

C.W. LEADBEATER

HVORDAN UDVIKLER MAN
CLAIRVOYANCE



VisionsNettet
www.visionsnettet.dk

Hvordan udvikler man **CLAIRVOYANCE**

C.W. Leadbeater



VisdomsNettet
www.visdomsnettet.dk

Hvordan udvikler man **CLAIRVOYANCE**

Af C.W. Leadbeater

(Oversættelse Thora Lund Mollerup & Erik Ansvang)



Når et menneske har studeret emnet clairvoyance tilstrækkeligt dybt og har indset, at påstandene om, at den clairvoyante evne er en realitet, er sande, dukker det næste spørgsmål næsten altid op: *"Hvordan udvikler man evnen"*? Hvis det er sandt, at evnen ligger latent i ethvert menneske, hvordan skal man så udvikle sin natur for at aktivere evnen, og dermed få direkte adgang til al den viden, der er forbundet med evnen? Svaret er, at det er muligt, og at det er blevet gjort. Evnen kan endda udvikles på mange måder, selv om de fleste metoder er usikre og absolut uønskede. Der er faktisk kun én metode, der ubetinget kan anbefales til alle mennesker. Men det er vigtigt at forstå emnet, og se hvor farerne og faldgruberne ligger, for de skal naturligvis undgås. Derfor er spørgsmålet – *hvad skal man gøre?*

For alle intelligente og civiliserede menneskers vedkommende er astrallegemet allerede fuldt udviklet. Det betyder, at stoffet i astrallegemet er aktivt på alle astralplanets syv underplaner. Men stoffet er ikke under kontrol. Mennesket er endnu ikke vant til at bruge det astrale stof bevidst. Stoffet i astrallegemet er langsomt blevet aktiveret i løbet af evolutionen, men det er sket meget gradvist og ubevidst. Mennesket har derfor endnu ikke *bevidst* realiserede de astrale kræfter, og de er derfor i vid udstrækning uprøvede evner. De fysiske evner, som mennesket er vant til at bruge, overskygger de indre evner og skjuler deres eksistens, på samme måde som når Solens lys skjuler stjernerne på himlen for den fysiske synssans. Der er derfor to ting, som skal gøres, hvis man ønsker at udvikle det indre aspekt af menneskets arv. Man er nødt til at begrænse de alt for dominerende fysiske evner i en periode, og man er nødt til at stimulere de indre evner, som endnu er ukendte.



Første skridt

Det første skridt er derfor at begrænse de fysiske sansers indflydelse. Der kan man gøre på mange måder, men i store træk falder metoderne ind under to hovedkategorier. Med den ene metode, tvinges de fysiske sanser væk ved hjælp af en midlertidig undertrykkelse. Med den anden metode – der er meget langsommere, men i høj grad mere sikker – opbygger man permanent kontrol over evnerne. De fleste af de metoder, hvor man bruger undertrykkelse, er mere eller mindre skadelige for det fysiske legeme, og alle indebærer bestemte uønskede egenskaber. Eksempelvis kan metoden efterlade mennesket i en passiv tilstand, og selv om det måske er muligt at bruge sine højere sanser, har mennesket meget begrænsede valgmuligheder med hensyn til, hvordan man bruger dem. Ofte vil det være forsvarsløst mod enhver negativ eller ond indflydelse, som det tilfældigvis kan støde på. Et andet problem er, at enhver evne, der er opnået med undertrykkelse, i bedste fald kan være midlertidig. Mange får kun evnerne i en begrænset periode, mens de arbejder på at udvikle dem, og selv de bedste metoder kan kun give mennesket bestemte evner i løbet af en enkelt fysisk inkarnation.



Laukika og lokothra

I Østen, hvor man har studeret spørgsmålene i mange århundreder, deler man også metoderne til udvikling af evnerne i to hovedgrupper, og de kaldes "*laukika*" og "*lokothra*". Den første, *laukika*, er den "materialistiske" eller midlertidige metode, og de resultater, der opnås, vil kun være dybt rodfæstet i personligheden, og derfor er de kun aktive i det nuværende fysiske liv, mens de resultater, der opbygges med den anden proces, *lokothra*, opnås af sjælen – det virkelige menneske – og derfor er evnen permanent, og den overføres fra den ene fysiske inkarnation til den næste. De fleste metoder i den første gruppe kræver kun en begrænset uddannelse, og uddannelsen er alene fokuseret på legemerne. Det bedste, den type metoder er i stand til, er derfor udelukkende at påvirke de eksisterende legemer, og når mennesket vender tilbage til fysisk

eksistens i næste inkarnation med nye legemer, vil alle evnerne være tabt. Men den metode, hvor det er sjælen, der uddannes til at kontrollere sine legemer, kan sjælen naturligvis bruge kraften og sin viden i de nye legemer i kommende inkarnationer. Først skal nogle af de uhensigtsmæssige metoder til udvikling af clairvoyance, der praktiseres i forskellige lande, omtales.



Narkotiske stoffer og berusende dampe

Hos nogle stammer i Indien kan evnerne opnås ved at bruge stoffer – f.eks. marihuana, hash og andre rusmidler af samme art. Stofferne bedøver det fysiske legeme, og dermed overføres menneskets bevidsthed til astrallegemet i stil med det, der sker, når man falder i søvn, men med langt mindre mulighed for at blive vækket til bevidsthed i det fysiske legeme. Før mennesket indtager stoffet, skal tankesindet være stærkt fokuseret på ønsket om at aktivere de astrale sanser, og så snart mennesket er frigjort fra det fysiske legeme – forsøger det at bruge de astrale evner i praksis – og det lykkes til en vis grad. Når mennesket vender tilbage til den fysiske krop, kan det mere eller mindre huske visionerne, og det forsøger at fortolke dem, og på den måde udvikler mennesket ofte et vist niveau af clairvoyance og forudviden. Nogle gange, mens mennesket er i trance, er det muligt for afdøde at tale igennem det, på samme måde som andre medier praktiserer det.



