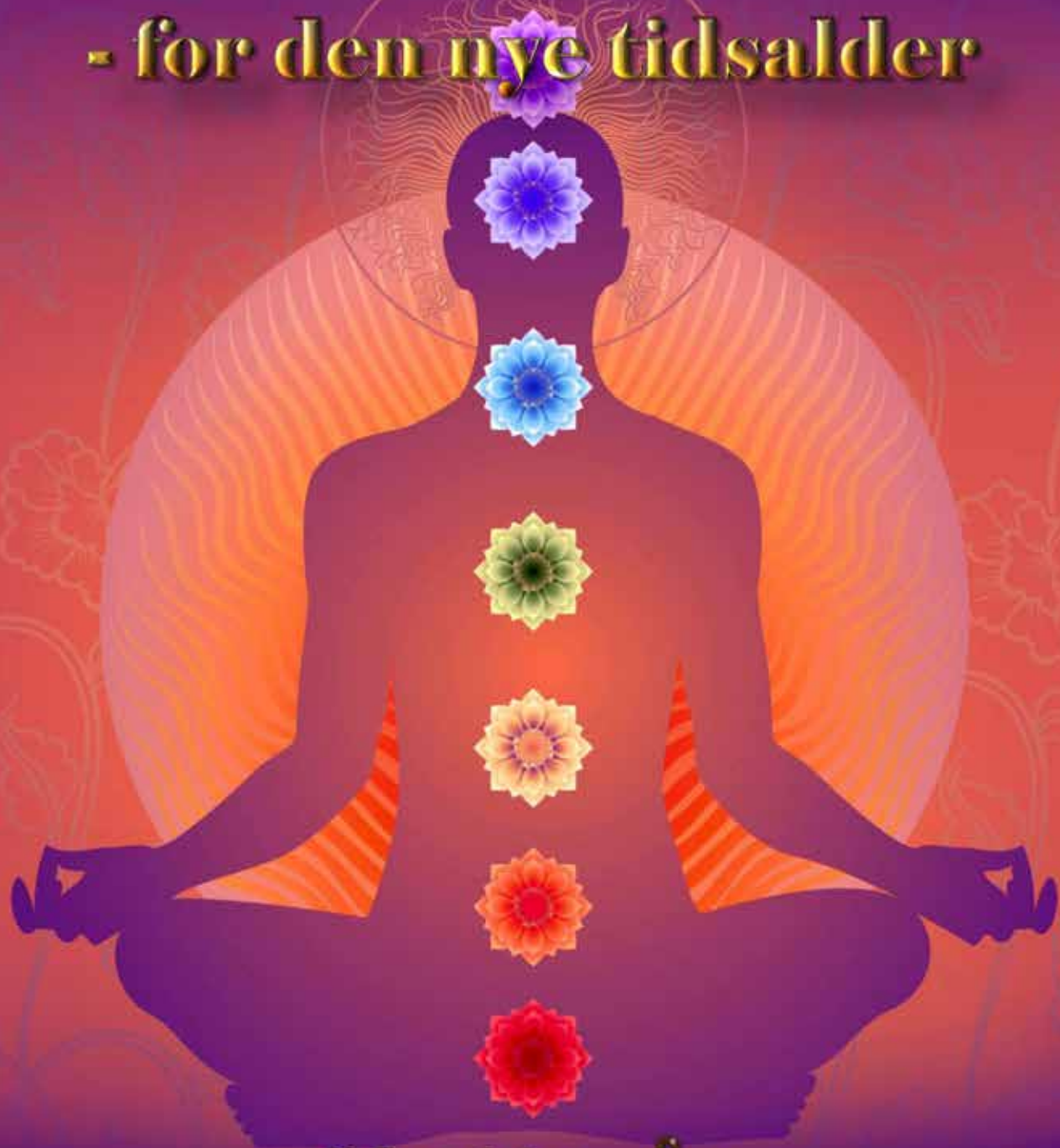


SKABENDE GRUPPEMEDITATION

- for den nye tidsalder



Sjette år

Instruktion 6

21. oktober - 20. december

Skabende
meditation
- for den nye tidsalder



6. år

Instruktion 6:6
21. oktober - 20. december



VisdomsNettet
www.visdomsnettet.dk

Indhold

- Opgaver, der skal udføres.
- Meditationsomrids.
- Oversigt over emner om udstråling.
- Citater fra Tibetanerens bøger om udstråling:
 - I. Hvad er udstråling?
 - II. Styret udstråling.
 - III. Centre, der bruges ved udstråling.
 - IV. Virkninger.



Materialet er oversat med tilladelse fra Meditation Mount, Californien, USA.

Dette materiale skal du ikke betale for, men vi håber, at du vil støtte arbejdet via en donation, som kan indbetales på Danske Bank reg. 1551 - konto nr. 16 973 335

Oversættelse af Ebba Larsen, *VisdomsNettet*

Hvad er den nye tidsalders meditationsgruppe?

Skabende gruppemeditation for Den Nye Tidsalder benyttes overalt i verden af mennesker, der mediterer på Den Nye Tidsalders love og principper. Denne instruktion er én i en serie, der beskriver disse love og principper. Gruppedeltagerne rundt omkring i verden kan bruge instruktionerne samtidig, så deres meditation på emnerne kan blive koordineret. Hensigten med denne form for gruppemeditation er, at gruppedeltagerne lærer at opbygge tankeformer, der kan stimulere menneskehedens og planetens evolution og naturlige udfoldelse.

