

# World Goodwill

NYHETS BREV

Nr 2 2014

En tidskrift som visar Den goda viljans energi i världen.



## MOT EN LJUSETS TIDSÅLDER – DEL 1

Under 1800-talets första decennium kom det första flämtande elektriska ljuset in i sir Humphrey Davys laboratorium. Man undrar om han och hans kollegor hade kunnat föreställa sig ovanstående stadsbild? Visste de att deras arbete skulle få en sådan djupgående global verkan? För idag går nästan inget i samhället att utföra utan någon av de otaliga tekniska apparater som tillverkats som resultat av dessa enkla experiment. Ljus från solceller lyser upp våra hem långt bortom kraftnätens räckhåll. I hjärtat av de största städerna driver lysande skärmar affärer och underhållning dygnet runt, matade av lasern som är Internets ryggrad.

Det fanns såklart ljus teknologier innan mänskligheten hade fått någorlunda kontroll över elektriciteten. Ändå finns det ingen som erbjuder samma nivå av flexibilitet, säkerhet och styrka. Och kombinationen av elektricitet och ljus verkar vara helt enastående anpassat för att överföra kunskaperna om ljuset. Kanske är den verkliga frågan för mänskligheten, när vi går in i ljusets tidsålder, om elektricitet och ljus kan börja överföra visdomens ljus? Svaret ligger inte i själva teknikerna som sådana, för de är neutrala instrument, utan i hjärtan och hjärnor på dem som använder dem. Kan vi som släkte utveckla metoder för att dela kunskap och kultur med hjälp av ljus, metoder som inte degraderar utan förädlar oss? Kan vi bygga ett globalt samhälle som inte bara är fysiskt ljust, utan också upplyst i sina värderingar?

Den 25 oktober 2014 anordnade därför World Goodwill sina årliga konferenser i London, New York och Genève över

ämnet *Towards an Age of Light*, (sv. Mot en ljusets tidsålder). De ordnades för att ge stöd åt och samtidigt förbereda för FN:s *Year of Light 2015* – FN:s internationella år för ljuset och de ljusbaserade teknologierna. De artiklar vi tar upp i detta nummer, om laser, ljus inom läkekonsten och ljusets symbolik i världens andliga traditioner, har alla anknytning till ämnet för dessa möten.



### Laser: en representant och symbol för koherens

Den kanske mest utmärkande symbolen för en ny ljusets tidsålder i mänsklighetens tillvaro är lasern. När den skapades 1960, kallades den till en början "en lösning som letade efter ett problem att lösa", men nu har den blivit ett kraftfullt ljusinstrument som används på en mängd olika sätt. Speciellt används laser för lagring, framtagande och överföring av kunskap, för internet är till största delen skapat av fiberoptiska kablar som drivs av laser, och varenda CD- och DVD-spelare innehåller en laser. Det är lätt att glömma denna nästan allestädes närvaro, för ljuset som genereras i dessa apparater är osynliga, medan den populära bilden hos allmänheten är att lasern är en dödstråle som används av skurken i en Bondfilm. Det är inte förvånande att ett så kraftfullt verktyg har en potential för både konstruktiv och destruktiv användning, för ljuset kan både

*I detta nummer*

Laser: en representant och symbol för koherens

Att använda ljusets helande kraft

Ljus och upplysning

Redaktör:  
*Dominic Dibble*

[www.worldgoodwill.org](http://www.worldgoodwill.org)

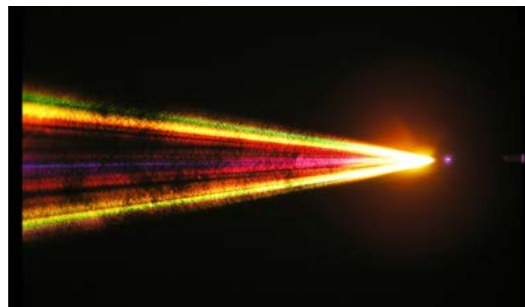
förblinda och upplysa. Som alltid, ligger ansvaret för dess rätta användning i människans händer.

Vad är det som ger lasern dess speciella kraft? Alla känner till att ljuset från en laser bara har en enda färg, och att det kan projiceras i form av en mycket tunn stråle. Det man kanske mindre förstår är att dessa två kvaliteter är olika aspekter av en viktig egenskap, nämligen koherens. Enkelt uttryckt betyder det att varje individuell våg av ljus, varje foton, "går i takt" med alla andra vågor, precis som när soldater marscherar i tät formation. Detta ger ljuset dess utomordentliga renhet, intensitet och kraft till fokuserad projektion. En intressant analogi kan göras med sinnet hos en tränad meditatör, som kan tränga in i tidigare okända områden av medvetandet. En annan analogi är särskilt upplysande när vi går in i en tidsålder, där gruppmedvetandet ökar. Det är analogin mellan koherens och två av Alice Baileys viktiga principer för vår tid nämligen principen om enhällighet och en grundläggande och livsnödvändig gudomlighet.

