

Erik Ansvang

*Menneske
kend
dig selv*

Astrallegemet

06



VisdomsNettet

www.visdomsnettet.dk

MENNESKE KEND DIG SELV

o6

ASTRALLEGEMET

Erik Ansvang



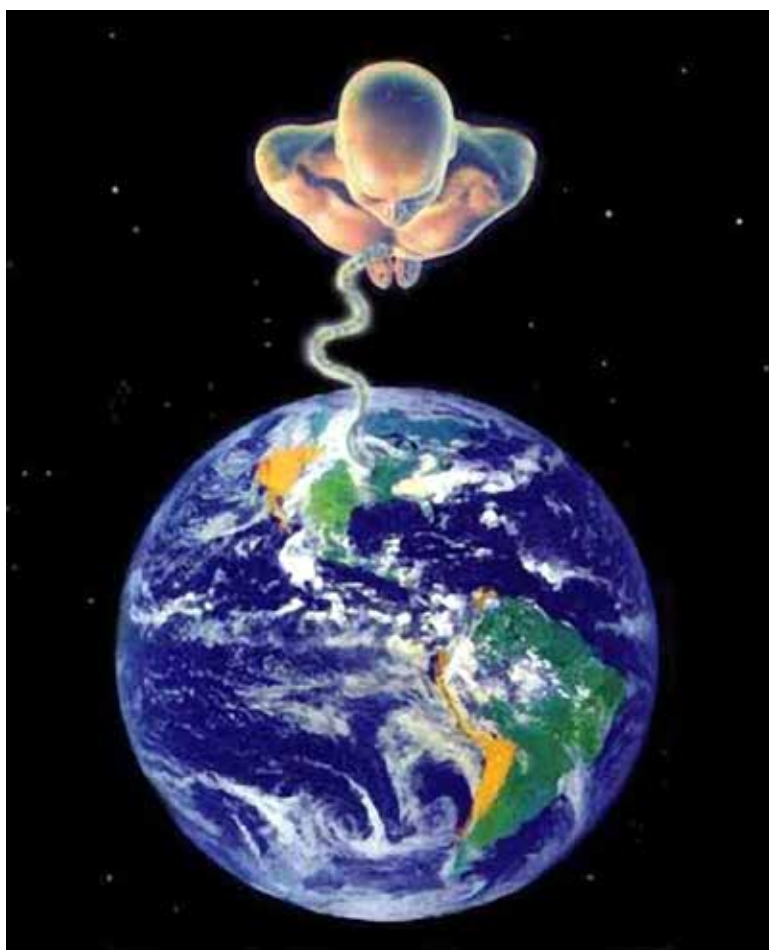
VisionsNettet
www.visionsnettet.dk

Menneske kend dig selv

06

ASTRALLEGEMET

Af Erik Ansvang



Astrallegemet eller menneskets følelsesmæssige natur skal nu behandles. Som sagt har mennesket et fysisk-æterisk legeme, og man ved, at det er det usynlige æterlegeme, der forbinder det ydre fysiske menneske med det indre psykiske. Der er tale om en åndsvidenskabelig grundregel, som siger, at alle levende væsener manifesterer sig indefra og udefter. Det fysiske legeme er sidste led i en årsags-virknings kæde, der er forbundet med de dybeste eller højeste åndelige tilstande. Det legeme, der ligger lige over eller bag det fysiske, er følelseslegemet eller astrallegemet. Ordet "astral" er arvet fra Middelalderens alkymister. Astral betyder "*lysende som en stjerne*". Det hentyder til astralstoffets lysende eller strålende udseende.

Astrallegemet ligner det fysiske legeme, men astrallegemet er omgivet af en aura af glitrende farver af en finhedsgrad, der er langt højere end det fysiske stofs. I dette legeme udtrykker mennesket følelser, lidenskaber, begær og sindsbevægelser.

Forveksling og forvirring

Astrallegemet og astralplanet kan ses og fornemmes af sensitive mennesker. Astrallegemet forveksles ofte af disse mennesker med mentallegemet ... eller det æteriske legeme ... eller sjælen ... eller åndelige vejledere ... eller mestre etc. Og mange af de mennesker, der faktisk har forstået sammenhængen, beskriver alligevel astralplanet som en total illusion, og derfor ignorerer de denne verden.

Denne negative holdning har skabt problemer for søgende mennesker, for den står i vejen for ønsket om at udfolde de åndelige kræfter. Den negative tilstand kommer til udtryk på tre måder:



1. Frygt for astralplanet

Frygten kan gøre et menneske ude af stand til at håndtere sin følelsesnatur. Frygten, som ofte er et resultat af fejlagtige oplysninger, regulære usandheder og overtro, skaber en illusion, der fordrejer virkelighedsopfattelsen. Frygten blokerer for yderligere afdækning af sandheden.

2. Interesse for fænomener

Interessen medfører, at man indfanges i stoffets og formens verden. Og denne dragning øges, når man kontakter astralplanet uden den nødvendige forståelse af, hvordan astrale former skal fortolkes, og uden tilstrækkelig viden om den rigtige håndtering af de kræfter, formerne rummer. Oplevelsen af formernes skønhed får mange til at tro, at de har nået deres mål, og de søger derfor ikke dybere. De ledes i stedet videre ud af fænomenernes sidevej, som kan være en meget lang omvej.