Januar og februar:	Loven om RIGTIGE MENNESKELIGE RELATIONER
Marts og april:	Princippet om DEN GODE VILJE
Maj og juni:	Loven om GRUPPEBESTRÆBELSER
Juli og august:	Princippet om SAMSTEMMIGHED
September og oktober:	Loven om ÅNDELIG TILNÆRMELSE
November og december:	Princippet om ESSENTIEL GUDDOMMELIGHED

Opgaver, der skal udføres

**fra 21. oktober – 20. december
– skal dedikeres til
princippet om essentiel guddommelighed
og udstråling**

*"Guds skønhed, godhed og styrke
bestråler menneskets ansigt."*

Alice A. Bailey: *Discipelskab i den Nye Tidsalder*, II, s. 845

1. Forsøg at skabe (ved at benytte meditationsomridset og de nævnte nøgleord) en velformuleret "indre oplyst" tankeform med en udstrålende natur og til praktisk anvendelse.
2. Udbred tankeformen ved:
 - a. visualisering og udstråling,
 - b. det talte og det skrevne ord
 - c. handling i praksis (ved at være et levende eksempel).
3. (Valgfrit) Formulér de resultater, der opnås ved at forsøge at praktisere udstråling.

Nøgleord

"... fra Hierarkiets udstråling, som definitivt er 2. stråle i sin natur og projiceres som tiltrækkende udstråling, implementeres det magnetiske aspekt. Det er – som formuleret i Den Gamle Kommentar – "et brændpunkt for koncentreret ild, der findes i juvelens centrum. Den vækker den kærlighedskvalitet til live, der gennemstrømmer Herrens ashram. Derefter kan udstrålingen trænge igennem til andre centre og skabninger og på den måde tjene Herren". Det er det brændpunkt af koncentreret dynamisk vilje i selve hjertet af Hierarkiet, der i virkeligheden fører planen ud i livet."

Alice A. Bailey: *Strålerne og Indvielserne*, s. 382

"Udstråling og magnetisme, invokation og evokation er fire aspekter af en dualistisk helhed, som skal udvikles af den, der tjener."

Alice A. Bailey: *Discipelskab i den Nye Tidsalder*, II, s. 459

Omrids til meditation

I. Forberedelse og koordinering

- Vælg din foretrukne koordineringsmetode:
- Den teknik til koordinering du normalt bruger
 - eller ...
- Benyt denne meditation om morgenen inden du foretager dig noget andet. Dermed bygger du videre på den koordinering, der allerede er opnået
 - eller ...
- a. Løft bevidstheden op i hovedet
- b. Derefter løfter du bevidstheden opad gennem astrallegemet og mentallegemet til sjælen.
- c. Identificér personlighedens bevidsthed med sjælens bevidsthed og erkend, at de er én bevidsthed.

II. Erklæring

(siges sagte)

*"Jeg dedikerer mig til tjeneste for Kristus,
og vil gøre alt, hvad jeg kan
for at forberede menneskers tanker og hjerter,
til Hans tilsynekomst
Med denne intention beslutter jeg mig til
at meditere på gudsrigets love og principper,
og til at samarbejde på enhver mulig måde
om deres virkeliggørelse i menneskeriget
og ved hjælp af andre mennesker."*

III. Tilnærmelse og kontakt

Gentag langsomt og forsøg at forstå den dybe mening med ordene:

"Jeg står og venter".

*"Hold dig i nær kontakt med mig (Kristus)
og med den mester, der overvåger dit liv.
Hos os findes de lysets og kærlighedens kræfter,
som du kan anvende.
Hold dig nær til os, og træk dag efter dag
på denne styrke og viden, som vi har,
og som også er din.
Lad intet forstyrre den erhvervede ro,
som holder dig i nær kontakt,
som bringer dig lys og forståelse,
og som holder dig urokkeligt på vejen."*

Brug følgende nøgleord under punkt IV og V:

"Princippet om essentiel guddommelighed og udstråling."

IV. Refleksiv meditation

1. *"Ord er levende former, der påvirker sjæl og ånd eller liv."*
2. Reflektér over nøgleordet. Reflekter over idéen bag *princippet om essentiel guddommelighed og udstråling*. Før dine tanker fremad og opad, indtil du når den højeste grad af abstraktion, du er i stand til.
3. Når du ikke kan nå længere og befinder dig i abstraktionens verden, skal du bevare din fokusering i tanken. Hold tankesindet fast i lyset så længe, du kan.
4. Iagttag dine tankeprocesser mens du gør det. Bemærk alt nyt og navnlig intuitivt i den modtagende periode. Indtag en forventningsfuld holdning. Formulér med dine egne ord den højeste forståelse, du har været i stand til at nå.
5. Intonér OM og vent i stilhed mens tankesindet holdes i ro.
6. Før detaljerede notater over de idéer, der dukker op i tankesindet. Skriv dem ned i din meditationsdagbog hver dag.