Hur fungerar dessa principer i en grupp? När man är oense kan man säga att då strävar gruppen medvetet efter att hitta den högsta gemensamma punkt, där man

är överens om en specifik handlingslinje. Detta skiljer det från ett grupp tänkande, där folk håller med om allt för att minimera konflikter. Istället menar de som strävar efter enhällighet en harmoni som går bortom alla konflikter, genom att kritiskt värdera alla idéer, utan att fästa avseende vid varifrån de kommer. Det är bara genom att ta bort den strikt personliga dimensionen som den bakomliggande kvaliteten i tankegångarna kan få rätt vikt och resonansen av den högsta gemensamma överensstämmelsepunkten kan börja framträda. Den blir sakta och diskret starkare när gruppen förnimmer den med ökande klarhet. Principen om väsentlig gudomlighet fungerar på liknande sätt, när medlemmar från olika andliga traditioner gradvis erkänner väsentliga kvaliteter i Anden som är gemensamma för deras speciella tro. Då får de en gemensam tillgång till allt ljus och all kärlek, sedan spelar det ingen roll vilken etikett den fått.

Bortsett från att lasern används allmänt i olika användares apparater tas laser också i anspråk för forskningen inom många olika områden. Så t ex används laser för många av spektroskopins tekniker, som innebär att man studerar interaktionen mellan elektromagnetisk strålning och materia. En annan



fascinerande laserapplikation är i skapandet av Bose-Einsteinkondens, ett materietillstånd som bara finns vid låga temperaturer. I det tillståndet fungerar många atomer faktiskt som en enda stor "superatom". En del typer av dessa "superatomer" kan själva användas för att i korthet "frysa" ljus. Återigen kan vi se en analogi till gruppmeditation, där sinnena hos meditatörerna kan smälta samman i ett koherent tankemönster, som kan fånga och vidmakthålla en hög andlig inspiration längre än för ett normalt tänkande.

Olika slags laser kan operera på olika ljusfrekvenser, inklusive sådana som ligger utanför det synliga fältet, såsom infrarött (IR) och ultraviolett (UV). Infraröd laser används ofta för högpresisionsrobotar för att skära och svetsa, t ex inom bilindustrin. Eftersom ultraviolett ljus kan orsaka kemiska reaktioner och reta fluorescensen i material har den enormt många användbara applikationer i elektronisk kommunikation. Ett intressant exempel är den integrerande roll som den spelar i informationsbehandling. Mikrokretsarna i ett datorchip skapas genom en teknik som kallas fotolitografi. Efter det att kretsens mönster har skrivits, skapas en sk mask, jämförbar med ett fotonegativ. En UV-

laserstråle styrs sedan till masken, krymper mönstret och fokuserar ljuset på en halvledarskiva. Genom den här tekniken uttrycks potentialen att processa information i materia, och elektricitet, som passerar genom kretsarnas komplicerade mönster får en koherent, organiserad rörelse, genom att kombineras med sinnets organiserande ljus, som tillhandahåller instruktioner genom datakoder. Denna ordnade elektroniska rörelse kan sedan översättas tillbaka in i ljusmönstren på datorns display. I det sammanhanget är det intressant att notera Alice Baileys förslag att medvetandets sjunde kvalitet, som är rytmisk organisation kommer att växa i styrka under de kommande årtiondena.

Bortsett från det vida använda bruket av ultraviolett ljus i mikromaskiner och produktionen av mikroelektroniska apparater, är det också väl absorberat av biologisk materia och organiska beståndsdelar. Snarare än att bränna eller skära material, ger en ultraviolett laserstråle exakt rätt mängd energi för att splittra de molekylära ytbanden och upplösa dem i atmosfären. Sådana lasrar kan avlägsna extremt fina ytlager med mycket lite värme eller ändra materialet, vilket gör dem mycket passande för ömtåliga operationer såsom inom

ögonkirurgi.

Som kontrast har vi den enorma kraft som lasern kan koncentrera i en punkt. Det betyder att de också används i experiment med nukleär fusion, med flerdubbla strålar som sammanfaller i en liten vätekapsel. Laser har också funnit användning inom konsten. Deras precisionsstrålar låter blixtnabbt oscillerande former av laserljus visa tredimensionella bilder av hologram, och skapa intrikata skulpturer av kristall eller kvartsglas.

Kraft, energi och precision genom ett koherent gruppfokus – det är laserns natur och dess symboliska betydelse. Vi får hoppas att denna betydelse kan assimileras korrekt i det mänskliga medvetandet, så att lasern, tillsammans med andra ljusbaserade teknologier kan fortsätta att expandera mänsklighetens förmåga till goda relationer.



