

Torkom Saraydarian

SKABENDE MEDITATION



VisdomsNettet

www.visdomsnettet.dk

SKABENDE MEDITATION

Torkom Saraydarian



VisionsNettet
www.visionsnettet.dk

Skabende meditation

Af Torkom Saraydarian
Fra *Challenge for Discipleship*

(Oversættelse Thora Lund Mollerup & Erik Ansvang)



Det psykiske energifelt

Et af formålene med at meditere er at skabe et magnetfelt, der er ladet med psykisk energi, omkring sig. Magnetfeltet vil til sidst fungere som kontaktmekanisme mellem den mediterende og de højere verdener.

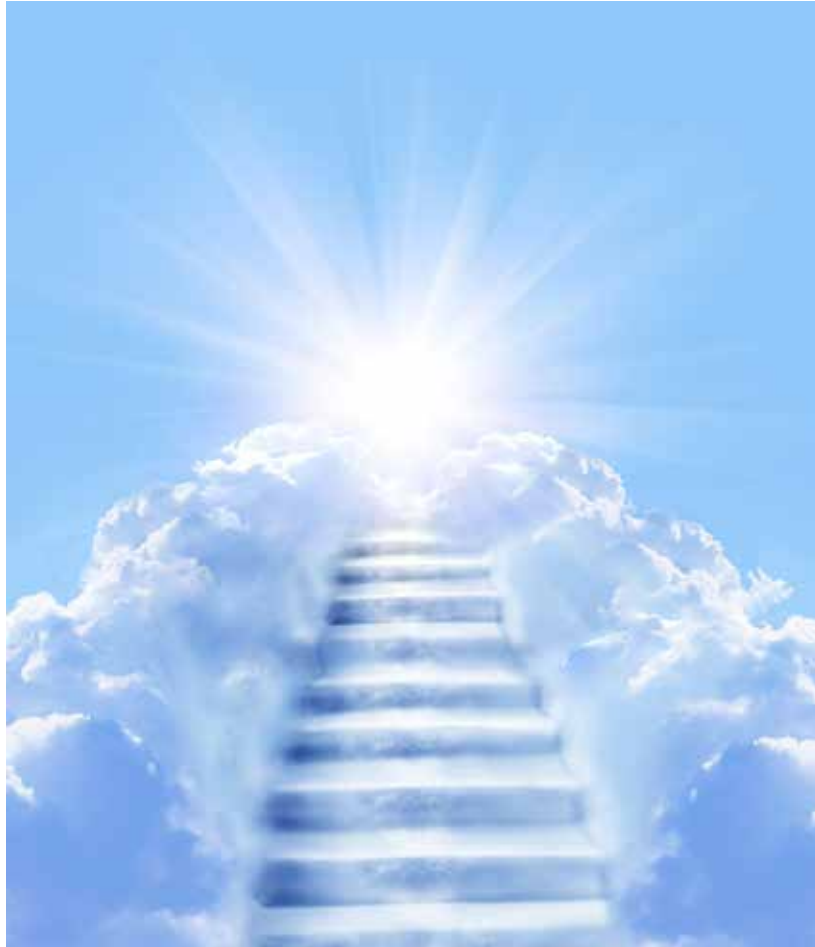
Når en gruppe mennesker mødes med et åndeligt formål, skaber gruppen på samme måde et magnetfelt, der tiltrækker oplyste sjæles opmærksomhed. Når feltet er opbygget, synkroniseret og ladet med intuition, kan en af de oplyste sjæle på de indre planer bruge det som et redskab til at lede sin energi eller sine inspirationer ind i den fysiske verden for at skabe forbedringer og udvikling. *"Hvor to eller tre er forsamlet i mit navn, dér er jeg midt blandt dem",*¹ sagde Kristus, for Hierarkiets energi kan overføres via grupper, der arbejder sammen i verden.

