

FYRSTA REGLA

*Sólarengillinn skipuleggur sig og dreifir ekki kröftum sínum,
en í djúpri íhugun hefur samband við spegilmynd sína.*

A. Nokkrar grunnforsendur

B. Vegur lærisveinsins

FYRSTA REGLA

Nokkrar grunnforsendur

Í námi því sem við erum nú að hefja verður mest áhersla lögð á það að snúa athygli nemans inn á við, og þar með að æðra sjálfinu sem í flestum tilfellum hefur aðeins örsjaldan látið á sér kræla, og þá aðeins á andartökum þrungnum miklum tilfinningum. Þegar þekking er fengin á sjálfinu, en það ekki einfaldlega skynjað, og þegar um hugrænan skilning er að ræða samhliða skynjuninni, þá er vissulega mögulegt að búa leitandann undir vitundarvígslu.

Ég vil benda á það að ég byggji mál mitt á vissum grunnforsendum sem mig langar til að telja upp til nánari skýringar.

Það er í fyrsta lagi að neminn stundi leit sína af einlægni og sé staðráðinn í því að halda áfram, sama hver áhrifin af því kunni að verða á lægra sjálfið eða hvernig það muni bregðast við. Aðeins þeir sem geta aðgreint með skírum hætti hina tvo þætti í eðli sínu, hið sanna sjálf og sýndarsjálfið, geta starfað á vitsmunalegan hátt. Þetta atriði hefur verið ágætlega sett fram í Jóga-sútrum Patanjalis:

„Lífsreynsla sem grundvallast á andstæðunum orsakast af vanhæfni sálarinnar til að gera greinarmun á hinu persónulega sjálfi og andanum (purusa). Hlutveruleikinn er til svo að hinn andlegi maður geti hagnýtt hann og öðlast með því reynslu. Með hugleiðingu um þetta atriði vaknar innsæisskynjun hins andlega manns.“ 3. bók, 35. sútra.

Hinar fjörutíu og átta sútrur í þessari sömu bók lýsa síðari stigum aðgreiningarinnar sem leiða til þessa skilnings. Aðgreiningareiginleika þennan þjálfar neminn með hugrænu viðhorfi sem byggist á upprifjun og stöðugri endurskoðun á lífi sínu.

Í öðru lagi geng ég út frá því að neminn hafi lifað nógu lengi og barist nægilega mikið við margvísleg öfl í lífinu til að hann hafi náð því að þroska með sér sæmilega gott gildismat. Ég geri ráð fyrir því að hann leitist við að lifa eins og sá sem

hefur nokkra þekkingu á hinum sönnu og eilífu gildum sálarinnar. Að hann láti ekki á sig fá nein atvik sem hent geta persónuleikann né heldur þrýsting samtímans og umhverfisins, aldur eða líkamlega vanhæfni. Að hann hafi lært að ákaflyndi og eldmóður með kröftugri sókn fram á við hafi sína ókosti, og að stöðug, reglubundin og viðvarandi viðleitni muni fleyta honum lengra fram á við þegar til lengri tíma er litið. Skrykkjótt áreynsla og skammvinn viðleitni fjara út í vonbrigði og þungbæra tilfinningu fyrir að hafa mistekist. Skjaldbakan er fyrst í mark en ekki hérinn, þó svo bæði nái takmarki sínu um síðir.

Í þriðja lagi geri ég ráð fyrir því að þau, sem ásetja sér af fullri alvöru að hafa gagn af leiðbeiningunum í þessari bók, séu reiðubúin að verða við þeim einföldu kröfum að lesa með vakandi athygli, að leitast við að skipuleggja hugi sína og stunda með kostgæfni hugleiðingarstarf sitt. Skipulagning hugans er stöðugt verkefni allan daginn, og beiting hugans við öll dagleg störf er besta leiðin til að gera tíma náms og hugleiðinga árangursríkan og þjálfa sig fyrir starf lærisveinsins.

Ofangreindar forsendur þurfa að vera skýrar í huga nemans, en ég vil gera það ljóst, að orð mín eru ætluð þeim sem eru að leitast við að gera sig hæfa fyrir að mæta þörfinni fyrir þjálfaða þjónendur. Takið eftir því að ég sagði ekki að hún væri ætluð þeim sem nú þegar eru hæfir. Við lítum svo á að hið mikilvægasta sé að taka rétta lífsstefnu og leitast við að halda henni ásamt hæfileikanum til að standa óhaggaður hvað sem á dynur.