Der er andre, som har opnået samme tilstand ved at indånde bedøvende dampe. De skabes normalt ved at afbrænde en blanding af stoffer. Det er sandsynligt, at clairvoyance i fortidens orakler ofte var af den type. Det siges, at i forbindelse med en af fortidens mest berømte af orakler, sad præstinden altid på et sæde, der var placeret over en revne i klippen, og fra revnen steg der dampe op. Efter at præstinden havde indåndet dampene

i en periode, blev hun påvirket, og derefter kunne nogen tale gennem hende fra astralplanet. Det var en almindelig metode ved seancerne, som var velkendt af de besøgende. Og det er ikke vanskeligt at forstå, hvorfor begge metoder er uønskede fra et esoterisk synspunkt, som kræver ægte udvikling.



Ekstase

Mange har sandsynligvis hørt om dansende dervisher. En del af dervishernes religion består i en mærkelig dans, der medfører ekstase. De snurre rundt og rundt i en slags hvirvlende vanvid, indtil de til sidst synker bevidstløse sammen på jorden. I trancen, der er skabt af deres religiøse entusiasme, får de ofte nogle usædvanlige visioner, og de er i stand til i en vis grad at opleve og huske lavere astrale forhold. Metoden praktiseres også hos obeah¹ eller voodoo-tilhængere – men metoden er normalt forbundet med magiske ceremonier, som er frastødende og helt forfærdelige. Civiliserede mennesker ville aldrig drømme om at bruge metoderne, uanset til hvilket formål og uanset hvilket resultat man angiveligt kunne opnå. Men metoderne skaber helt sikkert resultater under passende omstændigheder, men det er ikke resultater, som almindelige mennesker ønsker at opnå. Faktisk kan ingen af de metoder, der foreløbig er nævnt anbefales, selv om der findes europæere, der har eksperimenteret med de orientalske stoffer.



¹ Obeah er en religiøs tro af afrikansk oprindelse, der involverer heksekunst og trolddom, og som praktiseres i nogle dele af Antillerne og tropisk Amerika.



Selvhypnose

Men der findes også uønskede metoder i Vesten – f.eks. teknikker til selvhypnose, og metoden bør undgås af alle, der ønsker en sikker udvikling. Et menneske kan eksempelvis blive bedt om at stirre i lang tid på et lyspunkt, indtil nogle af hjerne-centrene lammes, og på den måde er mennesket bragt i en tilstand af total passivitet, og dermed er det muligt, at de lavere astrale sanser kan komme til udtryk i et vist omfang. Naturligvis har man ingen magt til at udvælge det, man ønsker at modtage under de omstændigheder. Man er nødt til at acceptere alt, uanset hvad der kommer – godt eller dårligt. Og det mest sandsynlige er, at resultatet er dårligt frem for godt. Nogle gange kan det samme generelle resultat opnås ved at recitere bestemte mantraer, og gentage dem igen og igen og igen, for det dæmper den mentale evne på næsten samme måde, som hvis man stirrede på en roterende metalskive. Det er tankevækkende, at digteren Alfred Tennyson² fortalte, at han var i stand til ved recitation af sit eget navn igen og igen hurtigt efter hinanden at glide ind i en anden bevidsthedstilstand. Oplysningen fremgår af et brev, han skrev til et menneske, som fortalte ham om mystiske oplevelser, som han havde under påvirkning af bedøvelsesmidler. Alfred Tennyson skrev:

”Jeg har aldrig haft nogen åbenbaringer ved hjælp af bedøvelsesmidler – men jeg har haft en slags vågen trance (i mangel af en bedre betegnelse). Det har jeg ofte haft – helt fra drengeårene – når jeg var helt alene. Det skete, når jeg gentog mit eget navn lydløst i mig selv, indtil alt på én gang forsvandt ud af den individuelle bevidstheds intensitet. Individualiteten blev ligesom opløst og forsvandt ind i en grænseløs skabning – og det var ikke en forvirret tilstand, men det klareste af de klareste, den sikreste af de sikreste, og fuldstændig uden ord, hvor døden var en næsten latterligt umulighed. Tabet af personligheden (hvis det var det, der skete) var tilsyneladende

² Alfred Tennyson (1809-1892) var engelsk digter, der ofte betragtes som hovedrepræsentant for den victorianske æras poesi.

ikke udslettelse, men det eneste virkelige liv. Jeg er flov over min utilstrækkelige beskrivelse. Har jeg ikke fortalt, at tilstanden er helt hinsides ord? Det er den mest kategoriske erklæring om, at forfatterens ånd er i stand til at transformere sig selv ind i en anden bevidsthedstilstand eller til et andet eksistensplan, som ikke alene er virkeligt, klart og enkelt, men som også er uendeligt i sin vision og evigt i sin varighed”.

