

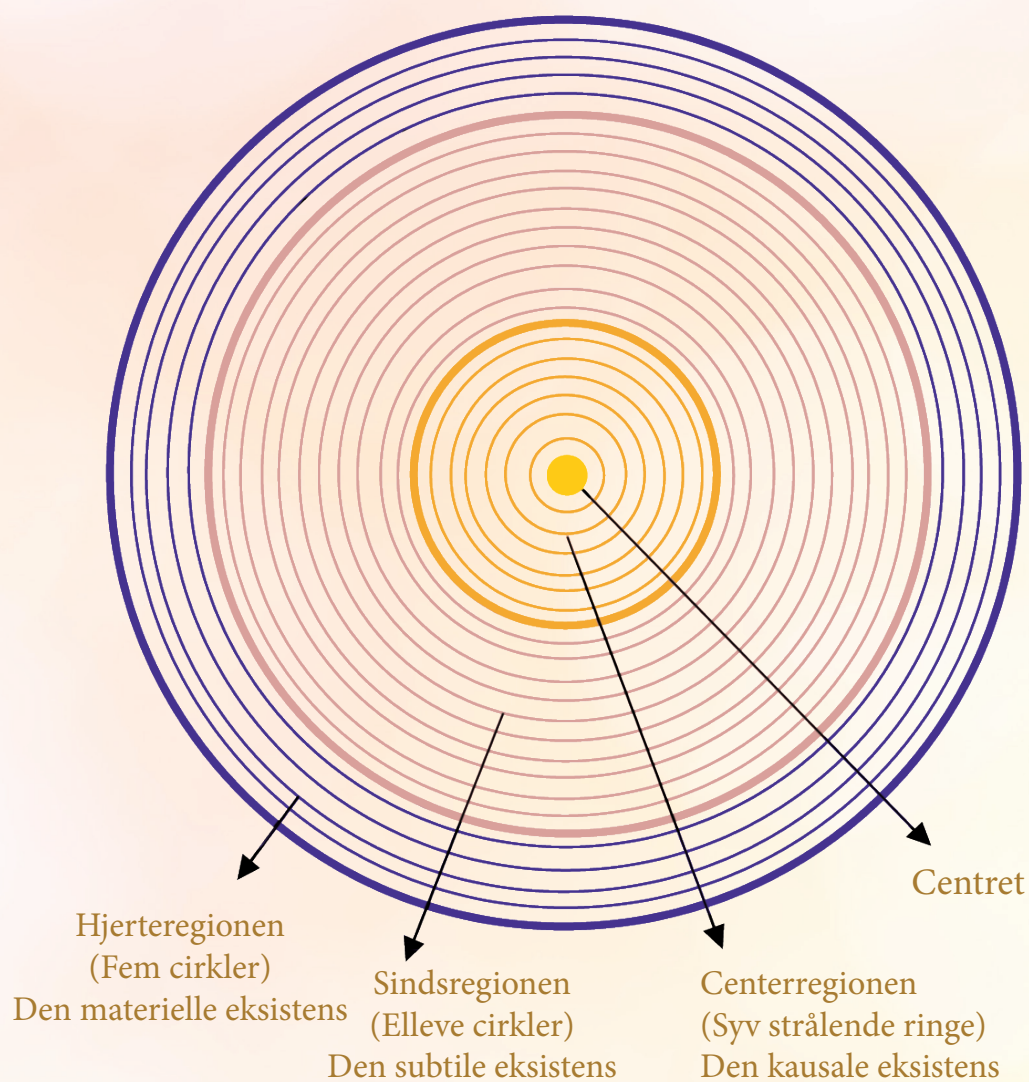


# BÅRET FREM PÅ EN STRÅLE AF KÆRLIGHED

Kære venner,

I 1940'erne skrev Babuji Maharaj en række bøger, hvor han beskrev et menneskes indre rejse til Centret - den absolutte tilstand og altings skabende udspring, der eksisterede før universet blev til. Han beskrev også forhindringerne på vejen mod dette mål og tilbød løsninger på disse forhindringer. En endnu mere fantastisk kendsgerning er, at han fortalte hvor enkelt og ligetil det er at nå dette mål. Han gav os løsningen helt åbent, tilbød sig selv som guide og brugte enkle diagrammer for at hjælpe os med at forstå rejsen. Den dybeste esoteriske visdom var pludselig tilgængelig for hele verden. Babuji bød alle velkommen, som kom til ham fra mange forskellige kulturer, aldersgrupper og baggrunde, helt uden forskel. Hans drøm var, at vi alle ville udvikle os i kærlighed frem mod Centret og opdage vores højeste potentiale som mennesker. Han guidede os ud fra sine personlige erfaringer, ved at beskrive rejsen videnskabeligt, og hans diagrammer og instruktioner er præcise, klare og enkle.