V. Skabende meditation

1. Overfør meditationens tema til nutiden. Se forbindelsen til begivenhederne i verden. Se nytteværdien og den åndelige værdi for menneskeheden *som en enhed*.
2. Hold tankesindet i lyset. Notér enhver tanke, der har forbindelse til nøgleordet.
3. Formulér *princippet om essentiel guddommelighed og udstråling* og udbyttet af din meditation med ord, der gør det muligt at præsentere den for andre. Tænk det igennem mentalt, følelsesmæssigt og omsat til handling.
4. Brug din forestillingsevne og udsend idéen som en levende tankeform. Før tankeformen ind i den store strøm af mental substans, som konstant påvirker menneskehedens bevidsthed.
5. Intonér OM.

VI. Afsluttende mantra og visualisering

1. Visualisér Kristus stående i horisonten som et udstrålende center af levende lys. Stråleglansen fra hans aura skjuler hans ansigtstræk.
2. Fra den nederste del af hans aura ved hans fødder dannes en vej af gyldent lys.
3. Se nu en stor skare af mennesker. Deres udstrålende lys blandes og danner en vej, som fører direkte til Kristus. Mellem de to veje er der en kløft.
4. Forestil dig, at du hører Kristus sige:

*"Den vej, jeg må betræde
for at nå til dit sted, er af lys.
Dens kvalitet er god vilje,
og den er næsten klar til,
at jeg kan betræde den.
Fortsæt dit arbejde.
Du kan ikke fejle."*

5. Se, hvordan kløften gradvis bliver mindre, indtil de to veje mødes og danner én vej.
6. Se Kristus nærme sig menneskeheden ad denne vej idet han til sidst siger:

JEG KOMMER!

VII. Invokation

Sig derefter *Den store invokation*:

Den Store Invokation



*Fra lysets kilde i Guds sind
Lad lys strømme ind i menneskers sind
Lad lys sænke sig over Jorden*

*Fra kærlighedens kilde i Guds hjerte
Lad kærlighed strømme ind i menneskers hjerter
Må mestrenes mester vende tilbage til Jorden*

*Fra centret hvor Guds vilje er kendt
Lad hensigt lede alle menneskers viljer
Den hensigt, mestrene kender og tjener*

*Fra centret vi kalder menneskeheden
Lad planen for kærlighed og lys åbenbares
Må den forsegle døren til det onde*

*Lad lys og kærlighed og kraft
genoprette planen på Jorden*

OM... OM... OM...

Oversigt og stikord vedr. udstråling

I. Hvad er udstråling?

- Udstråling *til* enheden og udstråling *fra* enheden.
- Åndelig radioaktivitet – Loven om udstråling.
- Auraen: Sfæren for udstråling.
- Årsagen til udstråling.

II. Styret udstråling

Typer og metoder til udstråling

1. **Telepati**
 - a. Modtagende
 - b. Aktiv
2. **Inspiration**
 - a. Modtagende
 - b. Aktiv
3. **Projicering**
 - a. Opad (Koordination – Opbygning af antahkaranaen – Himmelfart)
 - b. Udad
 - c. Nedad
4. **Gennemtrængning**
 - a. Udad
 - b. Nedad

III. Centre, der bruges ved udstråling

- Hovedcentret
- Det tredje øje (i midten af hovedet)
- Pandecentret
- Halscentret
- Hjertecentret

IV. Virkninger

- Kreativitet
- Indre oplysning
- Nedbrydning af blændværk
- Velsignelse (overførsel af energi)
- Healing

Citater fra Tibetanerens bøger om love og principper

I. Hvad er udstråling?

For at besvare spørgsmålet, er det nødvendigt at studere:

- a. Det, der udstråler.
- b. Det, der er den subjektive årsag til udstrålingen.

Ganske kort kan man sige, at når en form bliver radioaktiv, så er bestemte betingelser blevet opfyldt og bestemte resultater opnået, og betingelserne og resultaterne kan opsummeres på følgende måde:

Den radioaktive form har gennemført sin cyklus gennem det store og lille livshjul, der er blevet drejet tilstrækkeligt ofte til, at den flygtige livsessens er klar til at forlade formen og smelte sammen med den større form, som den lille form er en del af ...

Udstråling opstår, når et atoms indre selvforsynende liv opvejes af en stærkere drift eller af et stærkere træk, der kommer fra en større skabnings legeme, som atomet er en del af. Men det sker kun, når den større forms indre liv trækker i den mindre forms indre liv. Udstråling skyldes altså ikke kraften i tiltrækningen fra det større livs form ...

Til sidst bliver det større centers tiltrækning så stærk, at det positive liv i atomet (uanset hvilket atom og naturrige der er tale om) føler kraften fra den centrale energi, som får det og andre atomer til i fællesskab at opfylde deres funktion. Energien, der strømmer gennem afgrænsningen, vækker ikke respons fra det, der kan kaldes de elektroniske eller negative liv i den atomare sfære, men skaber en respons fra atomets indre positive kerne. Det skyldes, at ethvert atoms indre liv i sit højeste positive aspekt altid har samme karakter som den større skabning, der trækker det til sig.

Via denne proces (som foregår overalt i solsystemet) bliver ethvert atom på et tidspunkt til en elektron. Atomets positive liv bliver i løbet af evolutionen negativt polariseret i forhold til et større liv, der tiltrækker det ... I de tre lavere naturriger gennemgås processen ubevidst, sådan som mennesket opfatter ordet. I menneskeriget gennemgås den bevidst og i de højere livssfærer med den indesluttende bevidsthed, der kun kan antydes med den flertydige betegnelse "*selvbevidst gruppeerkendelse*".