Tilgangur minn með athugun á þessum reglum er ekki aðallega sá að beita þeim í kynngistarfinu, því ég hef mestan hug á því að þjálfa kynngimeistarann og leiðbeina honum við að þroska sína eigin skapgerð. Síðar meir getum við snúið okkur að því að beita þekkingunni á hina ytri birtingu krafta heimsins, en að þessu sinni er markmið okkar annað; ég leitast við vekja áhuga huga og heila nemans (eða lægra sjálfsins) á æðra sjálfinu, og beina með því móti athygli hans að æðri þáttum í þeim tilgangi að gefa honum nægilega hvatningu til áframhaldandi framfara.

Einnig má ekki gleyma því að um leið og persónuleikinn hefur náð tökum á kynngi sálarinnar eru yfirráð hennar orðin viðvarandi, og þá er hægt að treysta henni til að halda áfram að þjálfa manninn þar til hann hefur náð fullum þroska, án þess að vera heft (eins

og þið eruð óhjákvæmilega) af hugsunum tengdum tíma og rúmi og vanþekkingu á forsögu viðkomandi sálar. Ætíð er nauðsynlegt að hafa í huga að starfið sem vinna þarf er tvíþætt þegar um einstaklinga er að ræða:

1. Að kenna þeim hvernig hægt er að tengja lægra persónulega sjálfið hinni yfirskyggjandi sál, þannig að í vitund heilans sé óbyggjandi meðvitund um að þessi guðlega staðreynd sé raunveruleikinn sjálfur. Með slíkri þekkingu er raunveruleiki heimanna þriggja ekki lengur eins áhugaverður og bindandi, og þá er stigið fyrsta skrefið úr fjórða ríkinu inn í hið fimmta.
2. Að veita hagnýtar leiðbeiningar sem munu gera leitand-
anum kleift að –
 - a. Öðlast skilning á sínu eigin eðli. Þetta felur í sér nokkra þekkingu á fræðslu fortíðarinnar varðandi innri uppbyggingu mannsins og skilning á túlkun austrænna og vestrænna rannsakernda okkar tíma.
 - b. Ná yfirráðum yfir innri kröftum og læra nokkuð um kraftana sem ríkja í umhverfinu.
 - c. Þroska óvirka hæfileika sína nægilega til að hann geti tekist á við sérstök vandamál sín, staðið á eigin fótum, ráðið lífi sínu, leyst vandamál sín og orðið nægilega þróttmikill og í það góðu andlegu jafnvægi að hann verði tvímælalaust viðurkenndur sem starfandi aðili á sviði þróunarinnar, sem meistari í hvítakynngi og félagi í þeim hópi helgaðra lærisveina sem gefið hefur verið nafnið „Helgivald plánetunnar“.

Þeir sem leggja stund á þessi fræði eru því beðnir um að víkka út þá hugmynd sem þeir hafa gert sér um Helgivaldið, eða þetta samfélag sálna, þar til hún nær yfir alla þætti hinnar ytri birtingar mannlegs lífs, þar með talin stjórnsmál, félagsmál, efnahagsmál og trúsmál. Þeir eru beðnir um að takmarka ekki hugtakið, eins og svo margir gera, svo að það feli eingöngu í sér þá sem hafa sett á stofn sinn smáa félagsskap, eða þá sem starfa eingöngu frá innri hlið lífsins og eftir þeim línunum sem hefðir segja til um að séu trúarlegar eða andlegar. Allt það sem leitast

við að upphefja mannkynið, á hvaða sviði sem er, telst til trúarlegs starfs og hefur andlegt markmið, því efni er ekkert annað en andi á lágsta stigi, og okkur er sagt að andi sé ekkert annað en efni í æðsta veldi. Andinn einn er til, og allar þessar aðgreiningar eru ekkert annað en tilbúningur hins takmarkaða huga. Því eru allir þeir sem starfa og þekkja Guð, hvort sem þeir eru í efnisformi eða ekki, og starfa á öllum sviðum hinnar guðlegu raunbirtingar, félagar í helgivaldi plánetunnar og óaðgreinanlegar einingar þess mikla herskara vitna sem „horfir á og fylgist með“. Þeir búa yfir mætti hins andlega innsæis eða skynjunar samhliða hlutlægri eða efnislegri sjónskynjun.