10 tegn på vellykket meditation

Meditation er en teknik, der giver mulighed for at kommunikere med højere og højere lyscentre. Meditation er en indsats og en proces, der går ud på at udvide bevidstheden, skabe kommunikation i en voksende sfære og skabe positive relationer med alt eksisterende. Der er 10 større tegn på, om meditationen er vellykket:

1. Evnen til at kommunikere og skabe forbindelse.
2. Evnen til at samarbejde.
3. Evnen til at udvide synsvinkler, skabe overblik og konkludere.
4. Voksende forståelse.
5. Evnen til at ophæve eller udrydde de forhindringer, der forhindrer samarbejde og syntese.
6. Evnen til at finde nye måder til etablering af rigtige menneskelige relationer.
7. Evnen til at "stille ind på" strømmen af højere inspiration.
8. Tiltagende evne til at arbejde for menneskehedens udvikling og udbredelsen af åndsvidenskaben.
9. Udvikling af enkelhed og evnen til at se tingene på en ukompliceret måde.
10. Udvikling af tilpasningsevnen, som gør det muligt både at bruge det bedste man kan, men også have gavn af det bedste andre kan.

¹ Matthæusevangeliet, 18,20



Indicier på vellykket meditation

Det første større tegn på at meditationen er vellykket viser sig i kommunikationen. Kommunikation er en primær faktor i meditation, fordi det drejer sig om at udvide kontaktområdet til højere planer, højere centre og højere skabninger afhængig af meditationens kraft og renhed. Der er ikke tale om virkelig meditation, før man har kontakt med sjælen. Og der er mange indicier på kontakt.



Intens koncentration

Det første indicium er intens *koncentration*. Dermed menes der, at den ydre verden holder op med at eksistere under koncentrationen.

Koncentration vil sige evnen til at trække bevidstheden tilbage fra den fysiske, astrale og lavere mentale verden og fokusere bevidstheden i sjælens lys. Så længe bevidstheden er fokuseret i den fysiske, astrale eller den lavere mentale verden, vil den være påvirket af forandringer på de omgivende planer, og derfor er det umuligt at koncentrere sig, uanset hvor meget man prøver. Det kan sammenlignes med en lystsejler, der forsøger at holde balancen i en båd, der hele tiden vipper, fordi den konstant rammes af havets bølger.

Glæde

Det andet holdepunkt er *glæde*. Glæde er sjælens elektriske strøm, der går gennem det fysiske, astrale og mentale legeme, og harmoniserer, integrerer og oplader legerne. Sjælen skaber enhed og syntese, som sjælen kan udtrykke sig gennem.

I meditation lærer man langsomt at træde ud af kroppen. Hvis man er disciplineret, rytmisk og udholdende i sin meditation, vil man blive i stand til at træde ud af astrallegemet og mentallegemet og fokusere bevidstheden i sjælens lys, hvor koncentrationen bliver kraftfuld og ren. Ligesom lys, der fokuseres i et brændpunkt, vil koncentrationen trænge ind til essensen af det, man fokuserer på i meditation.



Bevidsthedsudvidelse

Den tredje indikation på kontakt er *bevidsthedsudvidelse*. Hvis bevidstheden udvider sig, oplever man genstanden eller nøgleordet for meditationen fra stadig flere synsvinkler, og man udvikler desuden evnen til at samle alle synsvinklerne i én enkelt men multi-dimensional forståelse.

Når de tre indicier er til stede, har man kontakt med sin sjæl, og meditationen vil derfor være *skabende*.



Samarbejde

Det andet større tegn på vellykket meditation er *samarbejde*. Der eksisterer intet samarbejde, hvis der ikke er kommunikation. Samarbejde er evnen til at deltage aktivt i sjælens plan sammen med andre og manifestere planen individuelt eller som gruppeudtryk.

Mange mennesker forsøger ofte at fremtvinge et samarbejde uden at kommunikere med de mennesker, der skal samarbejdes med. Det er en adfærd, der skaber uendeligt mange problemer mellem mennesker. Man kræve eksempelvis, at et andet menneske går med til et møde eller med i biografen, men hvis man ikke

kommunikerer, kan man måske tvinge den anden til at gøre det, men samtidig skaber det større afstand i stedet for større tilnærmelse. Og hvis det gentager sig, ødelægger man måske alle fremtidige muligheder for samarbejde. Hvis man ikke er i stand til at kommunikere, kan man heller ikke få andre til at samarbejde.

Samarbejde er evnen til at komponere en symfoni af menneskers forskelligheder ud fra ligheden i sjælskontakt. Forskellige toner skaber ikke en symfoni, medmindre at de er baseret på en idé. Mennesker er normalt bange for forskellighed, men man kan kun udvikle sig, fordi andre er anderledes. Forskelle skaber en højere visdom, som kan bruges til at komponere en symfoni. Hvis man hader andres forskelligheder, betyder det, at man er styret af dem.