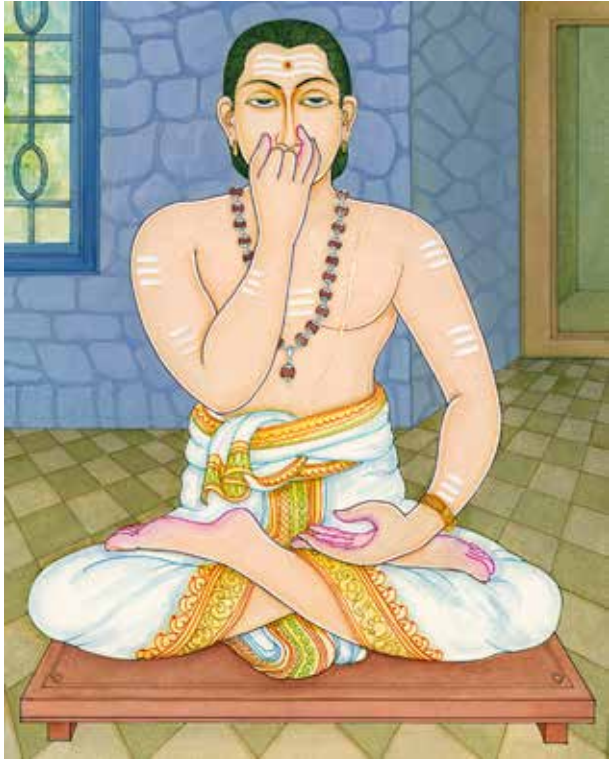
Der er ingen tvivl om, at der er et strejf af det højere liv i situationen. Ingen, der har praktisk erfaring fra virkeligheden kan undgå at genkende beskrivelsen, selv om digteren stopper kort før han når grænsen til noget, der er uendeligt meget større. Han har tilsyneladende haft en mere positiv holdning end de fleste mennesker, der fuser med evnerne, uden at have den nødvendige indsigt eller viden, og alligevel oplevede han sjælens eksistens, når den er frigjort fra det fysiske legeme. Men hans metode kan *ikke* anbefales, for den er hverken god eller sikker.



Regulering af åndedrættet

Man får nogle gange at vide, at clairvoyante evner kan udvikles ved hjælp af øvelser og teknikker, der regulerer vejrtrækningen, og metoden er stort set accepteret og anbefalet i Indien. Det er rigtigt, at en bestemt type clairvoyance kan udvikles på den måde, men alt for ofte på bekostning af både fysisk og psykisk sammenbrud. Der er gjort mange forsøg i USA, og mange har ødelagt deres helbred og i nogle tilfælde bragt sig selv til randen af sindssyge. For nogle er det lykkedes at åbne så meget for adgangen til de astrale visioner, at de konstant følte sig hjemløst. Nogle nåede ikke engang det punkt, men alligevel fik de ødelagt deres fysiske helbred eller svækket deres sind, så de var totalt fortvivlede. Andre – ganske få – oplyste, at teknikkerne havde været gavnlige for dem.

Det er rigtigt, at hatha-yogier i Indien praktiserer den slags øvelser. Det er mennesker, der forsøger at skabe personlig udvikling med *fysiske* midler i stedet for



indre vækst i det mentale og åndelige. Men selv blandt yogier er den form for praksis kun brugt under direkte overvågning af kompetente lærere, som kan se effekten af øvelsen på eleven, og læreren vil straks stoppe eleven, hvis det viser sig, at øvelserne har en u hensigtsmæssig effekt. Men for mennesker, der ikke ved ret meget eller måske overhovedet intet om emnet, er det både uklogt og farligt at praktisere åndedrætsøvelserne. I praksis kan de være nyttige for få mennesker, men de vil desværre være katastrofale for de fleste. Derfor er det bedst at råde alle til at afholde sig fra teknikkerne. Måske er man en af de få, som har gavn af metoden, men det mest sandsynlige er, at man *ikke* er det, for øvelserne medfører langt flere fiaskoer end succeser. Det er så uhyggeligt let at gøre stor skade på sig selv på den måde. Det svarer til at eksperimentere ved at gå ind på et

apotek og tage et tilfældigt medikament på hylden og indtage det. Måske rammer man præcis det medikament, man har brug for, men det mest sandsynlige er, at det gør man ikke.



Mesmerisk trance

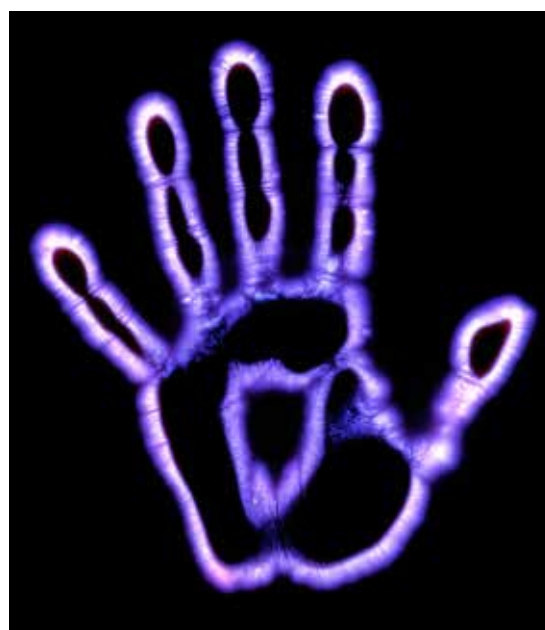
En anden metode, der kan udvikle clairvoyance, er mesmerisme.³ Mesmerisme betyder, at en person fører et andet menneske ind i en mesmerisk trance, og det er muligt, at man i trancen kan se astralt. Den person, der udfører mesmerismen,

³ Mesmerisme er opkaldt efter den østrigske læge Franz (oprindeligt Friedrich) Anton Mesmer (1734-1815), der praktiserede læren om magnetisme som helbredelsesmiddel.

dominerer totalt patientens vilje, og patientens fysiske evner er sat helt i bero. Det efterlader feltet åbent, og den, der udfører mesmerismen, kan samtidig stimulere de astrale sanser ved at lade vitalitet strømme ind i astrallegemet. Metoden giver gode resultater, men det kræver en meget sjælden kombination af omstændigheder, for det forudsætter en næsten overmenneskelig udvikling af renhed i tanke og motiv hos begge parter, hvis eksperimentet skal være sikkert.

