

LÅNGA TANKEN OM KONCENTRATION, MEDITATION, KONTEMPLATION

1. Koncentration är monadens förmåga att rikta uppmärksamheten. Meditation är monadens förmåga att rikta uppmärksamheten ihållande. Kontemplation är monadens förmåga att rikta uppmärksamheten ihållande och samtidigt flytta över dagsmedvetenheten till högre hölje.
2. Koncentration kan vara mycket kortvarig. När den avbryts, beror detta alltid på att höljenas mekaniska och automatiska aktivitet varit starkare än monadens självaktiva medvetenhet, att distraktionen varit starkare än monadens riktade uppmärksamhet.
3. Koncentration kan utvecklas vidare till rätt meditation och rätt kontemplation under det att den näres med kunskap, självdisciplin (eliminering av onödiga begär), självmedvetenhet och rätt inställning, vari ingår insikt om ansvar, tacksamhet, ödmjukhet och vördnad för det högre.
4. Det som huvudsakligen skiljer meditation från koncentration är monadens förmåga att avsiktligt övervinna höljesautomatiken distraherande inverkan och därmed behålla koncentrationen för längre tid. När monadens vibrationer för tillfället är starkare än höljenas, råder koncentration. När monaden kan obegränsat vidmakthålla tillståndet, råder meditation.
5. I meditationen blir monadens kontroll av höljesautomatiken effektiv i samma mån som monaden är varse att dess medvetenhet icke är identisk med höljenas medvetenhet: ”Jag är, men jag är icke höljenas medvetenhet.”
6. Monadens förmåga av icke-identifiering, insikt om att dess egen medvetenhet icke är identisk med höljenas medvetenhet, kan och bör intensifieras till det kvalitativt högre tillstånd som självmedvetenheten är. Därför är det först när meditation och kontemplation övas med samtidig självmedvetenhet, som de fullgör sin verkliga funktion.
7. Kontemplation finns av flera olika, allt högre slag allt enligt det lägre hölje som monaden lämnar. Lägsta slaget av kontemplation är monadens övergång från organismen till eterhöljet, näst lägsta är övergången till emotionalhöljet, tredje slaget är övergången till mentalthöljet, fjärde slaget är övergången till kausalhöljet och så vidare.
8. Läran om koncentration, meditation, kontemplation och deras resultat, illumination eller inlysning, kan också kallas uppmärksamhetens vetenskap. I denna vetenskaps pytagoreiska fattning, också kallad ljustekniken, handlar den väsentliga insikten om att monaden är involverad i lägre höljen för att bli självmedveten i dessa och att detta förvärv av självmedvetenhet är nödvändigt för all högre medvetenhetsutveckling. Så är det eftersom all högre medvetenhet från och med kausal är bestående och oavbruten självmedvetenhet.
9. Upptäckten av jaget, detta centrum i medvetenheten, som kan opersonligt iakttaga sinnesförmimmelser, känslor och tankar såsom något utanför jaget, ger en ny syn på livet. Jagets önskan att behärska dessa olika slag av medvetenhet, som det blir medvetet om, leder till medvetenhetskontroll såsom nödvändig förutsättning för förvärv av ännu högre slag av medvetenhet.
10. Koncentration, meditation och kontemplation är rājayogas sjätte, sjunde och åttonde lemmar. De fem lemmar som föregår och alltså förutsätter dessa tre är: 1) hållandet av de fem buden, 2) iakttagandet av de fem reglerna, 3) intagandet av ställningen, 4) andningskontrollen och 5) jagmedvetenhetens tillbakadragande från sinnesföremålen.

11. På fem väsentliga punkter skiljer sig yogan från motsvarande pytagoreiska system för aktivering av medvetenheten eller ljustekniken. Yogan lär inte tillvarons tre likvärdiga aspekter. Yogan lär inte om monaden och dess höljen utan behandlar medvetenheten som om den hade självständig existens. Yogan lär därför inte om jagmedvetenheten, självmedvetenheten såsom monadens medvetenhet i motsats till de oavsiktliga, mekaniska medvetenhetsfunktionerna såsom höljenas verksamhet. Yogan lär därför heller inte om medvetenhetsutvecklingen såsom monadens förvärv av medvetenhet i och kontroll över materiehöljen av allt högre slag. Yogan lär inte om medvetenhetsutvecklingen och alla andra processer i kosmos såsom styrda av lagar.

12. Vidare måste två avvikelser nämnas. Yogan gör inte tydligt vad som är möjligt att uppnå för människan så länge hon är människa och vad monaden kan uppnå först i femte och sjätte naturrikerna. I sina tre huvudsakliga former – hatha, bhakti och rāja – hör yogan till de tre äldre vägarna, som ställer utövarens avskiljande från världen såsom villkor för utövandet, medan pytagorismen hör till fjärde vägen, som tvärtom ställer utövarens verksamhet i världen såsom villkor för utövandet.

