

"... bara några få års studier av dessa filosofiska idéer ger definitiva fördelar. Det hjälper oss omedvetet på alla möjliga sätt i livet här på jorden och alldeles särskilt efter kroppens död under det liv som då tar vid."

– Paul Brunton

Studiehandledning

Har livet en högre mening?

Finns det en högre mening med vårt liv på jorden – lika för alla – förutom de många uppenbara?

Detta är en fråga som vi har anledning att ställa oss många gånger, inte minst i svåra tider då mörka krafter är i febril verksamhet med att skapa disharmoni, splittring och kaos både i samhällslivet och i vårt inre.

Vi söker ett trovärdigt och övertygande svar, men hur ska vi finna det?

Paul Bruntons texter kommer till vår hjälp. På hemsidan pbpeaceandfreedom.se förklarar han initierat och utförligt vad den högre meningen är – och hur den kan förverkligas.

Paul Brunton säger: "... det finns en allomfattande verklighet bakom sinnen och intellektets medvetande. Människan har en själ som är fast förankrad i denna verklighet. Människans högre mål är att bli fullt medveten om denna själ och att bli förenad med den ..."

" ... om vi är medvetna om livets mål och mening inser vi vad som behöver göras. Om vi har förstått vad som är det större syftet bakom de många mindre, blir det så mycket enklare att i varje situation välja mellan olika alternativ."

Om vi inser vad meningen är och dagligen gör allt vi kan för att förverkliga den i tanke, ord och handling, upphör vi att skapa dålig karma. I stället skapas en trygg framtid i en värld som bygger på respekt och medkänsla med alla levande varelser.

"Det ligger en djup glädje i att uppleva en växande förståelse för livets högre mening. Att få del av en ökande insikt om dess välsignelsebringande ändamål är en stor lättnad."

"När ögonen öppnas för den verkliga meningen med vårt liv, när vi inser att den inte finns i den förgängliga personligheten utan i vårt tidlösa innersta väsen, kommer vårt liv att få en kvalitet som det aldrig tidigare har haft."

Välj ambitionsnivå

Hemsidans steg-för-steg-struktur gör det möjligt att välja ambitionsnivå för studierna och samtalen. Tre möjligheter:

1. Den lägsta nivån omfattar steg 1 och 2. Här är texterna givna.

2. Den mellersta nivån omfattar steg 1-3. Här tillkommer Biblioteket med sina drygt 4.000 översättningar av utvalda texter från *The Notebooks of Paul Brunton*. Här söker vi själva efter mer kunskap.

Gå till webbsidan med namnet *Steg 3. Biblioteket* och följ instruktionen.

3. Den högsta nivån omfattar steg 1-4. Här tillkommer *The Notebooks of Paul Brunton* där alla de 34.000 korta och längre texterna står till vårt förfogande – utan kostnad!

Men hur ska vi orientera bland alla dessa texter (16 volymer) för att hitta det vi söker? Det kan kännas överväldigande för någon.

Svaret är att strukturen i Biblioteket är exakt densamma som i *The Notebooks*. Vi använder därför samma sökmethd i steg 4 som i steg 3.

Låt oss göra ett test! Vi väljer en filosofisk byggsten som vi verkligen vill lära oss mer om, till exempel *Överjag och ego*. Efteråt har vi mycket mer kunskap om Överjaget och egot än som ges i översättningarna i steg 1-3, och dessutom blivit övertygade om det stora värdet av att bli hemmastadda i *The Notebooks of Paul Brunton*.

På ett enkelt och naturligt sätt har vi – som en extra bonus – blivit introducerade i *Paul Bruntons* mästerliga andligt/filosofiska uppslagsverk *The Notebooks of Paul Brunton*.

Förberedelser

Inför varje sammankomst förbereder vi oss genom att studera texterna – på den ambitionsnivå som gruppen har valt – i den sektion som ska diskuteras under det kommande mötet. Ju större omsorg som läggs ner på detta, desto mer får alla ut av samtalen.

Under dessa förberedande studier växer det fram en bild av vilka frågor, vilka texter som det känns mest angeläget att tala om.

Vilka texter gör det starkaste intrycket? Anteckna deras identifikationsnummer (siffergruppen under texterna). På så sätt kan ett personligt PB-bibliotek efter hand skapas av stort värde för framtiden.

