



MUNDILFARI

Félagsblað Lífsspeki- og Heilbrigðisfélagsins 1. tbl. 42. árg. jan. 2014
ábm. Birgir Bjarnason

Lífsspeki- og Heilbrigðisfélag Íslands, Ingólfsstræti 22. Pósthólf 1257, 121 Reykjavík, sími 551 7520



Samsömun

Að samsama sig við eitthvað td. hugan eða líkamann merkir að við teljum okkur fyrst og fremst vera það sem við tengjum okkur (égið) við. Að samsamast eignum þýðir að við lítum á eignir sem sérstæði okkar, það sem gerir okkur sérstæð, það sem gerir okkur að því sem við erum. Hér eins og í allri samsömun leika hugurinn og égið lykilhlutverk. Hugurinn segir að eitthvað tilheyrir okkur og okkur einum. Þannig breytumst við í ríka einstaklinga eða efnalitla. Ef hugurinn segir að við séum td. fátæk þá komum við fram sem slík, við birtum okkur sem slík.

Ef við samsömun okkur við líkamann verðum við ástand hans. Ef hann er í góðu formi erum við glæsileg ef hann er sjúkur erum við sjúklingar eða öryrkjar og komum fram sem slíkir. Enn verra, við sækjum styrk í veikleika til að viðhalda samsömuninni eða styrk í ímynd glæsileika sem mun að lokum breytast, hrörna og hverfa.

Égið og hugurinn geta einnig og oft samsamað sig við hugmyndir jafnvel ímyndanir sem upp koma í huganum. Slíkt getur orðið hættulegt ef ranghugmyndir taka völdin. Alvarlegast er samt að éginu er viðhaldið með samsömunum. Við styrkjum égið eða égkenndina með veraldlegum gæðum (eða skorti), líkams- og tilfinningalegu ástandi eða hugsunum. Ég verð staða mín í þjóðfélaginu, völd mín eða valdleysi, þekking mín eða vankunnátta, eignir mínar, gjörfuleiki eða vesælddómur, þrek mitt eða máttleysi, hugsjónir mínar eða skeytingarleysi. Þannig verðum við til, þetta sérstæði sem við teljum okkur vera.

Hér er ekki sagt að slíkt sé alfarið slæmt. Hér er vikið að gallanum við þetta. Hann er sá að égið og hugurinn eru hindrun í að upplifa það sem við erum í raun. Hindrun í að vera það ástand sem okkur er eðlislægast og náttúrulegast.

Hvað erum við í raun?

Það verður varla betur sagt en Sigvaldi Hjálmarsson gerði.

Tilfinningin fyrir því að vera.






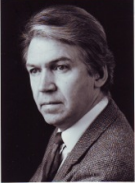
Þetta er samt eins konar tilfinning ekki venju- bundnar tilfinningasveiflur. Við erum ekki égið, það er tilbúningur hugans. Við komust ekki nær þessu í orðum en að segja; *upplifunin fyrir því að vera*. Ekki að vera eitthvað sérstakt heldur bara því að vera til. Í henni felst tenging við allt sem upplifað er en enginn sérstakur sem upplifir. Sá sérstaki sem venjulega upplifir er horfinn um stund inn í þá einingu sem felst í heildinni. Við þá upplifun hverfur öll aðgreining og samsömun, við erum það sem er upplifað. Við verðum gleði og þjáning heimsins.

Hér verður orðið dýpt að koma inn í. Um er að ræða upplifun á dýptina. Í því fellst upplifun sem er varanlegri, nánari, sannari og víðfeðmari en algengustu upplifanir. Og þessi upplifun verður vitundarástand okkar sem er samt ekki okkar þar sem eignarhaldið og -hvötin fer með aðgreiningunni og éginu. Þannig hverfum við frá venju- bundnu líkams-, tilfinningaástandi og hugarástandi sem einkennist af sveiflum og takmörkunum égsins. Aðeins þannig getum við hvílst um stund í veru okkar, í upplifuninni að vera til beint og milliliðalaust.

