



MUNDILFARI

Félagsblað Lífspekifélagsins 1. tbl. 54. árg. Janúar 2026. Ábm. Kolbrún Kolbeinsdóttir
Lífspekifélagið - Guðspekifélagið - Guðsbakarið - Tesopinn
The Theosophical Society

Kæru félagar!

Vöknun andlegrar leitar og arfleifð Lífspekifélagsins

Saga **Lífspekifélagsins** (Theosophical Society), sem stofnað var árið 1875 af Helenu Blavatsky og Henry Steel Olcott, markar djúpstæð tímamót í menningarsögu Vesturlanda. Á tímum þar sem vísindahyggja og hefðbundin kirkjukristni tókust á, bauð lífsspekin upp á brú á milli austrænnar speki og vestrænnar rökhugsunar. Félagið var einn helsti hvati þess að hugtök eins og karma, endurholdgun og hugleiðsla urðu hluti af vestrænu hugtakasafni. Þessi vöknun til andlegra leiða var ekki síst viðbragð við iðnvæðingu og efnishyggju, þar sem leitað var aftur til „hinnar fornu speki“ til að finna tilgang í ört breytilegum heimi.

Grunnatriði Lífspekifélagsins eru þrjú og mynda þau hornstein starfseminnar:

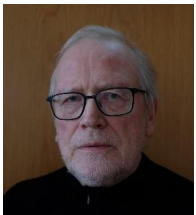
1. Að mynda kjarna að almennu bræðralagi mannkyns án tillits til kynþáttar, trúarbragða, kynferðis, stéttar eða litarháttar.
2. Að hvetja til samanburðarrannsókna á trúarbrögðum, heimspeki og vísindum.
3. Að rannsaka óútskýrð náttúrulögmál og dulinn sálarkraft mannsins.

Þessi atriði lögðu grunninn að því sem síðar varð kallað **nýaldarhreyfingin** (New Age). Þótt nýöldin sé fjölbreytt og án miðstýrðra samtaka, á hún rætur sínar í þeirri hugmynd lífsspekinnar að öll trúarbrögð geymi deili á einum og sama sannleikanum. Nýaldarhreyfingin færði áhersluna frá stofnanabundinni trú yfir í **einstaklingsmiðaða leit**. Í stað þess að fylgja fastmótuðum trúarsetningum, hvetur hún einstaklinginn til að verða sinn eiginn „rannsakandi“ á sviði andlegrar reynslu.

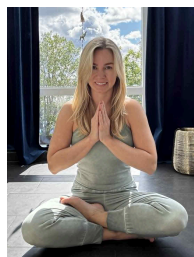
Í dag birtist þessi þróun í vaxandi áhuga á **andlegri iðkun** sem er ótengd trúfélögum, svo sem jóga, núvitund og orkuvinnu. Markmiðið er persónuleg umbreyting og bein upplifun á hinu heilaga eða hinu innra sjálf. Þessi leit endurspeglar nútímalega þörf fyrir sjálfstæði í andlegum efnum, þar sem iðkunin sjálf — fremur en blind trú — er látin skera úr um gildi þeirrar leiðar sem valin er. Þannig hefur vegferðin færst frá predikunarstólum inn í þögn hugleiðslunnar og persónulega sjálfsvinnu einstaklingsins.

Með kærri kveðju, Haraldur Erlendsson forseti.

Om satyān nāsti paro dharmaha II Heill sé æðri viskunni sem býr á bak við alla andlega skóla og innra með hverjum manni. Heill sé handan-við-sannleikanum handan allra andlegra skóla. Hún er gyðjan Þeó Sófía

