

Annie Besant

DEN  
FYSISKE  
KROP



VisdomsNettet

[www.visdomsnettet.dk](http://www.visdomsnettet.dk)

# DEN FYSISKE KROP

Annie Besant



VisdomsNettet  
[www.visdomsnettet.dk](http://www.visdomsnettet.dk)

# Den fysiske krop

Af Annie Besant

(Oversættelse Thora Lund Mollerup & Erik Ansvang)



## **Sthula sharira og linga sharira**

Udtrykket "den fysiske krop" omfatter menneskets to lavere principper. På sanskrit består principperne af *sthula sharira* og *linga sharira*. I det åndsvidenskabelige sprog er *sthula sharira* menneskets fysiske krop, som er det laveste og mest forgængelige af menneskets syv principper. *Linga Sharira* er det samme som æterlegemet. *Linga sharira* er derfor det fysiske legemes usynlige "dublet" eller "dobbeltgænger". *Linga Sharira* eller æterlegemet fungerer som en støbeform eller matrix af den fysiske krop. De fungerer begge på det fysiske plan, og de består begge af fysisk stof. De er skabt for at holde den tid, som et enkelt fysisk liv varer. Begge aflægges ved den fysiske død, og de opløses sammen i den fysiske verden, når mennesket går over i astralverdenen og lever videre i sit astrallegeme.

En anden grund til at kategorisere de to principper, som menneskets fysiske legeme består af, er, at så længe mennesket ikke er i stand til at gå uden for den fysiske verden – eller det fysiske plan, som man plejer at kalde det i åndsvidenskaben – bruger mennesket det ene eller det andet eller begge fysiske klædninger. Begge principper tilhører det fysiske plan på grund af det materiale, de består af, og derfor kan de ikke gå uden for det fysiske plan. Bevidstheden, som arbejder i de to principper, er bundet til de fysiske grænser, og de er underkastet tidens og rummets almindelige love. De adskilles sjældent i det fysiske liv, og en adskillelse er ikke anbefalelsesværdig, for den er altid et tegn på sygdom eller en helbredstilstand med dårlig ligevægt.



### **Linga sharira eller æterlegeme?**

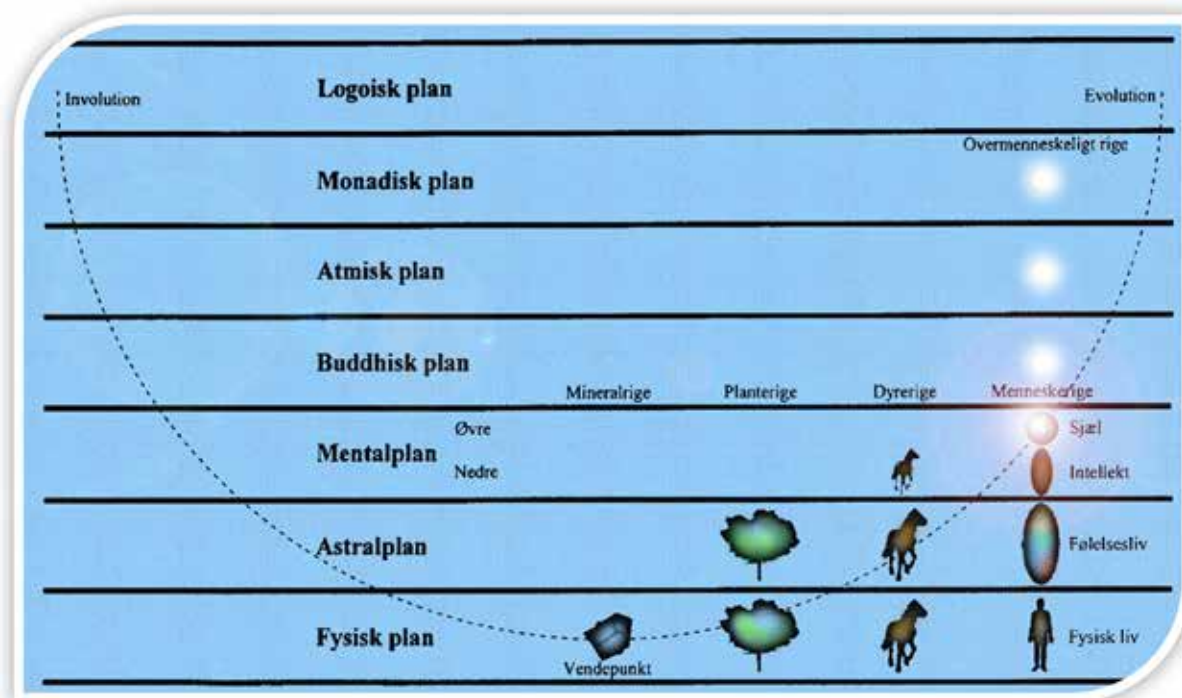
Det fysiske materiale, som de to legemer består af, er forskellige. Det fysiske legeme består af groft fysisk stof, og det æteriske legeme består af finere fysisk stof. I det usynlige æterlegeme er hver eneste partikel en nøjagtig genpart af det synlige fysiske legeme. Æterlegemet er det redskab, som alle elektriske og liv-givende energier strømmer igennem, og derfor er det fysiske legeme afhængigt af æterlegemets funktioner. Den æteriske dublet kaldes som sagt *linga sharira*, men det vil være en god idé, hvis man holder op med at bruge sanskritordet, for det er i lange perioder blevet brugt i en anden betydning i hinduernes litteratur, og det har skabt stor forvirring hos mennesker, der studerer Østens litteratur, uanset om de tilhører Østen eller Vesten. Det er grunden til, at betegnelsen drejes væk fra den anerkendte betydning, og derfor vil det være fornuftigt, hvis man holder op med at bruge ordet *linga sharira*.

