdets afsluttende stadier – kontemplation og illumination. Koncentration og meditation vedrører afgjort de mange og de normale.

I Østen – og blandt mange i Vesten – anses sindet for at være adskilt og forskellig fra hjernen. I *Emergent Evolution* citerer dr. C. Lloyd Morgan Descartes for at sige, at »der ganske vist (1) findes legemlig substans (*res extensa*) og (2) mental eller tankesubstans (*res cogitans*), men de kan ikke eksistere uden Guds medvirken. ... Bortset fra denne fælles afhængighed af Gud er ingen af dem afhængig af den anden.« (Morgan, C. Lloyd, *Emergent Evolution*, s. 291). Han sammenfatter sit eget synspunkt i en anden bog, *Life, Mind, and Spirit* som følger:

»Ånd kan på ingen måde adskilles fra liv og sind, ej heller omvendt. Det der gives til tænksom overvejelse er en verdensplan for naturligt forekommende hændelser. Jeg anser denne plan for at være en manifestation af guddommelig hensigt. ... Også vi er manifestationer af ånd, der 'åbenbares' i os. Hver af os *er* et liv, et sind og ånd – et eksempel på liv som ét udtryk for denne verdensplan, et sind som et andet udtryk for denne plan og ånd i den udstrækning som indholdet af denne plan åbenbares i os. ... Denne åbenbaring er kun delvis, fordi hver af os kun er et individuelt eksempel på det som i sin fulde manifestation er universelt.« (Morgan, C. Lloyd, *Life, Mind, and Spirit*, s. 32).

Gud afslører sin hensigt gennem formens aktivitet. Han gør det samme gennem sindets mentale aktivitet, som igen præger hjernen, der er indstillet på at modtage. Senere igen bliver sindet modtageligt over for en oplysning, der strømmer ud fra det åndelige aspekt, hvilket vi kort vil behandle. Det lægger sig tæt op ad det orientalske standpunkt, der indebærer et »tanke-stof«, som fra den ydre verden og gennem de menneskelige anliggender kastes ud i aktivitet ved sansernes, følelsernes og andre sinds mellemkomst. Denne intense aktivitet i tankestoffet må udtrykkeligt afbalanceres gennem koncentration og meditation, hvis sindet skal bringes i en tilstand, hvor det kan skifte sin fokusering og retning mod et andet opfattelsesområde og en anden idéverden. Derfor er esoterikerens formål med meditation (ført frem til de senere stadier), at sindet skal ophøre med at registrere nogen som helst formaktivitet, uanset dens høje kvalitet, men i stedet begynde at registrere indtryk, der uophørligt strømmer ud fra den bestandigt manifesterende faktor vi (i mangel af et bedre udtryk) kalder for Guds sind, det universelle sind. Dette sind er kendetegnet ved en sans for helhed og syntese.

Den menneskelige udviklings hele historie kan ses i lyset af dette planbegreb, og samlingspunktet for interessen kan opfattes som den voksende bevidsthed i mennesket om et univers, der er en åbenbaring af ét liv og én guddom, og hvor menneskeheden spiller sin rolle i den større helhed. Ludwig Fischer retter vor opmærksomhed mod det faktum, at alle vore evner »bygger på det mystiske og ubevidste noget, der dominerer hele vort intellektuelle liv«, og han peger på nødvendigheden af det ikke-rationelle element i de svar vi giver på dagligdagens udviklede spørgsmål. Hans konklusioner på de fundamentale situationer mennesket konfronteres med i forbindelse med tanken og vor udvikling hen imod højere og ikke-rationelle riger er sande og magtfulde. Han siger:

»Der er kun én mulig vej fremad. Vejen banes af intuitionen i de sind der præges af mere end almindelig instinktiv sensitivitet; en analytisk tænkning, der konsoliderer positionen, følger efter og gør vejen farbar for resten af menneskeheden. Fremrykningen ind i det ukendte begynder med

en hypotese, og en hypotese er ikke andet end en mere eller mindre ikke-rationel struktur, der er nået intuitivt. Når den én gang er blevet fremsat, bliver den i alle sine aspekter sammenlignet med erfaringen, så hypotesen om muligt kan afprøves og gives en rationel forklaring.« (Fischer, Ludwig, *The Structure of Thought*, s. 361).

Vi er nu nået til et stadium i vort studium af tankekontrol, hvor vi må fortsætte på grundlag af en hypotese. Og dog vil det primært kun for de materielt indstillede mennesker være en hypotese, for de opnåede konklusioner og den verden af viden, der er betrådt, er blevet registreret som sandhed og beviste kendsgerninger af mange tusinder gennem tidsaldrene.

Vi har opridset en metode, gammel og gennemprøvet, hvorved det hævdes, at sindet kan forstås og anvendes efter ønske, og vi har udpeget en vej, hvor de faktorer, der hidtil har lagt beslag på dets opmærksomhed, kan ophæves og et nyt bevidsthedsområde blive muligt. Før vi fortsætter med instruktionerne, kan det være af værdi, hvis vi definerer den hypotese, som vi herefter vil bygge på. Den kan udtrykkes som følger:

Der findes et sjælens rige, ofte kaldet gudsriget, der i virkeligheden er endnu et naturrige, et femte rige. Indtræden i dette rige er lige så naturlig en proces som det udviklende livs overgang fra et rige til det næste i evolutionsprocessen. Når sanserne, og alt hvad de overfører, fokuseres i »*common-sense*«, som var det navn mystikere som Mester Eckhart gav sindet, beriger de sindet og åbner det for mange bevidsthedstilstande. Når denne aktivitet kan ophæves og det rige og sensitive sind på sin side kan nyorienteres, bliver det til et fintmærkende apparat (en sjette sans om du vil), der registrerer »det, der hører gudsriget til« og som for mennesket i dyb meditation åbner bevidsthedstilstande og grader af kundskab, som hidtil har været forseglet for ham, men som er lige så meget en del af helheden og verdens indhold som ethvert andet område, der er genstand for udforskning. Det er vor hypotese, og den vil vi bygge videre på. Instinktiv bevidsthed er i mennesket veget for intellektuel viden. Er det da ikke muligt, at denne intellektuelle opfattelse til sin tid kan transcendere og blive erstattet af intuitiv bevidsthed?

Visse udsagn synes nødvendige på dette sted i vor argumentation og vil måske vise sig nyttige til belysningen af denne bogs tema. Det drejer sig om i alt tre.

For det første: I den lange evolutionære udvikling, der har ført mennesket fra det dyriske stadium til det menneskelige, ser vi, at vi nu er nået til den fase, hvor mennesket er selv-bevidst eller selv-beroende. Han er centrum i sin egen verden, og universet drejer sig omkring ham. Alt hvad der sker har reference til ham og hans gøremål og til livets og omstændighedernes indflydelse på ham som den vigtige faktor.

For det andet: Efterhånden som mennesket vokser i viden og intellektuel bevidsthed, bliver hjernen og sindet koordineret. Førstnævnte bliver helt enkelt redskab eller instrument for det skolede instinkt og det kontrollerede sind. Sindet trækker på det der er blevet kaldt »indholdet af det underbevidste«, på den aktive hukommelse og på omgivelserne i en udstrækning der er nødvendig for at fremme livsprocessen i en krævende verden. Mennesket bliver effektivt og nyttigt og indtager sin plads som en bevidst celle i menneskehedens legeme. Han begynder at komme til nogen forståelse af grupperelationer. Men der er mere endnu.

For det tredje: Fra den menneskelige eksistens' tidligste stadier og frem til det velfungerende, koordinerede menneske af høj karat har der altid eksisteret en bevidsthed om noget andet, om en faktor der ligger ud over den kendte menneskelige erfaring, om et mål eller en søgen, om en guddom. Denne subtile og undefinerbare bevidsthed viser sig uundgåeligt og bliver ved med at føre mennesket fremad og får ham til at søge efter det som hverken sindet (som han kender det) eller omstændighederne og livsforhold synes i stand til at give. Det kan kaldes for at søge visheden, at stræbe efter den mystiske oplevelse eller den religiøse impuls. Men ligegyldigt hvad vi kalder det, er det med sikkerhed til stede.

De tre udsagn opregner i grove træk den vej mennesket har rejst i sin bevidsthed. De skildrer den tilstand, som et meget stort antal mennesker befinder sig i i vore dage – effektive, intellektuelle, velinformerede, ansvarlige, men samtidig utilfreds-stillede. De ser spørgende ind i fremtiden eller de ser dødens



uundgåelighed i øjnene; de er ivrige efter at komme ind i en større bevidsthed og få vished om åndelige spørgsmål og den højeste virkelighed. Denne drift mod en bredere forståelse og viden demonstreres i stor udstrækning denne tid, og det forløb der allerede er etableret i evolutionær vækst er tilsyneladende vedvarende og må også være det, hvis et nyt rige eller en ny bevidsthedstilstand skal føjes til de allerede opnåede.

Det er her alle de store verdensreligioner tilbyder mennesket en vej til viden og udfoldelse, der både kan og vil fremskynde udviklingsarbejdet. Dr. Otto siger i *The Idea of the Holy*, at mennesket »på sit eget sinds måde skal vejledes og opmuntres gennem overvejelse og diskussion af tingene, indtil han når det punkt, hvor det 'numinøse' i ham uundgåeligt begynder at røre på sig, at fødes til liv og bevidsthed.« (Otto, Rudolf, *The Idea of the Holy*, s. 7).

Det fortælles os, at ordet »numinøs« kommer af det latinske ord *numen*, der betyder overnaturlig, guddommelig kraft. Det står for »den særlige ikke-rationelle, religiøse opfattelse og dens mål, på alle niveauer fra den første svage bevægelse, hvor religion knapt nok endnu kan siges at eksistere, til de mest op-højede former for åndelig erfaring.« (Otto, Rudolf, *Ibid.*, s. XVII af oversætterens forord).

Hans oversætter, dr. Harvey, professor i filosofi ved Armstrong College, tilføjer, at der i mennesket udvikler sig »en voksende opmærksomhed på et objekt, en guddom ... så at sige en genklang af det 'guddommeliges' indvirkning på det menneskelige sind som det åbenbarer sig, hvad enten det sker i det skjulte eller åbent. Det primære faktum er det menneskelige sinds konfrontation med 'noget', hvis karakter kun gradvis læres at kende, men som fra begyndelsen af fornemmes som et transcendent nærvær, 'det hinsides', selv hvor det også fornemmes som 'det indre' menneske.« (*Ibid.*, s. XV af oversætterens forord).

Gennem opmærksomhed på livets formål, gennem koncentration på livsværket, gennem stærk interesse i videnskaber, der lægger beslag på vore bedste tænkeres opmærksomhed, og gennem en meditation, der praktiseres af få i den religiøse verden,

er mange nået til et punkt, hvor der sker to ting: Ideen om det hellige, om væren og forholdet til denne væren kommer ind som dominerende faktorer i livet. For det andet begynder sindet at lægge en ny aktivitet for dagen. I stedet for i hukommelsen at registrere og opmagasinere de kontakter, som sanserne har overført, og at absorbere den information, som er nutidens fælles arv formidlet gennem bøger og det talte ord, orienterer det sig mod ny viden og begynder at trække på nye informationskilder. Instinkt og intellekt har gjort sit arbejde, nu begynder intuitionen at spille sin rolle.

Det er til dette punkt, det omtalte meditationsarbejde har bragt os, og som skoling af hukommelsen og katalogiseringen af alverdens viden har forberedt os til. Det har nu haft sin tid. For mange tusinder er tiden derfor inde til en ny stræben. Er det tænkeligt, at den gamle undervisning med dens hukommelsestræning, dens bøger og forelæsninger og dens anvendelse af såkaldte kendsgerninger er blevet utilstrækkelig for de sjæle, der nu fødes for at gøre erfaringer i verden? For dem må vi enten formulere en ny metode eller modificere den nuværende teknik og derefter give os tid til den nyorientering af sindet, som vil gøre mennesket bevidst på flere vidensområder end dem han nu er i berøring med. Således vil vi komme til at demonstrere sandheden af F.K. Chaplins ord i hans værdifulde lille bog *The Soul*, at »... det er gennem sjælen, legemsprocesserne opnår deres betydning.« (Chaplin, F. K., *The Soul*, s. 63).

Mennesket nærmer sig erobringen af sjælens verden. Den dag står for døren, hvor ordet *psykologi* får sin oprindelige betydning tilbage. Undervisningen vil herefter få to funktioner. Den vil sætte mennesket i stand til at håndtere sine verdslige relationer med den størst mulige effektivitet og intelligent bruge det apparat, som behavioristerne har gjort så meget for at forklare. Den vil også indføre ham i det rige, mystikerne altid har vidnet om, og som sindet – når det anvendes rigtigt – har nøglen til.

I det foregående kapitel behandlede vi hvorledes mennesket kan begynde at beherske sit mentale instrument, sindet, og lære at fokusere sin tanke på et valgt tema eller en idé på en sådan

måde, at han kan lukke alle ydre begreber ude og helt lukke døren for fænomenverdenen. Vi skal nu overveje den måde, hvorpå han kan løfte sin fokuserede tanke højere og højere (for at bruge mystikerens sprog), indtil tænkeevnen i sig selv svigter, og han finder sig selv på tankens højdepunkt, hvorfra han kan se en ny verden. I meditationsprocessen op til det nuværende stadium har der været intens aktivitet og ingen ro, negativitet eller passiv modtagelighed. Det fysiske legeme er blevet glemt og hjernen holdt i en tilstand af positiv modtagelighed, rede til at blive drevet til aktivitet af sindet, når det igen vender sin opmærksomhed nedad. Vi må huske på, at vi, når vi bruger alle disse ord som »opad« og »nedad«, »højere« og »lavere«, taler symbolsprog. Noget af det første mystikeren lærer er, at der ikke eksisterer dimensioner i bevidstheden, og at »inde« og »ude«, det »højere« og »lavere« kun er billedlige udtryk, hvorved visse ideer om realiserede bevidsthedstilstande føres frem.

Det punkt vi nu er nået til bringer os til grænsen af det transcendent. Vi bygger på hypotesen. Det håndgribelige og objektive glemmes midlertidigt og lægger ikke længere beslag på opmærksomheden, ligesom sanseindtryk heller ikke er noget mål. Alle former for følelse må lukkes ude for et stykke tid. Yndlingsaversioner og lignende må sammen med smerte glemmes; det gælder også glæde, for vi søger ikke »religionens trøst«. Opmærksomheden er fokuseret i sindet, og den eneste reaktion der registreres er mental. Tanken har domineret bevidstheden på stadiet med »sædtankemeditation« eller meditation på et objekt, men nu må selv det forsvinde. Som en forfatter, der er mystiker, udtrykker det: »Hvordan skal jeg få sindet ud af sindet?« For ligesom mit mål hverken er sanseindtryk eller følelse, er det heller ikke tanke. Her ligger den største forhindring for intuitionen og oplysningstilstanden. Nu gælder det ikke længere forsøget på at forlænge en fastholdelse af noget i sindet, og der er heller ikke noget at tænke igennem. Logisk tænkning må lægges til side, og optræningen af en højere og formodentlig hidtil ubrugt evne må træde i stedet. Sædtanken har tiltrukket sig vor opmærksomhed og vækket vor interesse. Den har båret sig selv ind i koncentrationsfasen, som igen har

forlænget sig videre ind i kontemplation, og resultatet af sidstnævnte er oplysning. Her har vi en kort oversigt over hele processen – tiltrækning, interesse, koncentreret opmærksomhed og forlænget målrettet refleksion eller meditation.

Hvad har været resultaterne af meditationsprocessen indtil dette punkt? De kan opregnes på følgende måde:

1. Reorganiseringen af sindet og dets nyorientering.
2. Centreringen af et menneskes opmærksomhed i tankeverdenen i stedet for i følelsesverdenen og dermed tilbagetrækningen fra sanserne af tiltrækningens fokus.
3. Udviklingen af en evne til øjeblikkelig koncentration som en forberedelse til meditation og evnen til urokkeligt at fokusere sindet på ethvert valgt emne. Evelyn Underhill definerer denne evne som følger:

»Den fuldendte koncentration, den lidenskabelige fokusering af selvet på det ene punkt, når den i 'åndens enhed og kærlighedens bånd' anvendes på virkelige og transcendent ting, frembringer i mysticismens tekniske sprog meditationens eller erindringens tilstand og ... er den nødvendige optakt til ren kontemplation.« (Underhill, Evelyn, *Mysticism*, s. 58).

### III. *Kontemplationsstadiet*

Vi bevæger os nu ind i et forståelsesrige, som i høj grad hæmmes af to faktorer: dels brugen af ord, der kun tjener til at begrænse og forvrænge, dels mystikernes egne beskrivelser, som – fordi de er opfyldt af undere og sandhed – er farvet af deres races og tidsalders symbolik og præget af følelse og emotion. Som en generel regel svinger mystikeren mellem øjeblikke af høj oplysning eller vision og de intense følelsers og længsels »triste tåger«. Enten gennemgår han forståelsens glæde og ekstase, der kun varer et flygtigt øjeblik, eller det smertelige begær efter en fortsættelse af oplevelsen. Der synes (for de flestes vedkommende) ikke at være nogen sikkerhed for eller vished om en gentagelse, kun en længsel efter at opnå et sådant stadi-

um af hellighed, at tilstanden er til stede hele tiden. I den gamle teknik og den metodiske meditation, som Østen i den sidste tid har beriget os med, synes det muligt gennem en viden om vejen og en forståelse af fremgangsmåden, at den mystiske erfaring i sig selv kan transcenderes, og at viden om guddommelige forhold og identifikation med den iboende guddom kan fremkaldes *med viljen*. Menneskeheden har nu den nødvendige mentale udrustning og kan supplere mystikerens vej med det bevidste intellekts vej.

Men mellem det forlængede koncentrationsstadium, som vi kalder meditation, og kontemplationsstadiet, som er af en helt anden kategori, kommer der en overgangsperiode, som den orientalske studerende kalder »meditation uden sædtanke« eller »uden et objekt«. Det er ikke kontemplation. Det er heller ikke en tankeproces, for den er ovre, mens det senere stadium endnu ikke er nået. Det er en periode med stabilisering af sindet – og afventen. Fr. Nouet beskriver det måske så godt som nogen i de følgende ord:

»Når det bedende menneske har gjort væsentlige fremskridt i meditation, går det umærkeligt over i en følelsesladet bøn, der, ligesom daggryet, ligger mellem nat og dag, befinder sig mellem meditation og kontemplation og indeholder elementer af dem begge. I begyndelsen indeholder den mere meditation, fordi *den stadig gør brug af rationel tankevirksomhed*; ... fordi den gennem langvarige overvejelser og ræsonnement har tilegnet sig meget lys, *træder den pludselig ind i sit subjekt og ser uden særligt besvær hele dets udvikling*. ... Heraf følger, at den efterhånden som den fuldkommengøres, opgiver alle rationelle tanker. ...« (Nouet, Fr., *Conduite de l'Homme d'Oraison*, Bog IV, kap. 1).

Omskifteligheden i den meget hurtige og følsomt modtagelige mentale substans kan, som vi har set, bringes i en stabil tilstand gennem vedvarende meditation. Det fremkalder en sindstilstand, der gør tænkeren uimodtagelig for vibrationer og de kontakter, der kommer fra den ydre fænomenverden og følelsernes verden, og således passiviseres sanseapparatet, hjernen og det kæmpemæssige, sammenhængende netværk, vi kalder nervesystemet. Den verden, hvori mennesket sædvanligvis fungerer,

lukkes ude, og alligevel bevares på samme tid en intens mental opmærksomhed og en koncentreret orientering mod den ny verden, i hvilken det vi kalder sjælen lever og udvikler sig. Den sande meditationsstuderende lærer at være fuldstændigt mentalt vågen og helt bevidst om fænomener, vibrationer og værenstilstande. Han er positiv, aktiv og har selvtillid, og hjernen og det fokuserede sind er omhyggeligt koordineret. Han er ingen upraktisk drømmer, og dog bliver den praktiske verden og de fysiske anliggender midlertidigt afvist.

Hvis den studerende af natur ikke er den positive, mentale type, bør der i forbindelse med meditationsøvelserne iværksættes en seriøs, vedholdende og intellektuel træning (beregnet på at skabe mental årvågenhed og polarisering); ellers vil processen degenerere til følelsesmæssige drømmerier eller negativ tomhed. Begge tilstande indebærer farer, og varer de ved, vil de være tilbøjelige til at gøre et menneske til en upraktisk person, kraftesløs og ineffektiv i de daglige gøremål. Hans liv vil blive mindre og mindre nyttigt for ham selv eller for andre. Han vil finde sig selv dvælende i flere og flere ukontrollerede, irrationelle fantasier og følelsesmæssige svingninger. I denne jordbund spirer egoismens sæd gerne, og psykisme flourer.

Således bliver det positive, vågne og kontrollerede sind båret på tankens vinger og derefter holdt fast på det højest opnåelige punkt. I sindet etableres derefter et forhold, som er analogt med et der allerede er etableret i hjernen. Det holdes i venteposition, mens tænkerens bevidsthed skifter til en ny bevidsthedstilstand, og han identificerer sig med det sande indre og åndelige menneske. Det der teknisk kaldes den »opfattende bevidsthed« er i venteposition.

De to meditationsstadier, det ene med intens aktivitet og det andet med intens afventen, er blevet kaldt Martha- og Maria-stadierne, og ideen bliver noget tydeligere gennem denne metafor. Det er en stilhedens periode, mens noget indre bryder frem, og det er måske den vanskeligste del af teknikken at mestre. Det er så let at glide tilbage til den intellektuelle aktivitet der er kendetegnende for almindelig meditation, for man har

endnu ikke lært at kontemplere. Dr. Bennett beskriver dette stadium i nogle kommentarer til Ruysbroeck. Han siger:

»Ruysbroeck skelner her mellem to tegn på 'sand' passivitet: For det første 'søges den aktivt', det vil sige at en vis indsats er nødvendig for at opretholde den. For det andet adskiller den sig fra enhver naturlig eller automatisk befrielse ved den moralske forberedelse der går forud. ... Denne påtvungne afventen, denne selvpålagte modtagelighed, som kendetegner kontemplationsstadiet, er ikke afslutningen på mystikerens løbebane. Den er enden på hans bestræbelser forstået på den måde, at han ikke kan gøre mere, men den er bestemt til at bane vej for ekstasens stadium, hvor tingene bliver taget ud af hænderne på den enkelte og han bliver redskab for en kraft større end ham selv. 'Forbliv urokkelig i dig selv, indtil du bliver trukket ud af dig selv uden din egen medvirken.'« (Bennett, Charles A., *A Philosophical Study of Mysticism*, s. 62).

Han taler senere i det samme kapitel om den åndeløse opmærksomhed, den hårdt erhvervede og vedholdende venten på den guddommelige åbenbaring. Den gamle indiske vismand, Patanjali, fortæller os det samme, idet han siger, at når »tanke-stoffet bliver absorberet i det der er virkeligheden (eller ideen legemliggjort i formen) og bliver ubevidst om adskilthed eller om det personlige selv«, bringer det ham frem til kontemplationsstadiet, og han træder ind i sjælens bevidsthed. Han opdager, at det hele tiden har været sjælen som har lokket ham til forening med sig selv. Hvordan? En anden hindu lærer os, at »sjælen har midlet. Tænkning er midlet. Når tænkningen har afsluttet sin frigørelsesopgave, har den gjort hvad den skulle og ophører.« (*The Vishnu Purana*, VI., 7, 90).

I kontemplation træder der en højere repræsentant ind. *Det er sjælen der kontemplerer*. Den menneskelige bevidsthed ophører med sin aktivitet, og mennesket bliver det det i virkeligheden er – en sjæl, et fragment af guddommelighed, bevidst om sin essentielle enhed med guddommen. Det højere selv bliver aktivt, og det lavere eller personlige selv falder fuldstændigt til ro og bliver stille, mens den sande åndelige enhed træder ind i sit eget rige og registrerer de forbindelser, der udgår fra den åndelige fænomenverden.

Sjælens verden ses som en virkelighed, de transcendent

ting kendes som virkelige realiteter, enhed med guddommen erkendes som værende et lige så stort faktum i den naturlige udviklingsproces som enheden mellem det fysiske legemes liv og selve legemet.

Derfor er menneskets bevidsthed ikke længere fokuseret i det ventende sind, men er sluppet gennem grænselandet og ind i åndens rige, og han bliver bogstaveligt talt til sjælen, der fungerer i sit eget rige, mens han opfatter »det, der hører gudsriget til«, idet han er i stand til på første hånd at forvisse sig om sandheden og med sin fulde, vågne bevidsthed er vidende om gudsrigets natur, rettigheder og love. Mens det sande åndelige menneske således er aktivt i sig selv og sin egen verden, holdes sind og hjerne stabile og positive, orienteret mod sjælen, og svarende til den færdighed, der lægges for dagen, således vil evnen være til både at registrere og optegne det som sjælen opfatter.

Under meditationen bestræber vi os på at modtage indtryk fra den indre gud, det højere selv, direkte til den fysiske hjerne via sindet. Under kontemplationen træder vi ind i et endnu højere stadium og bestræber os på i den fysiske hjerne at modtage det som *sjælen selv opfatter*, når den overskuer de nye erkendelsesområder.

Hos gennemsnitsmennesket er sjælen (som den der opfatter) optaget af den menneskelige stræbens tre verdener, og den retter derfor blikket mod de fysiske, emotionelle og mentale værenstilstande. Sjælen identificerer sig gennem æoner med de former, hvorigennem kontakten skal skabes, hvis de lavere bevidsthedstadier skal kendes. Senere hen, når et menneske har opnået kontrol over sindet og kan tilbyde det sjælen som et formidlende redskab, kan et umådeligt åndeligt bevidsthedsområde udfoldes. Sjælen selv kan derefter blive en formidler, der via sindet og til den fysiske hjerne kan videregive nogle af åndsaspektets erkendelser og ideer. De studerende vil gøre vel i at huske ordene i *Den hemmelige lære*:

»På vort tilværelsesplan er stoffet vehikel for sjælens manifestation, og på et højere plan er sjælen vehikel for åndens manifestation, og disse tre er en treenighed, hvis syntese er livet, der gennemtrænger dem alle.« (Blavatsky, H. P., *Den hemmelige lære*, bind I, s. 104).



Dette er i okkultismens akademiske sprog mystikerens erkendelse. Kardinal Richelieu kalder kontemplation for den tilstand, »hvor mennesket ser og kender Gud uden at bruge forestillings-evnen og uden logiske ræsonnementer«, og Tauler udtrykker det således:

»Gud ønsker at tage bolig i de højere åndsevner – hukommelsen, intellektet og viljen – og at virke i dem på en guddommelig måde. Det er hans sande bolig, hans aktivitetsområde; det er dér han finder sit billede. Det er dér vi må søge ham, hvis vi ønsker at finde ham og vel at mærke ad den korteste vej. Så flyttes ånden højt op over alle evnerne og ind i et tomrum af umådelig tilbagetrukket, som ingen dødelig kan udtale sig fyldestgørende om. ... Når disse personer bagefter kommer til sig selv, finder de, at de har bemægtiget sig en klar viden om tingene, en mere gennemlyst og fuldstændig viden end den andre har.« (Citeret af Poulain, R. P., S. J., *Graces of Interior Prayer*, s. 272).

Kontemplation er blevet beskrevet som en psykisk port, der fører fra én bevidsthedstilstand til en anden. Jeremy Taylor kalder den for »overgangen fra intens meditation til den kontemplation, der fører til synet af Guds under, når den menneskelige sjæl træder ind i det guddommelige lys' rige«. (Puglisi, Mario, *Prayer*, s. 181). Francois Malaval, der levede og skrev i det 17. århundrede udtrykker det meget smukt. Han siger:

»Denne akt (kontemplation) er tillige mere fuldendt end rationel tænkning, hvor det er sjælen der taler, mens den glæder sig under akten. Rationel tænkning ... overbeviser sjælen gennem sine principper, men her bliver sjælen snarere oplyst end overbevist, den ser snarere end den undersøger. Rationel tænkning beskæftiger sig med overvejelsen af et ord, et forslag eller en samtale, men dette enkle gudssyn, der forudsætter at al rationel tænkning er overstået og kendt, betragter sit objekt i selve Gud. ...« (Malaval, F., *A Simple Method of Raising the Soul to Contemplation*, s. 102).