Et af disse diagrammer er de 23 ringe, der viser de forskellige stadier eller niveauer, vi passerer igennem på vej ind mod centret. Vi starter fra den ydre omkreds og passerer gennem chakraerne, der hver især definerer vores subtile legemes anatomi. Babuji beskrev også tre regioner, hvor disse chakraer findes - Hjerteområdet, Sindsregionen og Centerregionen. Disse er alle etaper undervejs mod centret. Hvis du ikke kender Babujis beskrivelser, kan du eventuelt læse hans bøger om emnet - Reality at Dawn (på dansk: Hvor Virkeligheden Begynder), Efficacy of Raja Yoga og Towards Infinity. Men endnu bedre vil det selvfølgelig være at du kan opleve rejsen selv. Naturligvis er de 23 ringe ikke virkelige, ligesom breddegrader og længdegrad på et verdenskort ikke er reelle. De er simpelthen referencepunkter.



## De 23 Ringe i Heartfulness Yoga

Hvordan føres vi frem på denne indre rejse? Vi bæres på en stråle af kærlighed. Men der er forhindringer på vejen. Hvori består disse forhindringer? Og hvordan overvinder vi dem?

Ligesom en lysstråle afbøjes af selv det mest klare glas, for derved at danne et forvrænget billede, på samme måde afbøjes også kærlighedsstrålen af selv det mest subtile filter. Hvis der ikke fandtes filtre, ville vi alle opleve ren kærlighed komme strømmende direkte fra centret, og vi ville ikke behøve hele denne indre rejse. Men vores menneskelige eksistens natur er sådan at vi har filtre, og som følge heraf må vi rejse trin for trin gennem disse 23 Ringe, og samtidig udvide vores kapacitet og potentiale, imens vi bevæger os mod Centret.

*Ligesom en lysstråle afbøjes af selv det mest klare glas, for derved at danne et forvrænget billede, på samme måde afbøjes også kærlighedsstrålen af selv det mest subtile filter. Hvis der ikke fandtes filtre, ville vi alle opleve ren kærlighed komme strømmende direkte fra centret.*




Mellem omkredsen og centret er der mange filtre. Ved Periferien har vores kærlighed en tendens til at være udadrettet, og opfylder hermed vores ønskers skubben og trækken i forskellige retninger. For eksempel tiltrækkes et barns kærlighed af forældrene og af legetøj, en teenagers af romantik og venskab og en voksens af familielivet, karriere, sport, hobbyer, ejendele og digitale gadgets. Sommetider tager grådighed, jalousi, misundelse og konkurrence over. I sådanne tilfælde bliver kærligheden besiddende og selvcentreret. Når det sker, er vores kærlighed fanget, på samme måde som en lysstråle ikke er i stand til at undslippe de sorte huller i det intergalaktisk rum. Efterhånden lærer vi, gennem vores praksis, at mestre disse følelser og fokusere på et højere perspektiv, som følge af en bedre forståelse og af korrekt tænkning. Således kan vi, samtidig med vi fortsat elsker vores familie, vores arbejde osv., også udvikle en højere bevidsthed. At mestre og kunne beherske vores følelser, fører os frem til første base. Derefter bliver vi konfronteret med os selv ved hver af de forskellige overgange mellem ringene på vejen frem.

Vi begynder vores rejse i hjertet, med de fem ringe i Hjerteregionen. Hver overgang er forbundet med et følelsesmæssigt filter, der starter med vores ønsker. Den progressive transformation, vi gennemgår, handler om at slippe af med alle filtre. De filtre vi oplever, er faktisk ting som vi kender godt. For eksempel, i forholdet til en ægtefælle eller partner holder vi ofte hinanden fanget. Ud af hundredvis af par, er der sjældent tre eller fire som kan siges at være velsignet med ægte kærlighed. De fleste er besiddende.

