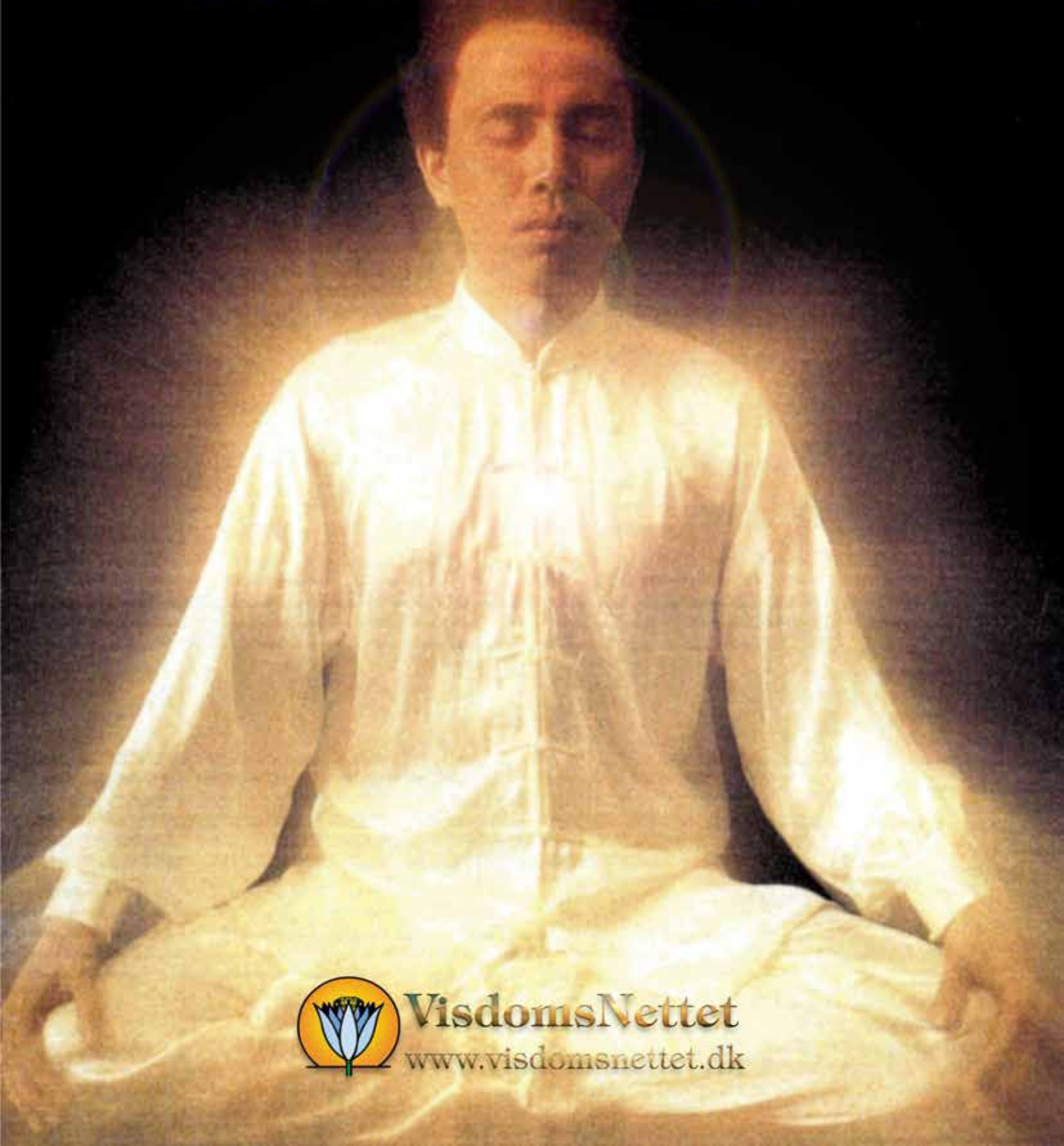


Kenneth Sørensen

Hvorfor virker meditation?



VisdomsNettet

www.visdomsnettet.dk

HVORFOR VIRKER MEDITATION?

Kenneth Sørensen



VisdomsNettet
www.visdomsnettet.dk

Hvorfor virker meditation?