13. Allteftersom förmågan av koncentration, meditation och kontemplation utvecklas, får individen allt lättare att nå högre medvetenhetstillstånd och till sist inlysning utan de omständliga förberedelserna i tredje, fjärde och femte lemmarna. Han kan till sist nå dessa högre tillstånd i fysiska dagsmedvetenheten. Detta sammanhänger med den process som hos kausaljaget når sin fullbordan, när kausalhöljet är i sin helhet inkarnerat i fysiska människan.

14. I sjätte rotrasen, när individerna har eterhöljet som lägsta hölje och enda fysiska hölje, lever individerna i ett tillstånd, som i jämförelse med de nuvarande rasernas individers tillstånd ter sig såsom oavbruten kontemplation, eftersom de förstnämnda ständigt har sin fysiska medvetenhet i det eteriska. Detta deras centrering av medvetenheten i det fysisk-eteriska snarare än i det grovfysiska underlättar kontakten med och förvärvet av kausalmedvetenheten.

15. Koncentration, meditation och kontemplation förutsätter för att bli någotsånär effektiva att individen också i sin vardag övar en iakttagande, reflekterande hållning, strävar att i all dagliga situationer vara så medveten som möjligt. Han bör sträva efter att ”leva i meditation”.

16. Dessa tre tillstånd – koncentration, meditation, kontemplation – är inga självändamål eller i för sig goda och riktiga. På lägre stadier är de redskap, som kan brukas på gott och ont, för båda vita och svarta ändamål. Först kontemplationerna i kausalhöljet och högre höljen är alltid goda och med nödvändighet goda, ty de kan icke brukas för andra än idel goda, vita ändamål.

17. I ljustekniken används dessa tre tillstånd uteslutande för medvetenhetsutveckling, för verksamheter, som avses att gagna och hjälpa utan att andra väsen skadas eller förlorar något gott.

18. En av de viktigaste faktorer, som höjer medvetenheten från det mentala till det kausala, är tänkandet av idel sanning, idel verklighetsideer, en verksamhet som samtidigt innebär avvisandet av lögn.

19. Fiktioner finns av två huvudslag, som kan kallas feluppfattning och felbegrepp. Feluppfattning är en sådan fiktion, som bygger på fysisk verklighet men är en feltolkning av denna, såsom när man i mörkret ser en repstump ligga på marken och tror den vara en orm. Felbegrepp är en mental eller mental-emotional konstruktion, som väsentligen inte har motsvarighet i verkligheten. Till felbegreppen hör teologiska, filosofiska, vetenskapliga fiktioner, politiska ideologier och dylikt.

20. På människans nuvarande allmänna utvecklingsstadium är koncentration, meditation och kontemplation i sig inte tillräckliga, kan i sig inte producera kunskap. De måste bygga på, utgå ifrån kunskap om verkligheten, esoteriska fakta.
21. Det finns tre källor till att nå kunskap om verkligheten: egen erfarenhet, vederhäftig auktoritet och riktig slutsats från de två förstnämnda.
22. Det är oförmågan av ihållande, koncentrerad tanke, som gör tanken alltför kort, så att onödiga fiktioner uppstår, som annars hade utmönstrats. Med bättre utvecklad förmåga att tänka långa tankar kunde individen eliminera åtskilliga fiktioner.
23. I esoterisk koncentration, meditation och kontemplation måste medvetandet befatta sig med sanning, verklighet, får inte ägna sig åt lögn, fiktion eller illusion annat än med klar insikt om dessas natur och med avsikt att desto klarare uppfatta deras motsats: sanningen och verkligheten.
24. En av meditationens uppgifter är att i det egna varat åstadkomma stunder av högre kvalitet, i vilka individen inser att hans många vanliga, vardagliga tillstånd är yttringar av höljena, av icke-jaget, och därmed att väcka förståelsen för att "jag är inte en, jag är många". I ett dylikt högre kvalitativt tillstånd kan individen jämföra detta med det lägre och inse att det är ett lägre och varför det är ett lägre. I det lägre däremot uppfattar individen icke ens att det finns ett högre.
25. Genom att inför andras lycka hysa medglädje, andras olycka medkänsla, andras dygder eller förtjänster öva glädje och gentemot andras laster, fel eller brister tillämpa icke-beaktande när man sinnets klarhet och stillhet.
26. De som övar medvetenhetens kontroll över höljena, indelas i tre grupper enligt målmedvetenhetens och frigörelseviljans styrka: svaga, medelmåttiga och starka. De starka ligger kontrollen närmast.
27. Ett syfte med esoterisk meditation är att lärjungen lär sig att med kausala energin behärska inkarnationshöljernas energier. Den som vill förvärva kausalmedvetenhet, måste lära sig behärska mentalaktiviteten, ty dess rastlöshet gör att kausalideerna inte kan uppfattas. Inlysningen, som är förmågan att upptäcka ideerna, slår ner som en blix, när individen stilla åskådar sitt system och blir mottagande. Mentalaktiviteten, som dittills varit aktiv, blir i stället passiv i ett avvaktande spänningstillstånd.
28. Ett annat syfte med esoterisk meditation är att lärjungen lär sig konsten att tjäna, blir till hjälp för mänskligheten och för planethierarkin i dess arbete. Detta förutsätter vilja till enhet, livserfarenhet och levnadsvishet.
29. Meditation är erforderlig för att dagligen inskräpa vikten av enhetssträvan, så att vi strävar att förverkliga insikten, att vi alla utan undantag utgör en enhet. Meditation kan sätta oss i förbindelse med vår Augoeides, med planethierarkin, förena oss med våra medmänniskor, alla tre samtidigt.
30. Människomonaden når kontakt med Augoeides genom dels reflekterande inställning, dels ett osjälviskt tjänande, dels behärskandet av medvetenheten i inkarnationshöljerna, så att de blir fria kanaler för nedströmmande kausalenergi.