Desuden er det bedre at have et ord i sit eget sprog. Ordet "æterlegemet" eller "æterisk dublet" er et udtryk, der giver indtryk af det finere fysiske legemes natur og sammensætning. Udover at være dækkende, er det desuden let at huske. Ordet "æterisk" fortæller, at legemet består af æter, og ordet "dublet" fortæller, at det er en nøjagtig genpart af det grove fysiske legeme – en slags "skygge".

### **Syv underafdelinger**

Det fysiske stof er opdelt i syv underafdelinger, som skiller sig ud fra hinanden, fordi de hver især har en stor variation af kombinationer inden for egne grænser. Underafdelingerne består af fast, flydende, luft- eller gasagtig og æterisk, for æterisk stof har fire tilstande, der er lige så forskellige, som flydende stof er i forhold til fast og luft- eller gasagtig stof. Det er det fysiske stofs syv tilstande eller underafdelinger, og enhver del af det fysiske stof kan gå over i hvilken som helst af de øvrige tilstande, selv om stoffet vil antage den ene eller den anden stofform som en relativt vedvarende tilstand under det, man kalder normal temperatur og tryk. Derfor er guld sædvanligt fast, vand er flydende, klor (en giftig, gulgrøn gas) er gasagtig. I det fysiske legeme består alt stof af de syv tilstande. Det grove fysiske legeme består af fast, flydende og luft- eller gasagtigt stof, og det æteriske legeme består af æterens fire underafdelinger, der er kendt som 4. æter, 3. æter, 2. æter og 1. æter (atomer).



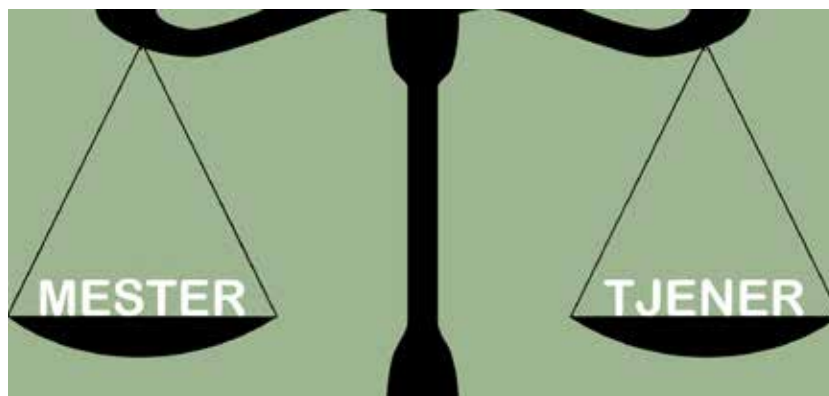


*De syv eksistensplaner - involution og evolution*

Når åndsvidenskaben præsenteres for folk, er der mange, der beklager sig over, at informationerne ikke kan bevises naturvidenskabeligt. De, der studerer åndsvidenskab, spørger ofte: "Hvor skal man begynde"? "Hvis man ønsker at bevise påstandene, hvor skal man så tage fat"? "Hvordan forstår man det sprog, som esoterikere taler flydende"? "Hvad kan man gøre for at forstå og få hypoteserne bekræftet i stedet for bare at acceptere dem i tillid til andre, som påstår, at de ved"?

Artiklerien er et forsøg på at besvare spørgsmålene, så de studerende, der virkelig mener det alvorligt, kan se, hvilke praktiske skridt, de først skal tage – med det er stadig underforstået, at de praktiske skridt skal baseres på et liv, hvor de moralske, intellektuelle og åndelige sider trænes. Der findes ikke noget, som et menneske kan gøre alene for det fysiske legeme, som kan forvandle det til hverken en clairvoyant eller en helgen. Men det er også sandt, at det fysiske legeme er et redskab, der skal bruges i processen, og derfor er en vis behandling af legemet nødvendigt, hvis man vil være i stand til at betrede udviklingsvejen.