Dagskrá föstudaga kl 20:00

| | | | |
|-----------|-----------|---|---|
| Blavatsky | 17. jan | Jón Ellert Benediktsson: Hversdagsvitund og frumvitund |  |
| Rvík.d. | 24. jan. | Helgi G Garðarsson: Brot úr Grettissögu frá sjónarhorni Jungianskra fræða. Jungianskur fræðirammi er ekki einungis notaður við sálfræilega meðferð, hann er líka gagnlegur við bókmenntagreiningu. Í fyrirlestrinum verður rýnt í Grettissögu samkvæmt þessari hefð og ljósi varpað á erkitýpur og önnur Jungiönsk fyrirbæri í sögunni. | |
| Septíma | 31. jan. | Pétur Gissurarson: Sólkerfið okkar og næstu nágrannar. Hafa flökkuhnettir komið inn í sólkerfi okkar fyrr á öldum. |  |
| Mörk | 7. feb. | Guðfinnur Jakobsson: Rafael erkiengill. | |
| Veda | 14. feb. | Birgir Bjarnason: Hönd, höfuð, hjarta. Samhljómur hugar, hjarta og handar er kjarninn í mannlegu lífi. | |
| Baldur | 21. feb. | Guðmundur Oddur Magnússon: Átta blaða rósín og heilög geometría. |  |
| Blavatsky | 28. feb. | Pétur Sigurðsson fjallar um kynni sín af andlegum málum. |  |
| Rvík.d. | 7. mars | María Garðarsdóttir: Persónuleikagerð Jungs. Hugtökin innhverfur (e. introvert) og úthverfur (e. extravert) eru nú á allra vörum en það eru færri sem vita að þau eru runnin frá Carl Gustav Jung. Í fyrirlestrinum verður sagt frá persónuleikagreiningu Jungs. Og gefið dæmi um hvernig megi nota hana. |  |
| Septíma | 14. mars | Gunnlaugur Guðmundsson, stjórnumspekingur: Sálarnetið. Um tengsl manns, náttúru og alheims og hvernig þau birtast í persónuleika mannsins á einstökum tímabilum. Hver er bakgrunnur spádóma? |  |
| Mörk | 21. mars | Lárus Ýmir Óskarsson, kvikmyndagerðarmaður: Spiral Dynamics. |  |
| Baldur | 28. mars | Ragnar Öundurson: Táknmál og launsagnir í Egils sögu. |  |
| Veda | 4. apríl | Fræðsluþættir um hina „fornu speki”, lífspekilegar kenningar. Sex erindi: Halldór Haraldsson. 1. Hvað er lífspeki? H.P.Blavatsky, ævi og störf. Tildrög og stofnun félagsins. | |
| Mörk | 11. apríl | 3. Þróun lífsins, þróun mannsins. Innri gerð mannsins. | |
| Septíma | 25. apríl | 5. Fyrri menningarskeið, þróun og hnignun. |  |

Dagskrá laugardaga kl 15:30 hugleiðing / íhugun, kl. 16 kaffi og umræðuefni

| | | | |
|-----------|-----------|---|---|
| Blavatsky | 18. jan. | Jón Ellert Benediktsson leiðir íhugun 15:30 og spjallar eftir kaffið. | |
| Rvík.d. | 25. jan. | Haraldur Erlendsson, 15:30 hugleiðing, erindi eftir kaffi. Fjallað um byrjun á möntru iðkun , fyrstu dagarnir, fyrsti mánuðurinn. Tilraun með möntru hugleiðingu, mantra eldguðsins Agni. |  |
| Septíma | 1. feb. | Þórgunna Þórarinsdóttir leiðir hugleiðingu og fjallar um YAMA og NIYAMA . |  |
| Mörk | 8. feb. | BB með hugleiðingu 15:30. Lesin ræða J. Krishnamurtis frá 1975 kl 16:20. Kraftaverk athyglinnar . Getum við komist að því hvort til er eitthvað raunverulegt, eitthvað sem ekki er ímyndun, ekki blekking, óskhyggja eða mýta, heldur óförgengilegur veruleiki, varanlegur sannleikur? |  |
| Veda | 15. feb. | Birgir leiðir hugleiðingu. Efni kl. 16:20: Að hlusta á tónlist í umsjá Halldórs Harldssonar. Fjallað verður um ýmsar leiðir til að hlusta á tónlist. | |
| Baldur | 22. feb. | Mynstur í Landnámi . Pétur Halldórsson segir frá nýútkominni bók sinni á ensku: Patterns of Settlement, Paces 1-9. |  |
| Blavatsky | 1. mars | Þorgerður Jóhanna Guðmundsdóttir leiðir íhugun 15:30 og spjallar eftir kaffið. | |
| Rvík.d. | 8. mars | Gísli V Jónsson með hugleiðingu. Kaffi á eftir og erindi. Fjallað verður um sjálfspökku og sýnt stutt myndband. |  |
| Septíma | 15. mars | Bjarnheiður Bjarnadóttir leiðir hugleiðingu. Umræður í höndum Gunnars Mássonar sem fjallar um Antakarana-vitundarbrúna. | |
| Mörk | 22. mars | Sigríður Einarsdóttir stýrir hugleiðingu og verður með tónlist og les úr ritum Gretars Fells eftir kaffið. |  |
| Baldur | 29. mars | Spjallfundur, framsaga ákveðin síðar. | |
| Veda | 5. apríl | 2. Hin hulda kenning, Dzyan stanzarnir og Kiu-te bækurnar. | |
| Mörk | 12. apríl | 4. Líf og dauði. Önnur tilverustig. Karma og enduholdgun. | |
| Septíma | 26. apríl | 6. Andleg þróun. Andleg iðkun. Hin forna viska í daglegu lífi. |  |