Gennem denne synets port går mennesket og opdager, at han selv *er* sjælen. Med sjælens overblik erkender han at være den, der opfatter de åndelige realiteters verden lige så godt som de daglige erfaringers verden; han kan se – hvis han ønsker det – i begge retninger.

Problemet er at opnå den samme færdighed i opfattelsen på de åndelige niveauer som på de verdslige, og et af de vigtige punkter at huske på er, at tripletten bestående af sjæl, sind og hjerne i begge tilfælde må spille sin rolle, men med forskellig orientering og opmærksomhed. Det bliver ganske enkelt et spørgsmål om fokusering. Hjernen virker praktisk taget på en underbevidst måde i forhold til de instinkter og vaner, der styrer vort liv på det fysiske plan og vore lyster. Gennem korrekt undervisning lærer den at blive modtagelig for indtryk, der udgår fra sindet, og i stedet for kun at være en sanseregistrator eller -optager, lærer den at reagere på tankeindtryk. Sindet har på sin side en instinktiv tendens til at optage al ydre information, men det kan optrænes til at blive modtageligt over for sjælen og til at registrere information, der kommer fra denne højere kilde. På et tidspunkt kan vi opnå færdighed og øvelse i at udnytte enten hjernen eller sindet aktivt eller passivt og efterhånden fremkalde et fuldendt samspil mellem dem og til sidst mellem sjælen, sindet og hjernen. Vi kan sammenfatte alt hvad der er sket gennem de tre stadier, vi har gennemgået, med Patanjalis ord –

»Den gradvise sejr over sindets tendens til at flagre fra det ene objekt til det andet (det vil sige koncentration) og evnen til målrettethed (det vil sige meditation) udvikler kontemplation.« (Bailey, Alice A., *The Light of the Soul*, III., 11).

og når de tre udføres samtidigt får vi at vide, at »denne trefoldige kraft af opmærksomhed, meditation og kontemplation er mere af indre karakter end de vækstmetoder, der tidligere er blevet beskrevet«. Det er interessant at bemærke, at Malaval lægger vægt på det samme i sin anden afhandling, *Dialogue III*, idet han sammenkæder tro, meditation og kontemplation til en synteskabende handling. Vidende i både Øst og Vest tænker ens.

Kontemplation er også af Evelyn Underhill i hendes yderst anvendelige bog, *Mysticism*, blevet defineret som »stilheden mellem to aktiviteter«. I denne pause indstiftes en ny metode til viden og væren. Det er måske en af de enkleste og mest prakti-

ske veje til at forstå kontemplation. *Det er i mellemstadiet, at sjælen er aktiv.* Forud for denne sjælsaktivitet foregår det vi kunne kalde en opadgående aktivitet. Den fysiske hjerne er blevet dæmpet og holdt i ro; følelses- eller sanseapparatet er også blevet stilnet og tillades ikke længere at registrere informationer fra sit sædvanlige bevidsthedsområde; sindet er blevet fokuseret og holdt aktivt passivt i det lys, der strømmer fra sjælsriget. Vi afviser enhver passage af information fra de almindelige fænomeners verden. Dette er tilvejebragt gennem korrekt koncentration og meditation. Når dette er opnået, følger der et mellemstadium, hvor mennesket kender sig selv som sjæl, der bor i det evige og er befriet fra formens begrænsninger. Dette mellemstadium er nødvendigvis kort i begyndelsen, men bliver længere efterhånden som kontrollen bliver bedre. Nøglen til hele processen er sindets vedholdende koncentration og opmærksomhed, »mens sjælen, det åndelige menneske, det sansende væsen, kontemplerer.«

I en tidligere bog har jeg mere dybtgående behandlet denne anvendelse af sindet som sjælens instrument, og jeg vil gentage et afsnit her:

»Det bør imidlertid stå klart, at den der opfatter på sit eget plan altid har været vidende om det der nu genkendes. Forskellen beror på den kendsgerning, at instrumentet, sindet, nu kan kontrolleres. Det er derfor muligt for tænkeren at påtvinge hjernen det der er opfattet via det kontrollerede sind. Samtidig opfatter mennesket *også* på det fysiske plan, og sand meditation og kontemplation bliver for første gang mulig. I første omgang vil det kun vare i et kort sekund. Et glimt af intuitiv opfattelse, et øjeblikks vision og oplysning, og det hele er væk. Sindet begynder igen at ændre sig og kastes ud i aktivitet, visionen tabes af syne, det store øjeblik er forbi, og døren ind til sjælens rige synes pludselig at være lukket. Men der er opnået en vished, et glimt af virkelighed er blevet registreret i hjernen, og der er opnået garanti for fremtidige resultater.« (Bailey, Alice A., *The Light of the Soul*, III., 9).

Den anden aktivitet drejer sig om et dobbelt arbejde, der udføres af sindet. Efter at det vedholdende har været holdt i lyset, optegner og registrerer det nu ideerne, samt indtryk og begreber meddelt af den kontemplerende sjæl. Det formulerer dem i ord

og sætninger, opbygger dem som tankeformer og konstruerer klare mentale billeder. Det er i denne forbindelse, at behovet for et godt mentalapparat bliver indlysende. Et trænet sind, en veludstyret hukommelse og en omhyggeligt kultiveret mentalitet vil i høj grad lette sjælens arbejde med at opnå en korrekt optegnelse og præcis registrering af sin viden. Og umiddelbart efter denne mentale aktivitet følger en overførsel af den indhentede information til den afventende, hvilende hjerne.

Når sjælen har lært at håndtere sit instrument ved hjælp af sindet og hjernen, bliver en direkte kontakt og samspil mellem de to en stadig større og mere stabil mulighed, således at et menneske efter ønske kan fokusere sit sind på jordiske affærer og være et effektivt medlem af samfundet eller på åndelige spørgsmål og være virksom i sit sande væsen som gudesøn. Når det er tilfældet, bruger sjælen sindet som et overførende redskab, og den fysiske hjerne trænes i at blive modtagelig for det der overføres. Den sande gudesøn kan på samme tid leve i to verdener: Han er borger i verden og i Guds rige. Det bedste jeg kan gøre er at afslutte dette kapitel med nogle ord af Evelyn Underhill:

»Den sande mystikers fulde åndelige bevidsthed udvikles ikke i én, men to tilsyneladende modsatte, men i virkeligheden komplementære retninger. ... På den ene side er han fuldstændigt opmærksom på og ved, at han er ét med den almindelige, aktive tilværelse. Og skønt han for altid har brudt med sansernes trældom, ser han i enhver livsmanifestation en sakramental betydning, en herlighed, et under, en ophøjet betydning som er skjult for andre mennesker. ... På den anden side tror jeg, at den fuldstændige, mystiske bevidsthed også opnår det som er dens virkeligt karakteristiske kvalitet. Den udvikler evnen til at fatte den absolutte, rene væren, det fuldstændigt transcendent. ... Denne omfattende bevidsthedsudvidelse, med dens dobbelte mulighed for viden gennem fordybelse i det timelige og det evige, virkelighedens immanente og transcendent aspekter ... er den store mystikers særlige kendetegn, hans *ultimo sigillo*. ...« (Underhill, Evelyn, *Mysticism*, s. 42-43).

Resultaterne af denne dobbeltaktivitet og mulighed for samspil vil vi behandle som det næste. Intuitionen begynder at fungere, illumination, den indre oplysning, opleves og livet i inspiration

– med dets mange særlige kendetegn – må studeres, og det vil vi forsøge i næste kapitel.



## 7. KAPITEL

### Intuition og illumination

»Og Gud sagde:  
'Der blive lys!'  
Og der blev lys.«

BIBELEN

Vi er hidtil gået ud fra, at de moderne undervisningsmetoder i Vesten har gjort mennesket fortroligt med ideen om at det besidder en tænkeevne; de har fået det til at værdsætte intellektet, og det i en sådan grad, at mange opfatter opnåelsen af intellektuelle evner som fuldbyrdelsen af evolutionsarbejdet. Vi har endvidere antaget, at når den østlige meditationsteknik (med dens stadier: koncentration, meditation og kontemplation) er blevet taget i anvendelse af den vestlige intellektuelle, kan tænkningen optrænes til at nå sit højeste udviklingspunkt og kan derefter erstattes af en endnu højere evne, intuitionen. I Vesten har vi også bemærket, at vore bedste tænkere gennem intens interesse og flid når det samme standpunkt som Østens aspirant når gennem meditation. Men her hører parallellen op. Vestens uddannelser magter ikke at føre sine studerende ind i intuitionens eller illuminationens verden. Faktisk smiler vi hellere ad forestillingen om en oplyst bevidsthed og tilskriver mange af de tilgængelige vidnesbyrd overstimulerede mystikers hallucinationer eller de psykopatiske tilfælde, som vore psykologer konstant beskæftiger sig med.

Men det kan bevises, tror jeg, at den udviklede åndelige opfattelsesevne og et oplyst intellekt kan være en del af den sunde og afbalancerede forretnings- eller videnskabsmands udrustning og ikke nødvendigvis behøver at betyde mangel på psykisk balance eller følelsesmæssig uligevægt. Illuminationens og inspirationens lys er foreneligt med udførelsen af éns daglige gøremål, og det er blevet os fortalt gennem århundreder i en gammel kinesisk lære, der daterer sig tilbage til det ottende århundrede:

»Mester Lü Tzū sagde: Når det med stadig større succes lykkes at fremkalde lysets cirkulation, må mennesket fortsætte dermed uden at opgive sin normale beskæftigelse. De gamle sagde: Når gøremål melder sig, må vi acceptere dem; når ting kommer til os, må vi forstå dem fra bunden af. Hvis gøremålene reguleres gennem korrekte tanker, spredes lyset ikke af uvendige ting, men cirkulerer i overensstemmelse med sin egen lov.« (Wilhelm, Richard, og Jung, C. G., *The Secret of the Golden Flower*, s. 57).

Disse kendetegn på illumination og dens resultater kan man se udvikle sig i bevidstheden hos det menneske, der har gjort fremskridt gennem de stadier vi tidligere har skitseret, og som er temaet for dette kapitel. Illumination er et stadium i meditationsprocessen, for den fører til en nøje kontrol over sindet og en videnskabelig indfaldsvinkel til emnet; den er et resultat af den sande kontemplative tilstand og sjælskontakt, og den viser gennem sine successive virkninger iværksættelsen af sindets anden aktivitet, der blev behandlet nogle få sider tidligere.

Ifølge pionererne i sjælens rige indtræffer illuminationstilstanden lige efter kontemplationsstadiet og kan måske beskrives som den der fremkalder tre virkninger: et oplyst intellekt, en intuitiv opfattelse og et inspireret liv på tilværelsens fysiske plan. Dette forhold anerkendes af alle mystikere og forfattere der skriver om den mystiske åbenbaring. Ideen om et lys der kommer og skinner på vor vej, symbolikken i en intens stråleglans eller blændende udstråling, der ledsager fasen med guddommelig kontakt, er så udbredt, at vi er kommet til at betragte dem blot som noget, der indhylles i en mystisk fraseologi, der ikke betyder meget mere end den visionære aspirants forsøg på i ord at udtrykke de undere han har fornemmet.

Undersøgelser synes imidlertid at vise, at der er god mening i denne specielle terminologi og de symbolske fraser. Den sproglige ensartethed, vidneudsagn fra de mange tusinde troværdige vidner og ligheden mellem de beslægtede hændelser synes at indikere noget, der peger hen imod en ægte fænomenal hændelse. Dr. Overstreet nævner i *The Enduring Quest* et stort antal af disse store personer, der hævdes at have været oplyste, og han påpeger, at »disse mennesker ikke ræsonnerer sig til løs-



ningerne, skønt ræsonnement – sandhedssøgen – tilsyneladende spillede en rolle i forberedelsen til deres endelige indsigt. I hvert eneste tilfælde«, tilføjer han, »oplevede de noget som vi – i mangel af en bedre betegnelse – kan kalde 'illumination'«. Han fortsætter med at advare os mod »for en sikkerheds skyld at feje disse oplevelser til side som vildfarelser. ...« Og han siger samtidig, »at disse mennesker ikke opfører sig som mennesker, der lider af vildfarelser. Fra dem er der kommet en stor del af menneskehedens åndelige visdom. De hører så at sige til blandt menneskehedens oplyste. Hvis »I skal kende dem på deres frugter«, så har disse mennesker vist os frugter, der er så langt over gennemsnittet, at det gør dem til menneskehedens åndelige ledere.« (Overstreet, H. A., *The Enduring Quest*, s. 238, 239, 240).

Vanskeligheden med den almindelige mystiker, men ikke med de enestående skikkelser dr. Overstreet henviser til, har været, at han sædvanligvis manglede en evne til at definere eller klart udtrykke denne oplysningstilstand. Det fortælles os i Bampton-forelæserne i 1930, at »mystikeren ikke kan forklare sig, men han ved at han har vidst og ikke blot følt, og ofte bliver denne viden til en blivende ejendom, som ingen kritik kan røre. ... Skønt mystikeren synes ude af stand til at bibringe andre nogen form for sandhed, som ikke kan nås gennem andre mere almindelige kanaler for erfaring og rationel tænkning, så er det ikke desto mindre muligt, at intensiteten i deres specielle opfattelse af sandheden måske kan tjene til at sætte vore fundamentale problemer i et klarere lys, ligesom ekstreme eksempler tjener til at efterprøve sandheden af en eller anden generel geometrisk læresætning.« (Grensted, Pastor L. W., *Psychology and God*, s. 203-204).

Det er her Østen kommer ind og viser os det system, hvorved illumination kan opnås, og som frembyder til vor overvejelse en struktureret proces og metode, der fører mennesket frem til identifikation med sjælen. Som et resultat af denne identifikation og dens påfølgende virkninger postulerer den en oplyst opfattelse og en intuitiv forståelse af sandheden. Det fortælles os i Østens skrifter, at det er sindet der reflekterer den

alvidende sjæls lys og viden, og hjernen som derefter bliver oplyst. Det er kun muligt, når samspillet mellem sjæl, sind og hjerne er fuldstændigt. Patanjali fortæller os i sine *Yoga Sutraer*,

»Sindets herre, den, der opfatter, er altid bevidst om det konstant aktive tankestof.

Fordi sindet kan ses eller erkendes er det åbenbart, at det ikke er kilden til illumination.

Når den åndelige intelligens, der står alene og fri fra objekter, reflekterer sig i tankestoffet, da kommer bevidstheden om selvet.

Så bliver tankestoffet, der reflekterer både den vidende og det der kan vides, alvidende.

Så stræber sindet mod skelnen og større oplysning.

Når metoderne til forening er blevet praktiseret vedholdende, og når urenhed er blevet overvundet, finder den oplysning sted, der fører frem til fuldstændig illumination.

Den opnåede viden (eller illumination) er syvfoldig og opnås progressivt.« (Bailey, Alice A., *The Light of the Soul*, s. 408, 409, 415, 416, 422, 178, 172).

Patanjali fortsætter senere med at påpege, at efter den rigtige koncentration, meditation og kontemplation vil »det der skjuler lyset gradvis blive fjernet«, og han tilføjer:

»Når det, der slører lyset er ryddet af vejen, da kommer den værenstilstand, der kaldes diskarneret (eller ulegemlig), som er fri af det tænkende princip modifikation. Dette er illumination.« (*Ibid.*, s. 118, 240).

Derfor er det muligt, at Kristus, da han pålagde sine disciple at »lade deres lys skinne«, måske slet ikke talte symbolsk, men fortalte dem indtrængende om nødvendigheden af at nå frem til en tilstand af frihed fra den fysiske bevidsthed, således at sjælens lys kunne strømme gennem sindet og ind i hjernen og frembringe den oplysning, som sætter et menneske i stand til at sige: »I det lys skal vi se lys.«

Vejen til denne frihed har altid været kendt af den kristne kirke og kaldes »renselsens vej«. Den nødvendiggør renselse eller forfinelse af den lavere legemlige natur og eliminering af materiens slør, der skjuler lyset i ethvert menneske. Sløret må

gennembrydes, og det er der mange måder at gøre på. Dr. Winslow Hall fortæller os om tre måder i *Illuminanda* (Hall, W. Winslow, M. D., *Illuminanda*, s. 93) – skønhedens vej, intellektets vej og sjælens vej. Gennem skønhed og det at søge efter den virkelighed der har frembragt den, kæmper mystikeren sig ind bag den ydre form og finder det gode og vidunderlige. Dr. Otto (Otto, Rudolf, *The Idea of the Holy*) behandler dette i sin fortolkning af evnen til »intuitive tankeglimt«, til med ærefrygt og undren at erkende det egentligt hellige og skønne bag alle former. Det er umagen værd at tage hans kapitel under nærmere overvejelse. Således »guddommeliggør« mystikeren (gennem det guddommelige i ham selv) den virkelighed, som materiens slør skjuler. Det er sansernes vej. Men så er der intellektets vej, sindets intensive fokusering på et problem og på formaspektet for at nå frem til årsagen til dets eksistens. Det er på denne måde videnskabsmændene har gjort så store fremskridt og er trængt så langt ind gennem sløret, at de er stødt på noget de kalder »energi«. Dr. W. Winslow Hall definerer den tredje vej som følger:

»Sjælens vej er på én gang den ældste og mest omfattende af de tre veje ... for sjælen gør mere end at gennembryde materiens slør; den identificerer sig både med sløret og med virkeligheden bag sløret. Derved føles sjæl, slør og virkelighed som ét.« (Hall, W. Winslow, M.D., *Illuminanda*, s. 94).

Vi bliver således ført tilbage til ideen om helhed og enhed med universet, som vi tidligere har berørt, og dr. Hall tilføjer, at »jeg vil definere illumination som en overvældende følelse af enhed med helheden«. (*Ibid.*, s. 21).

Lad os på dette sted forsøge så enkelt som muligt at udtrykke, hvortil vore konklusioner har ført os, og se hvad der er sket med det menneske, der har videreuddannet sig fra den rene hukommelsestræning og tilegnelse af information til den bevidste anvendelse af intellektet og derfra ind i den bevidst videndes verden.

Gennem koncentration og meditation har han opnået et stort

mål af tankekontrol og lært »at fastholde sindet i lyset«. Så glider bevidstheden ud af det lavere selv (ud af hjerne- og tankebevidsthedens verden), og mystikeren går ind i kontemplationsstadiet, hvor han fungerer som sjælen og kender sig som viden. Sjælens natur er viden og lys, og dens eksistensverden er gudsriget. Så længe denne identifikation med sjælen varer ved, fastholdes sindet og afviser al respons på kontakter, der udgår fra andre bevidsthedstilstande, fx fra den emotionelle og den fysiske verden. Absorberet i forening med Gud, overført til »den tredje himmel« (ligesom Paulus) og fordybende sig i det lykkelige syn af virkelighedens verden, ved han intet, ser intet, hører intet, undtagen de fænomener der hører til den verden, hvori han lever. Men i den verden hører, ser og ved han; han bliver bevidst om sandheden, utilsløret og befriet fra det blændværk, som materiens slør kaster over den; han lytter til den visdom, der er oplagret i hans egen uudgrundelige sjæl, og han *er* selve denne visdom, for subjekt og objekt eksisterer ikke længere for ham: han er dem begge og han ved det. Han træder ind i Guds sind – ind i dette universelle lager af viden, hvis dør altid står åben for de individuelle sind, der kan stilnes og kontrolleres tilstrækkeligt til at det bliver muligt for dem at se døren og passere gennem den. Og samtidig er sindet gennem hele denne transcendent proces blevet fastholdt i lyset.

Snart afsluttes kontemplationsstadiet imidlertid, og sindet kastes ud i fornyet aktivitet, en aktivitet baseret på dets reaktion på lyset og på dets evne til at registrere og optegne den information, som sjælen søger at begave det med. Sjælens energier har hidtil været udadrettet mod de guddommelige realiteters verden. Nu skifter opmærksomheden fokus, og guddommen kaster sit blik på det ventende instrument og søger at indpræge det så meget af sin visdom og viden, som det er i stand til at modtage og reflektere.

Der er en udbredt tilbøjelighed til at forveksle illumination med følelser blandt de forfattere, der skriver om mysticisme og som er optaget af den rent mystiske vej og ikke fyldestgørende har studeret Østens teknik. Evelyn Underhill siger fx: »... Illuminationen fører visionen om det absolutte med sig, en fornem-

melse af det guddommelige nærvær, men ikke en sand forening med det.« »Det er«, siger hun, »en lykketilstand.« (Underhill, Evelyn, *Mysticism*, s. 206). Oplysningen af sindet med viden og en forståelse af forening med guddommen og de love, der styrer den åndelige verden, kan til sidst fremkalde lykke, men denne lykke er en følgevirkning og ikke en del af den oplyste tilstand. Sand oplysning er forbundet med intellektet og bør – i sit reneste aspekt – være adskilt fra enhver følelse. Det er en tilstand af viden, det er en tilstand hvor sindet bringes i forbindelse med Gud, og jo længere denne tilstand kan holdes fri af følelsesmæssige reaktioner, jo mere direkte vil kommunikationen være mellem sjælen og dens instrument, og jo mindre vil forvrængningen af de meddelte sandheder være.

Det vil sikkert være af værdi på dette sted at sammenligne den videndes vej med mystikerens. Mystikeren – især i Vesten – opnår sin glimtvis indsigt, han ser den elskede, han kommer i berøring med bevidsthedsmæssige højdepunkter, men hans tilnærmelse sker i de fleste tilfælde med *hjertet* som udgangspunkt, hvilket involverer fornemmelser, sanseopfattelser og følelser. Resultatet har været ekstase. Hans teknik har været hengivenhed, disciplin og en emotionel fremadstræben, »at løfte hjertet til Herren«, »synet af den elskede« og »brylluppet i himlen«, udstrømning af kærlighed for den elskedes fødder og den heraf følgende ekstase. Bagefter følger, hvis vi skal tro mystikernes egne beretninger, en tid med fornyet tilpasning til hverdagslivet og ofte en følelse af depression og skuffelse over at det store øjeblik er ovre, kombineret med en manglende evne til at tale klart om det der er oplevet. Så påbegyndes en ny cyklus af hengivenhed og disciplin, indtil visionen atter ses og den elskede kontaktes på ny. Fra visse synsvinkler er den vestlige mystikers selvoptagethed bemærkelsesværdig, og hans manglende brug af intellektet yderst påfaldende. Vi må imidlertid undtage mystikere som Böhme, Ruysbroeck eller Mester Eckhart, i hvis skrifter det intellektuelle element er meget markant og kvaliteten af viden fremtrædende. Bemærk hvad Mester Eckhart selv siger:

»Der er i sjælen én kraft, intellektet, der er af primær betydning for at sjælen kan blive bevidst om eller opdage Gud. ... De klogeste udsagn fastslår udtrykkeligt (som sandt er), at kernen i det evige liv snarere ligger i viden end i kærlighed. ... Sjælen er ikke afhængig af det timelige, men ophøjelsen af dens sind foregår i kommunikation med gudsværket.« (Pfeiffer, Franz, *Meister Eckhart*, s. 114, 83, 288).

Den vidende har en anden metode end mystikeren. Den vidende retter intellektet mod målet for dets søgen; hans vej er sindets, disciplinens og kontrollens. Han stabiliserer sindet, standser dets omskiftelighed og fokuserer det. Han søger Gud, adskiller sig fra at føle og er ikke interesseret i sin egen personlige tilfredsstillelse, for sindet er »*common-sense*«, og når det anvendes bedst er det begavet med evnen til syntese, til helhed. Han vil – som dr. Müller-Freienfels udtrykker det – »ikke længere tale om *sin* sjæl, men om den universelle sjæl, som manifesterer sig i ham og folder sig ud i ham som i alle andre skabninger, og som vil bestå, selv om illusionen om individualitet går til grunde. ... Han vil leve sit liv som 'liv', dvs. han vil virkeliggøre og fuldstændiggøre sig selv med den bevidsthed, at det ikke alene er hans eget selv der bliver virkeliggjort og fuldendt, men universet, guddommen, som det tilsyneladende selv er en del af.« (Müller-Freienfels, Richard, *Mysteries of the Soul*, s. 336).

Personlige følelser udelukkes. Aspiranten behersker sindet, fastholder det i lyset, og da ser og ved han. Så følger ILLUMINATIONEN. Mester Eckhart sammenfatter forskellen mellem de to veje som følger:

»Viden løfter sjælen til Guds niveau, kærlighed forener sjælen med Gud, brug fuldkommengør sjælen for Gud. De tre fører sjælen helt ud af tiden og ind i evigheden.« (Pfeiffer, Franz, *Meister Eckhart*, s. 286).

Disse sondringer bør man omhyggeligt lægge mærke til. I denne tid er erhvervelsen af viden om Gud for mange af større betydning end kærlighed til Gud. Den er de allerede i besiddelse af, den er baggrunden for deres stræben, men ikke for deres nuværende mål og disciplin. For det store, ikke-tænkende flertal er det muligvis sandt, at kærlighedens og hengivenhedens vej,

som er mystikerens vej, bør være målet, men for verdens tænkere bør opnåelsen af illumination være målet for deres stræben.

I det sandt oplyste menneske har vi den sjældne kombination af mystikeren og den vidende, vi har resultatet af mystikerens metoder i Østen og Vesten, vi har foreningen af hoved og hjerte, af kærlighed og intellekt. Det fremkalder det der i Orienten kaldes en yogi (den der kender forening) og i Occidenten benævnes den praktiske mystiker, som er vor temmeligt utilfredsstillende måde at betegne den mystiker, der har kombineret intellektet med følelsesnaturen og derfor er et koordineret menneske – med hjerne, sind og sjæl virkende i fuldendt enhed og syntese.

Sjælens oplysning af sindet og en nedfældning i det ventende og opmærksomme »tankestof« af den erfaring og visdom, som er sjælens førsteret, fremkalder i det virkeligt forenede og koordinerede menneske forskellige resultater, alt efter med hvilken del af hans instrument kontakten gennemføres. Idet vi lader spørgsmålet om forening og vækst af transcendent kræfter ligge til senere behandling, vil vi nu begrænse os til de direkte virkninger af illumination. For at tydeliggøre problemet, kan vi sammenfatte resultaterne som følger:

Virksomheden på sindet er den direkte forståelse af sandhed og en viden, der er så vidtfavnende og syntesepræget i sit omfang, at vi med et tåget udtryk betegner den det universelle sind. Denne form for viden kaldes sommetider for intuition og er en af illuminationens vigtigste kendetegn. En anden virkning på sindet er modtagelighed for telepatisk kommunikation og en sensitivitet over for andre sind, der har opnået en evne til at virke på sjælens niveauer. Her refererer jeg ikke til såkaldt telepatisk kommunikation på psykiske niveauer eller til den, der foregår fra hjerne til hjerne i det almindelige daglige samvær, som vi alle kender til. Jeg refererer til det samspil der kan iværksættes mellem sjæle, der er stillet ind på det guddommelige, og som tidligere har medført overførslen af inspirerede udsagn i de hellige skrifter af verdensomspændende betydning, og i de guddommelige udtalelser der er fremsat af visse store gudesønner

som fx Kristus og Buddha. Intuition og telepati er derfor i sin reneste form to følger af sindets illumination.

I den emotionelle natur – eller i begær- eller følelseslegemet i esoterikerens sprog – har vi registreringen af glæde, lykke og oplevelsen af ekstase. Der er en sådan fornemmelse af fuldkommenhed, tilfredsstillelse og glad forventning, at verden ses i et nyt lys, og omstændighederne iklæder sig gladere farver.

»Himlen foroven er lysere blå,  
jorden forneden er friskere grøn,  
i alle farver lever noget  
ukristelige øjne aldrig ser.«

I det fysiske legeme er der visse højst interessante virkninger. De falder i to hovedgrupper: For det første er der en stimulation til intens aktivitet, som har en bestemt virkning på nervesystemet, og for det andet er der ofte tilsynekomsten i hovedet af et lys, som kan ses selv med lukkede øjne eller i mørke.