Hver forskel er en måde at opfylde formålet på. Når formålet (kontaktpunktet) er det samme, er forskellene vigtige. Hvis formålene er forskellige, skal man arbejde på at forene dem, før man forsøger at skabe samarbejde. Mål er ikke det samme som formål. Mål er som forskellige grene på et træ. F.eks. har hver gren sit eget mål, men træets grene tjener samme formål. Grenenes forskellighed er glimrende, men hvis nogle af grenene modarbejder træet (formålet), bliver de brugt som gødning for træet. Det er interessant at vide, at sådan foregår det i naturen. De uegnede grene, frugter og blade falder ned på jorden og bliver til gødning for træet.



Synsvinkler og konklusioner

Det tredje større tegn på vellykket meditation er evnen til at øge *antallet af synsvinkler* og samle dem i *konklusioner*. Man kan eksempelvis tage en kasse og se på den fra én side, fra fire sider, oppefra, nedefra, indefra og udefra. Eller man kan se på et træ som en maler, en botaniker, en miljøforsker, forretningsmand, tømrer osv.

Man kan se på en genstand ud fra egne interesser, familiens interesser, nationale, internationale og som fortidige, nutidige og fremtidige historiske interesser. Man kan tage en begivenhed og tænke over dens konsekvenser for kroppen, følelserne, tænkevnen, moralbegreberne eller for mineral-, plante-, dyre- og menneskeriget.

Hvis man iagttager begivenhederne og tingene i livet fra flere synsvinkler end tidli-

gere, betyder det, at meditationen er ved at bære frugt. Efterhånden som man får flere synsvinkler, bliver man bedre til at håndtere livets begivenheder og tilstande.

Forståelse

Det fjerde større tegn på vellykket meditation er en voksende evne til *forståelse*. Man forstår tingene bedre, når man ser dem fra flest mulige synsvinkler. Man forstår dem, når man ser årsagen, udviklingen og virkningen. Man forstår dem, når bevidstheden bliver befriet for blændværk, illusioner, forfængelighed og egoisme. Man forstår tingene bedre, når man løfter bevidstheden til det højere mentalplan og kontakter intuitionens lys. Man forstår tingene bedre, når man lever et uselvisk liv.



Afkald

Det femte større tegn på vellykket meditation er voksende evne til at give *afkald* på de forhindringer, der på forskellige måder forsøger at blokere for samarbejde og syntese. Meditation løfter bevidsthedens brændpunkt til højere planer, og fra de højere planer ser man meningsløsheden med mange af de ting, man er knyttet til. Genstande, der før i tiden var meget værdifulde, mister værdi og tiltrækning. Samtidig øges viljestyrken i en sådan grad, at når identifikationen nedbrydes, bevarer man den nye holdning, og derfor vender man ikke længere tilbage til identifikation med genstanden.

Rigtige menneskelige relationer

Det sjette større tegn på en vellykket meditation er en voksende evne til at finde nye metoder til at skabe *rigtige menneskelige relationer*. Meditation fjerner de mange tanker, følelser og holdninger, der skaber afgrunde, fordi sjælens indflydelse strømmer ind i bevidstheden. En af sjælens primære kendetegn er harmoni eller rigtige relationer til alt, hvad der findes i Universet.

Meditation skaber også subjektiv kontakt til mennesker, der har en personlighed, som man har problemer med. På sjælsplanet skaber mennesker kontakt til hinanden for at løse deres personlighedsproblemer. Under ægte meditation tænker og fungerer man på sjælsplanet, dvs. på det højere mentalplan. Husk derfor enhedsmantraet:

"Menneskesjælene er ét, og jeg er ét med dem".²

² Et stort udvalg af vigtige mantraer og invokationer kan frit downloades fra www.visdomsnettet.dk



Højere inspiration

Det syvende større tegn på vellykket meditation er evnen til at "stille ind på" strømmen af *højere inspiration*. Efterhånden som meditationen udvikler sig, begynder de højere mentale centre at fungere, og langsomt åbner den egoiske lotus sine smukke kronblade. Hvert center og hvert kronblad er sensitivt over for bestemte energistrømme fra højere kilder. Nogle centre er sensitive over for inspirationen fra den mediterendes lærer. Andre er forbundet med bestemte ashramer, centre, skabninger og endda stjernetegn og konstellationer.



