

Lyricus

living from the heart

63



EVENT TEMPLES™

written by James

© 2007 EventTemples.com, All Rights Reserved



Swedish Translation. Aug. 2007.

## Innehåll

---

### INTRODUKTION | 3

#### I. Hjärtats Sex Dygder | 3

Konsten att Uttrycka | 5

Den Agnostiska Vägen | 7

Tre Subtila Önskningsar | 8

#### II. "När-Vilken-Hur"-Övningen | 13

De Sex Hjärtadygderna som Stam-Linje | 14

Vad har jag att vinna? | 16

De Sex Hjärtadygdernas Nät-Meditation | 19

Dygdernas Cykliska Teknik | 20

#### III. Avsikten med Hjärta- Sinne | 22

#### IV. Vår Samhörighet | 27

Känslomässig Samhörighet | 28

Det Kollektiva Mänskliga Energifältet | 29

Att informera CHEF | 31

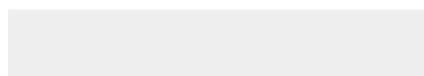
Att Upptäcka CHEF | 33

#### V. Händelse-Tempel och deras syfte | 35

#### VI. Praktik går före Erfarenhet | 37

Sammanfattning | 39

Appendix A, B och C | 43





## Introduktion.

Om du i diagramform beskriver de gångna 2000 årens utveckling inom teknologi, vetenskap, ekonomi, medicin, ja inom nästan alla områden av mänsklighetens strävan, finner du att tendensen pekar uppåt i raketfart, särskilt de sista 100 åren. Endast inom de kategorier som hänger samman med mänskliga känslor hittar du en jämförelsevis plan kurva och i vissa fall en tillbakagång.

Det är uppenbart att på en intellektuell, teknologisk och monetär skala har vi gjort dramatiska framsteg, men hur vi styr våra känslor och, ännu viktigare, hur vi samordnar dem i avsikt att öka vår förståelse för livet och den intuitiva mottagligheten har förändrats mycket litet sedan civilisationens gryning.

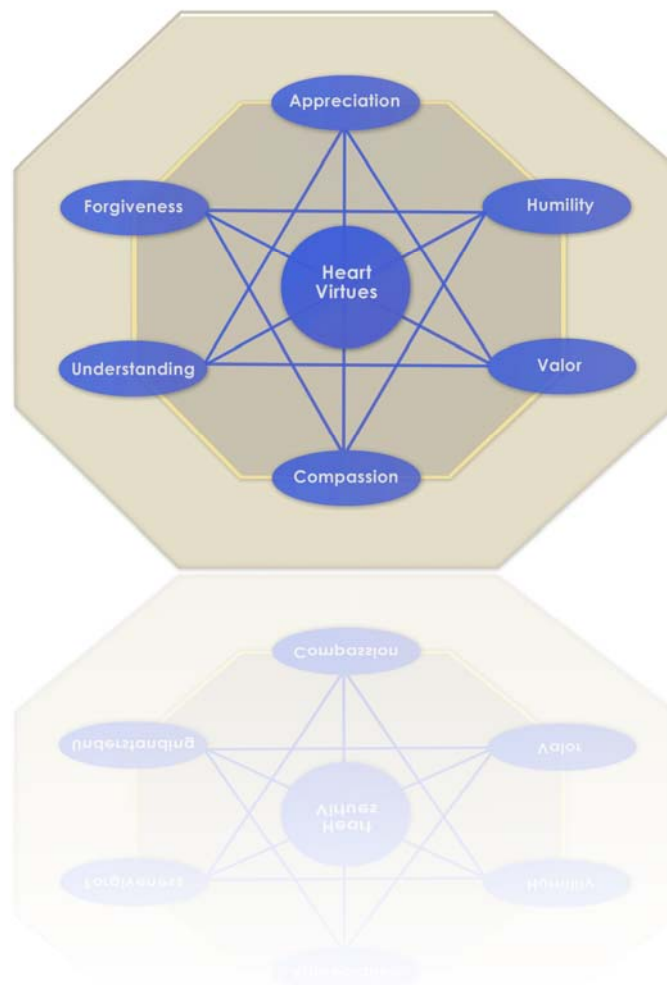
Och ändå, när du tänker efter, så är det vår förmåga att leva från hjärtat och att koordinera våra känslor som är nyckeln till ett bättre liv - inte bara för oss själva utan för våra nära och kära, för samhället och för hela planeten. Den nyckeln ger oss möjlighet att lättare anpassa oss till de utmanande svängningar som ständigt formar vår resa genom livet. Den ger oss möjlighet att verka från en jämförelsevis stabil grund i stället för från de ständigt skiftande sanddynerna som livets dramor skapar, vilket dränerar vår medfödda, andliga vitalitet.

## SEKTION 1: Hjärtats Sex Dygder.

Energihjärtat (The energetic heart) är sammansatt av sex primära uttrycksformer: Uppskattning, Medkänsla, Förlåtelse, Ödmjukhet, Förståelse och Mod. Se(1) nedan. Sammanflätade bildar dessa sex beteenden energihjärtats essens, vilka, när de uttrycks i våra dagliga liv, gör det möjligt för energihjärtat att utgöra en portal till vårt innersta eller själen. (Se diagram på nästa sida.)

Oavsett hur stor vikt vi fäster vid vårt intellekt eller hjärnkapacitet så är den bara en form av intelligens och även om den utan tvekan spelar en viktig roll i vår värld, så är den inte den primära intelligensen hos vårt Jag. Vår primära intelligens får sin kraft genom att vi bemästrar våra känslor och genom vår förmåga att styra våra liv från den plattform som de sex hjärtdygdena utgör. Detta i sin tur förenar oss med vår intuitions upplysta världar, vilket är den förbindelse som förenar oss med det universella informationsfält som fysikerna benämner kvantum-vakuumet.

(1) En inledande definition av de sex hjärtdygdena finner du i Appendix A.



En översättning av bilden finns i Appendix C.

Det finns ett talesätt inom Lyricus Teaching Order: "Det man kan uttrycka genom sitt hjärta är guld för järnet i sinnet." Guldets i detta fall är förmågan att uttrycka de sex hjärt-dygderna i följd, separat eller tillsammans i de skilda situationer som livet uppdragar. Det innebär att anpassa dina handlingar och basera dem på dessa sex dygder och observera hur de omkalibrerar ditt värderingssystem, vitaliserar din energi och din kreativitet och återger dig en känsla av balans och känslomässigt lugn.

När du gör detta så använder du inte bara dina känslenergi till att personligen skapa och behålla ett känslomässigt samlat tillstånd, utan du skapar också ett sammanhängande fält runt dig; ett fält som berör och samverkar med andras fält



genom principerna om samhörighet på kvantumnivå, resonans, koherens och icke-rum. Energierna i vårt känslöfält är verkliga och hänger samman i ett i det närmaste gränslöst antal syften och informationer.

De mer täta känslorna, som avund, girighet och ilska, når detta kosmiska fält och informerar dess lägre instinkter, vilket skapar villkoren för konflikt och instabilitet i vår manifesterade verklighet. De finare, lättare energierna, som de sex hjärtdygdena utgör, informerar de gudomliga instinkterna inom det kosmiska eller det kvantumfält som omsluter multiversum. Det är således upp till var och en av oss att välja att styra vår personlighet och våra känslor, så att de informerar det kvantumfält i vilket vi alla lever, med de gudomliga frekvenser som lyfter upp och stöder allt liv. Om vi gör det valet så är bemästrandet av de sex hjärtdygdena en verksam och effektiv metod för att uppnå detta.

Så här är det i grund och botten: Vi närmar oss vår gudomlighet via hjärtat och inte via huvudet. Intellektet kan innehålla enorma mängder information och kunskap. Vi kan studera allt som profeter och lärda har skrivit, men om vi inte uttrycker de sex hjärtdygdena har vi bara fyllt våra huvuden med ord, koncept och intellektuell bravur. Våra beteenden förblir tjudrade till de lägre instinkterna och även om vi skriver eller talar om djupa insikter förblir våra känslor oroliga, osäkra över hur de skall uttrycka sig från tid till annan och utan ledning från vårt hjärtas intelligenta röst.

### Konsten att Uttrycka.

Det finns ett betydande artisteri i att uttrycka de sex hjärtdygdena, men innan artisteriet kan uttryckas måste dygdena förankras i det genuina. Dygdena kan inte produceras med mentala medel eller genom läpparnas beaktelse. Denna genuina kvalité är resultatet av hjärtats och sinnets känsla av samhörighet med den djupare struktur som var och en av dessa dygder verkar inom. För de flesta människor tar denna samhörighet tid att utveckla och fördjupa. Men det börjar med att utveckla en förståelse för att strukturen existerar och sedan kontempera och känna vad den innebär, hur den fungerar och varför det är viktigt att tillämpa den i sitt liv.

Denna förståelse tjänar som grund för det artisteri som hör samman med hur och när man i livets skiftande situationer utövar de sex dygdena, eller ett mindre antal av dem. Du kan se de sex dygdena (uppskattning, medkänsla, förlåtelse, ödmjukhet, förståelse och mod) som musiknoter. Om du samtidigt slår an var och en av noterna uppstår ett



ackord och detta ackord är gudomlig kärlek – den högsta vibrationen som inryms i det kvantumfält som människan kan ta emot och sända ut.

Var och en av de sex dygderna kan aktiveras med ofattbar hastighet och virtuositet när den person som uttrycker dygden verkar utifrån en plattform med hög samhörighet och en känsla av neutralitet. I detta tillstånd kan man navigera sitt liv så att man ser visdomen i varje ny utmaning, den skapande gnistan i det banala, den intuitiva känslan runt varje hörn, och den djupare rytmen i det till synes katastrofala i det dagliga livet.

Hur man uppnår och behåller detta tillstånd av samhörighet beror till största delen på ens artisteri, och till viss del på hur uppmärksam man är, när det gäller att tillämpa de sex hjärtdygdena. Det finns en uppåtgående spiral som följer den här övningen. Först måste man känna sig förankrad i basstrukturen och det kan man göra genom att gratis ladda ner e-artiklarna: *"The Art of the Genuine och A Spiritual Imperative"*, (*"De Genuinas Konst: En Andlig Nödvändighet"*), ( [www.wingmakers.com](http://www.wingmakers.com) – downloads) och sedan kontempera på deras mening. Sedan kan man experimentera med de sex dygderna och få en djupare förståelse för dem – inte på en intellektuell nivå utan mer när det gäller den praktiska användningen. Med andra ord, hur använder man dygderna ödmjukhet, förståelse och förlåtelse mot en person som just snuvade dig på "din" parkeringsplats på stan?

Det är på den här nivån – på den praktiska nivå där vi alla lever – som vi, för att inte tappa vår förmåga att själva ge oss kraft, måste öva upp vårt artisteri när det gäller de sex dygderna. Det är i den här förmågan att själva ge oss kraft i mötet med den fysiska världens utmaningar, som vi växer som andliga varelser. Det här sättet att själv ge sig kraft skiljer sig från att framföra sin sanning med kraft eller från att genomsyra sin självkänsla med det oövervinnligas elixir. Det innebär att kraftsätta sig för att lösa känslomässigt förorsakade problem i vardagslivet med glöden hos hjärtats intelligens och veta hur och när man skall göra sig tillgänglig för den här intelligensen.

Genom kontinuerliga framsteg i att bemästra dessa dygder och uttrycka dem i våra liv, förfinar vi vår förståelse. Inte genom plötsliga uppenbarelser som det talas om i gamla tiders skrifter, eller genom den moderna världens hallucinogena medvetenhet, utan snarare genom den robusta förståelsen för att vi är en del i ett vibrerande fält som energimässigt omger oss, vilket tar till sig vår utstrålning, skapar vår holografiska



verklighet, och återskapar oss på nytt på resan utefter tidens bana till och från evigheten.

### Den Agnostiska Vägen.

De som gör det känslomässiga själv-bemästrandet till sin väg måste följa, behandla och förändra sitt uppförande, allteftersom resan framskrider. Det här handlar inte om omedelbar belöning, den här resan är verkligen fokuserad på att knyta an till ens högre ledning (mottaglighet och lyssnande) och på att uttrycka denna visdom inom det fält där du lever, rör dig och vistas (sända ut och uttrycka).

Låt mig vara klar när det gäller begreppen följa – behandla – förändra:

- Att *följa* betyder att individen själv följer upp och håller koll på framstegen vad gäller de sex hjärtdygdena och lägger märke till "ups and downs" och följer hur det egna bemästrandet växer allteftersom tiden går.
- *Behandla* betyder att samtidigt som individen följer sina framsteg också ser när han stöter på hinder eller irriterande problem och kommer ur balans, och sedan behandlar dessa situationer likt en läkare behandlar ett sår eller en sjukdom. Behandlingen innebär i det här fallet inte en belöning utan snarare en lösning eller en medicin mot ett problem eller ett känslomässigt snedsteg.
- *Förändra* är resultatet av att följa och behandla längs resans gång och se hur du förändras till en själv-vitaliserad och kraftfull, andligt vibrerande person.

Böcker och självhjälps-program som beskriver vad man bör tro, göra, tänka och känna finns i överflöd i världen, och de är förmedlade från sinnen och hjärtan hos några av våra största tänkare och andliga varelser. Vi behöver inte mer information om hur man skall uppföra sig eller hur man skall tro. Vi behöver helt enkelt mer disciplin i våra känsloliv och verktyg och tekniker för att uppnå detta. Med andra ord, ett praktiskt ramverk.

Energihjärtat – kvantum-motsvarigheten till det fysiska hjärtat – är portalen för själens medvetande i skärningspunkten med Den Formskapande Kraften (Se App. C, not 2). Det är placerat vid hjärtchakrat och förmedlar vetandet från själen eller det högre andliga till individen.



Den här vägen tillhör inte någon enskild eller någon organisation – och de som går den är till största delen agnostiskt troende. Det betyder att de inte ser på den här övningen som knuten till någon specifik religion, andligt system, vetenskaplig inriktning, New Age rörelse eller andlig mästare. Den har en struktur lika gammal som själen själv och huvudprincipen är att fortlöpande utöva de sex hjärtdygdena i sitt dagliga liv. Genom att göra detta kommer den verklighet som omger dig att forma sin egen väg mot en högre förståelse, en väg specifikt anpassad för dig.

Tålmod betalar sig. Försök inte ta genvägar när det gäller hjärtat eller själen, därför att rymtid är inte den kraft som verkar i eller kontrollerar hjärtats dygder. Det är själen och det högre andliga som, insvepta i den Formskapande Kraften, ger dessa dygder fullt uttryck och full kraft och vitalitet inom alla domäner – subtila, grova eller på andra sätt. Det finns ingen täthetsgrad där hjärtats dygder är kvävda eller begränsade om individen utövar dem regelbundet, observerar deras energier, kontemplerar på deras resultat och ger näring åt deras uttryck. Även i det mörkaste täta slår hjärtat sina sanna slag av samhörighet med den gudomliga naturen inom oss alla. Detta är den sammanhållande kraft, som binder oss samman såsom mänskliga andliga väsen.

Genom att dirigera och styra våra dygder i hjärtat leds vi till en punkt där vi till slut kan observera vårt energifält eller vår själs signatur. När detta skett kan vi upptäcka blockeringar i den energikropp som filtrerar våra djupare insikter. Blockeringarna eller förtätningarna i vårt energifält minskar förmågan att uttrycka vårt energihjärta fullt ut. De skapar de subtila, i vissa fall inte så subtila, irritationer som rubbar vår fysiska kropp, våra känslor och vårt sinne.

Genom att uttrycka dygdena i hjärtat kommer de här energiblockeringarna med tiden att lösas upp och du kommer att finna det enklare att förankra och upprätthålla ditt högre jag inom de lägre världarna av materia och rymtid. Härigenom manifesteras lättare livets djupare harmonier och rytmer, till stöd för det arbete vi alla kom hit för att utföra i denna tid.

### Tre Subtila Önsknningar.

Nu kommer vi till de tre subtila önsknningar som ligger bakom nästan allt vi arbetar för att uppnå: *omedelbar belöning*; *kontroll* och *nästa-Sak*. De här tre subtila önskningarna påverkar också våra förväntningar inom området andlig utveckling och tillväxt, och det är av den orsaken som jag sätter strålkastarljuset på dem.





### Önskan om omedelbar belöning

Det finns ett uttalande av William Gibson: "Framtiden har redan hänt, den är bara inte särskilt bra distribuerad." Den här åsikten verkar passa in i en värld där experter inom alla verksamhetsområden applåderar genvägar. Att öka takten är ordet för dagen och målet med den här accelerationen är att göra allting fortare och på kortare tid. Att vara mer produktiv. Att vara en bättre anställd. Att vara en bättre elev. Att vara en bättre i allting och att göra det eller uppnå det snabbare och lättare.

Det som saknas i den här inställningen är målet, eller uttryckt på ett annat sätt; Vart leder den här ständiga tempohöjningen dig? En häftigare bil, större bostad, upplysning, ett fett bankkonto, en mer prestigefylld ställning i livet, bättre hälsa, eller helt enkelt ett jämförelsevis lugnt liv? Vad är målet, så dyker uppfattningen om omedelbar belöning upp som katalysatorn för dess uppnående. Men om nu målet är emotionellt självmästerskap? Vad är det för tecken som pekar på acceleration i det fallet? Vilka är genvägarna och hur vet vi att vi accelererar, eller saktar in, eller trampar vatten och inte snabbt kommer någon vart?