Alice A. Bailey: *Kosmisk Ild*, s. 973-975

Loven om udstråling

Loven er den ydre virkning, der skabes af alle former i alle naturriger, når deres indre aktivitet har nået et vibrationsniveau, der medfører, at formens omsluttende vægge ikke længere virker som et fængsel, men lader den subjektive essens slippe ud. Det markerer et bestemt trin i evolutionsprocessen, og det gælder både det stofatom, som kemikere og fysikere beskæftiger sig med i relation til grundstofferne, og formerne i planteriget, dyreriget, menneskeriget og desuden i det guddommelige rige.

Alice A. Bailey: *Kosmisk Ild*, s. 970

Sfæren for udstråling

"Sfæren for udstråling" bestemmer naturligvis centrenes indflydelsesradius eller den udadgående vibrations virkning, efterhånden som centrene langsomt og gradvis aktiveres. Centrene med deres vibrationer er i virkeligheden det, som skaber den såkaldte aura hos et menneske, selvom auraen ofte forveksles med sundhedsauraen (æterlegemet).

"Sfæren for udstråling" er en kraftfuld faktor i tjenestearbejdet, og disciplen skal øge sin renhed og indflydelse på denne faktor. Der findes et esoterisk udsagn i *Det Nye Testamente*, der lyder: "Ja – man bar endog de syge ud på gaderne og lagde dem på bårer og senge, for at, når Peter kom gående i det mindste hans skygge kunne falde på nogen af dem".¹ Hans aura havde en kvalitet, der gav en positiv virkning, hvor som helst og når som helst den kom i kontakt med mennesker. Kristi havde fuld kontrol over sin aura, og "han vidste, når kraft strømmede fra ham". Han vidste med andre ord, at helbredende energier blev sendt via et af hans centre til et nødlidende menneske eller grupper af mennesker. Det er også gruppens aura, dens tiltrækningskraft og stabilitet, som holder en gruppe sammen, og som fastholder tilhørernes opmærksomhed. Det er også auraen, der giver et menneske betydning afhængig af den måde, det nærmer sig sine medmennesker på. "Sfæren for stråling" er let at betragte for mennesker, der er i stand til at "se" og som kan studere virkningen af udstrålingen på andre mennesker. Et følelsespræget menneske, der primært fungerer via et overstimuleret og ukontrolleret solar plexus center, kan ødelægge et hjem eller en gruppe. Det nævnes som et eksempel. Et lysende og skabende menneske, der bevidst benytter hjerte- eller halscentret, kan være årsag til inspiration for hundredvis af mennesker. Det fortjener eftertanke. Man skal imidlertid huske, at centrene aktiveres ved at forædle gode egenskaber og *ikke* ved at meditere på centrene eller ved at fokusere sin koncentration mod dem. De får automatisk den nødvendige udstrålende egenskab ved rigtig levemåde, intelligent tænkning og kærlig handling.

Alice A. Bailey: *Telepati*, s. 161-162

¹ Apostlenes gerninger, 5,15

Der er behov for at tænke nærmere over emnet om indflydelsessfærer. Det er nært forbundet med emnet om auraen og dens omkreds. Det omhandler "lyden" fra disciplens liv og fra naturen og kvaliteten i de udstrålinger, der udgår fra livsholdningen. Emnet har også tilknytning til temaet om retning og om et åndeligt grundsyn og de magnetiske virkninger fra integreringen af sjæl og personlighed. Der er tendens til at betragte problematikken vedr. udstråling og magnetisk påvirkning fra en ensidig synsvinkel. Det gælder specielt den discipel, der iagttager, hvordan udstrålingen og magnetismen virker på de mennesker, disciplen er i kontakt med. Der findes en anden synsvinkel. De egenskaber, der udvikles automatisk, ligger bag temaet om karma, og de tiltrækker det til disciplen, der både kan blokere og hjælpe. Disciplens aura – der er en kombination af udstrålinger, energier og organiserede kræfter – kan frastøde det positive og tiltrække det negative og omvendt. Auraen kan være afgørende for tendensen via de mennesker, disciplen har kontakt med i sit liv, og via de relationer der opbygges. Auraen er en af de vigtigste faktorer, når der foretages valg.

Alice A. Bailey: *Discipelskab i den Nye Tidsalder*, II s. 590

Det er vigtigt at skelne mellem astrallegemet og mentallegemet og det, de udstråler. De såkaldte legemer er substantielle af natur. Auraen er udpræget udstrålende og udgår fra ethvert substantielt legeme i alle retninger. Det er et faktum, som man meget omhyggeligt skal notere sig.

Alice A. Bailey: *Telepati*, s. 96

Studiet af esoterisk psykologi kræver en forståelse af sjælens natur og sjælens udvikling mod fuldkommenhed. Det kræver en intelligent formulering af lovene for sjælens udvikling, af de metoder, der blad for blad færdigudvikler lotusblomsten og af lotusblomstens tredobbelte natur. Det vil i sidste instans medføre, at mennesket forstår den sande betydning af kraft og af energiens to aspekter – indre vibration og ydre udstråling. Det betyder, at alle fremskredne studerende vil samle opmærksomheden om centrene – i dette tilfælde ikke de fysiske centre på de æteriske niveauer, men de psykiske centre som f.eks. sjælen i kausallegemet og sjælegrupper.