## Att använda ljusets helande kraft

Förenta nationerna har förklarat 2015 vara International Year of Light. Det finns flera olika svenska översättningar: Internationella året för ljus och ljusbaserade teknologier, Ljusets år, Ljusåret och bara Ljus2015.

Även en flyktig beskrivning av ljuset avslöjar hur passande det är som en inkörsport till den nya tidsåldern. Forskningen om ljus teknologier har växt snabbt under det senaste decenniet. Det visar att mänskligheten mer medvetet utforskar ljuset. Ljuset är en nödvändig beståndsdel för livet, eftersom det påverkar de metabola hormoner i kroppen som bibehåller en frisk celltillväxt och cellfunktion. Nya forskningsprogram för ljus teknologi utvecklas och *Medical Light Association* har skapat helande med ljus som ett specialområde inom medicinen. *Medical Light Association* kallar ljuset för "en av livets viktigaste krafter."

Ljusterapi användes ursprungligen med vitt eller 'fullspektrumljus' för helande. Kanske mer stimulerande är att man nyligen upptäckt att doser av enfärgat eller monokromatiskt ljus har helande effekter på specifika sjukdomar och krämpor. I början använde man det synliga spektrum inom ljusterapi, men nu har man gått vidare till delar av spektrum som inte är synliga för mänskliga ögat. Medicinen har alltså kommit in i ett medvetet utforskande av de subtila energifälten bortom det fasta fysiska.

Vetenskapen har länge känt till att allt biolo-

giskt liv på jorden hänger intimt samman med solens och planeternas rytmer. Ofta kallar man dem för den biologiska klockan. Det vill säga att det finns inbyggda rytmer i människokroppen följer ljus och temperatur i omgivningen och påverkar sådana grundläggande funktioner som sömn, humör och matlust. En av de viktigaste komponenterna är tallkottkörteln i hjärnan, som syntetiserar hormonet melatonin som reagerar på ljusexponering.



Melatonin kommunicerar information om omgivningens ljus till resten av kroppen och synkroniserar de biologiska rytmerna. Avbrott i de normala rytmerna, såsom jetlag och skiftarbete, har negativa effekter på hälsan, mag-tarmbesvär, förhöjd risk skade- och olycksrisk, sömnlöshet/sömnproblem, lägre livskvalitet och en allmän känsla av krasslighet, långsiktiga och allvarliga hälsoeffekter såsom kardiovaskulära sjukdomar, diabetes, fetma, depression och humörsvingningar, och mag-tarmsjukdomar har också förknippats med skiftarbete.

Det dröjde inte länge efter att man fått kunskap om ljusets kraft för att bevara hälsan som den aktiva helande kraften i ljuset utnyttjades. Sedan tidigt nittonhundratals har psykologin använt ljusets subjektiva kraft, medvetenhetens ljus, för att hela mentala sjukdomar genom olika psykoanalytiska metoder, och lite närmare vår tid kognitiv terapi. Allra senast har utvecklats tekniker som använder mindfulness-baserade terapier som ger stabilt humör, jämnmod och medkänsla förutom helandet.

Det första intrånget i medvetenhetens helande kraft gjordes av Freud, som upptäckte att han fick fram undertryckta undermedvetna minnen i medvetenhetens ljus med hjälp av psykoanalys. Då botades förlamningar som var emotionella snarare än fysiologiska. Intressant nog har sådana sjukdomar blivit mycket mindre vanliga sedan Freuds upptäckt. På 1940-talet upptäckte dr Aaron Beck de 'automatiska tankarna' bakom ångest och depression, och utvecklade den kognitiva beteendeterapi. Den används för att få upp i ljuset de automatiska och ofta undermedvetna negativa tankar som associeras med nedstämdhet och ångslan. Beteendeterapi, som också används mot depression, använder sig av 'som om'-tekniken (välkänd för meditatörer) för att mobilisera den typ av aktiviteter som förknippas med ett friskt sinnestillstånd, och som skapar positiva situationer och relationer. Idag kan till exempel depressionen utvärderas både genom individens

funktionalitet (beteende) och graden av depressivt tänkande, vilket inkluderar tankar på hjälplöshet, diskriminering/ mobbning, brist på intresse, avsaknad av egenvärde. Genom att bli medveten om sådana tankar lär den kognitiva terapin individen att objektivt utvärdera effekten på sinnessillståndet. Då kan man välja att arbeta med tänkandet på ett smartare sätt, vilket höjer sinnessillståndet. Det finns bra dokumentation om att kognitiv terapi är lika effektiv som antidepressiva läkemedel vid depressiva störningar.