3. Afvisning af astralplanets eksistens

Nogle betragter astralplanet som ren illusion. Dette problem står i vejen for en forædling af følelseslivet, lukker døren til den naturlige udvikling af de metafysiske evner, og gør det nærmest umuligt at deltage i skabende aktivitet.



1. Frygt for astralplanet

Frygten kan fjernes ved at erkende, at man ikke har grund til at frygte andet end sig selv. Frygten stimuleres af negative erfaringer, man har oplevet på astralplanet. For at afklare dette problem, skal man se nærmere på erfaringernes natur og deres konsekvenser.

Rummer totalsummen af alle følelser

Astralplanet rummer totalsummen af menneskehedens følelser og emotioner. Her findes næsten alle menneskehedens tanker manifesteret som konkrete former, for de fleste tanker er opstået af følelser. Alle disse former har deres eget selvstændige liv og eksistens på astralplanet. Derfor er det ikke underligt, at astralplanet kaldes for illusionsplanet. Det er nødvendigt at have indsigt for at fungere på astralplanet og arbejde der.

Man møder det, man selv har skabt

Det er nemt at forestille sig problemerne for de mennesker, der for første gang løfter bevidstheden ind i dette område. Opmærksomheden vil blive tiltrukket af området med de former, der enten er skabt af dem selv eller af ligesindede. Hvis disse mennesker rummer frygt af en eller anden slags, vil de møde genstanden for deres frygt, som her har taget form.

Tror de på et helvede efter døden, vil de sandsynligvis se djævlene med horn og haler og en flammende svovlpøl. Er de ofte jaloux, bitre, irritable eller vrede, møder de disse tankeformer – uden at genkende dem som deres egne. Ligesindede, der er nært knyttet til dem, vil også fylde astralplanet med tilsvarende selvskabte former. De vil derfor se og høre ubehagelige ting, som virker truende og farlige.

De vil opleve dem som astralplanets virkelighed uden at erkende, at de har skabt det hele selv gennem deres holdninger og adfærd. Oplevelsen bliver en illusion. Princippet er det samme, som hvis man laver en tegning af en djævel, men i dette tilfælde bliver man ikke forskrækket, når man ser det færdige resultat. Man vil vide, at man selv har skabt den – og at den ikke er en trussel, selvom den ser truende ud.

Man er sin egen fjende

Man skal derfor udvikle mod. Man skal først og fremmest acceptere, at man er sin egen fjende. Undgå derfor at møde andre med frygt og mistænksomhed. Forsøg at møde andre med tillid og at skabe rigtige menneskelige relationer. Lad lyset fra sjælen strømme ind i legemerne og ud i omgivelserne for at rense og forædle de forskellige aspekter af bevidstheden. Hvis man er i stand til det, vil man ikke blive narret af de former, man møder på astralplanet.



2. Interesse for fænomener

Mennesker, der lokkes på fænomenernes afveje, har som regel mange inkarnationer bag sig, hvor de har praktiseret hengivenhed og ofte fanatisk aspiration. Deres bevidsthed er fokuseret i astrallegemet. De vil i det store hele være emotionelle af natur. Deres åndelige visioner vil helt naturligt skabe komplicerede former af stor skønhed.

Gader af guld, harpespillende engel

I meditation vil kontakten med astrallegemet udtrykke emotionalitet med stor styrke. Hjernen vil blive stimuleret på en måde, der omsætter de former, som man selv har skabt i tidligere inkarnationer ved hjælp af hengivne tanker, til syn og lyd. Man vil ikke genkende formerne som sine egne, men opleve dem som et mål. Man ser nemlig gader af guld, og harpespillende engle eller andre visioner, der er skabt af kristne forestillinger om himmerige. Processen drives ikke af aspiration. De indhylles i en selvskabt drømmeverden af ydre skønhed. Og de er døve over for behovet for aktivt samfundsengagement til gavn for menneskeheden.

Fanget af formerne

Senere vil flere og flere udvikle psykisk sensitivitet over for andre astrale former, men da opmærksomheden fortsat er rettet mod formerne, vil de stadig hverken være i stand til at fortolke dem korrekt eller håndtere dem. De får muligvis syn. De hører eventuelt stemmer. De kan måske forudsige. Men de forstår kun svagt betydningen. Deres evne til at håndtere astrale kræfter vil gradvis nedbryde det fysiske legeme, og det kan i værste fald medføre sygdom, sindssyge eller død.

Undgå at tilstræbe udviklingen af psykiske evner

Trangen til at udvikle psykiske evner udgør en af de største farer for det søgende menneske. Derfor er det vigtigt at advare imod interessen for fænomener. *Undgå at tilstræbe udvikling af psykiske evner.* Udviklingen vil ske naturligt og parallelt med, at den åndelige udvikling skrider frem.

Hvis man får et syn, hører en stemme etc., skal man ikke tillægge oplevelsen betydning. Søg sandheden i energiernes, abstraktionernes eller ideernes verden. Senere vil man være i stand til at give disse ideer konkret form uden at miste sansen for virkeligheden. Først da vil evnerne kunne gavne menneskeheden.

3. Afvisning af astralplanets eksistens

Astrallegemet og astralplanet er en kraftkilde. Indtil det forstås, kontrolleres og bruges målrettet, kan det åndeligt søgende menneske ikke deltage i skabende arbejde. Det er de astrale energier, der giver de mentale energier form. Og det er en forudsætning for, at de kan manifesteres i fysisk form.