Senere vil man få større indsigt i bevidsthedens gensidige påvirkning på det fysiske plan. Det er en viden, der vil blive brugt videnskabeligt til at skabe bestemte resultater i forbindelse med grupperes udvikling, og på den måde vil nogle af verdens problemer blive løst. Endelig vil man studere lovene om ild, udforske den esoteriske natur af varme, af udstråling og af flammer for at få en forståelse af, hvordan én ild kan påvirke en anden ild, og hvordan udstråling fra én bevidsthedssfære påvirker en anden. Gradvis vil det blive afsløret, hvordan bevidstheden vækkes på de forskellige planer gennem påvirkning og stimulering af ilden i kausallegemet.

Som et resultat af erhvervsstudier, af effektivitet i forretningslivet og af menneskets placering i brancher og professioner er hele spørgsmålet langsomt – ganske langsomt – ved at tone frem i menneskets tænkning (selvom det kun er få, der er opmærksomme på det). Mennesket omtales og opfattes som en potentiel ressource, og det er et skridt i den rigtige retning.

Alice A. Bailey: *Kosmisk Ild*, s. 521-522

... Mennesket er tilbøjelig til at betragte magnetisk kraft som tegn på kærlighed. Den er i virkeligheden tegn på *udstråling* af kærlighed, når den er forædlet og blevet styrket af 1. stråle energi. Det er en blanding ... af kærlighed og vilje, der skaber udstråling.

Alice A. Bailey: *Strålerne og Indvielserne*, s. 381

Udstråling, magnetisme, invokation og evokation er fire aspekter af en dualistisk helhed, som skal udvikles af den, der tjener.

Alice A. Bailey: *Discipelskab i den Nye Tidsalder*, II, s. 459

... hele spørgsmålet om udstråling og magnetisme begynder at gøre sig gældende allerede ved etablering af en hierarkisk arbejds metode. Når der er opnået en bevidst relation mellem hoved- og hjertecenter, bliver disciplen magnetisk åndelig set, og udstrålingen begynder at gøre sig gældende. Gradvis viser magnetismen og udstrålingen sig i disciplens omgivelser og vækker respons hos andre. Men ikke alene det, for denne magnetisk-udstrålende vibration tiltrækker også mesterens opmærksomhed, og disciplen finder ashramen ved hjælp af udstrålingen fra sin egen aktivitet, der er beslægtet med ashramens udstråling.

Alice A. Bailey: *Discipelskab i den Nye Tidsalder*, II, s. 615

Når man studerer "sfæren for udstråling" fra de tre store centre, er det interessant at bemærke, at på nuværende tidspunkt og i den aktuelle verdenscyklus har Hierarkiet den kraftigste udstråling og den mest omfattende indflydelsessfære. Bortset fra at "give liv" til alle former på og i planeten er Shamballas indflydelse og udstråling bevidst begrænset, indtil den tid kommer, hvor Hierarkiet og menneskeheden kan respondere konstruktivt ...

... Det center, der kaldes menneskeheden, har endnu ikke den rigtige udstråling på grund mangelfuld udvikling. Indflydelsessfæren er derfor relativt begrænset, selv om menneskeheden er begyndt at arbejde udadrettet, f.eks. i retning af rigerne under det menneskelige, og at tiltrække sjælenes rige mere intensivt end tidligere. Hierarkiet har imidlertid ingen indre begrænsninger som den, Shamballa med vilje har pålagt sig selv, eller som menneskeheden ubevidst har pålagt sig. Enhver blokering af Hierarkiets udstråling (hvis det udtryk kan bruges) kommer fra de former, som Hierarkiet forsøger at påvirke med sin udstråling, men den udadrettede påvirkning af den centrale triangel fra Hierarkiet er unik og omfattende.

Alice A. Bailey: *Telepati*, s. 173-174

Hierarkiets arbejde eller udstrålende aktivitet virker i nutiden mere kraftigt end på noget andet tidspunkt i menneskeheden historie.

Alice A. Bailey: *Discipelskab i den Nye Tidsalder*, II, s. 449

Enhver ashram udstråler en primær kvalitet afhængig af den stråle, ashramens mester er i besiddelse af. På samme måde udstråler Hierarkiet kvaliteten af det andet guddommelige aspekt ...

Mesterens aura (der er afgørende for hele ashramens aura) har tre vigtige udstrålinger i relation til disciplens modtagelighed:

1. Udstrålingen, der udgår fra de højere niveauer af mentalplanet eller fra det laveste aspekt af den åndelige triade. Styrken i udstrålingen og omfanget af indflydelsessfæren vil være betinget af mesterens grad af åndelig relation til "*Guds sind*" ...
2. Udstrålingen, der udgår fra det buddhiske plan eller fra intuitionen. Det er udtryk for mesterens kærlighedsnatur og det, som gør det muligt for ham at stå i forbindelse med "*Guds hjerte*" ...
3. Udstrålingen, der udgår fra det atmiske niveau eller den åndelige triades viljesaspekt. Det er det udstrålende udtryk for mesterens evne til at træde ind i Shamballas råds-kammer, til at registrere "*Guds hensigt*" og til at arbejde med den plan, som i enhver cyklus er et udtryk for den guddommelige vilje. Aspektet af mesterens udstrålende aktivitet er af så høj en kvalitet, at kun fremskredne disciple, der er under indvielse, kan registrere det ...