Af Kennet Sørensen
Fra Fuldmånedmeditation
– på tærskelen til en ny verdensreligion



Videnskaben om meditation introducerer en ny og åndsvidenskabelig forståelse af menneskets forhold til det guddommelige. De gamle religioner er baseret på tro, og på at individet underkaster sig en religiøs autoritet. De henvender sig til en forholdsvis umoden menneskehed, der behøver strenge regler og åndelige ledere, uanset om de kalder sig præster, imamer eller andet. Fremtidens religion skal derimod bygge på videnskabelig klarhed, viden og forståelse – dvs. på den enkeltes egen oplevelse af det guddommelige og på personligt ansvar.

Videnskabelighed eller tro?

Videnskabelighed medfører ikke, at hjertets dimension er udeladt. Kærlighed og tjeneste for medmennesket vil altid være det centrale i religionen, men tiden er inde til at mennesket selv oplever det guddommelige på baggrund af indre oplysning.

Videnskabelighed betyder, at man personligt erfarer, at verden er baseret på åndelige lovmæssigheder, som er nøjagtig lige så virkelige og styrende i livet som f.eks. tyngdeloven. Karmaloven, loven om reinkarnation, loven om den frie vilje og loven om tankens kraft er eksempler på lovmæssigheder, der styrer menneskets og planetens liv.

En af de primære lovmæssigheder, der optræder i mange mysterietraditioner, er analogiloven. Den siger: "*Som foroven, således også forneden*" ifølge den græske vismand Hermes Trismegistos. Åndsvidenskaben fortæller, at hvis man finder principper i det små, kan man være sikker på at finde de samme principper i det store. Den tibetanske mester Djwhal Khul fortæller:

"Det mikrokosmos, man kender, vil altid indeholde nøglen til makrokosmos. Makrokosmos genspejler sig evigt i mikrokosmos – i mennesket – og som følge heraf har mennesket i sig muligheden og anlæggene for en fuldkommen forståelse".



Det er kendskabet til og erfaringen med de esoteriske lovmæssigheder, der en dag vil gøre mennesker til praktiserende esoterikere og bevidste medskabere af livet på Jorden i samarbejde med de guddommelige principper.

Tankerne bygger på hypoteser, der i øjeblikket ikke har mulighed for at blive videnskabeligt verificeret af naturvidenskabens forskere. Dog er vidnesbyrdene fra historiens mange oplyste skikkelser vægtige indicier på, at der er god grund til at afprøve hypoteserne i praksis. Men fordi åndsvidenskabens erkendelser er baseret på anvendelsen af metafysiske evner, vil området set fra et naturvidenskabeligt syn fortsat være et mysterium.

Det er dog ikke alle aspekter af læren, der ligger udenfor videnskabelig verifikation. Den parapsykologiske forskning har bevist eksistensen af psykiske evner – herunder telepati. Dean Radin, Ph.D. udtaler i sin anerkendte bog om forskning i parapsykologiske fænomener:

"Indtil videre har man lært, at de virkninger, der er blevet iagttaget i tusinder af psi-eksperimenter, ikke skyldes tilfældigheder, selektive rapporter, svingende kvalitet i eksperimenterne eller tilrettelægningsmæssige mangler. De er blevet uafhængigt gentaget af kompetente, konventionelt trænede forskere ved velkendte akademiske, industrielle og regeringsstøttede laboratorier verden over i mere end ét århundrede. Resultaterne er i overensstemmelse med menneskelige erfaringer, der er blevet rapporteret igennem historien og i alle kulturer".¹

1 Dean Radin: *The Conscious Universe*

Den parapsykologiske forskning beviser naturligvis ikke, at karmaloven er en realitet. Den har ikke engang bevist, at der eksisterer et liv efter døden, selvom tusindvis af nærdødsberetninger efterhånden burde indikere det. Men det, den kan dokumentere med overbevisende styrke, er, at tankesindets kræfter kan skabe en væsentlig påvirkning af stoffets verden. Derved nærmer man sig antagelser, som esoterikere har postuleret for længst.