År 1979 grundade molekylärbiologen Jon Kabat-Zinn Stress Reduction Clinic vid Massachusetts Medical School. Här utvecklades en åttaveckors kurs kallad Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR). Kursen kombinerade österländskt utövande av mindfulness med hatha yoga. Kabat-Zinn undersökte effekterna av denna teknik på individer med svårslösliga humörstörningar och kroniska och obotliga sjukdomar, där traditionell läkekonst hade visat sig resultatlös. Personer som gick igenom denna åttaveckors stressreducering har uppnått anmärkningsvärda resultat, t ex positiva effekter på humöret, coping, (Coping är en psykologisk term som beskriver en persons förmåga att hantera stressfyllda och känslomässigt krävande situationer), sömnen, immunsystemets funktion, smärta och relationer. Faktiskt har under de senaste trettio åren ny forskning visat den helande kraften i mindfulness. Belägen för att mindfulness fungerar blir allt fler. Nu inkluderar man även mental fokusering, signifikanta förändringar i hjärnans funktion, effektivitet och kreativitet i arbetet, hälsan i allmänhet och minskning av oro och ångslan och symptom relaterade till ett stort antal sjukdomar. Forskningsstudier på meditation, kontemplativa övningar och medkänsla håller på att utformas, implementeras och genomföras på en vid skala av åldrar, utformningar och hälsofrågor. Effekterna av mindfulness på hälsa och helande har blivit så noga utforskade och etablerade att National Institute in Health i USA inte längre bekostar dessa grundläggande typer av resultatstudier. De är nu intresserade av specifika sätt att tillämpa mindfulness som en healingteknik. Sålunda har kraften i ett upplyst medvetet sinne och dess effekter på humöret, hjärnan och fysiologin blivit ett helt nytt forskningsområde. De lovar mycket när det gäller att hjälpa mänskligheten framåt i medvetandet – att medvetet arbeta med medvetenheten.

Någonstans mellan psykologiskt och fysiskt helande befinner sig användande av fysiskt ljus för att påverka humöret. 1980 använde dr AJ Lewey, forskare vid National Institute of Mental Health intensiv/djup-/livlig ljusterapi för att visa på att tall-

kottkörteln frigör melatonin i hjärnan. Ett år senare fick Lewey en förfrågan från en ingenjör, Herbert Kern, om han kunde få använda ljuset för att behandla sin depression. Kern hade lagt märke till att hans depression manifesterade sig på hösten och gick tillbaka/släppte på våren. Förlängningen av hans dag med två timmar med fullspektrumljusterapi var effektivt för att bota hans depression. Humörsvägningar erkänns nu vara s.k. Seasonal Affective Disorder (SAD), (årstidsbunden depression) och ljusterapi är en godkänd behandling. Sedan dess har ljusterapi godkänts som en effektiv behandling av andra typer av depression och humörsvägningar. Faktiskt är ljuset så effektivt att det måste användas med försiktighet av personer med bipolär sjukdom, eftersom den kan orsaka överstimulering som resulterar i maniska skov.

Att använda solljuset i fysiskt helande har en lång tradition. Ända tillbaka till det gamla Egypten, Grekland och Rom använde man naturligt solljus i medicinsk behandling. År 1903 fick den danske forskaren Niels Ryberg Finsen nobelpriset i medicin för att ha skapat den första apparaten som genererade artificiellt solljus, som han med framgång använde för att bota en form av hudtuberkulos. År 1958 beskrevs för första gången effekten av ljus för att b e h a n d l a gulsot, och sedan dess har fototerapi med blått ljus blivit en allmän och godkänd form av terapi för barn med gulsot.

I d a g känner man till att ljus är en mäktig kraft för helande och tillväxt med många tillämpningar. Marshall Space Flight Center var först med att använda rött ljus för att få plantor att växa på en rymdstation. Samma ljusteknologi används nu i kliniska försök. Near-infrared (NIR)-terapi visar lovande resultat för en rad sjukdomar, och forskare vid Wisconsin Medical College genomför nu fas 2-försök med NIR-ljus vid sårhäkning. Läkare där forskar också på effekterna av specifika våglängder för att genomtränga olika celler såsom hud, ben och muskler. LED-ljus används för sårhäkning hos patienter med munsår orsakade av cellgiftsbehandling. Ultraviolet ljus (UV-ljus) används för att behandla psoriasis. UV blood irradiation, kallas photopheresis och används för att under-



trycka T-cellslymfom men även för andra sjukliga tillstånd. Fotodynamisk terapi (PDT efter engelskans photodynamic therapy) är också till hjälp (och nytta) när man behandlar förstadium till cancer i hud, matstrupe och lungor.

[Fotodynamisk terapi (vanligen förkortat PDT efter eng. "Photodynamic Therapy") utvecklades till en praktiskt användbar klinisk behandlingsmetod under 1980-talet. Metoden är en tertiär behandlingsmetod för främst cancer som innefattar tre nödvändiga komponenter: en fotosensibiliserare, ljus samt syre. Behandlingsmetoden är även under utvärdering för behandling av bland annat psoriasis och akne och är myndighetsgodkänt som behandling av makuladegeneration i flera länder. I Sverige används fotodynamisk terapi rutinmässigt för behandling av vissa typer av hudcancer vid bland annat Lunds universitetssjukhus där tekniken utvecklats sedan mitten av 1980-talet.]