Mesterens trefoldige udstråling, der er et udtryk for hans planlagte aktivitet og sfære for "indflydelsesrig udstråling", er det, der trækker disciplen ind i hans aura – i dette tilfælde ikke ind i ashramens aura, men ind i det, som den ashramiske aura gør muligt – *mesterens liv*.

Alice A. Bailey: *Discipelskab i den Nye Tidsalder*, I, s. 830-832

II. Styret udstråling

... Udstråling er en håndgribelig substans og kraft, der skaber virkninger ... Det er den subjektive og bevidst fokuserede udstråling, der her gøres opmærksom på. Den skaber virkninger uden fysisk kontakt, og den vil resultere i tjenestearbejde, der er udført med glæde. Glæde er den mest kraftfulde impuls bag den rigtige form for udstråling.

... Hvordan etablerer en mester kontakt med sin discipelgruppe? Det gør han gennem direkte udstråling. Det er grundlaget for al telepatisk kommunikation, gruppesamspil og kompetente egenskaber.

Alice A. Bailey: *Discipelskab i den Nye Tidsalder*, I, s. 212-213

Efterhånden som belevelsen skrider frem, og energien strømmer fra et af centrene ind i tankeformen, begynder den bevidste bygmester at udvide indflydelsen for at udsende formen, så den kan opfylde sin mission, uanset hvad den indeholder, og gøre den esoterisk "udstrålende", så dens vibrationer vil stråle ud og blive mærkbare, og i sidste instans gøre den magnetisk, så noget i tankeformen skaber respons fra andre tankeformer eller tankesind, som den har kontakt til.

Alice A. Bailey: *Kosmisk Ild*, s. 891

... verdens tænkere har altid påpeget tankesindets dobbelte funktion, for det er sensitivt over for højere inspirationer og aktivt i den mentale skabelse af de nødvendige tankeformer. Tankesindet vil, når det er rigtigt trænet, gribe den flygtige inspiration, udsætte den for en mental vurdering og derefter danne den nødvendige form. Formen vil, når den er korrekt opbygget og motiveret, til sidst medføre en ydre manifestation af inspirationen ... Man vil også kunne forstå, hvorfor disciple og verdenstjenere skal fungere som *tænkere*, som modtagende og intuitive intelligenser og som skabere i mentalt stof. Det har relation til *videnskaben om inspiration*, som er blevet omtalt. Man vil også bemærke, at det er muligt at udvide aktiviteten i meditationsprocessen.

Alice A. Bailey: *Telepati*, s. 54

... Hierarkiets arbejdsmetode er at overføre inspiration til disciplenes tankesind. Det er et telepatisk arbejde med mestrene som afsendere og disciplene som modtagere af inspirationer og af energi ... Det er nødvendigt for den enkelte og for alle disciple at forstå overensstemmelsen mellem den hierarkiske indsats og enhver indsats, som man kan præstere for at arbejde som en gruppe af enkeltpersoner med grupper eller enkeltpersoner.

Alice A. Bailey: *Telepati*, s. 45-46

Her kan man spørge: Hvad kan man udrette som gruppe? Hvad kan man gøre? Man kan for det første begynde at arbejde, sådan som en ashram arbejder, ved at benytte tankens kraft, ved at lægge pres på, ved at styre tankestrømme i bestemte baner ud i verden og ved at skabe tankeformer, der kan skyde genvej til andre tankesind – og på den måde er det muligt at skabe tydelige forandringer i menneskehedens bevidsthed ...

... en ashram er en udstrålende kilde for hierarkisk inspiration til verden. Ashramens "pulserende energier" og dens ansporende kræfter er rettet mod en udvidelse af menneskets bevidsthed via gruppemedlemmernes magnetiske liv, når de udfører deres pligter og ansvar i den ydre verden.

Alice A. Bailey: *Discipelskab i den Nye Tidsalder*, II, s. 52-53

... udstråling skal være nøgleordet i livet ... Den særlige type udstråling, der gives udtryk for, er lyset, der når frem til andre på glædens vinger.

Lykke er et resultat af tilfredsstillet begær i personligheden. Glæde er udtryk for sjælens vished. Lyksalighed er den fuldkommenhed, som monaden giver den indviede.

... fokusér bevidstheden på et så højt niveau som muligt og brug den skabende forestillingsvene til det yderste, mens man forestiller sig, at kærlighed stråler ud som lysstråler, der kommer fra sjælen som en mental impuls til andre, som en følelsesbetonet velsignelse til andre, og som vitalt liv fra disciplens egen aura og fysiske tilværelse.

Alice A. Bailey: *Discipelskab i den Nye Tidsalder*, I, s. 208-209

Tag lange normale åndedrag, og mens du indånder, siger du i tanken:

"Jeg samler liv og styrke."

Og under udåndingen siger du i tanken:

"I kærlighed sender jeg liv og styrke ud."

Det udtrykker livets rytme i tjeneste.

Alice A. Bailey: *Discipelskab i den Nye Tidsalder*, I, s. 687

... kraftord skal strømme fra sjælen. Sjælens natur er kærlighed, og dens formål er udelukkende det bedste for gruppen "esoterisk drevet frem" af det dynamiske viljesaspekt, og båret udad som en integreret tankeform på en strøm af levende, oplyst mental substans.

