

Lobsang Rampa

CUNOAȘTEREA
DE SINE

Traducere din limba engleză:
Ilie Iliescu

EDITURA  HERALD
București

CUPRINS

<i>Instrucțiuni</i>	7
<i>Lecția întâi:</i>	
CONSTITUȚIA FIINȚEI UMANE	10
<i>Lecția a doua:</i>	
CONSTITUȚIA FIINȚEI UMANE (urmare)	14
<i>Lecția a treia:</i>	
ETERICUL	19
<i>Lecția a patra:</i>	
AURA	25
<i>Lecția a cincea:</i>	
CULORILE AUREI	29
<i>Lecția a șasea:</i>	
VIBRAȚII. RITMURI.	38
<i>Lecția a șaptea:</i>	
VEDEREA AUREI	48
<i>Lecția a opta:</i>	
CORPUL ASTRAL	54
<i>Lecția a noua:</i>	
VIAȚA ÎN ASTRAL	63
<i>Lecția a zecea:</i>	
VIAȚA ÎN ASTRAL (urmare)	70
<i>Lecția a unsprezecea:</i>	
CĂLĂTORIA ÎN ASTRAL	78
<i>Lecția a douăsprezecea:</i>	
DESTINDEREA	84
<i>Lecția a treisprezecea:</i>	
SENSUL DĂRNICIEI	94

<i>Lecția a paisprezecea:</i>	
MICILE COMORI	99
<i>Lecția a cincisprezecea:</i>	
TEAMA	107
<i>Lecția a șaisprezecea:</i>	
VISELE	115
<i>Lecția a șaptesprezecea:</i>	
CRONICA AKAȘĂ	129
<i>Lecția a optsprezecea:</i>	
PACEA INTERIOARĂ	142
<i>Lecția a nouăsprezecea:</i>	
TELEPATIA. CLARVIZIUNEA. PSIHOMETRIA.	155
<i>Lecția a douăzecea:</i>	
EMOȚIILE	167
<i>Lecția a douăzeci și una:</i>	
IMAGINAȚIA	172
<i>Lecția a douăzeci și doua:</i>	
LEGEA KARMEI	180
<i>Lecția a douăzeci și treia:</i>	
MOARTEA	188
<i>Lecția a douăzeci și patra:</i>	
REGULILE VIEȚII BUNE	196
<i>Lecția a douăzeci și cincea:</i>	
HIPNOTISMUL	204
<i>Lecția a douăzeci și șasea:</i>	
AUTO-HIPNOTISMUL	212
<i>Lecția a douăzeci și șaptea:</i>	
AUTO-HIPNOTISMUL (urmare)	220
<i>Lecția a douăzeci și opta:</i>	
FINAL	227

Avertisment

Această lucrare este alcătuită dintr-o suită de lecții de o factură mai deosebită și este adresată celor care se interesează în mod sincer de misterele vieții.

La origine, acest material urma să constituie un curs prin corespondență, însă organizarea lui s-ar fi dovedit destul de anevoioasă. În cele din urmă am preferat să prezint materialul într-o carte.

Dacă vă veți mărgini doar la simpla parcurgere a acestei lucrări, veți constata că ați realizat deja un câștig important; dacă însă o veți studia cu atenție, câștigul va fi considerabil. Pentru a vă veni în ajutor, lecțiile au fost precedate de niște instrucțiuni care ar fi trebuit să însoțească cursul prin corespondență, preconizat inițial.

Lobsang Rampa

INSTRUCȚIUNI

Va trebui să lucrăm împreună pentru ca dezvoltarea dumneavoastră psihică să se facă într-un ritm mai alert. Unele dintre aceste lecții vi se vor părea, fără îndoială, mai dificile decât altele și de asemenea mai lungi, dar ele, în nici un caz, nu conțin lucruri inutile, „de umplutură”; m-am străduit întotdeauna să predau lecții cu un număr de cuvinte cât mai mic cu putință.

Consacrați o seară pe săptămână, mereu aceeași, pentru a studia aceste lecții. Obișnuiți-vă să le citiți la aceeași oră, în același loc, în aceeași zi. Nu este de ajuns doar să citiți cuvintele, ci va trebui să extrageți idei care vi se vor părea destul de ciudate; o disciplină mentală vă va ajuta în acest scop.