Andre filtre omfatter vores holdninger til tro og trosretninger. Disse fører til fordomme over for dem der har en anden overbevisning, hvad enten det drejer sig om religion, politik eller ideologi.

Så er der vores principper, som vi generelt værdsætter meget højt, som for eksempel behovet for ærlighed og retfærdighed. Mange af disse principper kan være meget ædle, men hvis vi er dogmatiske i vores holdninger, vil vi ikke være i stand til at tilgive og glemme, men vælger i stedet hver gang at kæmpe og holde fast i det, vi



*Vi begynder vores rejse i hjertet, med de fem ringe i Hjerteregionen. Hver overgang er forbundet med et følelsesmæssigt filter, der starter med vores ønsker. Den progressive transformation, vi gennemgår, handler om at slippe af med alle filtre.*

tror på er rigtig. Dette skaber en forvrængning – vi kan endda ende med at hade mennesker – og det leder kærlighedsstrålen væk fra sin bane mod centret.

Et godt eksempel i populærkulturen er Anakin Skywalker fra Star Wars. Anakin havde potentialet til at blive en af de udvalgte Jedi, der kunne genoprette balancen til The Force (Kraften), og han var en omsorgsfuld og indfølelse ung mand. Men senere udviklede han en dyb vrede over hans elskede mors og hans elskede Padmes død, og dette førte efterhånden til hans gradvise transformation til Darth Vader.

Ego er eksistensens mørke side. Jo længere vi er væk fra kilden til Lys i Centret af vores væren, jo længere føles den mørke skygge. Hvad eller hvem tilfredsstill

egoet? Når nogen holder med os i en situation med stærk modstand fra andre, bliver denne person vores bedste ven! Hvorfor? Og modsat, når nogen, der virkelig er tæt på os, er stærkt uenige med os, mister vi ofte vores tålmodighed.

Ønsker og begær er meget enklere at håndtere end ego, for når de er opfyldt, vil de ikke opstå igen efter de er tilfredsstillet. De kan gentage sig selv, men tidsintervallet er afgørende. Også ønsket om mad og tilfredsstillelsen af andre sanser er i høj grad naturligt. Men med egoet er det et konstant pres uden pauser. Egoet trives med magt og position ... eller rettere med alt, der fremmer dets overlevelse. Dette træk adskiller os fra resten af dyreriget. Selve dét, der er beregnet til vækst, synes at virke imod udvidelsen af vores bevidsthed.

Faren ved sådant et fald kender dyr og træer ikke, men fordelene ved yderligere bevidstheds udvikling har de heller ikke. At opføre os som planter eller dyr fører ikke til evolution, selvom deres ego forbliver ikke eksisterende. Vi kan kun frigøre os fra egoets vægt og uophørlige krav og blive modstandsdygtige ved at blive flydende, ved at blive et med det uendelige Ocean, ved at identificere os med den usynlige Guddommelighed. Når vi identificerer os med den ydre verden, bliver vi konstant optaget af den, helt uden begrænsning. Det er ligesom at lave et net og selv blive fanget i det. Det ydre er altid påkrævet for at opfylde vores sensuelle ønsker eller vores praktik; afhængigheden findes på det ydre plan. Sådant en afhængighed gør os til slaver af ønsker. En tiger dræber en bøffel eller et rådyr instinktivt, for at overleve. En hanløve er stolt over at have seks hunner til avl. Sådant er naturen. For at sige det mere præcist, den ydre natur. Vi kan måske undgå at spise rasgulla, biriyani eller pizza, men er dog ikke fri for behovet for mad. Hvad med opfyldelsen af en persons ego? Er egoet medfødt? Det er selvskab. Det stammer fra den indre, usynlige verden.

Vi kan let forstå behovet for at slukke tørst og sult, og for opfyldelsen af libido - de er afgørende og en del af naturens plan. Er egoet også naturens gave? Når maven begynder at føles tung og pinefuld, er det et signal indefra om at mere mad vil skabe problemer. Der er normalt en advarsel for det unødvendige, det ikke-væsentlige. Egoet er også noget ikke-væsentligt, og opfyldelse af det ikke-væsentlige er imod individets sundhed, det være sig fysisk, mentalt, følelsesmæssigt eller spirituelt.

