



## HJERTETS OG SINDETS VEJ (1)

af Ella Ostermann

[1. Personligheden](#)

[2. Sindets vej](#)

[3. Hjertets vej](#)

### Personligheden

Mange mennesker i verden kæmper for at blive store og stærke personligheder. Andre er blevet det, og de kæmper nu for at blive sjælsbevidste, hvilket vil sige totalt uselviske og identificerede med deres sjæl. De, hvis bevidsthed har denne identifikation arbejder på at identificere sig med det allerinderste Selv, også kaldet Faderen eller Monaden.

Inden jeg går over til at beskrive personligheden og dens karakteristika, vil jeg kort beskrive de to veje, det er nødvendigt at gå for at blive sjælsbevidst og dermed identificeret med sjælen. Når disse to veje er blevet til en syntese, kan man fortsætte ad den højere vej, der fører til det allerinderste selv, Monaden eller Faderens hus.

*Mystikervejen*, som er hjertets og kærlighedens vej, er den som blandt andre Krishna, Milarepa, Lao Tse og Frans af Assisi gik, og *den okkulte vej*, sindets vej, er den, som blandt andre Sankaracharya, Paulus og Mester Eckehart gik. Buddha og Kristus havde gået begge veje.

Begge veje er svære at gå, og alle mennesker skal gå dem begge. Alle mystikere, som går kærlighedens vej, skal blive okkultister og gå sindets vej. Derefter bliver de igen mystikere, så okkultister igen indtil disse to veje er forenet, og mennesket er blevet en totalt uselvsk personlighed = sjæl.

Vejen ind i lys og kærlighed handler om tjeneste, om af egen fri vilje at give slip på det, man er knyttet til. Det er ikke let, når man endelig har fået samling på krop, følelser og tanker og skabt en personlighed, for det har krævet så meget.

Spirituelle mennesker ser tit personligheden som noget, der skal smides væk, fordi den er i vejen for deres åndelige udvikling, men det forholder sig stik modsat, for det er i virkeligheden vigtigt, at personligheden er stor og stærk.

Først da kan den, på grund af den tiltagende indstrømning af sjælslys, frivilligt ofre de egenskaber, som indtil da har tjent den, gjort den stolt og givet den glæde, fordi den kan se, at det giver ægte glæde og mening at give afkald på dem. Den kan kun gøre det, hvis den er mæt af at være magtfuld og betydningsfuld. Det er denne udvikling, som myten om Herkules viser os.

Før den stærke personlighed begynder at slippe sine afhængigheder, er der 9, der er særligt dominerende og som bidrager til dens styrke. Blandt dem er tre knyttet til det fysiske liv: *sex, et behageligt liv og penge*. Vi ser rundt om i verden masser af mennesker, for hvem det vigtigste er netop disse tre. Sex er en forudsætning for videreførelsen af menneskeheden, men vi lever i en tid, hvor sex er blevet meget andet og måske har fået en for stor plads i menneskers liv?

Så snart en af de 9 afhængigheder får for stor betydning, er det på tide at slippe den, men det er også et faktum, at man ikke kan slippe noget, man ikke er mæt af eller færdig med. Der må være mange mennesker i inkarnation, som har haft liv, hvor de ikke har fået sex nok og derfor i dette søger tilfredsstillelse i ekstreme former for sex. Langt de fleste mennesker har et ønske om at have de nødvendige penge, en god bolig og et arbejde, og globalt set opnår mange millioner mennesker årligt disse goder.

### **Ud over disse tre ting, som relaterer til det fysiske liv, er der tre følelsesmæssige:**

*frygt, begær og had.*

Hvis vi ser os om i verden og os selv, kan vi ikke undgå at se, at disse tre spiller en kæmpe rolle. De udgør en barriere, men er nødvendige på en del af udviklingsvejen. De er med til at skabe den stærke personlighed på den del af udviklingsvejen, hvor mennesket oplever sig som centrum i universet. Man kan ikke frigøre sig fra disse tre, før man erkender og er bevidst om, at man har frygt, at man begærer magt og ting, at man hader dem og det, der står i vejen for en.