Alegeți o cameră, preferabil mai izolată decât celelalte, unde puteți sta confortabil; această alegere vă va facilita studiul. Dacă doriți, puteți să vă lungiți în pat; în orice caz adoptați o poziție cât mai destinsă, în așa fel încât mușchii să fie cât mai relaxați, pentru ca nimic să nu vă împiedice să acordați toată atenția la ceea ce citiți, la ceea ce aceste cuvinte vă pot evoca.

Trebuie să aveți grijă ca timp de o oră sau două, cam cât durează studiul unei lecții, nimeni să nu vă deranjeze, să nu vă întrerupă șirul gândurilor. Odată ce ați intrat în încăperea aleasă, cameră sau birou, închideți ușa și trageți perdelele sau jaluzelele în așa fel încât lumina zilei să nu vă poată distra atenția. Nu folosiți decât o singură sursă de lumină, o veioză plasată în spatele dumneavoastră, cât mai aproape. În felul acesta, veți avea su-

ficientă lumină pentru citit, restul camerei rămânând în întuneric.

Lungiți-vă pe pat sau așezați-vă în fotoliul preferat. Destindeți-vă câteva clipe și apoi respirați profund, fără grabă. Căutați să vă rețineți suflul timp de trei sau patru secunde și apoi respirați profund, fără grabă. Rețineți-vă respirația din nou pentru un scurt interval de timp și apoi deschideți cartea la prima lecție.

Mai întâi, citiți normal, ca și cum ați citi un jurnal, apoi închideți ochii și lăsați subconștientul dumneavoastră să se impregneze de conținutul acestei lecturi. După aceea, reluați lectura. Recitiți lecția cu atenție, paragraf cu paragraf. Dacă un cuvânt sau o idee vă încurcă, notați-l pe o foaie de hârtie pe care ați avut grijă s-o plasați cât mai la îndemână. Nu încercați să vă amintiți textul, să-l învățați pe dinafară; nu trebuie să deveniți sclavul cuvântului tipărit, căci scopul esențial al muncii dumneavoastră este acela de a lăsa lecția să pătrundă adânc în subconștient. Încercând să învățați pe de rost, în mod conștient, riscați să înțelegeți greșit semnificația textului. Nu puteți trece un examen la care vi se va cere să repetați lecția ca un papagal! Dacă veți respecta instrucțiunile, veți acumula cunoștințe care vă vor elibera de legăturile cărnii și vă vor permite să vă stabiliți scopul vieții pe pământ.

Când veți citi lecția, consultați foaia de hârtie cu însemnările făcute și reflectați asupra punctelor care vă derutează sau care nu vi se par destul de clare. Trebuie ca dumneavoastră să reflectați și tot dumneavoastră veți găsi răspunsul.

Nu puteți obține nimic fără a face un efort pentru aceasta.

Trebuie să munciți, căci lucrurile care vi se dau gratuit nu au, în general, nici o valoare.

Trebuie să vă deschideți mintea, să aveți voința necesară pentru a acumula noi cunoștințe.

Trebuie să vă „imaginați” că învățătura vă pătrunde și nu uitați nicicând că gândirea este chiar omul.

LECȚIA ÎNTÂI

CONSTITUȚIA FIINȚEI UMANE

Înainte de a încerca să înțelegem natura „eului superior” sau să abordăm probleme mai oculte, trebuie să înțelegem cât mai bine natura Omului. Pe tot parcursul acestei lecții, vom folosi cuvântul „om” fie că ne referim la un bărbat sau la o femeie. Să ne fie permis chiar de la început, să vă atragem atenția că în ceea ce privește ocultismul și fenomenele de percepție extra-senzoriale, femeia este cel puțin egală bărbatului. De fapt, femeile au de cele mai multe ori o aură mai strălucitoare și apreciază mai bine diversele aspecte ale metafizicii.

CE ESTE VIAȚA?

La drept vorbind, tot ceea ce există este „viață”. Chiar și ceea ce considerăm noi că este mort este „în viață”. Forma normală de viață poate să fi dispărut în ceea ce numim noi moarte, dar odată cu încetarea „vieții” apare o nouă formă de viață. Procesul de descompunere creează o nouă forță de viață!

Tot ce există vibrează. Tot ce există este format din molecule în mișcare permanentă. Preferăm să folosim în ceea ce urmează, termenul de „moleculă” în locul celui de atom, de neutron, de proton etc., pentru că acest curs este unul de metafizică și nicidecum unul de chimie sau de fizică. Căutăm să prezentăm mai degrabă o

privire de ansamblu asupra conținutului acestui curs decât să insistăm asupra unor detalii care nu ar servi intențiilor noastre.