Mennesket vil aldrig nå de åndelige højder, der er målet, hvis det kun beskæftiger sig med det fysiske legeme. Men på den anden side vil det også være umuligt at bestige de åndelige højder, hvis man ignorerer det fysiske legeme. De legemer, som mennesket lever og fungerer i, er dets redskaber, og den allerførste ting, man skal være klar over, er, at *legemerne er til for mennesket – mennesket er ikke til for legemerne*. Legemerne tilhører mennesket, fordi det skal bruge dem – mennesket tilhører ikke legemerne for at blive brugt af dem. Det fysiske legeme er et redskab, som skal gøres finere, forædles, forbedres, trænes og støbes i en form, så det opbygges af komponenter, der gøre det egnet til at være redskab for menneskets højeste formål på det fysiske plan. Alt, som stræber i den retning, skal stimuleres og dyrkes. Alt, som går i modsat retning, skal undgås.



### **Legemet er en tjener**

Det er ligegyldigt, hvilke ønsker legemet har, eller hvilke vaner det har opbygget i fortiden. Legemet tilhører mennesket. Det er menneskets tjener, og det kan bruges på den måde, man ønsker. I samme øjeblik legemet tager tømmerne og kræver, at det styrer mennesket i stedet for at blive styret af mennesket, vendes der op og ned på livets formål. Al udvikling stopper, og alle fremskridt umuliggøres. Det er det udgangspunkt, som ethvert menneske, der seriøst ønsker åndelig udvikling, skal vælge. Det fysiske legemes natur gør det til en genstand, som temmelig let kan gøres til redskab eller til en tjener.

Det fysiske legeme har nogle egenskaber, som hjælper mennesket med træningen, og egenskaberne gør det forholdsvis let at styre og forme legemet. En af legemets egenskaber medfører, at når det først er blevet vant til at arbejde i en bestemt retning, vil det være meget villigt til fortsat at følge den nye retning af sig selv. Det vil være akkurat ligeså villigt til at følge en ny retning, som det var da det blev vænnet til at gå i andre retninger. Hvis legemet har tillagt sig en dårlig vane, vil det gøre stor modstand mod enhver forandring af vanen. Men hvis legemet tvinges til at foretage forandringen – dvs. hvis den forhindring, der står i vejen, overvindes, og hvis det bliver nødt til at handle, som mennesket ønsker – vil legemet efter kortere eller længere tids forløb acceptere den nye vane, som mennesket har påtvunget det. Legemet vil være ligeså tilfreds med den ny metode, som dengang det fulgte den gamle vane, som mennesket opponerede imod.



### **Det faste legeme**

Der skal nu vendes tilbage til studiet af det faste fysiske legeme, som kan kaldes den synlige del af det fysisk-æteriske legeme, for de finere aspekter er ikke synlige for det fysiske øje, medmindre mennesket har udviklet æterisk syn. Det fysiske legeme er menneskets yderste klædning. Det er menneskets laveste manifestation. Det er det mest stoftætte, begrænsede og ufuldkomne udtryk for det virkelige menneske. Det er nødvendigt at iagttage det fysiske legemes konstruktion, og man skal være i stand til at forstå, hvorfor det er muligt at forædle eller træne det. Man skal forstå de funktioner, som for det meste

ligger uden for viljens kontrol, og derefter de funktioner, der er under viljens kontrol. Funktionelt kan nervesystemet opdeles i et somatisk nervesystem, som er underlagt viljens herredømme, og et autonomt nervesystem, der fungerer automatisk og reflektorisk og ikke kan kontrolleres af den frie vilje. Det autonome nervesystem er desuden opdelt i de modsatvirkende sympatiske og parasympatiske systemer.

Uanset om funktionerne ligger uden for viljens kontrol eller er under viljens kontrol, så virker funktionerne ved hjælp af nervesystemer, men det er nervesystemer af forskellig slags. Det ene driver alle de funktioner i legemet, som vedligeholder legemets almindelige liv – eksempelvis ved at lungerne trækker sig sammen, hjertet banker og fordøjelsessystemets bevæger sig. Det består af de uvilkårlige nerver, som sædvanligvis kaldes "det sympatiske nervesystem". Engang under den fysiske evolutions meget lange fortid, hvor menneskelegemet blev opbygget, var nervesystemet under kontrol af det dyr, der var i besiddelse af det. Men gradvis begyndte det at fungere automatisk. Legemet slap væk fra viljens kontrol. Det blev uafhængigt, og det udførte efterhånden alle legemets normale vitale funktioner automatisk. Så længe et menneske er sundt og rask, lægger det ikke mærke til funktionerne. Mennesket bliver bevidst om, at det trækker vejret, når åndedrættet forstyrres eller holdes tilbage, og det konstaterer, at hjertet slår, når det banker voldsomt eller uregelmæssigt, men når alt er i orden, foregår alle processer ubemærket. Det er imidlertid muligt at få det sympatiske nervesystem under viljens kontrol ved lang og vanskelig øvelse.