Studiehandledningen har åtta sammankomster. Eventuellt kan det behövas fler? Det gäller inte minst sektionerna *Mysteriet* och *På den korta vägen*.

Gruppen träffas varannan vecka.

Varje sammankomst inleds med en stunds stillhet.

Första sammankomsten

Redan från början får vi en god överblick över kursens innehåll genom att gemensamt lyssna till sju presentationer (steg 1) av filosofiska byggstenar – en från varje sektion:

- Från *Mysteriet*: Överjag och ego
- ” *Egoillusionen*: Egot
- ” *Vändpunkten*: Livets högsta mening
- ” *På den långa vägen*: Egot i fokus
- ” *På den korta vägen*: Överjaget i fokus

- ” Född på nytt: Upplysningen
- ” En ädel uppgift: En enda stor familj

Efter varje presentation samtalar vi en stund om den.

Sedan bestäms ambitionsnivån för gruppens studier och samtal.

Andra sammankomsten

Som förberedelse inför detta möte studeras texterna i sektion Mysteriet.

Vi talar om två nivåer av medvetande – en lägre som kallas underjaget eller egot och en högre som kallas det högre jaget, Överjaget eller själen.

Det högre medvetandet står i centrum för intresset hos den som vill förstå vad som är den högre meningen med vårt liv på jorden.

”Överjaget är det högre medvetandet hos människan. Det är hennes gudomliga själ – inte att förväxla med hennes lägre, mänskligt-animalska natur. Ordet Överjag har samma innebörd som ordet ‘Nous’ hos Platon.”

”Intuitionerna säger oss att ett andligt väsen i djupet av vårt inre är grundvalen för vårt vanliga medvetande.”

”Glimten låter människan för första gången känna sig själv. Den visar att hon samtidigt lever på två plan av medvetande. Den avslöjar att egot håller henne fången i en illusion och att Överjaget är verkligheten bakom hennes liv och medvetande.”

”Trots att Överjaget är närvarande i människors inre – ingenting kan vara närmre – är det få som är medvetna om att det verkligen förhåller sig så. Detta är den största paradoxen och märkligaste gåtan i våra liv.”

Tredje sammankomsten

Studera texterna i sektion Egoillusionen.

Egot, det lägre jaget, som bedrar, missleder och manipulerar oss är ämnet för dagen.

”Egot ger sig ut för att vara det enda jaget, det verkliga jaget, hela jaget.”

”Egot står i vägen, dess närvaro förhindrar upptäckten av Överjagets närvaro. Men så behöver det inte fortsätta. En korrekt och djupare förståelse av vad egot är, samt en förändrad relation mellan det individuella och det universella medvetandet leder till uppvaknandet.”

”De tankar och känslor som likt en flod strömmar genom vårt medvetande är det ytliga jaget. Men under dem finns ett djupare, som har sin grund i den gudomliga verkligheten. Det är vårt verkliga jag.”

”Att komma till klarhet om vad mitt verkliga jag inte är, är ett första och mycket viktigt steg mot att förstå vad jag verkligen är. Det har en frigörande effekt.”

Fjärde sammankomsten

Studera texterna i sektion Vändpunkten.

Vi har ett val.

"Vi kan identifiera oss med egot eller med Överjaget."

"Det finns ingen tredje valmöjlighet. Världen är snabbt på väg in i en ny tidsålder. Vi kan endera klamra oss fast vid resterna av den värld som är på väg bort eller välkomna den nya. Vi måste välja sida ..."

"Det är både ironiskt och tragiskt att använda våra korta jordeliv till sådant som vi senare kommer att uppfatta som meningslöst och att åtrå sådant som visar sig medföra lidande. En döende, som ser livsfilmen passera revy, varseblir både tragiken och det absurda i denna situation."

"Om människor bara visste hur underbart, rikt och tillfredsställande det inre livet är skulle de inte tveka ett ögonblick att ge upp allt som står i vägen för dess förverkligande".

Femte sammankomsten

Studera texterna i sektion På den långa vägen.

Sökandet har två väsensskilda delar – den långa och den korta vägen – som kompletterar varandra. På den långa vägen fokuseras egot.