Ljusterapi med färgat ljus kallas för chromatherapy använder sig av färgat ljus för ett stort antal sjukdomar, störningar och åkommor, såsom sömnproblem, värk, diabetes, impotens och allergier. Nya belägg från djurförsök visar att man därmed kan upphäva och till och med vända den progressiva förstörelsen av nervceller såsom balans, syn och tankeförmåga, samma processer som vi finner i MS.

Denna korta rundtur i ljusterapins historia pekar på en växande trend av forskning på ljuset och utveckling av terapeutisk teknologi för ljushealing. Från användandet av det synliga fullspektrumljuset i naturligt ljus till nuvarande utforskande av UV-strålningens påverkan på antibiotikaresistens och användandet av monokromatiskt ljus för specifika sjukdomar och celltyper. Ljusets omfång och den vida utsträckningen och kraften i ljuset – från det synliga till det osynliga -, till den subjektiva nedvetenhetens ljus, spänner över livets hela bredd, hälsa, energi och till och med tänkandet. Man erkänner betydelsen av ljuset som ett lovande tecken för en upplyst mänsklig framtid. Medvetenheten och utforskandet av den subtila osynliga världen av ljus och energi leder till ökad medvetenhet och expansion av medvetandet. Detta och bruket av högre vibrationer och frekvenser ger hopp om ge läkedom till såväl människans kropp som sinne.



## LJUS OCH UPPLYSNING

Från tidernas begynnelse har solljuset aktats och vördats som livgivare, den som skingrar världens

mörker och förkroppsligar det goda, det rätta och det sanna. Ljuset har alltid haft en central plats i många av världens religiösa och andliga kosmologier. Allt sågs komma ur mörkret och slutligen gå in i ljuset. Allt som finns är resultatet av ett samspel mellan dessa grundläggande och beroende dualiteter. I Första Mosebok står det "I begynnelsen skapade Gud himmel och jord. Jorden var öde och tom, djupet täcktes av mörker och en gudsvind svepte fram över vattnet. Gud sade: "Ljus, bli till!" Och ljuset blev till. Gud såg att ljuset var gott, och han skilde ljuset från mörkret." I de österländska kosmologierna vidgas och fördjupas förståelsen till att också omfatta skikt av världar som går in i och runt varandra. Så till exempel ställer hinduismen fler frågor än svar. I Rig veda sägs "Varken varat (sat) eller icke-varat fanns ännu... vem vet varifrån det kom till liv? Ingen kan veta varifrån skapelsen stigit fram och om han har eller inte har skapat den. Han som utforskar de högsta himlarna, endast han vet – eller kanske vet han inte." (Rigveda 10.129). Den tibetanska buddhismen tänker sig att källan till allt ljus emanerar ur det primitiva sinnet. Det ursprungliga tillståndet för alla fenomen är ett självlysande tillstånd av klarhet alstrat av egen kraft och inte skapat av någon. Detta transcendentala ljus bestäms vara källan till alla fenomen.

Teosofiska skrifter skriver att för många miljoner år sedan inträffade en stor händelse, som kallas individualisering, på vår planet. Då, långt tillbaka, skedde ett kraftigt inflöde av medvetandets ljus, som tände sinnets gnista i de mänskliga varelsernas animala form. Sålunda började det mänskliga medvetandets evolution. Ljuset är relaterat till gudomens andra aspekt, själsaspekten, den som bestämmer, färger och differentierar andens grundväsentliga renhet. Ett sätt som mänskligheten manifesterat denna ljusets differentiering genom är genom de andliga och religiösa trosföreställningar som sprungit fram som svar på ett mänskligt behov. Kanske den första antydning om tro hade sitt ursprung i observation av naturen med dess ebb och flod, ljusets växande och avtagande. De antika kulterna, såsom Mithras i romarriket och Mitra, i hinduismen dyrkade solen och speciellt, de viktiga punkterna i årscykeln, vår- och höstdagjämning och sommar- och vintersolståndet. Dessa naturens cykler sammanfaller med själens cykler.

När solen i allt sitt majestät sjunker under synranden varje kväll öppnar sig en annan sorts ljus, liksom ett delikat filigran framför våra ögon. Antikens folk var fascinerade och ville avslöja detta natt-himlens silverljusa mysterium, lösa dess historier och formulera dem i myter genom vilka himlarna kunde avslöja sig. Det sägs att mänsklighetens hela historia kan bli känd genom de historier göms i dessa enkla

myter.