Hver gang jeg modtager en mail, hvor emnet er baseret på behov, enten svarer jeg eller jeg arkiverer den. Når jeg ikke svarer, skriver afsenderen ofte tilbage og spørger: "Daaji, er du træt af mig?" De tvinger mig på en eller anden måde til at reagere og forventer, at jeg siger: "Nej, nej, jeg er ikke træt af dig." Sådanne udvekslinger er meningsløse og spild af tid for alle involverede. De, der trives med sådan en form for forkælelse og pylren om egoet, vil næppe nogensinde gå dybere indeni. Egoet kræver altid opmærksomhed og forkælelse udefra, gerne fra nogen af samme type eller fra en man sætter meget højt.

Hvorfor den samme type? Jo, for hvad nytter det at bære jakkesæt og slips i det indiske parlament? Hvem vil misunde dig? Og hvad nytter det at bære en diamant-halskæde og en bluse lavet af guldtråd foran Swami Vivekananda eller Ramakrishna Paramahansa? Vil de føle misundelse?

I stedet vil dit ego falde til jorden på grund af deres manglende beundring. Egoet er den yderste grænse, der tager dig væk fra dit Center. Fra denne yderste grænse, bliver det svært at lytte til dit eget hjerte. I stedet er du tættere på andre og deres meninger. Sådan en tendens er gift for en åndelig person.

Egoet identificerer sig ofte med kollektiver: For eksempel kan du udvikle en national stolthed i troen på, at dit land er det bedste på bekostning af andre. Forskere og åndelige mennesker kan også blive snæversynede og tro, at deres synspunkter er de eneste korrekte. Sygdommen "Jeg ved. Jeg har ret", er måske den største pandemi, vi alle står over for. Det er et meget kritisk filter, der afleder kærlighedsstrålen. Jo større værdi vi tillægger vores overbevisning, vores principper og vores fordomme, des større forhindringer blokerer kærlighedsstrålen og forhindrer den i at føre os til målet. Vores kollektive ego er især farligt, fordi det fører til en pøbelmentalitet. Vi ser dette i religiøse fordomme og når samfund bliver polariseret politisk, og disse fordomme fører til had, vold og nogle gange til krig. I sådanne miljøer, forstærker menneskene omkring os ofte vores egen tro i stedet for at hjælpe os med at kunne se andre perspektiver. Vi bliver endnu mere snæversynede.

Men affinitet (sammenhørighed) kan også være vores ven, der tager os i den modsatte retning mod inklusion. Dette sker, når affinitet virkelig er kærlig. Så udvider vores bevidsthed sig, og dette er selve den åndelige rejse. Hvordan lærer vi

om affinitet? Vores første erfaring er helt fra begyndelsen i livmoderen med vores mor. Når vi vokser, møder vi andre mennesker med hvem vi føler samhørighed. Vi udvikler kærlighed til børn og kærlighed til vores ligemænd. Vi føler kærlighed, tillid og tro på vores ældste, inklusive Mesteren, der vejleder os. Dette er alt sammen et biprodukt af affinitet, og det vokser og aftager, når vi fortsætter på vores indre rejse. Vi oplever alle disse ting og spørger os selv: "Hvem kan vi elske?" "Hvem skal man omgås?" "Hvem kan man stole på?" etc. Hengivenhed uddybes til kærlighed for til sidst at opløses til en tilstand af overgivelse.

Den hastighed, hvormed kærlighedsstrålen bevæger sig, er hurtigere end lysets hastighed, så hvis vi kunne fjerne alle filtre, ville vi nå Centret på slet ingen tid. Når forhindringerne der er skabt af disse filtre, leder strålen af kærlighed væk


*Hengivenhed uddybes til  
kærlighed for til sidst at opløses  
til en tilstand af overgivelse.*



fra centret, lider vi meget. Nogle filtre, som f.eks. fordomme, jalousi, misundelse, grådighed og vrede er så effektive, at de er som en underjordisk atombunker - de tillader ikke noget at trænge igennem. De forhindrer fuldstændig kærlighedsstrålen i at udøve sin magi.