	Fastir liðir í húsinu fram að vori 2026	
Salur niðri vormisseri PRÍÐJUD. kl.12:00-13:00 FÖSTUD kl.12:00-13:15 & SUNNUD kl.10:00 - 11:30	OPNIR JÓGATÍMAR: Í HÁDEGINU Á ÞRÍÐJUDÖGUM og FÖSTUDÖGUM Á MORGNANA Á SUNNUDÖGUM <i>Félagar í stúkunni MÖRK halda áfram að bjóða félagsmönnum Lífspekifélagsins og vinum þeirra í jóga. Tíminn kostar ekkert en tekið er við frjálsum framlögum sem renna 50/50 til Lífspekifélagsins og leiðbeinanda.</i> Eva Rós leiðir mildan jóгатíma í hádeginu á þriðjudögum. Tíminn stendur í 60 mínútur og er byggður upp með fjölbreyttum líkamsæfingum, öndunaræfingum, hugleiðslu og slökun í lokin.  Arngrímur leiðir jóгатíma í 75 mínútur í hádeginu á föstudögum. Tíminn hefst á hugvekju eða stuttum lestri úr andlegu efni en stundum tekur Arngrímur fram gítarinn og lætur tónana styðja við upphaf og endi tímans. Á sunnudagsmorgnum kl 10 leiðir Arngrímur mjúkt jóga í 90 mínútur. Áherslan er á líkamsvitund, jafnvægi, styrk og einbeitingu. Í lokin njótum við djúprar slökunar. • Æfingarnar eru alltaf fjölbreyttar og útfærðar þannig að þátttakendur á öllum stigum og aldri geti tekið þátt. • Gott er að taka með eigin dýnu ef þú átt, en við erum með nokkrar á staðnum. <i>Tekið er við frjálsum framlögum sem renna 50/50 til Lífspekifélagsins og leiðbeinanda.</i>	Mörk  Eva Rós Gústavsdóttir og  Arngrímur Sigmarsson
Alla sunnudaga kl.11:00 uppi Fyrsti fundur 11.jan. og síðasti 19.apr.	Lesfundir Lesfundir eru haldnir á vegum Blavatsky-stúkunnar hvern sunnudag kl. 11:00 –12:30. Fundirnir hefjast á stuttri hugleiðingu og svo er farið í efnið. Haldið verður áfram að ræða þrautir Herkúlesar og stuðst við bókina The Labours of Hercules eftir A.A.B. í íslenskri þýðingu. Einnig verður rætt efni úr bókinni Mót Vatnsberaöld (Towards Aquarius) eftir Vera S. Reid (í íslenskri þýðingu) sem fjallar um áhrif stjörnumerkjanna á mannkynið og vegferð þess.	Blavatsky stúkan Jón Ellert Benediktsson 

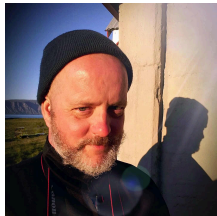
	Fastir liðir í húsinu fram að vori 2026	
Alla sunnudaga kl. 19:00 uppi	Ljósberar Guðspekifélagið var stofnað í kringum rit Helenu P Blawatskys (HPB) og efni þeirra er ævi studia. Við sem hittumst á sunndögum er fólk sem vill lesa og ræða saman efni, sem kom frá HPB og Alice A Bailey sem kom með bækur í framhaldi af HPB. Helena Roerich kom með Agni Yoga bækur og þetta er ákveðinn kjarni til lestrar. Hugsjónafólk hefur þýtt margar þessara bóka á íslensku. Markmið lesturs og samræðna er skilningur sem sýnir á hvaða vegferð maðurinn er. Við mannfólk erum sálir sem gæðir líkamann lífi. Við gerum léttu og auðlærða huglæga hóp-yoga æfingu sem er til að styrkja tengsl sálar og líkama. Við gerum samtengjandi æfinguna, lesum og ræðum efni til að auðga andann. Þetta er opinn hópur og við erum með til að skilja meira, okkur sjálf og tilveru okkar. Það er engin formleg kennsla sem fer fram. Við erum bara að vökva okkar andlega blóm til að ljósið okkar lýsi okkur betur.	Ljósberar Leifur Sörensen 
Alla mánudaga kl.18:00 niðri	Hugleiðsla og lestur úr Hittumst og lesum saman úr bókinni <i>Ný jörð</i> eftir Eckhart Tolle í korter, síðan er hálf tíma hugleiðsla og í lokin spjall.	Krishnamurti Bjarki Snær Ólafsson
Kl.20 uppi/niðri 2.jan. fös. 1.feb. sun. 2.mars mán. 1.apr. miðv. 1.maí fös.	Tunglhugleiðing Blavatsky-stúkan gengst fyrir sérstökum hugleiðslukvöldum þegar tungl er fullt og er hugleiðingin allajafna haldin á degi fulls tungls eða næsta dag á undan. Fundirnir hefjast kl. 20:00 (allajafna uppi) með umfjöllum um viðkomandi stjörnumerki og svo er hugleitt í u.þ.b. 20 mín. Dagsetningarnar á vorönn 2026 eru eftirfarandi: 2. janúar föstudagur (uppi) 1. febrúar sunnudagur (niðri) 2. mars mánudagur (uppi) 1. apríl miðvikudagur (niðri) 1. maí föstudagur (uppi)	Blavatsky stúkan Jón Ellert Benediktsson 
Annar eða þriðji fimmtu- dagur hvers mánaðar kl.19:00 uppi	Ævintýrahópurinn Helgi Garðar Garðarsson geðlæknir fer fyrir ævintýrahópnum þar sem rætt verður um hvernig ævintýrin tala til sálarinnar í gegnum táknmyndir. Ævintýrið er skoðað sem andleg leið til að heila sálina og tengjast hinu heilaga í lífinu og okkur sjálfum. Dagsetningarnar á vorönn 2026 eru eftirfarandi: 8. janúar 12. febrúar 19. mars 9. apríl	Reykjavíkurbildin Helgi Garðar Garðarsson 