"För att uppnå ett balanserat och harmoniskt resultat är det nödvändigt att arbeta på flera fronter samtidigt. Moral och etik har en viktig plats i karaktärsbygget, intellektet kommer till användning i studier och i reflexioner över lärdomarna i livet. Den intuitiva känsligheten förfinas genom återkommande daglig meditation och de ideal som vi har gjort till våra egna uttrycks i vårt dagliga liv."

"Etiska och moraliska övningar har en given plats för att göra oss till bättre människor, men de lyfter oss inte till Överjagets nivå. Den långa vägen, till vilken dessa övningar hör, har ett humanitärt värde men den leder oss inte till ett andligt uppvaknande."

"Den första uppgiften är att identifiera de hinder som fördröjer upplysningen, den andra att undanröja dem. Detta är den långa vägen."

"Det gudomliga hos människan är alltid närvarande, men hur kommer det sig då att det inte är tillgängligt för oss? Svaret är att vi måste lära oss att bli tillgängliga för det, att vi måste stanna upp, lyssna inåt och känna oss fram till dess välsignelsebringande närvaro. För detta ändamål är meditation en värdefull hjälp – ja, ett grundläggande behov."

"Att utföra meditationsövningarna är nödvändigt för att träna medvetandet, för att skapa en vana som gör att det meditativa tillståndet till sist blir lika lätt att uppnå som det är svårt till en början."

Sjätte sammankomsten

Studera texterna i sektion På den korta vägen.

På den korta vägen står Överjaget i centrum för uppmärksamheten.

"Den korta vägen ger oss chansen att göra en nystart, att få ny inspiration och uppleva större glädje."

"Den långa vägen kräver en oavbruten viljeanspänning – den korta en oavslåttlig, kärleksfull uppmärksamhet."

"Vi måste ständigt ha målet, uppvaknandet, för ögonen och inse att medvetandets främsta uppgift är att vara fokuserad på Överjaget, att meditera på Överjaget. Detta är kvintessensen av den korta vägens arbete ..."

"Meditationsövningar på den långa vägen utvecklar förmågan att finna inre stillhet. På den korta vägen tillkommer (1) vissheten att jag är stillheten och (2) övningen att alltid minnas att vara stillheten"

"... uppmärksamheten riktas mot målet och inte mot hur målet ska uppnås. Att uppmärksamhetens ljus koncentreras på Överjaget och inte på egot och dess förehavanden, är inget mindre än en revolution."

"Lär känna medvetandet utan dess objekt – och du är fri!"

Sjunde sammankomsten

Studera texterna i sektion Född på nytt.

"... egna initiativ för oss närmare målet. Den gudomliga nåden leder oss ända fram ..."

Den korta vägen ger resultat. Efter alla erfarenheter under många liv på jorden är vi äntligen framme vid målet – upplysningen. Livets högre mening har förverkligats.

"... det kommer plötsligt och oväntat, som vore det mitt i natten, det ofattbara förverkligandet av det egofria tillståndet, den överväldigande känslan av befrielse från egot som det känt sig självt tidigare, den förlösande insikten i livets gränslöshet, universalitet och intelligens..."

"... han känner att hans verkliga jag är en del av evigheten och att det andra jaget, egot, är något som han är tacksam över att bli av med."

Åttonde sammankomsten

Studera texterna i sektion En ädel uppgift.

"Den svåra situationen i världen uppmanar i det tysta inspirerade och osjälviska människor att väcka mänskligheten till insikt ..."

"... i mänsklighetens nuvarande kaotiska och kritiska tillstånd är det viktigt för den som har andliga ideal att inte tveka utan modigt tjäna mänskligheten. Vi måste anstränga oss för att göra idealen synliga."

"Detta är en sanning som måste berättas för människor i vår tid: Att själen är med oss här och nu – inte i någon främmande värld eller avlägsen tid, inte när kroppen dör. Och att det är vår styrka och glädje att finna den".

Vi lyssnar gemensamt till texterna i sektion *En ädel uppgift* och går sedan igenom vad var och en, och vad gruppen som helhet kan göra.

En möjlighet är att informera om att hemsidan pbpeaceandfreedom.se finns och att den är värd att besöka.

"Uppgiften är inte att missionera, men att göra idéerna tillgängliga ..."