I sin bog om illumination behandler dr. W. Winslow Hall dette lysaspekt og siger et sted, at han ønsker at bevise, at »illumination ikke kun er et psykologisk, men også et fysiologisk faktum«. (Hall, W. Winslow, M. D., *Illuminanda*, s. 19).

Disse virkninger på det trefoldige instrument – det mentale, sansende og fysiske – som vi kalder et menneske, er kun manifestationer af den samme grundlæggende energi når den flyttes fra legeme til legeme. Det er den samme guddommelige bevidsthed, hvis tilstedeværelse mærkes i den menneskelige bevidstheds og adfærds forskellige sfærer.

Lad os først behandle den mentale virkning. Hvad er dette mysteriøse fænomen vi kalder intuition? Det er interessant at se, at ordet fuldstændig ignoreres i visse bøger om psykologi, og det ofte i dem der er skrevet af de største kapaciteter på området. Intuitionen er ikke anerkendt. Vi kan måske definere den som en direkte forståelse af sandhed, adskilt fra den rationelle tænkeevne eller intellektuel virksomhed af enhver art. Det er en aldrig tidligere fornemmet sandhed eller skønhed der dukker op



i bevidstheden. Den kommer ikke fra den ubevidste eller opmagasinerede, racemæssige eller individuelle hukommelse; den drypper ned i sindet direkte fra det overbevidste eller fra den alvidende sjæl. Den erkendes umiddelbart som værende ufejlbarlig sand og afføder ingen spørgsmål. Alle pludselige løsninger på tilsyneladende uløselige eller uforståelige problemer og mange af de store, revolutionerende opfindelser falder ind under denne kategori. Evelyn Underhill omtaler det på denne måde:

»... denne lysende klare opfattelse af ting, denne rensning af opfattelsens døre er afgjort det vi kunne forvente ville ske, når mennesket bevæger sig mod højere bevidsthedscentre. Dets ydre intelligens, rensset for sansernes dominans, overtages mere og mere af den transcendent personlighed, det 'ny menneske' som helt naturligt er borger i den uafhængige, åndelige verden, og hvis skæbne med et mystisk udtryk er en 'tilbagevenden til ud-springet'; derfor indstrømningen af ny livskraft, forøgede visionære evner og en vældig forøgelse af menneskets intuitive evner.« (Underhill, Evelyn, *Mysticism*, s. 311).

Denne umiddelbare adgang til sandheden er alle menneskers endelige skæbne, og det forekommer sandsynligt at selv tænkeevnen en dag vil komme til at ligge lige så meget under bevidsthedstærskelen som instinktet gør nu. Vi kommer så til at fungere i intuitionens verden og vil tale intuitionens sprog med lige så stor selvfølgelighed som vi nu taler tænkningsens sprog og stræber efter at fungere som mentale væsner.

I *Studies in the Psychology of the Mystics* definerer fader Maréchal den intuitive opfattelse på denne måde:

»Intuition er – defineret generelt – den direkte assimilation af en evne til viden med sit objekt. Al viden er på en måde en assimilation; intuition er en øjeblikkelig 'information' uden et objektivt mellemed; det er den eneste handling, hvorved erkendelsen former sig selv, ikke ud fra en abstrakt lighed med objektet, men fra selve objektet; den er, om man vil, det absolutte sammenfald, den fælles berøringsflade mellem det vidende subjekt og objektet.« (Maréchal, Joseph, S. J., *Studies in the Psychology of the Mystics*, s. 98).

En af de betydeligste og mest tankevækkende bøger om intuition, som på forbløffende måde knytter Østens og Vestens indstillinger sammen bærer titlen *Instinct and Intuition* af dr. Dibblee fra Oriel College, Oxford. I den giver han os adskillige interessante definitioner på intuition. Han bemærker, at »hvad oplevelsen er for følelsen, er intuitionen for tanken med hensyn til at forsyne den med materiale« (Dibblee, George Binney, *Instinct and Intuition*, s. 85), og han citerer dr. Jung for at sige, at den er en overbevidst mental proces, som vi til tider vagt fornemmer. Han giver os også professor H. Wildon Carrs definition: »Intuition er sindets opfattelse af virkeligheden præcis som den er, ikke i form af et begreb eller en forestilling (hverken som idé eller objekt for ræsonnement), som er en intellektuel forståelse.« (Carr, H. Wildon, *Philosophy of Change*, s. 21). Han fortæller os, at intuitionen »udelukkende er interesseret i fuldstændigt u håndgribelige resultater, og idet den ser bort fra tid, er den også uafhængig af følelser« (Dibblee, George Binney, *Instinct and Intuition*, s. 132). I en særlig klar passage definerer han (måske utilsigtet da hans emne omhandler andre forhold) den koordinerede praktiske mystiker eller vidende.

»... intuitiv inspiration og instinktiv energi tæmmes til sidst og forenes i det fuldkomne selv, der i sidste ende danner én personlighed«. (*Ibid.*, s. 130).

Her har vi den mekanisme, der gennem instinktapparatet styres og ledes i sine fysiske relationer og reaktioner og arbejder gennem sanserne og hjernen – og sjælen, der på sin side styrer og leder sindet gennem intuitionen og har sit fysiske berøringspunkt i den højere hjerne. Denne tanke sammenfatter dr. Dibblee med ordene: »Jeg er nået til en definitiv accept af, at der er to forskellige intelligensorganer i mennesket, talamus, der er sædet for instinkt, og hjernebarken, der er sædet for de samvirkende evner, intellektet og intuitionen.« (*Ibid.*, s. 165). Dette standpunkt ligger tæt op ad den orientalske lære, der antager at hele den lavere naturs koordinationscentrum ligger i hypofysens område, og det højere selvs og intuitionens berøringspunkt ligger i pinealkirtlens område.

Situationen er derfor som følger: Sindet modtager oplysning fra sjælen i form af indpodede ideer eller intuitive glimt, der tilvejebringer nøjagtig og direkte viden, for intuitionen er altid ufejlbarlig. Denne proces gentages så af det aktive sind, der fører den intuitive viden, sjælen har udsendt, ned i den modtagelige hjerne. Når dette sker automatisk og præcist, har vi det oplyste menneske, vismanden.

Den anden aktivitet sindet responderer på som følge af oplysning er telepati. Man har sagt, at »selv illuminationen må anses for at være det højest kendte eksempel på telepati, for gennem hele den overvældende oplysnings flammende færd er den menneskelige sjæl den der opfatter og lysets fader den der formidler«. Formidleren er i stand til at virke gennem mange sind, for sjælens verden er gruppebevidsthedens verden, og det åbner for en virkelig bred kontaktflade. Ikke blot er menneskesjælen *i kontakt* med det universelle sind, men også med alle de sind som den guddommelige hensigt vi kalder Gud kan arbejde igennem. Således kan vi forklare den stadige strøm ned gennem tiderne af oplyste skrifter og verdensbudskaber, som har ledet menneskenes tanker og skæbne og ført dem frem ad forståelsens vej fra animismens og fetichismens stade til vor nuværende forestilling om en iboende guddom. Fra en opfattelse af mennesket og naturen har vi udviklet en guddommelig helhedsopfattelse, i hvilken vi lever, røres og har vor væren, og som vi identificerer os med i vor bevidsthed. Vi ved vi er guddommelige. En efter en har Guds sønner taget deres retmæssige arv og opdaget deres sensitivitet over for verdensplanen. De har gennem deres vedholdende kontemplation udrustet sig til at fungere som fortolkere af det universelle sind og formidlere mellem det ikke-telepatiske flertal og den evige visdomskilde. Den bedste menneskelige viden, kilden til de store verdensreligioner og videnskabens triumfer kan spores tilbage til verdens oplyste, de intuitive tænkere inden for alle kundskabsområder og dem, der overbringer telepatiske og inspirerede meddelelser.

Denne telepatiske kommunikation må ikke forveksles med mediumisme eller den store mængde såkaldt inspirerede skrifter, der i øjeblikket oversvømmer markedet. De fleste af disse

meddelelser er middelmådige og bringer hverken nyheder eller budskaber, der kan føre mennesket et trin videre ind i den ny tidsalder eller lede hans trin, når han bestiger trappen til de himmelske steder. Tapning af det underbevidste, formuleringer hidrørende fra en udmærket og højt udviklet mentalitet vil være udgangspunktet for 98% af det materiale der nu kommer frem. Det viser, at mennesket har opnået meget, og at det er blevet koordineret. Det viser imidlertid ikke intuitionens aktivitet eller den, der antyder evnen til åndelig telepati. Folk må omhyggeligt skelne mellem intuitionen og instinktet, mellem intellektet i dets lavere aspekt og det højere eller abstrakte sind. Skillelinjen må opretholdes mellem de inspirerede ytringer fra en sjæl i berøring med virkeligheden og andre sjæle og banaliteter fra en pæn og kultiveret mentalitet.

Virksomheden af oplysningsprocessen på følelsesnaturen antager to former – og paradoksalt nok – to fuldstændigt modsatte former. Hos nogle typer vil den virke beroligende på følelserne, således at trivielle bekymringer og angst ophører, og mystikeren går ind i den fred der overgår al forstand. Han kan da sige:

»I mig har en flamme holdt stand,  
urørt, uforstyrret gennem tåger af år,  
ukendt med kærlighed, med latter, håb eller frygt,  
tåbelig hjertekval eller gyldne dage.  
Jeg mærker ingen skygge fra de rugende skyer,  
jeg hører ingen hvisken fra tidevandets skiften,  
jeg væver ingen lidenskabelige eller tårefyldte tanker,  
jeg er ikke hæmmet af tid eller vane.  
Jeg kender ikke til fødsel, jeg kender ikke til isnende død;  
jeg frygter ikke skæbne eller form, årsag eller tro,  
jeg vil vågne af bakkernes slummer,  
jeg er knoppen, blomsten, jeg er frøet;  
for jeg ved at i alt hvad jeg ser,  
er jeg delen og den min sjæl.«

(Muirhead, John Spencer, *Quiet, The Oxford Book of English Mystical Verse*, s. 629).

Modsætningsvis kan den frembringe den mystiske ekstase – denne hjertets opløftelse og udstrømning mod guddommen, som vor mystiske litteratur til stadighed vidner om. Det er en tilstand med ophøjet og frydefuld vished om den fornemmede virkelighed. Den, der ejer den, bæres på lyksalighedens vinger, så at intet timeligt overhovedet kan ramme eller såre ham. Billedligt talt er elskeren på vingede fødder på vej til den elskede, og samspillet mellem elskeren og den elskede er dybt, men altid er der fornemmelsen af dualitet, om noget andet eller noget der ligger ud over det opnåede. Det må fastholdes i bevidstheden så længe som muligt, ellers forsvinder den ekstatiske vision, skyerne vil sløre solen og verden med alle dens sorger vil formørke himlene. Det fortælles os i *Mysticism*, at ekstase fysisk set er trance. Det er en henrykkelsestilstand, der kan være enten god eller dårlig. Evelyn Underhill citerer fader Malaval som følger:

»Det mystiske livs lærde lærer os, at der er to former for ekstase, som der må skelnes omhyggeligt imellem. Den første frembringes i personer, der kun er nået lidt frem ad vejen og som stadig er fulde af selvished, enten tvunget frem af en ophedet fantasi, der med ildhu griber et følsomt objekt, eller af djævelens list. ... Den anden form for ekstase er derimod virkningen af en ren intellektuel vision hos dem der nærer en stor og ædel kærlighed til Gud. I denne ekstase undlader Gud aldrig at meddele stor-slåede ting til ædle sjæle, der helt har givet afkald på sig selv.« (Underhill, Evelyn, *Mysticism*, s. 431).

Samme forfatter fortsætter med at fortælle os hvad ekstase er, psykologisk set. »Selvets absorption i ideen, begæret, er så fuldstændig – og for de store mystikers vedkommende – så lidenskabelig, at alt andet viskes bort.« (*Ibid.*, s. 434). Bemærk hvordan ideen om begær, følelse og dualitet kendetegner den ekstatiske tilstand. Lidenskab, hengivelse og en ekstatisk griben efter kilden til indsigt er altid til stede, og de der erfarer må foretage en omhyggelig skelnen, hvis ikke de skal degenerere til sygelighed. Grundlæggende har vi intet at gøre med denne sansende bevidsthedstilstand. Vort høje mål er en konstant tankevirksomhed og en stabil mental kontrol, og det er kun i illuminationens tidlige stadier, at denne tilstand findes. Senere vil

det ses, at sand illumination automatisk vil udelukke alle disse reaktioner. Sjælen kender sig som fri af modsætningernes par – behag som smerte – og befinder sig uafbrudt i åndelig væren. Kommunikationsvejen eller -kanalen bliver til sidst direkte og eliminerende, fra sjælen til sindet og fra sindet til hjernen.

Når vi kommer til bevidsthedens fysiske niveau og til reaktionen på den oplysning, der strømmer ned i hjernen, er der sædvanligvis tale om to hovedvirkninger. Der er en fornemmelse eller bevidsthed om et lys i hovedet, ofte kombineret med en stimulering til abnorm aktivitet. Mennesket synes drevet af den energi der strømmer gennem ham, og dagene er alt for korte til det han søger at udrette. Han er så ivrig efter at samarbejde med Planen, som han er kommet i berøring med, at hans dømmekraft midlertidigt er svækket, og han arbejder, taler, læser og skriver med en utrættelig energi, som ikke desto mindre udmærker nervesystemet og påvirker hans vitalitet. Alle der har arbejdet med meditation og som har søgt at undervise folk på dette område kender godt denne tilstand. Aspiranten træder virkelig ind i en verden af guddommelig energi og finder, at han er stærkt modtagelig for den; han mærker sine grupperelationer og ansvar og føler han må gøre sit yderste for at leve op til dem. Denne registrering af en konstant indstrømning af livskraft er særdeles karakteristisk for koordineringen mellem sjælen og dens instrument, og den påfølgende reaktion fra nervesystemet på sjælens energi er så indgående og krævende, at det tager mennesket nogen tid at lære de nødvendige tilpasninger.

En anden virkning er, som vi har set, erkendelsen af lyset i hovedet. Denne kendsgerning er så veldokumenteret, at den ikke behøver megen underbygning. Dr. Jung henviser til dette på følgende måde:

»... lysvisionen er en oplevelse mange mystikere har tilfælles, den er utvivlsomt af den største betydning, fordi den til alle tider og steder viser sig som den der uden betingelser, i sig forener den største kraft og den dybeste mening. Hildegard af Bingen, en betydelig personlighed også hvis der ses bort fra hendes mysticisme, beskriver sin centrale vision næsten på samme måde. 'Siden min barndom', siger hun, 'har jeg altid set et

lys i min sjæl, dog hverken med de ydre øjne eller gennem mit hjertes tanker. De fem ydre sanser tager heller ikke del i dette syn. ... Det lys jeg modtager er ikke af denne verden, men er meget klarere end skyen der belyses af solen. Jeg kan ikke beskrive det med højde, bredde eller længde. ... Det jeg ser eller lærer i et sådant syn forbliver længe i min erindring. Jeg ser, hører og ved på samme tid og lærer det jeg ved i det samme øjeblik. ... Jeg kan ikke skelne nogen form i dette lys, skønt jeg i lyset sommetider ser et andet lys, som jeg kender som det levende lys. ... Mens jeg nyder synet af dette lys, forsvinder al tungsind og sorg fra min erindring. ...

Jeg kender nogle få der ud fra personlig erfaring er fortrolige med dette fænomen. Så vidt jeg overhovedet har været i stand til at forstå det, synes fænomenet at have at gøre med en dyb bevidsthedstilstand, der er lige så intens som abstrakt, en 'ubundet' bevidsthed ... der – som Hildegard træffende bemærker – bringer psykiske begivenheder, der normalt er hyllet i mørke, op i bevidstheden. Den kendsgerning at de almindelige legemlige fornemmelser i denne forbindelse forsvinder viser, at deres særlige energi er blevet trukket væk fra dem og tilsyneladende medgår til at højne klarheden i bevidstheden.

Som hovedregel er fænomenet spontant og kommer og går af sig selv. Dets virkning er forbløffende, fordi det næsten altid fører til en løsning af psykiske forviklinger og derved frigør den indre personlighed fra følelsesmæssige og indbildte blokeringer. Således skaber det en væsensenhed, som i almindelighed føles som en 'frigørelse'.« (Wilhelm, Richard, og Jung, C. G., *The Secret of the Golden Flower*, s. 104-105).

Disse ord kan enhver erfaren meditationslærer skrive under på uden forbehold. Fænomenet er meget velkendt og viser at der helt sikkert er en nær fysisk modsvarighed til mental oplysning. Der kunne fremholdes hundreder af tilfælde, hvis blot folk var villige til at berette om deres oplevelser, men alt for mange afstår fra at gøre det på grund af latterliggørelse og skepsis fra det menneske, der kun ved lidt. Dette lys i hovedet antager forskellige former og udvikles ofte trinvis. Først ses et diffust lys, sommetider uden for hovedet og – senere – inde i hjernen under dyb tankevirksomhed eller meditation; så bliver det mere fokuseret og ligner – som nogen udtrykker det – en strålende og blændende sol. I centrum af strålingen kommer der senere et levende, elektrisk blåt punkt (måske det »levende lys« der refereres til ovenfor), og herfra udgår der en gylden vej af lys. Den er

sommetider blevet kaldt »vejen«, og der er en mulighed for at profeten ikke kun talte symbolsprog, da han sagde, at »den retfærdiges vej er som et strålende lys, der vokser i glans indtil dagen oprinder«.

I dette lys i hovedet, som synes at være et almindeligt ledsagende kendetegn ved illuminationen, har vi sandsynligvis også oprindelsen til den glorie der afbildes omkring hovedet på verdens oplyste.

Der mangler endnu megen forskning på dette område, og megen fortid og mange fordomme skal overvindes. Men mange er begyndt at registrere deres oplevelser, og det er ikke menneskeheden psykoterapeuter, men agtede og solide medarbejdere inden for den menneskelige stræbens forskellige områder. Den tid kan hurtigt komme, hvor illuminationen som faktum bliver anerkendt som en naturlig proces, og hvor lyset i hovedet bliver betragtet som tegn på et bestemt afsluttet stadium af koordination og samspil mellem sjælen, det åndelige menneske og mennesket på det fysiske plan. Når det sker, vil vi have bragt vor menneskelige evolution frem til et punkt, hvor instinkt, intellekt og intuition kan bruges efter ønske af det øvede og fuldt skoledede menneske, og »sjælens lys« kan vendes mod et hvilket som helst problem. Således vil sjælens alvidenhed blive manifesteret på jorden.

Lad mig afslutte dette kapitel med nogle ord skrevet dels af en hinduistisk mystiker, dels af en moderne kristen mystiker, typiske eksempler på mystikerens og den videndes to synsvinkler. Hinduen siger:

»Kun de kaldes brahman, der har et indre lys som virker i dem ... menneskesjælen er en lampe uden skærm. Lampen udsender ikke kødets stråler, men det mentale lys' stråler for at oplyse hele menneskeheden, og den er derfor kanal for verdenssjælen. Det mentale lys' stråler fremmer menneskeheden mentale vækst og udvidelse, og lampen er derfor én af de evige verdensbrahmaner. Den giver lys til verden, men tager intet som verden kan give.«

Den kristne skriver:



»Jeg så et liv optændt af Gud!  
Min fader, giv mig  
velsignelsen ved et liv fortæret af Gud,  
at jeg må leve for din skyld.  
Et brændende liv! et liv optændt af Gud,  
tændt af ilden i pinsekærligheden!  
Et liv i flammer! brændende af kærlighed til mennesket,  
antændt af den guddommelige barmhjertighed fra oven.  
Et brændende liv som Gud kan gribe og sprede  
i hus, på gade eller hvor han vil,  
til at tænde for sig lyset i endnu et liv  
og således bestandigt udsprede ilden.«

Så skal vi have klarlagt meditationens slutstadium, som vi kalder inspiration. De store ned gennem tidsaldrene har vidnet om muligheden for et sådant liv. De kendte sig selv som gudesøner og virkeliggjorde denne viden i fysisk inkarnation. De er inspirerede der bekendtgør sandhedens virkelighed, sjælens udødelighed og gudsrigets faktum. De er lysene i mørket for at oplyse vejen tilbage til Faderens hus.



## 8. KAPITEL

### Meditationens universelle karakter

»For ethvert menneske åbnes der  
en vej, og veje og en vej.  
Og den høje sjæl stiger op ad den høje vej  
og den lavere sjæl tumler ad den lave;  
og derimellem, på de tågede vidder,  
driver resten frem og tilbage.  
Men for ethvert menneske åbnes der  
en høj vej og en lav,  
og ethvert menneske bestemmer  
hvilken vej hans sjæl skal gå.«

JOHN OXENHAM

Vi har ridset de metoder op, hvormed mystikeren kan blive den bevidste vidende, og vi har vist det udviklingsforløb, der til sidst fremkalder oplysning af den fysiske hjerne og det at leve et inspireret liv på jorden. Vi begyndte med det menneske, der søger vejen til viden og vished, efter at det har udtømt det fysiske livs ressourcer og tilfredsstillelser og konfronteres med den store overgang til en anden livsdimension. Han opdager – når han undersøger sagen fordomsfrit – at der til alle tider har været de der vidste, de der trængte ind i hjertet af tilværelsens mysterium og vendte tilbage medbringende forvisningen om sjælens udødelighed og om gudsrigets realitet. Ligeledes taler de om en metode, hvormed de er nået frem til denne forståelse af guddommelig sandhed, og om en fremgangsmåde, der har gjort deres overgang fra det fjerde til det femte naturrige mulig.

Vi opdagede, at disse oplyste mennesker ned gennem tiderne bekræfter den samme sandhed og hævder, at denne universelle metode bibringer dem visse resultater, der kan opregnes som følger:

For det første: De opnår en direkte erkendelse af guddomme-

lig virkelighed, af transcendent sandheder og af en overnaturlig verden. Når forbindelsen skabes forekommer disse at være lige så naturlige processer og lige så levende en del af den evolutionære udvikling som en hvilken som helst af de processer, den biologiske, fysiske eller kemiske videnskab står inde for. Præcis som disse tre store videnskaber er okkulte og uopnåelige for den almindelige skoleelev, er den højere metafysik okkult og uopnåelig selv for akademikeren, der mangler det nødvendige fordomsfrie sind, den særlige træning og udrustning.

For det andet: En anden udvikling er afsløringen af selvet. Gennem den mentale og åndelige skoling, som de avancerede meditationsmetoder giver, løses psykologernes problem med hensyn til selvets natur, sjælen eller psyken, og ordet kan opløses i sin grundbetydning – Psyke, sjælens navn. Processen har været en gradvis afdækning og en trinvis tilnærmelse til sjælen. Psyken viser sit sande væsen.

Bag materien findes en iboende og kraftfuld faktor, der er ansvarlig for formnaturens sammenhæng, og den danner den handlende personlighed i den fysiske verden. Den kan opfattes som livsaspektet, og de lærde slås hele tiden med problemet liv, idet de prøver at finde frem til dets oprindelse og årsag. Endnu dybere placeret findes selvets følende, lidende, oplevende, emotionelle aspekt, der arbejder gennem nervesystemet og hjernen og som meget magtfuldt styrer alle aktiviteter i menneskerigets forhold. Det føler nydelse og smerte, det er opslugt af stemninger og følelsesmæssige reaktioner over for livet og af alle former for bekymringer og begær. Dette er for de fleste af os det almindelige personlige liv, idet vi på dette trin i den menneskelige udvikling føler mere end vi tænker. Patanjali forklarer os lysende klart grunden hertil:

»Personlighedsfølelsen skyldes den videndes identifikation med videns-instrumenterne. ... Illusionen om at den opfattende og det der opfattes er ét og det samme er årsagen til de smertefremkaldende virkninger der må afværges.« (Bailey, Alice A., *The Light of the Soul*, s. 115, 116).

Et andet sted fortæller han os, at livserfaring og det at leve og

føle på det fysiske plan kommer af »sjælens manglende evne til at skelne mellem det personlige selv og ånden. De objektive former eksisterer til brug og erfaring for det åndelige menneske. Ved at meditere på dette fremkommer den intuitive opfattelse af den åndelige natur.« (Bailey, Alice A., *The Light of the Soul*, s. 239).

Gennem denne afgørende erfaring, det sansende begær og påfølgende bevidsthed, udtømmer mennesket dette aspekt af sin natur og trænger dybere ind, indtil det kommer til en tredje faktor, sindet. Mennesket er nu nået til dette punkt i sin udforskning, og den nærmere overvejelse af de mentale processer og studiet af sindets reaktioner, deres årsager og formål, optager overalt psykologernes opmærksomhed. Blandt dem er der mange tankeskoler med vidt forskellige holdninger, men at der eksisterer noget der hedder sindet og at det i stadig stigende grad påvirker menneskeheden, er nu alment anerkendt.

Hvor går vi nu hen efter at være nået til dette punkt? Ned gennem tiderne er der til stadighed sket fremskridt for den udviklende menneskelige bevidsthed og en stadig vækst af bevidstheden om naturen, om den verden mennesket lever i samt en større forståelse af helheden, op til i dag hvor hele vor verden er bundet sammen af radio, telegraf og fjernsyn. Mennesket er allestedsnærværende, og tænkeevnen er den vigtigste faktor i frembringelsen af dette åbenbare mirakel. Vi er nået til en forståelse af de love der styrer naturen og nogle af dem der styrer den psykiske verden. Lovene for det såkaldte åndsrige mangler at blive videnskabeligt opdaget og taget i anvendelse. Enkelte har kendt dem og har talt om dem til menneskeheden, men de benyttes kun af menneskehedens åndelige pionerer. Blandt de få der skiller sig ud som fremtrædende vidende er Buddha, Kristus, Platon, Aristoteles, Pythagoras, Mester Eckhart, Jacob Böhme, Spinoza – listen er lang. Vi begynder nu at stille det relevante spørgsmål: Er det ikke muligt at mange hundrede på nuværende tidspunkt er nået til det punkt, hvor de er i stand til at koordinere hjernen, sindet og sjælen og derfor passere den mentale bevidstheds port ind i lysets, den intuitive opfattelses rige og årsagens verden? Fra den mentale verdens synsvinkel –

en verden vi nu er trængt ind i, idet vi har ladet det fysiske legemes og den psykiske naturs slør bag os – vil vi da ikke være i stand til at fortsætte videre til vort næste evolutionære udviklingsstadium? Når vi nu er nået til nogen forståelse af menneskeheden og sindets natur, kan vi så ikke begynde at fatte intuitionens natur og begynde at virke i et andet naturrige med lige så stor forståelse og lethed som vi fungerer som mennesker? De vidende siger, at det kan vi, og de viser os vejen.

For det tredje: Meditationens tredje resultat er at vi finder Gud, som det udtrykkes i det sprog nogle af åndsrigets pionerer taler. Det er relativt uvæsentligt hvad vi i detaljer mener med det lille ord på tre bogstaver. Det er kun et symbol på virkeligheden. Alle verdensreligionerne postulerer et liv iboende formen og en årsag, der har skabt alle ting. Ethvert menneske er inderst inde bevidst om den skjulte kamp (der bliver mere og mere intens efterhånden som intellektet udvikles) for at vide, forstå og svare på spørgsmålet om hvorfor. Flertallet af menneskene hævder, uanset deres teologiske tilhørsforhold, deres tro på skabningernes fader og accepterer hvad dette faderskab indebærer, når de står foran dødens port. Lad os betragte Gud som den »ophøjede og ukendte hensigt«, som kan opfattes som den totale sum af alle former der udtrykker livet, af alle bevidsthedstilstande og som selve livet; lad os betragte guddommen som det, hvori vi lever, røres og har vor væren, og det der udfolder sig gennem alle former i naturen (indbefattet den menneskelige form), guddommens egen inklusive og syntese-skabende plan. De vidende fortæller os, at når de er nået frem – ad en bestemt vej og efter at have fulgt denne vej og er trådt ind i en anden bevidsthedstilstand – står den guddommelige hensigt og plan åbenbaret for dem. De kan deltage aktivt i den og blive bevidste og intelligente medarbejdere på evolutionens side. De véd hvad der sker, for de har set tegningerne.