Omedelbar belöning förutsätter en grundläggande sak; i varje mänsklig strävan finns antingen en hiss eller trappa, och det är bäst att ta hissen. Att snabbt komma till sin destination eller att snabbt uppnå sitt mål är viktigare än att fastställa vilken destination eller vilket mål som är det bästa. Det är just det här behovet att skynda på och uppnå målet som ofta är orsaken till att man gör en onödig omväg för att uppnå den destination eller de mål som bäst gagnar syftet.

Nu kan du fråga dig; om emotionellt själv-mästerskap är ett viktigt mål i din andliga avsikt, vilken är då den bästa vägen för att uppnå detta? Mitt svar skulle bli att leva från ditt hjärta genom att uttrycka de sex hjärtdygdena med äkthet och artisteri, men att betrakta framfarten på din resa till mästerskap utan betydelse eller vikt. Kanske en udda varning, men behovet av hastighet kan bli sin egen mästare, vilket eldar på under egot som inget annat.

### Önskan om kontroll



Den andra subtila önskan som ofta får oss ur kurs är vår omätliga önskan om kontroll. Redan i tidig ålder får vi i oss önskan om kontroll och den odlas därefter genom vår sociala process. Vi lär oss att kontrollera våra känslor, speciellt pojkar. Och så snart vi växt in i vuxenvärlden blir vi lärda att kontrollen över vår omgivning är liktydig med personlig framgång och socialt bidragande i den penningmaskin vi kallar den fria marknadsekonomin.

Många människor anser att kontroll är det främsta verktyget för framgång i alla livets dimensioner – inklusive i de upplysta andliga världarna. Kontroll ger dock ingen slutlig tillfredsställelse därför att du alltid luras till kamp med motståndare som också önskar kontroll. Det är en ändlös konkurrens. En följd av den tre-dimensionella konstruktionen är att det finns vinnare och förlorare, och att det är bäst att vara en vinnare.

Ja, i dollarns värld är det svårt att argumentera mot den logiken. Men ambitionen att ha kontroll är en outtröttlig härskare som kräver att du arbetar hårt, är fokuserad på dina sociala uppdrag och att du försäkrar dig om att den värld du verkar i inte går över styr. Kontrollen kommer att bli allt flyktigare under de kommande sju åren, därför att det dimensionsskifte som är på gång kommer att få de rigida institutionerna inom vår samhällsordning att förändras och i vissa fall smulas sönder.

Det här betyder att de som försöker kontrollera och detaljstyra sina liv kommer att få det svårare att hålla sin känslomässiga balans. När deras känslomässiga balans vajar fram och tillbaka på ett tumultartat sätt, kommer de att känna att världens puls stiger och stressen kommer att forsa över dem som om de stod direkt under dess vattenfall.

Motpolen till att med viljekraft kontrollera är att visa för *dig själv*, att du vet hur du skall växla till inre säkerhet när du känner dig osäker; hur du växlar till att uttrycka hjärtats dygder, när du står inför en livsutmaning; och hur du överlämnar dig till ditt högre jag, när du känner att ditt ego bröstar sig.

För att vara ärlig, allt detta är lättare sagt än gjort. Men känslomässig balans är ett mål och inte en riktning. Kom ihåg; Det finns ingen som ser ner på dig från någon ogenomtränglig höjd eller dömer dig för att du uttrycker de sex hjärtdygder på fel sätt. När du dömer dig själv finns det oftast en viss grad av riktighet i bedömningen. Detta utgör faktiskt en kontroll-respons. Om du bara kunde kontrollera dina känslor bättre. Om



du bara kunde skifta till de sex hjärtdygdena snabbare. Om du bara kunde förlåta lättare och inte hysa agg mot en vän eller någon i familjen.

Du kan vara säker på, att när du tar dig an den här resan kommer det att finnas tillfällen då du gör felsteg, då du inte räcker till och då du gör "misstag". Det kommer kanske även tillfällen då du känner att mattan ryckts undan under dina fötter och du är hjälplös, inte ser någon lösning och sitter fast i självförakt. Det är vid dessa tillfällen det finns behov av att plocka fram den visdom som finns inbyggd i din resa mot emotionellt självmästerskap, och även om den inte är perfekt och i mycket inte är beprövad, så kommer den att stödja dig bättre än något annat råd, därför att, som de gamle sa – *hjärtat är själens säte*.

Kalla på den här visdomen, inte på någon abstrakt Gud eller på "högre krafter". Kalla på din egen visdom om de sex hjärtdygdena och lär dig att skifta till att uttrycka dem när livets utmaningar knackar på dörren. Genom att du gör detta och använder det uttrycket och har den avsikten så lär du andra runt omkring dig. Genom att göra detta förändrar du det elektro-magnetiska fält som omger dig, ljusstrålningen i ditt energifält, och det kommer att dra till sig likartade omständigheter men även förse dig med ökad emotionell hälsa, mental klarhet och bättre fysisk hälsa.

### Önskan om Nästa-Sak.

Den tredje av de subtila önskingarna är behovet av nästa-sak. Nästa-saken anses för det mesta ha mer potential, mer kraft än nu-saken. Individer vill ofta fortsätta till nästa idé, nästa andliga väg eller healingupplevelse innan de har uppnått en grundförståelse av sin inre situation. De experimenterar på en ytlig nivå utan hänsyn till de djupare värden och innebörder som finns inom dem själva.

Ta till exempel det här aktuella ämnet; känslomässigt självmästerskap. Få personer tvistar om att det är viktigt att äga den färdigheten, oberoende av hur den definieras i sina psykologiska och andliga beståndsdelar. Det är emellertid inte enkelt att bemästra sina känslor eller att uppnå en hyfsad förståelse av deras subtila natur. Känslor är mycket mångdimensionella och verkar inom de subtila energinivåerna men också inom de jordnära nivåerna som i relationer, jobb och personligt välbefinnande. Av den anledningen är känslor ett komplext nät av energiutbyte med dem vi möter på vår väg, oavsett om det är personliga möten eller virtuella via brev, telefon, textmeddelanden,



chattar eller e-mail. Det här kräver uthållighet och vaksamhet i vårt praktiserande. Det räcker inte med att klåpa lite då och då.

Behovet av nästa-saken är en önskan att trycka på "refresh" – tangenten i ditt trossystem. Ibland kan det vara bra att friska upp sina synpunkter och sin tro, men ibland splittrar det din uppmärksamhet på ytan av livets mening, därför att du är ständigt i rörelse mot nästa-sak – den nya åsikten, den nya läran, det nya levnadssättet. Det inre tillståndet i ditt känsloliv, de hjärtcentrerade värdena och den intuitiva visdomen i ditt energihjärta är en oändlig intelligensresurs. När du går vidare till nästa-sak, om inte nästa-sak i sin kärna innebär att leva från hjärtat, kan du inte utveckla din tillgång till denna oändliga källa av intelligens som väntar inom *dig* – inte i böcker, på Internet, i ett ashram, i skolan, på seminarier eller i mästarens läror, utan inom *dig*.

Även om nästa-sak marknadsförs som den mest potenta sanningen som någonsin letat sig fram till mänskligheten, kommer den med största sannolikhet att blekna vid jämförelse med ditt eget hjärtas visdom – om du vet hur du skall aktivera den, få tillgång till den och uttrycka den. Det finns tusentals system som utlovar upplysning, och fler av dem är värdefulla, men behovet av nästa-sak har ofta den oavsiktliga sidoeffekten att leda dig bort från just den instruktör du bäst behöver koppla dig samman med; ditt eget hjärtas intelligens och den känslomässiga energipotentialen i den.

Uppkomsten och accelerationen av komplexiteten i livet har också skapat komplexitet i ditt andliga liv. Det finns många så kallade andliga övningar som kräver att du andas på mycket specifika sätt och med specifika rytmer. Andra kräver, att du äter vissa kombinationer av mat och dryck. Andra föreskriver mycket detaljerade meditationer och ställningar. Ytterligare andra specificerar vissa färger och ljudfrekvenser som är aktiverande för din själ.

*Att leva från hjärtat* fokuserar inte på en exakt teknik eller på krångliga övningar för kropps-, tanke- eller känslö-kontroll. Det är den enkla utövningen i stunden, att praktisera hjärtats dygder i dina dagliga förhållanden. Med tiden når den här utövningen sin kulmen och du blir virtuos i precision och kontroll, men detta blir det naturliga resultatet av enkla övningar, inte av stränga inledande träningsprogram, och detta är av stor vikt och betydelse.



De tre subtila önskingarna är var och en delar av ett allmänt icke fungerande socialt system vilket bygger på ett utdött trossystem, på uppfattningen att egots ambitioner går före visdomen i hjärtats uttryck. Det är detta som det förestående och sedan länge förutsagda skiftet i medvetenhet i själva verket handlar om. Hjärtats visdom kommer att råda och den kommer att bli mänsklighetens standard-bärare och inleda en ny ordning av sammanhållning, en period med inriktning mot de högre frekvenserna i vår gudomliga natur och ursprung.

## SEKTION 2: "När-Vilken-Hur"-Övningen.

Att uttrycka hjärtats dygder är *en övning* och inte ett filosofiskt resonemang eller en abstrakt metafysisk utforskning eller vetenskaplig process som leder fram till någon form av verifierbart "bevis". Det krävs att du känner till dess grundstomme och börjar praktisera det i ditt dagliga liv. Den här övningen utför du bäst med en experimentell inställning utan att allt för kritiskt döma ditt utförande av "när-vilken-hur"-övningen.

Övningen består av:

- *när* du använder hjärtdygdena (eller någon enskild av dem) i en specifik livssituation.
- *vilken* (vilka) du använder.
- *hur* du uttrycker dygdena i den situationen.

För den här processen finns ingen instruktionsbok eller manual som talar om när och vad som man skall använda och hur den skall uttryckas. Det finns alldeles för många variabler för att kunna ge distinkta riktlinjer. Just av den anledningen är en hög känsla av inre samhörighet den ideala plattformen att verka från, därför att det ger din intuition möjligheten att i stunden leda ditt utförande i varje enskild situation.

Det är i den här övningen som du kommer att finna de praktiska instruktionerna för hur du skall leva livet i nuet och hur du kan väva samman de sex hjärtdygdena till ett uttryck som magnetiserar ditt biofält till din totala personlighets högsta medvetenhet. Genom att dra till sig denna magnetism blir det möjligt för din inre instruktör (din själ) att avslöja sig i duallitetens domäner. Det är detta som är målet med när-vilken-hur - övningen; att dra din själ in i kroppens och sinnets upplevelse, och ge själen möjlighet att leda ditt livsuttryck i domänerna av tidrymd.

Det är hjärtats avsikt att vara den kraft som möjliggör detta mål. Det finns mycket skrivet om tankens kraft, om hur avsikten påverkar, om lagen om attraktion och om kombinationer av dessa, när det gäller att nå framgång i den materiella världen. Var så



säker, jag är inte den som slår vatten på ambitionens eld som brinner inom en person för att uppnå sitt hjärtas önskan. Men det är viktigt att förstå skillnaden, att *leva från hjärtat* hänger inte samman med ambition eller bedrift. Det är hjärtats inneboende önskan att dra till sig själen och sätta den i personlighetens förarsäte, själen som vet att det här släpper fram individens ursprungsplan att uttrycka de ljuskvalitéer som finns lagrade inom den.

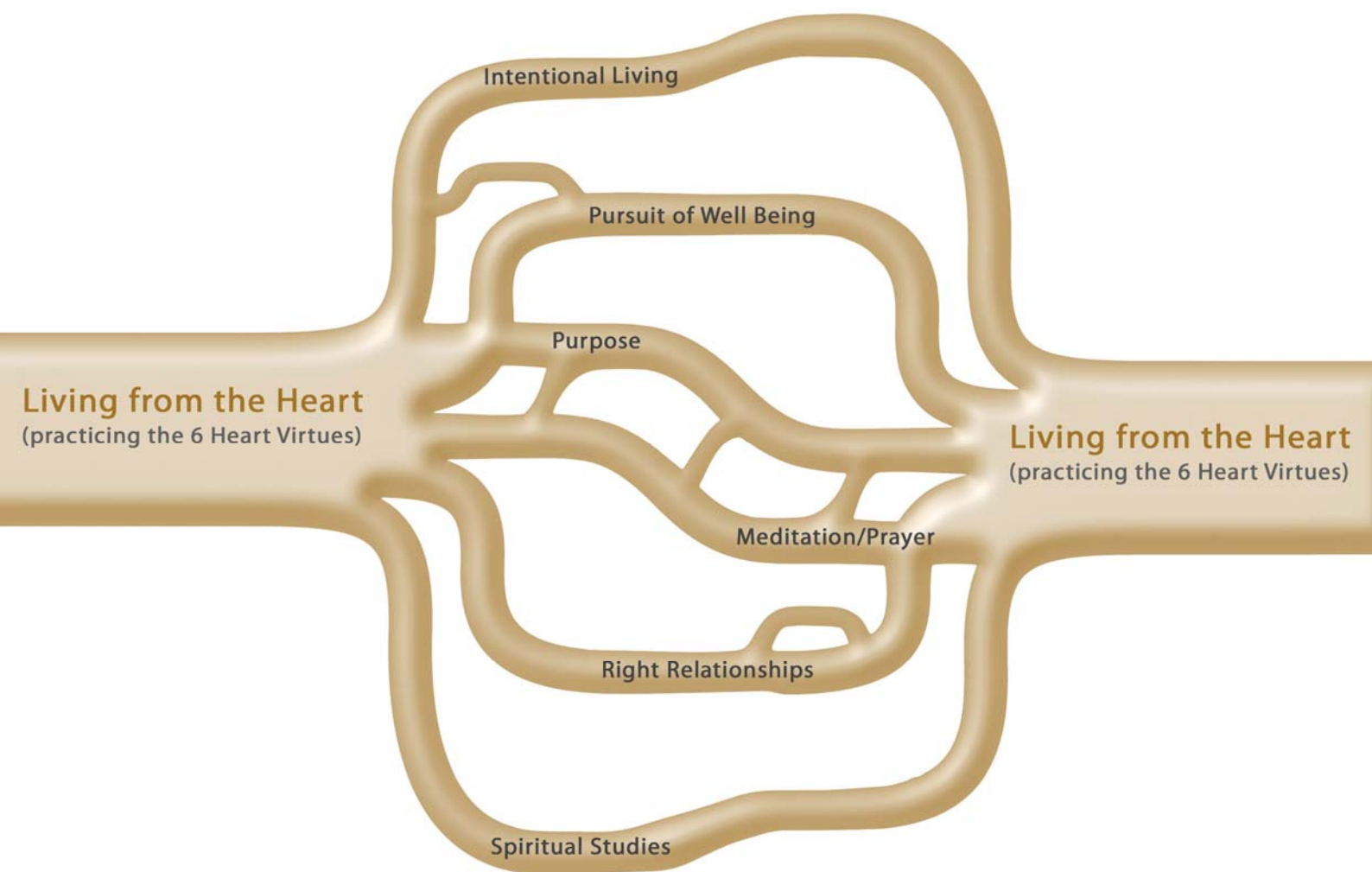
Det här betyder inte att individen plötsligt kommer att uttrycka visdom på det sätt som mänskligheten är van vid – med böcker, föreläsningar, websidor, musik, konst, etc. För de flesta av oss är utgivandet av de ljuskvalitéer som finns lagrade inom oss inrymt i de pyttesmå detaljerna i vårt hjärtas uttryck under de mest flyktiga stunderna i våra liv. Det är som om vi lämnar ett spår av ljus och gudomliga gnistor efter oss när vi går genom livet, och detta – inte det skrivna, inte att dela med sig eller att skaffa kunskap – är vad som är mest behövt i denna tid. Det är detta som släpps fritt och troget delas ut från ditt hjärta.

Inom mänskligheten finns en gryende medvetenhet om, att dess öde – på ett sätt – formas av rasens sinne genom dess kollektiva avsikt. En motsvarande process verkar på en individuell nivå och vetenskapsmän och forskare som Schwartz, Korotkow McCraty, Tiller, Radin, Emoto, Nelson, Penrose, och ett dussin andra försöker belysa hur medvetandet kan påverka och kommunicera bortom den kropp i vilken det vistas; hur medvetande kan absorbera eller ta till sig kunskapssystem bortom det direkt studerade. De här forskarna skapar vetenskapliga, tredimensionellt baserade experiment för att analysera de sub-kvantumvärldar i vilka medvetandet har sin upprinnelse (det är lite som att använda ett teleskop för att studera atomens natur).

De kommer att finna de svaga ekona av insikt när de rör sig i utkanten på denna större verklighet. Men detta tillfredställer inte frågan "vad-göra-med-det" som uppstår när man upptäcker utkanterna på det enorma mystiska puzzle som kallas medvetandet. Svaret på frågan "vad-göra-med-det" rymms inom praktiserandet av hjärtdygdena, därför att genom att praktisera etableras ett feed-back – system. Detta feed-back - system förfinar medvetandet, livar upp dess förmåga till diskriminering och öppnar dess förmåga att se energimässiga gensvar utifrån övningen. Detta gensvar ger utövaren möjlighet att reglera sitt uttryck av den ljus-energi som är knuten till var och en av de sex hjärtdygdena.