	Fastir liðir í húsinu fram að vori 2026	
Fjórði þriðjudagur hvers mánaðar kl. 19:00 uppi	GrafarSkraf Það er ekki alltaf auðvelt að tala um dauðann, dánarferlið, jarðarfarir eða sorgina. Grafarskrاف heitir hópur sem hittist og talar í öruggu umhverfi í trúnaði um þessi málefni. Hópurinn styðst við spil með spurningum sem hvetja til umhugsunar og umræðna um dauðann. Spurningarnar eru ekki einungis um dauðann heldur einnig um lífið og samfélagið og allt þar á milli. Dagsetningar að vori: 27. jan., 24. feb., 24. mars, 28. apríl, 26. maí,	Guðrún Garðarsdóttir og fleiri 
Þriðjudaga í febrúar 17:00 - 18:30 niðri 3. feb. 10. feb. 17. feb. 24. feb.	LOKAÐ NÁMSKEIÐ: JÓGA OG NÚVITUND Í ÞÍNU DAGLEGA LÍFI Eva Rós Gústavsdóttir, meistaranemi í klínískri sálfræði og jógakennari, leiðir fjögurra vikna lokað námskeið sem miðar að því að leiðbeina þátttakendum með hvernig markvisst megnotaðferðir úr jóga sem stuðning við bætt andlega heilsu. Uppbygging tíma: Í fyrri hluta tíma er farið í grunninn á líkamlegum jógaæfingum um leið og æfingarnar eru iðkaðar en í síðari hlutanum ræðum við jógaheimspeki og gerum núvitundaræfingar í sitjandi hugleiðslu. Í lokin iðkum við svo sjálfsskoðun og könnun m.a. hvernig, og með hvaða hætti, við getum innleitt núvitund og jóga í okkar daglega líf til að bæta bæði andlega og líkamlega heilsu. Um leiðbeinandann: Eva Rós hefur stundað hugleiðslu frá barnsaldri og kennir nú jóga í Yoga Shala, einkatímum og hjá fyrirtækjum. Hún stundar jafnframt nám í klínískri sálfræði á meistarastigi og greinir skýr tengsl milli jógafræða og sálfræði í nálgun á heilsu og vellíðan. Í kennslu sinni tengir Eva Rós saman líkamlegar æfingar, öndun og vitund þannig að nemendur fá tækifæri til dýpri sjálfsþroska. Hún leggur áherslu á að jóga sé heildræn nálgun sem styður við andlega heilsu og persónulegan vöxt. Námskeiðið hefst 3. febrúar og verður haldið á þriðjudögum kl.17:00-18:30. Það stendur í fjórar vikur og nemendum er frjálst að senda Evu Rós spurningar á milli tíma. Til að skrá þig og fá frekari upplýsingar skaltu senda tölvupóst á: eva.gustavsdottir@gmail.com	Mörk  Eva Rós Gústavsdóttir Jógakennari og meistaranemi í klínískri sálfræði

	Fastir liðir í húsinu fram að vori 2026	
Þriðjudaga frá mars til apríl niðri 17:00 - 18:30 3. mars 10. mars 17. mars 24. mars 7. apr. 14. apr. 21. apr.	OPIÐ NÁMSKEIÐ: RÆTUR OG SIÐFRÆÐI JÓGA (sjö skipti) Arngrímur Sigmarsson, jógakennari, leiðir okkur inn í yamas sem eru fyrsti angi af átta öngum samkvæmt jógasutrum Pajantalis. Yamas - eru 5 atriði sem mynda siðferðilegan grunn yoga en þau eru Ahimsa (friðsæld), Satya (sannmæli), Asteyja (stela ekki), Bramacharya (sjálfstjórn) og Aparigraha (hófsemi) Námskeiðið er fléttað saman með stuttum fyrirlestrum, jógaæfingum, hugleiðslu, verkefnum og tjáningu. Við skoðum hvernig við getum unnið með þessi hugtök í okkar iðkun á jóga, bæði í formlegri iðkun á jógaðýnnunni og í daglegu lífi. Um leið leitumst við að dýpka skynjun okkar á þeim þannig að þau séu innri leiðsögn fremur en hugmyndir eða boðorð. Um leiðbeinandann: Arngrímur hefur iðkað yoga í 15 ár og um leið kynnt sér jógafræði og hugleiðslu. Á eigin vegferð hefur hann fundið hvernig jóga getur stutt við bata, skapað friðsæld og innri sátt. Árið 2025 lauk hann 200 stunda kennaranámi hjá Yoga Shala Reykjavík. Með mildi og hlýju aðlagar hann kennsluna að hópnum í hvert skipti. Námskeiðið hefst 3. mars en kennt verður á þriðjudögum kl.17:00 - 18:30 í sjö vikur.	 Mörk Arngrímur Sigmarsson Jógakennari
Annar þriðjudagur í mánuði Kl.19 uppi	Lesfundir Antrópósófíka félagsins Dagsetningar að vori: 13. jan. 10. feb. 10. mars 14. apr.	Antrópósófíka félagið