Considerăm, fără îndoială, că este util să spunem câte ceva despre molecule și atomi pentru a-i liniști pe cei mai exigenți dintre cititori care, altfel, ne-ar scrie pentru a ne învăța ceea ce știm deja. Moleculele sunt particule infinit de mici, dar ele pot fi văzute grație microscopului electronic. Potrivit definiției din dicționar, molecula este cea mai mică parte dintr-o substanță pură care poate exista în stare liberă și care mai păstrează proprietățile substanței respective. Oricât de mici ar fi, ele sunt compuse din particule și mai mici numite atomi.

Atomul este un sistem solar în miniatură. Nucleul său reprezintă soarele nostru, în jurul căruia gravitează electronii cu sarcină electrică negativă, tot așa cum planetele se rotesc în jurul soarelui. Fiecare substanță posedă un număr determinat de electroni care se învârtesc în jurul „soarelui” ei. Uraniul, de exemplu, are 92 de electroni; carbonul are numai 6, dintre care doi gravitează pe orbita cea mai apropiată de nucleu, iar ceilalți patru pe orbita mai depărtată. Noi vom face însă abstracție de atomi și vom vorbi de acum în colo numai de molecule.

Omul este constituit dintr-o masă de molecule care gravitează cu o mare viteză. Omul se înfățișează ca un corp solid; ne este practic imposibil să ne vărăm degetul între carne și oase. Și totuși această caracteristică de corp solid este de fapt o iluzie. Să considerăm că o ființă infinit de mică s-ar plasa la o oarecare distanță de corpul omenesc pentru a-l observa. Ea ar avea prilejul să vadă sori și nebuloase ale căror traiectorii sunt niște spirale, niște dâre strălucitoare ca cele din Calea Lactee. În părțile moi ale corpului, în carne, moleculele vor apărea

mai împrăștiate, în timp ce în părțile mai tari, în oase, ele vor apărea mai dense, dând impresia unei îngrămădiri de stele.

Imaginați-vă că v-ați urcat pe un vârf de munte, într-o noapte senină. Sunteți singur, departe de luminile orașului care din cauza reflexiei bolții cerești s-ar refracta în straturile cu particule umede în suspensie și v-ar limita sensibil vizibilitatea. Sus, pe boltă, stelele scipesc. Galaxiile vi se înfățișează privirii. Calea Lactee traversează cerul ca o pulbere de lumină. Sunteți uluit de atâtea stele, constelații, lumi, planete! Molecule. Așa v-ar vedea ființa microscopică.

Orice om poate fi conceput ca un univers în care planetele, moleculele, gravitează în jurul unui soare central. Cea mai mică pietricică, cea mai firavă crenguță, picătura de apă, toate sunt compuse din molecule aflate în continuă mișcare.

Această mișcare dă naștere unei forme de electricitate, care, adăugându-se „electricității” generate de eul superior, stimulează Viața. În jurul celor doi poli ai pământului se iscă furtuni magnetice care duc la apariția aureolelor boreale minunat colorate. În jurul tuturor planetelor, în jurul tuturor moleculelor, radiațiile magnetice se încrucișează cu cele venite din alte lumi sau molecule. Așadar, omul este un univers, dar nu un univers în sine. Nici o lume nu poate exista fără alte lumi. Fiecare făptură, fiecare univers, fiecare moleculă depinde de alte făpturi, de alte lumi, de alte molecule indispensabile vieții acestora.

Să nu uităm că grupurile moleculare au densități diferite; este vorba, de fapt, de grupurile de stele de pe cer. În unele regiuni ale universului cosmic există un fel de deșerturi în care planetele sau luminile sunt rare, după

cum în altele densitatea acestora este enormă, ca în cazul Căii Lactee. Asemănător, roca poate fi considerată ca o constelație sau o galaxie foarte densă. Aerul este mult mai puțin populat cu molecule. Aerul ne impregnează, poate trece prin vasele capilare ale plămânilor noștri și de acolo în sânge. Dincolo de văzduh, de atmosferă, există cosmosul, spațiul în care grupurile de molecule de hidrogen sunt dispersate. Spațiul nu este vid, așa cum se credea cândva, ci este o masă de molecule de hidrogen care formează stelele și planetele.