Den, der mesmeriserer, har stor indflydelse på patienten – langt større indflydelse, end det er almindeligt kendt. Og indflydelsen kan være ubevidst. Alle kvaliteter fra den, der mesmeriserer, overføres meget let til patienten, og hvis terapeuten ikke er helt ren i hjerte og sind, er det indlysende, at det indebærer en risiko. At blive ført ind i en trance vil sige, at man opgiver sin individualitet, og det kan aldrig anbefales i forbindelse med psykiske eksperimenter – men ud over det uheldige aspekt, rummer processen en reel fare, medmindre den, der udfører mesmerismen, har den højeste renhed i tanke, ord og handling, og alle ved, hvor sjældent det findes.

Det skal ikke opfattes som advarsel mod *helbredende* mesmerisme,⁴ der foretages af terapeuter, som forstår, hvad de gør, for det er en helt anden sag, for her er det ikke nødvendigt at skabe en trancetilstand hos patienten. Det er absolut muligt at lindre smerter, fjerne sygdomme eller tilføre vitalitet i et menneske ved magnetiske strygninger, uden at få patienten til at "sove". Men et menneske, der forsøger at udføre magnetiske strygninger, vil gøre klogt i at studere relevant litteratur meget grundigt, for der er altid et fareelement, selv om motiverne er positive, for der er kræfter, som de fleste ikke forstår, og som for mange repræsenterer overnaturlige kræfter. Ingen af de ovennævnte metoder kan anbefales til udvikling af clairvoyance!



Den sikre metode

Hvilken metode kan man anbefale, når så mange teknikker er problematiske og farlige? I store træk er det metoder, som i stedet for at undertrykke det fysiske legeme med magt, udvikler sjælens evne til at kontrollere personligheden. Den bedste og sikreste måde er at lade sig vejlede af en kompetent lærer, og kun praktisere det, man bliver opfordret til at gøre. Men hvor finder man en kvalificeret lærer? En ting er sikker – læreren findes ikke blandt de undervisere, der annoncere og omtaler sig selv som kompetente lærere. Det er heller ikke blandt de mennesker, der tager penge for deres undervisning, og tilbyder at sælge Universets mysterier for en eller anden form for betaling. Den ønskede viden kan man få der, hvor den altid har været tilgængelig – hos de lærere, der er mestre i sjælens videnskab. Der har altid været et oplyst broderskab af vise mestre, og de har altid været parate til at videregive deres lærdom til mennesker, der er klar til at modtage lærdommen. Det er netop formålet med deres arbejde. De har gjort sig den ulejlighed selv at erhverve viden og visdom, og derfor er de i stand til at vejlede og hjælpe.

4 Mesmerisme vil sige at give magnetiske strygninger.



Hvordan kan man nå dem? Man kan ikke nå dem i det fysiske legeme. Og man kan måske ikke engang genkende dem, hvis det skulle lykkes at se dem. Men mestrene kan nå menneskeheden, og de vil sikkert nå ethvert menneske, når de ser, at man er egnet til arbejdet med at hjælpe verden og menneskeheden. Deres store interesse er at fremme af menneskehedens udvikling. De har brug for mennesker, der er dedikeret til arbejdet, og de overvåger dem altid, og derfor er der ingen grund til at frygte, at man bliver overset, hvis man er parat til tjenestearbejdet. Men mestrene vil aldrig tilfredsstille nysgerrighed. De hjælper aldrig et menneske, der ønsker at få kræfterne for at opfylde egoistiske formål. Men når et menneske har gennemgået en lang og omhyggelig personlig uddannelse og udvikling, og derefter har brug for hjælp til at ekspandere den kraft, der allerede er akkumuleret, og hvis viljen er stærk nok og hjertet er rent nok til at bære en del i den åndelige arbejde – så kan mennesket blive bevidst om mestrenes

tilstedeværelse og deres støtte når det mindst venter det. Man kan altid være sikker på, at hvis man i hjertet længes efter et højere liv – efter noget, der er større end det, den lavere verden kan give – så overser mestrene aldrig en ærlig indsats, og de imødekommer det altid via deres disciple ved at give den undervisning og hjælp, som mennesket er parat til på det pågældende udviklingsniveau.



Balance

I mellemtiden, mens man forsøger at udvikle sig og gøre fremskridt, er der meget, man kan gøre, hvis man ønsker at få clairvoyancen inden for rækkevidde. Husk – at clairvoyance ikke i sig selv er et tegn på højere udvikling. Det er kun et tegn på, at mennesket skal udvikle sig ad mange linjer samtidigt, før det når sit mål – fuldkommenhed. Selv om intellektet er højt udviklet hos det naturvidenskabelige menneske, så har det måske alligevel kun lidt af den kraft, som hengivenhed giver. Selv om mennesket har stor hengivenhed over for en religion, og til trods for dets

fremskridt ad den religiøse linje, kan det alligevel have alt for lidt af den kraft, som intellektet giver. Uanset hvilke egenskaber et menneske har, skal det erhverve andre egenskaber, før det opnår fuldkommenhed, og derfor er det klart, at på nuværende tidspunkt er stort set alle mennesker uensartet udviklet. Nogle er mere udviklet i en retning, og andre i en anden, i overensstemmelse med den udviklingslinje, som det enkelte menneske har valgt at fokusere mest på i tidligere liv. Så hvis man har udviklet en høj grad af hengivenhed i sin karakter ved at stræbe i den retning, kan man opnå endnu mere i den nuværende inkarnation, og det vil uden tvivl blive en grundlæggende kvalitet i næste inkarnation. Det samme gælder intellektet og enhver anden kvalitet – og det samme gælder også for clairvoyancen. Hvis man oplever, at det er fornuftigt at bruge sine kræfter på at arbejde med at udvikle clairvoyance, kan man gøre meget for at aktivere de latente evner. Der er ikke tale om en svag mulighed, men en konkret kendsgerning. Mange mennesker har besluttet at arbejde på at udvikle en permanent clairvoyance, og de mennesker, der holder ud uden at vakle undervejs, når stort set alle det ønskede resultat. Nogle udvikler evnerne i fuldt omfang, andre foreløbig kun delvist, men med den rigtige metode vil alle få noget godt ud af bestræbelserne på at kontrollere tankesind og følelsesliv.