Problem:

Undertrykkelse af følelser

Når aspiranter betragter astralplanet og følelsesnaturen som ren og skær illusion, skyldes det ofte, at de har erfaret, hvordan frygt og binding til det astrale har ført dem på afveje. De er ofte mentalt polariserede og som regel også hånlige over for følelser. De er indstillet på ikke at begå de samme fejl som deres medmennesker, og beslutter derfor, at hele emnet om den følelsesmæssige natur er ren og skær blændværk.



De undertrykker dermed deres følelser, og det resulterer i en skjult energitilstrømning til deres uerkendte astrale former. De forsøger udelukkende at arbejde på mentalplanet, hvor de bygger form efter form, som de før eller senere skal konfrontere på astralplanet.

Kan ikke omsætte tanker til handling

På grund af denne holdning, kan deres tankeformer ikke manifestere sig på det fysiske plan. Og derfor er de ofte frustrerede over deres manglende evne til at omsætte tanker til handling. Holdningen forsinker den nødvendige integration af sjælens trefoldige redskab og muligheden for at opnå sjælsbevidsthed.



Astrallegemets natur

Alle mennesker har et astrallegeme. Alle bruger dette legeme. Men det er forholdsvis få, der er bevidste om astrallegemets eksistens. Og det er ganske få, der kontrollerer det og fungerer selvbevidst i det. Astralstof eksisterer i syv finhedsgrader, der svarer til det fysiske stofs syv tilstande: Fast, flydende, luftformig, æterisk, superæterisk, subatomart og atomart. De astrale niveauer har endnu ikke fået navne, men beskrives som regel med tal, hvor det fineste er det første og det groveste er det syvende.

Elektroner er astrale atomer

Astralstof er langt finere end fysisk stof og gennemtrænger det. Et fysisk atom flyder derfor i et hav af astralstof, som omgiver det og udfylder ethvert mellemrum i fysisk stof. Princippet medfører, at bevidsthedsplanerne gennemtrænger hinanden. Mennesket skal derfor ikke bevæge sig i rummet for at opfatte indre bevidsthedsplaner. Det skal blot udvikle den sensitivitet, som gør det muligt at opleve dem. Astralverdenen er derfor en tilstand og ikke en lokalitet.

Astrallegemet rummer alle syv stofniveauer

Astrallegemet er sammensat af stof fra alle syv niveauer. Det er derfor muligt at erfare følelser af alle typer og styrker.

Hos et uudviklet menneske er astrallegemet tåget og løst sammenhængende med overvægt af stof fra de lavere niveauer. Farven er mørk og tæt – ofte så tæt at omridset af det fysiske legeme næsten forsvinder. Dette astrallegeme reagerer bedst på kraftige stimulanser, som er forbundet med stærke lidenskaber og lavere begær.

Hos et gennemsnitsmenneske med god moral og intelligens er astrallegemet betydeligt større. Astralstoffet er mere afbalanceret og kvaliteten er finere. Det har en lysende karakter og er klart afgrænset.

Hos et åndeligt udviklet menneske er astrallegemet endnu større i omkreds, og det består af fine og højt vibrerende astrale partikler.

Overordnet kan man sige, at farverne i uudviklede menneskers astrallegeme er grove og grumsede. Gradvis bliver de mere og mere lysende og gennemsigtige efterhånden som mennesket udvikler sig følelsesmæssigt, mentalt og åndeligt.



Den astrale aura

Den centrale del af astrallegemet tager form efter det fysiske legeme og kan skelnes klart fra den omgivende aura. Den tætte del af astrallegemet kaldes som regel det fysiske legemes "astrale genpart".

Årsagen er, at de tre lavere fysiske stoftilstande (fast, flydende og luftformig) er forbundet med de tre lavere astrale stoftilstande. På astralplanet danner de den relativt faste del af astrallegemet, som har samme form som det fysiske legeme.

Genkendelse på astralplanet

Nogle påstår, at genparten er grunden til, at man kan genkende hinanden på astralplanet under søvnen eller efter døden. Lægevidenskabelig forskning af nær-død-oplevelser viser imidlertid, at genkendelsen er en slags *"sjælelig genkendelse"* – altså uafhængig af formen. Det passer med andre esoteriske informationer, som oplyser, at man ved hjælp af tanken kan forme og omforme sit udseende, når man befinder sig i astrallegemet. Formen kan derfor ikke være udgangspunkt for genkendelsen. Alle fysiske objekter har en astral genpart. Derfor er sten, planter og dyr også omgivet af en astral aura.



Farver

Den astrale aura er kendetegnet ved de farver, der glimter, spiller og strømmer igennem den. Farverne er udtryk for følelser, lidenskaber og sindsbevægelser. På astralplanet ser man de kendte farver – plus mange ukendte. Farverne bliver nemlig finere og mere lysende, efterhånden som mennesket hæver sig fra niveau til niveau. På astralplanet ser man farvernes højere oktaver. Her er de vigtigste farver, og de følelser de repræsenterer:

Aurafarvernes betydning (på astralplanet og mentalplanet)

SORT: (generelt fjendtlighed)

Tætte sorte skyer, giftige røgspiraler: Had, ondskab.