### De Sex Hjärtdygdena som Stam-Linje.

En av de vägledande huvudprinciperna i när-vilken-hur – övningen är att stam-linjen (kärnfokuset) under ens livserfarenhet är *att leva från hjärtat*. Den inre dragningskraften från vårt högsta syfte är som utstrålad magnetism, och den drar in avsikten till varför vi inkarnerat in i våra liv. Till exempel, om andliga studier ingår i din stam-linje, i när-vilka-hur – övningen (*leva från hjärtat*), så skapas ett magnetiskt fält vilket attraherar den typ av andliga studier till dig, vilka är i överensstämmelse med din grundläggande kärnutövning, din stam-linje. När du således bedriver dina andliga studier så vävs dessa tillbaka in i stam-linjen i den omfattning de är relevanta och användbara för att *leva från hjärtat*. De förstärker sig själva om de är i samklang med stam – linjen, och till den del de inte är det, aktiveras din diskriminerande kraft och löser bristen på resonans.

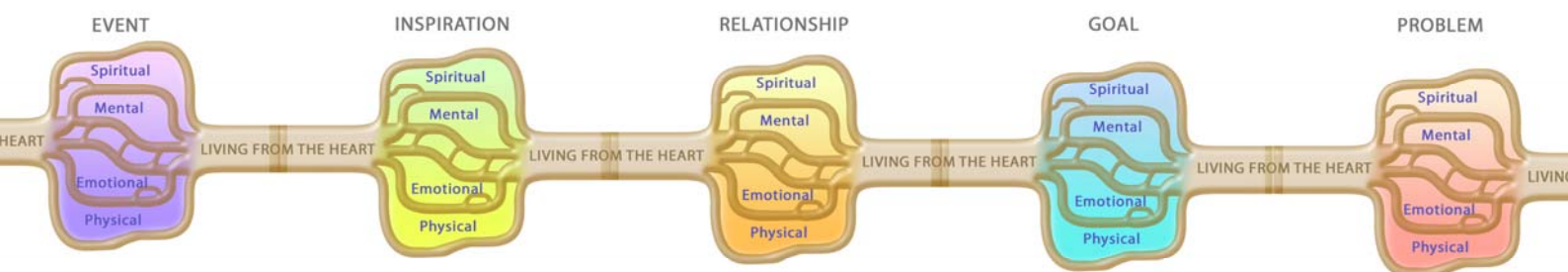


Översättning av text i bilden, se Appendix C.

Många människor har andra stam-linjer, såsom *att uttrycka mitt syfte* eller *att hålla mig frisk*. Dessa är inga dåliga val, men det är viktigt att förstå att de skapar en annan dragningskraft från kärnan eller ett annat resonansfält i ens liv, vilket i sin tur attraherar en annan uppsättning grenar av energi. De grenar som uppstår från den stam-linje som är knuten till *att leva från hjärtat*, utvecklas i linje och samklang med stam-linjen. Kunskaper som erhålls vid utövandet av en av grenarna förs tillbaka in i stam-linjen och stöder och ger näring till den. Som alla stam-linjer så förstärker den sig själv, oavsett om stam-linjen är självisk eller altruistisk till sin natur.

När du i ditt dagliga liv står inför en händelse, ett problem, ett mål – eller får en inspiration eller en ny relation, kan du använda när-vilken-hur – övningen och bemöta din händelse från det synsättet. Kom ihåg att inom varje händelse finns olika dimensioner av energi; fysisk, emotionell, mental och andlig. Komplexiteten är ganska skrämmande om du tänker på det. Men som sagts tidigare så bedöms inte övningen efter hur perfekt den utförs eller dess analytiska briljans, utan den utförs och får stöd genom sin avsikt.

#### AREAS OF FOCUS DAY-TO-DAY



Översättning av bilden, se Appendix C.

De områden som vi fokuserar på i vår vardag skiftar mellan händelser, inspiration, relationer, mål och problem, och inom var och en av dessa situationer har vi, sett ur ett energi-perspektiv, ett flertal spelplaner (d.v.s. fysisk, emotionell, mental, andlig). När du uttrycker en eller flera av hjärtdygdena in i en situation kan du se vilken effekt det har på situationen eller på deltagarna. Den iakttagelsen kan sedan vägleda ditt följande uttryck, styrkan i det, vem det riktas mot och varaktigheten. Den här cykeln av uttryck och iakttagelser gör det möjligt för dig att förfina ditt uttryck och det är denna justering som leder dig vidare på din väg mot emotionellt självmästerskap.

#### Vad har jag att vinna?

När jag skriver den här uppsatsen kan jag nästan höra den frågan ställas i korus. Någonstans i ditt bakhuvud ställer du troligen frågan: "Varför skall jag bry mig om





emotionellt självmästerskap? Vad får jag ut av att utföra övningen när-vilken-hur?" Jag förstår bakgrunden till båda frågorna, därför att vår samhällsordning är av förståliga skäl inriktad mot ambition och prestation, och för det mesta för att vinna något, en belöning och/eller uppskattning.

Graden av emotionellt själv-mästerskap speglar din mognad som andlig varelse inom världarna av tidrymd. Med andra ord, de emotionella energierna i ditt hjärtcentrum är den farkost i vilken du uttrycker ditt högre jag in i dimensionerna av tidrymd. Du grundar dessa energier på jorden och delar med dig av dessa energier till de varelser som bebor henne – både människor och djur. Så anledningen till varför emotionellt självmästerskap är så viktigt att uppnå är, att det gör det möjligt för ditt högre syfte och själ närvaro att träda fram i ditt nuvarande liv.

Det är inte en överdrift att säga att om du äger emotionellt själv-mästerskap lever du som själ på jorden med ett minimum av störningar från din fysiska kropp och ditt sinne. Din kropp och ditt sinne gör det möjligt för din själ att verka inom världar av tidrymd och det emotionella självmästerskapet dämpar och hindrar din själ eller inre ande mycket mindre. Enkelt uttryckt, du lever som själ, vilket är ditt syfte uttryckt i sin renaste definition.

Den ursprungliga essens som är du, blev smidd till härdad ande när den först föddes. Endast under sin resa genom världarna av tidrymd finner den omognad, svaghet, sårbarhet och sinnets dömande och separation. Det emotionella prisma är healinginstrumentet för både kropp och sinne, därför att det låter den ursprungliga essensen träda fram, bli tydlig och klar i den här verkligheten och orkestrerar din kropp och ditt sinnes alla situationer till det allra bästa.

När-vilken-hur övningen är transformerande. Den förstärker ett nytt sätt att vara som ger dig styrka till att lämna de invanda sätten att tänka och handla, sätt som det moderna samhället så effektivt har skapat. Övningen leder dig från känslan av separation till den djupare känslan av samhörighet – tron att *v*-medvetandet är mer vibrerande och meningsfullt än jag-medvetandet, och det är i det förstnämnda tillståndet som verkligt stora saker kan magnetiseras och attraheras in i medvetandet hos mänskligheten i sin helhet.

Nu till den andra frågan: " Vad vinner jag med att tillämpa övningen när-vilken-hur?" När du börjar tillämpa övningen kommer du att känna att det som händer i den yttre världen



– både personligt och icke personligt – inte bestämmer över eller skapar ditt inre tillstånd, om inte du tillåter det att göra det. Med andra ord, du kommer att uppnå en känsla av stabilitet och kontroll. Det här är en noterbar effekt som inträffar strax efter att man börjat tillämpa övningen.

Det uppstår en ökad känsla av inre styrka allteftersom ditt artisteri och din kompetens att utföra övningen ökar. För de flesta tar detta 3 – 6 månader av hängivet praktiserande. Detta innebär insikten att de ingrodda mönstren hos sinnet och ego-personligheten inte längre dikterar sättet på vilket du agerar i situationer eller händelser, och att dina intuitiva förmågor vaknar och stöder de subtila uttrycken hos de sex hjärtdygdena.

De sex hjärtdygdena kan uttryckas i exakt 63 kombinationer. Dessa kombinationer kan ytterligare varieras beroende på i vilken ordningsföljd de uttrycks, varaktigheten i uttrycket och vilken/vilka energier (fysiska, emotionella, mentala, andliga) som används för att överbringa dygden/dygdena till en händelse, individ, grupp eller situation. Det är detta virr-varr av uttryck som, när det väl väckts upp under inledningsfasen, drar in den intuitiva förmågan i processen och det är denna intuitiva förmåga, som du måste lära dig att lita på oavsett vad din inre mentala dialog säger.

Kom ihåg, att din intuitiva förmåga härstammar från ditt hjärtas intelligens som stiger upp från ditt högre jag, och det är denna fördjupande förening som gör det möjligt för dig att använda de 63 uttrycks-kombinationerna med det artisteri och med den kompetens som övningen kräver för att gå vidare mot emotionellt själv-mästerskap. Med andra ord, du måste lita på din intuitiva natur, och när du gör det kommer du instinktivt att förstå, hur du skall använda de sex hjärtdygdena i olika livssituationer.

Notera att den tid det tar att nå den inledande nivån av emotionellt själv-mästerskap är 3 – 6 månader. Verkligen inte lång tid, men i dagens värld med omedelbar belöning och sinnets pådrivande ambitioner kan det tyckas som en lång och utdragen period. Det är utövarens plikt att hålla ut och inte fokusera på resultatet av sina subjektiva analyser av hur man genomför övningen. Sinnet och egot är mer än villiga att analysera och bedöma under den här fasen av utvecklingen, men den bedömningen utdelas utan genuin förståelse av de djupare processer som vägleder den praktiserande under sitt utövande.

## De sex hjärtdygdernas nät-meditation

Inom det första året, vanligen mot slutet, blir den som praktiserar *att leva från hjärtat* alltmer medveten om ett system en struktur som han eller hon verkar inom. Det kan liknas vid ett energinät som omger dem. Det är som att visualisera nätet på bilden nedan och som att verka i mittcirkeln, den symboliska platsen för gudomlig kärlek – de sex hjärtdygdernas skärningspunkt

Att verka inifrån det här nätet är en form av meditation, men inte som vi vanligtvis tänker oss meditation; ett inre tillstånd av avslappnad uppmärksamhet. Det här är mera som ett yttre tillstånd av aktiv medvetenhet och uttrycksfullhet, men ett tillstånd som härrör ur stabiliteten av att leva i "centrum-cirkeln" av gudomlig kärlek. Du vet om att du är omgiven av dina förmågor i när-vilka-hur – övningen, vilket gör det möjligt för dig att resa dig från ditt centrum i viken riktning som helst för att fylla en situation med lämpliga känslenergi. Detta är helande, balanserande och revitaliserande energi från ditt hjärta som du delar med dig i en situation eller i en mänsklig belägenhet.



Översättning av bilden, se Appendix C.



Det här är en aktiv meditation som man utför hela dagen och den kräver en viss grad av visualisering allt medan du rör dig från händelse till händelse. Den visualisering du kan hålla i din fantasi är, att nätet av de sex hjärtdygderas omger dig som ett energimässigt hologram som når ut 3-5 meter från din kropp i alla riktningar. När du praktiserar den här visualiseringen, kommer du med tiden att börja se den som en utvidgning av din energikropp, inte som ett separat energinät utan som din energikroppens verkliga struktur. Det här ersätter det envisa abstrakta begreppet om chakrasystemet med färger, frekvenser och egenskaper som förknippas med det.

Den viktigaste faktorn är att du föreställer dig den mest centrala delen av din varelse insvept i gudomlig kärlek. Det är som om din varelse – oavsett var du fysiskt befinner dig i världen eller vad du stöter på – är genomsyrad av gudomlig kärlek och mästerligt förenad med de sex hjärtdygderna och deras 63 varianter. Det här energinätet har förmåga att träda i aktion ögonblickligen och kan sätta samman sitt uttryck av de sex hjärtdygderna med allt större och större virtuositet.

De sex hjärtdygderas nätmeditation är ett medel för att förankra strukturen i ditt dagliga liv. Den är ett sätt för dig att etablera principerna för ditt uppförande genom att ditt sinnes fantasifullhet och ditt hjärtas naturliga övertygelse arbetar tillsammans, och är i samklang med den avsikt som utvecklas genom att leva från hjärtat.

### Dygdernas Cykliska Teknik.

Vi har alla hört om onda cirklar – när negativt uppförande tycks ge näring åt det negativa - och fortsätter att upprepa känslorna av girighet, avund, bitterhet, svartsjuka, beskyllande, dömande eller ilska, som om de var invävda i vår sanna natur och som om vi saknade kraft att sluta apa efter deras illavarslande effekter. Den onda cirkeln av negativa känslor tömmer oss på energi, kväver vår kreativitet, och om de är okontrollerade leder de oss till depressionens torra öken och stryper det andliga flödet mellan hjärta och sinne.

Det finns också en *dygdens* cirkel som skapar de positiva effekterna genom att leva från hjärtat inom alla dimensioner av ens liv. "När-vilken-hur" – övningen är kraftgeneratoren till dygdens cirkel när den tillämpas av en individ som lever från sitt hjärta. Ett av den här



övningens centrala inslag är att förse den med en energikälla precis som du måste förse en kraftgenerator med dess råa, obearbetade kraftkälla typ vind, vatten och sol.

Dygdens cykliska teknik är en av de energikällor som stöder när-vilken-hur – övningen. Det krävs att du investerar 10-20 minuter av din tid, så ofta som du blir guidad till det, till att utföra ett enkelt energiinflöde. Det här är en andningsövning utan ansträngning då du andas lugnt med alert sinne och kropp, och repeterar de sex dygderna högt i följande ordning:

- Uppskattning
- Medkänsla
- Förlåtelse
- Ödmjukhet
- Förståelse
- Mod

När du uttalar vart och ett av namnen så låter du det eka eller återkastas inom dig som om ditt inre består av en mäktig kanjon. Alltmedan du fortsätter att repetera de här orden tänker du på deras energimässiga betydelse, *känner* energierna och låt den här känslan fylla dig och expandera ut i varje cell i din kropp. Ju mer du utför den här tekniken, desto mer kommer du att börja se hur dessa sex hjärtdygder är sammanvävda. De förblir separata men ändå sammanhängande likt bitar i en mosaik. Varje ord bär energimässigt en frekvens, som alltmer grundas i ditt kropp-sinnes-medvetande allteftersom du utför den här övningen.

I likhet med alla cykler som repeteras finns här en inneboende dynamik, en energi som friskar upp cykeln och håller den gående även genom dragningskraften från de distraktioner som vi alla möter i våra dagliga liv. Dygdernas cykel bevaras genom den här enkla övningen, så jag rekommenderar, speciellt när du just börjat använda när-vilken-hur – övningen, att du använder den som ett medel för att framkalla dygdernas cykel.

Med tiden kommer du att bli guidad av ditt innersta jag till att skifta teknik, från en inre kontemplation och från en energiupptagning, till att uttrycka – eller sända ut energikoderna i varje ord. I början tar detta vanligtvis formen av att sända ut energin till nära och kära, vänner och familj, andliga ledare och dem du har en speciell relation till.



Det här uttrycket kan också riktas till händelser och till de människor och djur som är fångade i dem.

För dem av er som varit insnärjda i onda cirklar av emotionella störningar är den här tekniken särskilt nyttig för att bryta sig ut ur den onda cirkelns "kvicksand". Jag inser att som tekniken är utformad så är den mycket enkel, och hur kan då något så enkelt ha en djup och inträngande effekt? Men repetitionen av orden har en kraft i sig på grund av den djupa och lagrade betydelsen som varje ord innehåller. Innan du börjar med tekniken, läs Appendix A till den här uppsatsen. Där får du en förberedande definition på var och en av de sex hjärtdygdena.

### SECTION 3: Avsikten med Hjärta-Sinne.

Delar av den här övningen tangerar vad några skulle kalla "lagen om attraktion", "tankens kraft" och "avsiktens avtryck". Dessa begrepp hänger ihop med hur sinnets fokuserade tankar – tillsammans med trons förväntningar – kan påverka vår upplevelse av verkligheten. Det ligger en viss sanning i de här begreppen, men det är *inte* de som driver verkligheten. Verkligheten är mycket mera komplex än att vara ett resultat av avsiktlig fokusering eller mental visualisering eller bön. En del av verkligheten är ett resultat av din individuella ursprungliga plan; en del av din erfarenhet hänger ihop med att ditt högre jag arrangerar erfarenheter för dig; en del är en konsekvens av dina tidigare handlingar; en del återspeglar dina tankar och känslor och de energier som de attraherar; och en del är en önskan från ditt högre jag att få erfara nya energifält. Bara ett av dessa element påverkas av avsikten eller lagen av attraktion, Du kan vara helt säker på att den grundläggande planen för den Formskapande Kraften, så som den skapats i samarbete mellan ditt högre jag och Första Källan (App.C, Not 3) inte påverkas av avsikterna i dina bönfallande framställningar från din ego-personlighet, oavsett hur värtaliga och hjärteknipande de är.