Menneskehedens udvikling og udbredelse af åndsvidenskab

Det ottende tegn på vellykket meditation er en voksende evne til at arbejde for *menneskehedens udvikling* og *udbredelsen af åndsvidenskab*. Efterhånden som meditationen udvikler sig, bliver den mediterende mere sin sjæl og mindre sin personlighed. Sjælens natur er tjenestearbejde, og det er kun ved at arbejde som en sjæl, at man begynder at tjene menneskehedens udvikling. Man begynder at føle sig som ét med menneskehedens sjæl, og man gør sit bedste for at løfte menneskehedens niveau og udvikle dens skelneevne.

Åndsvidenskaben er reelt udtryk for fremskredne og oplyste menneskers erfaringer. Det er mennesker, der har udviklet metoder, som gør det muligt for menneskeheden at overleve og gøre fremskridt. Disciplen kender metoderne af egen erfaring, og derfor er det muligt at udbrede visdommen og hjælpe menneskeheden.

Enkelhed

Det niende større tegn på vellykket meditation er udvikling af *enkelhed*. Alt er kompliceret, når man ikke forstår, hvad der sker. Alt er også enkelt, når man forstår det.

Meditation udvider bevidstheden så effektivt, at mange komplicerede ting bliver enkle og indlysende. En matematikstuderende skrev engang efter tre års meditation: *"Jeg var bange for, at den højere meditation ville være umulig for mig, for jeg troede, at det var det mest komplicerede af alle fag. Men nu bliver alle ting klarere og klarere, som om de er de simpleste matematiske problemer"*.



Tilpasningsevne

Det tiende større tegn på vellykket meditation er udviklingen af *tilpasningsevne*. Det er evnen til at tilpasse sig andres gode egenskaber, men det er også evnen til at få andre mennesker til at tilpasse sig egne gode egenskaber.

Meditation er en tankeproces, men der er stor forskel på at meditere og at tænke. Meditation er *tænkning i sjælens lys*, kombineret med beslutningen om at bruge den energi og indsigt, der erhverves, til at udvide skønheden, godheden, retfærdigheden, glæden og friheden i menneskeheden bevidsthed. Tænkeevnen kan sagtens finde på at bruge alle meditationens erkendelser og kontakter til tænkerens egne formål – eller til gruppens formål – eller til sit partis eller sin nations egoistiske og separative formål.

Meditation bruger tænkningens erkendelser til gavn for helheden. Ved hjælp af tænkeevnen kan man tjene 2.000.000 og bruge dem til egne fornøjelser og egoistiske formål. Ved hjælp af meditation kan man også tjene 2.000.000, men så bruger man pengene til gavn for menneskeheden.

Der er også en meget subtil forskel på forskellige måder at tænke på. Der er tænkning, som er styret af lidenskaber, blinde drifter, begær, blændværk og illusioner. Og der er ægte tænkning, hvor tankesindet ikke er domineret af personlighedens lavere natur, men hvor tænkeevnen bruges til erkendelser og skabende aktiviteter.



Meditation sker i faser

1. I den første fase gentager eller husker man noget, man har læst eller hørt.
2. I den anden fase prøver man at huske virkelige oplevelser.
3. I den tredje fase erkender man sin uvidenhed.
4. I den fjerde fase sendes der nye idéer ind i mentallegemet fra sjælen.
5. I den femte fase prøver man at analysere idéerne og skabe tankestrømme, og man forsøger at fortolke og analysere idéerne.
6. I den sjette fase lærer man, hvordan man skaber syntese af idéerne og bygger tankeformer til bestemte formål.
7. I den syvende fase skaber man en ny bevidsthed – et nyt syn på livet. Man ændrer sin personlighed og overgiver sig til skønhed, godhed, retfærdighed, glæde og frihed i menneskehedens tjeneste.