Hvis man har et ærligt ønske om at udvikle det højere syn, kan man følge den samme metode – men man skal først og fremmest fokusere på den mentale og moralske udvikling, hvis indsatsen ikke skal mislykkes. Hvis man udvikler clairvoyance uden først at erhverve de nødvendige kvalifikationer, bliver det en forbandelse og ikke en velsignelse, for så vil man misbruge evnerne, og den nye tilstand bliver faktisk værre end den tidligere. Hvis man mener, at man er sikker på sig selv, og man kan stole på sig selv i alle mulige situationer, hvor man gør det gode for godhedens skyld, også selv om det går imod personlige interesser, at man altid vil vælge den uselviske fremgangsmåde og glemme sig selv, fordi man elsker menneskeheden, så er der mindst to metoder, som sikkert kan udvikle den clairvoyante evne, uden at man skader andre – også selv om projektet ikke lykkes. Den første metode er helt uskadelig og oven i købet nyttig, men den er ikke egnet til alle. Den anden har generel anvendelse, men begge har dokumenteret deres succes.



Den intellektuelle metode

Den første metode er rent intellektuel. Det handler om studiet af rummets fjerde dimension. Det er en dimension, som den fysiske hjerne aldrig har forholdt sig til, og derfor er den ude af stand til at tackle problemet. Men enhver del af det fysiske legeme kan trænes, og det samme gælder den fysiske hjerne. Det kræver en disciplineret, gradvis og omhyggelig indsats for at udføre præstationen, der tilsyneladende ligger helt uden for hjernens rækkevidde, men på den måde kan hjernen optrænes til at forstå og opfatte formerne i en 4-dimensionale verden, der er meget forskellig fra den 3-dimensionale fysiske verden. Flere mennesker har formået at udvikle den fysiske hjernes evne til højere iagttagelser. Der er eksempler på mennesker, der har udviklet det astrale syn alene ved roligt og ihærdigt at øge den fysiske hjernes kapacitet, indtil den var i stand til at opfatte de astrale former og dermed vække den latente astrale clairvoyance. Det er simpelthen et spørgsmål om at udvide styrken af sin modtagelighed indtil den kan opfatte det astrale stof. Men det mest sandsynlige vil være, at ud af 20 mennesker, der påtog sig opgaven, ville der ikke være mere end en enkelt, der ville have succes med det. Men under alle omstændigheder er muligheden fascinerende for mennesker, der har et matematisk tankesind. Det er imidlertid en udviklingsmetode, der kun appellerer til meget få.



Den universelle metode

Den anden udviklingsmetode er til gengæld universel. Den er heller ikke let, men at praktisere den kan være af største nytte for den, der udfører den. Metoden fører mennesket i retning af de evner, som det så brændende ønsker sig – men udviklingshastigheden afhænger af graden af menneskets udvikling på samme område i tidligere inkarnationer, og derfor kan man ikke garantere et bestemt resultat inden

for en bestemt tidsramme. Men mens mennesket arbejder sig fremad, vil hvert skridt, der tages, være en forbedring. Og selv om mennesket skulle arbejde resten af livet uden at opnå at udvikle astral clairvoyance, ville det alligevel blive mentalt, moralsk og endda fysisk forædlet i processen.



Metoden kaldes *meditation*. Af hensyn til studiet er emnet opdelt i tre trin: *Koncentration*, *meditation* og *kontemplation*. Men husk altid, at for at få succes, er indsatsen kun den ene side af en generel personlig udvikling, og det er en indiskutabel forudsætning for det menneske, der ønsker at lære at beherske de clairvoyante hemmeligheder, at det skal leve et rent og altruistisk liv. Reglerne for åndelig udvikling og fremskridt er ikke nogen hemmelighed, for de har været kendt overalt i verden i alle tidsaldre. Det er hverken hemmeligt eller problematisk at vide, hvad man skal gøre. Det vanskelige er at følge anvisningerne og faktisk gøre det.



Koncentrationsevnen

Det første skridt, der er nødvendigt at gennemføre, hvis man vil udvikle den højere clairvoyance, er udvikling af *koncentrationsevnen*. Koncentration betyder ikke, at man skal stirre koncentreret på et lyspunkt, indtil man er tanketom. Koncentration vil sige, at man har fået etableret så meget kontrol over sit tankesind, at man kan gøre med det, hvad man vil. Koncentration vil sige, at man kan fokusere tankesindet præcist, hvor man ønsker det, og opretholde koncentrationen i så lang tid, som man selv vælger. Det er *ikke* en let opgave. Det er faktisk en af de absolut vanskeligste og besværlige, man kender, men det *kan* gøres, for det er blevet gjort – ikke én gang, men hundredvis af gange af mennesker, der havde en vilje, som var stærk og fast. De fleste mennesker aner ikke, hvor meget deres tankesind normalt er

ude af kontrol. Prøv engang at stoppe op, mens man går en tur på gaden. Prøv at lægge mærke til, hvad der tænkes på og hvorfor. Prøv at følge tanken tilbage til dens oprindelse. Stort set alle vil blive overrasket over at opdage, hvor mange usammenhængende tanker der er passeret igennem hjernen i de foregående fem minutter. De dukker bare op og forsvinder igen, og de efterlader næsten intet indtryk. Man vil gradvist begynde at forstå, at den slags tanker ikke er tanker, man selv har tænkt, for tankestrømmen er bare løse fragmenter af andre menneskers tanker.