31. Människan kan inte och skall inte visualisera Augoeides, ty han lever i värld 46, som för människan är formlös. Men hon kan meditera på Augoeides genom den heliga stavelsen AUM, som är symbol för dels enheten, dels tillvarons tre aspekter, dels Augoeides. Augoeides är på en gång materieförmare, nämligen förmare av kausalhöljet och dess centrum, människans evolutionsledare och lagvaktare.

32. Meditationen bör, om den utföres rätt, medföra tre resultat. Den medför skingrande av illusion genom att idén rätt uppfattas. Den medför bättre förståelse av relationerna till andra. Den för till handling.

33. Meditationens främsta syfte är att utveckla önskvärda, erforderliga egenskaper. Det är även genom tänkande man förvärvar nya känslor, de känslor som hör till den attraherande tendensen och medför omvärdering i riktning mot det kvalitativa och ideala.

34. Det finns inga viktiga eller nödvändiga egenskaper eller förmågor, som rätt meditation inte hjälper människan att förvärva.

35. Utan meditation utvecklas individen så långsamt att han knappast gör några framsteg på hundra inkarnationer eller fler.

36. Det är i meditationen man tillägnar sig både kunskapen och förmågan att tänka med den. Det är genom meditation man till sist behärskar hylozoikens mentalsystem.

37. I riktig meditation är det mentalmolekylerna i hjärnan som arbetar, i kontemplation är det kausal-molekylerna. I riktig kontemplation är jaget i kontakt med kausalmedvetenheten. Det är kontemplation, som ger inlysning: upptäckt av kausala ideer, verklighetsideer, platoniska ideer.

38. Meditation är en metod för kontakt med andrajagsmedvetenheten. Denna metod är dels emotional, dels mental. Från det högsta emotionala (48:2) söker den mediterande kontakt med Augoeides i det lägsta essentiala (46:7). Från det högre mentala (47:5 till att börja med, senare 47:4) söker den mediterande kontakt med Augoeides i det kausala (47:3 till att börja med, senare 47:2). Den emotionala metoden föredras av de mer mystiskt inriktade, den mentala av de mer intellektuella. Esoterikern måste emellertid lära sig använda båda, ty han behöver dem båda.

39. Lidande finns endast i de tre lägsta fysiska och emotionala regionerna (49:5-7, 48:5-7). Kontemplation är också till för att hjälpa människan att höja sig över existensen i lägre fysiskt och lägre emotionalt hölje och därmed övervinna lidandet för egen del. När hon kan existera uteslutande i sina tre världars fyra högre regioner, dessa världars etrar eller ljusregionerna, närmar hon sig frigörelsen till odödlighetens boning.

40. Medvetenhetsutvecklingen är en gradindelad process, symboliskt kallad vandring från mörker till ljus. Varje högre världsljus är av sådan intensitet att närmast lägre för individen synes vara mörker, och detta genom hela serien allt högre världar till den högsta. Processen inom varje medvetenhetsvärld förefaller honom vara en stegvis fortgående expansion av hans uppfattning av denna världslighet, ständiga upptäckter av nya fakta. Denna process utför individen genom meditation och kontemplation.

LA 2014-04-04.

Publicerad på internet, på nätplatsen www.hylozoik.se 2015-04-03.