### **Yogier**

Yogier i Indien, der praktiserer hatha-yoga, udvikler evnen til i usædvanlig grad at stimulere de lavere psykiske evner. Det er muligt at udvikle de lavere psykiske evner – uden hensyn til åndelig, moralsk eller intellektuel udvikling – ved direkte at påvirke det fysiske legeme. Hatha-yogien lærer at beherske åndedrættet endda i en grad, der gør det muligt at standse åndedrættet i en længere periode, eller at beherske hjertes banken, fordi yogien kan gøre cirkulationen hurtigere eller langsommere efter behag. Metoderne resulterer i, at det fysiske legeme glider ind i en trancetilstand, og dermed frigøres astrallegemet.

Det anbefales bestemt ikke, at metoden efterlignes, men det er alligevel lærerigt for nationerne i Vesten, (som er tilbøjelige til at betragte det fysiske legeme for at have en altbeherskende natur), at vide, hvor fuldstændigt et menneske kan få de normalt automatiske, fysiske processer under viljens kontrol. Det beviser, at mennesker i tusindvis har underkastet sig en langvarig og særdeles vanskelig disciplin for at frigøre sig fra det fysiske legemes fængsel, og det viser, at de stadig lever, selv om det fysiske legemes liv er sat ud af funktion. Yogierne mener det i det mindste alvorligt, og de er ikke længere slaver af de fysiske sanser.



### Hjernen og nervesystemet

Her forlades det sympatiske nervesystem, for at tale om det somatiske, for det har en langt større betydning for menneskets mentale formål. Det er det store system, som er menneskets redskab til tænkning, og det er det, der bruges til at føle og bevæge sig på det fysiske plan. Det består af hjernen og ryggraden, og herfra udgår der tråde af nervestof – føle- og bevægelsesnerver – til alle dele af legemet. De nerver, som mennesket føler med, går fra periferien til hjerne-rygradsaksen, og de nerver, som mennesket bruger til at bevæge sig, går fra aksen til periferien. Fra alle andre dele af legemet udløber nervetrådene, som forener sig med hinanden og danner knuder, som igen forener sig med ryggraden, og danner dens udvendige, trådede substans, som går opad for at sprede sig og for-

grene sig i hjernen. Hjernen er center for al følelse og al bevidst bevægelse, der kan beherskes af viljen. Mennesket udtrykker sin vilje og sin bevidsthed gennem systemet, og man kan sige, at det har sit center i hjernen.

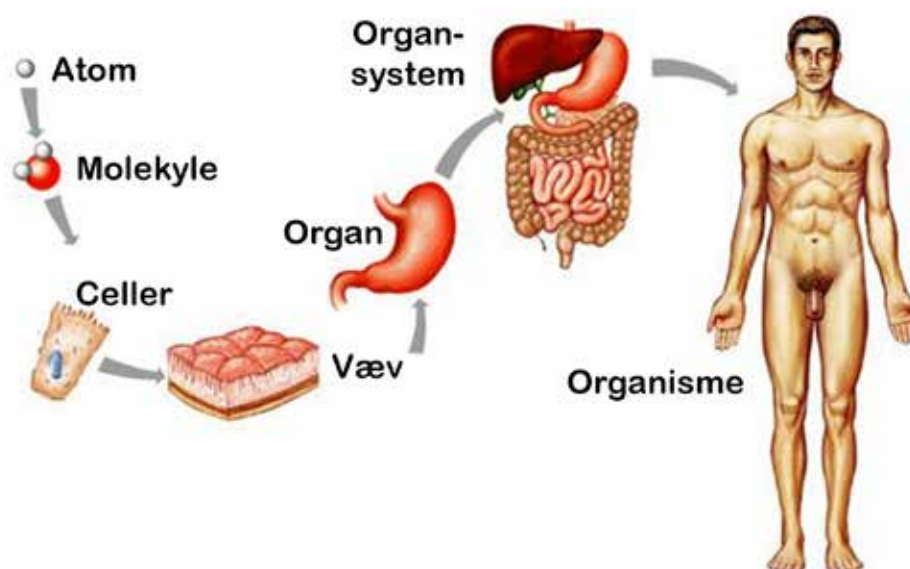
Mennesket kan udelukkende foretage sig noget på det fysiske plan i kraft af hjernen og nervesystemet. Mennesker med et naturvidenskabeligt og materialistisk livssyn bygger deres livssyn på den kendsgerning, at tanke- og hjernevirksomhed fungerer sammen. Hvis man kun beskæftiger sig med det fysiske plan – sådan som naturvidenskaben og materialistiske mennesker gør det – så er det korrekt, at tanke og hjerne fungerer sammen. Det er derfor nødvendigt at inddrage kræfter fra et højere bevidsthedsplan – astralplanet – for at vise, at tanken *ikke* er et resultat af nervevirksomhed i hjernen. Hvis hjernen påvirkes af bedøvende midler, sygdom eller beskadiges, kan tanken hos det menneske, der ejer hjernen, ikke længere fungere korrekt på det fysiske plan. Det materialistiske menneske vil henvise til det faktum, at nogle hjernesygdomme påvirker tanken på en bestemt måde. Men der findes hjernesygdomme, som ødelægger en bestemt del af hjernevævet i nærheden af øret. Det resulterer i et totalt tab af hukommelsen i relation til ord. Hvis man stiller et spørgsmål til et menneske med den form for hjernelidelse, kan det ikke svare. Hvis man spørger, hvad det hedder, kan det ikke svare, men hvis man siger navnet, vil det reagere på det. Hvis man giver det en information, vil det give udtryk for, om det er enigt eller uenigt. Det er i stand til at tænke, men ikke i stand til at tale. Tilsyneladende stod