Alice A. Bailey: *Hierarkiets fremtræden*, s. 149

*... "hjulet af levende ild, der ikke brænder,
men altid helbreder" ...*

Se foran jer et hjul af ild med syv eger. Se det umiddelbart foran øjnene. Se derefter med den skabende forestillingsevne jer selv stående i centret ved hjulets nav. Opfat jer selv som om i er navet. Udsend fra positionen syv strømme af levende kærlighed, der stråler ud over verden. Når I gør det, tjener I og er på samme tid beskyttet. Øvelsen virker omgående og effektivt. Den udvikler en beskyttende kraft og gør jer samtidig til et levende center af lys og kærlighed.

Alice A. Bailey: *Discipelskab i den Nye Tidsalder*, I, s. 181

... Aspiranten skal udtrykke lovene om radioaktivitet i sit eget liv på det fysiske plan. Aspirantens liv skal begynde at udstråle og have en magnetisk virkning på andre. Hermed menes, at aspiranten begynder at påvirke det, der er indestængt hos andre, for via sine stærke vibrationer er det muligt at nå det skjulte center i alle ... Der refereres her til den åndelige udstråling, som kun de, der selv er ved at blive opmærksomme på det åndelige center i hjertet, kan respondere på og opfatte. På dette stadie opfattes aspiranten som et menneske, der esoterisk kan tale "fra hjerte til hjerte" – et menneske, der stimulerer hjertecentret hos andre og får mennesker til at arbejde for andre.

Alice A. Bailey: *Kosmisk Ild*, s. 796-797

Seks nøgleord

1. Ashramen pulserer af liv. Dens udstråling trænger ud i det ydre mørke. De afventende aspiranter kommer alle alene – én efter én kommer de til syne i lysskæret.
2. Aspiranten går langs lysskæret mod det centrale lyspunkt – mesteren i sin ashram. Mesteren venter. Han træder ikke frem, men arbejder i stilhed med sin udstråling.
3. Aspiranten træder ind ad porten til ashramen og står foran sit livs mester. Aspiranten har en erkendelse af at være en sjæl, og en viden om, at tankesindet og alle de lavere naturkræfter nu skal udstråle det lys, der er opnået.
4. Én efter én finder aspiranterne vej til ashramen og til det centrale lys, og derved intensiveres deres eget lys. Ashramens udstråling vokser med stor intensitet. Det mindre lysskær, der er fokuseret i aspirantens hjerte og styret af øjet, trænger lidt efter lidt ud i det ydre mørke og ses af de, der venter.
5. Jeg har fundet min plads i ashramen. Mit mindre lys smelter sammen og forenes med det større lys, for på den måde kan jeg bedst tjene. Jeg står over for mesteren og véd, at hans lys og mit er det samme. Jeg vender mig og sender mit lys ud i mørket for at lede en vandrers hjem.
6. Skænk mig lyset, så jeg kan udsende lys. I denne verden af tid og rum ønsker jeg at udsende lys, at skabe et lys, at overføre lys, at betrede den oplyste vej (der er mit oplyste selv), og at træde ind i lyset for at kunne give lys til de, der har behov for det, og også til de, hvorfra det kom.

Alice A. Bailey: *Discipelskab i den Nye Tidsalder*, II, s. 615-616

III. Centre, der bruges ved udstråling

... Når ... et menneske i meditation betragter sit arbejde og opbygger sin tankeform for at tjene, ser det esoterisk på det og tilfører det energi. Mennesket begynder at bruge sit tredje øje i dets sekundære aspekt. Det tredje eller åndelige øje har flere funktioner. Bl.a. er det organet for indre oplysning, sjælens øje, der lukker lys og oplysning ind i tankesindet, så det lavere liv bestråles. Det er også det organ, den bevidst skabende mester bruger, når han sender energi til sine tankeformer.

... Så længe "øjet" er rettet mod formen, vil kraftstrømmen blive overført til den, og jo mere målbevidst mennesket er, i jo højere grad vil energien blive effektiv. En stor del af menneskets ineffektivitet skyldes, at interessen ikke er fokuseret, men meget diffus, og at det ikke kun er en enkelt ting, der optager opmærksomheden. Det spreder energien og prøver at tilfredsstille hvert eneste flygtige ønske og begær og snuse lidt til alt, hvad det møder på sin vej. Derfor får ingen af tankerne en ordentlig form eller tilstrækkelig kraft. Det betyder, at det er omgivet af en tæt

tåge af halvformede, smuldrende tankeformer og skyer af delvis belivet stof, som er ved at gå i opløsning. Det skaber en tilstand, der esoterisk svarer til den fysiske forms forrådnelse og er lige så ubehagelig og usund, og det forklarer en stor del af den sygdomstilstand, som menneskeheden befinder sig i for øjeblikket.

Dårlige præstationer i forbindelse med skabelse af tankeformer skyldes også, at mennesket ikke lærer om tænkningens love, og derfor ikke véd, hvordan de via meditation kan få tankerne til at udføre opgaverne. Man opnår langt hurtigere resultater på det fysiske plan via videnskabelig tankeskabelse end med regulære fysiske midler.

Alice A. Bailey: *Kosmisk Ild*, s. 891-893

Intuitiv telepati udvikles på discipelskabets vej. Det er en af frugterne af sand meditation. Områderne, der er involveret, er hoved og hals, og de tre centre, som vil blive aktiveret i processen, er hovedcentret, som er modtageligt for inspiration fra højere kilder, og pandecentret, som er modtageren af idealistiske intuitive inspirationer. Pandecentret kan "udsende" det, der er modtaget, og halscentret bruges som skabende faktor, der formulerer tanken og giver den intuitivt opfattede idé en form.