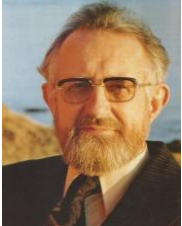
	Dagskráin föstu- og laugardaga í janúar	
23.jan. fös. Kl. 19 niðri	ASKUR YGGDRASILS Tákn úr Völuspá um heimstréð. Hugleiðsla á tréð. Haraldur Erlendsson flytur erindi og leiðir hugleiðslu.	Baldur Haraldur Erlendsson 
24.jan. lau. Kl.14 uppi	NÍU SKREF ÞÓRS Í VÖLUSPÁ 9 skálar Hymis í Hymiskviðu. Er verið að ræða um orkustöðvarnar?	Baldur Haraldur Erlendsson
30.jan. fös. Kl. 19 niðri	ERT ÞÚ AÐ KLJÁST VIÐ ANDLEG EÐA LÍKAMLEG VEIKINDI? Guð notar oft erfiðar kringumstæður til að skerpa og móta persónuleika okkar, sem hann getur ekki gert með öðru móti. Marta Eiríks gleðipjálfi, rithöfundur og jógakennari verður með uppbyggjandi erindi sem byggir á visku bókana sem hún hefur skrifað og ekki síst þeirri nýjustu <i>Þjáningin er fæðingarhríð</i>  <i>skilningsins.</i>	Dögun Marta Eiríks 
31.jan. lau. Kl.14 niðri	HEILANDI GONG-SLÖKUN Linda Mjöll Magnúsdóttir eigandi Apuchin Heilunarstofu verður með Heilandi gongslökun laugardaginn 31. jan kl 14.00. Hún hefur unnið við heilun síðan 2012 og haldið gongslakanir , seremóníur og fleiri viðburði síðan 2016. Gongið hennar er tunglvatnsgyðjugong og er einkar mjúkt og flæðandi. Vinsamlega komið með ykkar eigin teppi, jógaðýnur og púða og mætið tímanlega. Hlakka til að njóta með ykkur, Linda	Dögun Linda Mjöll Magnúsdóttir 

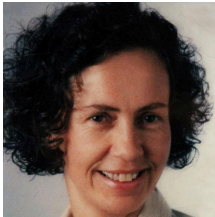
	Dagskráin föstu- og laugardaga í febrúar	
6.feb. fös. Kl. 19 niðri	HIÐ KOSMÍSKA HEIMSSKIPULAG Heimsskipulag Martinusar lýsir alheiminum sem lifandi og meðvitaðri heild, þar sem öll fyrirbæri eru tjáning lifandi vera á mismunandi þróunarstigum. Samkvæmt þessari heimsmynd eru allar verur hlutar Guðdómsins og lifa í síendurtekinni hringrás frá myrkri til ljóss og frá þekkingu til vanþekkingar. Hinn svokallaði dauði er eingöngu millistig þar sem verurnar fara í gegnum endurnýjun til þess að fæðast aftur. Verurnar þróast og þroskast sálrænt og siðferðilega frá lágu vitundarstigi til hærri vitundarstigs. Lögmál orsaka og afleiðinga tryggja að sérhver vera upplifir á eigin skinni afleiðingar athafna sinna og lærir smám saman að skapa samræmi, frið og kærleika. Þróun lífsins felst í því að fara frá frumstæðu sjálfsbjargarstigi til vitundar byggðar á kærleika og sköpunarhæfni. Efnisheimurinn er aðeins ytra birtingarform dýpri andlegs veruleika, og markmið allrar þróunar er að veran nái hæstu vitund þar sem algildur kærleikur ríkir sem samstillt samband ljóss og skugga í allri upplifun verunnar. Hið endanlega skipulag með mannveruna er að upplifa og að verða eitt með Guði eða það sem við köllum „kosmíska fæðingu“.	Martinus Hilmar Sigurðsson 
7.feb. lau. Kl.14 niðri	ÓHAMINGJUSÖM ÖRLÖG VERANNA ERU EKKI „REFSING“ FYRIR DRÝGÐAR SYNDIR Útdráttur úr bókinni <i>Leiðin til Paradisar</i>: Öll óhamingjusöm örlög viðkomandi vera eru þannig eingöngu afleiðingar af undangenginni rangri viljabeitingu eða lífsbreytni þeirra. En þar sem núverandi örlög veranna samanstanda ekki eingöngu af afleiðingum mistaka í núverandi lífi þeirra, heldur samanstanda einnig af afleiðingum þeirra misgjörða, sem þær hafa framið í fyrri tilverum eða fortíðarlífum, skilja nefndar verur að öllu jöfnu ekki dýpstu orsökina fyrir þeirra eigin óhamingjusömu örlögum. Þær geta alls ekki séð neitt réttlæti í þeim hluta örlaga þeirra, sem þær upplifa, sem óhamingju og þjáningu. Þess vegna álíta þær í versta falli að örlög þeirra, óhamingja þeirra og þjáning, séu afleiðingar af tilviljanakenndum kröftum og í besta falli refsing frá Guði, vegna þess að þær hafi lifað „syndugu lífi“. Hilmar Sigurðsson heldur erindi um fræði Martinusar og Svanur B. Annasson verður með frásögn úr bókinni <i>Leiðin til Paradisar</i> eftir Martinus	Martinus Hilmar Sigurðsson og Svanur B. Annasson 
13.feb. fös. Kl. 19 niðri	DULARFULLU EITUREFNIN Í LÍKAMANUM OG ÁHRIF ÞEIRRA Á HEILSUNA Anna Katrín Ottesen sjúkraþjálfari og heilsuþjálfari mun fjalla um viðfangsefnið og hvernig það tengist baráttu hennar og bataleiðum.	Baldur Anna Katrín Ottesen 