I den sidste tid er jeg blevet mere og mere opmærksom på, at de gamle indiske traditioner har så meget at lære os i denne henseende, især Bhakti Sutras. Vi oversætter normalt Bhakti som "kærlighed og hengivenhed", men det er mere grundlæggende end det. Det er mere følelsen af at være forbundet med alt gennem hjertet – det som forbinder vores individuelle bevidsthed med den universelle guddommelige bevidsthed. Uden Bhakti mangler alt hvad vi gør og tænker det vitale element af entusiasme og glæde, og mangler dermed et formål. Bhakti er vores livline på den indre rejse; den holder os forbundet med kærlighedsstrålen. Helt præcist kan man sige, at Bhakti nærer kærlighedsstrålen.

Egoet kender kun sproget om dominans og personlig sejr, ikke om kærlighed. Sproget om ydmyghed, anonymitet og et åbent hjertes fleksibilitet er fremmed for en egoist, som simpelthen ikke forstår det. Rejsen til centret tager os trinvist fra den ene ring til den næste, fra en dimension til en anden, og hvis vi ikke tilpasser os automatisk, må vi kæmpe med at lære hver ny dimension at kende. Derfor taler vismænd om behovet for karakterforædling, akhlaq. De ved af erfaring, at vi har brug for at tilpasse vores adfærd til den spirituelle topografis skiftende indre miljø



*Bhakti er vores livline på den indre rejse; den holder os forbundet med kærlighedsstrålen. Helt præcist kan man sige, at Bhakti nærer kærlighedsstrålen.*

og kærligheden vil hjælpe med at denne justering sker. For eksempel, når vi når chakra 2 i Hjerteregionen, et guddommeligt sted med fred, ro og frihed fra den materielle verden, vil det da være passende at råbe efter en man har kær? Den slags kraftfuld adfærd matcher ikke den indre dimension af chakra 2.

I Towards Infinity beskriver Babuji udviklingen fra chakra til chakra. Ved hjertets første chakra beder han os om at blive fuldt bevidste om den tilstand, der er blevet gjort levende i os af Mesteren under meditationen, for derefter at absorbere den, for således at blive ét med den. Gennem denne proces udvikler vi naturligvis større og større affinitet (sammenhæng). Ved det andet chakra minder han os om, at det er vores intense Bhakti, der har ført os frem til denne næste dimension. Vi kan sige, at intensiteten af Bhakti er proportional med adgangen til det andet chakra. Dette er således et dybere niveau af affinitet - Bhakti. Ved det tredje chakra oplever vi den sande kærligheds ild, som igen tiltrækker den guddommelige nåde, der fører os videre på rejsen. Denne dybere oplevelse af affinitet er så potent, at den tiltrækker en reaktion fra selve centret. På denne måde bygger hver dimension på den forrige, mens vi bæres frem på en stråle af kærlighed.

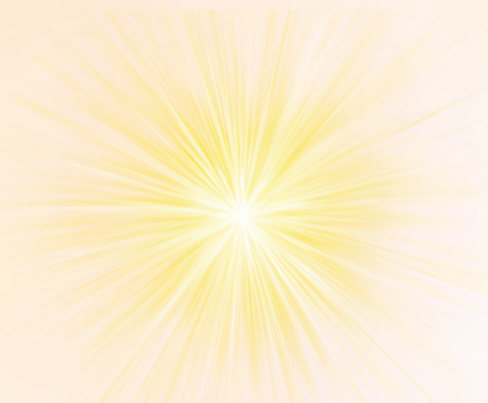
Vi lærer om kærlighed gennem relationer. De er som en træningslejr for kærlighed. Affinitet ytrer sig som hengivenhed til yngre mennesker og til familiemedlemmer,



og hengivenhed udvikler sig til kærlighed blandt ligemænd, men det er også her hvor egoet kommer i vejen. Disciplineret selvstudie er altafgørende, hvis vi ønsker at undgå den opløsning, der ellers vil blive en realitet. Dette er hvad der sker, når vi falder ud af kærligheden. Selvom affinitet er et nødvendigt skridt i udviklingen af kærlighed, kan det også være en fælde. Hvis vi knytter os til et hvilket som helst niveau, forbliver vi fastlåst. Som for eksempel, når vi kun fokuserer på familien, kan vi ikke udvide vores kærlighed til samfundet eller til det næste niveau, som er menneskeheden generelt eller til hele skabelsen. Når kærlighedens kanal er smal, kan vi ikke elske alle. Vi er nødt til at blive ved med at udvide vores evne til at elske og lade den omfatte hele verden for at få ægte Bhakti. Denne hjertets sande generøsitet er en naturlig følge af spirituel praksis.