Efnisatriði fyrstu reglunnar vil ég taka saman í eftirfarandi einföldum en jafnframt djúpsægjum orðum:

1. Samskipti við sálina.
2. Reglubundin endurtekin hugleiðing.
3. Samhæfing eða sameining.

Umfjöllunin um reglurnar í bókinni *A Treatise on Cosmic Fire* hefst með stuttu yfirliti um aðferðina og útskýringu á eðli hins hvíta kynngimeistara.

Þegar við nú hefjum athugun okkar á fyrstu reglunni vil ég telja upp í stuttu máli staðreyndirnar sem gefnar eru í skýringunum. Með því móti getur neminn séð hve miklar upplýsingar hann fær til íhugunar og hjálpar, ef hann kann réttu aðferðina við að lesa og íhuga það sem hann les. Í fyrstu reglu er að finna eftirfarandi samandregnar staðreyndir:

1. Hinn hvíti kynngimeistari er maður sem er í sambandi við sál sína.
2. Hann er móttækilegur fyrir og meðvitaður um tilgang og fyrirætlun sálar sinnar.
3. Hann er fær um að taka við áhrifum frá ríki andans og skynja þau í efnisheila sínum.
4. Því er einnig lýst yfir að hvítakynngi –
 - a. Starfar að ofan og niður á við.
- b. Er afleiðing af sólar-sveiflutíðni, og tengist því orku sálarinnar.

- c. Er ekki afleiðing af sveiflum frá formhlið lífsins, þar sem hvítakynngi er aðskilin frá geðrænum og hugrænum áhrifum.
5. Niðurstreymi orku frá sálinni er afleiðing af –
- a. Stöðugri innri upprifjun.
- b. Öflugri og einbeittri miðlun sálarinnar til hugans og heilans.
- c. Stöðugri hugleiðslu um áætlun þróunarinnar.
6. Sálin er því í djúpri hugleiðslu allt tímabil hinnar efnislegu holdgunar, en það er allt og sumt sem nemandi varðar að sinni.
7. Hugleiðingin hefur reglulega hrynjandi og er í eðli sínu lotubundin eins og allt annað í alheiminum. Sálin andar og líf forms hennar byggist á því.
8. Maðurinn verður hvítur kynngimeistari þegar samskiptin á milli sálarinnar og starfstækjanna er orðin stöðug og meðvituð.
9. Þeir sem starfa að hvítakynngi eru því óhjákvæmilega, og eðli málsins samkvæmt, háþroskaðir menn, því þjálfun kynngimeistara tekur mörk æviskeið.
10. Sálin ræður formi sínu með tilstilli sútratma eða lífþráðarins, og lífgar þrjúþætt starfstæki sitt (hugrænt, geðrænt og efnislegt) í gegnum hann. Á þann hátt myndar hún samband við heilann. Þegar heilinn er undir meðvitaðri stjórn sálarinnar hvetur það maðinn til vitsmunalegrar starfsemi á efnissviðinu.

Ofangreind upptalning er stutt greining á fyrstu kynngi-reglunni, og þegar fram í sækir er ósk mín sú að nemandi sjálfur greini á svipaðan hátt hverja reglu um leið og hann hugleiðir merkingu þeirra. Ef það er gert um leið og hver regla er athuguð verður áhugi nemans og þekking á viðfangsefninu mun meiri en annars hefði orðið. Það mun einnig minnka þörf hans á því að fletta til baka og endurlesa fyrra efni.

Þegar ofangreind greining er athuguð kemur í ljós að þessi samantekt er mjög skýr og hnitmiðuð. Nemandi hefur kynnginám sitt með stuttum útskýringum á fyrri aðstæðum, starfstækinu sem hann notar og aðferðinni við að ná tökum á viðfangsefninu. Við skulum strax í upphafi gera okkur ljósan einfaldleika þeirrar hugmyndar

sem athugasemdum mínum hefur verið ætlað að miðla hingað til. Áður fyrr hefur meginstaðreyndin í lífsreynslu hins andlega manns verið starfstækið og samband þess við hinn ytri heim, en nú er mögulegt að stefnubreyting geti orðið svo að meginatriðið verði hinn andlegi maður, sólarengillinn eða sálin. Það mun einnig verða ljóst að samband hans (í gegnum formið) verður við hið innra auk hinna ytri heima. Hingað til hafa samskipti mannsins eingöngu beinst að formhlið hins almenna þróunarsviðs mannsins.