Det är ett misstag att tro, att hela verklighets-matrisen styrs av lagen om attraktion, eller att sinnet kan dirigera materia med precision och konsekvens. Inte desto mindre finns det verklighetsfickor där din avsikt eller kraften i din tanke-tro kan ha påverkan och verkligheten kommer att inrymma din tanke-tro, ibland med häpnadsveckand precision.

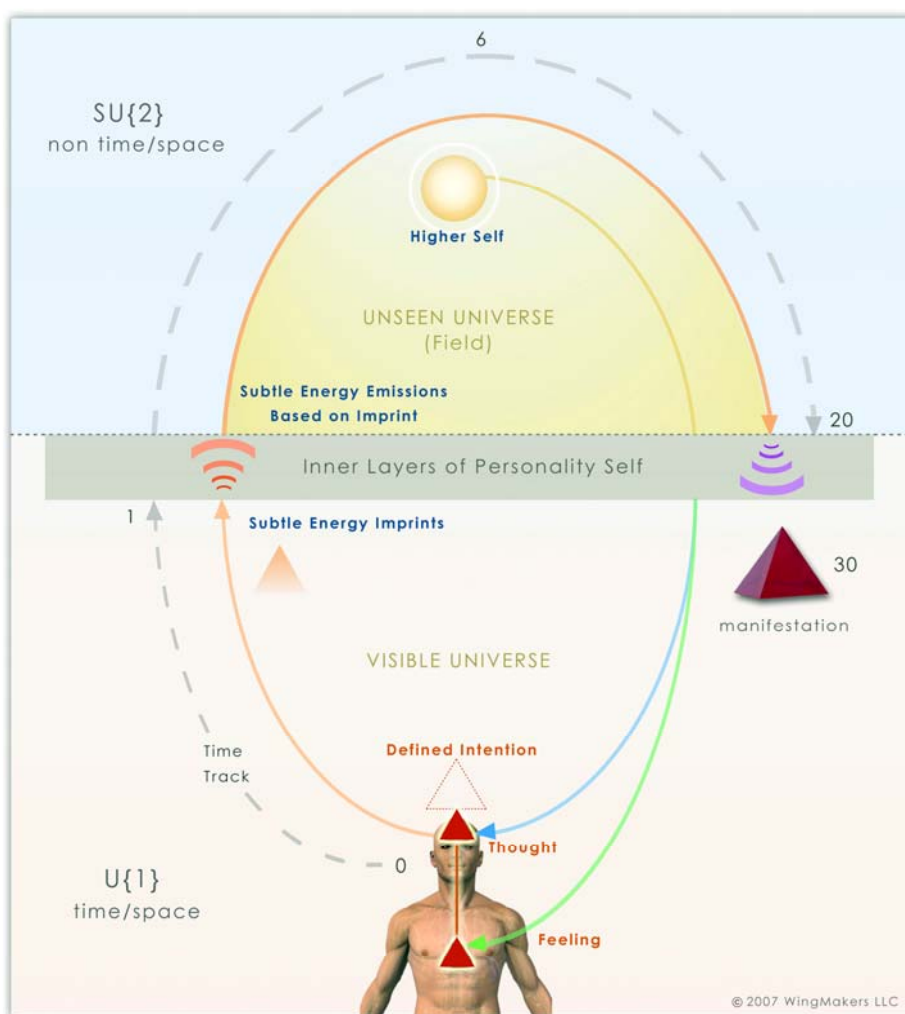


När-vilken-hur – övningen är en sådan plats eller "ficka" som du kan karva ut från verklighetens matris och påverka med ditt hjärta-sinne:s avsikt. Ja, detta är sannerligen en del av den bredare utövningen.

Hjärta-sinne:s – avsikten präglar subtila energier inom miljön, vilka filtreras genom personlighetens inre lager eller kvantumnivåer och - med ljusets hastighet – präglar eller ger avtryck på det högre jaget. De här avtrycken är störst inom individen, men de "sipprar" också igenom in i den större miljön och ger även avtryck på dem som man delar miljön med. "Miljön", i den här definitionen, är inte den fysiska rymden, utan snarare den emotionella ekologin på kvantumnivå, som binder samman människor utan hänsyn till tidrymd.

Den här specifika typen av emotionell ekologi alstras från hjärtat-sinnet när de verkar i samklang och är sammankopplade och är fokuserade på en mycket specifik avsikt som skall verka inom när-vilken-hur – övningen. Den kan nå ut över ofattbara avstånd och tider, därför att den verkar i icke-tid och icke-rymd. Hjärtats domän omfattar den här ekologin och kan sända ut subtila intryck till alla som är sammankopplade med denna ekologi. I det här fallet är avstånd en trivial faktor därför att det handlar om fotonisk energi, inte magnetisk eller elektrisk – så någon med anknytning till dig en kontinent bort är bokstavligen närmare än ett hjärtslag.

Hjärta-sinnet's intension verkar på motsvarande sätt som det avbildats i bilden här intill.  $U\{1\}$  time/space (tid/rymd) är vår normala miljö, medan  $SU\{2\}$  är ett sammanhängande fält av en högre ordning som verkar utanför vår tid/rymd. Jag går inte in djupare på detta nu, då det är ett ämne med många nivåer. Nu fokuserar jag på den process där hjärta och sinne tillsammans sänder subtila energi-intryck på de inre lagren av det personliga jaget. Du kan känna dessa intryck filtreras inom dig såsom lager av sediment som filtreras genom vattnet för att vila på botten av en sjö eller flod.



Översättning av bilden, se Appendix C.

Dessa intryck är en följd av hjärta-sinnet's intension – både medvetet och omedvetet. Den avsiktliga energin (orange på bilden) är ett sammanflöde av det av hjärtat och sinnet medvetet "skrivna" (rött på bilden) som kopplas samman med det djupare





framkomna (blått och grönt på bilden), vilket är lagrat inom individens ursprungliga plan. Personlighetens intuitiva centra, som har sitt säte i energihjärtat, är mer intonade till ursprungsplanen och själens djupare syfte, medan sinnet, som verkar genom ego-personligheten, mera är samstämt med hjärta-sinnet's avsikter skapade i, och en följd av, världarna av tidrymd.

Man kan nästan bokstavligen säga, att det finns två "böcker" som bestämmer ditt syfte: En är skriven av det högre jaget och den är verkligen "skriven" tillsammans med Första Källan, och den andra är skriven av ditt hjärta-sinne baserad på ego-personlighetens uppfattade behov inom världarna av tidrymd. Den bok som de flesta människor åtminstone delvis läser, är den andra. Hos ett fåtal människor finns en dunkel aning om att en annan bok existerar, men det är inte ofta som någon upptäcker den.

I den här uppsatsen påstår jag att den första boken – den som skrivits av ditt högre jag – innehåller de sex hjärtdygdernas handlingar, och att nyckeln till att upptäcka och läsa den "boken" eller det högre syftet ryms i när-vilken-hur – övningen. Varför är detta viktigt? Om du bara läser boken om ditt syfte skriven av hjärta-sinnet, kommer du att finna att den är hoptvinnad med ego-personlighetens verklighet inom tidrymd. Dess stam-linje kan vara upplysning eller girighet. Oavsett vilket, så är dess primära intresse: ett enda liv – en individ (du).

När dessa subtila energiavtryck hopar sig på personlighetens inre lager börjar de göra ett intryck som går över från världarna av tidrymd och till själens dimensioner inom individen. Det högre jaget eller själen utvärderar dessa intryck och avgör dess grad av överensstämmelse med det högre jagets egen ursprungliga plan och inlärningskrav. Om de stämmer överens läggs de till den energiuppbyggnad som atom-för-atom smälter samman till manifestation inom domänen av tidrymd.

Den här manifestationen verkar oberoende av linjär tid. Med andra ord, hjärta-sinnet's avsikt – när den passerar in i dimensioner av icke-tidrymd – börjar att manifesteras i rymd och tid, men tiden kan vara i framtiden eller i det förgångna. Det här är ett ämne i sig och är komplicerat att beskriva med ord som sinnet har lätt att förstå, så jag bara snuddar lite vid det på ytan. De djupare lagren och förvecklingarna kommer att beskrivas i en senare uppsats, eller kanske blir det en upptäckt du själv gör längs vägen, när du arbetar med det här materialet.



En del av er kommer att uppleva hinder mot att manifesteras, oberoende av vad ni tar till för handlingar, tankar eller ord, och till viss grad är detta sant. Första Källans högre planer och ditt högre jag överskuggar manifestationerna från din ego-personlighet. Det finns också sekel-gamla energier att bränna upp, energier som har hopat sig och agerar som buffertar mot manifestation. Så var bara medveten om att om du finner motsånd mot dina drömmar, förhoppningar och böner är det inte alltid ett resultat av ditt uppförande eller att Lagen om Attraktion inte svarar på din förmåga. Det finns en enorm ansamling av tre-dimensionella energier och dessa hindrar de högre energier som föds genom dina högre övningar. Men dessa övningar är just de omständigheter eller katalysatorer som transformerar eller bränner bort de gamla energierna och skapar förändringar till att vara och verka i högre dimensioner. Detta är också en av anledningarna till din inkarnation: Att transformera ansamlingen av tre-dimensionella energinät till högre dimensionella nät, - nät som kan förändra dessa energier och flytta planeten, och dess "besökare", till dess nästa inkarnation inom en högre oktav med nya energier, upptäckter och med en högt utvecklad framtid som stöder Den Stora Portalen (App. C, Not 4).

Den grad med vilken vi tillämpar vår hjärta-sinne's avsikt överensstämmer vanligen med den grad vi genuint accepterar vår gudomliga kraft såsom medskapare av nya verkligheter. Om vi fruktar vår gudomlighet minskar i allmänhet användbarheten av våra avsikter även om vi praktiserar flitigt. Att bara utföra en ny kunskap drar inte till sig dess fulla kraft. Det måste finnas en tilltro närvarande – en genuinitet i övningen – tron på att det du gör är en del i en större plan. Att den, som tegelstenar i en mur, hänger samman med ett större syfte.

Denna närvarande tilltro tar ofta en viss tid att väcka upp till sin fulla styrka. Det är inget som du kan tillverka artificiellt. På ett sätt är det en del i inlärningskurvan och växer med tiden i takt med att du bli allt mer hemtam med övningen eller tekniken.



#### SEKTION 4: Vår Samhörighet.

En mänsklig varelse är en del av den helhet vi kallar "Universum", en del begränsad inom tid och rymd. Hon upplever sig själv, sina tankar och känslor som något skilt från resten, en sorts optisk villfarelse hos medvetandet. Den här villfarelsen är som ett fångelse för oss som begränsar oss till våra personliga önskemål och begränsar vår ömhet och tillgivenhet till ett fåtal personer som står oss närmast. Vår uppgift måste vara att frigöra oss från detta fångelse genom att vidga vår cirkel av medkänsla till att omfatta alla levande varelser och hela naturen i sin skönhet. Ingen uppnår detta fullständigt, men att sträva efter att uppnå detta är i sig en del av frigörelsen och en grund för inre säkerhet.

— Albert Einstein

---

Om vi accepterar att himlen inte är en plats utan ett medvetandetillstånd, så kan vi inrikta våra ansträngningar till att förverkliga – att utvidga vårt medvetande – i stället för att jaga efter himlen. Genom att göra det inre arbetet och lära oss uttrycka de sex hjärtdygden i våra liv till nytta för allt, så finner vi att vår känsla av samhörighet med varandra växer, och vi ser helhet och enhet i vad som tidigare verkade vara separation och isolering.

Vanan att se utåt genom separationens ögon förändras genom att vi tillämpar när-vilken-hur – övningen, därför att den styrka som kännetecknar den inriktar individen mot en känsla av service till mänskligheten, inte därför att mänskligheten är nedbruten och lider i misär, utan för att övningen tändar den naturliga mottagligheten vi har av en inre, verklig samhörighet med varandra, som vi känner inom våra hjärtan.

En av de eviga sanningar som man upptäckt inom psykologin är, att den bästa indikationen på lycka är graden av meningsfulla relationer som personen har. Relationer som verkligen är meningsfulla har en grund i känslomässig mognad, vilken ingjuter *genuinitet* i relationen som hjälper andra att gå vidare genom vardagens tyngre situationer med större lätthet och förståelse. Detta sträcker sig bortom att lita på någon. Du kan lita på en person som är ärlig, men det behöver nödvändigtvis inte innebära att relationen är meningsfull och äkta i sin service till det större goda.



Det finns en berättelse inom kaos-teorin som säger att oändligt små handlingar så småningom kan förorsaka stora förändringar ( d.v.s. fladdret av fjärilsvingar förorsakar till sist orkaner på andra sidan jordklotet.) Den här historien är en bra metafor för den intelligenta kommunikation som uppstår utifrån existensens minsta partiklar och når ut i galaktiska sammanhang. Det finns en enorm samhörighet, inte bara mellan människor utan mellan alla existensens partiklar. Och denna samhörighet är intelligent, kommunicerande och en del av en Formskapande Kraft som vi alla existerar inom.

### Känslomässig Samhörighet.

Musik är sammanhängande ljud, där rytm, melodi, tempo och harmoni samverkar för att producera dess sammanhang; utan dessa påtvingade krafter lever vi i ett slumpartat ljudfält av oljud. På liknande sätt tar de sex hjärtdygdena den emotionella energin som vi alla är genomsyrade med och påtvingar den ett sammanhang. I det här sammanhanget omvandlas vår emotionella energi från ett "utstrålade oljud" till en helande, riktad och transformerande kraft.

Föreställ dig, att du är vid havet och tittar på en vacker solnedgång. Ljuset strålar i intagande färger av rosa, orange och rött, glittrande i det turkosa vattnet. Själva luften tycks bära upp detta strålade färgfält i en svävande, sakta böljande dans. Men ur en vetenskaplig synvinkel är ljuset *osammanhängande*. Trots dess spektakulära färger är ljusfotonerna osammanhängande och breder ut sig i alla tänkbara riktningar.

Som kontrast, låt oss föreställa oss att samma ljus på något sätt gjorts sammanhängande, som en laserstråle av ljus, så att alla ljusets fotonpartiklar färdas i samma riktning på en identisk våglängd. Ljuset har nu omvandlats till en ny funktion, så att det nu kan användas i kirurgiska sammanhang eller för att mäta avståndet mellan jorden och månen med en aldrig förr skådad exakthet – för att bara nämna två exempel.

De här olika aspekterna av ljus är goda metaforer som hjälper oss att förstå olika aspekter på känslor. När de är osammanhängande, strålar känslor som energi i alla riktningar och skapar intryck inom räckvidden för våra känslor eller vårt känslofält. Ibland är det här intrycket vackert som den skimrande solnedgången, när känslorna är mjuka och lätta, men ibland kan de mer liknas vid en rytande storm, när de består av ilska och depression. Om vår emotionella energi kan riktas in och bli sammanhängande kan den transformeras till en högre funktionalitet, liksom lasern, och räckvidden blir då långt



mycket längre än våra känslors. Ja, faktiskt kan den nå den yttre randen av vår värld eller gräva djupt inne i själens inre världar.

Grundstenen i när-vilken-hur – övningen är samhörighet, och det är anledningen till att när man uttrycker de sex hjärtdygdena bygger man upp sammanhang och därmed en åtföljande förmåga att sända ut sin emotionella energi till utvalda mål, var som helst och till vilken tid som helst. Det här är själen som sträcker sig till hjärta till sinne till hjärta till utflöde, och i den här cykeln blir den emotionella energin den förenande beståndsdelen som integrerar individen med hela mänskligheten och ännu mer generellt, med alla livsformer.

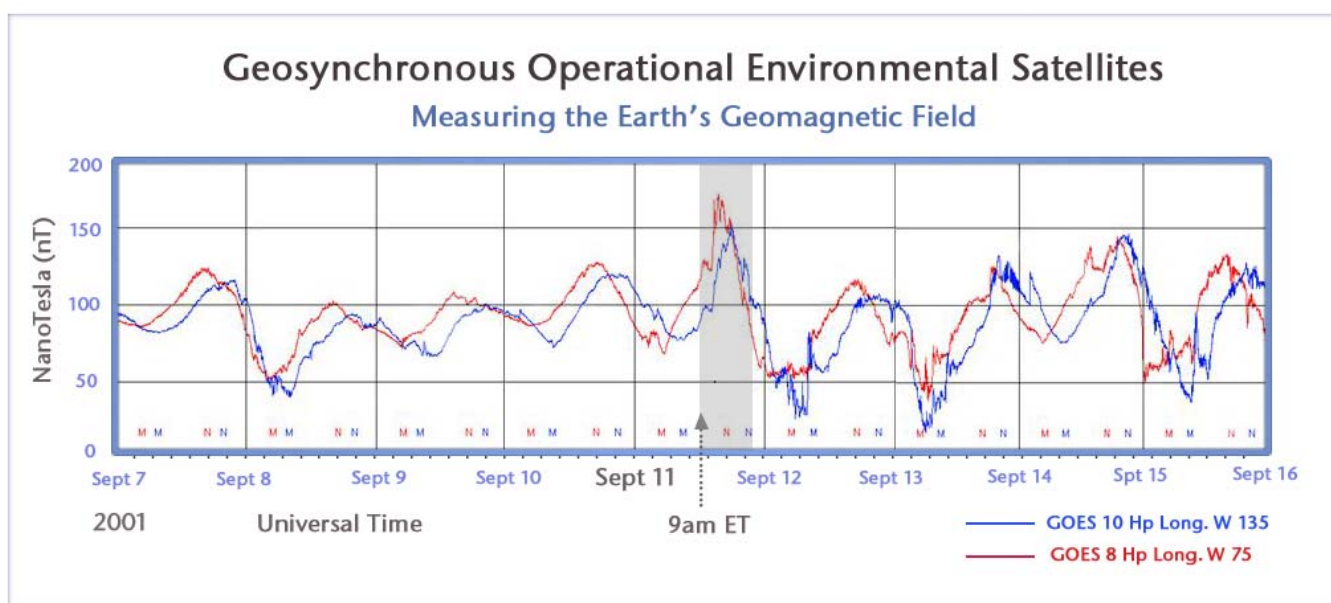
Det finns en växande insikt om att människan är del i en enorm energi-ekologi som inkluderar solen och planeterna inom vårt solsystem, och kanske även bortom detta. Vår sol genererar rymd-väder som samverkar med planetens geomagnetiska (jordmagnetiska) fält och skapar en djup påverkan på vårt väder, vårt sinnestillstånd, vår kemiska balans, till och med på vår intuition och på våra psykiska förmågors finstämda sinnen. Det är ingen överdrift att säga att solen – 150 miljoner kilometer bort - påverkar våra primära centra i hjärta och hjärna på ett förvånansvärt vibrerande sätt.

