

**A Teremtés és az Élet szintjei:** A Teremtés minden része egységet képez; tartományinak rezgésszintjei eltérnek egymástól, s szerveződésük szerint lehetnek „alsóbb”- illetve „felsőbbrendű”-ek. Az „alsóbbrendű” tartományokat az idő, a tér és a karma törvényei jellemzik, miközben a felsőbbrendű tartományokat az önmagunkban rejlő egység, szabadság, szeretetteljesség, és gyönyörűség jellemzi.

Az „alacsonyabbrendű” birodalmak:

- az „egyes” a fizikai szint, amely a fizikai anyag birodalma;
- a „kettes” az asztrális szint - a kreatív erő birodalma;
- a „hármás” a kauzális szint - amely az érzelmek birodalma;
- a „négyes” az értelem szintje és az elme birodalma (intellektus és tudatos gondolkodás birodalma);
- az „ötös” az éteri szint – ez a tudattalan birodalma, amely elszigetelt az alsóbb szinteket a felsőbb szintektől (ezt más szóval az üresség helyének is szoktuk nevezni).

Az alsóbb szintek ellentétjeként a **Szellem szintjei** állandóak és örökkévalóak, valamint a szeretetteljesség és az öröm-érzet jellemzi őket. Amikor a tudatunk ide, a tudatosság illetve öntudatosság szintjére emelkedik, ahol minden dolog Egy – egymással is és Istennel is – akkor direkt módon egyszerre tudjuk és meg is tapasztaljuk ezt. Ezek a „magasabbrendű” spirituális szintek:

- a „hatos” a Lélek szintje - amely maga a Lélek otthona,
- a „hetes” az egyéb Tiszta Szellemi szintek helyei, amelyek a Lélek szintje felett helyezkednek el.

**A Három lépésből álló Út a Lélek és az a feletti birodalmak eléréséhez: imádság/meditáció, tanulás és szolgálat.** Sok helyen tanították már, hogy három fő útja van Isten megismerésének. Ezek az utak az imádság és/vagy meditáció útja, a tanulás útja és a szolgálat útja. Amikor valaki készen áll arra, hogy aktívan folytasson spirituális tevékenységet és fejlődjön A Hang és a Fény

Útját követve, akkor ez a személy mindhárom fent említett lépéssel foglalkozni fog a következőképpen.

A legfőbb út Isten megismeréséhez az imádság vagy a meditáció útja. Ez az Út a belső utazás útja. Ezen keresztül aktívan követjük a bennünk élő Szellemet azáltal, hogy nap mint nap időt töltünk Istennel való bensőséges kapcsolat kialakításával. Sokfajta imádság és meditáció létezik, és magát a kifejezéseket is sokféleképp értelmezték a különféle filozófiai iskolák. Az ILM elköteleződött afelé, hogy a spirituális illetve szellemi ébredést egy gyakorlati meditációs technikán keresztül érje el, amelynek neve „A Hang és a Fény Útja”, vagy úgy is hívják, hogy a „Szent Szellem Útja”, a „Szeretet Útja” vagy egyszerűen csak úgy, hogy „Az Út”. Az ILM beavatásokat is ajánl a meditációs technikába, egy élő tanár vezetésével - amely ahhoz segíti hozzá a keresőt, hogy annak teljességében ismerhesse meg a felébredés belső útját. A tanulás útja aktív részvételt feltételez Istenre vonatkozó tanulmányokban. Ez magában foglalja azt, hogy a szemeink, elménk és szívünk megnyíljon Isten nagyobb megismerésére, az Ő jelenlétére, valamint elveinek és kifejeződéseinek megismerésére. A szolgálat útja az az út, amelyen keresztül a Szellem elveit aktívan megéljük, azáltal hogy magunkat és másokat szeretetteljesen támogatjuk.

**Segítők: spirituális vezetők, angyalok és spirituális tanárok.** Sokfajta segítővel vagyunk ellátva, akik támogatnak bennünket az utunkon, és segítenek bennünket, hogy elkerülhessük azt, hogy mindörökre csapdában éljünk az alacsonyabb birodalmakban a karmánk miatt. A spirituális segítség leghatékonyabb formája a spirituális tanároktól jön.

A spirituális tanárok:

- 1.) azon emberek, akik éppen most a fizikai szinten élnek;
- 2.) akik egy meditatív technika gyakorlásán keresztül mestereivé váltak egy bizonyos csakrának vagy birodalomnak;

3.) akik beavatják a kiválasztott diákokat abba a technikába, amely elvezeti őket ahhoz, hogy végül ők maguk is mestereivé váljanak az adott csakrának vagy birodalomnak;

4.) ezek a tanárok „kulcsok” birtokában vannak, és ezáltal mint „horgony” szolgálnak. Ezek a „kulcsok” egy bizonyos spirituális jelenlét kulcsai, és azáltal, hogy a tanárok rendelkeznek velük, elérhetővé teszik a ezeket mások számára is itt a fizikai világban.

5.) Ezek a tanárok a Hang-Áramlat tanárai, akik - amint a tanuló készen áll - elvezetik őt Isten Hallható Szent Lelkéhez. Amelyen keresztül a bevezetett visszahelyeződik a Spirituális Szellemi birodalmakba, ahonnan végülis mindannyian jöttünk.