den del af hjernen, der har taget skade, i forbindelse med den fysiske hukommelse for ord, og skaden på den del af hjernen medfører, at det fysiske menneske mister hukommelsen for ord og bliver stum, *men det beholder tænkeevnen*, og det kan give udtryk for accept eller det modsatte, når man kommer med forslag.



Det er en selvfølge, at det materialistiske argument øjeblikkeligt falder til jorden, når et menneske er i stand til at foretage en bevidst ud-af-kroppen oplevelse og dermed bevise, at det stadig er i besiddelse af alle evner – og at det igen bliver begrænset, når det vender tilbage til det fysiske legeme. Det vigtigste for den, der studerer åndsvidenskab, er ikke, om det materialistiske livssyn er stærkt eller svagt – rigtigt eller forkert. Det vigtigste er det faktum, at mennesket på det fysiske plan er begrænset i sit udtryk af det fysiske redskabs evner, og at redskabet er modtageligt for fysiske påvirkninger. *Når påvirkningerne kan beskadige redskabet, kan de også forædle det!* Det er en erkendelse, der er af vital betydning.

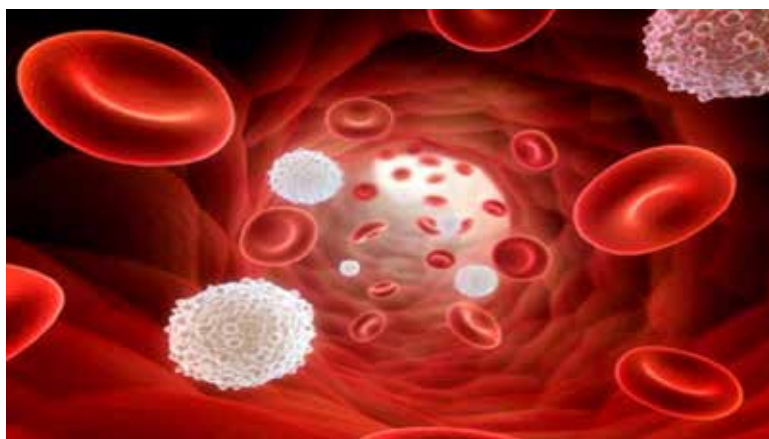


### Celler og atomer

Nervesystemerne er, ligesom alle andre dele af legemet, bygget af celler, der er små afgrænsede legemer, som består af omsluttende vægge med indhold. De er synlige under mikroskopet og varierer i forhold til deres forskellige funktioner. Cellerne består af små molekyler, og de består igen af atomer – dvs. kemikerens

atomer – for et atom repræsenterer for en kemiker den mindste partikel i et kemisk element. De kemiske atomer kombineres på utallige måder for at danne de luftformige, flydende og faste dele af det fysiske legeme.

For esoterikeren er et kemisk atom en levende skabning, der lever sit eget uafhængige liv. Kombinationer af atomer former en sammensat skabning, der igen udgør en levende enhed. Hver eneste celle har sit eget liv, og alle de kemiske atomer, molekyler, celler og organer kombineres til en organisk helhed – en organisme eller et legeme, der skal fungere som redskab for en bevidsthed, der er højere end nogen bevidsthed, som de enkelte dele hver især kender i deres liv.