Alt er energi, og derfor er det et faktum, at tanker er energi og kraft, og hver tanke efterlader et større eller mindre indtryk. En stærk tanke om et andet menneske sendes ud og rammer det menneske, der tænkes på, men de fleste tanker er ikke stærke eller særligt målrettede. I stedet spredes de i alle retninger, og de former, tankerne skaber, er svage og flygtige. Mens tankeformerne eksisterer, er de i stand til at trænge ind i ethvert tankesind, der viser sig på deres vej, og mens man går, trækker man på den måde et spor af svage tankeformer bag sig. Det næste menneske, der passerer tankespolet, åbner bevidstheden for de værdiløse tankefragmenter, og de glider ind i tankesindet, hvis det ikke i forvejen er beskæftiget med noget bestemt tankestof. I de fleste tilfælde glider de bare ind og ud igen, og de gør kun et ubetydeligt indtryk på hjernen. Men nogle gange opfanges en tanke, der er interessant eller behagelig, og den fastholdes og bearbejdes i tankesindet, og derefter sendes den noget styrket ud igen, fordi tankeformen har fået tilført en smule tankekraft. Et øjeblik er tanken blevet gjort til en personlig tanke, som er blevet farvet af personligheden. Hver gang man træder ind i et rum, træder man ind i en flok tanker – gode, dårlige eller ligegyldige. De fleste tanker danner bare en kedelig, formålsløst tåge, der næsten ikke er værd at kalde tanker.



Tankekontrol

Hvis man ønsker at udvikle de højere evner, skal man begynde med at skabe kontrol over tankesindet. Man skal give tankesindet noget *seriøst* at arbejde med, i stedet for bare at lade det gøre, hvad det vil. Man skal trække tankerne væk fra alle de tanker, man ikke selv har skabt, og som man i virkeligheden ikke er interesseret i. Tankesindet skal ikke være menneskets herre, men dets tjener. Det er det første skridt i udviklingen mod ægte clairvoyance, for tankesindet er det redskab, der skal bruges til clairvoyancen, og redskabet skal være under den clairvoyantes kontrol.

Koncentration er en af de sværeste ting at opnå for det gennemsnitlige menneske, fordi det ikke er trænet til det, og de fleste har faktisk aldrig forstået, at det er nødvendigt. Tænk, hvis hænderne var lige så lidt under kontrol som tankesindet! Så ville hænderne heller ikke adlyde en kommando, og i stedet ville hænderne begynde at gøre noget andet end det, man ønskede at gøre. Man ville tro, at man var lammet, og at hænderne var ubrugelige. Men hvis man ikke kan styre sit tankesind, svarer det til en mental lammelse. Derfor er det nødvendigt at træne og disciplinere tankesindet, indtil det er lige så meget under kontrol som hænderne. Tankesindet skal gøre det, som man ønsker, det skal gøre. Heldigvis kan udviklingen af koncentrationsevnen praktiseres dagen lang. Uanset hvad man gør, kan man gøre det grundigt og bevidst ved at holde tankesindet fokuseret på opgaven. Hvis man skriver et brev, skal man tænke på brevet og intet andet, indtil det er færdigt. Brevet vil desuden være bedre formuleret end normalt. Hvis man læser en bog, skal tankesindet være 100% beskæftiget med læsningen, og man skal forsøge at forstå den fulde betydning af forfatterens ord. Vær altid opmærksom på, hvad der tænkes og hvorfor. Brug kun tankesindet på intelligent arbejde. Giv det ikke tid til at være inaktivt, for det er i de ledige øjeblikke, at det flakker omkring. Allerede nu kan man koncentrere sig perfekt, hvis man er begejstret, og interessen er tilstrækkelig stor. Når det sker, er tankesindet helt absorberet. Man kan knap nok høre, hvad der bliver sagt, eller se, hvad der foregår i omgivelserne.



Total koncentration

I Østen fortælles der en historie, som handler om nogle skeptiske hoffolk, som nægtede at tro, at en asketisk yogi kunne blive så koncentreret i sin meditation, at vedkommende ville være uvidende om, at en hær passerede tæt forbi, mens yogien sad under et træ fordybet i sine tanker. Kongen, der var til stede, forsikrede dem om, at han ville demonstrere, at det var sandt, og det gjorde han på ægte orientalsk og autokratisk måde. Han gav ordre til, at man hentede nogle store vandkrukker, og de blev og fyldt til randen med vand. Derefter beordrede han hoffolkene til at tage en krukke hver og bære den. Han kommanderede dem til at gå og bære krukkerne med vandet gennem byens vigtigste gader. Men samtidig ville de være fulgt af vagter med dragne sværd, og hvis en af hoffolkene spildte bare én enkelt dråbe vand, ville den uheldige øjeblikkeligt blive halshugget. Hoffolkene begyndte at gå fyldt med rædsel – men de spildte ikke en dråbe, og alle kom sikkert tilbage. Kongen modtog dem smilende, og han bad dem om at fortælle om alle episoder på deres tur. De skulle også beskrive de personer, som de havde set undervejs.

Ikke én af dem kunne nævne bare én enkelt person, for de var alle totalt besat af idéen om at komme tilbage med fyldte krukke, og derfor havde de ikke bemærket hverken nogen eller noget. Kongen sagde derfor, at de hermed kunne se, at hvis der er tilstrækkelig interesse, er det muligt at koncentrere sig om én eneste ting.