Skabende meditation er en proces

Skabende meditation er en proces som bruges til at:

1. Bygge kommunikationslinjer mellem sig selv og højere centre for lys, visdom og skønhed.
2. Forvandle stoffet i sine legemer fra inerti til rytme.
3. Kontakte idéer, visioner og tanker i Universet.
4. Skabe gode kanaler og former for at kunne materialisere idéerne, visionerne og tankerne.
5. Sende de erkendelser, man har opnået via sine åndelige bestræbelser, ud i menneskehedens bevidsthed og i Universet. Udsendelsen sker i kraft af stærke tankeformer, der består af progressive idéer.
6. Kaste lys på bestemte områder i verden for at sprede maya,³ blændværk og illusioner.
7. Etablere et tjenesteområde ved at formulere de indtryk, man modtager inden for områder som politik, uddannelse, filosofi, kunst, videnskab, religion eller økonomi.

Skabende meditation

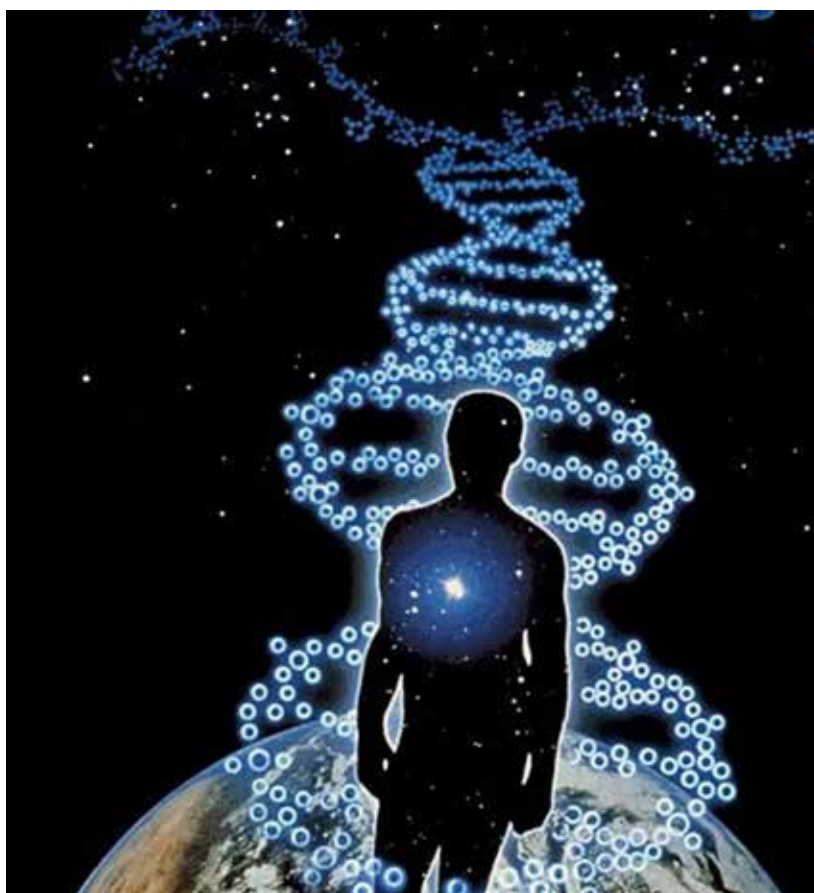
Skabende meditation øger menneskets sundhed, glæde, energi, magnetisme og sensitivitet over for indtryk, og meditationen gør mennesket til en effektiv arbejdskraft i livet. Skabende meditation er opbygning af de tankeformer, som til sidst realiserer begreberne skønhed, godhed, retfærdighed, glæde og frihed i dagligdagen.

³ Maya betyder identifikation med det ydre. Maya er en egenskab ved alt begrænset og endeligt og derfor er maya identisk med "illusion".

Skabende meditation er hovedsagelig en søgen efter Det Ene Liv og en stræben efter at smelte sammen med Den Ene, og det sker ved at man giver afkald på alt det, man ikke er. Efterhånden som man i højere grad bliver ét med sjælen, modtager man mere lys, mere kærlighed, mere energi, mere harmoni, mere kreativitet og mere samarbejdsånd, fordi man har en dybere kontakt og dybere kommunikation med det, man dybest set er.

Følelisesmeditation

Meditation, som udføres under indflydelse af følelserne, skaber kontakt til astralplanet, og det medfører krystallisering i tankerne, som ikke kan udvides og uddybes. Meditation, der forbinder den mediterende til astralplanet, overstimulerer kroppen, stimulerer chakraerne og skaber uligevægt mellem dem. Det er en meditationsform, der gør den mediterende til en upraktisk drømmer. Det får den mediterende til kun at tænke på egne interesser. Og endelig bliver man ekspert i at bedrage andre.