For det fjerde: Med ordene fra mystikernes skoler i begge hemisfærer opsummeres disse resultater således: forening med Gud eller enhed med det guddommelige. Gud og menneske er ét. Selvet og ikke-selvet er forenet. Tauler udtrykker det således:

»I denne forening ... når mennesket ikke Gud hverken gennem billeder eller meditationer, gennem en højere mental indsats eller ved udsøgt smag eller lys. Det er i *virkeligheden sig selv*, han modtager inderst inde, og det på en måde der i høj grad overgår al velsmag, alle skabningers lys, al fornuft, alle grænser og al intelligens.« (Citeret af Poulain, R. P., S. J., *The Graces of Interior Prayer*, s. 80).

Alle andre faktorer under den åndelige virkelighed er blot veje til centret og skal erstattes helt i den kontemplative tilstand, hvor mennesket undslipper formbevidstheden til fordel for den åndelige virkelighed, sjælen. Som værende en bevidst uadskillelig del af den universelle sjæl (hvor paradoksalt det end lyder) er denne blottet for al fornemmelse af adskillelse; derfor er foreningen med Gud en erkendelse af et faktum, der altid har eksisteret. Sjælen véd bevidst, at den er ét med Gud. Med denne forestilling in mente og med forståelsen af den rolle intellektualiseringen har spillet, bliver Pauli ord endnu klarere, når han siger: »Lad det samme sindelag være i jer, som var i Kristus Jesus: da han var i guddomsskikkelse, holdt han det ej for et røvet bytte at være Gud lig.«

Resultatet af denne virkeliggjorte forening (erkendt under kontemplationen) er oplysning af sindet og hjernen, forudsat de begge vedvarende fastholdes i en afventende tilstand. Endelig medfører oplysningen, når den bliver hyppig og efter ønske kan fremkaldes, til sidst et liv i inspiration.

Hvis disse trin forstås og mestres, og hvis den intelligente mand eller kvinde er rede til at underkaste sig de skitserede teknikker, vil der komme mange, som lægger denne guddommelige videnskab frem. De ord jeg brugte i min bog, *The Soul and Its Mechanism*, vil vise sig sande, at »der vil opstå en ny race med nye evner, nye idealer, nye begreber om Gud og stof, om liv og ånd. Gennem denne race og fremtidens menneskehed vil vi ikke blot få en mekanisme og struktur at se, men også en sjæl, et væsen som ved at bruge mekanismen vil manifestere sin egen natur, som er kærlighed, visdom og intelligens.« (Bailey, Alice A., *The Soul and Its Mechanism*, s. 130).

Her er det interessant at iagttage, hvordan læren i alle religioner og racer ligner hinanden med hensyn til den fremgangs-

måde der skal bruges for at træde ind i sjælsriget. På et vist punkt i evolutionsforløbet ser det ud, som om alle veje mødes, og at alle pilgrimme ankommer til ét og samme sted på vejen. Fra dette samlingspunkt rejser de ad samme vej, anvender de samme metoder og bruger en påfaldende ens terminologi. Det er tydeligt, at den tid er kommet hvor dette fuldt ud erkendes, når vi ser på de omfattende studier af sammenlignende religion og samspillet mellem racerne. Støt nedbryder disse to faktorer de gamle barrierer og demonstrerer den menneskelige sjæls enhed.

Betragtet generelt bliver vejen næsten universelt delt i tre hovedafsnit, som det fx kan ses i de tre store religioner, den kristne, den buddhistiske og hinduistiske trosretning. I den kristne kirke taler vi om prøvestadiets vej, helliggørelsens vej og oplysningens vej. Dr. Evans-Wentz fra Oxford citerer i sin introduktion til *Tibet's Great Yogi, Milarepa*, følgende ord fra en hinduistisk lærer:

»De tre vigtigste tibetanske skoler markerer efter min mening tre stadier på oplysningens vej eller den åndelige udviklings vej. I det første er den gudsøgende genstand for formaninger og forbud ... dvs. 'bundet af forordninger'. I det andet følger han de traditionelle veje ... hvor de almindelige restriktioner til en vis grad lempes, skønt den gudsøgende endnu ikke er helt fri. I det tredje, adi-yogaen, er der, når lyset ses ved hjælp af *yoga*-øvelser, ikke længere begrænsninger, for Buddha-tilstanden ... er opnået. De tre stadier svarer stort set til det *tantrikerne* mener med ... dyremenneskets stadium ... heltestadiet og det guddommelige eller oplyste stadium.« (Evans-Wentz, W. Y., *Tibet's Great Yogi, Milarepa*, s. 5).

### *Metoden i den tibetanske buddhisme*

Når vi studerer Milarepas liv, finder vi den påstand, at han, Tibets hellige mand der levede i det elvte og tolvte århundrede e.Kr., opnåede forening ved hjælp af disciplin, meditation og øvelser og – til slut – illumination. Vi læser følgende:

»Han, som havde lært at beherske de mystiske og okkulte videnskaber, havde forbundet sig ... uophørligt ... med det ekstatiske fællesskabs fire lyksalighedstilstande. ...



Han, som havde opnået alvidenhed, altgennemtrængende god vilje og glødende kærlighed sammenkædet med erhvervelsen af transcendent kræfter og evner, blev en selvudviklet Buddha, der hævdede sig højt over alle meningsforskelle og forskellige sekters og trosretningers stridigheder. ...

Han var et meget omhyggeligt og ihærdigt mediterende menneske på den sjældne vej ... Da han havde opnået fuldt herredømme over de indre mentale tilstande og evner, besejrede han alle farerne fra de ydre elementer. ...

Han var et fuldkomment menneske i udøvelsen af de fire meditationsstadier (analyse, overvejelse, kærlighed, lyksalighed, som er de fire trinvisse, mentale tilstande, der fører til fuldstændig koncentration af sindet og fremkalder ekstatiske oplysninger). ...

Han, en højlærd professor i videnskaben om sindet, havde uden for enhver diskussion bevist, at sindet er begyndelsen og enden på alle synlige fænomener, såvel materielle som åndelige, og han vidste at strålerne – hvis de får lov til at skinne uhindret – udvikler sig gennem deres egen fri, iboende kraft til det universelle guddommelige væsens trefoldige manifestation.« (Evans-Wentz, W. Y., *Tibet's Great Yogi, Milarepa*, s. 32, 33, 35, 38).

Således har vi den samme fremgangsmåde – mental aktivitet, kontemplation, forening og illumination.

### *Metoden i den kinesiske buddhisme*

Et af de vigtigste bidrag til oplysningsprocessen er en forståelse af den måde, hvorpå Buddha fandt lyset. Den viser på en højst bemærkelsesværdig måde brugen af sindet til at overvinde uvidenhed og den efterfølgende tomhed, der skal bære et menneske ind i lysets og den åndelige værens verden. Dr. Suzuki, professor i zenbuddhisme ved det buddhistiske universitet i Kyoto, fortæller os om dette i de følgende, meget oplysende afsnit. Han fortæller os, at det var gennem »den ypperste, fuldkomne viden«, at Buddha nåede frem til den visdom, der forandrede ham fra en bodhisattva til en buddha. Den viden er

»... en både intellektuel og åndelig evne, hvormed sjælen sættes i stand til at bryde tænkningens lænker. Denne er altid dualistisk i og med den

erkender subjekt og objekt, men i prajñā, som trænes 'i samklang med at se alt i én tanke', er der ingen adskillelse mellem den vidende og det der vides. De ses i den samme tanke, og oplysning er resultatet. ...

Vi kan således se, at oplysning er en absolut sindstilstand, hvor der ikke finder nogen 'diskrimination' ... sted, og det kræver en stor mental indsats at virkeliggøre denne tilstand, hvor alting ses 'i én tanke'. Både vor logiske og praktiske bevidsthed er alt for optaget af at analysere og danne forestillinger, dvs. vi opdeler virkeligheden i enkeltelementer for at forstå dem, men når de sættes sammen for at danne den oprindelige helhed, fremtræder de enkelte elementer alt for veldefinerede, og vi ser ikke helheden 'i én tanke'. Da oplysning først indtræder når den 'ene tanke' nås, må der virkelig gøres en indsats således at vi kan nå ud over vor relative empiriske bevidsthed. ... Langt det vigtigste forhold bag den erfarede oplysning er derfor, at Buddha gjorde de mest ihærdige forsøg på at løse uvidenhedsproblemet, og hans stærkeste viljestyrke blev taget i anvendelse for at nå et vellykket resultat af kampen. ... Oplysning inddrager derfor nødvendigvis *både viljen og intellektet*. Det er en intuitionsakt født af viljen. ... Buddha nåede dette mål, da han fik en ny indsigt ved afslutningen af sin evigt tilbagevendende ræsonneren over vejen fra forfald og død til uvidenhed og fra uvidenhed til forfald og død. ... Men han havde en ukuelig vilje, han ønskede med hele sin viljes kraft at nå ind til sagens inderste sandhed, han bankede på og bankede på indtil uvidenhedens døre gav efter, og de sprang op til et nyt perspektiv, der aldrig tidligere havde vist sig for hans intellektuelle syn.« (Suzuki, Daisetz Taitaro, *Essays in Zen Buddhism*, s. 113-115).

Tidligere påpeger han, at opnåelsen af nirvana dybest set – når alt kommer til alt – er bekræftelsen og virkeliggørelsen af enhed. I samme essay finder vi således ordene:

»Endelig erkendte de (buddhisterne), at oplysning ikke var noget der udelukkende tilhørte Buddha, men at hver eneste af os kan opnå den, hvis man frigør sig fra uvidenhed ved at opgive den dualistiske opfattelse af livet og verden. De fandt også frem til, at nirvana ikke betyder, at man forsvinder ind i en tilstand af absolut ikke-eksistens, hvilket er en umulighed, så længe man må regne med livets realiteter, og at nirvana i sin egentlige betydning er en bekræftelse – en bekræftelse hinsides enhver form for modsætning.« (*Ibid.*, s. 47).

Udtrykket prajñā der blev anvendt ovenfor er meget interessant.

Det er »tilstedeværelsen i hvert eneste menneske af en evne. ... Det er princippet, der gør oplysning mulig i såvel os som i Buddha. Uden prajñā ville der ikke være nogen oplysning, der er den højeste åndelige kraft vi besidder. Intellectet ... er relativt i sin aktivitet. ... Buddha var før sin oplysning en almindelig dødelig, og vi – almindelige dødelige – vil blive buddhaer i samme øjeblik vore mentale øjne åbnes i oplysning.« (Suzuki, Daisetz Taitaro, *Essays in Zen Buddhism*, s. 52, 53).

Således fokuseres og bruges sindet til det yderste, og derefter ophører dets arbejde. Dernæst kommer anvendelsen af viljen til at fastholde sindet i lyset og så – visionen, oplysningen, illuminationen!

### *Metoden i hinduernes yoga*

Måske har hinduerne klarere end nogen anden gruppe af tænkere analyseret den mentale tilnærmelse til virkeligheden og den rolle sindet bør spille. Shankarâchârya fortæller os at:

»Yogien, hvis intellekt er fuldkomment, betragter alt som havende bolig i ham selv (i hans eget 'selv', uden nogen skelnen mellem ydre og indre), og han ser (eller rettere forstår – ikke rationelt eller ræsonnerende, men gennem en direkte viden og en øjeblikkelig 'bekræftelse') med kundskabens øje (Jñâna-chaksus, et udtryk der rimeligt korrekt kan oversættes med 'intellektuel intuition'), at alt er ātmâ.« (Citeret af Guénon, René, i *Man and His Becoming*, s. 254).

Yogien, eller den der har opnået forening (for yoga er videnskaben om forening), kender sit virkelige selv. Han opdager, når uvidenhed giver plads for transcendent bevidsthed, at han er identisk med Brahma, den evige årsag, den ene og eneste. Hævet over enhver tvivl kender han sig selv som Gud – Gud immanent og Gud transcendent. Seeren fortsætter med at fortælle os at

»Han er 'den højeste *Brahma*, evig, ren, fri, alene (i sin absolutte fuldkommenhed), bestandigt fuld af skønhed, uden dualitet, al eksistens'»

(ubetingede) princip, vidende (uden at denne viden indebærer nogen skelnen mellem subjekt og objekt, som ville være i modsætning til 'ikke-dualitet') og uden afslutning'.

Han er *Brahma*, hvorved alle ting oplyses (og er en del af essensen i forhold til deres grad af virkelighed), han er lyset der får solen og alle lysende legemer til at skinne, men som ikke manifesteres af deres lys.

'Selvet', der er oplyst af meditation ... og dernæst brændende af kundskabens ild (og erkender sin grundlæggende identitet med det højeste lys), befris for alle ulykker ... og skinner i sin egen glans som guld, der er lutret i ild.

Når den åndelige kundskabs sol stiger op på hjertets himmel (det vil sige i menneskets centrum ...), spreder den mørket (af uvidenhed der tilslører den eneste absolutte virkelighed), gennemtrænger, omslutter og oplyser alt.« (Guénon, René, *Man and His Becoming*, s. 256, 258, 259, 260).

## Fader Maréchal fortæller os at den

»... psykologiske erfaring der gennemleves af den kontemplative gennemgår den mentale koncentration og ubevidstheds to faser, der er beskrevet af M. Oltramare, ifølge *Sarvadarsanasangraha*: 'Det er i to på hinanden følgende perioder, at yogien undergraver på forhånd grundlaget for flere liv og udsletter de indtryk der bestemmer det nuværende liv. I den første er det *bevidst* ... her er tanken udelukkende opmærksom på sit egentlige objekt, og alle modifikationer af det tænkende princip indstilles i den grad de afhænger af ydre ting. Frugterne der høstes under denne form er enten synlige – ophør af lidelse – eller usynlige – umiddelbar opfattelse af væren som er meditationens mål. ... Yogaens anden periode er den *ubevidste* ... det tænkende organ er opløst i sin årsag ... fornemmelsen af personlighed er gået tabt; det mediterende subjekt, det objekt hans tanker er optaget af, selve meditationen er ét og det samme. ...« (Maréchal, Joseph, S. J., *Studies in the Psychology of the Mystics*, s. 312-313).

Patanjali, verdens største lærer i videnskaben om yoga, har sammenfattet de endelige stadier i sin fjerde bog med følgende ord:

»Den isolerede enhedstilstand (tilbagetrukket i selvets sande natur) er belønningen til det menneske, der kan skelne mellem tankestoffet og selvet eller det åndelige menneske.

Den isolerede enhedstilstand bliver mulig, når stoffets tre kvaliteter (de tre gunæer eller naturkræfter) ikke længere øver nogen indflydelse på selvet. Den rene åndelige bevidsthed trækkes tilbage i den ene.

Når den åndelige intelligens, der står alene og er befriet fra objekter, spejler sig i tankestoffet, kommer bevidstheden om selvet. ... Så stræber sindet mod ... endnu større oplysning ...« (Bailey, Alice. A., *The Light of the Soul*, IV., 25, 34, 22).

Endnu engang den samme idé. Anvendelsen af sindet, endelig tilbagetrækning fra sindets bevidsthed og virkeliggørelsen af enhed. Det fører frem til uafbrudt oplysning.

### *Sufismens metode*

Sufiernes skrifter er i vid udstrækning hyllet i billedsprog og symbolik og lægger mere vægt på dualitet end måske noget andet religiøst, esoterisk system med undtagelse af de kristne, mystiske skrifter. Men selv fra dem udspringer der det samme sandhedsudsagn og de samme grundlæggende metoder. Det vil de følgende uddrag fra den ældste persiske afhandling om sufisme vise. Det er interessant at bemærke, at de skrifter består længst og viser sig mest anvendelige som kommer fra dem der ved og kan berette om deres oplevelse af guddommelighed på en sådan måde, at de kan lære og vejlede såvel som forklare og bekræfte.

»Det første trin ved foreningen er udslettelse af adskillelse, fordi adskillelse er markeringen af, at man er blevet adskilt fra ufuldkommenhed, mens forening er en erklæring af en grundlæggende enhed. ... Derfor er det første trin til forening at afvise, at Gud har en ligemand og at aflægge denne vildfarelse. ...

Vi har fem principper når vi taler om forening: fjernelse af fænomenverdenen, bekræftelse af evighed, afsked med tilvante levevilkår, adskillelse fra brødre og at glemme det der er kendt eller ukendt.

Fjernelse af fænomenverdenen indebærer benægtelsen af, at fænomener har nogen forbindelse med forening, eller at de på nogen mulig måde kan være en del af hans hellige essens; bekræftelse af evigheden indebærer overbevisningen om, at Gud altid har eksisteret ... afsked med tilvante levevilkår betyder for novicen at sige farvel til den lavere sjæls vanemæssige fornøjelser og de former der tilhører denne verden, mens det for adepten betyder at give afkald på høje poster, glørværdig pragt og store mirakler; og adskillelse fra brødre betyder at vende sig bort fra menne-

skesamfundet mod Guds samfund, idet enhver tanke, der ikke er rettet mod Gud, er et slør og en ufuldkommenhed, og jo mere et menneskes tanker beskæftiger sig med andet end Gud, jo mere tilsløres han for Gud, fordi der er almindelig enighed om, at forening er koncentrationen af tanker, hvorimod det er et tegn på tankespredning at være tilfreds med andet end Gud. ...« (Nicholson, Reynold A., *The Kashf Al-Mahjúb*, s. 281, 282).

Igen finder vi disse ord:

»En af sheikerne siger: 'For ham der beder er fire ting nødvendige: tilintetgørelse af den lavere sjæl, forkastelse af de medfødte evner, det inderste hjertes renhed og fuldkommen kontemplation.' Tilintetgørelse af den lavere sjæl kan udelukkende nås gennem tankekoncentration; forkastelse af medfødte evner kun ved bekræftelse af den guddommelige majestæt, hvilket indebærer tilintetgørelsen af alt andet end Gud; det inderste hjertes renhed kun gennem kærlighed; og fuldkommen kontemplation kun gennem det inderste hjertes renhed.« (*Ibid.*, s. 302-303).

Vi har således igen den samme sandhed.

### *Metoden i kristendommen*

Det er, selvfølgelig, let at finde mange passager der forbinder den vej, den kristne vidende følger, med den vej hans broder i Østen går. De vidner om begge metoders effektivitet, og de anvender begge intellektet så langt det rækker og afbryder derefter alle bestræbelser, mens en ny værenstilstand oprettes og en ny bevidsthedstilstand følger. Skt. Augustin siger: »Ligesom det er uudsigeligt, hvordan sønnen først udgår fra Faderen, således er der et eller andet okkult bag den første udgang, intellekt og vilje.« Mester Eckhart tilslutter sig de orientalske vidende med følgende ord:

»Intellekt er sjælens højeste evne, og med det fatter sjælen det guddommeligt gode. Fri vilje er evnen til at finde velbehag i det guddommeligt gode, som intellektet gør den bekendt med. Sjælens gnist er refleksionen af Guds lys, som altid husker Gud. Sindets hemmelighed er så at sige den totale sum af al guddommelig godhed, hvilket vil sige alle guddommelige

gaver i sjælens inderste essens, som er som en udtømmelig kilde af guddommelig godhed.

Sjælens lavere kræfter bør ordnes mod dens højere, og dens højere kræfter mod Gud; dens udadrettede sanser mod de indadrettede, og dens indadrettede sanser mod fornuften; tanke mod intuition og intuitionen og det hele mod enhed, så at sjælen kan være alene, uden at der strømmer andet ind i den end ren guddommelighed, som således strømmer ind i sig selv.

Når et menneskes sind har mistet forbindelsen til alt, så – men heller ikke før – kommer det i berøring med Gud.

I denne indstrømmende nåde opstår der straks det sindets lys, som Gud sender en stråle af sin utilslørede herlighed ind i. I dette stærke lys er en almindelig dødelig hævet lige så langt over sine medmennesker som et levende menneske er hævet over sin skygge på væggen.

Idet sjælens menneske transcenderer sin engletilstand ledet af intellektet, trænger det indre menneske ind til den kilde, hvorfra sjælen hidrører. Selve intellektet lades ude med alle de navngivne ting. Således går sjælen op i den rene enhed.« (Pfeiffer, Franz, *Meister Eckhart*, s. 338, 144, 66, 101).

Følgelig fører alle de store intellektuelle meditationsskoler (i de endelige stadier blottet for følelse og emotion) til det samme punkt. Set ud fra buddhismen, hinduismen, sufismen og kristendommen er der det samme grundlæggende mål: enhed med guddommen; der er den samme transcendens af sanserne, den samme fokusering af sindet i dets højeste punkt, den samme tilsyneladende sindets tomhed ud over dette punkt, som skal bære aspiranten frem mod sit mål; der er den samme indtræden i kontemplationen af virkeligheden, den samme tilpasning til Gud, bevidste viden om identitet med Gud og den samme efterfølgende illumination.

Alle fornemmelser af adskilthed er forsvundet. Enhed med universet, virkeliggjort identitet med helheden, bevidst viden om selvet og tilpasning i den vågne dagsbevidsthed til både den indre og ydre natur – det er det endelige mål for den der søger viden.

Selvet, ikke-selvet og forholdet mellem de to kendes som ét faktum, uden adskillelse. Gud faderen, Gud sønnen og Gud helligånden virkeliggøres ved at arbejde gnidningsfrit sammen

som én identitet – de tre i én og den ene i tre. Det er målet for alle skoler, hvor mystikeren overskrider følelser, ja selv tanken til sidst, og bliver forenet med altet. Individualiteten forbliver imidlertid i bevidstheden, men den er så identificeret med det hele, at alle fornemmelser af adskilthed forsvinder. Intet andet lades tilbage end virkeliggjort enhed.



## 9. KAPITEL

### At meditere

»Det skal bemærkes, at denne bogs lære ikke vejleder alle slags mennesker, men kun dem der tøjler deres sanser og lidenskaber og som allerede har udviklet sig og gjort fremskridt i bøn og er kaldet af Gud til den indre vej, hvor han opmuntrer og leder dem, idet han befrier dem for de hindringer, der står i vejen for at de kan nå den fuldkomne kontemplation.«

MICHAEL DE MOLINOS, *The Spiritual Guide*

Indtil nu har vore overvejelser været akademiske og sammenlignende, ræsonnerende og antydende. Den vej mange har betrådt er udpeget, og vejen til illumination er blevet behandlet. Nu påhviler det os at få en forståelse af det praktiske arbejde vi selv kan udføre; ellers vil selve formålet med vort meditationsstudium gå tabt, og vi vil kun have øget vor ansvarfølelse uden at have gjort virkelige fremskridt på vejen.

Der rejser sig øjeblikkeligt to relevante spørgsmål, der kræver opmærksomhed.

For det første: Kan enhver der ønsker det have udbytte af og mestre meditationsteknikken?

For det andet: Østens vidende opnåede illumination ved at trække sig tilbage fra verden og ind i ensomhed og ro. På grund af den vestlige civilisations livsbetingelser er dette ikke muligt. Er der håb om at det kan lykkes uden denne forsvinden til verdens ensomme steder, ind i skovene og junglerne og ind i klosterlig afsondrethed?

Lad os tage begge spørgsmål op til behandling. De to spørgsmål må behandles og besvares, før vi kan gå videre med at opridse meditationsarbejdet og anvise den metode det er mest tilrådeligt at følge.

Som svar på det første spørgsmål, der handler om aspiranter-

nes almindelige egnethed for dette vanskelige arbejde, bør man i første omgang huske på, at tilskyndelsen til at begynde på det i sig selv kan tages som udtryk for sjælens kalden efter at betræde vejen til viden. Ingen bør lade sig afskrække, hvis han opdager, at han på visse afgørende områder mangler de nødvendige kvalifikationer. De fleste af os er større, klogere og bedre udrustet end vi er klar over. Vi kan alle straks begynde at koncentrere os, hvis vi vælger at gøre det. Vi besidder en stor sum viden, mental kraft og evner, som aldrig er blevet draget frem fra underbevidsthedens område og ind i objektiv anvendelighed; alle der har iagttaget meditationens virkning på begynderen vil skrive under på dette udsagn – ofte til mental forvirring for begynderen, der ikke ved hvad han skal stille op med sine opdagelser. Resultatet af det første skridt ind i meditationsudøvelsen, dvs. koncentration, er ofte forbløffende. Folk »finder« sig selv, de opdager skjulte evner og en aldrig tidligere anvendt forståelse, de udvikler en bevidsthed – også om fænomenernes verden – som for dem er mirakuløs, de registrerer pludselig sindet som en realitet – og at de kan bruge det – og sondringen mellem den vidende og instrumentet for viden bliver stadigt klarere og mere åbenbart synlig. Samtidig registreres der også en fornemmelse af tab. Den gamle drømmeagtige tilstand af lyksalighed og fred, som den mystiske bøn og meditation har begavet dem med, forsvinder, og midlertidigt oplever de en følelse af åndløshed, nød og en tomhed, der ofte er højst pinefuld. Det skyldes, at opmærksomhedens fokus er flyttet væk fra sanseoplevelserne, lige meget hvor smukke de måtte være. De ting sindet ved og kan opfatte registreres endnu ikke, og følelsesapparatet udøver heller ikke sin velkendte indflydelse på bevidstheden. Det er en overgangsperiode der må udholdes indtil det tidspunkt, hvor den nye verden begynder at gøre indtryk på aspiranten. Det er en af grundene til, at ihærdighed og udholdenhed spiller en rolle især i meditationsprocessens tidlige stadier.

Normalt er en af de første virkninger af meditationsarbejdet en øget effektivitet i dagligdagen både i hjemmet, arbejdet eller

en hvilken som helst anden menneskelig aktivitet. At være mental i forhold til livsopgaven er i sig selv en øvelse i koncentration, der giver mærkbare resultater. Hvad enten et menneske gennem koncentrations- og meditationsøvelser opnår endelig oplysning eller ej, vil det ikke desto mindre have opnået meget og i høj grad have beriget sit liv; menneskets brugbarhed og evner vil blive voldsomt forøget og indflydelsessfæren udvidet.

Derfor er det også set fra en verdslig synsvinkel nyttigt at lære at meditere. Hvem kan sige, om en forøget effektivitet i liv og tjeneste ikke er lige så meget et trin på det åndelige fremskridts vej som et hvilket som helst syn mystikeren oplever? De åndelige resultater af den mentale virksomhed, som Vestens erhvervsliv udviser, kan til syvende og sidst vise sig at være et lige så afgørende bidrag til den samlede åndelige stræben som enhver anden virkning, der er resultatet af den organiserede religiøse indsats. For mange hundrede år siden lærte Kungfutse os, at grundlæggelse af civilisationer i allerhøjeste grad var af åndelig natur, for de var resultater af *ideer*, og Hu Shih fortæller os i sin interessante videnskabelige afhandling, *Whither Mankind*, »... at en civilisation, der gør størst mulig brug af menneskelig snilde og intelligens i søgen efter sandhed for at kontrollere naturen og omdanne stof til gavn for mennesket, for at befri den menneskelige ånd fra uvidenhed, overtro og slaveri af naturkræfterne og for at reformere sociale og politiske institutioner til gavn for de fleste – en sådan civilisation er i høj grad idealistisk og åndelig.« (Beard, Charles A., *Whither Mankind*, s. 41).

Vor forestilling om åndelighed udvides stadig. Gennem anvendelsen af begær og fornemmelser og gennem følelsesnaturens reaktioner har vi set mennesker i tusindtal nå til det punkt, hvor de er blevet drevet til at forvandle begær til aspiration, følelser til sensitivitet over for åndens verden og kærlighed til sig selv til gudhengivenhed. Således opstår mystikeren.

Gennem anvendelsen af tænkeevnen i forretningsverdenen, i

liberale erhverv, videnskab og kunst har vi set to forbløffende ting ske: Organiseret forretningsvirksomhed i stor målestok med dens selviske interesser og materielle forestillinger er ikke desto mindre blevet udviklet til et niveau, hvor den er gruppebevidst; samspillet mellem grupper og flertallets interesser bliver for første gang taget alvorligt. Det er et rent åndeligt resultat, som indikerer en voksende sjælsbevidsthed og er en svag antydning af det kommende sjælsbroderskab. På alle områder er anvendt videnskab blevet så udviklet, at den er trængt ind i energiens og den rene metafysiks verden. Studiet af stoffet har ført os ind i mysticismens og det transcendent rige. Videnskab og religion tager hinanden i hånden i den usynlige og uhåndgribelige verden.