Hvis en bloddråbe anbringes under mikroskopet, ser man et antal levende legemer – de hvide og røde blodlegemer, der bevæge sig i bloddråben. De hvide blodlegemer ligner almindelige amøber både i opbygning og aktivitet. I forbindelse med mange sygdomme finder man bakterier og vira af forskellig slags, og naturvidenskaben oplyser, at mennesket har både venlige og fjendtlige mikrober i organismen. Nogle kan skade, mens andre angriber og fortærer skadelige snyltegæster og stofrester. Nogle mikrober kommer udefra, og de hjem-søger det fysiske legeme med sygdomme, mens andre fremmer sundheden. På den måde skifter menneskets legemer konstant materiale, som optages, bliver i legemet i en periode og forsvinder for at indgå som elementer i andre legemer. Der foregår en konstant udskiftning og ombytning.



### **Viden og uvidenhed**

De fleste mennesker interesserer sig ikke for den slags kendsgerninger, selv om det er en viden, der rummer muligheden for at forædle det fysiske legeme, så det kan blive et bedre egnet redskab for det indre menneske. Gennemsnitsmennesket lader legemet bygge sig selv af det materiale, der tilbydes, uden hensyn til materialets natur, for det er kun interesseret i, om materialet smager godt og tilfredsstillende begæret, og ikke om det er egnet eller uegnet til at bygge

en ren og forfinet bolig for sjælen, som er det virkelige og evige menneske. Gennemsnitsmennesket er ikke opmærksomt på kvaliteten af partiklerne, når de kommer og går. Det udvælger ingen. Det kasserer ingen. Det lader enhver stoftype bygge sig ind i legemet. Det almindelige menneske er en sjusket bygmester, der er ligeglad med, om legemet er fyldt med byggesjusk. Forædlingen af det fysiske legeme består i at vælge de partikler, der skal indbygges, med omhu. Det bevidste menneske vil vælge de reneste madvarer som føde. Det ved, at på grund af den naturlige udskiftning, vil de partikler, der blev bygget ind i legemet i en periode, hvor det levede overfladisk og forkert, efterhånden forsvinde – i det mindste i løbet af syv år – selv om processen kan fremskyndes betydeligt, hvis man beslutter ikke at bygge noget ind, som er urent. Efterhånden som de rene bestanddele forøges, skabes der en hær af forsvarere i legemet. De vil nedbryde alle urene partikler, der kommer udefra uden menneskets accept, og det beskytter legemet løbende ved hjælp af en aktiv vilje, der virker magnetisk, og derfor frastødes alle urene skabninger, som forsøger at trænge ind i legemet.



### **Psykiske evner**

Når et menneske beslutter at forædle sit fysiske legeme og gøre det til et redskab, som sjælen har nemmere ved at arbejde igennem, er det reelt det første skridt i udøvelsen af yoga. Det er et skridt, der *skal* gøres enten i det aktuelle liv eller i en senere inkarnation. Det er en forudsætning for, at man selv kan erfare åndsvidenskabens informationer. Personlig erfaring af metafysiske fakta er afhængig af, at legemet er under ejerens kontrol. Det er ikke muligt at erkende den usynlige verden, hvis man er fanget i legemets fængsel, eller hvis legemet består af grove og tunge partikler. Selv om mennesket medbringer delvis udviklede psykiske evner fra inkarnationer, hvor der blev praktiseret større disciplin, vil evnerne være hæmmet, når det er i sit urene fysiske legeme. Legemet vil dæmpe eller forvrænge brugen af evnerne og gøre iagttagelserne upålidelige.

### **Ren føde og ingen røg og alkohol**

Hvis man forestiller sig, at et menneske efter moden overvejelse beslutter at skabe et rent legeme, og at det enten arbejder ud fra det faktum, at legemet forandres i løbet af syv år, eller at det foretrækker den kortere og vanskeligere vej, der forandrer det hurtigere – i begge tilfælde vil det begynde at vælge det materiale, som det nye og rene legeme skal opbygges af. Når det vælger fødevarer, vil det udelukke alt det, der tilfører urene eller uegnede partikler til



legemet. Det vil holde op med at drikke øl, vin og spiritus og andre drikkevarer, der indeholder alkohol, fordi de tilfører urene mikrober – en slags opløsningsmidler.



De er ikke alene ondartede i sig selv, men de tiltrækker desuden nogle af de mest frastødende blandt de astrale beboere. Det er ofte afdøde alkoholikere, der i døden har mistet deres fysiske legemer, og derfor kan de ikke længere tilfredsstille deres voldsomme længsel efter alkohol. De hænger omkring de steder, hvor der drikkes, og omkring de mennesker, der drikker. De forsøger at trænge sig ind i legemerne på mennesker, der drikker, og på den måde får de del i deres nydelse og beruselse. De fleste ville være chokerede, hvis de kunne se de astrale skabninger, der forsøger at dele deres nydelse, og opleve den nære kontakt, de får med ubehagelige væsener. De astrale elementaler samler sig om alkoholikernes tanker, der er indhyllet i elementalessens. Legemet tiltrækker grove partikler fra den omgivende atmosfære. Partiklerne er afsondret af alkoholiserede legemer, og partiklerne optages i legemet og gør det endnu grovere. Det er indlysende, at når man indfører de grove partikler i sit legeme, vil det gradvist og langsomt gøre legemet grovere.