Videnskaben om skabelse

Okkultisme er for mange et negativt ladet ord, der er forbundet med djævle- dyrkelse, sort magi og mystiske ritualer, men okkult betyder simpelthen "skjult", og esoterisk betyder "indre". Okkultisme og esoterisme handler derfor om det skjulte og det indre. At okkultisme og esoterisme er magi, er for den trænede esoteriker hævet over enhver tvivl – magi forstået som evnen til at skabe konkrete resultater ved hjælp af indsigt i livets lovmæssigheder og bevidst styring af tankesindets energier. Om magien er sort eller hvid, afhænger af motivet hos de, der praktiserer magien. Bruges indsigten til at styrke kærlighed og uselviske formål, er udøveren det, der kaldes en hvid magiker, og derfor er det nemt at regne ud, hvad en sort magier er.

Ifølge Djwhal Khul er der en række grundsætninger, som den esoteriske filosofi bygger på.

1. Der er intet i manifestation undtagen organiseret energi.
2. Energi følger eller former sig efter tanken.
3. Esoterikeren arbejder i og med energi.

Punkterne kan uddybes ved at tilføje, at naturvidenskaben har anerkendt punkt 1. Kvantefysikken fortæller, at alle fysiske atomer er energi i bevægelse fra det mindste sandskorn til planeten i sin helhed.

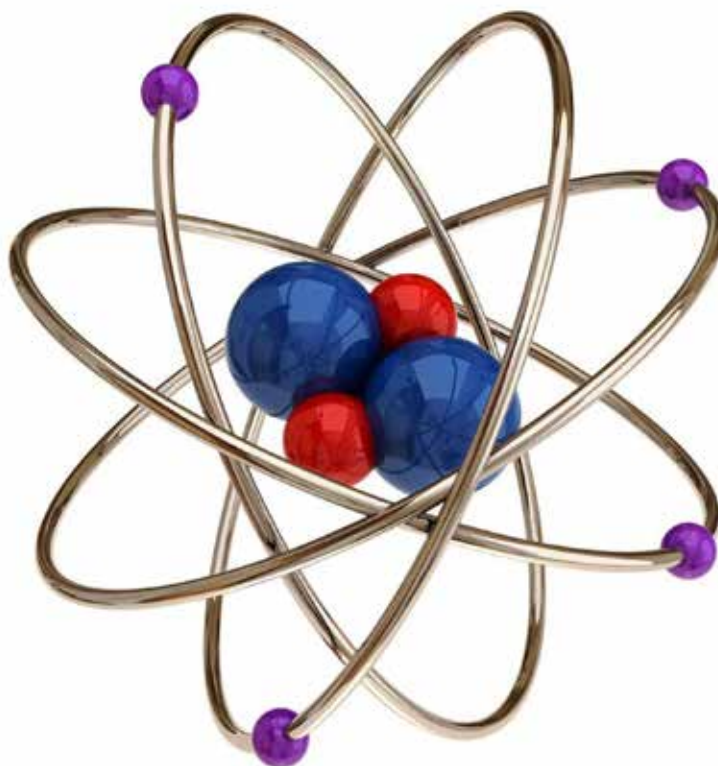
Eller sagt med kvantefysikeren David Bohms ord:

"Stof er fortættet eller stivnet lys ... alt stof er en fortætning af lys i mønstre, der bevæger sig frem og tilbage med gennemsnits- hastigheder, som er mindre end lysets hastighed."

Esoterikerens grundlæggende antagelser er derfor, at energi – uanset om den udtrykker sig som fysisk fast form eller som følelses- og tankeformer – kan påvirkes af den bevidst styrede tanke og forme sig efter de tanker, man tænker. Sagt med andre ord: Man bliver, som man tænker, og man er, som man har tænkt. Til det sidste punkt kan tilføjes, at når man kender lovene for energiens adfærd, kan man skabe og påvirke livet på Jorden, og dermed bliver man en praktisk arbejdende esoteriker.

De syv stofplaner

Når åndsvidenskaben taler om, at alt er energi, kræver det en nærmere forklaring. Man ved fra naturvidenskaben, at der "bag" de fysiske atomer og molekyler findes endnu mindre partikler, som de grundlæggende fysiske byggesten er opbygget af. De kaldes subatomare partikler. Man taler f.eks. om elementarpartikler og kvarker. Det særlige ved partiklerne er, at man egentlig ligeså godt kunne definere dem som energi eller bølger pga. deres adfærd.