BRUN: (generelt selvcentrering)

Mat brunrød, rustrød: Nærighed, griskhed, grådighed.

Hård, mat gråbrun: Egoisme, selviskhed.

Grønbrun med tunge purpurrøde glimt: Jalousi.

GRÅ: (sædvanligvis depression, mangel på energi)
Mørk blygrå (meget dystert og trist): Dyb depression.
Askegrå (meget ubehagelig): Frygt.

RØD:

Dybrød på sort baggrund: Vrede forbundet med had.
Stærk skarlagensrød: Irritation, vrede.
Kraftig purpurrød, strålende skarlagensrød: Indignation, harme.
Smudsig blodrød, glødende ildrød: Sanselighed, sensualitet.
Høj rød, tung karmoisinrød: Fysisk kærlighed.
Rosa, rosenfarvet: Venlighed, kærlighed, uselviskhed.
Strålende rosenrød med lilla: Åndelig kærlighed til helheden.

ORANGE:

Kraftig orange: Stolthed, ærgerrighed.
Lys orange: Selvværd, høje ambitioner.
Gyldenorange: Vitalitet.

GUL:

Mat mørkegul, okkerfarvet: Egoistisk motiveret intelligens.
Mellemgul, stærk knaldgul: Intelligent forståelse.
Lysende citrongul, primulagul: Åndeligt motiveret intelligens.
Gyldengul, strålende guld: Visdom, metafysisk indsigt, filosofisk, matematisk intelligens.

GRØN:

Grågrøn, smudsiggrøn: Snuhed, bedrageriskhed, list.
Smaragdgrøn: Alsidighed, opfindsomhed, fleksibilitet, uselvisk motiveret beslutsomhed.
Lysende blågrøn: Medfølelse, sympati, indlevelsesevne.
Klar æblegrøn: Vitalitet.
Mellemgrøn: Aktivitet, engagement, arbejdsom.
Gulgrøn: Aktivt sind.
Pastelgrøn, blågrøn: Æstetisk værdsættelse, kunstnerisk udtryk, skønhedssans, sans for harmoni.

BLÅ:

Blå blandet med grå: Anspændelse, stress.
Grumset gråblå: Overtroisk religiøsitet.
Lys himmelblå, ultramarin, kobolt: Hengivenhed, idealisme.
Klar blå: Religiøsitet, tilbedelse.
Meget dybblå, indigo: Stærk vilje, beslutsomhed.

VIOLET:

Lavendel: Åndelig aspiration, intuition.
Lysende blålilla med gyldne glimt: Høj åndelig stræben.
Syrénfarvet lilla: Åndelig kærlighed.
Dyb violet: Hengivenhed, kærlighed.
Ren mørk purpur: Meditation, bøn.



Blandede følelser – blandede farver

Menneskets følelser er næsten altid blandede. Derfor er farverne sjældent helt rene. Heldigvis holder positive følelser længere end negative. Relativ uselvisk kærlighed hører til det højeste astrale underplan og genspejler sig i mentalplanets tilsvarende stof. Dermed berøres sjælslegemet, som befinder sig på de højere mentale planer.

Sjælen påvirkes kun af uselviske tanker. Lavere tanker påvirker udelukkende de permanente atomer.

Astrallegemets funktioner



Astrallegemets funktioner kan i store træk inddeles i tre kategorier:

1. At gøre det muligt at føle.
2. At bygge bro mellem mentallegeme og fysisk legeme.
3. At fungere som et uafhængigt legeme.

1. At gøre det muligt at føle

Menneskets følelser er impulser fra astrallegemet. Følelserne i det fysiske legeme, er kun et svagt ekko af det, der føles i følelsernes egen verden, for en del energi går tabt ved overførslen til nervesystemet. Mennesket kender derfor ikke sine følelser, som de i virkeligheden er.

1a. Sansning

Hvad vil det sige at føle? At sanse vil reelt sige at respondere på sanseimpulser. Menneskets registrering af om noget er hårdt eller blødt, koldt eller varmt, tørt eller vådt, lækkert eller ulækkert er astral. Æstetiske impulser stammer også fra astrallegemet. Konklusionen er, at man ikke ser med synssansen. Man ser primært med astrallegemet, som sender impulserne ned i det fysisk-æteriske legeme, der registrerer dem, som noget man ser. En meget stor del af menneskets følelsesnatur er simpelthen respons på sanseimpulser.

1b. Begær

At begære noget vil sige at ønske sig noget. Begær har en modpol, nemlig alt det, man *ikke* ønsker – det man frygter. Man kan opleve intensive og brændende begær, men angsten er det mest dominerende af menneskets begær. Begæret efter at undgå det, man frygter, er langt stærkere, end at få det, man ønsker sig. Begær omfatter alle fundamentale begær såsom sult, tørst, seksualitet ...

1c. Almindelige følelsestilstande

Almindelige følelsestilstande hører også til begærene. Det kan være følelser som egoistisk "kærlighed", had, misundelse, jalousi, "kødets lyst", "øjnenes lyst" og stolthed. De fleste identificerer sig med denne type følelser, og betragter dem som det mest ægte, mennesket kan udtrykke. Åndsvidenskaben er bestemt ikke enig.