Este clar că la o ființă a cărei densitate moleculară este foarte mare, o altă făptură întâmpină greutăți în încercarea de a pătrunde prin acest grup de molecule; însă o „fantomă”, ale cărei molecule sunt foarte distanțate între ele, poate traversa un zid de cărămidă foarte ușor. Acest zid nu este decât o aglomerare de molecule, asemănătoare unui nor de praf în suspensie din atmosferă. Oricât de neverosimil ar părea, există spațiu între molecule, ca între stele, și dacă o făptură este îndeajuns de mică sau dacă moleculele sale sunt destul de distanțate, ea poate trece, de exemplu, prin acest zid cu ușurință, fără ca moleculele sale să se atingă de cele ale zidului. Cele expuse ne permit să înțelegem cum o „fantomă” poate să apară brusc într-o cameră închisă și cum poate ea să treacă printr-un zid masiv și solid. Totul este relativ, iar pentru o fantomă sau o făptură astrală zidul gros nici nu există. Asupra acestei probleme vom reveni ceva mai târziu.

LECȚIA A DOUA

CONSTITUȚIA FIINȚEI UMANE (URMARE)

Așa cum arătam în lecția anterioară, corpul omenesc este format dintr-o mulțime de molecule și dacă un organism microscopic, ca de pildă un virus, îl vede astfel, noi va trebui să considerăm corpul omenesc și ca un ansamblu de substanțe chimice.

Dacă intrați într-un magazin ca să cumpărați o baterie de lanternă, vi se vinde un „recipient” de zinc care conține în centrul său un electrod de carbon și diferite substanțe chimice. Puneți bateria în lanternă și dacă apăsați pe butonul cu care este prevăzută bateria, aceasta va lumina. Știți oare de ce? În anumite condiții, metalele, carbonul și substanțele chimice dau naștere unor reacții care generează curent electric. De fapt nu există electricitate ca atare în baterie, ci ea apare ca efect al reacțiilor chimice dintre elementele constitutive.

În același fel creierul omenesc produce electricitate! În corp există elemente metalice, ca de exemplu zinc, și să nu uităm că molecula de carbon există și ea și stă la temelia corpului omenesc. Există, de asemenea, multă apă și alte substanțe chimice - magneziu, potasiu etc. Acestea se combină și produc un curent electric de intensitate foarte mică, dar care poate fi detectat și măsurat.

Cu ajutorul unor aparate specializate, se pot înregistra oscilogramele undelor cerebrale ale unui bolnav min-

tal. Prin fixarea unor electrozi pe capul bolnavului și folosind niște dispozitive miniaturale de inscripționare, se trasează pe hârtie semnalele captate de electrozi sub forma unor oscilograme, din analiza cărora medicii pot determina natura maladiei pacientului controlat.

Creierul nu este altceva decât un receptor care ascultă mesajele eului superior, precum și un emițător capabil, la rândul său, să transmită eului superior mesaje despre lecțiile învățate. Aceste mesaje sunt transmise prin intermediul „cordonului de argint”, constituit dintr-o masă de molecule care vibrează cu o frecvență extrem de ridicată și care gravitează cu viteză foarte mare pentru a pune în legătură corpul omenesc cu eul superior.

Orice corp viu de pe pământ este, într-o oarecare măsură, un vehicul teleghidat al cărui conductor este eul superior. Ne asemănăm întrucâtva mașinuțelor cu care se joacă un copil care le face să meargă înainte, înapoi, să vireze, apăsând pe butonul unui fir legat de mașinuță; ca și copilul, eul superior, care nu poate coborî pe pământ, își trimite corpul acolo. Toate câte le trăim aici, pe pământ, tot ceea ce facem sau gândim, tot ceea ce învățăm este trimis acolo, sus, pentru a fi înmagazinat în memoria eului superior.

Ființele foarte inteligente care sunt „inspirate” primesc adesea un mesaj direct - în mod conștient - din partea eului superior, prin intermediul cordonului de argint. Leonardo da Vinci era unul dintre cei care au rămas cel mai mult în legătură cu eul superior, dovedind geniu în tot ceea ce a întreprins. Marii artiști, marii muzicieni, marii pictori intră în legătură cu eul superior și compun apoi „inspirați” muzică sau pictează tablouri care le-au fost mai mult sau mai puțin inspirate de către Puterile care ne conduc.