Meditation

Når man har opnået en koncentration, der er frigjort fra stress og frygt og baseret på vilje, så kan man med fordel prøve næste fase af processen. Ingen påstår, at den vil være let – tværtimod er den meget vanskelig. Men den *kan* gøres, for mange har gjort det. Når tankesindtet er et redskab, der er under kontrol, kan man gå videre til meditation. Man skal vælge et fast tidspunkt hver dag, hvor det er muligt at være uforstyrret. Tidlig morgen er på mange måder det bedste tidspunkt, hvis det er muligt. I nutiden er det ikke altid nemt, for i den nuværende civilisation er det ofte håbløst at planlægge dagen. Middagstid er ikke længere dagens midtpunkt, som det skulle være. Nu ligger mennesker i sengen længe efter at Solen er stået op, og om aftenen og natten skader man øjnene med kunstigt lys. Men man skal vælge et passende tidspunkt og fastholde det samme tidspunkt hver dag. Her skal man meditere 15-20 minutter. Og spring ikke over den meditative indsats. Det er almindelig kendt, at hvis man praktiserer fitness, er det meget mere effektivt at foretage den fysiske træning regelmæssigt end at gøre en kraftanstrengelse en dag, og derefter gøre den igen en uge senere. Rytme og disciplin er derfor vigtig, når man praktiserer meditation.

Når man mediterer, skal man sidde komfortabelt et sted, hvor man ikke bliver forstyrret. Sid med ret ryg, men der er ingen grund til at sidde i besværlige yoga-stillinger. Tankesindtet med den nyudviklede koncentrationsevne skal fokuseres på udvalgte emner. Man kalder emnerne for et *nøgleord*. Nøgleordet skal være en krævende og nyttig tanke. Det vil være godt at vælge et åndsvidenskabeligt emne. Hvis man foretrækker det, kan man også vælge nogle emner med moralske kvaliteter. Årsagen er, at man fremkalder en kvalitet i tankesindtet, som er væsentlig i den guddommelige orden, og som er manifesteret i den omgivende natur. Kvaliteten er

blevet præsenteret af fortidens oplyste og ophøjede skikkelser, og derfor kan man også selv manifestere den i dagligdagen. Måske har man undladt at vise kvaliteten i fortiden. Meditation på en høj moralsk kvalitet er på mange måder en god øvelse, for det træner ikke alene tankesindet, for de positive tanker fastholdes konstant. Først skal der generelt arbejdes med konkrete emner, og når de er blevet for nemt, kan man med fordel tage fat på de mere abstrakte idéer.



Kontemplation

Når det er blevet en fast vane, når intet får lov til at forstyrre, og når man klarer meditationen ret godt uden spændinger eller andre vanskeligheder, og uden at en eneste omstørende tanke får lov til at trænge ind i tankesindet, kan man gå videre til den tredje fase i processen – *kontemplation*. Men husk, at kontemplationen ikke vil lykkes, før man helt har kontrol over tankesindets tendens til at flakke omkring. Når man forsøger at meditere, vil man i meget lang tid opleve, at tankerne hele tiden farer ud ad en tangent, og man opdager det ikke før man pludselig befinder sig langt væk fra det emne eller nøgleord, man valgte at meditere på. Man skal ikke tabe modet på grund af det, for det er en helt almindelig og fælles erfaring. Man skal bare igen og igen bringe det vildfarne tankesind tilbage til det emne, man har forpligtet det til at meditere på. Det skal gøres hundredvis eller tusindvis af gange, hvis det er nødvendigt, for det er den eneste metode. Den bedste måde til at opnå succes, er ved at afvise muligheden for fiasko. Men når processen omsider lykkes, og tankesindet langt om længe mestres, er man nået frem til den fase, som alle de forgående øvelser var en forudsætning for.

Man skal nu vælge det højeste åndelige ideal, man kender. Det er ligegyldigt, hvad det er, eller hvilket navn, man kalder det. Esoterikere vil sandsynligvis vælge en af mestrene – et medlem af Hierarkiets store hvide broderskab – især hvis den mediterende har det privilegium at være i direkte kontakt med en af dem. Katolikken vil muligvis vælge Jomfru Maria eller en af kirkens skytshelgener. Andre

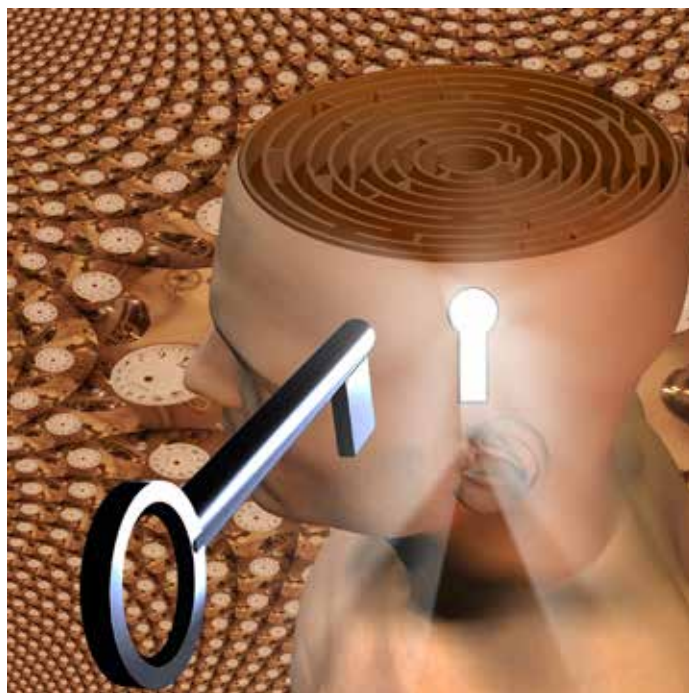
kristne trosretninger vil sandsynligvis vælge Kristus. Hinduer vil måske vælge Krishna. Og buddhisterne vælger sandsynligvis Buddha. Navne er ligegyldige, for nu drejer det sig om realiteter. Men man skal vælge det højeste, der kan vække den største følelse af ærbødighed, kærlighed og hengivenhed, som man er i stand til at opleve. I stedet for som i de tidligere meditationer, skal man nu skabe det mest levende mentale billede, som man er i stand til at skabe af idealet, og man skal lade sin mest intense følelse løfte sig mod det høje ideal. Man skal forsøge med al sin styrke at løfte sig mod mesteren, at blive ét med mesteren, i et forsøg på at nærme sig mesterens ubeskrivelige herlighed og skønhed. Hvis man vil gøre det, og stabilt fortsætter med at løfte sin bevidsthed, vil der komme et tidspunkt, hvor man pludselig opdager, at man er ét med idealet. Man erkender og forstår mesteren på en måde, som man aldrig gjorde det tidligere. Et nyt og fantastisk lys er på en eller anden måde gået op for den mediterende, og hele verden er forandret. For første gang ved man, hvad det vil sige at leve, og det tidligere liv opleves som mørke og død i forhold til den nye tilstand.