1d. Aspiration – højere begær

Begær er altid egoistiske, men begær er naturligvis mere eller mindre egoistiske. Det højeste astrallegemet kan svinge sig op til, er begæret efter åndelig udvikling. Det er stadig et begær, for det er noget man ønsker til sig selv. Men det er den højeste følelse, astrallegemet kan udtrykke, og i åndsvidenskaben kaldes denne følelse for "åndelig aspiration".

Aspiration er bedre end andre begær, for i sidste ende vil aspirationen eliminere sig selv – man bliver begærfri. Dybest set er ingen astrale funktioner begærfri. Der er altid et egoistisk motiv, men i følelsesnaturens højeste dimensioner, er begæret uhyre subtilt – det kan eksempelvis være følelsen af at være et kærligt menneske.

2. At bygge bro mellem mental- og fysisk legeme

Når mennesket modtager indtryk fra de fysiske sanser, overføres de til astrallegemet, hvor de registreres som en følelse eller fornemmelse. Vibrationen forplanter sig videre til tankesindet (mentallegemet). Uden denne bevidsthedsbro ville der ikke være nogen forbindelse mellem den ydre verden og tankesindet. Omvendt sætter man mentalstoffet i bevægelse, når man tænker. Vibrationer overføres til stoffet i astrallegemet, som påvirker det æteriske stof, hvorefter impulserne opfanges af den fysiske hjerne.

Kama-manas

Normal hjerneintelligens skabes ved forening af følelser og tanker. Denne forening kaldes "*kama-manas*". Kama (begær) blandes med manas (tanker).

Tankesindet kan ikke påvirke de fysiske hjernecellers molekyler direkte. Først når tanker forenes med følelser, er det muligt at sætte de fysiske molekyler i bevægelse, og derved skabes "hjernebevidsthed". Det er naturligvis lavere manas eller det konkrete tankesind (dvs. stof fra mentalplanets fire lavere niveauer), der er forbundet med kama eller følelserne.

3. At fungere som et selvstændigt legeme

Astrallegemets udvikling har to tydelige stadier. Først skal det udvikles som et overførende legeme. Derefter som et selvstændigt og uafhængigt legeme, som mennesket kan fungere frit i på astralplanet.

3a. Under almindelig vågen bevidsthed.

Det er muligt at kontrollere de astrale kræfter, mens den fysiske hjerne er vågen og sanserne er vidt åbne.

3b. Under søvn eller trance.

Det er muligt for astrallegemet at skille sig fra det fysiske legeme og bevæge sig omkring og fungere frit på astralplanet under søvn og i trance.

3c. Under viljens kontrol

Det er muligt at udvikle kontrollen over astrallegemet så meget, at man bevidst og på det tidspunkt man selv vælger, kan forlade det fysiske legeme og benytte astrallegemet med ubrudt bevidsthed.

3d. Efter den fysiske død

Når det fysiske legeme dør, trækker bevidstheden sig automatisk ind i astrallegemet, hvor livet fortsætter på astralplanet.



Det fysiske følelsesliv

Der skal nu fokuseres på de faktorer, der bestemmer astrallegemets natur og egenskaber i det vågne *fysiske* liv, og det kommer til udtryk på tre områder:

1. I det fysiske liv
2. I følelseslivet
3. I tankelivet

1. Det fysiske liv

Et fysisk legeme, der ernæres af usund føde, vil skabe et tilsvarende urent astralt legeme. På samme måde vil ren føde medvirke til at skabe både et rent fysisk og astralt legeme. Et groft astrallegeme vil være modtageligt for følelser af grovere art, mens et finere astrallegeme vibrerer ved renere følelser. Det er umuligt at have et groft fysisk legeme og samtidig have et fint astrallegeme og mentallegeme. De tre legemer er indbyrdes afhængige.



Narkotika

Stort set alle slags narkotika har en skadelig virkning på de indre legemer. Under sygdom er nogle af disse midler uundværlige, men i andre tilfælde skal de bruges mindst muligt.

Fysisk støj

Fysisk støj ryster nerverne og er årsag til irritation og træthed. En overfladisk irritation varer måske kun 5-10 minutter, men virkningen på astrallegemet kan vare i 48 timer. Man kan derfor generelt sige, at et sundt fysisk helbred, fremmer udviklingen af de indre legemer.

Ferie

Ferie ved havet eller ture i skov- og bjergområder påvirker sædvanligvis astrallegemet på en positiv og vitaliserende måde.

2. Følelseslivet

Astrallegemet bruges hver gang man føler en følelse – bevidst eller ubevidst. Man bruger også mentallegemet, hver gang man tænker en tanke. Og det fysiske legeme bruges hver gang man udfører en fysisk handling.

Astrallegemet har sine egne vaner. Man har selv indarbejdet dem ved at gentage bestemte følelser. De negative egenskaber vibrerer i grovere stof, mens de gode egenskaber kommer til udtryk gennem stof med de finere stoffers hastighed.