	Dagskráin föstu- og laugardaga í febrúar	
20.feb. fös. Kl. 19 niðri	VIÐ OG HITT FÓLKID Fyrirlestur séra Kristins Ágústs Friðfinnssonar. Farið verður yfir viðleitni mannsins frá örófi alda til nútímans að sundurgreina og flokka mismunandi manngerðir og hópa eftir ólíkum aðferðum.	Blavatsky Séra Kristinn Ágúst Friðfinnsson 
21.feb. lau. Kl.14 uppi	ÓLÍK VIÐHORF TIL DAUÐANS Jón Ellert Benediktsson leiðir stutta hugleiðingu og fjallar um ólík viðhorf til dauðans. Umræður á eftir.	Blavatsky Jón Ellert Benediktsson 
27.feb. fös. Kl. 19 niðri	TÓNLIST, TÆKNI OG TÍÐNIR Tónlist snertir okkur öll á einn veg eða annan. Það er erfitt að finna manneskju sem hefur ekki gaman af einhver skonar tónlist. Auk þess er erfitt að ímynda sér veröldina án tónlistar og það er næsta óhugsandi að við þekkjum einhvern sem hefur aldrei heyrt tónlist á ævi sinni. Tónlistin vefur sig í gegnum listasöguna og tekur þar sífellt á sig ný form, strauma og stíla allt frá því menn tóku sér hljóðfæri og hófu upp raustina í árdaga og allt fram á okkar daga. Tónlistin er alltumlykjandi og snertir okkur öll. Við leikum, syngjum og skreytum veröldina með tónum og umfram allt, þá hlustum við á tónlist og speglum okkur í veröld hennar. En hvað ertu tónlist og hvaðan komst þú? Í þessum fyrirlestri verður fjallað um hina dulspekilegu hlið tónlistarinnar í anda Rudolf Steiner. Lárus Sigurðsson lauk burtfararprófi í klassískum gítarleik við tónlistarskóla FÍH og hljóðfærasmíðar í anda Rudolf Steiner við Emerson College. Hann lauk meistaranámi í kennslufræðum við Listaháskóla Íslands og hefur starfað lengst af sem smíða- og tónlistarkennari á Sólheimum í Grímsnesi. Hann býr nú og starfar í Hveragerði.	Dögun Lárus Sigurðsson gítarleikari, hljóðfærasmíður í anda Rudolf Steiner, tónlistarkennari o.fl. 
28.feb. lau. Kl.14 niðri	AF HVERJU SKOÐUM VIÐ FYRRI LÍF? Vigdís mun fjalla um dáleiðslu til fyrri lífa og hvernig það gagnast fólki að skoða löngu liðna fortíð sína sér til heilsubótar og bættra samskipta. Hver er tilgangur lífsins og hvernig virkar þessi lífsins skóli?	Dögun Vigdís Steinþórsdóttir 