Det er skridt i den rigtige retning. Når de mentale evner racemæssigt er blevet udviklet gennem den vestlige teknik i erhvervslivet (en vældig koncentrationsskole), må der uvægerligt finde en forvandling sted analogt med det der sker i begærnaturens verden – og det er ofte sket. Sindet kan derefter nyorienteres mod sandere og højere værdier og det kan fokuseres i en anden retning, væk fra den materielle tilværelse. Således opstår den vidende.

Derfor kan enhver, der ikke udelukkende er følelsesbetonet, som har en god uddannelse og er parat til at arbejde ihærdigt, nærme sig studiet af meditation med frisk mod. Han kan begynde at organisere sit liv, så de første skridt kan tages ad vejen mod oplysning, og denne organisering er et af de allervanskeligste trin. Det er godt at huske på, at alle indledende trin er svære, for mange års vaner og rytmer skal afvikles. Men når de én gang er taget, og de mestres, bliver arbejdet lettere. Det er meget sværere at lære at læse, end det er at tilegne sig en vanskelig bog.

Den gamle meditationsvidenskab – den »kongelige vej til forening«, som den er blevet kaldt – kan lige så godt benævnes videnskaben om koordination. Vi har allerede gennem evolutionsprocessen lært at koordinere den emotionelt-følelsesmæssige begærnatur med det fysiske legeme i en sådan

grad, at forholdet er automatisk og ofte uimodståeligt; det fysiske legeme er nu helt enkelt en automat, skabt af begær – højt eller lavt – godt eller dårligt – hvordan det end forholder sig. Mange er nu ved at koordinere sindet med de to andre legemer, og gennem vort nuværende vidt forgrenede uddannelsessystem, er vi nu ved at opbygge en sammenhængende enhed af det, der udgør et menneske, dvs. af dets mentale, følelsesmæssige og fysiske natur. Gennem koncentration og meditationsarbejdets indledende aspekter fremskyndes denne koordination hurtigt og følges senere af foreningen mellem menneskets treenighed og en anden faktor – sjælen. Den har altid været til stede, ligesom tænkeevnen altid er til stede hos mennesker (der ikke er idioter), men den er uvirksom indtil det rette tidspunkt kommer og det nødvendige arbejde er udført. Det er alt sammen et spørgsmål om bevidsthed. Professor Max Müller siger i sin bog *Theosophy or Psychological Religion* at:

»Vi må huske på, at vedantafilosofiens grundlæggende princip ikke var 'Du er *Ham*', men 'Du er *Det!*' og det var ikke Du *vil blive*, men Du *er*. Dette 'Du er' udtrykker noget der er, der har været og altid vil være, ikke noget der endnu skal nås eller skal følge, fx efter døden. ... Gennem sand viden bliver den individuelle sjæl ikke Brahman, den *er* Brahman, så snart den ved hvad den i virkeligheden er og altid har været.« (Müller, Max, *Theosophy or Psychological Religion*, s. 284).

Paulus understreger den samme sandhed, når han taler om »Kristus i jer, herlighedens håb«. Gennem det trænedede og fokuserede sind kendes denne iboende virkelighed, og de tre i én og den ene i tre er en bevislig kendsgerning i den naturlige udvikling af gudslivet i mennesket.

Det er derfor åbenbart, at svaret på vort første spørgsmål er som følger:

For det første: Vi accepterer hypotesen om at der er en sjæl, og at denne sjæl kan erkendes af det menneske, som er i stand til at træne og kontrollere sit sind.

For det andet: På grundlag af denne hypotese begynder vi at koordinere den lavere naturs tre aspekter og at forene sind, følelse og fysisk lege-

me til en organiseret og omfattende helhed. Det gør vi ved at praktisere koncentration.

For det tredje: Efterhånden som koncentrationen bliver til meditation (som er en forlænget koncentration) begynder man at mærke sjælsviljens påvirkning af sindet. Lidt efter lidt bliver sjælen, sindet og hjernen bragt i tæt samklang. I første omgang kontrollerer sindet hjernen og følelsesnaturen. Så kontrollerer sjælen sindet. Det første fremkaldes gennem koncentration. Det andet gennem meditation.

Ud af dette handlingsmønster vil den interesserede undersøger vågne til den erkendelse, at der ligger et reelt arbejde foran ham, og at den primære kvalifikation han behøver er *udholdenhed*. Her bør det måske bemærkes, at to forhold støtter koordineringsarbejdet: For det første bestræbelsen på at kontrollere sindet gennem bestræbelsen på at leve et koncentreret liv. Et helligt og idealistisk liv, der er så karakteristisk for mystikeren, afløses af et liv i koncentration og meditation, der er karakteristisk for den vidende. Organiseringen af tankelivet, hvor som helst og uden ophør, og – for det andet – praktisering af koncentration, regelmæssigt, hver dag og om muligt på et fast tidspunkt bidrager til den præcise, målrettede holdning, og tilsammen er de ensbetydende med succes. Førstnævnte tager nogen tid, men der kan straks tages fat. Sidstnævnte krav om fastlagte koncentrationsperioder kan også imødekommes, men succesen afhænger af to ting: regelmæssighed og vedholdenhed. Førstnævntes succes afhænger i vidt omfang af vedholdenhed, men også af brugen af den billeddannende evne. Gennem denne evne påtager vi os tilskuerens eller iagttagerens holdning. Vi forestiller os at være den der tænker (ikke føler), og vi leder til stadighed vore tanker ad visse valgte baner, der får os til at tænke det vi vælger at tænke og nægter de tanker adgang vi vælger at udelukke, ikke ved at hæmme tankerne, men gennem en dynamisk interesse i noget andet. Vi nægter at tillade vore sind at strejfe rundt i verden efter forgodtbefindende eller at blive aktiveret af vore fornemmelser og følelser eller af tankestrømmene i verden omkring os. Vi tvinger os til at være opmærksom på alt hvad vi gør, hvad enten vi læser en bog, pas-

ser vore ting i hjemmet eller på kontoret, er sammen med andre, udfører vort arbejde, taler med en ven, eller en hvilken som helst aktivitet vi måtte være i gang med i øjeblikket. Skulle beskæftigelsen være af en sådan art, at den kan udføres instinktivt og ikke påkalder sig nogen aktiv brug af tanken, kan vi vælge et mentalt handlingsforløb eller en tankerække og følge den op med forståelse, mens vore hænder eller øjne har travlt med det arbejde, som skal udføres.

Sand koncentration vokser ud af et koncentreret, tankestyret liv, og aspirantens første skridt er at organisere sin daglige tilværelse, regulere sine aktiviteter og blive fokuseret og målrettet i sin livsførelse. Det er muligt for enhver, der er interesseret nok til at gøre den nødvendige indsats og er udholdende. Det er den væsentligste og mest grundlæggende forudsætning. Når vi kan organisere og omordne vort liv, beviser vi vort engagement og styrken af vort ønske. Det ses derfor, at for det målrettede menneske er ingen pligtforsømmelse mulig. Hans forpligtelser over for familie og venner, hans forretninger eller fag vil blive opfyldt mere perfekt og effektivt, og han vil finde tid til de yderligere pligter hans åndelige aspiration giver ham, fordi han begynder at eliminere det uvæsentlige i sit liv. Ingen forpligtelser vil søges undgået, for det fokuserede sind vil sætte et menneske i stand til at udføre mere på kortere tid og opnå bedre resultater af sin indsats end før. Mennesker som styres af deres følelser spilder megen tid og energi og udretter mindre end den mentalt fokuserede person; det er langt lettere for den der er blevet trænet i forretningsmetoder og har fået ledelsesstatus at praktisere meditation, end det er for den ikke-tænkende samlebåndsarbejder eller for den kvinde, der lever et rent socialt eller familieorienteret liv. De sidstnævnte må lære at organisere deres dage og udelukke uvæsentlige aktiviteter. Det er dem der altid har for travlt til at gøre noget som helst og for hvem det at finde tyve minutter hver dag til meditation eller en time til studier betyder uoverstigelige vanskeligheder. De *har* så travlt med de sociale hensyn, med den praktiske husholdning, med et

væld af ubetydelige aktiviteter og ligegyldige samtaler, at de aldrig opdager, at koncentration vil sætte dem i stand til at gøre alt det de hidtil har gjort og mere til og endda gøre det bedre. Det synes som om den erfarne leder med et travlt og fuldt optaget liv finder det meget lettere at skaffe sig den nødvendige ekstra tid til sjælen. Han har altid tid til en ting mere. Han har lært at koncentrere sig og ofte også at meditere; alt hvad han behøver er at skifte sin opmærksomheds fokus.

Svaret på det andet spørgsmål, der handlede om nødvendigheden af at trække sig tilbage i ensomhed for at vække sjælen, åbner for én eller to interessante overvejelser. Ud fra et studium af forholdene synes det som om den moderne vestlige aspirant enten må forsage dyrkelsen af sjælsnaturen indtil det tidspunkt, hvor han er i overensstemmelse med den gamle regel om tilbagetrækning, eller han må formulere en ny metode og indtage en ny holdning. Kun få af os er sådant stillet, at vi kan give afkald på vor familie og vort ansvar og afsondre os fra menneskets verden for at meditere og søge oplysning under vort særlige Bo-træ. Vi lever i et menneskemylder og en kaotisk situation, som fuldstændigt udelukker alle forestillinger om fredfyldte og rolige omgivelser. Er problemet da så uovervindeligt? Er der ingen måde at klare vanskelighederne på? Skal vi virkelig give afkald på alt håb om illumination, fordi vi ikke (på grund af omstændighederne, klimaet og af økonomiske årsager) kan forsvinde fra menneskenes verden og søge sjælens rige?

Løsningen ligger uden tvivl ikke i at opgive de muligheder, som mennesker i tidligere racer og århundreder vidner om. Den ligger i en korrekt forståelse af vort problem og i vor ret til at demonstrere et nyt aspekt af den gamle sandhed. Vi i Vesten tilhører en yngre race. I det ældgamle Østen søgte de få dristige pionerer ensomheden, idet de skaffede os mulighederne og stod værn om reglerne. De holdt teknikken i sikkerhed indtil det tidspunkt, da flertallet af menneskene var rede til at gå fremad i større tal og ikke én eller to ad gangen. Tiden er nu inde. Midt i det moderne livs stress og jag, i de store byers jungler, i



hverdagslivets larm og trængsler finder mænd og kvinder alle vegne det fredelige centrum inde i sig selv, og de *er* i stand til at træde ind i den stille og positive koncentration, som gør det muligt for dem at nå det samme mål, opnå den samme viden og komme ind i det samme lys, som menneskehedens store har vidnet om. Det afsondrede sted, som mennesket trækker sig tilbage til, finder det inde i sig selv; det stille rum, hvor sjælens liv kontaktes, er det punkt inde i hovedet, hvor sjæl og legeme mødes, det område vi tidligere omtalte, hvor sjælens lys og legemets liv forenes og blandes. Det menneske, som kan træne sig op til at blive tilstrækkeligt målrettet, er i stand til at trække tanken tilbage til et center inde i sig selv når som helst og hvor som helst, og i dette center inde i hovedet gennemføres den store enhedsskabelse. Det indebærer en mere dynamisk opmærksomhed og en mere kraftfuld meditation, men menneskeheden har gjort fremskridt og er vokset i mental kraft og styrke inden for de sidste tre tusind år og kan gøre det som ikke var muligt for de gamle seere.

Et tredje spørgsmål melder sig her: Hvad sker der i virkeligheden med aspiranten psykologisk og fysiologisk under meditation? Svaret er: En hel del. Psykologisk udtrykt bliver sindet bragt under kontrol og kommer under sjælens herredømme; samtidig er der ikke nogen ophævelse af de almindelige mentale evner. De kan bruges med større lethed, og tanken er mere intens end nogen sinde før. Der er en evne til at tænke klart. Aspiranten opdager, at han foruden at være i stand til at opfatte indtryk fra fænomenverdenen er i stand til også at registrere indtryk fra åndens verden. Han er mental i to retninger, og sindet bliver et sammenhængende, forenende organ. Følelsesnaturen på sin side kontrolleres af sindet og holdes rolig og uforstyrret, og den hindrer derfor ikke indstrømningen af åndelig viden til hjernen. Når disse to virkninger er frembragt, sker der visse ændringer i tankens mekanisme og i bevidstheden i det menneskelige hoved – som Østens vidende fortæller os og vidnesbyrdene synes at vise. Fremskredne tænkere i Vesten placerer, som vi har set tidligere i denne bog, de højere

mentale evner og intuitionens sæde i den højere hjerne og de lavere mentale evner og de højere emotionelle reaktioner i den lavere hjerne. Dette er på linje med den østlige lære, at sjælen (med dens større viden og evnen til intuitiv opfattelse) har sit sæde i et kraftcentrum i området omkring pinealkirtlen, hvori- mod personligheden har sit sæde i et kraftcentrum i området omkring hypofysen.

Den hypotese, som den nye skole på uddannelsesområdet til sidst vil følge (hvis de ideer der er fremlagt i denne bog bygger på kendsgerninger), kan udtrykkes i følgende påstande:

Ét: Det energicentrum, som sjælen arbejder igennem, er placeret i den øvre hjerne. Under meditation – hvis den er effektiv – strømmer energi fra sjælen ind i hjernen og har en direkte indvirkning på nervesystemet. Men hvis sindet ikke er kontrolleret og følelsesnaturen dominerer (som det er tilfældet med den rene mystiker), gør virkningen sig primært gældende i følelsesapparatet, den emotionelle værenstilstand. Når sindet er den dominerende faktor, så bringes tankeapparatet i den højere hjerne ind i en velordnet aktivitet. Mennesket erhverver en ny evne til at tænke klart, synteseskabende og kraftfuldt, efterhånden som det opdager nye kundskabsområder.

To: I hypofyseområdet har vi sædet for de lavere evner, når de er koordineret i den højere mennesketype. Her bliver de koordineret og bragt i syntese, og her findes – som vi har fået at vide af visse anerkendte skoler inden for psykologi og endokrinologi – følelserne og sindets mere konkrete aspekter (som vokser frem på grundlag af racemæssige vaner og nedarvede instinkter og derfor ikke kræver nogen indsats af det højere sind). Det var emnet for min tidligere bog, *The Soul and Its Mechanism*, og vi vil derfor ikke gå dybere ind i det her.

Tre: Når personligheden – den samlede sum af fysiske, emotionelle og mentale tilstande – er af høj karat, så fungerer hypofysen med forøget effektivitet, og det nærliggende energicentrums vibration bliver meget kraftig. Det bør bemærkes, at ifølge denne teori befinder energiens centrum sig – når personligheden er af lavere karat, reaktionerne i hovedsagen er

instinktive og tænkeevnen praktisk talt ikke fungerer – i området omkring solar plexus, og mennesket er mere dyrisk i sin natur.

Fire: Centret i området omkring pinealkirtlen og den højere hjerne bliver bragt i aktivitet ved at man lærer at fokusere den opmærksomme bevidsthed i hovedet. I Orientens bøger kaldes dette meget interessant for »ret tilbagetrækning« eller »ret abstraktion«. Det betyder udviklingen af evnen til at tøjle de fem sansers udadgående tendenser. På denne måde lærer aspiranten den rette tilbagetrækning eller at abstrahere fra den bevidsthed, der retter sig udad mod fænomenverdenen, og han lærer at centrere sin bevidsthed i hovedets store fordelingscentral, hvorfra energi kan fordeles bevidst, når han deltager i det store arbejde. Her kan han få kontakt med sjælens verden, hvor han kan modtage de budskaber og indtryk, der udgår fra denne verden. Dette er et bestemt stadium og ikke blot en symbolsk måde at udtrykke en målrettet interesse på.

Sanseopfattelsens forskellige veje bringes i en tilstand af ro. Det virkelige menneskes bevidsthed strømmer ikke længere ud ad de fem kontaktveje. De fem sanser domineres af den sjette sans, sindet, og aspirantens samlede bevidsthed og opfattelsesevne danner en syntese i hovedet og vender sig indad og opad. Den psykiske natur bliver derfor tøjlet, og mentalplanet bliver menneskets arbejdsmark. Denne tilbagetrækning eller abstraktion foregår i faser:

1. Tilbagetrækningen af den fysiske bevidsthed eller opfattelse gennem hørelse, berøring, syn, smag og lugt. Disse måder at opfatte på ligger midlertidigt i dvale, menneskets opfattelse bliver rent mental, og hjernebevidstheden er alt hvad der er i aktivitet på det fysiske plan.

2. Tilbagetrækningen af bevidstheden til pinealkirtelområdet, således at menneskets realiseringspunkt koncentrerer sig i området mellem midten af panden og pinealkirtlen. (Bailey, Alice A., *The Light of the Soul*, s. 229, 230).

Fem: Når dette er gjort, og aspiranten opnår evnen til på denne måde at fokusere i hovedet, er resultatet af denne

abstraktionsproces som følger:

De fem sanser er blevet bragt i syntese af den sjette sans, sindet. Det er den koordinerende faktor. Senere erkendes det, at sjælen har en tilsvarende funktion. Den trefoldige personlighed bliver på denne måde bragt ind i en direkte kommunikationslinje med sjælen. Når tiden er inde bliver mennesket derfor ubevidst om legemsnaturens begrænsninger, og hjernen kan påvirkes direkte af sjælen via sindet. Hjernebevidstheden holdes i en positiv ventetilstand med alle sine reaktioner over for fænomenverdenen holdt fuldstændigt – men midlertidigt – tilbage.

Seks: Personligheden af høj intellektuel karat, med dens opmærksomhedsfokus i hypofyseområdet, begynder at vibrere unisont med det højere center i pinealkirtelområdet. Så begynder et magnetisk felt at dannes mellem det positive sjælaspekt og den ventende personlighed, som er gjort modtagelig gennem den fokuserede opmærksomhed. Så – fortælles det – bryder lyset frem, vi har det oplyste menneske og tilsynkomsten af lyset i hovedet. Alt dette er resultatet af et disciplineret liv og fokuseringen af bevidstheden i hovedet. Dette fremkalder igen af forsøget på at være koncentreret i dagligdagen og tillige gennem bestemte koncentrationsøvelser. De følges op af bestræbelsen på at meditere, og senere – meget senere – melder evnen sig til at kontemplere.

Dette er en kort sammenfatning af processens tekniske side, og den må nødvendigvis være knap og ufuldstændig. Men forsøgsvis *må* ideerne accepteres, før der kan ske en intelligent tilnærmelse til meditationsarbejdet. Det er lige så berettiget at acceptere en sådan hypotese som at acceptere enhver anden hypotese, der danner grundlag for undersøgelse og adfærd. Måske er det endda mere på sin plads, fordi så mange tusinder har gjort fremskridt på grund af disse antagelser, har opfyldt de nødvendige betingelser og – som et resultat heraf – skiftet formodninger ud med vished og høstet belønningen for et åbent sind, vedholdenhed og undersøgelse.

Efter at have formuleret vor hypotese og midlertidigt

accepteret den fortsætter vi med arbejdet, indtil den viser sig at være forkert eller vor opmærksomhed ikke længere er fangen. En hypotese er ikke nødvendigvis forkert, fordi den ikke kan bekræftes i løbet af et tidsrum vi finder passende. Folk opgiver jævnligt deres bestræbelse på dette område, fordi de mangler den nødvendige udholdenhed eller deres interesse bliver fanget andetsteds. Men *vi* er besluttet på at fortsætte vor undersøgelse og give de gamle teknikker og formler tid til at blive bekræftet. Vi fortsætter derfor med at imødekomme de første krav og bestræber os på at anvende en mere koncentreret indstilling af tænkeevnen på livet og at praktisere daglig meditation og koncentration. Er vi begyndere eller i besiddelse af et uorganiseret sind – flydende, omskifteligt og ustabil – begynder vi med at øve os i koncentration. Er vi trænede intellektuelle eller har den koncentrerede agtpågivenhed, som forretningsmæssig træning giver, behøver vi kun at orientere sindet mod en ny form for bevidsthed for at kunne begynde en virkelig meditation. Det er let at lære den interesserede virksomhedsleder at meditere.

Dernæst forsøges det regelmæssige meditationsarbejde og en vis tid reserveres hver dag til dette særlige arbejde. I begyndelsen er femten minutter fuldt tilstrækkeligt, og man bør ikke forsøge med længere tid i hvert fald det første år. Man kan vel i sandhed sige, at hvis nogen påstår de ikke er i stand til at finde femten minutter ud af de ét tusinde fire hundrede og fyrrer minutter, som en dag består af, så er de ikke interesserede. Femten minutter kan altid findes, hvis viljen er til stede; det er altid muligt at stå femten minutter tidligere op om morgenen, at give afkald på den tidlige morgenpassiar med familien, at tage den nødvendige tid fra en bog, en film eller fra endnu en sludder senere på dagen. Lad os være ærlige over for os selv og se tingene som de er. Undskyldningen »jeg har ikke tid« er helt meningsløs og viser kun mangel på interesse. Lad os nu overveje de regler vi vil følge.

Først og fremmest skal vi bestræbe os på at finde tid til vort meditationsarbejde tidligt om morgenen. Grunden til dette er at

sindet, efter at vi har deltaget i dagens hændelser og de almindelige livsudfoldelser, er i voldsom vibration; det er ikke tilfældet, hvis meditationen udføres som det første om morgenen. På dette tidspunkt er det forholdsvis roligt, og sindet kan hurtigere stemmes til højere bevidsthedstilstande. Og igen: begynder vi dagen med at fokusere vor opmærksomhed på åndelige ting og sjælens anliggender, vil vi leve dagen på en anden måde. Bliver det en vane vil vi snart opdage, at vore reaktioner på livets tilskikkelser ændres, og at vi begynder at tænke de tanker sjælen tænker. Det bliver nu et udviklingsforløb under en virksom lov, for »som et menneske tænker, således er det.«

Derefter skal vi forsøge at finde et sted, hvor der er virkeligt stille og ingen forstyrrelser. Jeg mener ikke stille i betydningen fri for støj, for verden er fuld af lyde, og som vor sensitivitet vokser, er vi i stand til at opleve en større verden end vi troede, men den er fri for personlige tilgange og andre menneskers krav. Jeg vil gerne her pege på en holdning, begynderen bør indtage. Det er en holdning af *stilhed*. Meditationsaspiranter taler meget om den modstand de møder fra deres familie og venner; ægtemanden misbilliger at hans kone mediterer eller omvendt, sønner og døtre er ubetænksomme og tankeløse, når de afbryder forældrenes andagt, venner er uforstående over for forsøgene på at meditere. I de fleste tilfælde er det aspirantens egen fejl, og her er kvinder de værste til at forsynde sig. Folk snakker for meget. Hvad vi gør med vor tid femten minutter hver morgen kommer ingen ved, og der er ingen grund til at omtale det for vor husstand eller at pålægge den at være stille, fordi vi ønsker at meditere. Det vil uundgåeligt fremkalde en forkert reaktion. Lad os undlade at sige noget om den måde vi søger at udfolde den åndelige bevidsthed på, det er helt vor egen sag. Lad os tie om det vi gør, lad os holde vore bøger og papirer væk fra folk og ikke bringe rod i familiens dagligstue med en masse litteratur, den ikke er det mindste interesseret i. Hvis det er umuligt for os at finde tid til meditationen før familien spredes til dagens arbejde, eller før vi selv begiver os

til arbejdet, så lad os finde tid til den senere på dagen. Hvis ønsket er tilstrækkeligt stort, er der altid en vej ud af en vanskelighed, og det er en vej der ikke indebærer nogen pligtforsømmelse. Den involverer blot organisering og stilhed.

Når vi så har fundet tiden og stedet, skal vi sætte os i en bekvem stol og begynde at meditere. Spørgsmålet rejser sig så: Hvordan skal vi sidde? Er den bedste stilling med benene over kors, skal vi knæle, sidde eller stå? Den behageligste og mest normale stilling er altid den bedste. Den korslagte stilling har været – og er stadig – meget anvendt i Orienten, og der er skrevet mange bøger om stillingerne, hvoraf der findes omkring firs. Men fordi man har gjort det i gamle dage – i Østen – er det ikke ensbetydende med, at det er det bedste for os nu – i Vesten. Disse stillinger er overleveringer fra en tid, da menneskeheden blevet trænet psykologisk og følelsesmæssigt og minder meget om den disciplin vi pålægger et barn, når vi placerer det i et hjørne og byder det at tie stille. Visse af stillingerne har også relation til nervelegemet og den indre struktur af fine nerver – af hinduerne kaldet nadierne – som ligger bag det af Vesten anerkendte nervesystem.

Problemet med disse stillinger er, at de medfører to temmelig uønskede reaktioner; de får mennesket til at koncentrere sindet om det mekanistiske i forløbet og ikke om målet, og for det andet fører de ofte til en behagelig følelse af overlegenhed, der har rod i vort forsøg på at gøre noget flertallet ikke gør og som skiller os ud som potentielle vidende. Vi bliver opslugt af meditationens forside og ikke af formens skaber, vi beskæftiger os med ikke-selvet i stedet for med selvet. Lad os vælge den stilling, der på den nemmeste måde sætter os i stand til at glemme, at vi har et fysisk legeme. Det er for Vestens menneske sandsynligvis den siddende stilling; hovedkravet er at vi bør sidde opret med rygsøjlen i lige linje, at vi bør sidde afslappet (uden at falde sammen), således at der ingen steder i kroppen er nogen spændinger, og at vi bør lade hagen hænge lidt for at udløse alle spændinger i nakken. Mange mennesker sidder under meditationen og stirrer op i loftet med tæt tillukkede øj-

ne, som om sjælen var et eller andet sted deroppe; de sidder stive som pinde, og deres tænder er ofte sammenbidte (måske for at forhindre en inspireret ytring, som absolut må være kommet direkte fra sjælen, i at undslippe dem). Hele kroppen er mobiliseret, den er anspændt og fastlåst. Og så bliver de forbavsede, når der ikke sker noget, bortset fra træthedsfølelse og hovedpine. Tilbagetrækningen af bevidstheden fra sansningens kanaler indebærer ikke tilbagetrækningen af legemets blod til hovedet eller den ukontrollerede acceleration af nervernes reaktioner. Meditation er en indre handling og lykkes kun, når legemet er afslappet, rigtigt afbalanceret og derefter glemt.

Hænderne bør foldes i skødet og fødderne krydses. Hvis den vestlige videnskabsmand har ret når han fortæller os, at det menneskelige legeme i virkeligheden er et elektrisk batteri, så har hans østlige broder måske også ret når han siger, at der under meditationen sker en sammenkobling af negativ og positiv energi, og at vi på denne måde fremkalder lyset i hovedet. Derfor er det klogt at lukke kredsløbet.

Efter at vi har opnået fysisk velvære, afslapning og har trukket os tilbage fra kropsbevidstheden, iagttager vi vort åndedræt og sikrer os, at det er stille, regelmæssigt og rytmisk. Her vil jeg gerne advare mod at praktisere åndedrætsøvelser, som kun bør praktiseres af den der har brugt år på ret meditation og renselse af legemsnaturen. Hvor erfaring og renhed ikke er til stede, kan det medføre særdeles alvorlige farer at foretage åndedrætsøvelser. Det kan ikke understreges kraftigt nok. Der er mange af nutidens skoler der giver vejledning om åndedrættet og mange fortalere for vejrtrækning som et middel til åndelig udvikling. Det har overhovedet intet at gøre med åndelig udvikling. Det har meget at gøre med psykisk udvikling, og praktisering af åndedrætsøvelser fører til mange vanskeligheder og farer. Fx er det muligt at blive clairaudiant eller clairvoyant ved at foretage visse åndedrætsøvelser, men er der ingen sand forståelse af processen eller korrekt sindskontrol af den »omskiftelige psykiske natur«, er det kun lykkedes udøveren at



tiltvinge sig adgang til nye områder for fænomener. Han har udviklet evner han er helt ude af stand til at kontrollere; han opdager ofte, at han ikke kan udelukke lyde og syn, som han har lært at registrere, og at han er hjælpeløs i forsøget på at undslippe både de fysiske og psykiske kontakter; han splittes i to og opnår ingen fred. Fysiske lyde og syn er hans normale arvegods, der på naturlig måde gør indtryk på hans sanser, men hvis den psykiske verden – med *sine* syn og lyde – også gør indtryk, er han hjælpeløs; han kan ikke lukke øjnene og fjerne sig fra uønskede psykiske omgivelser.