Indsatsen skal fortsætte

Herefter vil det hele forsvinde igen, og man vender tilbage den almindelige hverdag – og den vil opleves som mørke i sammenligning! Men man skal arbejde videre på sin fordybelse, og øjeblikke af den ubeskrivelige tilstand vil komme igen og igen – og hver gang er den lidt længere, indtil der kommer en periode, hvor det højere liv er vundet for altid. Der er ikke længere tale om et glimt af paradys, men om en konstant glød – et nyt og uafbrudt vidunder hver eneste dag i livet. Dag og nat vil være en kontinuerlig bevidsthed – et smukt liv med glædeligt tjenestearbejde, hvor man hjælper andre. Men selv om det opleves som helt ubeskriveligt og enestående, så er det kun begyndelsen på menneskets arv, som venter ethvert menneske. Når man ser sig omkring med det nye og højere syn, vil man se og forstå mange ting, som man hidtil aldrig havde forventet – medmindre man var fortrolig med den lære, som forgængerne, der har gået samme vej, har stillet til rådighed.

Man skal fortsætte med sin indsats, og man vil stige endnu højere. Efterhånden vil der blive åbnet for et liv, som er meget større end det astrale, selv om det er meget større end det fysiske. Igen vil man opleve, at det virkelige liv indtil nu har været ukendt, efterhånden som man løfter sin bevidsthed og kommer tættere på det Ene Liv, som er fuldkommen sandhed og fuldkommen skønhed.



Hvor lang tid vil det tage?

Det er en udvikling, der tager mange år, for man forsøger at sammentrænge en udvikling, som normalt vil sprede sig over mange liv – men udbyttet overgår langt den tid og de kræfter, man investerer. Ingen kan sige, hvor lang tid det vil tage i det enkelte tilfælde, for det afhænger af to ting – mængden og tykkelsen af de lag, man skal bryde igennem, og den energi og beslutsomhed, der lægges i arbejdet. Ingen kan love, at der vil gå et bestemt antal år, før det helt sikkert vil lykkes. Man kan kun fortælle, at mange har prøvet, og at mange er lykkedes med opgaven. Alle visdommens mestre var engang mennesker på samme niveau som menneskeheden – men de løftede deres bevidsthed, på samme måde som nutidens mennesker må gøre det. Mange i nutiden har også prøvet, og det er også lykkedes – for nogle mere og for andre mindre – men ingen, der har prøvet det, har fortrudt forsøget, for det, der er opnået – lidt eller meget – er opnået i al evighed, for det er rodfæstet i sjælen, som overlever døden. Der er hverken tale om mediumisme eller sporadiske trancer, men kraften til et højt udviklet liv, som alle i menneskeheden vil opnå en dag.





Renhed i hjerte og sjæl

Det menneske, der ønsker at udfolde de indre evner, skal være klar over, at det først og fremmest skal udvikle renhed i hjerte og sjæl, for det er den første og største forudsætning. Hvis et menneske vil gøre det og gøre det godt, skal det forædle både det mentale, det astrale og det fysiske. Det skal aflægge sine laster og lidenskaber. Det skal holde op med at belaste kroppen med kød, alkohol og tobak. Det skal forsøge at gøre sig så ren som muligt – både på den lavere plan og på de højere planer. Hvis mennesket ikke synes, at det er værd at opgive de lavere vaner for at opnå et højere liv, er det udelukkende menneskets eget problem, men som det blev sagt af fortidens vise: *"I kan ikke tjene både Gud og mammon"*.⁵

Dermed menes der ikke, at dårlige vaner på den fysiske plan vil stå i vejen for enhver psykisk udvikling, men det er vigtigt at understrege, at det menneske, der ikke er tilstrækkeligt forædlet, vil aldrig være fri for fare. Det menneske, der forsøger at udvikle højere bevidsthed, skal befri sindet for bekymringer og frygt. Når det opfylder sine pligter, skal det gøre det upersonligt, og fordi det er det rigtige at gøre. Vurderingen af resultatet skal man overlade til højere magter. På den måde vil man omgive sig med en ren og nyttig aura på den videre vandring på udviklingsvejen, og her vil man udstråle lys til de mennesker, der lider og sørger. På den måde bliver man herre over sig selv – forædlet og uselvisk – hvor man aldrig bruger sine nye kræfter til personlige formål, men altid arbejder for at hjælpe og udvikle sine medmennesker, så de også kan lære at leve et større liv, og løfte sig fra egoismens og uvidenhedens tåger for at opleve lys og fred.

5 Lukasevangeliet, 16,13



VidsomsNettet

www.vidsomsnettet.dk