**A Szent Lélek vagy Szent Szellem: az Isten energia-áramlatainak legmagasabb formája.** Ez valójában a Spirituális Birodalmak energiája; egy Istenből kiáramló isteni energia, amely Isten teljes teremtését hozza létre, s annak minden birodalmát átjárja. Úgy is hívják: az „egyenes és vékony” energia-útvonal, amely az alsóbb birodalmakból visz bennünket haza az igazi otthonunkba, a Lélek otthonába - A Hang és a Fény Útjának segítségével.

**A karma és a reinkarnáció megértése:** minden egyes ember rendelkezik alacsonyabb szintű testek készletével, amelyen keresztül a Lélek tapasztalatokat szerezhet ezekben az „alsóbb” birodalmakban. Ezeken a testeken keresztül hajlamossá válunk arra, hogy áldozatul essünk az élvezet-fájdalom kör csapdáinak, amely behálóz bennünket ezekben az 'alsóbb' birodalmakban. Minden egyes cselekedetünk ezekben az alacsonyabb birodalmakban reakciók láncolatához vezet, amelyeket ezeken az alacsonyabb szintű testeken keresztül tapasztalunk meg (ez maga az akció-reakció folyamata, amelyet karmának hívunk). Mindezek a reakciók előttünk sorakoznak mindaddig, amíg meg nem szabadulunk tőlük, hogy elhagyhassuk ezeket az alsóbb birodalmakat és hazatérjünk a Spirituális Birodalmakba. A fizikai test halála nem szabadít meg bennünket a karma törvényétől. Amikor a fizikai test befejezte pályafutását, a

személy elhagyja a fizikai teret, de hogyha ennek a személynek a fizikai karmája nincs kiegyensúlyozva, akkor valójában fizikai testének halálával még nem válhat szabaddá ettől az 'alsóbb' birodalomtól. Ehelyett minden egyes ki nem egyensúlyozott fizikai szintű karma vissza fogja rántani őt egy újabb megszületésbe, amelyet inkarnációnak hívunk ezen a fizikai szinten.

**A választás szabadsága: megbocsátás és megerősítések.** Mivel Isten állandóan jelen van bennünk, a Szeretet, az Öröm és Isten békessége szintén folytonosan ott élnek bennünk. Soha nem veszítjük el őket, csak néha elhomályosulnak vagy érzékelhetetlenek válnak számunkra - az evilági dolgok (karmák) miatt. Ha nem érezzük jelenlétüket, akkor magunknak kell legyőznünk ezeket a belső buktatókat (karmákat), azáltal, hogy elengedjük, bármi is legyen az, ami blokkolja Isten Szent Szellemének jelenlétét bennünk. A megbocsátás a „mágikus medicina”, amely feloldja ezeket a buktatókat, és elhozza nekünk azt a gyógyulást. A gyógyulást, amelyre szükségünk van magunkkal, illetve másokkal való kiegyensúlyozott kapcsolatunkhoz. Bíraskodásaink, kételyeink, érzelmi reakcióink mind-mind a „rég-típusú” gondolkodásunk eredménye. Hogy ezt megváltoztathassuk és elkezdhessünk minél inkább azzá válni, akivé szeretnénk, uralnunk kell az elménket, és el kell kezdenünk megújítanunk az elménk működését. Rengeteg technika áll ma már rendelkezésünkre, hogy segítsen bennünket ebben. Az egyik ilyen az affirmációk vagy megerősítések használata. Ezek olyan állítások, amelyek segítségével arra trenírozzuk a tudatalatti elménket, hogy új gondolati formákat és hiedelemrendszereket hozzanak létre a régiek helyett.

**Megbocsátás és emberi kapcsolatok: az elfogadás, megértés és lelkesedés törvénye.** Az elfogadás törvénye magában foglalja, hogy látjuk és „magunkhoz öleljük” önmagunkat pontosan olyannak, amilyenek éppen most vagyunk, feltétel nélkül. Ezáltal megnyitjuk magunkat afelé, hogy másokat is elfogadjunk olyannak, amilyenek ők most. A lelkesedés vidám és kreatív energiája a második ismertetőjele Isten élő jelenlétének bennünk. Van egy jól ismert francia kifejezés:

„Joi de vivre”, amely azt jelenti, az Élet Öröme. A gyermeki öröm az, amely megtalál bennünket, lángra lobbant és elvisz bennünket a különböző emberi kapcsolatainkhoz ebben a világban. A megértés az, amely elindít bennünket Isten békessége felé: „A békesség, amelyet aztán megoszthatunk másokkal”.

**De mi is a valódi megértés?** Ez az Élet valóságos értelmének és irányának valóságos megértése; annak tudása, hogy minden, amit magunk körül látunk itt a Földön - ahogy az Élet maga is - egy csodás felfedezőkaland, amely valójában afelé terelget bennünket, hogy végül megismerjük Istennel való egységünket és teljességünket.

**In English:**

**Inner Light Ministries (ILM)** is a non-profit organization dedicated to teaching spiritual awakening through an inner practice of meditation. This meditation practice is an inner path through which the soul transcends the physical realms of creation to its true home in the spiritual realms within the heart of God. In spiritual teachings and literature this inner path is often referred to as “The Path of Sound and Light,” “The Path of The Holy Spirit,” “The Path of Love,” or simply as “The Path” or “The Way.” ILM offers initiation into this meditation practice enabling one to fully experience this inner journey of awakening.

To provide support for those individuals interested in this path, Inner Light Ministries offers numerous publications, materials, programs, and services, which encourage devotion to God and support a life-long practice of prayer, meditation, spiritual study, and service.

Please write or phone for more information about ILM:

P.O. Box 164332, Austin, TX 78716-4332 or call 512-306-1056

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