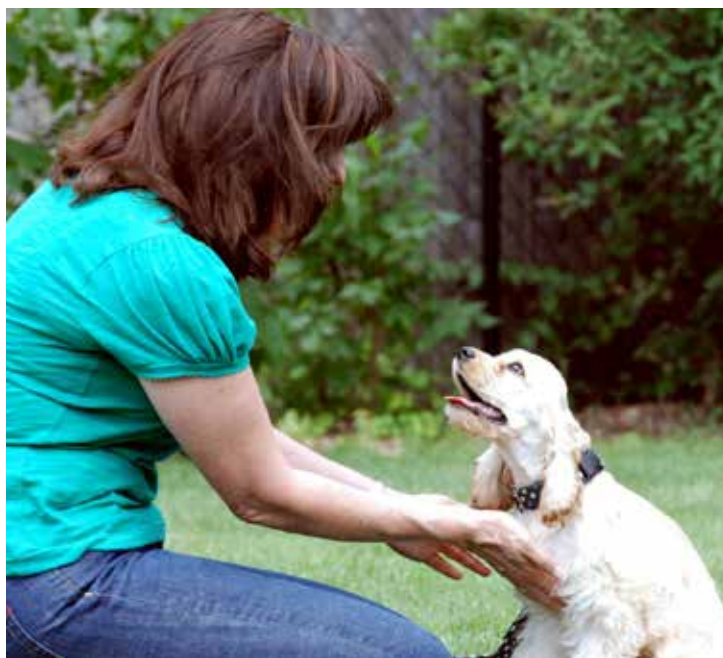
Sjælen reagerer ikke på lave astrale vibrationer

Sjælslegemets højt vibrerende stof kan ikke reagere på de lavere astrale vibrationer – og derfor er det kun de højere følelsesmæssige egenskaber, der kan indbygges i sjælslegemet. Negative tanker og følelser påvirker ikke sjælen. De oplagres i de astrale og mentale permanente atomer, hvor de venter til næste inkarnation. Man møder derfor sine selvskabte negative tilbøjeligheder igen og igen, indtil man har overvundet dem. Astralstof reagerer hurtigere end fysisk stof på enhver impuls fra de indre verdener. Følelseslegemet reagerer derfor hurtigt på enhver tankeimpuls – uanset om den kommer fra andres tankesind eller fra ens eget. Et astrallegeme, der er vant til at reagere på negative tanker, suger derfor lignende tanker og følelser til sig, hvorimod de preller af på et højt vibrerende astrallegeme.



Guru-chela forhold

Astrallegemet påvirkes af vibrationer fra andre astrallegemer. Det er almindelig kendt i Østen, og det er en af grundene til, at en chela (elev) lever i umiddelbar nærhed af en guru. Guruen renser og udvikler ikke alene elevens astrallegeme ved hjælp af øvelser, men holder også eleven fysisk i sin nærhed. Den tætte forbindelse afstemmer gradvis elevens legemer efter guruens. Det kræver naturligvis, at guruen selv har skabt balance i sine legemer.



Dyr i menneskers nærhed

Det samme sker for dyr, der er nært tilknyttet mennesker. Et dyrs hengivenhed for sin ejer og dets tankemæssige anstrengelse for at forstå ejerens ønsker, udvikler dyrets spæde intelligens og hengivenhed. Men desuden påvirker vibrationerne fra menneskets legemer dyrets og fremskynder processen. Ultimativt vil dyret individualisere og blive et menneskeligt væsen længere fremme i evolutionen.

Andre menneskers vibrationer

Astralverdenen vibrerer af alle menneskers tanker og følelser, og de bombarderer og påvirker ethvert astrallegeme. Desuden er der ofte lavtstående astrale væsener til stede, og de nyder de grove vibrationer fra f.eks. had og vrede. De kaster sig ind i enhver energihvirvel af grovere type. På denne måde forstærker de energibølgerne. Mennesker, der giver efter for grove følelser, er altid omgivet af denne type astrale væsener, som venter på næste lidenskabelige udbrud.

Begærelementalen

Menneskets astrallegeme består af elementalessens, der er en slags selvstændigt halvintelligent væsen, som i åndsvidenskaben kaldes begærelementalen. Den følger sin egen udvikling, som er den modsatte af mennesket. Den er på vej nedad i stoffet (involution) uden hensyn til det menneske, den er tilknyttet. Dens interesser er modsat menneskets, for den søger mod tungere og grovere vibrationer. Og den får mennesket til at tro, at det er mennesket selv, der ønsker de sindsbevægelser, den begærer. Elementalen bliver en slags indre frister. Den er ikke ond. Faktisk er den slet ikke et væsen under udvikling. Og den har ingen kraft til reinkarnation. Det eneste der udvikler sig, er det stof, den består af. Den kender intet til det menneske, som den er en del af.

Man skal derfor kontrollere begærelementalen og forhindre dens tilbøjelighed til at søge mod lave og grove fysiske vibrationer. Man har selv skabt begærelementalen, og burde ikke være dens slave.

3. Tankelivet

Den tredje faktor, der påvirker astrallegemet under vågen bevidsthed, er tankelivet. Menneskets tænkning har kraftige virkninger på astrallegemet af to grunde:

1. Lavere mentalstof (manas) er tæt forbundet med astralstof (kama). Meget få mennesker er i stand til at tænke uden samtidig at føle – eller føle uden samtidig (til en vis grad) at tænke.
2. Astrallegemet styres af tankesindet. Uden tankens skabende kraft kan astrallegemet ikke organiseres.