Et andet tankevækkende fænomen er, at afstanden mellem et atom og de kredsende elektroner er kolossal stor og tilsyneladende består af et enormt tomrum. Her går åndsvidenskaben et skridt videre og forklarer, at det, man iagttager under elektronmikroskopet og de kvantefysiske forsøg, i virkeligheden kun er det guddommeliges alleryderste klædning. Inde bag de fysiske partikler findes en overvældende stor verden af endnu finere og mindre stofpartikler. Eller for at benytte et andet billede og en energi-terminologi, så er der ud over den fysiske verden seks andre energiverdener på højere frekvenser. Den indre verden kan sammenlignes med det elektromagnetiske bølgespektrum, hvor de forskellige frekvensskift resulterer i de fænomener, der f.eks. kaldes radiobølger, lys og røntgenstrålinger. Der er dog den væsentlige forskel, at de indre bagvedliggende planer er verdener af *bevidsthed*. Bevidstheds- og energiplanerne kalder åndsvidenskaben for henholdsvis det astrale, mentale, buddhiske, atmiske, monadiske og logoiske plan.

Det laveste eller tætteste fysiske plan er det plan, der kan iagttages med de fysiske sanser, og det er det område, kvantefysikken beskæftiger sig med, og som åndsvidenskaben kalder det æteriske plan. Det æteriske plan består delvist af det elektromagnetiske bølgespektrum, og dets funktion er bl.a. at vitalisere de fysiske organismer. Overført til menneskets erkendelsesniveau, så oplever mennesket æterisk energi, som en følelse af vitalitet og energioverskud.



Astralplanet er menneskehedens kollektive psyke – et begreb der kommer tæt på C. G. Jungs definition. Her eksisterer hele menneskehedens kollektive forestillingsbilleder, myter og arketyper. Alt hvad menneskeheden har følt i alle tidsaldre er afbilledet her – fra de laveste morderiske drifter til de højeste aspirative længsler. De astrale former vil eksistere, så længe der er mennesker, der holder dem i live ved at føle lignende følelser.

Mentalplanet deles i et lavere og et højere tankeplan, og det lavere mentalplan er i praksis tæt sammenvævet med astralplanet og udgør derfor en del af den kollektive psyke. Det lavere mentalplan rummer alle de tankeformer, som menneskeheden har opbygget gennem især de seneste 500 år, hvor de brede befolkningsgrupper for alvor er begyndt at bruge tænkeevnen. Her findes alt fra de laveste intrigante og egoistiske tanker til de store ophøjede teorier, som verdens forskere, filosoffer og psykologer har udtænkt. Det højere tankeplan – der også kaldes kausalplanet – er idéernes verden. Det er her sædekornet og den arketypiske impuls bag hele skabelsen befinder sig. Når et menneske er i stand til at trænge ind i den høje verden, kan det modtage en impuls til en ny opfindelse – dvs. at endnu et aspekt af den guddommelige plan kommer til syne i den menneskelige bevidsthed. Verdens store tænkere står i forbindelse med kausalplanet, når de ved hjælp af deres lavere analytiske tankesind kontakter og formulerer idéen fra det højere mentalplan.

Menneskets åndelige opbygning

På det individuelle niveau responderer de syv planer til en række bevidsthedstilstande – erkendte og uerkendte – i den individuelle psyke. Menneskets dagsbevidste verden kaldes for personligheden og består af "stof" fra de tre laveste planer.

Det fysiske, astrale og mentale plan udgør menneskets fysisk-æteriske legeme, følelseslegemet og tankelegeme. Det lyder måske mystisk, at menneskets følelses- og tankeliv omtales som stof, men clairvoyant forskning bekræfter det. For den clairvoyante er menneskets legemer stofformer med farver, der indikerer bestemte kvaliteter, som svarer til de følelser og tanker, mennesket har givet opmærksomhed gennem de mange inkarnationer, det har levet. Det er imidlertid mere kompliceret, men det kan give et foreløbigt billede.