	Dagskráin föstu- og laugardaga í mars	
6.mars fös. Kl. 19 niðri	ER DAUÐINN TIL? Samkvæmt heimsmynd Martinusar er dauðinn ekki endalok lífs heldur umskipti milli tveggja tilverusviða. Lífið sjálft er eilíft og dauðinn markar aðeins yfirfærslu frá hinu efnislega líkama til andlegs tilverustigs þar sem veran heldur áfram meðvitund sinni, tengslum og þróun. Líkamsdauðinn er því eins og að leggja af sér gamalt klæði sem ekki lengur þjónar tilgangi sínum. Í andlegu ástandi safnar veran styrk, jafnvægi og nýjum innblæstri áður en hún snýr aftur í nýja jarðlífsreynslu með endurfæðingu. Dauðinn er þannig náttúrulegur liður í þróunarferlinu og þjónar þeim tilgangi að færa veruna nær meiri visku, kærleika og kosmískri vitund. Í þessu ljósi er dauðinn hvorki ógn né eyðing heldur lífræn og lögmálstengt framhald í eilífu lífsflæði.	Martinus Finnbjörn Finnbjörnsson heldur fyrirlestur um fræði Martinusar 
7.mars lau. Kl.14 uppi	TILGANGUR DAUÐANS OG ENDURHOLDGUN Samkvæmt Martinus þurfa allar lifandi verur að holdgast í efnislegum líkama vegna þess að einungis í efnisheiminum geta þær lært að hugsa rökrétt og skilið andstæður lífsins af reynslu. Rökrétt hugsun er forsenda þess að vera geti náð hámarksvisku, kærleika og hamingju, en slíkur þroski er ómögulegur nema hún hafi upplifað andstæðuna – þjáningu, skort og myrkur – sem aðeins er hægt að upplifa í dýrslegum, efnislegum líkama. Efnislegi líkaminn er þó aðeins tímabundin viðbygging við hina raunverulegu andlegu líkamsgerð verunnar. Hann þjónar sem verkfæri til að skynja og verka á hinu efnislega sviði þar sem efnið hlýðir ekki sjálfkrafa andlegum kröftum. Með þessum líkama getur veran leikið með efni, lært af afleiðingum athafna sinna og upplifað þau þjáningaráhrif sem ekki er hægt að finna á hinu andlega tilverusviði, sem er svið ljóss, hamingju og fullkomleika. Þannig er holdgun í efnislegu efni nauðsynlegur og óhjákvæmilegur þáttur í þróunarferli allrar lifandi veru.	Martinus Finnbjörn Finnbjörnsson heldur erindi og kynningu um fræði Martinusar 
13.mars fös. Kl. 19 niðri	HVERNIG HUGSA MÁ UM HEIMINN Heimspeki Alfreds North Whitehead (1861-1947) tekin til kynningar Á sama tíma og eðlisfræðingar reyndu á síðustu öld að ákvarða hver væri grundvallandi byggingareind efnisins setti Whitehead fram svokallaða prósess-hugsun, þar sem horft er á heiminn sem samsafn atburða. Er um athyglisverða heimspeki að ræða, þar sem gengið er út frá því að sérhver atburður (event) sé hin grundvallandi eining, sem allur fjölbreytileiki hvílir á. Heimurinn er því eins konar síkvik verðandi, þar sem allt breytist og ekkert er í dag sem í gær. Það stígur því enginn tvisvar í sömu ána, svo gripið sé til frægrar líkingar, sem gefur til kynna úr hvaða átt hugsun Whiteheads er ættuð. Til viðbótar gerir Whitehead ráð fyrir Guði í heimspeki sinni og birtist hann þar bæði sem grundvallandi máttur en einnig sem drifkraftur hins nýja, sem sífellt bíður þess í ófvæni að verða leitt í ljós. Þess má geta að þó prósess-hugsun Whiteheads hafi almennt ekki fangað athygli margra heimspekinga þá hefur hún náð góðri fótfestu á meðal guðfræðinga og trúarheimspekinga, einkum í Bandaríkjunum, þar sem finna má virka og lifandi fræðimennsku á hennar grundvelli ásamt gefandi samtali við aðrar trúar- og heimspekihefðir.	Baldur Sr. Kristinn Jens Sigurþórsson er cand. theol. frá Háskóla Íslands og vígður prestur Þjóðkirkjunnar. Hann nam trúarheimspeki á árunum 2007-2009 við Claremont Graduate University í Kaliforníu. 