**De tre mentale egenskaber**, som hører til en stærk personlighed, er *stolthed, separatisme og grusomhed*.

Vi skal lære at være stolte af det, vi har opnået, vi må nødvendigvis adskille os fra andre for at kunne opnå det vi vil for os selv, og vi kan være grusomme for at beskytte det, som vi anser for vores, og som vi har kæmpet hårdt for at opnå.

Alt i alt er konklusionen, at personligheden er yderst vigtig for alle mennesker. Det er grunden til, at dem, der er nået til bevidst at vælge at give slip på de ting, der karakteriserer personligheden, kan og skal se på andre mennesker gennem neutrale briller, for det kan jo være, at de andre er i et liv, hvor de fx skal lære at adskille sig fra andre; eller de skal lære at opnå stor magt og erfare tomheden ved den; eller de tjener mange penge og vil ikke dele, hvorfor de kommer til at optræde grusomt.

Først når vi mennesker er ved at være mætte af disse ni, begynder vi at høre og lytte til samvittighedens lille stemme, som indtil da har været overdøvet af koret af 'jeg vil have' stemmer.

Samvittighedens stemme kan først for alvor høres, når den stærke personlighed er skabt. Først da kan man begynde at gøre sig fri af de 9 afhængigheder og for alvor arbejde på at udvikle sjæleegenskaberne, som i modsætning til. Personlighedsegenskaberne er totalt uselviske og ikke har det lille selvoptagede selv som centrum.



## HJERTETS OG SINDETS VEJ (2)

af Ella Ostermann

- [1. Personligheden](#)
- [2. Sindets vej](#)
- [3. Hjertets vej](#)

## Sindets vej

Mennesket er mødt af at stå alene og vender sig, takket være indstrømningen af sjælslys, mod samvittighedens vej.

Sjælens lys strømmer ind og oplyser personlighedens tanker. Kærligheden strømmer ind i menneskets hjerter. Samvittigheden, som er det første tegn på sjælkontakt, tilskynder mennesket til at kontrollere og styre livet, så det handler rigtigt. Personligheden betræder lysets vej, når den har erfaret, at det ikke var lykken at være en stærk personlighed, som står helt alene.

Herkules viser os vejen ud af personlighedens fængsel. En vej vi ikke kan gå, før vi selv vælger det. Ingen kan tvinge os til det. Trangen skal komme indefra, og motivet skal være at blive uselvsk og sjælsbevidst. Herkules møder i Herkules 12 arbejder de udfordringer, personligheden skal klare for at blive uselvsk, og Buddha giver os i sine Fire Ædle Sandheder sandheden om, hvad det vil sige at leve med sin bevidsthed fanget i det fysiske, det emotionelle og det mentale legeme, i den egoistiske personlighed.

Han udtrykker hvordan situationen er for bevidstheden (sjælen) så længe den er fanget i krop, følelser og tanker, og han angiver de metoder, man skal bruge til at befri bevidstheden fra det, han kalder Livets hjul, og som nogen i dag kalder 'Hamsterhjulet', fordi vi bliver ved at løbe rundt i det og ikke kan finde ud af at komme ud af det.

Buddha konstaterer, at alt er lidelse, så længe vi løber rundt i hamsterhjulet. Dernæst siger han, at *lidelsen skyldes vores begær efter ting, efter fred og ro, efter lykke etc.* Hvis vi vil ud af hamsterhjulet skal vi *forvandle vores begær til higen efter indsigt og give slip på begæret.*

### **Dette kan lade sig gøre, hvis vi følger Den ottfoldige vej, som er**

- At erkende at de fire ædle sandheder er sande.
- At have den rette hensigt med, og lytte til vores samvittighed i alt, hvad vi gør.
- At tale ud fra denne erkendelse og samvittigheden.
- At handle i overensstemmelse med samvittigheden.
- At leve i overensstemmelse med samvittigheden og gøre det, der er til gavn for flere, og ikke kun en selv.
- At stræbe efter altid at gøre det rigtige, det der gavner flest levende væsner.
- At være opmærksom på, at alt er forgængeligt – også mennesket.
- At identificere sig med en tilstand, hvor 'jeg' ikke længere dominerer, men er blevet til 'vi'.