Desuden har mennesket et kausal- eller sjælslegeme, der består af de fineste åndelige kvaliteter, mennesket har udviklet gennem mange inkarnationer. Sjælens primære kvalitet er kærlighed. Den er bevidsthedens fokuspunkt, som udleder erfaringerne fra de mange liv i inkarnation og omdanner dem til permanente kvaliteter i sjælens anlæg.

Det er årsagen til, at mennesker fødes med forskellige egenskaber, for der er naturligvis både ældre og yngre sjæle. Det er sjælen i mennesket – "samvittighedens stemme" – der tilskynder til at udvikle de sande, smukke og kærlige egenskaber.

Men sjælen er ikke menneskets virkelige åndelige ophav. Den er blot et midlertidigt brændpunkt for monadens liv, fordi mennesket endnu ikke har udviklet evnen at registrere det monadiske liv. Monade betyder "den ene", og den er menneskets sande åndelige og guddommelige kerne, der er skabt ud af det guddommelige legeme eller – som det hedder i Bibelen – "skabt i Guds billede". Monaden er "Faderen" i mennesket. Mennesket er på de inderste, dybeste og allerhøjeste planer en "gnist" i den guddommelige aura – en dråbe af det uendelige hav. Det er monaden, det ene liv i mennesket, der er rejst til den fysiske verden for at indhente erfaringer og lære at skelne mellem lys og mørke. Mennesket er Bibelens "fortabte søn", der rejser ud i verden og glemmer sit faderlige ophav, men i lidelsens verden erkender det, hvor det kom fra og begynder den lange pilgrimsrejse tilbage til "Faderens hus".



Menneskets opbygning med det fysiske, æteriske, astrale, mentale og kausale legeme og højere bevidsthedsplaner.



Loven om invokation og evokation

Den esoteriske tænkemåde er grundlæggende, hvis man vil forstå filosofien bag meditation, for meditation er et praktisk esoteriske tjenestearbejde. Meditationens skabende visualiseringer og dens påkaldelse af guddommelige kræfter er baseret på loven om invokation (påkaldelse) og evokation (svar).

Når man samles i meditationsgrupper og udsender en tankeimpuls, der er ladet med et positivt formål som f.eks. verdensenhed, vil den udadgående energistrøm (invokation) nå oplyste mennesker, der er modtagelige for impulserne. Deres svar (evokation) udsendes som åndelig energi, der nedtrappes til tankeenergi. Eller sagt på en anden måde: Jorden får tilført en strøm af åndelig inspiration, som højere udviklede mennesker har mulighed for at opfange og realisere i praksis. Når man får en lys idé, så tror man som regel, at det skyldes personlig genialitet, men i virkeligheden modtager man tanken fra de højere bevidsthedsplaner via sjælen.



Meditation er på den måde med til at påvirke tankeklimaet i verden. Og det bliver nemmere for det enkelte menneske at få lyse idéer, og på den måde er man direkte involveret i guddommeligt skabende arbejde. Den indre verden har behov for den ydre verdens medvirken i skabelsesprocessen, for uden menneskeheden frie og gode vilje, kan planen for Jorden og menneskeheden ikke realiseres.

Solsystemet er ikke opstået ved en tilfældighed, selvom mange forskere påstår det. Sandsynligheden for at Universet med sin perfekte orden, er skabt ved et tilfælde svarer til, at man påstår, at man kan skabe et leksikon ved at kaste en håndgranat ind i et bogtrykkeri. Der er derfor god grund til at antage, at der står en guddommelig intelligens bag skabelsen. Åndsvidenskaben beskriver, hvordan livet på Jorden er underlagt en evolutionær impuls, der gradvis leder livet mod fuldkommenhed.

Der findes med andre ord en guddommelig plan for livets udfoldelse, en plan hvor menneskeheden udvikler sig frem mod større enhed og gode menneskelige relationer. Udviklingsprocessen er underlagt en væsentlig begrænsning – menneskets frie vilje. Mennesket skal selv skabe det såkaldte paradys på Jorden ved at vælge lyset og fravælge mørket. Det lyder enkelt og ligetil, men det er ufatteligt svært. Liv efter liv kæmper mennesket sig sig frem mod større og større bevidsthed, indtil det efterhånden begynder at opleve sin egen enhed med alt i skabelsen.





VidsomsNettet

www.vidsomsnettet.dk