Generelt går progressionen sådan: Fra affinitet til kærlighed til elsker af "shraddha". Shraddha er en meget høj opnåelse, hvor sand tro udvikler sig til overgivelse. Vi gennemgår alle disse progressive stadier. Men hvad sker der så? Hvor ender vi? Formålet med Bhakti er kun at hjælpe os med at rejse let og ubesværet på kærlighedsstrålen, så at vi kan smelte sammen med det absolutte. I selve sammensmeltningen er filtrene af vores ønsker, vores følelser og vores ego blevet udryddet, så banen er klar. Du tror måske, at vi nu er nået til Centret, men der er mere endnu. Først nu, efter at have nået denne tilstand af sammensmeltning, begynder den virkelige rejse for alvor! Kort sagt, når du har droppet dine ønsker, er befrielsen (liberation) garanteret; når egoet er droppet, sker fusionen

*Vi er nødt til at blive ved med at udvide vores evne til at elske og lade den omfatte hele verden for at få ægte Bhakti. Denne hjertets sande generøsitet er en naturlig følge af spirituel praksis.*

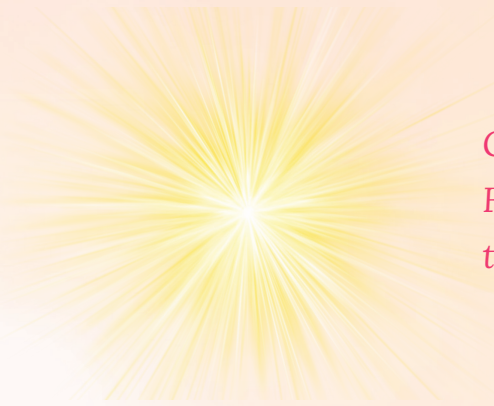


(sammensmeltningen) øjeblikkeligt. Nu går vi ind i Centregionen, og inden for denne region er der syv cirkler, kendt som De Strålende Ringe. Vi fortsætter videre, oplever overbevidsthed af den fineste type. I denne region, antager bevidstheden sin oprindelige form. Dette er virkelighedens rige, hinsides ringene af lyst, følelser

og ego. Her bevæger vi os igennem forskellige niveauer af subtil identitet mod ikke-væren. Centerregionen starter med automatiseringsstadiet - den subtile bevidsthed om, at alt sker automatisk. Der er ikke længere en fornemmelse af "gøren" i enhver aktivitet. Denne automatisme er ubesværet og i samklang med naturen.

På det næste trin forsvinder følelsen af automatisme. Den nemmeste måde at forstå dette på er ved at forestille sig at være i en tilstand af dyb søvn, mens man går omkring i det daglige liv. I denne tilstand af ikke-viden efterlader handlinger ingen indtryk. Der er ingen involvering i tanke eller handling på det mentale niveau.

Og videre, mens kærlighedsstrålen bærer os endnu tættere mod centret, bliver tilstanden af ikke-viden yderligere forfinet for at blive til ren identitet. Alle begrænsninger er væk, men det er ikke enden. Der er stadig latent bevægelse.



*Generelt går progressionen sådan:  
Fra affinitet til kærlighed  
til elsker af "shraddha"*

Vi fortsætter derefter med at svømme mod Centret. Babuji beskriver Centret som uden bevægelse og "Uendeligt i sig selv", hvor ren undren og overraskelse af den højeste type findes. Det er dette ubevægelige Center, som fastholder den latente bevægelse, der er ansvarlig for opretholdelsen af hele Universet.

Babuji beskriver også det Lys, der udgår fra Centret, som rejser til yderkanten af Centerregionen og skaber en "ring". Han bruger ordet "Lys", men siger, at der virkelig ikke er noget ord til at beskrive det. Måske er det det Lys, der giver de syv

cirkler i Centerregionen deres navn, “De Strålende Ringe”. Hvad mener du? Hvad vi imidlertid ved er, at den eneste måde vi kan krydse den ring for at komme ind i Centerregionen er på kærlighedsstrålen, og dette kræver total afhængighed af Mesteren.

Med inderlige bønner,

*Kamlesh*

Kanha Shanti Vanam



*I anledning af 66. fødselsdag*

*Shri Kamlesh Patels*

DEN 28. SEPTEMBER 2021

**heartfulness**  
advancing in love

Q