Acest cordon de argint ne leagă de eul superior, tot așa după cum cordonul ombilical leagă pruncul nenăscut de mama sa. Cordonul de argint este o masă de molecule care gravitează oscilând pe frecvențe foarte înalte și foarte diferite; el nu poate fi atins, iar moleculele sunt destul de distanțate pentru ca ochiul omenesc să le poată distinge. Multe dintre animale pot vedea cordonul de argint pentru că ele sunt capabile să sesizeze lungimi de undă pe care oamenii nu le pot percepe. Este știut că un câine poate fi chemat cu ajutorul unui fluier ce emite ultrasunete pe care stăpânul nu le poate auzi. Tot astfel, animalele pot vedea cordonul de argint și aura pentru că ele pot percepe frecvențele vibrațiilor acestora. Printr-un antrenament corespunzător, îi va fi ușor omului să-și extindă banda de sensibilitate receptivă, tot așa cum un om lipsit de forță reușește - prin numeroase exerciții de fortificare - să ajungă să ridice greutăți care depășesc capacitățile sale fizice normale.

Cordonul de argint reprezintă o masă de molecule în vibrație, asemănătoare aceluia fascicul de unde care, reflectat fiind suprafața satelitului nostru, a permis oamenilor de știință să măsoare distanța de la Pământ la Lună. Tot în același fel eul superior intră în legătură cu corpul aflat pe pământ.

Nimic din ceea ce facem nu îi scapă eului superior. Ființele care se străduiesc să se spiritualizeze apucă pe „calea cea dreaptă”. Aspirând la spiritualitate, ele caută să-și ridice frecvența oscilațiilor proprii pe pământ și, prin intermediul cordonului de argint, să le ridice și pe cele ale eului superior. Eul face ca o parte din el să coboare într-un corp omenesc pentru a-i oferi acestui posibilitatea de a învăța. Fiecare faptă bună face să crească frecvența vibrațiilor noastre astrale și terestre, iar dacă

cuiva îi facem un rău, frecvența vibrațiilor noastre astrale se va micșora.

Așadar, oricare dintre faptele noastre rele ne va coborî cu o treaptă pe scara evoluției, după cum fiecare faptă bună ne face să ne ridicăm cu o treaptă. Este esențial deci pentru noi să ne conformăm vechii reguli budiste care ne îndeamnă „să răspundem la rău cu bine și să nu ne temem de nici un om, căci răspunzând la rău cu bine progresăm și ne înălțăm”.

Auzim vorbindu-se destul de des de „josnicia” cuiva. Cunoștințele noastre metafizice îmbracă un limbaj comun și când vorbim despre o „melancolie profundă”, este vorba de fapt de niște vibrații pe care corpul le transmite, prin intermediul cordonului de argint, eului superior sau pe care eul superior le transmite corpului.

Mulți oameni nu pot înțelege de ce nu sunt în stare să comunice în mod conștient cu eul lor superior. Acest lucru este extrem de greu de realizat, în lipsa unui antrenament de lungă durată. Să presupunem că vă aflați undeva în America de Sud și doriți să telefonați unei persoane din Rusia, din Siberia, chiar. Va trebui mai întâi să vă asigurați că persoana cu care doriți să comunicați are telefon și apoi să țineți seama de diferența de fus orar. După aceea, va trebuie să fiți siguri că persoana este acasă, că vorbește aceeași limbă ca și dumneavoastră și, în sfârșit, că autoritățile permit această convorbire.

La acest stadiu de evoluție, este mai bine să nu încercați să comunicați în mod conștient cu eul dumneavoastră superior pentru că nici un curs, nici o lecție nu va putea să vă dea în câteva pagini ceea ce necesită ani de practică. Cei mai mulți oameni își pun mari speranțe în acest sens; ei își închipuie că dacă citesc un curs în acest domeniu vor reuși să facă imediat ce fac

Maeștrii, care, probabil, au studiat o viață întreagă sau chiar în mai multe vieți anterioare! Citiți cu atenție acest curs, studiați-l, reflectați asupra lui, și dacă veți dori cu ardoare să vă deschideți mintea, veți primi poate lumina. Se cunosc destule cazuri în care oamenii, și în special femeile, au primit asemenea informații care le-au permis apoi să vadă aura sau cordonul de argint. Aceste experiențe ne îndreptățesc să afirmăm că oricine poate reuși... cu condiția să creadă!