## HJERTETS OG SINDETS VEJ (3)

af Ella Ostermann

[1. Personligheden](#)

[2. Sindets vej](#)

[3. Hjertets vej](#)

### **Kærlighedens vej**

Sjælen kommer til udtryk i et menneske, når det uden at tænke over det, og uden at kræve anerkendelse eller noget til gengæld, gør noget for andre.

I begyndelsen sker det kun i korte øjeblikke, men når man mærker den indre glæde, der fylder en, fører det på et tidspunkt til, at man ønsker at denne tilstand er permanent.

### **Man begynder at arbejde bevidst på at udvikle hjerte- eller sjæleegenskaberne.**

**De er:**

**Gruppekærlighed**, eller næstekærlighed. Kristus lærte, at vi skal elske vores næste som os selv.

**Ydmyghed**, der ikke er pålagt, men kommer af, at man er taknemmelig for at være en del af helheden og for den rolle, man spiller, uden at blive anerkendt for det. Anerkendelse og ros spiller ingen rolle for en.

**Tjeneste** betyder, at man hjælper hvor man kan, at man påtager sig de opgaver, som man præsenteres for og ikke hele tiden ønsker at lave noget, som personligheden synes er finere og mere betydningsfuldt, og med egen

vinding for øje. Alle roller er lige vigtige, om man er præsident i USA, bankmand, lærer, faglært eller ufaglært arbejder eller arbejdsløs.

**Tålmodighed** har trange kår i nutidens verden, hvor alt skal gå så stærkt. Man vil fx så ihærdigt udvikle sjælsbevidsthed i et nu, men når man ser, hvilke egenskaber der kendetegner sjælsbevidsthed, kan det godt være, at man skal være lidt mere tålmodig både med sig selv og andre.

**Glæde.** Her er ikke tale om den flygtige glæde, som man opnår, når man får et ønske opfyldt i hamsterhjulsverdenen. Det er den indre glæde, der opstår, når man oplever at gøre noget, der er godt for andre og opdager, at man er blevet lidt mere uselvsk og ubundet af hamsterhjulsverdenen.

**Tolerance** betyder at acceptere alt og alle og alle situationer, som de er, og ikke som man personligt oplever dem.

**Syntese** er resultatet af foreningen af viden og kærlighed eller hoved og hjerte. Følelser og tanker vil det samme til gavn for helheden. Der er ingen separatistiske tanker og følelser til stede.

**Medfølelse.** Man kan føle med alle, fordi man føler med hjertet og ikke med solar plexus. Medfølelse er kærlighed og forståelse, uanset omstændigheder. Medfølelse kræver empati, at man kan sætte sig i den andens situation uden at projicere sig over i den.

**Sympati** kommer til udtryk, når man føler med og anerkender et menneskes indsats for at nå sit mål, det kan være at blive rask, det kan være at skulle leve med en sorg. Man har sympati for nogen, fordi man synes, at de fx takler en svær situation godt.

**Visdom** er sammensmeltningen sindets og kærlighedens vej, af kærlighed og viden. Visdom er at udtrykke viden med kærlighed.

**Ofring eller opofrelse.** Vejen ind i lyset og kærligheden er brolagt med ofring af ejendele og egenskaber, også de gode, indtil man ikke har flere tilbage, men blot er et punkt af kærlighed-visdom – sjælsbevidsthed.

**Taknemmelighed** åbner op. Den er måske den allervigtigste egenskab at udvikle. Taknemmelighed for livet hvert eneste øjeblik er forudsætningen for, at de andre hjerteegenskaber kan udvikles.

Man kan jo teste, hvor sjælsbevidst man er, ved ærligt at spørge og svare sig selv, om man kan sige ja til, at man besidder disse 12 hjerteegenskaber.

Kilde henvisning:

<http://www.sophiarose.dk/vejenhjerte.htm>