### Det kollektiva Mänskliga Energifältet.

Forskare som Halberg, Persinger, Braud, och dussintals andra har visat att solens geomagnetiska fält påverkar jordens geomagnetiska fält, vilket påverkar vårt personliga elektromagnetiska fält, inklusive våra känsliga hjärt- och hjärnrhythmer. I en nära framtid kommer det att visa sig att detta är en dubbelriktad väg. Det betyder att människor på en kollektiv nivå – energimässigt genom sin emotionella utstrålning – kan påverka jorden och hela vårt solsystem.

Jag skall ta ett exempel som bevis på den här samverkan. För att studera och förvarna inför större onormala vädersystem såsom orkaner, har NOAA (National Oceanic & Atmospheric Administration) ett flertal geosynkroniserade satelliter som registrerar variabler som påverkar vädret, inklusive fluktuationer i jordens geomagnetiska fält. Två av deras satelliter, GOES 8 och 10, som år 2001 geosynkront befann sig i omlopp på motsatta sidor om jorden, producerade en provokativ bild av hur kollektiva mänskliga energier kan påverka jordens geomagnetiska fält (App. C, Not 5).

Som diagrammet nedan visar upptäckte dessa två satelliter, när de cirklade på motsatta sidor om jorden över ekvatorn på 36.000 kilometers höjd, en signifikant topp i jordens geomagnetiska fluktuation när händelsen den 11:e September 2001 började och en ökad fluktuation under de efterföljande fem dagarna.



Översättning av bilden, se Appendix C.

Jag försöker inte lägga fram ett vetenskapligt bevis, men visst finns det en logisk koppling. Människan utstrålar ett elektomagnetiskt fält – där hjärtat är den kraftfullaste källan – som strålar ut i ett spolformat, konstant fluktuerande mönster 3-5 meter från kroppen. Det här mönstret skiftar hela tiden form allteftersom vi tänker olika tankar och känner olika känslor. Känslorna från vårt hjärta har den största effekten på signaturen eller mönstret på vårt elektromagnetiska fält.

När en händelse så dramatisk som den 11:e September 2001-incidenten inträffar, påverkas det kollektiva mänskliga elektromagnetiska fältet djupare än vanligt därför att den påverkar en mycket större procentandel av den totala befolkningen på en emotionell nivå. För att hjälpa dig att skapa en bild av detta, tänk dig en dimma av ljus som omsluter hela planeten och som representerar det kollektiva mänskliga energifältet,



(the Collective Human Energetic Field), CHEF. Det handlar om propotioner, ju mer vi som individer lägger till ingredienser som stress, rädsla och instabilitet, ju mer osammanhängande och instabilt blir CHEF, vilket i sin tur omedelbart upptäcks av jorden och arbetas in i dess eget geomagnetiska fält.

Med andra ord, planeter och stjärnor påverkar oss och vi i vår tur påverkar dem. Det här är hur medvetande hänger samman på energinivå, såsom sammanvävda energifält i resonans, omslingrade och informerande. Det är som en symfoni av ljud- och ljusvågor som strålar ut från CHEF, vilken samverkar med den symfoni av ljud- och ljudvågor som strålar ut från jordens geomagnetiska fält, (Earth's Geomagnetic Field), EGF. De två – CHEF och EGF – dansar tillsammans i ett ömsesidigt energiutbyte och av den anledningen kan det som händer med CHEF antingen underlätta eller hindra jordens förmåga att skifta och utvecklas med behag.

Låt mig ta det här mer praktiskt. Vi har sett begreppet global uppvärmning spridas som ett virus genom nyhetsmedia och komma in i våra skolor, våra regeringar, vår affärsvärld och även in i religiösa grupperingar. Världen verkar överens om att göra en förändring som är till vår planets bästa, symbolisk för mänsklighetens roll såsom jordens förvaltare. Mänskligheten har blivit medveten om hur dess ekologiska okänslighet har skapat förskräckliga situationer på planeten; situationer som om de lämnas utan åtgärd kan förorsaka enorma väderkatastrofer och geologiska katastrofer och sociala förändringar. Så vi har motivationen och kunskapen, men är vi överens om handlingsplanerna och har vi den inre beslutsamheten att genomföra dem?

Vad behövs för att omvandla den här kunskapen och dess fakta till en överenskommen plan och till beslutsamheten att genomföra den? Om vi kan öka kunskapen om att människan och jorden dansar tillsammans i de klartänkta världarna av evolutionär expansion; att det finns ett sammanhang och att det sammanhanget fungerar åt båda hållen och är förstärkande; ja, kanske vrider vi då om nyckeln. När vi inser att CHEF är väsentlig för vårt välbefinnande och väsentlig för klarheten i vårt samband med jorden, då kommer vi inte bara att vrida om nyckeln, vi kommer att öppna dörren och gå igenom den till nästa dimension.....tillsammans.

### Att informera CHEF.

Jag inser att dessa koncept är mycket vida och djupa, så till den grad att de nästan inte verkar ha något med våra personliga liv att göra. Men om du undersöker dem noga



kommer du att upptäcka hur de för in en ny mening i ditt liv. Om du betänker, att du under hela din existens utstrålar ett energifält, oavsett vad du tror att din existens består av i termer av rymd tid, så är den signatur, det fält som du strålar in i det mänskliga kollektiva energifältet, in i CHEF, verkligen något som du är fullt ansvarig för. Varje människa, ja faktiskt varje livsform, bidrar till helheten på det här sättet, bara med olika intensitet och effekt.

Det är därför det är så viktigt att förstå de djupare sidorna av hur allt hänger samman och att öka din medvetenhet om hur du personligen är sammankopplad med livet i sin helhet. Det handlar om att ta ansvar för din emotionella och mentala energi vilken flätas in i ditt elektromagnetiska (energi) fält och medverkar som en levande närvaro inom CHEF, och - genom att dessa är förbundna - inom jorden själv.

Var och en av oss har ett dynamiskt, ständigt föränderligt, emotionellt fingeravtryck som vi lämnar på CHEF, och dess effekter kan bestå genom tid och rymd. För att hålla ett komplicerat ämne relativt enkelt och rakt på sak, målar jag våra förändringar med bara ett fåtal färger, men kom ihåg att omfattningen är nästan oändlig i sin variation.

Såsom det beskrivs i diagrammet nedan, visar Figur A att det individuella mänskliga energifältet (the individual Human Energeric Field), IHEF, informerar och bidrar till CHEF, och att CHEF består av tusentals fasetter (färger) där var och en reflekterar en punkt på det diamantformade objektet avbildat i Figur B. Jag använder termen *viral* (finns ingen svensk översättning) på två distinkta sätt: På den vänstra sidan av diamanten, på dess horisontella (stabila) axel, är det en negativ viral påverkan; på höger sida är den positiv. Termerna *negativ* och *positiv* refererar till IHEF och den kvalitativa naturen på dess bidrag till CHEF. Termen *viral* visar i vilken grad ett IHEF har förmågan att påverka andra IHEF-bidrag till att bli mer likt sig själv bara genom att de exponeras för detta virala IHEF.

Som exempel, ett enda Viralt Positivt IHEF är mer potent än 1.000 välvilliga IHEF. Alltså, de individer som verkar med ett stabilt positivt eller negativt viralt tillstånd har en avsevärd och oproportionellt stor påverkan på CHEF. De flesta människor verkar på eller nära den vertikala axeln (dynamik) där de fluktuerar mellan polerna med negativa och positiva IHEF, snirklande längst vägen i ett ormliknande mönster mellan det positiva och det negativa. Genom att de betar sig på det viset tenderar deras IHEF-bidrag att sakna kraft, men på grund av mångfalden i den här kategorin bestämmer dessa de normativa värdena. (För ytterligare förklaring och information, se Appendix B.)



### Att upptäcka CHEF.

Viktigast att lära här är att inse att, precis som jordens geomagnetiska fält upptäcker CHEF, gör även vi som individer det, även om vi kanske inte är medvetna om det eller förstår hur det är möjligt. Det finns också en magnetisk attraktion som har en påverkande roll här. När vårt IHEF utvecklas till ett mer stabilt, viralt positivt tillstånd, upptäcker vi viral-influenserna från de IHEF-bidrag som härrör från de mest potenta viralt positiva källorna, och vi påverkas i våra beteenden och våra attityder i enlighet med dessa.

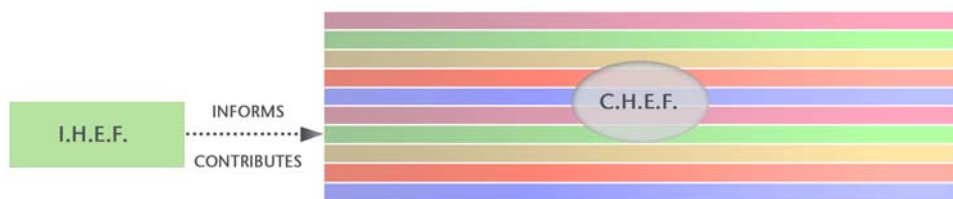


FIGURE A

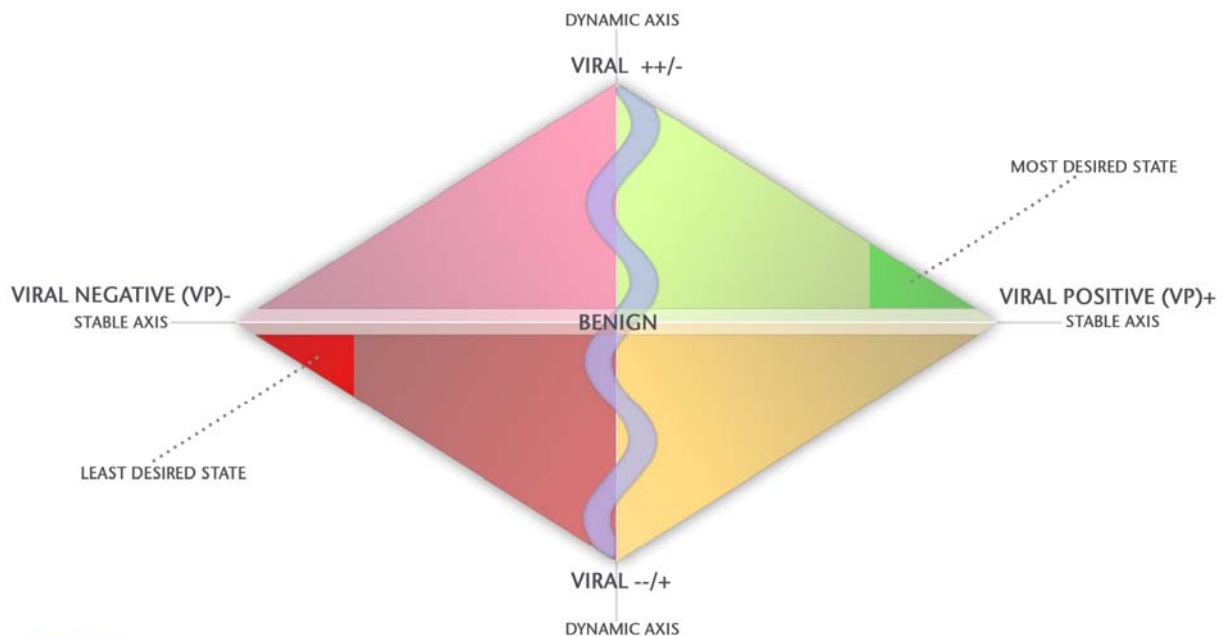


FIGURE B

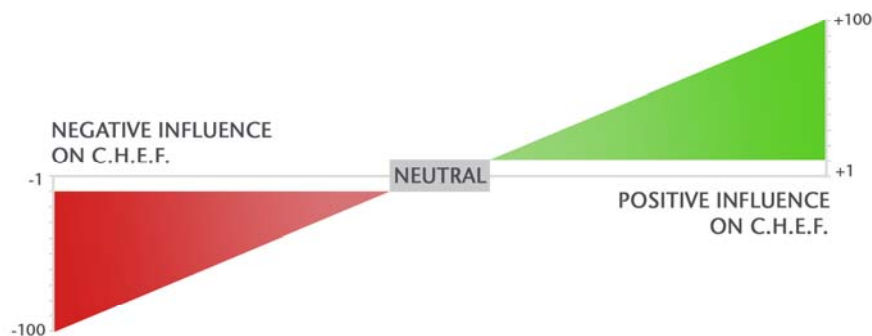


FIGURE C



För de flesta av oss inträffar detta under vår medvetna "radar". Se på Figur B och sök upp det läge där du tror att ditt IHEF ligger en vanlig dag och fundera därefter igenom hur du kan utveckla det till det *Mest Önskvärda Tillståndet* ( the Most Disired State, den lilla gröna triangeln). När-vilken-hur – övningen är en slags gaspedal som kommer att föra dig i den riktningen och hjälper dig att stanna kvar där.

Jag vet, att det här ämnet är komplicerat, och ur min synvinkel är det heller inte lätt att förklara det med ord eller statiska, tvådimensionella diagram. Jag ber dig att ha tålamod och uthållighet med förståelsen om du känner dig osäker på den djupare betydelsen, den djupare innebörden i det här avsnittet som behandlar Samhörigheten. Dessa är viktiga delar när det gäller att förklara innebörden, men också att förklara din förmåga, samt att motivera dig i din avsikt att praktisera de sex hjärtdygdena.

Kom ihåg att samhörighet vårdas genom samarbete och känslomässig resonans. Även om det finns en del som bagatelliserar betydelsen av huruvida samarbetet och resonansen är förankrad inom positiva eller negativa dygder, så finns där en skillnad mellan de två polerna som har enorma konsekvenser för dig som individ, för hela mänskligheten och för själva jorden. På en nivå finns inte positivt eller negativt i betydelsen gott och ont, men i dimensionerna av tidrymd och den rådande konstruktionen med medvetandets evolution och uppstigning har det en stor betydelse.

När-vilken-hur – övningen är som en målsökare som hjälper dig att navigera till den stabilt, viralt positiva platsen och som verkligen får din avsikt att stråla och göra intryck i den här världen och i den här tiden. Det är mycket litet glamour förknippat med den här övningen, eftersom den inte lämnar några historiska fotspår i samband med ett materiellt arv. Vad beträffar när-vilken-hur – övningen och den viralt positiva positionen så är dessa till största delen osynliga, eftersom de inte är skapade av materia utan i stället är en *energi-överföring*. Deras kraft är emotionell energi riktad mot speciella beteenden som uttrycker sig genom våra ord och handlingar. Du kan inte fylla den på flaska på ett materiellt sätt, om du nu inte enbart i konstnärligt syfte vill överföra en skugga av deras essens som andra kan bejaka.



Om du vill uppnå emotionellt själv-mästerskap och vill bidra till CHEF på ett sätt som behagligt och naturligt stöder på dess utveckling, då är *att leva från hjärtat* en utmärkt väg att gå. Jag har många gånger framhållit betydelsen av tålmod, för vägen är inte lätt och har många, många lager av nyanser och raffinemang. Men om din avsikt har gäckat dig eller om du befarar att dröjesmålet är utan slut, då kommer den här vägen och de övningar som beskrivs här att leda dig till att återta ditt syfte och du kommer att leva ett meningsfullt liv.

### SEKTION 5: Händelse-Tempel och deras syfte.

När-vilken-hur – övningen är en mycket central övning, som är agnostisk till sin tro och grundad i sägnernas eviga visdom och i de inre rösterna från andliga ledare genom alla tider. Det är utifrån den här centrala, aktiverande principen som Händelse-Tempen skapas. Händelse -Templen är den samlande kraften för den gemensamma grupp av när-vilken-hur-utövare som kollektivt sänder sina energi-röster till de behövande öron som är insnärjda i tunga situationer i en värld översköld av förändring, fräntagen sin rösträtt, insvept i separation, girighet, och djupa men skrämmande förändringar hos en ny verklighet. Händelse-Templen har ett flerdimensionellt syfte vilket har antytts tidigare i den här uppsatsen men kommer i den här delen att beskrivas mera i detalj.