Ýmsir þættir starfsins

Lífspækifélagið á vefnum

Á síðu félagsins <http://www.lifspekifelagid.is> er hægt að sjá ýmislegt m.a. dagskránnar og greinar. Einnig er hægt að nálgast upplýsingar á fésbókinni:

www.facebook.com/pages/Lifspekifelagid

Mundilfari í tölvuna

Félagið leitar það leiða til að spara. Ein leiðin er að hætta að senda Mundilfara í pósti. Allir geta

fengið Mundilfara sendan í vefpósti. Slíkt sparar ljósritunar- og póstkostnað.

Þeir sem óska eftir Mundilfara rafrænt þurfa að senda netfang sitt til: birgirbjarna@simnet.is. Sendið fullt nafn með og helst heimilifang.

Fundartímar

Fundartími á föstudögum er kl 20. Á laugardögum er aðaláhersla á hugleiðingu (íhugun) og fræðslu tengdri henni eða annað efni. Hugleiðing hefst kl 15:30. Síðan er kaffi kl 16 og fræðsla eftir það.

Félagaskrá

Tilkynningar vegna breytinga í félagaskrá berist til Leifs Leifssonar, ritara: leifurhl@gmail.com

Aðalfundur

Aðalfundur Lífspekifélagsins verður haldinn laugardaginn 10. maí kl 14.

Bókasafn og bókaþjónusta

Bókaþjónustan er opin á fimmtudögum kl. 16:30 til 18:30. Á sama tíma er bókasafnið opið. Halldór Haraldsson sér um bókaþjónustuna.

Sumarsamvera

Á fundi stjórnar og deildarformanna 2. des. var samþykkt að lengja sumarsamveruna um einn dag. Óskir um þetta komu fram í lok sumarsamverunna s.l. sumar sem tókst mjög vel. Hún hefst því **fimmtudaginn 26. júní og lýkur á**

sunnudeginum 29. júní, þrjár nætur í stað tveggja áður. Er þetta gert í samráði við Heilsustofnun NLFÍ.

Leshópur á sunnudögum

Leshópurinn heldur áfram kl 11 á sunnudagsmorgnum.

Viðbót við áður auglýsta dagskrá Miðvikudaginn 19. febrúar og næstu miðvikudagar kl 17:30 Samræður Krishnamurtis og tveggja vísindamanna

Myndband á ensku. Tekur um klukkutíma. Alls 7 þættir, einn búinn. Umræður þátttakenda á eftir. Framhald næstu fimm miðvikudaga.

Peir sem vilja styrkja félagið með beinum fjárframlögum geta gert það með því að leggja inn á eftirfarandi reiknisnúmer:

Reiknisnúmer: 0111-26-517509
Kennitala félagsins er 580169-4739

Sími forseta er 554 2957 / 695 8955

Netfang: lifspekifelagid@gmail.com Lén: www.lifspekifelagid.is

Fimmtudaga kl. 16:30 til 18:30 er bókasafnið, bókaþjónustan og skrifstofan opin yfir vetrarmánuðina.

Laugardaga kl 15:30 til 17:30 er opið hús, hugleiðing / íhugun (niðri) og umræðuefni (uppi).

Leiðbeining til andlegra nema.

Að heyra ekkert illt, að segja ekkert illt, að sjá ekkert illt.

Þetta merkir ekki að afneita öllu slæmu, heldur að nálgast allt með jákvæðu móti.