En dr. theol. og præst for en stor kirke skrev til mig for nogen tid siden, at han – for at forbedre sit helbred – havde taget timer i åndedrætsøvelser hos en lærer, der var kommet til hans by. Resultatet af hans velmenende uvidenhed var, at han åbnede for den indre hørelse i den psykiske betydning. Han skrev i sit brev til mig: »Mens jeg skriver til Dem på min skrivemaskine, kan jeg høre alle slags stemmer, ord og lyde, der ikke er fysiske. Jeg kan ikke standse dem og jeg frygter for min forstand. Vil De ikke nok fortælle mig hvad jeg skal gøre for at holde dem væk?« Gennem de sidste ti år er der kommet i hundredvis af mennesker til mig for at spørge om hjælp på grund af de virkninger, der følger af en ukritisk efterlevelse af de anvisninger for vejtrækning som lærerne giver. De er helt fortvivlede og ofte i en alvorlig psykisk tilstand. Nogle er vi i stand til at hjælpe. Nogle få, vi ikke kan gøre noget for, ender på sindssygeanstalter eller på sanatorier for sindslidende. Mange erfaringer fra disse sager får mig til at udsende denne advarsel, for årsagen til de fleste tilfælde om ukontrollerbare psykiske vanskeligheder er åndedrætsøvelser.

I Østens gamle lære blev åndedrætskontrol først tilladt, efter at de første tre »metoder til forening«, som de kaldes, til en vis grad var ført ud i livet. Disse metoder er: For det første de fem bud, som er harmløshed, sanddruhed over for alle væsner, undladelse af tyveri, tøjlesløshed og griskhed. For det andet de fem regler, som er indre og ydre renselse, tilfredshed, brændende aspiration, åndelig læsning og hengivenhed. For det tredje, den rette balance. Når en person er harmløs i tanke, ord og

handling, når han er uselvvisk og kender betydningen af balance – både i den følelsesmæssige og fysiske holdning – først da kan han under forsvarlig instruktion foretage åndedrætsøvelser og gøre det sikkert. Selv da vil det kun lykkes for ham at forene legemets vitale energier og efterhånden blive et bevidst medium; men det kan være på sin plads og tjene et formål, hvis han regner sig selv for en eksperimenterende forsker.

Undladelse af at tilpasse sig de nødvendige indledende skridt har bragt mangen en værdig forsker i vanskeligheder. Det er farligt for en følelsespræget og svag person at underkaste sig åndedrætsøvelser for at fremskynde udvikling, og en lærer der forsøger at lære større grupper disse øvelser, som det ofte ses, fremkalder vanskeligheder både for sig selv og sine tilhængere. Det var kun nu og da, at lærerne i gammel tid udvalgte et menneske til den form for vejledning, og den var da supplement til en træning, der havde fremkaldt et vist mål af sjælskontakt, så at sjælen kunne lede de energier, der blev vækket af åndedrættet til at fremme sine mål og til verdenstjeneste.

Derfor vil vi ikke gøre andet end at sørge for, at vor vejrtrækning er rolig og regelmæssig, og vi vil derefter trække vore tanker fuldstændigt tilbage fra kroppen og begynde koncentrationsarbejdet.

Næste trin i meditationen er brugen af forestillingsevnen; vi danner et billede for os selv af det trefoldige lavere menneske i samklang eller direkte kommunikation med sjælen. Der er mange måder at gøre det på. Vi kalder det at visualisere. Det ser ud til, at visualisering, fantasi og vilje er tre meget stærke faktorer i alle skabende processer. De er de subjektive årsager til mange af vore objektive resultater. I begyndelsen er visualisering for det meste et spørgsmål om at tro på eksperimentet. Vi ved, at vi gennem tænkning er nået til en forståelse af, at der inden for og hinsides alle manifesterede objekter ligger et ideelt objekt eller mønster, der søger at manifestere sig på det fysiske plan. Praktisering af visualisering, billeddannelse og brugen af viljen er aktiviteter beregnet til at fremskynde manifestationen af dette ideal.

Når vi visualiserer, anvender vi vor højeste forestilling om

hvad dette ideal kunne være, klædt i et eller andet slags materiale – sædvanligvis mentalt – fordi vi endnu ikke er i stand til at forestille os højere former for eller typer af stof, som vi kan indkapsle vore billeder i. Når vi danner et mentalt billede, etablerer sindets mentalstof en vis vibrationshastighed, der tiltrækker en dertil svarende grad af mentalt stof, som sindet sænkes ned i. Det er viljen der fastholder dette billede og giver det liv. Processen foregår, hvad enten vi – endnu – er i stand til at se den med det mentale øje eller ej. Det spiller ingen rolle, at vi ikke er i stand til at se det, da det skabende arbejde fortsætter alligevel. Måske vil vi på et eller andet tidspunkt blive i stand til at følge og bevidst udføre hele processen.

I forbindelse med dette arbejde – på begyndertrinnet – forestiller nogle mennesker sig de tre legemer (formnaturens tre aspekter) forbundet med et strålende lyslegeme, eller de visualiserer tre vibrerende energicentre, der modtager stimulation fra et højere og mere kraftfuldt center; andre forestiller sig sjælen som en kraftriangel, som den lavere naturs triangel er forbundet med – forbundet af »sølvsnoren«, nævnt i den kristne bibel, sutratmaen eller sjælstråden i Østens skrifter eller »livlinen« i andre tankeskoler. Atter andre foretrækker at bevare tanken om en forenet personlighed, forbundet med og i sig skjulende den iboende guddom, Kristus i os, herlighedens håb. Det er forholdsvis uvæsentligt hvilket billedsprog vi anvender, når vi blot begynder med den grundlæggende idé om selvet, der søger at komme i kontakt med og bruge ikke-selvet, dets instrument i det menneskelige udtryks verdener, og vice versa, med tanke på at dette ikke-selv tilskyndes til at vende sig mod sin væsens kilde. Ved at bruge forestillingsevnen og visualisering bliver begærlegemet, følelsesnaturen, således bragt på linje med sjælen. Når dette er gjort, kan vi fortsætte med vort meditationsarbejde. Det fysiske legeme og begærnaturen synker derefter ned under bevidsthedstærskelen, vi bliver centreret i sindet og søger at bøje det ind under vor vilje.

Det er netop her vi bliver konfronteret med vort problem. Sindet nægter at forme sig efter de tanker vi vælger at tænke og

farer hele verden rundt i sin sædvanlige søgen efter materiale. Vi tænker på det vi skal gøre resten af dagen i stedet for at tænke på »sædtanken«, vi tænker på én vi skal få tid til at møde eller en anden aktivitet, der kalder på vor opmærksomhed; vi begynder at tænke på én vi elsker, og øjeblikkeligt falder vi tilbage til følelsernes verden og må gøre hele arbejdet forfra. Så samler vi tankerne igen og starter på en frisk og har stor succes i et halvt minut, og så kommer vi i tanke om en aftale vi har truffet eller et stykke arbejde nogen gør for os, og igen er vi tilbage i de mentale reaktioners verden, og vor valgte tankebane er glemt. Igen samler vi vore spredte ideer og genoptager vort arbejde med at tæmme det lunefulde sind.

Will Levington Comfort sammenfatter det for os i sit 113. brev som følger:

»Vor splintrede opmærksomhed – vi drømmer ikke om hvor splintret den er, før vi begynder at koncentrere os, før der ud af koncentrationsøvelserne gryr en ny skønhed og fasthed midt i det personlige livs sydende ineffektivitet. I vore tidligere meditationsforsøg sprang vi over så almindelige instruktioner som at vælge emnet og holde sindet fast og urokkeligt på det; vi hastede forbi det hele i vor lidenskab efter ekstase, indvielse, efter måder til at kunne stråle og herske over andre. Vi fik lov til at græsse i følelsernes sumpede enge og kaldte dem åndens lyse agre, vi fik lov til at tro at vi tænkte ... indtil en pinefuld tomhed eller mangel på betydning, den lammende uvished og det skrøbelige fundament rullede op for vore øjne. Overbeviste til sidst blev vi meget ivrige efter at begynde helt forfra, og ordet stabilitet bliver fremherskende.« (Comfort, Will Levington, *Letters*).

I det samme brev fortsætter han med at fortælle os at

»Koncentrationen er spændingsfyldt i begyndelsen på grund af den indsats vi lægger i den. Denne stivhed afskærer os i en tid fra de resultater vi søger, men med øvelsen bliver vi dygtige til i længere tid at fastholde den mentale målrettethed med en form for ubesværet tilfredshed, som på sikker måde kan forstærkes.« (*Ibid.*).

Hvorledes bringes dette i stand? Ved at følge en form eller et omrids i vor meditation, som automatisk etablerer en

indflydelsessfære eller *ring-pass-not* omkring vort sind og som fortæller sindet, »så langt skal du gå og ikke længere«. Velovervejet og med intelligent hensigt sætter vi grænserne for vor mentale aktivitet på en sådan måde, at vi tvinges til at opdage, når vi forvilder os uden for disse grænser. Vi ved da, at vi igen må fortrække bag den beskyttende mur vi har defineret for os selv. Dette at følge en form i meditationen er sædvanligvis nødvendigt i adskillige år, medmindre man har mediteret tidligere. Selv dem der har nået kontemplationsstadiet afprøver jævnligt sig selv – ofte ved at benytte en form – for at være sikre på, at de ikke falder tilbage i en negativ, følelsesmæssig hviletilstand.

Gennem de sidste syv år har jeg anvendt former som denne i arbejdet med omkring tre tusinde studerende i meditationsteknik, og den har bevist sin værdi i så mange tilfælde, at jeg bringer den her.

## MEDITATIONSSKEMA

### *Til udvikling af koncentration*

#### *Trin*

1. Opnåelse af fysisk velvære og kontrol.
2. Vejtrækningen registreres som værende rytmisk og regelmæssig.
3. Visualisering af det trefoldige lavere selv (fysisk, følelsesmæssigt og mentalt) som værende
  - a. I kontakt med sjælen.
  - b. Som kanal for sjælsenergi, med sindet som mellemed,

direkte til hjernen. Herfra kan den fysiske mekanisme kontrolleres.

4. Dernæst en afgørende koncentrationshandling, hvor viljen påkaldes. Dette indebærer en bestræbelse på at holde sindet ubevægeligt på en bestemt kombination af ord, således at ordenes betydning står klart i vor bevidsthed – og ikke selve ordene eller den kendsgerning, at vi forsøger at meditere.
5. Sig så med fokuseret opmærksomhed –

»Mere strålende end solen, renere end sneen, finere end æteren er selvet, ånden i mig. Jeg er dette selv. Dette selv er jeg.«

6. Koncentrer dig nu om ordene: »Du Gud, ser mig.« Sindet tillades ikke at vakle i sin koncentration om ordenes betydning, mening og hvad de indebærer.
7. Afslut omhyggeligt koncentrationsarbejdet og fremsig – igen med sindet fokuseret på de bagved liggende ideer – følgende afsluttende ord:

»Der er en fred der overgår al forstand, den bor i hjerterne hos dem der lever i det evige. Der er en kraft der fornyr alle ting, den lever og røres i dem der kender selvet som ét.«

Dette er afgjort en begyndermeditation. Den indeholder flere brændpunkter, hvor der anvendes metoder til at samle tankerne igen og fokusere bevidstheden på ny. Der er mange andre meditationsformer, som kan frembringe det samme resultat, og endnu flere beregnet for mere fremskredne udøvere. Der findes meditationsformer, der er skabt til at frembringe helt specifikke resultater i bestemte mennesker, men de kan selvk klart ikke inkluderes i en bog som denne. En sikker og generelt anvendelig meditationsform er alt hvad der er muligt. Det vigtigste i dem alle er dog at huske på, at sindet skal holdes *aktivt beskæftiget med ideer* og ikke med bestræbelsen på at være koncentreret. Bag hvert eneste udtalte ord og hver eneste

meditationsfase må der være viljen til at forstå og en målrettet mental aktivitet.

På det sjette trin, hvor bestræbelsen går på at meditere på bestemte ord der skjuler en sandhed, bør der ikke være nogen automatik i processen. Det er temmelig let at påføre sig selv en hypnotisk tilstand gennem den rytmiske repetition af bestemte ord. Det fortælles, at Tennyson fremkaldte en højere bevidsthedstilstand i sig selv ved at gentage sit eget navn. Det er ikke vort mål. Trancen eller automattilstanden er farlig. Den sikre vej er den intense mentale aktivitets vej, begrænset af det idéfelt, der i meditationen er blevet åbnet af en bestemt »sædtanke« eller et objekt. Denne aktivitet udelukker alle uvedkommende tanker med undtagelse af dem der rejses af de ord der grundes over. Ordene i det følgende illustrerer dette, idet de skildrer en tankerække:

Du Gud, ser mig.

Denne Gud er det guddommelige i mig, den iboende Kristus, sjælen.

Gennem lange tidsrum har denne sjæl bemærket og iagttaget mig.

For første gang er jeg nu i stand til at se Gud.

Indtil nu har jeg været negativ over for denne guddommelige virkelighed.

Det positive forhold bliver nu muligt.

Men – det synes at indebære ideen om dualitet.

Men jeg og Gud er ét.

Jeg er Gud og har været det hele tiden.

Derfor har jeg været iagttaget af mit selv.

Jeg er det selv, det selv er jeg.

Det er nemt at skrive ned, men hvis sindet med aktivt forsæt skal fastholdes på meningen og hensigten, skal der tænkes meget hårdt og fokuseret, og der vil dukke mange vanskeligheder op i forbindelse med at eliminere alle de tanker, der ikke har noget at gøre med emnet. Nogle gange har jeg fundet det nyttigt

at sige til den rådvilde begynder, som er nedslået på grund af sin manglende evne til at vælge hvornår og hvad han skal tænke: »Forestil dig, at du skal holde et foredrag om disse ord til et publikum. Se dig selv formulere de notater, som senere skal danne grundlaget for dit foredrag. Led dit sind fra trin til trin og du vil opdage at fem minutter er gået, uden at din opmærksomhed har svigtet, så stor vil din interesse have været.«

Man bør vælge verslinjer, der har en positiv virkning. De som fremkalder en afventende og negativ sindstilstand bør undgås. Et vist mål af forståelse og erfaring er nødvendig, før sådanne ord (så ofte valgt af velmenende begyndere) som »vær stille og vid at jeg er Gud«, trygt kan indføres i meditationsarbejdet. Krav om alt for megen stilhed af den uøvede personlighed, og den energi de fremkalder, medgår til at stimulere den psykiske natur. W. L. Comfort påpeger dette på en meget smuk måde i det samme brev.

»Jeg tror, at en meditation som 'vær stille og vid jeg er Gud', kan vise sig at være katastrofal, hvis der svælges i den. Mere end én umoden personlighed har åbnet for en modtagelighed for kræfter, der legede med vedkommendes utilstrækkeligheder og vækkede hemmelige lidenskaber og ambitioner, han ikke var i stand til at magte. Meditationen 'jeg er Gud' kan derfor siges at være næsten alt for direkte og virkningsfuld, indtil det tidspunkt hvor den udøvende præcist ved, hvad det er han er i færd med. Man kan ikke leve op til egoet og fortsætte med at spille rollen over for andre gennem lang tid. Enden på det er sygdom, fortvivlet udmattelse og tabet af vejen, mens man råber det ud til andre. Det er ikke et spørgsmål om at vise andre noget. Det er et spørgsmål om at forstå, hvad vi som personligheder er, om i det hele taget at fornemme nøglen til en ny kraft og med en brændende, altomfattende indsats at sætte hele menneskenaturen ind på at gribe denne nøgle og dreje den rundt. Jeg er på det rene med, at dette afsnit, der handler om 'jeg er Gud'-meditationen, både er tillokkende og rummer en advarsel. Det er rigtigt nok, at den tid kommer hvor vi allesammen skal virke ud fra egoet i stedet for fra personligheden, men der skal etableres en fuldstændig integritet i personligheden, før vi kan bære kraften.« (Comfort, Will Levington, *Letters*).

Den trinvis metode, der er foreslået ovenfor, er en sikker vej at følge for novicen. Der findes andre, den intelligente studerende



kunne komme i tanker om. Hele tankeverdener ligger åbne, som sindet efter forgodtbefindende kan spænde over (bemærk disse ord), forudsat de bygger på sædtanken og har en bestemt relation til den valgte idé, den idé vi søger at koncentrere os om. Det er klart, at enhver person vil følge sit eget sinds tilbøjeligheder – kunstnerisk, videnskabeligt eller filosofisk – og for dem vil *det* være vejen med mindst modstand. Vi skal alle formulere vore egne begreber på vor egen måde. Men den holdning, der hedder »vær stille«, er ikke for os. Vi hindrer andre mentale aktiviteter ved en intens optagethed – ikke ved at bedøve os selv til stilhed eller ved at indføre en metode, der fremkalder mental trance eller fuldstændig tankeløshed. Vi tænker afgjort. Alle der underviser i meditation véd hvor vanskeligt det er at få mystikeren til at give afkald på sin passive tilstand (som er en følge af en stræben efter at gøre følelsesnaturen målrettet) og tvinge ham til at begynde at bruge sin tænkeevne. Hvor ofte hører man ikke følgende klageråb: »Jeg bryder mig ikke om denne teknik, den er alt for intellektuel og mental og ikke spor åndelig.« Hvad de virkelig mener er noget i retning af dette: »Jeg er for doven til at bruge mit sind, jeg lider af mental træghed, jeg foretrækker følelsesmæssig henrykkelse og at indpode en fredelig tilstand i min emotionelle natur. Jeg føler mig bedre. Denne måde indebærer alt for meget hårdt arbejde.« Hvorfor skal åndelighed forveksles med følelser? Hvorfor skulle viden ikke være lige så guddommelig som det at føle? Naturligvis indebærer denne måde hårdt arbejde, især i begyndelsen. Men det kan gøres, hvis den første dovenskab kan overvindes, og dem det er lykkedes for ved hvor værdifuldt det er.

Som afslutning på dette forsøg på at give anvisninger til det indledende arbejde, aspiranten til denne vej må påtage sig, bør det bemærkes, at nøglen til succes ligger i en konstant og utrættelig indsats. Vi kommer ofte ud for i vort arbejde med studerende over hele verden, at det højt begavede sind kommer til kort, fordi det mangler udholdenhed, og at det mere almindelige sind pludselig bryder igennem til den sikre videns

verden; og fordi det har evnen til at blive ved lader det den bedre begavede broder bag sig. Sporadiske forsøg fører ikke aspiranten nogen vegne; i virkeligheden er de direkte skadelige, ikke mindst fordi de avler en konstant fornemmelse af nederlag. Et lille stykke pålideligt og samvittighedsfuldt arbejde udført hver dag, over en lang periode, vil bringe uendeligt større resultater end entusiastiske, men krampagtige forsøg. Nogle få minutters koncentration eller meditation udført regelmæssigt vil bringe aspiranten meget længere end timers indsats gjort tre eller fire gange om måneden. Det har været sagt så rigtigt: at »for at meditationen skal være effektiv med hensyn til at fremkalde resultater, må den ikke kun være en lejlighedsvis indsats, men viljens uafbrudte og utrættelige pres.«

Endnu en ting der må huskes er, at den sidste person til at værdsætte resultaterne af arbejdet er den studerende selv. Det mål han har sat sig er så vidunderligt, at han er mere tilbøjelig til at blive skuffet end tilfreds. Det klogeste man kan gøre er én gang for alle at slå enhver tanke om eventuelle resultater og deres virkninger i fænomenernes verden ud af hovedet og blot følge de gamle regler. Det skal gøres uden at man konstant hiver sig selv op med rode for at se hvordan man gror. De som omgiver os véd helt sikkert hvilke fremskridt vi gør gennem vor forøgede effektivitet, selvkontrol, stabilitet og hjælpsomhed. Vi mener det er klogt at måle den studerendes vækst i forbindelse med meditationsarbejdet på omfanget af hans tjenestearbejde og på de ting hans venner siger om ham snarere end på hans egne rapporter om sig selv. Vort arbejde består i at gå støt fremad, mens vi løser de krævede opgaver »uden binding«, som hindu-aspiranten kalder det.

Hvis det gode resultat skal nås, må der være et ægte og vedvarende ønske, et klart billede af værdien af resultaterne, en erkendelse af at målet kan nås og en klar viden om metodens teknik. Dette er – med viljens uophørlige pres – alt hvad der behøves, og det er muligt for enhver læser af denne bog.

## 10. KAPITEL

### Behovet for forsigtighed

»Et retskaffent liv, et opladt sind, et rent hjerte, et skarpt intellekt, en utilsløret åndelig opfattelse, en broderlig holdning til éns meddiscipel, en villighed til at give og modtage råd og vejledning ... en beredvillig lydighed over for sandhedens bud ... en tapper udholdenhed over for personlig uretfærdighed, en modig erkendelse af principper, et tappert forsvar for dem der bliver uretfærdigt angrebet og blikket fastholdt på idealet for menneskeligt fremskridt og fuldkommenhed, som den hemmelige videnskab fortæller om; det er den gyldne trappe ad hvis trin eleven kan stige op til den guddommelige visdoms tempel.«

H. P. BLAVATSKY

Den skitserede meditationsform i det foregående kapitel er en god koncentrationsøvelse for begynderen og vil til sidst – hvis han er ihærdig nok – føre ham frem til den virkelige meditation. En koncentration der varer i ét minut er vanskelig at opnå, men er et virkeligt skridt på vejen mod meditation, som er en forlænget koncentration. Meditationsformen vil hjælpe med til at fremkalde aktiv opmærksomhed. Der findes mange tilsvarende former, der kan udformes af dem der kender reglerne og er gode psykologer, former der svarer til forskellige menneskers behov. Enkelte af disse former kan findes i slutningen af bogen, men de mere avancerede øvelser og det mere intensive arbejde har selvfølgelig ingen plads i en bog af denne karakter. De kan først udføres med klogskab, når de tidlige stadier beherskes.

Man bør notere sig, at en hvilken som helst tankeproces, der følges op af en ufravigelig opmærksomhed og som fører »indad« fra den ydre form til formens energi- eller livsaspekt og sætter tænkeren i stand til at identificere sig med den, tjener samme formål som en teknisk vejledning. Ethvert navneord fx – når det forstås rigtigt som navnet på en ting og dermed en form – kan tjene som sædtanke for meditationen. Formens

kvalitet og formål studeres, og alt kan til sin tid spores tilbage til en idé, og alle sande ideer hidrører fra sjælens rige. Indtager man derfor den rette holdning og følger de fremgangsmåder der er ridset op i 5. kapitel, vil tænkeren se sig selv ført ud af fænomenverdenen og ind i de guddommelige realiteters verden. Efterhånden som man opnår øvelse i koncentration, kan overvejelsen af den ydre form, dens kvaliteter og aspekter udelades; og når koncentrationen (gennem vedholdenhed og træning) er blevet automatisk og øjeblikkelig, kan den studerende begynde med *formålsaspektet* eller med den bagvedliggende idé, som bragte den ydre form til verden. Denne forestilling har Plutarch i sin helhed udtrykt for os med disse ord:

»En idé er et ulegemligt væsen, der ikke har nogen selvstændig eksistens, men giver skikkelse og form til formløs materie og bliver årsagen til manifestationen.« (*De Placit. Philos*).

Det er betydningsfulde ord, der rummer megen information for den der studerer denne gamle meditationsteknik.

Meditationens mål kan derfor set fra sindets synsvinkel være at kunne virke i ideernes verden; fra sjælens synsvinkel er det den individuelle sjæls identifikation med alle ideers skaber. Gennem kontrol af sindet bliver vi bevidst om de ideer der ligger bag vor verdensrevolution og om manifestationen (gennem materie) af den form de antager. Gennem meditationen kommer vi i kontakt med en del af Planen. Vi ser universets store arkitekts tegninger og får lejlighed til at deltage i deres realisering i objektiv eksistens gennem vor kontakt med og rette fortolkning af de ideer, det lykkes os at komme i kontakt med under meditationen.

Det er derfor indlysende, hvor nødvendigt det er for aspiranten, at han er i besiddelse af et veltrænet og mentalt veludstyret sind, hvis han præcist skal kunne fortolke det han ser. Det er indlysende, at han bør være i stand til klart at formulere de tanker, som han søger at iklæde de vage ideer, for derefter – gennem sin klare tænkning – at påvirke den ventende hjerne. Det

kan være rigtigt nok, at »Gud« i mange tilfælde udfører sine planer gennem menneskers virksomhed, men han har brug for intelligente medarbejdere. Han behøver mænd og kvinder, der ikke er mindre intelligente end dem der udvælges af menneskehedens ledere til at deltage i deres bestræbelser. Det er ikke nok kun at elske Gud. Det er et skridt i den rigtige retning, men gudshengivenhed, der ikke er afbalanceret med sund sans og klogskab, fører til mange dumme handlinger og megen uovervejede indsats. Gud leder efter dem med trænede og højt udviklede sind – og fremragende hjerner (der kan virke som sensitive modtagere af de højere indtryk) – for at arbejdet kan udføres på den rette måde. Man kan måske sige det sådan, at de hellige og mystikerne har åbenbaret det guddommelige livs natur for os tilligemed kvaliteten af de ideer, der styrer hans aktiviteter i fænomenverdenen, og at verdens vidende og menneskehedens intellektuelle på deres side skal åbenbare den synteseskabende plan og den guddommelige hensigt for verden. Således vil vi finde den gyldne tråd, der vil føre os ud af vor aktuelle kaotiske verdens forvirring og ind i sandhedens og forståelsens lys.

Man bør huske på, at vi lever i en verden af energier og kræfter. Den offentlige menings magt (emotionel som den sædvanligvis er og ofte sat i bevægelse af nogle grundlæggende ideer, der er formuleret af gode, dårlige eller middelmådige tænkere) er velkendt og er en form for energi, der har store virkninger. Fx er den ødelæggende virkning af ukontrollerede følelser nok så bekendt, og det er igen en kraftdemonstration. Et meget anvendt udtryk som »naturens kræfter« viser os, at mennesket, siden det overhovedet begyndte at tænke, har vidst, at alt er energi. Videnskabsmændene fortæller os, at alt er en manifestation af energi. Der er intet andet end energi, der strømmer gennem os og arbejder i os, og hvori vi er nedsænket. Man fortæller os, at alle former er bygget af atomer og at atomer er energienheder. Mennesket er derfor i sig selv energi, dannet af energienheder, og det lever i en verden opbygget på tilsvarende måde og arbejder hele tiden med energi.

Den fundamentale lov, der styrer al meditationsarbejde, er den gamle, der blev formuleret af Indiens seere for århundreder siden; den siger at »energi følger tanke«. Fra ideernes rige (eller riget for sjælsviden) vælder energi frem. Den »offentlige mening« om sjælsriget siver lidt efter lidt ind i menneskers indskrænkede sind, og her finder vi oprindelsen til alle nutidens fremadrettede bevægelser, al organisering af velfærd og sociale forbedringer, alle de religiøse ideer og al ydre viden om de årsager, der fremkalder objektivitet. Ideerne antager allerførst en mental form, nogle sind griber dem og grunder over dem eller giver dem videre til en gruppe af tænkere, og arbejdet med »at tænke tingene igennem« går videre. Så begynder begæret at komme ind i billedet, der kommer en følelsesmæssig reaktion på de tanker ideerne har vækket, og formen opbygges gradvis. Således fortsætter arbejdet, og sjælens, sindets og begærnaturens energi koordineres med materiens energi, og en fast form bliver til. Alle former, hvad enten der er tale om en symaskine, en samfundsorden eller et solsystem, kan betragtes som værende en materialisation af en tænkens eller en gruppe tænkens tanke. Det er en form for skabende arbejde, og de samme love for tilsynskomst har styret hele processen, og al arbejdet er blevet koncentreret ved hjælp af en eller anden form for energi. Den meditationsstuderende må derfor huske på, at han altid arbejder med energier og at de forskellige energier vil have en afgørende virkning på de energier han selv består af (hvis et sådant udtryk må være tilladt).