När vi bidrar med våra individuella energifält (IHEF) till ett utvalt mål vilket bestämts i ett specifikt Händelse-Tempel, utför vi sex viktiga funktioner:

1. Gemensamt praktiserar vi de sex hjärtdygdena och lär oss hur vi kan synkronisera våra hjärtans förmåga, att tillsammans med andra sända ut dess energi-kvalitéer, och skapa ett resonansrikt, stödjande fält som hjälper andra.
2. Här ingår det gemensamma och individuella bidraget till CHEF och att hjälpa till att öka vibrationen av det viralt positiva däri.
3. Varje gång du medverkar i ett Händelse-Tempel utkristalliserar du ditt syfte såsom en energi-varelse inom världarna av tidrymd. Huvudanledningen till varför du iklätt dig mänsklig kropp tänds och väcker upp den energimässiga



räckvidden hos ditt medvetande och stärker din känsla av samhörighet med allt liv.

4. Precis som CHEF existerar för mänskligheten, existerar det också grupp-CHEF:s vilka kan utvecklas i ett mycket högre tempo än för mänskligheten i sin helhet. De medverkande i Händelse-Templen skapar sitt eget CHEF och detta CHEF kommer att utvecklas snabbt och agera som stöd för viralt positiv energi.
5. Varje deltagare i Händelse-Templen kommer att på websidan gratis få tillgång till ett "online tracking"-system som ger dem möjlighet att utvärdera och följa sina framsteg med när-vilken-hur – övningen och med var och en av de sex hjärtdygdena. Det här kommer att snabba upp inlärningskurvan för varje individ och blir ett stöd till att fortsätta på vägen.
6. Händelse-Templen kommer att bli en plats för att praktisera energiöverföring, både individuellt och kollektivt. Där kan du under övningarna känna stödet från ett medvetet kollektiv och förfina ditt artisteri i att uttrycka de sex hjärtdygdena. Händelse-Templens websida kommer att bli en plats där man delar med sig av sina idéer och teknikförbättringar med personer som har samma intresse.

Händelse-Templets websida (EventTemples.com) är en dynamisk, online parallell till att leva från hjärtat, och detta "e-paper" är grundstenen till Händelse-Templen. De av er som har frågor om den här uppsatsen kan skriva till mig: [James@eventtemples.com](mailto:James@eventtemples.com). På grund av tidsbrist kan jag inte svara var och en som frågar, men jag kommer att svara på utvalda frågor och publicera svaren i "Ofta Ställda Frågor"-avdelningen (FAQ-section) på Händelse-Templen:s websida. Ofta är metoden att samla ihop och svara på era frågor i en sorterad och strukturerad sammanställning i sig en hjälp till att förstå nyanserna i den här övningen.



## SEKTION 6: Praktik går före Erfarenhet.

*Av samma anledning som vi inte kan prata om vackra synintryck om vi är blinda, kan vi inte diskutera inre andlig skönhet om vi aldrig tagit emot den.*

—Plotinus

Plotinus ger eko till känslan hos de flesta individer som går den andliga vägen. Sökandet efter den inre andliga skönheten tros vara en vision, en upplysning, ett kosmisk medvetande eller en "ut ur kroppen"-upplevelse, där en djup universell sanning visar sig och vi blir för evigt förändrade liksom Paulus som träffades av ljuset på vägen till Damaskus. Således söker vi erfarenheten av de andliga världarna innan vi satt igång med att praktisera det som avslöjar deras innebörd.

Det finns tusentals människor som har haft djupgående upplevelser i djupa meditativa tillstånd, eller genom bön, eller hallucinogener, eller klara drömmar. Ibland, som blixten från en klar himmel och helt oberoende av våra egna ansträngningar, visar universum en aspekt av sin överjordiska skönhet. När upplevelsen har bleknat till ett minne, söker man den om och om och om igen. Erfarenheten av de inre världarna, den andliga källan ur vilken allt uppstår och försvinner in i, söker vi ofta innan, eller i stället för att uttrycka vår själ genom hjärtats dygder.

Anledningen är ganska enkel: På en nivå vill vi göra anspråk på andlig erfarenhet som vår naturliga födslorätt, och på en mer mänsklig nivå vill vi ha obestridbara bevis på, att det som vi investerar i som vårt trossystem verkligen är äkta. Alldeles rätt, det är vår naturliga födslorätt att leva i ett upplyst tillstånd, sammanlänkade med den Formskapande Kraftens verklighets-matris, men att göra detta kräver balans mellan det vi uttrycker och det vi upplever. När-vilken-hur – övningen skapar möjlighet att uppleva den andliga skönheten och uppskatta dess djupare innebörd, därför att det vi uttrycker attraherar magnetiskt den upplevelse som är i linje med vårt uttryck.

Det finns vägkartor över universums uppbyggnad och de kan vara ett tillfälle till kunskap även om de sällan har sammanfallande åsikter. Du kan studera hundratals om inte tusentals böcker som beskriver själen, de andliga världarna, den högre visdomen, och du kommer säkert att lära dig av dessa bemödanden, eftersom de kan vara en del av



vägen till upplysning. Men jag varnar för att läsa mer än vad du praktiserar de sex hjärtdygdena. Sinnet som uppslagsbok är mycket mindre magnetiskt för den andliga terrängen än det uttrycksfulla och expansiva hjärtat.

Ett av nyckelorden i citatet från Plotinus är "diskutera", men det finns liten eller ingen mening med att diskutera inre andlig skönhet om det inte först uttrycks i ditt sätt att vara och därefter attraheras in i din erfarenhetsfär som ett resultat. Bara i sällsynta och oftast i oförklarliga fall fungerar det omvända. Genom att prata om de inre andliga världarna kanske du väcker ett intresse för den experimentella sidan av ekvationen, och det är bra, men om intresset redan finns där och du bara vill prata och diskutera, attraherar du sällan de erfarenheter du söker och nästan aldrig deras innebörd.

Inom Lyricus undervisning finns en uppfattning, att om aspiranten vill tala om gudomliga erfarenheter så är han eller hon ovetande om deras innebörd. Det påminner om en vän som beskriver en dröm han hade och du ser klart vad drömmen handlar om, men din vän som var den som upplevt drömmen är omedveten om drömmens djupare budskap. Innebörden saknas därför att drömmen är allt för abstrakt för honom. På samma sätt handskas aspiranten med andlig visdom, han söker erfarenheten från andliga världar innan praktiserandet har gett liv åt förståelsen för innebörden.

Så vi är tillbaka till konceptet "att leva från hjärtat", därför att här finns det utrymme till att odla din egen kunskap, till att finna din egen känsla av artisteri genom utövandet av de sex hjärtdygdena. Här kan du fastställa magnetismen i ditt IHEF. Det krävs bara att du vänder din uppmärksamhet från diskussionen om de inre andliga världarna till när-vilken-hur – övningen, i vetskap om att när det är fullbordat kommer upplevelserna att finna sin väg till dig. Men vad som är mera viktigt, när de gör detta kommer deras djupare betydelse att kunna ses och förstås utan behov av tolkning eller jämförelse.



## Sammanfattning.

Jag inser att några av er skulle föredra att jag gav detaljerade anvisningar till när-vilken-hur – övningen och gav er alla de 63 kombinationerna och vilken som är mest lämplig i varje situation. Men övningen kräver att var och en själv gör dessa bedömningar på själv-upplysningens resa. Så genom sin natur att uppskatta din individualitet är vägen inte formulärbunden.

Oavsett vem du är, har varit och önskar att vara, så är du först och främst en andlig varelse bestående av ett energifält som uttrycker graden av ditt emotionella mästerskap eller bristen på det. Under detta energifält väntar kanske talanger för healing, telepati, stark intuitiv insikt, artistisk genialitet, eller inflytelserik undervisning. Vad jag dock vill framhålla är, att dessa talanger är *sekundära förmågor* utifrån de *primära gåvorna* att *uttrycka* sig från sin innersta andliga individualitet. Dessa gåvor är exakt vad de sex hjärtdygderna och att leva från hjärtat öppnar upp och släpper fria, inte bara in i ditt IHEF, utan även in i CHEF, och detta är det, som utgör ditt högsta syfte inom världar av tidrymd.

Du kan välja att gå den här vägen som agnostiker, kristen, muslim, jude eller med viken annan religiös anknytning som helst. Det spelar ingen roll var du har din tro eller om du ger din tro och lojalitet till någon. Det viktiga är att du förstår ditt syfte såsom andlig varelse och aldrig förlorar det syftet ur sikte, även mitt i kaos och i de livsutmaningar som med säkerhet dyker upp.

Vi läser och hör mycket om långsiktig uthållighet i samband med ekologi; även inom affärsvärden har man adopterat den termen för att antyda att deras strategi är "grön". Människor blir allt mer känsliga inför den påverkan som deras fotspår av koldioxid lämnar på miljön och uppmaningen att träda varsamt fram med ekosystemet vinner mark inom jordens befolkning i stort.

Såsom den här uppsatsen framhåller lämnar vi också ett emotionellt eller energimässigt fotspår på den mänskliga andens ekologi och på planeten i stort. Så mycket har skrivits i religiösa texter och i texter av New Age ursprung, som anser att jorden skall gå igenom omstörtande förändringar eller kanske till och med en apokalyps (mänsklighetens undergång), efter vilka vi kan glädjas över Kristus-medvetandets återkomst, att



mänsklighetens Gyllene Tidsålder kommer att regera och att de rättmätiga kommer att bli upphämtade till himlarna.

Även om det kan finnas någon grad av sanning i de här visionerna, framhåller jag att inställningen att *"lavinen håller på att gå"* bara väcker intresse – i vissa fall besatthet – och för det mesta är den rädslor-baserad. Vi måste aktivera vårt emotionella självmästerskap, så att vi blir själv-upplysta varelser inom dimensionerna av tidrymd. Att ha intresset inställt på lavinen eller det nära förestående mänskliga skiftet är inte att fullgöra sin avsikt; Att fullgöra vår avsikt och mening kommer av att praktisera de sex hjärtdygdena.

Historikern Will Durant observerade att under den nedtecknade historien från de sista 3.421 åren finns bara 268 år fria från krig. Om mänskligheten skall kunna bidra till kolumnen *"inget krig"* kommer det att krävas ett nytt trossystem, som energimässigt stöds av de sex hjärtdygdena. Det kommer att krävas, att individer som du sätter utvecklingen av ett emotionellt själv-mästerskap som sitt primära själv-förbättrande mål. Precis som att lika *attraherar* lika gäller det att lika *informerar* lika, och att lika *transformerar* lika. Således, genom att vi sänder ut vårt IHEF så informeras andra som är lika oss, och när vårt antal växer blir resultatet det sedan länge förebådade skiftet.

Mänskligheten rör sig allt närmare den oemotsägliga, vetenskapliga upptäckten av den mänskliga själen och det gitter, det nät av energimässiga sammankopplingar på vilken den rör sig och har sin hemvist. Den gör inte det här tack vare Guds hand eller någon Formskapande Kraft som hägnar in den mänskliga arten i en fålla och för den in i de högre dimensionerna, utan snarare genom att den mänskliga anden uttrycker sig själv inom den mänskliga världen av tidrymd. Med andra ord, det är ett inside-jobb – *en människa i taget*.

Det förekommer inte sällan, att de som föredrar uppgivenhetens väg säger: *"Varför gå mot strömmen? Gud kommer att visa oss vägen och ordna med vägen. Allt är i goda händer, varför kämpa för att bli mästare över sina känslor? Till slut kommer vi att bli räddade."* Det är en djupt rotad och förhärskande föreställning inom mänskligheten att högre krafter i sista hand utformade universum och fortfarande kontrollerar dess funktion och "output", att skapelsen är tjudrad till *Den Ende som är allt* och oavsett vad du har för namn på denna Högre Kraft, så erbjuder den i slutändan en mänsklighetens Frälsare – denne frälsare må komma från jorden, vara himlasänd eller en utomjording.





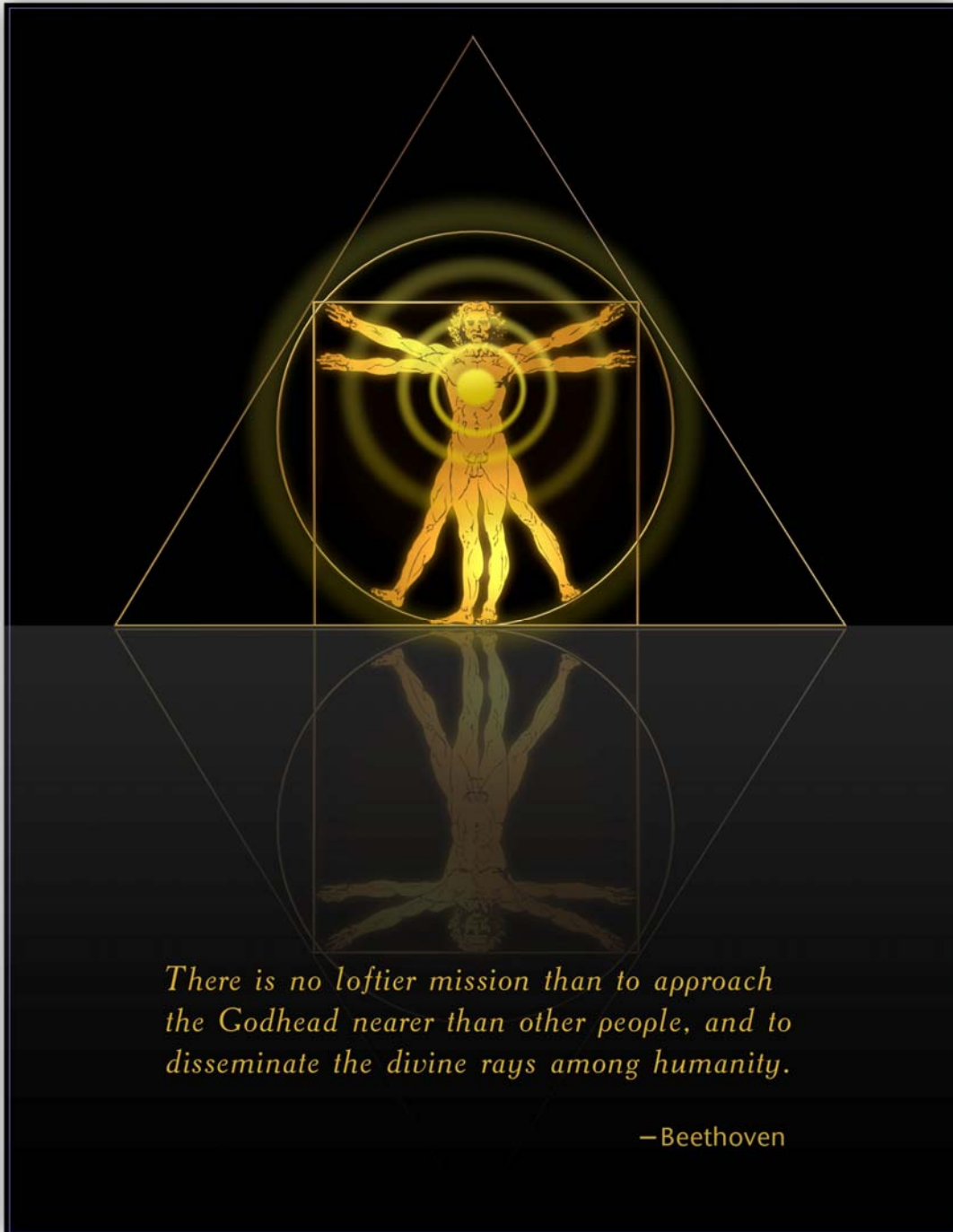
Den mänskliga utvecklingen ger bevis på, att räddare kommer och går mitt bland mänsklighetens handlingar och att människorna betar sig likgiltigt inför deras budskap. Vi hör alla samman, ändå krigar vi. Vi hör alla samman, ändå stjälar vi. Vi hör alla samman, ändå lägger vi på hög och överkonsumerar. Vi hör alla samman, ändå vänder vi oss bort från andras lidande. Okänsligheten för att vi hör samman är en slöja som stadigt blir alltmer genomskinlig, och detta är det avgörande hjälpmedlet till förändring. Men förändringen kommer inte att inträffa som en blixtnedslag från klar himmel eller som ett plötsligt igenkännande. Den är snarare resultatet av ett övertänkt och ihärdigt praktiserande av de sex hjärtdygdena hos en ständigt ökande andel av mänskligheten.

Tillsammans bygger vi upp detta, några mer medvetet än andra vilket är den enda noterbara skillnaden mellan oss. "Templet" håller på att byggas, ett tempel där hela mänskligheten kan gå in och se sig som de verkligen är. Det här templet är varken jordiskt eller himmelskt. Det ägs inte av någon, inte heller utesluts någon. Vi i det här templet är inte känslolösa varelser utan tvärt om; vi är energimässigt kraftfulla med vibrerande känslor och de uttrycks med omsorg och de är rotade i hjärtats dygder. Detta är det tempel, som vi är här för att bygga. Ha tålamod, för det är ett åtagande som tar lång tid att förverkliga, men, var så säker, det kommer att hända, inte för att vi vill bli räddade, utan för att tillräckligt många människor beslutar sig för att leva från sina hjärtan, beslutar sig för att praktisera de sex hjärtdygdena och bli medvetna om sina energimässiga bidrag (IHEF) till allt liv.