Impulsernes kommandovej

Enhver impuls, der sendes fra mentallegemet til det fysiske legeme, skal passere gennem astrallegemet – og astralstoffet reagerer på impulsen. Det medfører, at et forædlet tankesind er i stand til at kontrollere og udvikle astrallegemet. Når tankesindet ikke aktivt kontrollerer astrallegemet, vil det konstant modtage stimulanser udefra og reagere på dem.

Uudviklede mennesker er domineret af begær, selvom tankelivet til en vis grad er udviklet. Bevidstheden er fokuseret i den lavere del af astrallegemet, og livet styres af sanseindtryk fra omgivelserne i det fysiske liv. Hos uudviklede mennesker udgør astrallegemet derfor den mest dominerende del af auraen.

Almindelige gennemsnitsmennesker lever også overvejende i følelserne, selvom det højere astrale stof er begyndt at gøre sig gældende. Men adfærden er generelt styret af ønsker og begær.

Højere udviklede mennesker begynder at beherske begæret, med det der kaldes sund fornuft. Fokuseringen flytter sig nu fra det højere astrale til det lavere mentale. I takt med at mennesket gør fremskridt, begynder det at leve efter principper snarere end efter ønsker og begær.

Følelsernes natur



Astrallegemet har fire primære kontaktpunkter eller indgangsporte til det fysiske legeme:

- Sakralcentret
- Solar plexus centret
- Hjertecentret
- Et bestemt område i hjernen

Det er sjældent, at åndeligt søgende mennesker har kontakt med astrallegemet gennem sakralcentret. Og enten er porten til solar plexus centret lukket eller ved at lukke sig. Kontakten sker normalt via hjertecentret.

Forudsætning for metafysiske evner

Åndelig aspiration aktiverer centrene i hjernen. Hvis centrene i hjernen stimuleres på den rigtige måde, når den rette intellektuelle forståelse af astralplanet er opnået, og når en forædling af følelsesnaturen er gennemført, åbnes der for metafysiske evner og dermed også for åndelige kræfter.

Forcering er farlig

Ingen skal lade sig narre til at tro, at de er klar til denne udvikling, før den forudgående udvikling er gennemført. Så længe man er styret af følelser, blændværk eller interesse for fænomener, er man afskåret fra denne form for vækst. Udviklingen af psykisk sensitivitet er ekstremt farligt, hvis den forceres, før man er klar. Evnerne vil altid være et biprodukt af naturlig åndelig udvikling.

Astrallegemet renses gennem:

Karakterbygning

1. Udvikling af evnerne så langt, som man er i stand til at opfatte sjælens hensigt.
2. Skabelse af en idealkarakter for den personlige udvikling. Dette ideal er i begyndelsen farvet af blændværk, og vil ofte være motiveret af egoistiske interesser. Der er tale om en smuk vision, men gradvis udtrykkes idealerne i positive handlinger.
3. Deltagelse i aktivt samfundsengagement, selvom der endnu ikke er et egentligt koncept, som er inspireret af sjælen.

Meditation

1. Grundlæggende meditationsteknikker. Gennem koncentreret tænkning opøves evnen til at kontrollere astrallegemet og bruge det som et redskab til tjenestearbejdet.
2. Fokusering i mentallegemet. Lys og energi strømmer bevidst ind i den astrale natur. De selvskabte astrale former fra utallige inkarnationer erkendes.
3. Afdækning af betydningen af karma (de skjulte motiver, som har drevet personligheden gennem succeser og fejl). Og til sidst kendes astrallegemets hemmeligheder.
4. Den korrekte brug af lyd og kendskab til lydens påvirkning af astrallegemet.
5. Genopbygning af astrallegemet ved hjælp af tankeenergi. Det tungere og lavtvibrerende astrale stof, som er farvet af den mindre udviklede menneskeheds grove følelser, udskiftes, og der indbygges finere og klarere astralt stof.
6. Aktivt engagement i forbedring af menneskehedens situation. Alene gennem tjenestearbejde er det muligt at frigøre sig fra de tre lavere verdens blændværk. Ved at udføre det, der sædvanligvis kaldes et offer, kan illusionerne erkendes og bevidsthedens astrale fangenskab ophæves.

Instruktioner til beskyttelse



På nuværende tidspunkt i udviklingen udgør en del undervisning reelt en fare. Det er derfor vigtigt at give bestemte instruktioner, som skal respekteres, hvis man vil undgå problemer.

1. Fokuser *ikke* i solar plexus centret

Undgå at fokusere bevidstheden i solar plexus centret. Det gælder både under meditationer og såkaldte mentale øvelser. Solar plexus centret blev udviklet i den atlantiske periode, og dengang var centret det primære center til kontakt med omverden. Menneskeracen var på dette tidspunkt følelsesmæssigt polariseret og evolutionen nødvendiggjorde stimulering af den astrale bevidsthed.

I dag er der stadig rester fra denne civilisation i nutidsmenneskets natur, og på grund af mangel på indsigt praktiserer visse undervisere stadig de gamle atlantiske metoder.

Nutidens udvikling kræver mental polarisering og udvikling af tankesindet. Astrallegemet skal underlægges og kontrolleres af tankesindet. Dermed overflødiggøres mange af de gamle mystikers erkendelser ved hjælp af fænomener. Det er vanskeligt at opgive noget, som man er kommet til at holde af, men interessen for fænomener, som holder mange i fangenskab i den astrale natur, er uvirkelige. De har blot udgjort et skridt i bevidsthedsudviklingen.