Det samme gælder fødevarer, der er uegnede til menneskeføde. Det gælder kød fra dyr, fugle, krybdyr, fisk og skaldyr. Legemer kan ikke opbygges af den slags materiale, hvis de skal være fine, sensitive, sunde, stærke og i balance, for det er det, et mennesket har behov for til alt åndeligt arbejde. De, der bygger deres legemer af materiale fra fødevarer, der forudsætter drab, tiltrækker også elementaler med grove vibrationer. Clairvoyante kan se dem svæve omkring slagterier, slagterbutikker og kølediske med kød. De kan se, hvordan de indsuger de dampe og vibrationer, der strømmer fra de blodige kroppe.



Det er vigtigt at tilføje, at uanset hvor stor opmærksomhed mennesket viser det fysiske legeme, vil *det* alene ikke medføre åndelig udvikling. Men et legeme af rent og forfintet stof er en forudsætning for åndelig udvikling, og der er ingen fornuft i at tillade, at evnerne – uanset om de er store eller små – begrænses, blokeres og forvrænges af et ufuldkomment redskab, når det ikke behøver at være sådan.



### **Påvirkning fra dagliglivet**

Der er imidlertid en vanskelighed, som er besværlig at udgå. Alle mennesker lever blandt mennesker, som er uvidende og ligeglade med naturens åndsvidenskabelige fakta. I en storby eller i hvilken som helst by kan man ikke gå igennem gaderne uden at blive påvirket af omgivelserne, og jo finere man gør sit legeme, jo finere og skarpere bliver de fysiske sanser. Når man går gennem byens gader og forretningskvarterer, er der beværtninger overalt. Man går forbi slagterbutikker, kører med tog, bus og metro sammen med mennesker, der lugter af kødmod og alkohol. Når civilisationen bliver mere fremskreden, vil meget af den slags forsvinde, men i nutiden tilføres partikler fra disse steder i legemet, og man indånder dem med luften. Men på samme måde som et normalt sundt legeme er beskyttet af et stærkt immunforsvar, er et rent legeme beskyttet mod urene partikler. Desuden er der som omtalt hærskarer af små levende væsener, som altid arbejder på at holde blodet rent. De hvide blodlegemer er tro soldater, der omgående angriber alle giftige partikler, som trænger ind i det rene legeme. Det er op til det enkelte menneske at vælge, om man vil befolke blodet med "røverbander", der angriber og dræber de gode. Jo mere man forsøger at undgå, at der indføres noget urent i legemet, jo mere styrkes man imod angreb udefra.

### **Legemet er et venedyr**

Legemets automatik – og at det er muligt at bruge den egenskab – er allerede omtalt. Hvis man ønsker adgang til højere bevidsthedsplaner, er det en forudsætning, at man forædler det fysiske legeme. Det er en kendsgerning, at legemet før eller senere vil reagere i protest mod, at det tilbydes de urene føde- og drikkevaner, man normalt tilbyder det. Protesten kalder man *livsstilssygdomme*. Hvis man giver legemet noget, der kan opretholde sundheden, vil legemet hurtigt acceptere enhver ren og nærende føde. Netop fordi legemet er et automatisk redskab, vil det hurtigt holde op med at kræve den føde, man fravælger. I en periode skal man ganske vist afvise legemets vanemæssige krav om grovere fødemidler, men derefter vil det vænne sig til den nye kost og endda få afsky for den tidligere føde. Eksempelvis vil et menneske, der lever vegetarisk, få kvalme ved tanken om at spise vildt, som man siger, er "velhængt". Dvs. at det har

fået en "tanke", og at forrådnelsesprocessen er gået i gang. Er man vant til en ren smag af sunde fødevarer, reagerer legemet automatisk med væmmelse ved alle grovere fødemidler.

Legemet er et vanedyr, og hvis et menneske har vænnet det til urene fødevarer, vil legemet kræve dem – og hvis man ikke har en stærk karakter, vil man være tilbøjelig til at give efter og lade sig styre af legemet. Men hvis man ignorerer legemets signaler og styrer sit redskab i stedet for at lade redskabet styre, vil legemet acceptere legemets ejer, og rette sig efter ejerens ordre. Det vil begynde at foretrække de ting, man giver det. Det vil få smag for ren føde og miste lysten til uren føde.