Det er derfor indlysende, at det menneske der lærer at meditere må bestræbe sig på at gøre to ting:

For det første: Han må lære at »føre igennem« til sit sind det, han har set og været i kontakt med, og derefter korrekt fortolke og senere overføre det korrekt og præcist til den opmærksomme og påvirkelige hjerne. Således bliver mennesket – i den fysiske dagsbevidsthed – bevidst om gudsrigetets forhold.

For det andet: Han må lære naturen af de energier han kommer i kontakt med at kende og træne sig op til at udnytte dem korrekt. Vi kan her komme med en praktisk og universelt aner-

kendt illustration. Vi bliver revet med af vrede eller irritation. Instinktivt begynder vi at råbe. Hvorfor? Emotionel energi har tag i os. Ved at lære at kontrollere det talte ords energi begynder vi at mestre netop denne særlige form for emotionel energi.

De to ideer – rigtig fortolkning og overførsel samt rigtig anvendelse af energi – rummer alt det meditationsarbejdet handler om. Det står herefter også klart, hvad det er for et problem der møder den studerende, og hvorfor alle fornuftige lærere i meditationsteknik tilskynder deres elever til at udvise forsigtighed og gå langsomt frem.

Det er helt nødvendigt at gøre sig klart, at meditation kan være en særdeles farlig beskæftigelse, der kan bringe et menneske i alvorlige vanskeligheder. Den kan være destruktiv og nedbrydende. Den kan gøre mere skade end gavn og føre et menneske til randen af katastrofen, hvis han betræder den videndes vej uden tilstrækkelig forståelse af det han er i færd med og af hvor det fører ham hen. Men samtidig kan den så sandelig være »et frelsens arbejde« og føre et menneske ud af alle dets vanskeligheder. Den kan være konstruktiv og befriende og gennem rigtige og sunde metoder kan den lede mennesket ad den vej der fører fra mørke til lys, fra død til udødelighed og fra det uvirkelige til det virkelige.

Det kunne måske være af værdi, hvis vi gik lidt nærmere ind på de to punkter.

Vi har set, at aspirantens store behov er, at det lykkes ham præcist at føre de fænomener i den åndelige verden, som det lykkes ham at få kontakt med, ind i den fysiske hjernebevidsthed. Det er imidlertid sandsynligt, at det varer længe, før han overhovedet kan trænge ind i den åndelige verden. Derfor må han lære at skelne mellem de bevidsthedsområder, som måske åbner sig for ham efterhånden som han bliver mere sensitiv, og at kende naturen af det han ser og hører. Lad os et øjeblik se på nogle af det lavere sinds fænomener, som studerende konstant mistolker.

De skildrer fx et betagende møde med Kristus eller en anden stor sjæl, som viste sig for dem under en meditation, smilede til

dem og bad dem om »at være ved godt mod. Du gør gode fremskridt. Du er en udvalgt medarbejder og for dig skal sandheden åbenbares«, eller noget tilsvarende tåbeligt. De dirrer af ophidselse, de nedfælder det i deres dagbog og de skriver glædestrålende til mig, at hændelsen er en skelsættende begivenhed i deres liv. Og måske er den det, hvis de håndterer den korrekt og lærer dens lektie. Hvad er der i virkeligheden sket? Har den studerende virkelig set Kristus? Her må vi huske på den banale sandhed, at »tanker er skabte ting« og at alle tanker antager en form. To forhold har fremkaldt hændelsen, hvis det virkelig *er* sket og ikke er resultatet af en livlig og overstimuleret fantasi. Den skabende forestillingsevnes kraft er først lige begyndt at kunne mærkes, og det er i høj grad muligt at se netop det vi ønsker at se, selv om det overhovedet ikke findes. Aspirantens ønske om at gøre fremskridt – og hans ihærdige anstrengelser – har tvunget ham til at være vågen eller bevidst på det psykiske plan, de forfængelige forestillingers plan, begærets og dets illusoriske opfyldelses plan. I denne verden kommer han i kontakt med en tankeform af Kristus eller en anden stor og ærværdig lærer. Illusionens verden er fuld af disse tankeformer, der er opbygget af menneskers hengivne tanker ned gennem tiderne, og det menneske, der arbejder via sin psykiske natur (som for flertallet er den mindste modstands vej), kommer i berøring med en sådan tankeform, forveksler den med virkeligheden og forestiller sig, at den til ham siger alle de ting han ønsker der skal siges. Han vil gerne opmuntres, han søger som så mange andre retfærdiggørelse af sin stræben ved ydre fænomener, han stilner hjernen og glider blidt ind i en psykisk og negativ tilstand. Når han er i denne tilstand, begynder hans fantasi at fungere, og han ser det han ønsker at se og hører de anerkendelsens storslåede ord, han længes efter. Det falder ham ikke ind, at menneskehedens vejledere har alt for travlt med gruppeaktiviteter og med træningen af de avancerede tænkere og menneskehedens ledere, som de virkelig *er* i stand til at arbejde igennem, til at bruge tid på menneskehedens børn. Disse er bedst tjent med at blive overladt til en vejledning givet



af mindre højt udviklede væsner. Det falder dem heller ikke ind, at skulle de virkelig være så fremskredne og højt udviklede, at de havde opnået det privilegium at skabe en sådan kontakt, ville mesteren ikke spille sin og deres tid med at klappe dem på skulderen og udtale velklingende, men intetsigende banaliteter. Han ville udnytte det korte øjeblik til at påpege nogle svagheder, der burde udryddes, eller et konstruktivt arbejde, der burde udføres.

Igen kommer der, mens han mediterer, en eller anden »kraft« – et hyppigt benyttet ord – eller et væsen til den studerende og ridser det store arbejde op, som han er blevet udvalgt til at udføre; et eller andet budskab til verden, som han skal give og som hele verden skal lytte til, eller en stor opfindelse han en dag skal præsentere for den ventende verden, hvis han fortsætter med at være god. Gladeligt rækker han ud efter profetens kappe, og med urokkelig tro på sin kapacitet, sin evne til at påvirke tusinder, selv når han er temmelig dårlig til at øve indflydelse på dem der i øjeblikket omgiver ham, forbereder han sig på at udføre sin guddommelige mission. På ét år henvendte tre »verdenslærere«, som havde studeret meditation på en eller anden skole, sig til den gruppe jeg er tilknyttet. Det gjorde de, ikke fordi de ønskede at forbedre deres meditation, men fordi de troede vi ville være lykkelige over at få dem til at »forsyne« gruppen med nogle af de mange hundrede, de skulle være behjælpelige med at frelse. Jeg måtte høfligt takke nej til æren, de forsvandt og ingen har siden hørt mere fra dem. Verden venter stadig på dem. Der er absolut ingen tvivl om deres oprigtighed. De troede på det de sagde. Men der er heller ikke tvivl om at de var udsat for et sansebedrag. Alle er vi i fare for at blive vildledt netop på denne måde, når vi begynder at meditere, hvis ikke det skelnende sind er på vagt, eller vi har en hemmelig længsel efter at være åndeligt set betydningsfulde eller lider af et mindreværdskompleks, som der må tages hånd om. Endnu en grund til sansebedraget kan være, at disse mennesker måske *har* opnået en virkelig kontakt med sjælen. De har fået et glimt af dens alvidenhed og mister fodfæstet ene

og alene på grund af selve det under, der hidrører fra den berørte vision og viden. Men de overvurderer deres evner; sjælens instrument er helt ude af stand til at magte kravene; der er områder af deres liv, som lyset ikke må skinne på; der er hemmelige fejl, som de kender til, men ikke kan stille noget op imod; der er begæret efter berømmelse og magt; der er ambition. Endnu er de ikke sjælen i virksom aktivitet. De har blot haft en vision af en mulighed. Herefter bryder de sammen, fordi de ikke kan se personligheden som den er.

Men lad os på trods af den oven for beskrevne sandhed alligevel altid huske på, at det virkelig *er* den sande videndes privilegium at arbejde i det tættest mulige samarbejde med menneskehedens vejledere, men at det ikke var den samarbejdsmetode der narrede aspiranten. Først når vi begynder bevidst at fungere som sjæle, og kun når vi er travlt optaget af selvforglemmende tjeneste – en tjeneste der er selv-igangsat og udføres fordi sjælen er gruppebevidst og fordi det er sjælens natur at tjene – vil vi få en sådan kontakt. Kristus er Guds søn og fuldt og helt i aktivitet, den »ældste i en stor familie af brødre«. Han har en bevidsthed, hvis rækkevidde er universel, og gennem ham strømmer Guds kærlighed, og Guds hensigt sker fyldest. Han er alle mestres mester og lærer for både engle og mennesker. Når han og dem der samarbejder med ham finder en aspirant, som med selvdisciplin er optaget af at udføre det nødvendige arbejde og er pålidelig og samvittighedsfuld i sin stræben, ser de efter om lyset i ham har nået det punkt, »hvor det stråler ud«. Finder de én, der er så optaget af at tjene sine medmennesker, at han ikke søger nogen vidunderlige kontakter for sig selv og ikke er interesseret i at blive klappet på ryggen og få sin stolthed og selvtilfredshed næret på denne måde, så vil de måske afsløre det arbejde for ham, som han inden for sin egen indflydelsessfære kan udføre for at fremme den guddommelige plan. Men han må begynde dér hvor han er; han må først og fremmest demonstrere det i hjemmet eller på arbejdet; han må vise sit værd i de små ting, før det er sikkert at betro ham de større. Den groteske selvhøjtidelighed i nogle af de

skriverier, der handler om forfatterens psykiske kontakter, er næsten utrolig. De mangler i hvert fald humoristisk sans.

Pointen som enhver meditationsstuderende altid skal huske er, at al viden og vejledning overføres til sindet og hjernen af menneskets egen sjæl; det er sjælen der oplyser hans vej. Menneskehedens lærere og mestre arbejder gennem sjæle. Dette kan ikke gentages ofte nok. Derfor bør alle aspiranternes primære pligt være den perfekte gennemførelse af meditation, tjeneste og disciplin, og han bør ikke forsøge at komme i kontakt med en stor sjæl. Det er måske ikke så interessant, men det beskytter ham mod illusion. Gør han det, vil de større resultater komme af sig selv. Skulle et syn derfor vise sig for ham og et væsen komme med banale udtalelser, bør han bruge den samme dømmekraft som han ville gøre brug af i sit erhverv eller i dagligdagen over for et menneske, der kom og sagde til ham: »Der hviler en stor opgave på dine skuldre, du klarer dig godt. Vi ser og ved osv. osv.« Han vil sandsynligvis le højt og fortsætte med den aktivitet eller opgave han er i gang med.

En anden virkning af meditation – og en der i øjeblikket er meget udpræget – er strømmen af såkaldt inspirerede skrifter, der udgives alle vegne og kræver at blive taget højtideligt. Mænd og kvinder har travlt med at skrive automatisk, inspireret og profetisk og med at videregive offentligheden resultatet af deres anstrengelser. Disse skrifter udmærker sig ved visse fælles træk og kan forklares på adskillige måder. De udspringer af mange forskellige indre kilder. De er påfaldende ens, de vidner om en kærligt aspirerende ånd, de siger intet nyt, men gentager hvad der ofte er sagt før, de er fulde af meddelelser og vendinger, som knytter forbindelsen til mystikernes skrifter eller den kristne lære. De kan indeholde profetier om fremtidige hændelser (sædvanligvis sørgelige og forfærdelige, men sjældent – om nogen sinde – glædelige), de er velbehagelige for forfatteren og får ham til at føle sig som en stor og vidunderlig sjæl, og generelt er de – heldigvis – uskadelige. Der er utallige af dem, og de bliver yderst trættende efter at man har kæmpet sig igennem blot nogle få af manuskripterne. Enkelte af dem er afgjort

destruktive. De forudsiger store og pludselige naturkatastrofer og avler frygt i verden. Men selv om forudsigelserne skulle vise sig at være sande, er man fristet til at spørge, om der opnås noget ved at skræmme folk, og om det ikke er mere konstruktivt at indpode mennesker en forståelse af deres udødelige skæbne end at fortælle dem, at de vil drukne i en tidevandsbølge eller forsvinde i den katastrofe, der sletter netop deres by fra kortet. Hvad er disse skrifter: gode og uskyldige eller skadelige, destruktive og undergravende for den offentlige orden? De falder groft sagt i to kategorier. For det første er der skrifterne af de sensitive sjæle, der kan stille ind – igen på psykiske niveauer – på størstedelen af mystikernes aspirationer, længsler og ideer til alle tider eller på lignende måde kan stille ind på tidsaldrenes frygt, den racemæssige og nedarvede frygt eller på den frygt, der fremkaldes af de herskende forhold i nutidens verden. Dem registrerer de, skriver ned og deler rundt til deres venner. Til denne kategori hører også skrifterne af dem der er sensitive på en mere mental måde eller kan stille telepatisk ind på den mentale verden; de er modtagelige for en eller anden kraftfuld tænkens sind eller for den religiøse verdens ophobede ideer; på de mentale niveauer registrerer de massernes frygt, had og separatisme. Hvad enten det registrerede materiale er godt eller dårligt, om det er glædeligt – hvad det sjældent er – eller uheldsvangert, om det er bærer af frygtens og varslernes vibrationer, så er det alt sammen psykisk stof og er på ingen måde nogen indikation af sjælens åbenbarende kvalitet. Profetierne i Daniels bog og Johannes åbenbaring har været ansvarlige for opbygningen af en frygtens og terrors tankeform, som har ført til mangfoldige skrifter af psykisk natur. Den organiserede religions eksklusivitet har fået mange til at udskille sig fra resten af menneskeheden og se sig selv som Herrens udvalgte med kristusmærket i panden. Derfor indtager de den holdning, at de er i sikkerhed, og at resten af verden må gå til grunde, medmindre den kan bringes til at fortolke sandheden og fremtiden i den salvedes og udvalgtes specielle terminologi.

For det andet kan disse skrifter være tegn på en

selvudviklingsproces og en metode, hvormed den indadvendte mystiker kan blive udadvendt. Forfatteren tapper måske af sin egen rigdom af underbevidst viden, som han har samlet gennem sin læsning, tænkning og kontakter. Hans sind har registreret og opmagasineret meget, som han forbliver fuldstændigt uvidende om i årevis. Så begynder han at meditere, og pludselig tapper han sin egen naturs dybder og trænger ind i sin egen underbevidstheds ressourcer og ind til informationer, der er sunket ned under hans almindelige bevidsthedstærskel. Han begynder at skrive flittigt. Hvorfor han skulle opfatte disse tanker som hidrørende fra Kristus eller fra en stor læremester er en gåde. Det nærer rimeligvis hans stolthed – igen temmelig ubevidst – at føle sig som en kanal Kristus kan kommunikere igennem. Her taler jeg ikke om hovedparten af den automatskrift, som er så populær nu. Jeg går ud fra, at den meditationsstuderende nægter at have noget at gøre med den form for farligt arbejde. Ingen sand aspirant vil i sin stræben efter at blive sin egen mester overlade tøjlerne eller underkaste sig kontrollen af noget væsen overhovedet, inkarneret eller diskarneret, og han vil heller ikke i blinde overgive sig til en hvilken som helst kraft. Farerne ved denne form for arbejde er kun alt for velkendte og har sendt så mange mennesker i psykopatforvaring eller har nødvendiggjort, at de blev befriet for besættelser eller fra »idées fixes«, at der ikke er nogen grund til at jeg uddyber dette nærmere.

Nu kunne man stille det relevante spørgsmål, hvordan man kan skelne mellem den sande videndes virkeligt inspirerede skrifter og de mængder af litteratur, som oversvømmer publikums tanker i denne tid? For det første vil jeg sige, at de virkeligt inspirerede skrifter vil være helt uden referencer til forfatteren selv; de vil anslå en kærlig tone og være fri for had og racemæssige barrierer; de vil videregive en bestemt viden og have en undertone af autoritet ved deres appel til intuitionen; de vil følge analogiloven og passe ind i verdensbilledet; og frem for alt vil de være præget af den guddommelige visdom og føre menneskeheden endnu et lille skridt videre. Om teknikken:

forfatterne af den form for lære vil besidde en virkelig forståelse af de anvendte metoder. De vil have mestret processens teknik, de vil være i stand til at beskytte sig mod illusion og fra personlighedens indtrængen og de vil have et praktisk kendskab til det apparat de arbejder med. Hvis de modtager undervisning fra diskarnerede væsner – og fra store mestre – vil de vide hvordan den skal modtages og dernæst vide alt om den budbringer, der overfører læren.

Menneskehedens sande tjenere og de der gennem meditation har opnået kontakt med sjælens verden har ingen tid til banaliteter; disse kan trygt overlades til denne verdens eftersnakkere; de har alt for travlt med at tjene konstruktivt til at kere sig om at iføre sig gevandter, der blot er et dække for deres stolthed; de er ikke interesseret i andres smiger, hverken inkarneredes eller diskarneredes, og de er kun optaget af deres egen sjæls anerkendelse og er levende interesseret i verdens pionerarbejde. De undlader at gøre noget der fremmer had og separatisme eller skaber frygt. Det er der kun alt for mange mennesker i verden der er parat til. Hvor de end kommer hen vil de nære kærlighedens flamme; de underviser i den sande betydning af broderskab og ikke i et system, der prædiker broderskab for et fåtal og udelukker resten. De anerkender alle mennesker som gudesønner og sætter ikke sig selv op på en piedestal af retfærdiggørelse og viden, hvorfra de proklamerer sandheden som de ser den og dømmer alle dem til undergang, som ikke opfatter tingene som de gør eller ikke handler som de synes de bør gøre ved at holde dem uden for fællesskabet; de anser ikke én race for bedre end en anden, skønt de måske anerkender evolutionsplanen og det arbejde, den enkelte race skal udføre. De vil, kort fortalt, være optaget af at opbygge menneskers karakter og ikke spille tiden med at nedbryde personligheder eller beskæftige sig med virkninger og resultater. De arbejder i årsagernes verden og formulerer principper. Verden er fuld af dem der bryder ned, som nærer det nuværende had og uddyber skellene mellem racer og grupper, mellem rig og fattig. Må den sande meditationsstuderende huske på, at

når han skaber en kontakt med sin sjæl og bliver ét med virkeligheden, træder han ind i en tilstand af gruppebevidsthed, som nedbryder alle barrierer og ikke lader nogen af Guds sønner uden for sit kundskabsområde.

Det er muligt at nævne andre former for illusion, for den første verden aspiranten kommer i kontakt med synes sædvanligvis at være den psykiske verden, og det er illusionens verden. Denne illusionsverden har sine nyttige sider, og at træde ind i den er en højst værdifuld oplevelse under den forudsætning, at kærlighedens og uselvskhedens lov bringes med, og at alle de etablerede kontakter er underkastet det skelnende sind og almindelig sund fornuft. Alt for mange aspiranter mangler sans for humor og tager sig selv alt for højtideligt. De synes at efterlade deres sunde sans, når de træder ind i et nyt fænomenområde. Det er nyttigt at registrere det set og hørte og så glemme alt om det indtil tidspunktet kommer, hvor vi begynder at virke i sjælens rige. Så vil vi ikke længere være interesseret i at huske det. Vi må også undgå personlige anliggender og stolthed, for de har ingen plads i sjælens liv, som er styret af principper og kærlighed til alle væsner. Hvis disse ting udvikles, er der ingen fare for at den meditationsstuderende kommer ind på et sidespor eller forsinkes; uundgåeligt vil han en dag træde ind i den verden om hvilken det siges: »intet øje har set og intet øre har hørt hvad Gud har beredt for dem, der elsker ham«, og tidspunktet afhænger af hans ihærdighed og tålmodighed.

Den anden slags vanskelighed vi bør tage i betragtning er den der kan fortolkes med ord fra energiens verden.

Studerende klager jævnlige over overstimulering og en så kraftig energi, at de synes de er ude af stand til at håndtere den. De fortæller os, at når de forsøger at meditere, har de en tilbøjelighed til at bryde i gråd eller blive overdrevent rastløse; de har perioder med intens aktivitet, hvor de ser sig selv løbe hid og did mens de tjener, taler, skriver og arbejder, så at de til sidst ender med at gennemleve en voldsom reaktion, nogle gange grænsende til nervesammenbrud. Andre klager over smerter

i hovedet, over hovedpine opstået umiddelbart efter meditationen eller over en ubehagelig vibration i panden eller struben. De opdager også, at de ikke sover så godt som tidligere. De er faktisk overstimulerede. Nervesystemet bliver påvirket gennem de fine og tynde »nadier«, som ligger bag nerverne og som vi tidligere har omtalt. Disse vanskeligheder er begynderens vanskeligheder i meditationsvidenskaben, og de må behandles omhyggeligt. Bliver de håndteret korrekt forsvinder de hurtigt, men ignorerer man dem kan de føre til alvorlige vanskeligheder. Den oprigtige og interesserede aspirant er på dette stadium i sig selv en vanskelighed, for han er så ivrig efter at mestre meditationsteknikken, at han overser de regler der stilles op for ham og i stedet går sine egne veje, på trods af alt hvad læreren siger eller de advarsler han får. I stedet for at holde sig til den forskrift på femten minutter han har fået, forsøger han at forcere fremgangen og tage tredive minutter. I stedet for at følge sit meditationsskema, som er udformet på en sådan måde, at det tager femten minutter at gennemføre det, forsøger han at holde koncentrationen så længe som muligt, og på det højeste punkt af sine bestræbelser glemmer han, at han på dette stadium i sin træning lærer at *koncentrere* sig og ikke at meditere. Så derfor lider han, får nervesammenbrud eller anfald af søvnløshed, og hans lærer får skylden og videnskaben bliver anset for at være farlig. Og dog er det hele tiden ham selv, der har skylden.

Når nogle af disse primære vanskeligheder dukker op, bør meditationsarbejdet midlertidigt høre op eller reduceres. Hvis tilstanden ikke er tilstrækkelig alvorlig til at berettige en fuldstændig indstilling af arbejdet, bør man foretage en nøje observation af, hvortil de indstrømmende energier synes at løbe i det menneskelige legeme. Under meditationen tappes der energi, og den vil finde vej til en eller anden del af mekanismen.

Hos *mentale* typer eller i de tilfælde, hvor personen allerede har en vis evne til at »samle bevidstheden« i hovedet, er det hjernecellerne der bliver overstimulerede, hvilket medfører hovedpine, søvnløshed, mæthedsfornemmelse eller en



forstyrrende vibration mellem øjnene eller i selve issen. Nogle gange er der en fornemmelse af et blændende lys, som et pludseligt glimt af et lyn eller elektricitet, der registreres når øjnene er lukkede og lige godt i mørke som i lys.

Hvis det sker, bør meditationsperioden reduceres fra femten minutter til fem, eller der bør mediteres på skiftende dage, indtil det tidspunkt, hvor hjernecellerne har tilpasset sig den nye rytme og den kraftigere stimulering. Der er ingen grund til bekymring, hvis man på fornuftig vis anvender sin dømmekraft og følger lærerens råd; men skulle den studerende på dette tidspunkt begynde at forcere sin meditation eller forøge dens længde, lægger han op til en god portion vanskeligheder for sig selv. Igen kommer den sunde fornuft ind i billedet, og med den kortere varighed og gennemførelsen af en beskeden meditation hver dag, burde det være muligt hurtigt at bringe arbejdet tilbage til det normale. Vi har haft studerende med sådanne lidelser, men ved at adlyde foreslåede regler og ved at bruge den sunde fornuft kan de nu foretage deres tredive minutters eller en times meditation dagligt.

Hos *emotionelle* typer mærkes vanskelighederne først i området omkring solar plexus. Den studerende opdager, at han har tilbøjelighed for irritabilitet, ængstelse og bekymring, og især for kvinders vedkommende ses der også en tilbøjelighed til let at briste i gråd. Sommetider er der en tendens til kvalme, for der er et nært forhold mellem følelsesnaturen og maven, hvilket ses af den hyppighed hvormed opkastning forekommer i tilfælde af chok, frygt eller stærke følelser. De samme regler gælder som i det første tilfælde: sund fornuft og en forsigtig og mindre forceret meditation.

Man kunne her nævne et andet resultat af en overstimulering. Folk opdager at de bliver alt for sensitive. Sanserne kommer på overarbejde og alle deres reaktioner bliver heftigere. De »påtager sig« de fysiske eller psykiske tilstande, der råder hos dem de lever sammen med; de opdager at de er »helt åbne« for andre menneskers tanker og sindsstemninger. Denne tilstand kureres ikke ved at afkorte meditationsperioderne – de bør

fortsætte som planlagt – men ved at blive mere mentalt interesseret i livet, i tankeverdenen, i et eller andet emne der kan medvirke til at udvikle den mentale kapacitet og derved fremkalder evnen til at leve i hovedet og ikke i følelsernes område. Målrettet opmærksomhed på livet og dets problemer samt en kraftigt virkende mental beskæftigelse vil føre til helbredelse. Det er netop grunden til, at kloge meditationslærere lægger vægt på læsning og studier sideløbende med meditationen for på denne måde at bevare de studerendes ligevægt. En afrundet udvikling er altid påkrævet, og et trænet sind bør ledsage væksten i det åndelige liv.

Der er en tredje kategori af uønskede resultater som man ikke bør overse. Mange meditationsstuderende klager over, at deres seksuelle liv er blevet voldsomt stimuleret og giver dem store vanskeligheder. Vi er stødt på sådanne tilfælde. Ved nærmere undersøgelse opdager man sædvanligvis, at disse studerende er mennesker hvis dyriske natur er meget stærk, at de har ført et aktivt og ureguleret seksualliv, eller at deres tanker er meget optaget af det seksuelle, selv om de lever et fysisk kontrolleret liv. Man opdager ofte et stærkt mentalt kompleks over for det seksuelle, og mennesker, der i øvrigt anser det for at være forkert at føre et unormalt seksualliv eller praktisere perversioner, beskæftiger sig mentalt med det seksuelle eller diskuterer det hele tiden og lader det spille en overdreven rolle i deres tankeliv.

Enkelte yderst respektable mennesker er også fast overbevist om, at cølibat altid skal gå hånd i hånd med det åndelige liv. Kunne det ikke tænkes, at det sande cølibat, som de gamle regler sætter højt, drejer sig om sjælens – eller det åndelige menneskes – holdning til verden, kødet og djævelen, som vore kristne skrifter formulerer det? Mon ikke det sande cølibat har at gøre med vor afstandtagen fra enhver tilsynekomst af det onde? Det kan for et menneske indebære vedkommendes afholdenhed fra alle seksuelle relationer for at det over for sig selv kan demonstrere sin kontrol over den dyriske natur; i andre tilfælde kan det fx dreje sig om at afholde sig fra al sladder og løs snak.

Der er intet syndigt i ægteskab, og det er sandsynligvis løsningen for mange som ellers ville føre et urimeligt aktivt mentalliv med hensyn til seksualitet. Her er det selvfølgelig unødvendigt at tilføje, at den sande meditationsstuderende ikke bør tolerere tilfældige eller uægteskabelige seksuelle forbindelser i sit liv. Aspiranten til det åndelige liv retter sig ikke kun efter det åndelige riges love, men også efter sin tidsalders accepterede sædvaner. Han tilrettelægger derfor sit fysiske hverdagsliv på en sådan måde, at den jævne mand opfatter moralen, retskaffenheden og rigtigheden i hans fremstillinger over for verden. Et hjem der hviler på et sandt og lykkeligt forhold mellem mand og kvinde – på gensidig tillid, samarbejde og forståelse, hvor der lægges vægt på det åndelige livs principper – er et af de fineste bidrag man kan give verden på nuværende tidspunkt. Et forhold der baseres på fysisk tiltrækning og tilfredsstillelse af den seksuelle natur og som primært sigter mod at misbruge den fysiske natur til dyrisk begær er ondt og forkert. Hvis målet med vor stræben er at vise den i formen iboende Gud, er intet bevidsthedsniveau mere guddommeligt end noget andet, og guddommelighed kan udtrykkes i alle menneskelige forhold. Hvis en gift mand eller kvinde ikke kan opnå illumination og nå målet, så er der noget galt, og det vil sige, at der er mindst ét udtryksplan hvor guddommelighed ikke kan udtrykke sig. For at sige det på en måde, der kan lyde blasfemisk, men som vil sætte os i stand til fatte det formålsløse i disse tanker: Gud lider nederlag i et område af sit rige.