Alice A. Bailey: *Telepati*, s. 27

Helt nede på dagliglivets niveau lærer disciple i dag tre ting: Teknikken til inspiration, skabelse af energi og anvendelse af pandecentret. Mange er modtagelige for inspiration, men kan ikke opfatte eller bruge den energi, som inspirationen er en forløber for. Andre kan respondere på energien, men kan ikke registrere den plan, som energien skal implementere, og på den måde føres energien til store men nyttesløse aktiviteter. Endnu andre lærer at bruge centret mellem øjenbrynene og at stå som rolige og afbalancerede modtagere, der kan styre det tredje øje, som er formidler af den energi, der modtages.

Alice A. Bailey: *Discipelskab i den Nye Tidsalder*, II, s. 413

... pandecentrets styrende kraft vil tiltrække opmærksomheden, og disciple vil blive i stand til at mestre den trefoldige inspirationsproces, tankeformers opbygning og styring af energi.

Alice A. Bailey: *Discipelskab i den Nye Tidsalder*, II, s. 415

IV. Virkninger

... den skabende evne kommer til udtryk som udstråling og magnetisme. Udstråling og magnetisme giver den, der er i besiddelse af den skabende evne, det materiale, der kræves til skabelse og magnetisk kraft. Udstrålingen danner derefter en passende form med en passende skønhed. Kreativitet er resultatet af en sindstilstand og en speciel tilstand af væren. Den viser et udviklingstrin, hvor disciplen er tydeligt "radioaktiv". Disciplen kan ikke længere lade være med at skabe på en eller anden måde, ligesom disciplen heller ikke kan lade være med at leve.

Alice A. Bailey: *Discipelskab i den Nye Tidsalder*, II, s. 592

Når den nødvendige koncentration, forståelse og relation er blevet så dyb som mulig, vender aspiranten (ved en viljeshandling og ved hjælp af den skabende imagination) søgelyset og ser en levende lysstråle strømme frem og gennemtrænge blændværket. Aspiranten skal visualisere en bred skinnende stråle, der strømmer frem fra det oplyste sind og ind på astralplanet.

Alice A. Bailey: *Blændværk*, s. 196

Healeren skal vide, hvordan man bærer sig ad med at udstråle, for sjælens udstråling vil stimulere sjælsaktiviteten hos den, der skal helbredes, og det sætter den helbredende proces i gang. Udstrålingen fra healerens mentallegeme vil oplyse patientens tankesind og polarisere patientens vilje. Udstrålingen fra healerens astrallegeme, der skal være uselvvisk og under kontrol, vil påføre patientens urolige astrallegeme en rytme, der gør det muligt for patienten at handle rigtigt, mens udstrålingen fra æterlegemet, der arbejder via miltcentret, vil hjælpe med til at skabe orden i patientens energilegeme og på den måde lette healingarbejdet.

Alice A. Bailey: *Esoterisk Healing*, s. 18-19 – Se også ss. 106-108 og 601-605

I nutidens ariske race afhænger magnetisk renhed ikke af fysiske øvelser, men er stadig – for hovedparten af menneskeheden – afhængig af følelsesmæssig disciplin. Hos den sande healer i Den Nye Tidsalder er den afhængig af det "*oplyste magnetiske område i hovedet*". Det fungerer som et aktivitetsområde for sjælen, der arbejder gennem hovedcentre og er fokuseret i det magnetiske felt, som centrene danner. Når alle legemets kræfter og healerens opmærksomhed er centreret i hovedet, og når astrallegemet er i ro, og tankesindet fungerer aktivt som overfører af sjælsenergi til de tre hovedcentre, er der etableret en udstråling eller en energistrømning, der virker som en stærk kraft i healingen. Udstrålingen er intensiv – ikke som fra almindeligt lys, men som mængden af udstrømmende stråler af aktiv energi, der kan nå patienten og stimulere de centre, der har behov for det ...

Når patientens karma eller livsmønster tillader det, bliver energistrålerne (der kommer fra det magnetiske felt i healerens hoved) til det, der kaldes "*uddrivende udstråling*", for de kan jage de kræfter væk, der skaber og forværrer sygdommen ...

Healere skal huske, at når de tre centre i hovedet er forbundet, når det magnetiske felt er skabt, og når udstrålingen er opnået, kan healeren benytte pandecentret som et styrende redskab for den "*uddrivende udstråling*".

Alice A. Bailey: *Esoterisk Healing*, s. 537-538



Oplysning

Hvis man har fulgt *VisdomsNettets* meditationssystem for *Skabende Meditation*, vil man kende både meditationen og metoden til at studere ved hjælp af den tibetanske mester Djwhal Khuls oplysninger og anvisninger i Alice A. Baileys bøger. Derfor overlades det nu til den studerende at arbejde videre på egen hånd og på basis af selvstudier.

Det er også muligt at tilmelde sig et videre forløb hos Meditation Mount (www.meditation.com). Instruktionerne er på engelsk og Meditation Mount tilbyder instruktioner i sammenlagt 12 år, hvorefter man får tilbud om at fortsætte i deres "Specialized Group".



VidsomsNettet
www.vidsomsnettet.dk