En sista kommentar, resan är givande, men också svår därför att du kommer att utmanas till att ändra dig snabbt, att anpassa dina attityder, att friska upp ditt synsätt och till att äga dina misstag och din sårbarhet. De sex hjärtdygdena är menade att uttryckas inte bara mot andra utan även mot ditt eget mänskliga jag. Kom ihåg detta under din resa, Alla hjärtdygdena gäller lika mycket dig själv som andra. Du kan uppskatta en främlings vänlighet och i nästa ögonblick förlåta ditt eget dömande av dem. Det är just på grund av våra ofullkomligheter som de sex hjärtdygdena har sin betydelse.

Från min värld till er,

James



*There is no loftier mission than to approach  
the Godhead nearer than other people, and to  
disseminate the divine rays among humanity.*

—Beethoven

“Det finns ingen ädlare mission än att nalkas Gudomen mer nära än andra människor, för att sedan sprida de gudomliga strålarna bland mänskligheten.”



## Appendix A

### Definitioner på de sex hjärtdygdena.

Jag har motstått frestelsen att i detalj definiera de sex hjärtdygdena, men jag ger en utgångspunkt för deras definition, så kan du själv brodera ut dem i enlighet med dina egna erfarenheter och insikter.

**Uppskattning:** På de subtila planen är denna dygd fokuserad på en specifik insikt om att Första Källan i form av ett medvetandefält omsluter våra medmänniskor och att detta medvetandefält förenar oss. Om vi är förenade medför det, att vi på någon djupare nivå agerar som ett gemensamt medvetande, och att vi på denna nivå delar en gemensam avsikt som är rikt strukturerad, oerhört vital, men ändå mystisk, dynamisk och osäker. Denna medvetenhet eller till och med tro, får vårt fokus att flytta från de små detaljerna i våra personliga liv, till visionen om vår avsikt som art.

På en mer praktisk nivå uttrycker sig uppskattningen i de små tacksamhetsgester som stöder lojaliteten och stärker banden inom relationer. De djupare nivåerna av uppskattning gör de relativt ytliga uttrycken genuina, därför att dessa ytliga uttryck har sina rötter i själens frekvenser och är inte motiverade av egot och sinnet.

**Medkänsla:** Många lärare har värtaligt beskrivit medkänslan som en djupare medvetenhet om andras lidande, tillsammans med en önskan att lindra detta lidande. I förening med den nya intelligens som nu tar säte på planeten, är medkänslan en aktiv önskan att hjälpa andra att koppla in sig till de nya intelligensfält som nu manifesteras i den tredimensionella världen. De har denna medkänsla, denna aktiva önskan att hjälpa, trots att de är medvetna om att deras egen önskan och egen förmåga att själv koppla in sig till denna nya intelligens är förvrängd på grund av påverkan från samhället. På grund av denna påverkan från samhället får man inte en rättvis bild av deras intelligens, andliga inriktning eller avsikt.

Därför riktas vår medkänsla både till våra medmänniskor och till själva planeten med insikten om att vi är delaktiga i varandras öde, om så bara för ett enda liv. Planeten och människan dansar tillsammans i de uppåtgående energiströmmarna från Första Källan i en samverkande process för att återskapa och förnya. Vi är alla delaktiga i den mystiska Ouvertyr och den energihöjning som pågår mellan jorden och universum, och allteftersom jorden transformerar sina ackumulerade densiteter så utmanas var och en



av oss att göra detsamma, eller också blir vi ännu mer insvepta i våra rädslor och vårt känslomässiga kaos.

**Förlåtelse:** Förlåtelse bygger på att vi var och en gör så gott vi kan under de erfarenheter eller i den livssituation vi befinner oss, och den bygger på graden av kärleksfrekvens som genomsyrar vårt mänskliga instrument. När en person agerar utifrån sitt hjärtas dygder och utifrån den djupa struktur, som deras sanna frekvens bildar, så är förlåtelse ett helt naturligt accepterande.

När vi anser att en orättvisa inträffar i våra liv – oavsett hur grov den är eller oavsett om vi anser oss vara dess orsak eller verkan – kan vi inledningsvis se oss själva som offer och visa vårt missnöje med skarpa känslor. Men detta virrvarr av känslor kan snabbt klaras upp genom att ersätta din känsla av att vara ett offer eller din känsla av missnöje med förståelse och medkänsla.

Förlåtelsen är i själva verket det yttre uttrycket av förståelse och medkänsla, utan betungande känslor av dualitet (d.v.s. bra och dåligt) vilket ofta antyder att det finns dömande med i bilden. Den är ett naturligt uttryck utan baktankar eller andra motiv än att frigöra dig från tidens klor, vilka är som energimässig kvicksand som under lång tid håller fast dina känslor och dränerar din energi.

**Ödmjukhet:** När själen är förkroppsligad inom världarna av tidrymd är dess främsta uppgift att uttrycka kärlek. Den cirkulerar denna delikata, sublima kärleksfrekvens till den mänskliga kroppen och sinnet, villkorslöst och utan motiv. Det kommer knappast som någon överraskning att den finner hjärtat mer villigt till samarbete än sinnet. Ödmjukhet är att inse att det är tack vare ynnesten från en Högre Intelligens eller Formskapande Kraft som hjärtat, sinnet och själen förenas, och att hela deras existens upprätthålls genom denna förbindelse av villkorslös kärlek.

I det religiösa, psykologiska och filosofiska materialet på vår jord tas stor hänsyn och läggs stor vikt vid sinnet. *Som du tänker, så är du.* Granskar man detta lite närmare finner man att många människor tror att deras tankar styr deras känslor, vilket i sin tur styr deras vibrationshastighet och denna vibrationshastighet drar i sin tur till sig deras livserfarenheter. Så, med denna logik är sättet att dra goda saker in i sitt liv att tänka rätt, annars drar vi till oss ondska och svårigheter.

Ödmjukheten förstår att den varelse som du representerar – din mest fulländade identitet – inte är uppbyggd som en kedjereaktion från sinnet. Nej, den är närvaron av kärlek



förkroppsligad i mänsklig form, och den här kärleken uttrycker sig i hjärtats dygder, i det rena intellektet hos det kontemplativa sinnet och i hjärtats, sinnets och själens gemensamt skapade bedrifter. Ödmjukhet är att uttrycka denna kärleksfrekvens, medveten om att den härrör från något som redan existerar i en högre dimension, och i denna dimension är inte kärlek något sentimentalt eller känslomässigt himmelskt. Den är en befriande kraft där alla är ett, alla är jämbördiga, alla är gudomliga, och alla är odödliga.

**Förståelse:** Formens värld, precis som de formlösa världarna, är när man ser bakom dess tyngre uttryck, sammansatt av energistrukturer. På ett sätt är allt i multiuniversum energi med otroligt långa, energibaserade livscyklar. Energi kan transformeras, vilket betyder att den kan förändras eller skifta till en annan livsform eller, vad gäller människan, till ett annat medvetande. Människans energisystem beskrivs ofta som chakrasystemet eller den elektromagnetiska kroppen, men den består av mer än dessa komponenter. Energistrukturen är en form av ljus, vilket i sin tur är en struktur av gudomlig kärlek.

Energimässigt så är vårt "skelett", vår innersta struktur, uppbyggd av kärlek, och det är denna kärleksstruktur som är basen i vårt odödliga medvetande eller själ. Alla lägre, tyngre densiteter är skuggor av detta ljus och verkar inom tid och rum, vilket förorsakar ett tyngre "fodral" och en separation från kärnan i denna kärleksfrekvensens. Världarna av tid och rum förändrar och utarmar känslan av samhörighet med den innersta energistrukturen som vi alla består av, och detta minskar vår känsla av förening med inte bara vår gudomlighet, utan med Gud och allt liv.

Häri ligger paradoxen i att vara människa. Vår innersta struktur är gudomlig kärlek och vår yttersta struktur är ett hjälpmedel för att erfara den innersta strukturen, men vi har blivit fångade av det yttre så till den grad, att vi identifierar oss mer med det, än med motsatsen – vårt sanna jag – det inre.

Vi känner alla denna separation från vårt sanna jag och upplever en överidentifiering med vårt färdmedel (det mänskliga instrumentet); här skiljer sig våra uppfattningar nog bara marginellt. Förståelse är den aspekt av hjärtats intelligens, som erkänner denna åtskillnad från kärleksfrekvensen. Förståelse är en nödvändig komponent i den större plan som nu utspelas på planeten. Med andra ord, det är inte så, att människan har fallit i onåd eller har oåterkalleligen sjunkit ner i synd. Det är snarare så, att vi helt enkelt har accepterat den bild av verkligheten som är den dominerande och denna dominans är inte en tillfällighet utan en del i en större plan.



Det finns en väl känd fras inom Lyricus som grovt översatt låter: "Det fina med tiden är att den reder ut de strukturer i rymden som har stängt ute kärleken från sig själv." Strukturena i rymden syftar i detta fall på det mänskliga instrumentet. Det är bara tiden som kan bryta ner de rigida barriärer eller de subtila membran som hindrar eller förminskar kärleksfrekvensen från att uttrycka sin visdom i individens beteenden.

Om tiden är den viktiga faktorn, så säger sund logik att var och en förr eller senare kommer till denna insikt. Det är helt enkelt bara en tidsfråga tills de uppnår den. Således är det tiden som är den särskiljande faktorn som separerar oss. På sätt och vis är vi alla separerade från varandra av tiden. Det finns ingen annan som verkar i exakt samma tidpunkt i förhållande till att frigöra sin kärleksfrekvens från formens värld.

**Mod:** Även om mod mera är förknippat med krig och slagfält, är det såsom ett element av kärleken kopplat till handlingen att tala sanning till makten, särskilt när orättvisor föreligger. I dag är det vanligt att man låtsas vara ovetande om de övergrepp som pågår i världen. Ett väsentligt hot som underminerar modiga insatser är att vara självupptagen i sin egen värld. Det andra är rädslan för följderna.

Mod är den aspekt i din kärlek som med sin närvaro trotsigt försvarar det vi allmänt kallar orättvisor i samhället. Om du inte försvarar dina dygder – eller dem som är för svaga för att försvara sina egna – har du separerat dig från dem och förlorat ett tillfälle att vara en med-skapande kraft i formens värld.

Det här betyder nödvändigtvis inte att du måste bli en aktivist eller vara en förkämpe på grund av en massa sociala anledningar. Det kräver helt enkelt att du går i försvar mot orättvisor. Särskilt barn behöver detta skydd. När jag var omkring sju år minns jag tydligt den gången när jag och Far åkte till affären. När vi gick över parkeringen mot affären lade vi märke till en mamma som rent bokstavligen slog sitt barn i baksätet på sin bil. Det var en hektisk lördag och det fanns mycket folk på parkeringen, men det var min Far som gick fram till kvinnan och sa till henne att sluta. Hans röst var fast och stadig av övertygelse och kvinnan slutade bums.

Detta var en modig handling för det fanns inte något dömande förknippat med det; det var bara en oförrätt som krävde omedelbart ingripande. Hos min Far fanns medkänslan för både modern och barnet och jag tror att kvinnan visste det. Detta är ett exempel på hur hjärtats dygder sällan framträder en och en, utan oftast sammanflätade för att tillsammans ge styrka och kraft i en given situation.



## Appendix B

### Ytterligare definitioner av Figur B (energikvadranten)

(First diagram in App. B)

(Översättning, se App. C, "bild 33")

Figur B är ett komplext diagram som kräver den detaljerade beskrivning som denna bilaga erbjuder. Tänk dig diagrammet som en energikvadrant, delad av två axlar. Den vertikala (Y) axeln är axeln för dynamiska rörelser, och den horisontella (X) axeln är axeln för stabila känslor. Om du, till exempel, ofta har svängningar i humöret och skiftar mellan ilska och kärlek eller sorgsenhet och glädje, så rider du på den vertikala axeln's "orm".

Orm-axeln är ett passande namn eftersom de människor som skiftar fram och tillbaka mellan polerna av viralt negativ och viralt positiv går från sida till sida och kan sällan glädjas åt frid och belåtenhet. Det är mycket lättare att skifta mellan kvadrant 1 och 2, och även mellan 3 och 4, än vad det är att skifta mellan 1 och 3, eller 4 och 2. Det svåraste är att skifta mellan kvadrant 4 och 1, därför att de är så oförenliga att de gör skiftet fysiskt smärtsamt.

Förflyttningen som var och en av oss gör över den här energikvadranten kan antingen vara en slumpartad reaktion eller en avsiktlig kraftinsats. Låt oss till exempel säga att du väntar i kassakön och personen framför dig börjar argumentera med kassörskan om priset på flera varor och du kan inte undvika att notera att kön bakom dig växer. Du kan



här välja att rida ormen och kasta arga blickar på kunden framför dig samtidigt som du med ditt kroppsspråk visar ditt missnöje. Eller också kan du ta ett djupt andetag och koppla på ljuset från ditt hjärtas dygder, välja den dygd du tycker är mest passande för den aktuella situationen (kanske förståelse följt av förlåtelse) och ge ut ljuset till situationen utan villkor eller dömanden.

När du rider ormen tenderar du att agera och reagera på ett slumpmässigt sätt. När du agerar i de mer stabila fälten av Viralt Negativt eller Viralt Positivt tenderar du i varje stund av ditt liv att ge uttryck för ett mer avsiktligt – kraftfullt perspektiv. I det fall det handlar om en Viralt Negativ person blir resultatet tyvärr nedtryckande för hela den mänskliga familjen, vilket leder mig till ett viktigt påpekande: Till skillnad från de flesta psykologer som definierar ett negativt uppförande med ord som lust, ilska eller besatthet, så definieras ett Viralt Negativt tillstånd helt enkelt som *nedtryckande av den mänskliga själen*.

De flesta människor rider ormen omedvetna om att det finns människor som med avsikt konspirerar för att trycka ner den mänskliga själen, och som försöker hålla oss separerade från varandra och försöker få oss att leva oförverkligade liv med avseende på vårt andliga syfte. Dessa är de människor som lever i det *Minst Önskade Tillståndet* ("Least Desired State") och agerar med en avsiktligt kraftfull inställning och är, åtminstone delvis, fokuserade på att trycka ner den mänskliga själen. Ironin i detta är naturligtvis att de flesta som agerar ur det *Minst Önskade Tillståndet* skulle klassificera sin mission som att de räddar mänskligheten eller skyddar den från sig själv. Allt detta hänger samman med definitionernas gåtfullhet.

Den Viralt Positiva personen som lever i det *Mest Önskade Tillståndet*, ("Most Desired State",) är en person som är avsiktligt kraftfull med avseende på att denne utstrålar ett befriande fält eller en karaktär som ger kraft till andra för att aktivera och uttrycka sin andliga avsikt. Här finns inget nedtryckande eller inga slumpvisa reaktioner; det är ett klart och samlat fokus på att hjälpa andra att leva från sina hjärtan och uttrycka sina hjärtans dygder.

Energikvadranten är ett sätt att se på den emotionella terräng där vi uttrycker vårt "energi-jag". Det är genom denna portal som vi energimässigt ger ut från vårt Individuella Mänskliga Energi-Fält, (the Individual Human Energetic Field, IHEF), till det Kollektiva Mänskliga Energi-Fältet, (Collective Human Energetic Field, CHEF), och vårt energimässiga fingeravtryck smälts samman med den kollektiva mänskliga energin.





Om vi betraktar energikvadranten som vår portal in i CHEF, blir det mer uppenbart att vi för det mesta har ett ansvar för att skapa vår position i kvadrant 1. Lägg märke till att jag sa för det mesta och inte alltid. Alla går över linjerna från en kvadrant till en annan. Att gå över gränser och erfara olika punkter i kvadranten ligger i vår natur och är ett önskvärt tillstånd. Men vi kan välja vilka punkter som skall vara våra huvudsakliga eller stabila positioner, från vilka vi erhåller vår identitet och våra uppfattningar om den yttre världen.

När du betraktat energikvadranten har du antagligen försökt finna din plats i den, och när du finner den har du hittat en tillfällig punkt – den gäller i dag men inte nödvändigtvis i morgon eller nästa vecka. Vidare har du kanske lagt in en viss grad av dömande när du valde din "plats" i kvadranten. "Är detta mitt hem?" eller "Hör jag hemma här?" Många av oss har tidigare haft erfarenheter som tycks låsa fast oss i ett speciellt energi-uttryck som kan kännas som om det för alla tider sitter fastfruset. Men det är inte sant.

Du kan välja vilken punkt som helst i kvadranten och säga: "Här är jag i dag." Och du kan välja en annan och säga: "Här väljer jag att vara i morgon." Avståndet mellan de två punkterna kanske bara är några millimeter men i ditt huvud kan de tyckas ligga ljusår från varandra. Den energisignatur vi sänder ut till universum består av en energi som är så förfinad att vi inte kan upptäcka den med våra sinnen, men den är det raketbränsle som driver på vårt framåtskridande in i det *Mest Önskade Tillståndet*. Och detta kan den göra oberoende av tidsdimensionen, av gamla traumatiska erfarenheter, av en miserabel uppväxt eller vilken annan logisk grund som du kan komma på.