I forntida läror var ordet för ljus synonymt med ordet för Gud. Detta ljus, eller denna gud, kom att erkännas av mänskligheten i både dess transcendenta som immanenta form. Mänskligheten har alltid haft sina ljusbärare, de som kom att avslöja den transcendenta verkligheten i en form anpassad till tidens förhållanden. Sådana lärare har undervisat och demonstrerat genom sitt eget väsen de medel varigenom ljuset kan kontaktas, upplevas och uttryckas i det dagliga livets skärseld. Filosofiska religiösa skolor dök upp under århundradenas lopp i olika centra i världen, i Europa. Persien, Egypten, Indien och Tibet. Vart och ett bidrog med en stark energi som andliga sökare drog till i sökandet efter ljus. Kunskapen fördes från Mästare till lärjunge i ett strängt system av mentala och moraliska discipliner som underlättade de enorma framstegen för ett utvalt fåtal. Den store, vise mannen Patanjali, som enligt somliga levde så långt tillbaka som 10 000 f. Kr., var den förste som skrev ner den muntliga undervisningen från yogatraditionen som traderats genom århundradena för att hjälpa mänskligheten i dess sökande efter ljus. Långt senare, omkring 1 500 f.Kr. kom Vedalitteraturen, vilket blev grunden för hinduismen.

En av de viktigaste lärarna under den förkristna eran var Platon. Hans allegorier om solen och grottan illustrerar på ett kraftfullt sätt människans villkor. Platon använde sig av bilden av solen som hjälp att definiera den sanna meningen av det goda. Det goda, skrev han, "kastar ljus" över kunskapen så att våra sinnen kan se verkligheten, fri från de förvrängningar som i normala fall styr. Det goda gör att vi kan se med "sinnets öga" och gå bortom de fysiska ögonens begränsningar. Platon trodde att solen skänkte sitt ljus så att vi kan se världen runt omkring oss.

Platons allegori om grottan är kanske den bäst kända undervisningen i Republiken och fokuserar på ljusmat och de allmänna villkoren av glamour och mörker, som större delen av mänskligheten lever i. Den ser allting förvrängt och vanskapt. De som börjar gå ur grottan och ut i ljuset måste gå igenom många prövningar när de lär sig se i denna nya verklighet. Sokrates, Platons lärare, hävdade att den upplyste måste återvända till grottan för att hjälpa till att befria fångarna, även om det skulle resultera i döden. I denna berättelse antyder Sokrates att den upplyste filosofen måste stiga ner från en ständig kontemplation av det goda för att dela livet med sina medborgare för helhetens bästa.

Buddha trädde fram vid en tidpunkt då det skedde en enorm inströmning av ljus från gudomens andra aspekt, som Alice Bailey karakteriserat som strålen för kärlek-visdom, som var aktiv i norra Indien omkring sjätte århundradet före Kristus. Buddha bröt med sin tids Vedanta-traditioner men även med den asketism som var vanlig bland de kringvandrande munkarna, som sökte frigörelsens ljus. Buddhas fyra ädla sanningar fokuserade på lidandet som hör till begäret, och den ädla åttafaldiga vägen, som erbjuder stegen på vägen mot målet, upplysning.

Kristus, Buddhas förnämde broder, framträdde på den andra aspekten av den andra strålen, kärleksaspekten, under det att Buddha framträdde på den första aspekten, visdomens linje. Kristus beskrevs av aposteln Johannes som "Världens ljus" och mycket av hans undervisning handlade om att få fram detta ljus. Han undervisade om betydelsen av det inre ögat, det tredje ögat, när han sade. "Om ditt öga är ett, blir din kropp full av ljus." Buddha och Kristus är de största avatarer som hittills har framträtt i vår värld. De var ansvariga för att ljuset användes, och det i samverkan med sina anhängare, för att motarbeta några av förvrängningarna och illusionerna i det mänskliga medvetandet.

Någon gång mellan femte och åttonde århundradet framträdde den store Shankara i Indien för att sprida ljus över den vediska traditionen, med målet att befria den från kristalliseringen som varat under århundradena sedan starten. Han undervisade om klosterliv och fokuserade på en icke-dualistisk filosofi. Enligt Shankara är endast Brahman verklig och den värld som vi lever i är Mayas, som han liknade vid en trollkarls knep. Hans mest kända verk *The Crest Jewel of Wisdom*, lärde att vår viktigaste uppgift som andliga aspiranter är att utveckla intuitionens ljus. Han lärde ut att sanningen känns genom resonering och inte genom ändlösa ritualer, tvagningar och vidlyftiga andningsövningar.

En av de största gåvorna till mänskligheten de senaste tvåtusen åren är de stora stegen för att kultivera intellektet. Ljuset har strömmat in i människors sinnen, vilket gett till resultat en enorm rikedom av kreativa uttryck. Detta kreativa ljus uttrycktes genom många kanaler, såsom vetenskap och konst. Så t.ex. revolutionerade Leonardo da Vincis målningar såsom *Madonnan i grottan* och *Mona Lisa* sättet att varsebli ljuset och han använde det i sina målningar. På det vetenskapliga området löste Kopernikus några av solens mysterier. Hans avhandling *Om himlakropparnas kretslopp*, som gavs ut strax innan han dog 1543, satte igång en vetenskap-

lig revolution genom att han placerade solen i centrum av vårt solsystem.