Problemet er ikke legemet, men menneskets begær. Det voksne legeme har fået indarbejdet en lang række vaner med at begære bestemte ting. Men hvis man lægger mærke til børn, vil man opdage, at barnets legeme ikke automatisk kræver den mad, som de voksnes legemer begærer. Hvis barnet ikke inkarnerer med en dårlig fysisk karma, vil det føle manglende lyst til at spise kød og drikke vin – men de voksne tvinger det til at spise kød, fordi de selv gør det, og forældrene lader barnet nippe til vinglasset ved desserten, indtil barnet i kraft af sin evne til at efterligne og under pres fra omgivelserne føres på afveje. Det får naturligvis smag for den urene kost, og måske vækkes gammelt astralt begær til live, som ellers kunne sultes ihjel. Legemet får efterhånden en fast vane til at kræve de ting, det er blevet vænnet til.



### **Begærnaturen skal overvindes**

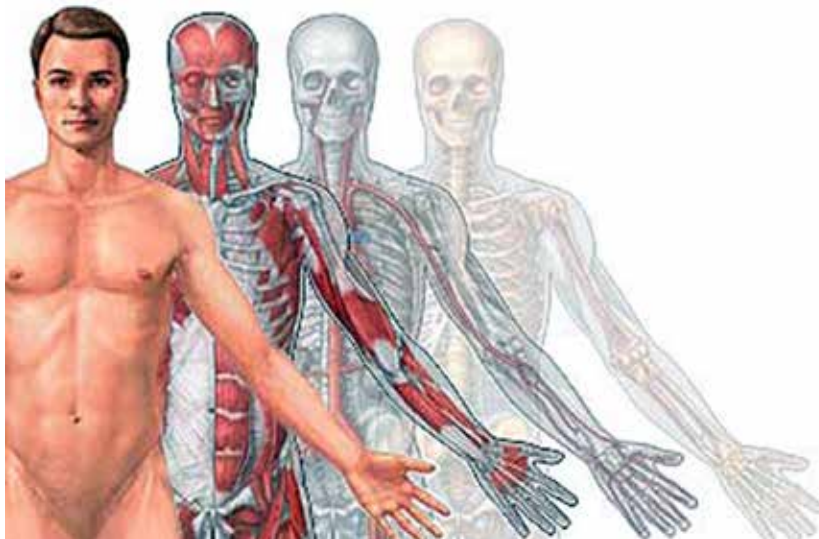
På trods af fortidens vaner kan det anbefales, at man skiller sig af med de partikler, der kræver de urene ting. Gradvis vil man føle, at legemet forandrer sine vaner og endda afskyr selv lugten af de ting, som det før holdt så meget af. Den virkelige vanskelighed ved forandringen ligger i astrallegemet – ikke i det fysiske legeme. Følelserne protesterer, og man ønsker ikke rigtigt at gennemføre forandringen. Hvis det var tilfældet, ville man gøre det. Derfor finder de fleste

ofte på undskyldninger: *"Det er ikke så vigtigt – jeg har ingen psykiske evner, og jeg er ikke langt nok i min udvikling til, at det gør en forskel"*. Men man vil aldrig komme videre i sin udvikling, hvis man ikke forsøger at leve på en måde, så man kan nå det højeste, for det ligger altid inden for rækkevidde, hvis man ikke tillader begærnaturen at stille sig i vejen for de åndelige fremskridt.

Måske siger man: *"Hvor ville jeg ønske, at jeg var i besiddelse af astralt syn, så at jeg kunne foretage spændende astralrejser"* – men når det kommer til stykket, foretrækker man en god middag med en god vin. Hvis belønningen for at give afkald på den forkerte føde i et år var en million kroner, ville langt de fleste være i stand til at overkomme vanskelighederne og opretholde livet i legemet uden at spise kød og drikke vin! Men når det "kun" er det åndelige livs uvurderlige skatte, der tilbydes, er vanskelighederne uovervindelige for de fleste.

Hvis et menneske virkelig ønskede, hvad det påstår, det ønsker, ville der ske meget hurtigere forandringer. Men de fleste lader bare, som om de mener det alvorligt, og det gør de så godt, at de til sidst bilder sig selv det samme ind. De vender tilbage i den ene inkarnation efter den anden for at leve på samme måde uden at gøre fremskridt – og i en eller flere af inkarnationerne forstår de ikke, hvorfor de ikke gør fremskridt, og hvorfor andre har gjort hurtige fremskridt i en enkelt inkarnation, mens de selv intet gør. Det menneske, der mener det alvorligt – ikke af og til, men med urokkelig vedholdenhed – kan gøre alle de fremskridt, det ønsker, mens det menneske, der barer lader som om, vil gentage det samme negative kredsløb i mange fremtidige inkarnationer.

Renselse af det fysiske redskab – bevidsthedens laveste redskab – er en nødvendig forberedelse til al åndelig udvikling. Det er ganske vist ikke hele den nødvendige forberedelse, men det udgør en væsentlig del, og det er det første skridt.





**VidsomsNettet**

[www.vidsomsnettet.dk](http://www.vidsomsnettet.dk)