	Dagskráin föstu- og laugardaga í mars	
14.mars lau. Kl.14 uppi	WHITEHEAD OG WILLIAM JAMES Heimspékilegar vangaveltur um líf að loknu þessu, tilvist Guðs og einingu heimsins Hér kallast á heimspeki Whiteheads og skrif Williams James um trúarreynslu. Atburðurinn, sem grundvallandi eining alls, kemur hér við sögu því öll mannleg reynsla hvílir á atburðum. Má einu gilda hvort um er að ræða atburði sem eiga sér stað í framvindu daglegs lífs ellegar koma fyrir í vitundarlífi, draumalífi eða sálarlífi. Að ímynda sér eitthvað er t.d. atburður, draumur sömuleiðis, og að upplifa sálarsýn eða verða fyrir nær-dauða-reynslu er ekki síður atburður, sem getur mótað allt líferni upp frá því. Hér er ekki spurt um hvað sé rétt eða rangt, raunverulegt eða óraunverulegt, heldur hvernig unnið er úr sérhverri reynslu og hvort tengja megí trúarreynslu guðdómi.	Baldur Sr. Kristinn Jens Sigurbórsson 
20.mars fös. Kl. 19 niðri	LEYNDARDÓMAR ORKUSTÖÐVANNA OG ORKUSVIÐS MANNESKJUNNAR Jóhanna Jónas hefur verið við nám og störf við Barböru Brennan School of Healing frá árinu 2009 og deilir þekkingu sinni og reynslu í máli og myndum. Einnig fléttar hún inn þekkingu og reynslu sinni á vinnu <i>Dr. Joe Dispenza</i> með orkustöðvarnar, en hann hefur m.a. annars skrifað metsölubókina <i>Becoming Supernatural</i>. Jóhanna leiðir gesti um leyndardóma og lendur orkustöðvanna og orkusviðs manneskjunnar, sem og hinar fjórar víddir mannlegrar tilveru samkvæmt kenningum Barböru Brennan sem skrifaði metsölubækurnar kunnu: <i>Hendur ljóssins (Hands of Light)</i> og <i>Light Emerging</i>. Jóhanna Jónas starfar sem meðferðaraðili við orkuþerapíu og heilðræna samtalsmeðferð. Hún er einnig einn af yfir kennurum við Barböru Brennan School of Healing í Evrópuútbúi skólans, en hún útskrifaðist þaðan á sínum tíma með þrjár mismunandi prófgráður á sjö árum. Jóhanna heldur ýmis námskeið um andleg málefni og skapar fjölbreyttar hugleiðslur til sjálfseflingar og heilunar sem má finna á vefsíðu hennar johannajonasar.is eða í appinu Hugarró. Á árum áður starfaði Jóhanna sem leikkona, bæði í Bandaríkjunum og hér heima. Hún var fastráðin við Borgarleikhúsið og vann auk þess við Þjóðleikhúsið, sjálfstæðu leikhúsin, sjónvarp, kvikmyndir og útvarp. Í október 2024 kom út bókinn <i>Frá Hollywood til heilunar</i> eftir Guðnýju Þórunni Magnúsdóttur og Jóhönnu sem er sjálfshjálparbók með ævisögulegu ívafi.	Mörk Jóhanna Jónas 

	Dagskráin föstu- og laugardaga í mars til apríl	
21.mars lau. Kl.14 niðri	JAFNDÆGUR: KYRRÐ, JAFNVÆGI OG VÖKNUN 🌱 Þann 21. mars mætast ljós og myrkur í fullkomnu jafnvægi og stúkan MÖRK býður ykkur að fagna vorjafndægum og nýju upphafi í sómatískri samveru. Á þessum tímamótum munum við staldra við í stutta stund á hinu kosmíska jafnvægisstigi. Við nýtum kraft dagsljóssins til að skoða okkar innra jafnvægi: Hvað þurfum við að kveðja með vetrinum og hvaða fræjum viljum við sá fyrir komandi sumar? • Sómatísk jarðtenging: Við losum um vetrarspennuna úr líkamanum með teygjum og upphitunaræfingum • Kyrrð og ásetningur: Við sáum fræjum nýrra viðhorfa og tækifæra í hugann • Mýkt og hreyfing: Við vekjum líkamann mót hækkanði sól með dansi Samvera og veitingar á efri hæð í lokin.	Mörk  Margrét Huguhrn Eva Gústavsdóttir Kolbrún Kolbeinsdóttir Kvika Föld
27.mars fös. Kl. 19 niðri	ER LÍF SKILYRÐI VITUNDAR? Er hægt að skapa gervivitund? Þórhallur Magnússon er prófessor í framtíðartónlist við University of Sussex og rannsóknarprófessor við Háskóla Íslands. Hann er alþjóðlega þekktur fyrir frumkvöðlastarf á mörkum tónlistar, tækni og gervigreindar, sérstaklega á sviðum live-coding, snjallra hljóðfæra og stafrænnar tónskriftar. Þórhallur leiðir meðal annars ERC-verkefnið Intelligent Instruments og hefur gefið út áhrifamiklar bækur á borð við Sonic Writing og Live Coding: A User's Manual. https://thormagnusson.github.io	Septíma Þórhallur Magnússon 
28.mars lau. Kl.14 uppi	KRISHNAMURTI Fjallað um sögu Krishnamurti og kynntar tilvitnanir frá honum	Krishnamurti Bjarki Snær Ólafsson 
10.apr.fös. Kl. 19 niðri	DAGSKRÁ TILEINKUÐ SIGVALDA HJÁLMARSSYNI	Reykjavíkurdeldin 