2. Brug aldrig seksualakten til magisk arbejde

Brug *aldrig* de skabende energier til magisk arbejde i forbindelse med seksualakten. Denne praksis burde i dag være utænkelig, men der findes mennesker, som arbejder med netop denne form for magi. Disse aktiviteter vil føre udøveren ind på en vej, der er yderst farlig. Eksempelvis kan denne praksis resultere i en for tidlig eller såkaldt skæv kundalinirejsning, som kan resultere i sindslidelser.

3. Forlad kun kroppen gennem hovedcentret

Forsøg aldrig at forlade kroppen gennem andre centre end hovedcentret. Hvis man gør det, skal det udelukkende ske på grundlag af ren motivation.

Fra polariseret til integreret

Efter denne omtale af renselse af astrallegemet, vil det være fornuftigt at gå mere i detaljer i et forsøg på at skabe grundlag for en daglig rutine.

Det skabende menneskes "livmoder"

Astrallegemet rummer former, som alle er *potentialer*, der kan komme til udtryk i livet. Astrallegemet reflekterer eller fordrejer billeder, der er skabt af ens eget eller en andens tankesind. Det tilfører stof til ethvert tankebillede og skaber en stofform – uanset om formen er skabt af en situation, en serie af begivenheder, en bog etc. Man kan derfor kalde astrallegemet for *det skabende menneskes livmoder*.

Hvem er astralt polariseret?

Hos gennemsnitsmennesket finder man de astrale former, der udgør det enkelte menneskes begærnatur. Disse begær kan befinde sig på et højt eller lavt niveau, og de er resultatet af mange århundreders begærliv. De skabes sædvanligvis af menneskehedens bevidsthed (som i det store hele er astral), og farves af den enkeltes lavere tankesind. Et menneske er astralt polariseret, når astrallegemet styrer mentallegemet. Et menneske er derfor polariseret i astrallegemet ...

1. Når astrallegemet overvejende reflekterer menneskehedens astrale bevidsthed.
2. Når de mentale energier bruges til opfyldelse af begær.
3. Når astrallegemet fordrejer de højere mentale billeder på grund af følelsesmæssige reaktioner.
4. Når forslag og planer mødes med en følelsesmæssig reaktion.

Skift i polarisering og integrering – sideløbende

Udfordringen for et menneske under udvikling er at gennemføre et skift i polariseringen fra astrallegemet til mentallegemet – fra følelsesnaturen til tankelivet. Og herefter skal mennesket foretage en integrering af den tre-foldige personlighed, for at få den til at fungerer som en enhed. Dette skift i polariseringen sker ikke pludseligt. Det er en langsom og løbende proces, der kræver mange inkarnationer – indtil bevidstheden til sidst er helt fokuseret i mentallegemet og alle aktiviteter styres af tankesindet. Opgaven med både at ændre polariseringen og foretage integrationen er en sideløbende proces, sådan at der altid er balance i bevidsthedsudviklingen.

Fokus skifter fra liv til liv

Måske arbejdes der et helt liv med at foretage skiftet fra den astrale natur til mentallegemet, og i den efterfølgende inkarnation arbejdes der med at stabilisere dette skift i polariseringen. I næste inkarnation igen arbejdes der med at løfte bevidstheden fra et andet område i den astrale natur – og sådan fortsætter det.

Arbejdet med "planen" begynder

Når en tilstrækkelig del af bevidstheden er løftet op i det mentale område, accelereres processen. Mange af de tidligere begær er nu forvandlet til aspiration, og det søgende menneske træder ind på aspirantstadiet.

Det anbefales at bruge den følgende øvelse sammen med andre – både som øvelse og som tjenestearbejde.

Øvelse i koordinering

1. Koordinering

- a) Sæt dig godt tilrette og slap kroppen af.
- b) Oplev hvordan dine følelser bliver rolige og fredfyldte.
- c) Mærk hvordan dine tanker er afbalancerede og årvågne.
- d) Løft nu bevidstheden op i pandecentret og oplev enhed med de øvrige deltagere.

Du kan gøre dette ved at...

- 1. Se hvordan det æteriske netværk danner en lysende og åben kanal, som sammenkæder dig med andre.
- 2. Se dit astrallegeme som en rolig sø med klart og spejlblankt vand.
- 3. Se dit mentallegeme, som holdes årvågent og roligt i lyset fra deltagernes sjæle.

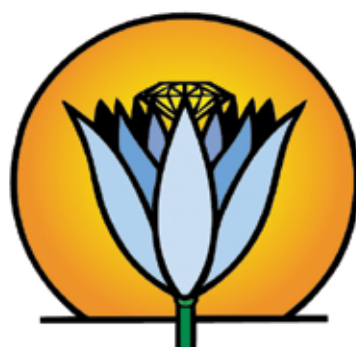
2. Meditation

Meditér nu 10 minutter på dette nøgleord:

*"Jeg – sjælen – kender og tjener
den guddommelige plan."*

3. Afslutning

- 1. Du intonerer nu tre gange højt det hellige ord "OM", imens du ser guddommelig kærlighed og visdom strømme gennem dit trefoldige redskab, og du ser det udstråle kærlighed og lys til menneskeheden.
- 2. Åben dine øjne og notér dine indtryk.



VisionsNettet

www.visionsnettet.dk