Hann hefur hagnýtt formið og verið algerlega háður því. Hann hefur einnig þjáðst þess vegna og afleiðingin hefur stundum orðið uppreisn gegn öllu sem tengist hinum efnislega heimi, vegna þess að hann er orðinn ofmettur á honum. Óánægja, andstyggð, óbeit og mikil þreyta eru mjög oft einkenni þeirra sem eru mjög nálægt því að gerast lærisveinar. Því hvað er það í raun að vera lærisveinn? Það er maður sem leitast við að læra nýja hrynjandi, að komast inn á nýtt svið reynslu og fylgja í fótspor þeirra háþroskuðu manna sem hafa fetað á undan honum veginn frá myrkri til ljóss, frá óraunveruleika til raunveruleika. Hann hefur reynt gæði lífsins í heimi sýndarljómans og hefur komist að raun um vanmætti þeirra til að fullnægja honum og halda honum föstum. Hann er nú að ganga í gegnum tímabil breytinga frá hinum gamla lífsmáta til hins nýja. Hann sveiflast á milli sálarvitundar og formvitundar. Sýn hans er „tvöföld“.

Andleg skynjun hans vex hægt en örugglega, eftir því sem heilinn verður hæfari fyrir uppljómun frá sálinni í gegnum hugann. Vitundarsvið hans víkkar og ný svið þekkingar koma í ljós eftir því sem innsæið verður þroskaðra.

Fyrsta þekkingarsviðið sem uppljómun beinist að er samheild allra forma í hinum þrem heimum mennskrar viðleitni, hinum etheríska, geðræna og hugræna heimi. Með þessum hætti verður hinn verðandi lærisveinn meðvitaður um lægra eðli sitt og fer að gera sér grein fyrir í hve miklum mæli hann er fangi þess, einnig verður hann meðvitaður um „umbreytingar hins síkvika sálræna eðlis“, eins og Patanjali orðar það. Honum verður ljóst hvað það er sem stendur í vegi fyrir árangri og hindrar framför; honum er því mögulegt að skilgreina vandamál sín. Hann stendur því oft í sporum Arjuna frammi fyrir óvinum úr hópi síns eigin fólks, ráðvilltur og tvístíga um skyldur sínar og í erfiðleikum með að

finna jafnvægið milli andstæðnanna. Þá ætti bæn hans að vera hin rómaða indverska bæn, tjáð með hjartanu, skilin vitsmunalega og aukin með starfsömu lífi þjónustu við mannkynið.

„Afhjúpa andlit hinnar sönnu andlegu sólar,
falið bak við gullna skífu ljóss,
svo við getum þekkt sannleikann og gert alla skyldu okkar
á leið okkar að heilagri fótiskör þinni.“

Næsta svið þekkingar opinberast honum þar sem hann þraukar og berst, sigrast á vandamálum sínum og kemur stjórn á tilfinningar sínar og hugsanir. Það er þekking á sjálfinu í andlega líkamanum, þekking á sálinni eins og hún tjáir sig í gegnum sálar-
eða orsakalíkamann (karana sarira), og meðvitund um þá uppsprettu andlegrar orku sem er hin mótandi hvöt í birtingu hinna lægri heima. „Hin gullna skífa ljóss“ opnast; hin sanna sól birtist; vegurinn er fundinn og leitandinn stritar áfram inn í æ skærara ljós.

Meistarinn finnst þegar þekkingin á sjálfinu og meðvitundin um það sem þetta sjálf sér, heyrir, þekkir og skynjar eru orðin stöðug og óbrigðul, samband næst þá við lærisveinahóp hans, og neminn áttar sig á starfinu sem hann á fyrir höndum og hrindir því smám saman í framkvæmd á efnislega sviðinu. Þannig dregur úr starfsemi lægra sjálfsins, og maðurinn færir smátt og smátt inn í meðvitað samband við meistara sinn og heildi hans. En þetta fylgir í kjölfarið á „kviknun ljóssins á lampanum“ – samstillingu hins lægra og hins æðra og niðurstreymi uppljómunar til heilans.

Það er nauðsynlegt að allir nemar hafi skýran skilning á þessum atriðum og íhugi þau vandlega þannig að þeir geti stigið næsta skref í átt til hinnar þráðu vitundar. Meistarinn getur ekkert gert fyrr en neminn hefur stigið þessi skref, og skiptir engu máli skiptir hversu fús hann er til að taka nemann inn lærisveinahóp sinn og hleypa honum þar með inn í áhrifasvið áru sinnar og gera hann að útverði vitundar sinnar. Maðurinn verður að brjótast sjálfur áfram hvert einasta skref leiðarinnar, því stutt eða auðveld leið frá myrkri til ljóss er ekki til.