Hjärtats och huvudets väg

Mänskligheten har behov av många olika vägar, men sist och slutligen leder alla vägar till samma mål. De olika vägarna kan i stora drag delas in i hjärtats väg och huvudets väg. Den senaste cykeln på 2 500 år, styrd av Fiskarna, var utan jämförelse en tidsålder av den mystiska följaren av hjärtats väg, fastän det fanns många undantag, speciellt bland dem som kom fram på den vetenskapliga linjen. Närmandet till hjärtats mystiska väg var genom hängivenhet för läraren och hjärtats uppvaknande, kärlekens centrum. Hjärtats väg ger en säker grund för huvudets väg, som ofta en senare utveckling i den evolutionära cykeln. Utan hjärtats fasta grund kan det lägre sinnet blockera ljuset från den andliga solen och bli "det verkligas baneman".

Hjärtats väg som energimässigt är kopplad till känslonaturen åtföljs ofta av transcendent upplevelser som kan uppkomma rent spontant. Här ger vi några personliga exempel:

"När jag var tio eller elva år gammal och bodde i Kamarpukur, upplevde jag samadhi för första gången. När jag gick genom ett risfält såg jag något och blev överväldigad. Det finns vissa karaktäristika för gudsvisioner. Man ser ljus, känner lycka och upplever en våg av mäktiga strömmar i bröstet, liksom när en raket exploderar." Sri Ramakrishna (*The Gospel of Sri Ramakrishna*, p. 176)

Plotinus, en filosof från det tredje århundradet, framträdde för att återuppliva och Platons världsåskådning, och ge det ett levande testamente. Han visade i sitt liv att huvudets väg och hjärtats väg kan syntetiseras. Plotinus påstod att han hade ett antal "upplevelser av upplysning". Han skrev, "det har hänt många gånger, lyft ut ur kroppen in i mig själv, bortom allt annat... sett en förtrollande skönhet då, ner än någonsin, försäkrad om gemenskap med den upphöjdaste ordning, uppföra det ädlaste liv, förvärvande identitet med det gudomliga, fäst i den."

En rapport om Walt Whitmans mystiska umgänge med naturen återges av hans vän, doktor Richard Bucke. Han skrev "hans favoritsysselsättning verkade vara att ströva eller strosa omkring ensam utomhus, titta på gräset,

träden, blommorna, ljuspanoraman, olika aspekter av himlen, lyssna på fåglar, syrsor, trädgrodor och alla hundratals olika ljud i naturen. Det var tydligt att dessa saker gav honom en njutning långt bortom vad de gav vanligt folk... Alla naturens objekt verkade ha sin förtrollning för honom. Alla syner och ljud verkade behaga honom. Han verkade tycka om (och jag tror att han verkligen tyckte om) alla män, kvinnor och barn som han såg (fastän jag aldrig vet att han någonsin sa att han tyckte om någon över huvud taget)." (Walt Whitman av Richard Bucke).

Vägen, det spelar ingen roll om det är huvudets eller hjärtats, leder till slut in i ett nytt och expanderat nedvetandetilstånd, ofta kallat upplysning. Men det skulle vara ett misstag att se upplysning som ett mål i och av sig själv, för i själva verket är det början av befrielsens ändlösa väg. Ordet upplysning definieras som "att göra lysande, att skina". Det är genom att stadigt lägga beslag på ljuset och en tilltagande förmåga att låta detta ljus lysa, som den slutliga transformationen, upplysning, inträffar. Vajrayana i tibetansk buddhism anses vara den kanske mest avancerade läran om stegen – vägar och metoder – till upplysning. Läran anger stegen för att hjälpa individen bryta igenom ego-klängandets murar och sammansmälta med den oändliga medvetandeexpansion, där allt är möjligt.

I det här korta resonemanget om ljusets andliga betydelse är det kanske lämpligt att sluta med historien om den romerske kejsaren Julianus, som kom till Antiokia år 362 e.Kr. för att planera ett fälttåg mot perserna. Julianus var en ivrig studerande av filosofi och religion, så han bjöd in alla filosofer och visa män i staden till en audiens. När alla hade samlats frågade han dem en enda fråga: "Vad är verklighetens natur?" De konfererade sinsemellan med allvarsamma viskningar och efter en stund, klev en av dem fram, medan de andra nickade instämmande, och svarade: "Ljuset du ser överallt är inkarnationen av det rena sinnet." Julianus skrev senare till en vän:

"Fenicierna, som i sin vishet och lärdom, äger djupa insikter i de gudomliga tingerna, håller före doktrinen att denna universellt spridda utstrålning är en del av stjärnornas själ."