Væren

Før hver meditation skal man tænke:

"Alt, hvad der kontaktes, erkendes og accepteres, skal bruges i menneskehedens tjeneste og i overensstemmelse med Hierarkiets plan".

Meditation er ikke kun et spørgsmål om at gøre noget eller at vide noget. Meditation drejer sig også om *at være*. Efterhånden som man forøger sin væren, lærer man. Efterhånden som man lærer, omsætter man sin viden til praksis. Men meditation har en endnu dybere opgave. Den bygger en bro mellem det nuværende bevidsthedstrin og tidligere tiders akkumulerede erfaringer, der kan hentes frem som indre viden.



Sjælens skatkammer

I hvert liv ophobes der viden baseret på erfaringer i menneskets indre verden. Når et menneske inkarnerer, tillader forholdene og omstændighederne i livet ikke, at den akkumulerede viden er direkte tilgængelig. Den opbevares i sjælens "skatkammer", og den kan først bruges, når mennesket når et udviklingstrin, hvor det skaber direkte adgang til sjælen.

Meditation åbner langsomt og systematisk en kanal til sjælens skatkammer, og kanalen får den akkumulerede viden til at strømme ind i menneskets nuværende bevidsthedsfelt. De mennesker, der mediterer regelmæssigt og disciplineret, oplever gradvist, at de ved meget mere, end livet har lært dem. De finder også ud af, at man kan finde mange svar, der ligger parat i bevidstheden, når der er brug for dem.

Opbygningen af kommunikationslinjen mellem sjælens skatkammer og menneskets eksisterende bevidsthedsfelt, gør det til sidst muligt for et menneske at få forbindelse til de gamle civilisationer og kulturer, som det engang inkarnerede i.

Og skatkammeret er uudtømmeligt. Når et menneske først har fået adgang til det, kan det blive kilden til viden på et område, der især interesserer den mediterende. Men skatkammeret er ikke et mål i sig selv. Det er en dør til mange områder, hvor mennesket har levet, udført forskellige former for arbejde og samlet information og erfaring. Jo dybere, rigere og mere omfattende deltagelsen i livscykluserne har været, jo større og mere fantastisk vil værdierne i sjælens skatkammer være.

Hvis man forstår loven til bunds, vil det aktuelle liv forvandles til en seriøs stræben efter at vide mere, opleve mere, være mere og udføre mere tjenestearbejde. Mennesket fylder sjælens gral i hver inkarnation og bringer nye skatte til skatkammeret. I nogle liv samler man ikke så meget til skatkammeret. I andre liv bygger man mure omkring gralen og bevidstheden. Og i andre liv prøver man at nedbryde murene og bruge af "sparepengene". Meditation, studier og tjenestearbejde gør gradvis mennesket parat til at kontakte sjælen og bruge skattene på det aktuelle og specielle tjenesteområde.



Lavastrale psykiske medier

Mange af nutidens lavastrale psykiske medier har engang overtrådt lovene for meditationens videnskab, og de er styrtet i det astrale blændværks malstrøm. Det er bl.a. de medier, der kommer i kontakt med mennesker på de indre planer ved hjælp af hallucinatorisk bedrag. De modtager meddelelser fra skabninger på fjerne planeter, og skabninger, der bruger mange ord, men aldrig siger noget håndgribeligt. Det er næsten umuligt at vække den slags mennesker af deres hallucinationer. De er indhyllet i en tæt tåge af blændværk pga. deres forvirrede sanser og forstyrrede chakraer. Derfor er det vigtigt, at man håndterer meditationens videnskab med rene motiver og mental ligevægt.

Når de psykiske medier læser karakteristikken, vil de uden tvivl påstå, at man dermed afviser, at der eksisterer en mulighed for højere kontakter, og at man afviser eksistensen af højere sanser, højere verdener og højt udviklede sjæle. Lavastrale

medier er ofte professionelle og har udspekulerede måder at skjule og forklæde sig på, og de opfører sig tit, som om de er overmenneskelige, mestre eller oplyste lærere. I virkeligheden er Jordens åndelige udvikling blevet hæmmet på grund af falske profeter på det religiøse, esoteriske og metafysiske område.





VisionsNettet

www.visionsnettet.dk