Kanske tänker du: " Men vänta, bestämmer inte mina känslor mitt energifält?" Känslorna *influerar* ditt energifält, men dess definition innebär avsikt och vilja. Du *väljer* din egen energiekvivalent, kvaliteten på din energi, och fortsätter att välja den varje sekund under din tid på jorden. Du väljer det energifält som du sänder ut till universum. Detta är det energi-frö som du bildade eller "planterade" i den mänskliga "jorden". Liksom allt annat som utvecklas och transformeras behöver det här fröet näring och kultivering. I samma omfattning som du uttrycker dina hjärtdygder – praktiserar dem i vardagen – i samma omfattning kommer du att upptäcka att ditt emotionella tillstånd formar ditt energifält på ett sådant sätt, att du en dag vaknar upp och finner att universum har blivit din emotionella kropps spegel, och du kommer till slut att möta ditt inre Jag som omfattar allt.

Du kan se på kvadranten som en scen med tre olika roller. Den Viralt Negativa innebär inte att du är Satan inkarnerad, eller att du är en miserabel fånge som ruttnar bort i



fängelset. De flesta i den mänskliga familjen som lever i detta tillstånd är till synes ansvarstagande, artiga och engagerade medborgare i sina respektive länder; bortsett från det faktum att de trycker tillbaka den mänskliga anden och delar upp den mänskliga familjen i kön, religioner, raser, preferenser, hudfärg, och delar i söndring. De kan vara läkare, söndagsskolelärare, bibliotekarier, poliser, mödrar eller direktörer i affärlivet. Det finns ingen yrkeskategori eller social ställning som utesluter dem. Det utmärkande är att de avsiktligt trycker ner och separerar. Det finns en orsak bakom deras agerande och den orsaken förankrar dem i det Viralt Negativa Tillståndet (VNS). I den här uppsatsen kallar jag dem *VNS Människor*.

I mittsektorn finns de som rider de emotionelle svängningarnas orm, tjuvade vid de sociala vågrörelser, som sänds ut från de dominerande kulturerna och religionerna, och från systemen inom politik och utbildning. Eftersom jag fokuserar på energifältet hos en kategori individer inom den mänskliga familjen, refererar jag till dem såsom *Ridande Ormen- Människor*, (Riding the Serpent (RTS) People). RTS Människorna är mänsklighetens bas, energimässigt sett; de bestämmer det allmänt gällande mönstret för hur känslor och energifrekvenser i det mänskliga samspelet blir en norm. De sysslar mestadels med familj, arbete och nöjen, men klåpar också lite med det andliga och befinner sig inom olika stadier av uppvaknande inför sitt energifält. RTS Människor befinner sig i "sökmod", de söker alltid efter det som de känner saknad av i sitt liv. De är desillusionerade av den skenbara likgiltigheten hos sin Gud, och det tillståndet gör dem osäkra, vilket i sin tur får dem att reagera mer reaktivt inför livet.

Om du alltid reagerar på den externa miljön, och bara svagt känner de osäkra signalerna från den inre världen, tenderar du att bli dramatisk i dina känslösvängningar och ditt IHEF kommer att spegla detta. RTS Människor har en förhärskande känsla av att det finns något mer i livet, att ett högre syfte väntar på att bli upptäckt om de bara kunde finna det. Detta ökar deras känsla av osäkerhet och frustrering, vilket, när de kommer i kontakt med den ökade stressnivån i dagens moderna levnadssätt, bara ger ytterligare bränsle till deras reagerande impulser.

De människor som befinner sig på den Viralt Positiva sidan av energikvadranten och närmar sig det *Mest Önskade Tillståndet*, blir allt mer medvetna om sitt energifält, på samma sätt som ett barn som blir alltmer medveten om sin fysiska kropp. De *Viralt Positiva (VPS) Människorna* behöver inte nödvändigtvis vara "andliga" människor i den betydelsen att de är lärare inom en religion, inte heller behöver de nödvändigtvis vara vetenskapsmän som söker efter energivärldarna. Om inte en person, oavsett status i livet, också aktivt uttrycker sitt hjärtas dygder och ger andra kraft till att göra detsamma,



kommer de aldrig att komma in i det *Mest Eftertraktade Tillståndet*. Undantaget kan vara ett strålande, aktiverande ögonblick – ett anrop till deras själ från den Formskapande Kraften.

Precis som VNS Människorna är förankrade i sitt energifält i syftet att trycka ner och separera, är VPS Människorna förankrade i sitt åtagande gentemot den mänskliga familjen genom att stå utanför närsynthetens småskaliga dramor. De som befinner sig i det *Mest Önskade Tillståndet* är orubbligt hengivna syftet att transformera mänskligheten från ett materiellt inriktat sinne till medvetenhet om energihjärtat. Det är detta syfte som förankrar dem.

Nyckeln till att förstå energikvadranten är att se VNS, RTS, och VPS Människorna som medlemmar i den mänskliga familj som informerar den kollektiva energin eller CHEF. Ur helhetens perspektiv finns det inget som är fel eller rätt, gott eller ont. Vi har alla en roll att spela i denna ofantliga energiansamling. Emellertid är valet fortfarande vårt hur vi önskar arbeta med de storslagna inkommande energier som nu påverkar vår planet. Det här är en viktig skillnad mellan de tre primära mänskliga grupperna, därför att det är bara VPS Människor som har förmågan att sända ut de inkommande energierna likt ett klart prisma sänder ut det inkommande vita ljuset i sju strålar.

Som sagts; ett prisma i mörkret är bara en klump glas. Detsamma gäller det mänskliga energifältet – i mörkret är det bara en mottagare. Om energifältet är i VNS- eller RTS-tillstånd befinner det sig i ett förmörkat tillstånd och de inkommande energierna från universum i stort (den Formgivande Kraften) kan inte *sändas ut* i de energifrekvenser, som ger kraft och bränsle till transformationen av den mänskliga familjen. Låt mig bara uttrycka mig klart, jag tecknar i svart och vitt för att få effekt. Jag medger att det finns många nyanser av grått, men själva poängen är, att för att både ta emot och *sända ut* de högre universella energierna – för att få en positiv effekt på syftet att transformera mänskligheten – måste du välja vägen att bli och förbli en VPS-person.

När-vilken-hur – övningen är ett val som omedelbart påbörjar en förändring i vårt IHEF och riktar in den mot det Viralt Positiva tillståndet. Det *Mest Önskade Tillståndet* (den gröna triangeln i kvadrant 1) är tyngdpunkten i kvadrant 1 och 2, och är den mest kraftfulla positionen i energikvadranten när det gäller att påverka CHEF. Med andra ord, om du, som ett resultat av att du samvetsgrant och avsiktligt praktiserat när-vilken-hur – övningen, har förmågan att verka inom det *Mest Önskade Tillståndet*, bidrar du med en viralt-aktiv energisignatur, som kan påverka tusentals andra, vilka också söker ett sätt att bli Viralt Positiva även om det inte är deras medvetna avsikt.



Ett annat sätt att se på kvadranten är att tänka dig punkter som representerar ansamlingar av människor i diagrammet, (se nedan). Föreställ dig att varje stor punkt representerar 10.000 IHEF:er och att varje liten punkt representerar 1.000. Bilden representerar nu fördelningen av IHEF:er in i CHEF. Låt oss säga att diagrammet återger en bild av CHEF i ett visst ögonblick, och att vi tar bilder av CHEF vid olika tillfällen och studerar mänsklighetens framsteg med avseende på dess CHEF. De här bilderna skulle visa hur mänskligheten utvecklas emotionellt och energimässigt.

(Second diagram in App. B)

(Översättning, se Appendix C, " sid 33")

I exemplet ovan, lägg märke till att ansamlingen av IHEF:er är som tätast längs orm-axeln. Detta visar att mänskligheten i sin helhet växlar mellan kvadranter och verkar på ett mer reagerande, mer reaktivt sätt på livets händelser. Du kan också lägga märke till, att det finns fler IHEF:er i kvadrant 3 och 4, vilket visar att de Viralt Negativa – speciellt i det *Minst Önskade Tillståndet* – alstrar ett mer effektivt inflytande.

Det har skrivits mängder om det förestående dimensionsskiftet. Även om det här finns många fasetter, så inträffar det verkliga skiftet på ett energimässigt sätt inom den mänskliga familjen. Skiftet kan se ut som på bilden nedan om tillräckligt många människor lär sig att uttrycka de sex hjärtdygdena med en viss grad av konsekvens. Som



ett resultat ökar "punkterna" inom det *Mest Önskade Tillståndet* och ett skifte i den energimässiga balansen kan ske inom den bredare mänskliga familjen.

Från den tidpunkt då du tar beslutet att praktisera de sex hjärtdygdena – att *leva* från ditt hjärta – börjar du ändra nätmönstret i din energisignatur till att vara i resonans med kvadrant 1 och det *Mest Önskvärda Tillståndet*. Du är en del av medvetandeskiftet på jorden och allteftersom du flyttat dig närmare det *Mest Önskvärda Tillståndet* är du inte bara en del av skiftet, då är du en *aktiv kraft* i skiftet.

(third diagram in App. B)

(Översättning, se Appendix C "sid 33")

Allt börjar energimässigt. Skiftet är en gemensam skapelse mellan den Formgivande Kraften och den mänskliga familjen. Det är dessa båda element som verkar i en dans av resonans. Skiftet är inte något som händer mänskligheten. Det är något som skapas i samarbete mellan mänskligheten och den *Formskapande Kraften*.

Som diagrammet på nästa sida visar, kan vår personliga väg inordnas efter fyra inriktningar, vilka överlappar energikvadranten. Dessa kan användas som en praktisk guide. De här fyra inriktningarna består av tre sinnestendenser: *Ego-Laster*, *Du-Komplexet*, och *Jag-Komplexet* (komplex i betydelsen komplexitet, i övrigt se definitioner



i texten nedan), och den som hör samman med hjärtat: *Hjärtats Dygder*. Även om det är mycket generellt, så ger dessa inriktningar ytterligare en strukturell dimension till energikvadranten.

Normalt när vi utvecklas under ett liv, men även när vi ser det under den större tidshorizonten av ett flertal liv, går vår resa genom *Ego-Lasternas* kvadrant, vilken har en avgjort självisk inriktning. Vi flyttar oss sedan till *Du-Komplexet*, där vår uppmärksamhet riktas mot den externa världens brister, vilket kan inkludera familjen, vänner, arbetet eller samhället i allmänhet. Om vi utgår från att vår utveckling följer en inriktning i taget, så tillbringar vi därefter viss tid i *Jag-Komplexet* vilket är den kvadrant där vi först börjar inse att vårt inre jag är det fundamentala för vår lycka och känsla av välmående. Slutligen går vi in i *Hjärtadygderna* och där börjar vi ändra vårt fokus från sinnets uppfattning om sanningen och från sinnets sökande efter upplysning mot ett mer praktiskt utövande, vilket innebär att uttrycka vårt hjärtas dygder och energin i dessa.

(Fourth diagram in App. B)

(Översättning av diagrammet, se texten ovan)

Många av oss studsar från kvadrant till kvadrant inom ett enda liv och här vill jag ha sagt att det inte finns någon fastlagd ordningsföljd. Med andra ord, ett barn kan leva i Hjärtadygdernas kvadrant och vid sju års ålder flytta över och utforska *Du-Komplexet*. Senare i livet, på väg in i vuxenlivet, lever de fyrkantigt i *Ego-Lasternas* kvadrant. När de



når trettioårsåldern kan de skifta till *Jag-Komplexet* för att sedan, på grund av en uppskakande upplevelse, falla tillbaka till *Du-Komplexet*. Till slut, i fyrtiofemårsåldern, återvänder de till *Jag-Komplexet* och något i deras inre sökande tändar på nytt praktiserandet och uttryckandet av *Hjärtdygderna*. Inte som en tillfällig känsla, utan som det centrala, den kärnutövning, som ger mening till deras liv.

Det här var bara ett exempel på hur vi, var och en, reser genom och lever i dessa olika kvadranter. Under resan är vi till största delen omedvetna om att den på ett viktigt sätt, formar vårt IHEF-bidrag och det meningsfulla i våra liv.

Energikvadranten är en grundstomme som kan hjälpa dig att värdera ditt rådande läge och IHEF-bidrag. Du kan göra en snabb kontroll och känna in din plats i kvadranten, och ibland även känna in läget för mänskligheten i sin helhet. Det här är inte en övning i dömande (*Du Komplex*), utan snarare en grund som ger möjlighet till en intuitiv kontroll av dina energimässiga framsteg.

Från tafatthet – *med* övning – kommer kompetens.

Från separation – *med* övning – kommer den förhärskande känslan av enhet.

Från misstro – *med* övning – kommer bevis.

När du börjar praktisera att leva från hjärtat kanske du känner dig tafatt, separerad eller känner misstro, men det är temporära stadier. De kommer, om du framhårdar med att praktisera din utövning, att ersättas med kompetens, enhet och bevis.



## Appendix C

Not 1: Se nederst sid. 3.

Not 2: **Den Formskapande Kraften** är den projicerade intelligens från Första Källan eller Gud, som i mänsklig samverkan verkar såsom en skapande kraft. Den träder energimässigt in i människan genom hjärtat, vanligtvis i form av inspiration och intuitiv insikt.

Not 3: **Första Källan** är den primära källa från vilken all existens utgår och ständigt är kopplad. Ibland ges den namnet Den Kollektiva Gudens Kropp. Den representerar det överbryggande medvetandet av allting i enhet. Detta inkluderar smärta, glädje, lidande, ljus, kärlek, mörker, rädsla, alla uttryck och situationer är integrerade och meningsfulla i begreppet Första Källan. DET inkluderar allting och förenar dem i ett allt inneslutande medvetande som utvecklas och växer på motsvarande sätt som varje individuell ande utvecklas och växer.

Not 4: **Den Stora Portalen** är den oemotsägliga vetenskapliga upptäckten av själen och hur den lever och verkställer sina funktioner inom det mänskliga instrumentet. Den Stora Portalen är mänsklighetens mest djupgående upptäckt, då den etablerar samhörigheten mellan alla dess medlemmar inom den mänskliga arten.

Not 5: Data från NOAA:s arkiv, tillgängliga från deras websida.

|              |               |                 |
|--------------|---------------|-----------------|
| Bild sida 4: | Heart Virtues | Hjärtats Dygder |
|              | Appreciation  | Uppskattning    |
|              | Compassion    | Medkänsla       |
|              | Forgiveness   | Förlåtelse      |
|              | Humility      | Ödmjukhet       |
|              | Understanding | Förståelse      |
|              | Valor         | Mod             |

|              |   |
|--------------|---|
| Bild sid 15: | Leva från hjärtat, (att praktisera de 6 HjärtDygdena)   |
|              | Intentional Living                      Leva avsiktligt |





|                       |                     |
|-----------------------|---------------------|
| Persuit of Well Being | Att hålla sig frisk |
| Purpose               | Syfte               |
| Meditation/Prayer     | Meditation/Bön      |
| Right Relationship    | Rätta Relationer    |
| Spiritual Studies     | Andliga Studier     |

Bild sid 16:

|  |                   |
|--|-------------------|
| Områden där vi dagligen har vårt fokus |                   |
| Living from the Heart                  | Leva från Hjärtat |
| Event                                  | Händelse          |
| Inspiration                            | Inspiration       |
| Relationship                           | Relationer        |
| Goal                                   | Mål               |
| Problem                                | Problem           |
| Spiritual                              | Andligt           |
| Mental                                 | Mentalt           |
| Emotional                              | Emotionellt       |
| Physical                               | Fysiskt           |

Bild sid 19:

|                            |                 |
|----------------------------|-----------------|
| Se texten till bild sid 4. |                 |
| Divine Love                | Gudomlig Kärlek |

Bild sid 24:

|                               |                                    |
|-------------------------------|------------------------------------|
| time/space                    | tid/rymd                           |
| none time/space               | icke tid/rymd                      |
| Feeling Thought               | Känsla Tanke                       |
| Defined Intention             | Definierad avsikt                  |
| Time track                    | Tidsspår, spar I tiden             |
| Visible Universe              | Synliga Universum                  |
| Unseen Universe (Field)       | Osynliga Universum (Fält)          |
| Subtle Energy Imprints        | Subtila Energi-Intryck             |
| Inner Layers of Personal Self | Inre lager av det Personliga Jaget |
| Subtle Energy Emission        | Subtil energi-utgivning            |
| Based on Imprint              | baserad på Intryck                 |
| Higher Self                   | Högre Jaget                        |
| Manifestation                 | Manifestation                      |

Bild sid 30:

Geosynchronous Operational Environmental Satellites  
 Geosynkront verkande miljösatelliter  
 Measuring the Earth's Geomagnetic Field



Mäter det jordmagnetiska/geomagnetiska fältet

Bild sid 33:

Negative/Positive Influence on CHEF

Negativ/Positiv påverkan på CHEF

Least/Most desired state

Minst/Mest önskade Tillståndet att vara i

Stable/Dynamic Axis

Stabil/Dynamisk axel

Benign

Gynnsamt