Dette punkt er behandlet så bredt, fordi så mange mennesker, især mænd, mener, at den dyriske natur kræver opmærksomhed, når de begynder at meditere. De opdager ukontrollerede begær i sig og fysiske virkninger, der forårsager akutte vanskeligheder og modløshed. En person kan være i besiddelse af en høj aspiration og en stærk tilskyndelse til åndelig levevis og alligevel have sider i sin natur, der ikke er under kontrol. Den energi der strømmer ind under meditation strømmer ned gennem systemet og stimulerer hele det seksuelle apparat. Det svage punkt bliver altid opdaget og stimuleret.

Kuren mod denne situation kan sammenfattes med ordene: kontrol over tankelivet og forvandling. En intens mental optagethed og interesse bør fremelskes i andre retninger end den mindste modstands vej – den seksuelle. Der bør hele tiden være en bestræbelse på at holde kontakten med energien i hovedet og tillade den at udvikle sig gennem en skabende aktivitet. Østens lære fortæller os, at energi – der sædvanligvis er rettet mod seksuallivets funktion – skal løftes og overføres til hovedet og struben – især sidstnævnte – da den, som det fortælles os, er centret for skabende arbejde. For at udtrykke det med vestlige termer betyder det, at vi lærer at omdanne energien, der bruges i forplantningsprocessen eller i seksuelle tanker, og bruge den kreativt i skrift, i kunstneriske udfoldelser eller i en form for gruppeaktivitet. Den nyere tids tendens til at se den målrettede tanker og rent mentale type undgå ægteskab – idet han ofte lever et liv i rent cølibat – kan være et bevis på sandheden i Østens holdning. Det er årsag til en hel del bekymring hos dem der studerer vort faldende fødselstal. Forvandling er ikke kun afslutningen på en aktivitet eller en funktions ophør på ét bevidsthedsniveau til fordel for et højere. Den er den rette anvendelse af energiens forskellige aspekter på de områder selv et fornemmer den bør anvendes for at fremme evolutionens mål og hjælpe Planen. Det af sjælen oplyste sind bør være den kontrollerende instans, og hvis vore tanker er retlinede og vi lever et hæderligt liv, idet vi løfter alle vore tanker og energier til de »himmelske steder«, vil vi løse vore problemer gennem udviklingen af en åndelig normalt tilstand, som der i øjeblikket er så hårdt brug for, især blandt aspiranter og esoteriske studerende.

Det vil måske også være på sin plads – før dette kapitel afsluttes – at henvise til de farer mange elever udsætter sig for, hvis de reagerer på deres lærers opfordringer til at »sætte sig til udvikling«. De lærer her at meditere på et eller andet energicenter – sædvanligvis solar plexus, sommetider hjertet, mærkeligt nok aldrig hovedet. Meditation på et center bygger på loven om at energi følger tanke, og den fører til en direkte stimulering af

dette center med påfølgende demonstration af de særlige kendetegn, som disse brændpunkter – spredt som de er ud over hele menneskelegemet – er ansvarlige for. Da de fleste mennesker primært fungerer gennem de samlede energier der ligger under mellemgulvet (seksual- og følelsesenergiene), er stimuleringen af dem yderst risikabel. Med dette in mente, hvorfor så løbe en risiko? Hvorfor ikke lytte til andres erfaringer? Hvorfor ikke lære at fungere som det åndelige menneske med udgangspunkt i »tronen mellem øjenbrynene«, som det så malerisk er beskrevet af de orientalske forfattere, og fra dette ophøjede sted kontrollere alle den lavere naturs aspekter og lede sin daglige tilværelse ad Guds veje.



## Afslutning

»Den iboende ånd er det længstglemte Ord,  
anråbt af den forpinte sjæls verden,  
gennem en verden af ord som er tomme og spildte.  
O, aldrig mens skygge og lys er blandet,  
skal verdens søgen efter Ordet eller dens smerte få ende.  
Og verden vil først få helet sine sår,  
når Ordet der blev kød, bliver Ordet der blev sjæl!«

ARTHUR EDWARD WAITE

Hvad bliver resultatet af al vor stræben? Personlig tilfredsstillelse eller et glædens himmerige af uendelig ro og salighed? Gud forbyde det! Vor søgen i denne verden fortsætter; fra dale og tinder lyder menneskehedens klageskrig mod selve Guds trone. Fra hjertet af Guds tempel, hvortil vi måske har kæmpet os vej, vender vi tilbage og arbejder på jorden. Vi hviler ikke på vore gerninger, før den sidste af denne verdens søgende har fundet vej hjem.

Hvad skal redde denne verden fra dens nuværende pinefulde tilstand, økonomiske nød og kaos? Hvad skal indvarsle den nye broderskabets og gruppelivets tidsalder? Hvem eller hvad vil frelse verden? Kan det ikke være fremkomsten af en aktiv gruppe praktiske mystikere, som knyttet til hinanden i fornemmelsen af guddommelig enhed arbejder med praktiske ting på jorden? De vil ikke trække sig tilbage til klostre eller til denne verdens stille steder, uanset hvor tilløkkende det måtte forekomme dem, men de vil deltage i planetens almindelige liv. De vil være de ledende erhvervsfolk i vore store byer, de vil gennemføre vore politiske programmer, de vil lede vore unge frem ad de rette uddannelsesbaner, de vil styre vore økonomiske, sociale og nationale skæbner. Alt dette vil de gøre fra deres væsens centrum og fra sjælens synspunkt, de vil kende hemmeligheden ved oplysning, de vil vide hvordan man forelægger alle problemer for sjælens alvidenhed, de vil kende den livets hemmelighed, der gør alle mennesker til brødre.

De vil erkende alle de møder som gudesønner, men de vil også kende tegnene på det oplyste menneske, og sammen med ham vil de søge at arbejde til helhedens bedste. De vil finde hinanden telepatisk og derfor arbejde tæt sammen.

Denne gruppe eksisterer allerede, og dens medlemmer er i nær kontakt med hinanden. De findes i alle verdens lande og mødes dog dagligt i sjælens rige. De taler det samme sprog, de har de samme idealer, de kender hverken hindring eller splid, de kender ikke til had eller classeskel, de sætter ingen skel mellem racerne, de ser tingene som de er. De er ikke vildfarne idealister, men de koncentrerer sig om det næste trin menneskeheden skal tage og ikke på de sidste stadier i deres egen udvikling. De arbejder både med verdslig klogskab og med åndelig indsigt. Og frem for alt samarbejder de og kommer i forbindelse med hinanden gennem den kraft der er i en forenet anstrengelse.

Denne integrerende gruppe af mystikere og vidende er verdens håb og indstifter verdensfrelseren. De er hævet over alle trosretninger og teologier, de arbejder inden for alle den menneskelige stræbens områder – det videnskabelige område, det politiske, religiøse, uddannelsesmæssige og filosofiske område. De er hverken interesseret i terminologier eller i at spille tid på at forsøge at påtvinge andre deres yndlingsteorier, deres særegne udtryksmåder eller deres særlige tilnærmelse til sandheden. De erkender den sandhed, der ligger bag alle udtryksformer, og er kun interesseret i broderskabets principper, i at lægge vægt på det væsentlige og i at leve åndens liv i hverdagens verden.

De kender meditationens betydning og de er med os nu. Det er vort privilegium at slutte os til dem ved at underkaste os meditationens teknik, det disciplinerede hverdagsliv og indflydelsen fra det rene motiv – TJENESTE.



## Den store invokation

Fra lysets kilde i Guds sind

lad lys strømme ind i menneskers tanker  
lad lyset komme til jorden.

Fra kærlighedens kilde i Guds hjerte  
lad kærlighed strømme ind i menneskers hjerter  
må Kristus komme til syne på jorden.

Fra centret hvor Guds vilje er kendt  
lad hensigt lede menneskers små viljer  
den hensigt mestrene kender og tjener.

Fra centret vi kalder menneskeheden  
lad Planen for kærlighed og lys fuldbyrdes  
må den forsegle døren til det onde.

Lad lys og kærlighed og kraft  
genoprette Planen på jorden.

Denne invokation eller bøn tilhører ikke nogen person eller gruppe, men hele menneskeheden. Skønheden og styrken i denne påkaldelse ligger i dens enkelhed og deri, at den udtrykker visse centrale sandheder, som alle mennesker naturligt og normalt accepterer – eksistensen af en oprindelig intelligens, som vi vagt kalder *Gud*; at den bevægende kraft bag det synlige univers er *kærlighed*; at en stor individualitet, som de kristne kalder *Kristus*, kom til jorden og legemliggjorde denne kærlighed, så vi kunne forstå den; at både kærlighed og intelligens er virkninger af det, som kaldes *Guds vilje*; og endelig den selvindlysende sandhed, at det kun er gennem *menneskeheden* selv, at den guddommelige plan kan virkeliggøres.

*Alice A. Bailey*



# Register

## A

- Abstraktion –
  - proces i hovedet, resultat, 147
  - ret, definition, 146
  - under meditation, faser, 147
- Aspiration –
  - definition, 64-65
  - stadium, tre dele, resultater, 67-68

## B

- Begær, transcenderes, 76
- Bevidsthed –
  - fokuseret i hovedet, 146-147, 147-148
  - menneskelige stadier, 28
- Bhagavad Gita*, citater, 53, 56, 70, 77
- Billeddannende evne, anvendelse under meditation, 142
  - Se også*: Forestillingsevne
- Blavatsky, H. P., citater, 96, 163
- Browning, Robert, citat, 59
- Buddhisme –
  - kinesisk, metode, 129-131, 135
  - tibetansk, metode, 128-129, 135
- Bøn, modsætning til meditation, 47-49

## C

- Clairvoyance, natur, 61
- Cosmic Fire*, citat, 79-81
- Cølibat, sandt, 178-179

## E

- Ekstase –
  - definitioner, 117
  - frembringelse, 112, 117
- Emotionelt legeme, funktioner, 43
- Energi, manifestationer, 166, 175-180
- Enhed –
  - følelse af, udvikles, 41
  - isoleret, tilstand af, 132
  - mellem –
    - højere og lavere selv, 52
    - sjæl og personlighed, 39
  - videnskab om, 62
  - Se også*: Forening

## F

- Farer, ved at praktisere meditation, 76-77, 94, 158, 167, 173, 180
  - Forening –
    - med –
      - det universelle, 58-59
      - Gud, 127
      - mellem sjælen og dens redskaber, 47, 57-58
      - metoder til, i meditation, 153
      - vej, definition, 52
      - videnskab om, krav, 59
      - Se også*: Enhed
    - Forestillingsevne, anvendelse under meditation, 154-155
  - Form – Former –
    - afvisning af, 54-55
    - herlighed skjult bag, 55
    - opbygning, 166
    - sjæl i, 39
    - virkeligheden bag, 81
  - Forvandling –
    - af –
      - energi, 179-180
      - instinkter, 57-58
    - definition, 57
  - Frelser, verdens, 181-182
  - Frigørelse, sjælens, 68
  - Følelser, kontrolleres af sindet, 145
- ## G
- Gruppe –
    - bevidsthed, 115, 139-140, 170
    - mystikere, praktiske, instifter verdensfrelseren, 181-182
  - Gud – Guds –
    - afsløring af hensigt, 86
    - erkendelse, metode, 110
    - ét med, 52
    - findes, under meditation, 126
    - forening med, opnås, 127, 131, 135
    - målet med uddannelse, 54
    - rige –
      - indtræden i, 87
      - realitet, forvisning om, 123

se, i lys, 60  
viden om, 58  
Guddom, åbenbaring af, 42

## H

Handlingsforløb, fem faktorer, 77  
Helhed, identifikation med, 135-136  
Hjerne –  
  anvendelse under meditation,  
    145-148  
  berøringspunkter, 114, 118,  
    119-120  
  celler, overstimulerede, afhjæl-  
    ping, 176  
  centrere sig i, 75, 147  
  funktioner, 72, 74, 77, 86  
  kontrolleret af sindet, 141  
  koordination med –  
    sind, 88  
    sind og sjæl, 125-126, 141  
  modtager indtryk fra sjæl, 72-73  
  og sjæl, sind formidler mellem,  
    62  
  oplysning, 170  
Hukommelsestræning, nuværende  
  metoder, supplement, 7  
Hypofyse –  
  funktioner, 114, 145, 146, 147  
  vibrerer unisont med pineal-  
    kirtel, 147  
Hæmning, fare ved, 76-77

## I

Idé – Ideer –  
  definition, 164  
  tilføres energi, 166  
Identifikation, under meditation,  
  79, 81  
Illumination –  
  af sind og hjerne, kilde, 117-  
    118, 170-171  
  definitioner, 69, 104, 107, 108-  
    109  
  opnå, 105-106, 110-111  
  resultater –  
    astrale, 112  
    fysiske, 112  
    mentale, 111-115  
  Se også: Oplysning

Illusion –  
  former, 168-170, 171-173, 174-175  
  verden af, 61  
Inspiration –  
  definition, 69  
  frembringes, 127  
Instinkt –  
  forvandling, 57-58  
  i forbindelse med undervisning,  
    21-22  
  natur, 23  
Intuition –  
  definitioner, 22, 113, 114  
  natur, 126  
  nå frem til, 9  
  og instinkt, 22-23  
  relation til –  
    illumination, 111, 112  
    sindet, 22, 125-126  
  spørgsmål, 12-13  
  tilstedeværelse, 23  
  udvikles gennem undervisning, 25

## K

Koncentration –  
  definition, 68, 73, 74  
  stadium, 69-75  
  udvikling, måder, 74-75, 142-  
    143, 157-158  
  øvelser, resultater, 75  
Kontemplation –  
  beskrivelse, 95-96  
  definitioner, 69, 97, 98-99  
  sindet som formidlende redskab,  
    96  
  stadium, 92-101  
  stiger op til den »Højeste«, 61-62  
  virkninger, 115  
Kristendom, metode, 134-135  
Kristus –  
  Guds søn, 170  
  iboende, betydning, 67

## L

*Light of the Soul*, citat, 58  
Loven om genfødsel, 33, 39  
Lydighed, mod mesteren, 67  
Lys –  
  fra iboende Guds søn, 59

- Gud i, se, 60  
i hovedet –  
beskrivelse, 119-120  
erkendelse, 118-119  
frembringelse, 147-148, 151  
glorie, 120  
opståen, 104, 120, 148
- Lære, Den hemmelige*, citat, 96  
Lærere, funktioner, 16, 28, 31-32
- M**
- Magnetisk felt, mellem sjæl og personlighed, 147-148
- Meditation –  
betydning i undervisning, 7  
definitioner, 32, 52, 54, 56, 58, 69, 140-141  
farer, 76-77, 94  
forberedelse til, 54  
formål, 60-62, 63, 86  
forudsætninger før, 67-68  
forvandler sindet, 81, 91-92  
grundlæggende sondringer og skelnen, 73-74  
i undervisning, 32  
lære, regler, 166-180  
med sædtanke –  
metode, 76, 90-92  
resultater, 78, 79, 81, 91-92  
modsatning til bøn, 47-49  
mål, 38, 47, 164  
omdannelsesproces gennem, 39  
praksis –  
begynde, 137-138, 142-143  
daglig, beskrivelse, 149-162  
forudsætninger, 164-165  
redskab, 11  
relation til undervisning, 24  
resultater –  
fysiske, 145-146  
i Østen, 33-34  
opdagelse af enhed, 42, 83  
oplysning, 55  
psykologiske og fysiologiske, 145-148  
sjælskontakt, 46, 47  
viden, 58  
transcendentale, 123-127  
selve processen, 76-81
- stadier, 64-65, 68-121  
styret proces, 56, 59  
tapper det underbevidste, 172-173  
teknik, mestres, 137, 142-143  
uden sædtanke, stadier, 93  
videnskab, basis, 37  
vigtighed, 46  
virkninger, på –  
følelsesnatur, 145  
hjerne, 145-146  
området omkring –  
hypofyse, 146, 147  
pinealkirtel, 146-147  
sind. *Se:* Sind  
åbenbaring gennem, 51, 56
- Menneske –  
definition, 55  
evolutionær udvikling, 88  
guddommelighed, 49
- Menneskeheden –  
fremtid, 11  
føres ind i åndens rige, 26
- Mental –  
disciplin, selvpålagt, 32  
træning, 32, 34-35  
*Se også:* Sind
- Mentallegeme, udvikling, 43-44  
*Se også:* Sind
- Mesteren –  
arbejde med disciple, 170-171  
i hjertet, forklaring, 67  
lydighed mod, 67
- Milarepa, 83
- Mystiker – Mystikere –  
beskrivelse, 15, 16  
beskæftigelse, 61  
definition, 49  
frembringes, 49  
mål, 30-31  
praktiske, 36, 181-182  
søgen, 107  
to typer, 15
- Mystisk stræben, mål, 42
- N**
- Nirvana, opnå, 130
- O**
- Oplysning –

- opnå, 60, 107-108  
 resultater –  
   astrale, 116  
   fysiske, 118-120  
   mentale, 104-105  
   åndelige, 121, 124-127  
*Se også:* Illumination  
 Ord, der blev kød, definition, 67  
 Orientering, hen imod sjæl, 48, 62  
 Oversjæl, fragmenter af, 40  
 Overstimulering, symptomer og  
 afhjælpning, 175-180  
 Ovn, gloende, symbolsk fortolk-  
 ning, 65-66
- P**  
 Patanjali om –  
   absorption i virkeligheden, 95  
   alvidenhed, 106  
   bevidsthed om selvet, 55, 106  
   forening med sjæl, 47, 64  
   illumination, 106  
   isoleret enhed, 132-133  
   koncentration, 73  
   målrettethed, 77  
   oplysning, 60, 133  
   personlighedsfølelse, 124  
   åndelig læsning, 66-67  
 Personlighed –  
   aspekter, 124-125  
   definition, 39  
   integreret, transcenderes, 52  
   kontrolleret af sjælen, 39  
   koordinering, 45  
 Pinealkirtel –  
   funktioner, 114, 145, 146, 147  
   område, tilbagetrækning af be-  
   vidsthed til, 147  
   vibrerer unison med hypofyse, 147  
 Planen –  
   kontakt med, måde, 164  
   tjeneste for, 170  
 Psykisk natur, betvinge, resultat, 47
- R**  
 Race, ny, kvalitet, 127-128  
 Religion –  
   definition, 25  
   og videnskab, 16, 30-31
- S**  
 Samvittighedens stemme, 67  
 Sandheder, transcendent, direkte  
 erkendelse af, 123-124  
 Sansesaktivitet, virkning af medita-  
 tion, 147  
 Sansesbedrag, udsat for, 169  
 Sanser, fem, syntese i sjette, 147  
 Seksualliv, overstimulering ved medi-  
 tation, afhjælpning, 177-180  
 Selv –  
   det virkelige, viden om, opnå,  
   47, 123-124  
   og ikke-selv, 155  
 Selvdisciplin, 32, 39, 46  
 Selvskoling, gennem meditation, 32,  
 44-46  
 Selvudvikling, mål, 27-28, 29-30  
 Sensitivitet, usædvanlig, sympto-  
 mer og helbredelse, 177  
 Shadrach, meshach og abednego,  
 symbolik, 65-66  
 Sind – Sindet – Sindets –  
   anvendelse under meditation,  
   87, 131  
   brugt med vilje, 84-85, 87, 98  
   definitioner, 70-71, 74  
   faktor i meditation, 52, 56, 58,  
   59, 60, 62  
   fastholdt i lyset, 108, 109  
   fokuseres, 87, 107  
   holdes passivt, 99  
   illumination, 104  
   inaktivitet, farlig, 76-77  
 kontrol –  
   resultater, 141, 164  
   under –  
     kontemplation, 107-108  
     meditation, 32, 90-91, 107-  
     108, 141, 155-156, 158  
   ved hjælp af –  
     intuition, 22  
     sjæl, 141, 145  
 koordination med hjerne og  
 sjæl, 125-126, 141  
 natur, 84  
 nyorientering, 44-45, 87  
 oplysning, 170  
 orienteres mod sjæl, 48, 62

- redskab for sjælen, 98, 99-100  
 registrerer guddommelighed, 85, 87  
 skoling, 7-8, 10  
 styres og ledes, 114  
 transcenderes under meditation,  
 81, 91-92  
 trænet og udviklet, værdifuldt,  
 164-165  
 træning, 74-75  
 universelt –  
 kendetegn, 86, 111  
 kontakt med, 115  
 virkninger af –  
 illumination, 111-112, 115  
 meditation, 92, 145, 147,  
*Se også: Mentallegeme; Tanke*  
**Sjæl – Sjæls –**  
 aktivitet, 32, 74  
 arbejde under meditation, 73-74,  
 78-79  
 bevidstgørelse om, 36  
 definitioner, 39-41, 58  
 enhed med, opnå, 52  
 evner, udfoldelse, 58  
 forening med, 45, 64, 68-121  
 frigørelse, 68  
 i –  
 enhver form, 39  
 Østens system, 33  
 kontakt med, 44, 80  
 kontrol over personlighed, 39, 59  
 koordination med sind og hjer-  
 ne, 125-126, 141  
 natur, 33, 37, 108  
 opdagelse, 28  
 oplysning af sind og hjerne, 170  
 rige, indtræden i, 49, 128  
 type –  
 benytter mennesketype, 32  
 frembringelse og tilsyne-  
 komst, 32  
 udtryk, 41, 61, 170  
 veje, tre, 128  
 Skelneevne under meditation nød-  
 vendig, 167-180  
**Skrift – Skrifter –**  
 automatisk, 171-172, 173  
 inspirerede, virkeligt, kendetegn,  
 173-174  
 oplyst, 111-112, 115  
 som resultat af meditation,  
 171-174  
**Solar plexus center –**  
 anvendelse, 75  
 funktioner, 146  
 overstimulering, symptomer og  
 afhjælpning, 177  
**Stilhedens stemme, betydning, 67**  
**Stillinger, under meditation, 150-151**  
**Stof, sjæl og ånd, 96**  
**Sufisme, metode, 133-134, 135**  
**Sutratma, definition, 154**  
**Symboler, fortolkninger, 79-81**  
**Syn, åndeligt, 61**  
*Se også: Vision*  
**Syntese, af Øst og Vest, 7-8, 9-10,**  
**17, 21**  
**Sædtanke, anvendelse under medi-**  
**tation, 75, 76, 157, 158-160, 163**
- T**
- Tanke –**  
 kontrol, nødvendig for medita-  
 tion, 70  
 liv, kontrol over, 179  
 proces, der fører indad fra ydre  
 form, 163-164  
*Se også: Sind*  
**Tankeformer –**  
 kontakt med, 167-170  
 skabelse, 72  
**Tanke-stof –**  
 aktivitet, 72, 86  
 beherskes, resultat, 47  
**Teknik til åndelig udvikling, 17**  
**Telepati, åndelig, 111-112, 115**  
**Telepatisk kommunikation, typer,**  
**115-116**  
**Tidsalder, den ny, 8, 24, 32, 33, 36**  
**Tjeneste, samarbejde, 170-171**  
**Tænker, arbejde under meditation,**  
**73-74**  
**Tænkning –**  
 funktioner, 10, 70-73, 77  
 fører ind i mystisk verden, 30  
 natur, 10  
 trænger igennem overflade, 30  
 træning, 103

- Se også:* Mentallegeme; Sind; Tanke
- U**
- Ubundethed –  
betones, 67-68  
definition, 68
- Uddannelse –  
definition, 28  
den ny tidsalders, 32  
forvandling, 19-21  
gennem meditation, 32  
mål og hensigt, 20, 24, 26, 28  
nødvendig udvikling, 23-24, 36  
proces, forskel mellem østlige  
og vestlige metoder, 83  
Vestens, 33, 34-36  
Østens, 27, 33-34, 35  
*Se også:* Undervisning
- Udvikling, sætte sig til, 180
- Underbevidsthed, tappes under  
meditation, 172-173
- Undervisning –  
definitioner, 24, 30  
gennem meditation, 24, 38-40  
intuitiv opfattelse af sandheden,  
25  
nuværende, svage sider, 26, 34-  
36  
nødvendig udvikling, 25-26  
*Se også:* Uddannelse
- V**
- Vesten –  
sammenlignet med Østen, 8-10,  
83, 86, 103  
undervisning, 34-36
- Viden –  
bliver til visdom, 58  
direkte, om –  
Gud, 58  
virkeligheden, 51, 53-54, 55  
information og forståelse, 27
- Vidende, den –  
forudsætninger, 66  
frembringes, 49  
metode til erkendelse af Gud,  
110
- Videnskab om åndelig indsigt, 17
- Vilje, anvendelse, 131, 141, 157,  
158, 162
- Viljen-til-viden, 32, 45
- Viljen-til-væren, fremkaldelse, 32
- Virkelighed –  
bag form, 81  
tilnærmelse til, love, 47, 49, 51-  
54
- Visdom –  
opnå, 58  
Østens, basis, 10
- Vishnu Purana*, citat, 95
- Vision –  
mystisk, 49, 50, 51  
opnået under meditation, 51-52  
under kontemplation, 99  
*Se også:* Syn
- Visualisering, under meditation,  
154-155
- Vitallegeme, funktioner, 43
- Y**
- Yoga –  
definition, 58-59  
hindu, metode, 131-133, 135  
og selv-forvaltning, 9  
raja, definition, 58
- Yogi –  
definitioner, 111  
viden om selvet, opnåelse, 47
- Æ**
- Ægteskab, status, 178-179
- Ø**
- Østen – Østens –  
sammenlignet med Vesten, 8-9,  
56, 83, 85, 103  
system, svage sider, 34  
undervisning, 34, 35-36
- Å**
- Åbenbaring –  
gennem meditation, 51, 56  
guddommelig, afventende hold-  
ning, under meditation, 94-95
- Åndedrætsøvelser, anvendt under  
meditation, 152-153
- Åndelig –  
definition, 16-17



læsning, betydning, 66-67

Arkanskolen giver interesserede mulighed for at uddanne sig til discipelskab i den nye tidsalder.

Den tidløse visdoms principper tilegnes gennem esoterisk meditation, studium og tjeneste som livsform.

Arkanskolens studiemateriale foreligger ikke på dansk, men forefindes på hovedsprogene.

Skriv til en af nedenstående adresser efter nærmere oplysninger.

Arcane School  
Suite 54  
3 Whitehall Court  
London SW1A 2EF  
England

Ecole Arcane  
1 Rue de Varembé (3e)  
Case Postale 31  
1211 Genève 20  
Schweiz

[www.lucistrust.org/arcane\\_school/](http://www.lucistrust.org/arcane_school/)

*Alice A. Bailey bøger på engelsk*

The Consciousness of the Atom  
The Destiny of the Nations  
Discipleship in the New Age, Vol. I  
Discipleship in the New Age, Vol. II  
Education in the New Age  
The Externalisation of the Hierarchy  
From Bethlehem to Calvary  
From Intellect to Intuition  
Glamour: A World Problem  
Initiation, Human and Solar  
Letters on Occult Meditation  
The Light of the Soul  
Problems of Humanity  
The Reappearance of the Christ  
The Soul and Its Mechanism  
Telepathy and the Etheric Vehicle  
A Treatise on Cosmic Fire  
A Treatise on the Seven Rays:  
    Vol. I Esoteric Psychology  
    Vol. II Esoteric Psychology  
    Vol. II Esoteric Astrology  
    Vol. IV Esoteric Healing  
    Vol. V The Rays and the Initiations  
A Treatise on White Magic  
The Unfinished Autobiography  
The Labours of Hercules  
A Compilation on Sex  
The Animal Kingdom (A compilation)  
Death: The Great Adventure (A compilation)  
Ponder on This (A compilation)  
The Seven Rays of Life (A compilation)  
The Seventh Ray – Revealer of the New Age (A compilation)  
Serving Humanity (A compilation)  
The Soul, the Quality of Life (A compilation)  
Master Index of the Books of Alice A. Bailey

[www.lucistrust.org](http://www.lucistrust.org)