	Dagskráin föstu- og laugardaga í apríl	
11.apr.lau. Kl.14 uppi	HREYFING Í KYRRÐ Anna S. Bjarnadóttir heldur erindi.	Reykjavíkurdeldin Anna S Bjarnadóttir 
17.apr. fös. Kl. 19 niðri	HVAÐ ER LÍFIÐ? Fyrir rúmum 80 árum flutti eðlisfræðingurinn og Nóbelsverðlaunahafinn Erwin Schrödinger röð fyrirlestra við Trinity College í Dublin fyrir almenning undir titlinum "Hvað er lífið?" Fyrirlestrar þessir voru gefnir út á prenti árið 1944 og komu út í íslenskri þýðingu Guðmundar Eggertssonar erfðafræðings árið 2021. Annar Nóbelsverðlaunahafi, frumulíffræðingurinn og erfðafræðingurinn Paul Nurse, gaf út bók með sama titli árið 2020 þar sem hann veltir fyrir sér hvort líffræðin hafi færst nær því að útskýra hvað lífið er. Þessar vangaveltur eru sérstaklega mikilvægar í ljósi yfirstandandi hruns í líffræðilegum fjölbreytileika á jörðinni. Í fyrirlestrinum mun Kristján Leósson fara yfir hugmyndir Schrödingers og Nurse og leita svara við því hvort við vitum raunverulega hvað lífið er og hvernig það kviknaði.	Septíma Kristján Leósson 
18.apr. lau. Kl.14 uppi	KRISHNAMURTI Fjallað um sögu Krishnamurti og kynntar tilvitnanir frá honum.	Krishnamurti Bjarki Snær Ólafsson 

	Dagskráin föstu- og laugardaga í apríl	
24.apr.fös. Kl. 19 niðri	SÓMATÍSK SAMVERA 🌿 Síðasti dagskrárliður fyrir aðalfund er í boði stúkunnar Markar en nú komum við saman og gerum ýmsar sómatískar æfingar sem hafa jákvæð áhrif á sál og sinni. Þessar æfingar þykja sérlega góðar fyrir einstaklinga sem kannast við það að hugur þeirra sé sístarfandi. Meðal æfinga verða til dæmis: • Æfing fyrir vagustaug: Markvissar augnhreyfingar eru gerðar til að senda skilaboð um öryggi beint til taugakerfisins og kveikja þannig á slökunarviðbragði líkamans. • Seiglu-teygjur (Pandiculation): Teyjur líkt og mörg dýr gera þegar þau vakna. Vöðvarnir mjúklega spenntir áður en þeim er sleppt ofurhægt til að endurforrita vöðvaminnið. • Hristingur: Uppsöfnuð streita og stöðnuð orka er losuð með því að leyfa líkamanum að hristast frjálst. Þetta hjálpar til dæmis vöðvum og bandvef að slaka á djúpt innan frá. • „Voo“ hljóðöndun: Djúpir tónar eru notaðir til að skapa titring í kvið og mjaðmagrind, sem „nuddar“ innri líffæri og róar hugann á áhrifaríkan hátt. • Kross-samhæfingu: Þetta er vinna með hreyfingar sem krossa miðlínu líkamans til að samstillta hægra og vinstra heilahvel, sem aftur eykur einbeitingu og innri ró. Að lokum mun stemmning ráða því hvort stiginn verður léttur dans, haldið á efri hæð í veitingar og samræður eða hvoru tveggja. Meðlimir, vinir og vinkonur hjartanlega velkomin!	Mörk  Margrét Huguó Eva Gústavsdóttir Kolbrún Kolbeinsdóttir Kvika Föld
25.apr. lau. Kl.14 niðri	AÐALFUNDUR LÍFSPEKIFÉLAGSINS Hvetjum nýja og gamla félagsmenn eindregið til að mæta. Kaffi og meðlæti eftir fund. 	

	Dagskráin föstu- og laugardaga í maí til júní	
8.maí fös. Kl.19 niðri	Lótusfundur Samkvæmt venju er haldinn Lótusfundur 8.maí á dánardægri H.P. Blavatsky. Látinna félaga er minnst með mínútu þögn og svo er 8. kviða í Hávamálum Indialands (Bagvad Gita) lesin upp. Að lokum er flutt erindi (efni óákveðið).	Blavatsky 
20.-21. júní lau.-sun.	Sumarsólstöðudagskrá Í sumar er ætlunin að hafa dagskrá. Hugleiðsla verður í húsi Lífspekifélagsins á laugardegi verður útivist á sunnudegi eða öfugt eftir veðri. Nánar auglýst síðar.	

Sjá nánar um dagskrána á heimasíðu félagsins: www.lifspekifelagid.is og á Facebook. Almennar fyrirspurnir eða um Ganglera sendist á: postur@lifspekifelagid.is



सत्यान्नास्ति परो धर्मः
 Om satyān nāsti paro dharmaha II
 Allir andlegir skólar vísa á æðri innri veruleika