## DEN STORA INVOKATIONEN

(omarbetad version)

Från Ljusets punkt i Guds Sinne,  
låt Ljus strömma in i människornas sinnen.  
Låt Ljus stråla ned över jorden.

Från Ljusets punkt i Guds Sinne  
låt Ljus strömma in i människornas sinnen.  
Låt Ljus stråla ned över jorden.

Från Kärlekens punkt i Guds Hjärta,  
låt kärlek strömma in i människornas hjärtan.  
Må Kristus återvända till jorden.

Från Kärlekens punkt i Guds Hjärta  
låt kärlek strömma in i människornas hjärtan.  
Må Den kommande\* återvända till Jorden.

Från det centrum där Guds Vilja är känd,  
låt människornas små viljor ledas av ett högre syfte -  
Det syfte som Mästarna känner och tjänar.

Från det centrum där Guds Vilja är känd  
låt människornas små viljor ledas av ett högre syfte  
- Det syfte som Mästarna känner och tjänar.

Från det centrum som vi kallar mänskligheten  
låt kärlekens och ljusets plan ta form  
och må den försegla dörren till det onda.

Från det centrum som vi kallar mänskligheten  
låt kärlekens och ljusets plan ta form  
och må den försegla dörren till det onda.

Låt Ljus, Kärlek och Kraft återupprätta Planen på jorden.

Låt Ljus, Kärlek och Kraft återupprätta Planen på jorden.

\*Många religioner tror på en världslärare som ska komma någon gång i framtiden. Han är känd under många olika namn såsom Herren Maitreya, imamen Mahdi, Kalkiavataren etc. Ibland används dessa namn i någon version av Den stora invokationen av folk med olika tro.



### IMAGE CREDITS

Front: Trey Ratcliff – (<http://stuckincustoms.smugmug.com>)  
ps.2: Zhijun Xu, Nankai University – (<http://bit.ly/1yINS01>)  
s.3: NASA – (<http://sohowww.nascom.nasa.gov>)  
s.7: Ausra Gustainyte, Center for Physical Sciences and Technology,

Lithuania – (<http://bit.ly/1poe0g5>)  
Back: Dirk C. Heinecke and Oliver Kliebisch, University of Konstanz, Center for Applied Photonics, Germany – (<http://bit.ly/1rrtxBz>)

## ATT VERKA FÖR ATT SKAPA RIKTIGA RELATIONER

ISSN 1650-5263

World Goodwill är en internationell rörelse som verkar för att mobilisera den goda viljans energi i världen och att skapa riktiga mänskliga relationer. Organisationen grundades 1932 som en tjänande verksamhet inom Lucis Trust. I Storbritannien är Lucis Trust en registrerad utbildnings- och välgörenhetsorganisation. I USA är den ett icke-vinstdrivande, skattebefriat utbildningsföretag. World Goodwill är en av FN godkänd NGO (icke-statlig organisation) och den brukar delta i de reguljära rådgivande mötena i FN:s högkvarter. Lucis Trust finns med på ECOSOC:s lista över rådgivande organisationer.

World Goodwills Nyhetsbrev kommer ut flera gånger om året. Vill du ha fler exemplar, hör gärna av dig. Förutom den engelska originalversionen *World Goodwill Newsletter* ges nyhetsbrevet också ut på franska, grekiska, holländska, italienska, portugisiska, ryska, spanska, svenska, ungerska och tyska. Den engelska hemsidesadressen är [www.worldgoodwill.org](http://www.worldgoodwill.org) Här kan du läsa nyhetsbrevets originaltext.

World Goodwills arbete finansieras uteslutande genom gåvor och det kostar inget att prenumnera på nyhetsbrevet. Men varje gåva - stor eller liten - är mycket välkommen. På så sätt kan information spridas till så många som möjligt. Gåvor till Lucis Trust, kan göras till plusgiro: 74267-6, då stöder du den internationella verksamheten. Om du vill bidra till att materialet kan ges ut på svenska kan du använda banknumret nedan.

### WORLD GOODWILL

1 Rue de Varembe (3è)  
Case Postale 26  
CH - 1211 Geneva 20  
Schweiz

Suite 54  
3 Whitehall Court  
London SW1A 2EF  
Storbritannien

120 Wall Street  
24th Floor  
New York NY 10005  
USA

Översättning, layout och utskick: Svenskt Informationscenter för World Goodwill och Trianglar  
Granängsringen 16, 135 44 Tyresö. Hemsida: <http://www.goodwilltriangel.org> E-post: [info@goodwilltriangel.org](mailto:info@goodwilltriangel.org)  
Tel: 018- 53 01 20 (dagtid) eller 08-798 28 78 (kvällstid) Svenskt Informationscenters arbete finansieras enbart genom gåvor. Varje gåva bidrar till att information kan spridas till flera personer. Bankgironummer: 5777-1537