

Arnes blog

Blogindlæg skrevet af
Arne Olsen

Arnes blog

Blogindlæg skrevet af Arne Olsen

Indholdsfortegnelse

Frigørelse af begærlighedens dominans.....	3
Trivsel vs. mistrivsel	6
Valg af karriere.....	10
Lidt om mig som forfatter	13
Svanernes Sang	15
Reinkarnation?	23
Kommunikationens konsekvenser i sundhedssystemet	27
Kommunikationens konsekvenser i sundhedssystemet	30
Personlig bæredygtighed.....	37
Individuel selvstændighed.....	44



marts 12, 2018

Frigørelse af begærlighedens dominans

Begær?

Begæret er menneskeheden's altoverskyggende motivator for skabelserne af adfærdsmønstre, det materielle og værdier.

Jeg har tidligere været inde på, at alt levende er aggressive kreative skabende væsner. Vi mennesker lever i den vidende videnhed i modsætning til de andre væsner der lever i den uvidende videnhed. Disse væsner skaber deres virkelighed udelukkende via sjælserindringens visdom og dens kreative tilpasningsevner. Hos de væsner sker den konstante skabelsesproces ud fra til den virkelige virkeligheds naturlove.

Hos mennesket kan livet også godt leves sådan, men med vores vidende videnhed på samme tid skabende og ofte begrænsende faktor – bevidstheden – har vi skabt et alternativt grundlag for vores skabende energi. Bevidstheden har en dobbelt platform at gå ud fra. Den er på samme tid det bedste og det dumme, vi er udstyret med i vores hjerne.

Bevidstheden er den, der sørger for at vi handler det ud, vi tror på, og det hvad enten det er i overensstemmelse med vores indre sandheds behov og naturens love eller ej. Den tror simpelthen på alt, hvad vi i vores forestillingsverden bilder den ind. Derfor lever menneskeheden af og i begæret. De medfødte naturlige evner er dog stadig intakte, men de bliver for de fleste menneskers vedkomne bare ikke anvendt så ofte.

*Det du modtager her i livet,
er en afspejling af det, du sender ud.
Lyt og tænk, før du taler.*

Erkendelse

Vi har en tilbøjelighed til, såvel individuelt som samfundsmæssigt, at benægte begæret. Det foregår både bevidst og ubevidst. Det er en tåbelighed af dimensioner, fordi benægtelsen kun har destruktive konsekvenser på den lange bane. Livet er ikke skabt til kamp, så opløs benægtelsen og lær at leve i respekt med erkendelsen af dig selv og dit begær.

Jeg siger ikke du skal acceptere begæret, men respekter det og dermed dig selv med dine tilsyneladende defekter, det er den eneste måde du i frihed kan ændre dem på og få tilpasset nye opfattelsesmodeller af dig selv. Det er den nemme måde at få lokket bevidstheden i fælden til forandring.

Tilgivelse ligger i evnen til at erkende sig, og det er tilgivelsen, der opløser fordommene, som er det, der fastholder dig i benægtelserne. Erkendelsen giver dig muligheden for at leve i frihed med dig selv og dine forandringer, mens omstillingsprocessen af selvopfattelsen finder sted. Med tilgivelsen indtræffer slippet og der bliver gjort plads til det nye.

*Tag dig selv alvorligt,
ikke højtideligt.
Dette forveksles ofte,
hvad gør du?*

Det nye

Det nye skal være at erkende, at begærets skaberkraft også indeholder konstruktive værdier. Det er dem, vi må bevare fokus på, og glæde os over, at vi har muligheden for at samkøre det med vores medfødte aggressive kreative skaberkraft.

Begæret drives af behov skabt af værdinormer, hvorimod den naturlige evne drives af din indre sandheds behov. Her spiller samfundssuggesionen ind på den brede front. På den individuelle front spiller moralkodeks ind.

Så i erkendelsens lys bliver det muligt at se og skabe nye værdinormer, du så kan give dig selv lov til at tro på.

*Du er, hvad du er,
for det er dét, du tror på.
Du føler som du tænker,
for det er dét, du tror på*

Angst

Angst for at miste er en af de større forhindringer på vejen til forandring. Men et misforstået forhold til emotionen angst er blokeringen. Angstens sande signal fortæller dig at du skal skærpe din opmærksomhed. Gør du det, vil du få øje på, at du ikke mister noget, men derimod får gjort plads til noget nyt.

Du har skabt en mængde afhængighedsmønstre til at understøtte dig via din begærlighed. Du er svær at lave aftaler med, for din tid er overbooket – der skulle nødtigt gå din næse noget forbi. Så dét at få et klart “ja” ud af dig er en vanskelig opgave for omgivelserne. “Det må jeg også have”. “Nu har jeg fortjent det eller det”. Retfærdiggørelserne er uendelige i begærets tegn, “for du ved lige, hvad du gør”. Det troede du, men vil du forandring, bliver sandheden en anden. Den bliver noget, du ikke kender udfaldet af. Det er situationen, der gerne skal få angsten til at dukke op, så derfor må du lære at håndtere din angst, så du kan komme til at profitere af dens frugt, der er glæden.

*At erkende sig selv er frihed,
frihed er styrke,
og styrke giver mod.*

Selviskheden

Selviskheden er endnu en dobbelt platform, der præges af begæret. Dobbelttheden ligger på den ene side i den destruktive egoisme og på den anden i den konstruktive egoisme.

Den destruktive form tager udgangspunkt i en egoisme, der sker for personlig vindings skyld med begærlighedens destruktive indfaldsvinkel. Den model udføres ofte på bekostning af andre med den skjulte bagtanke at søge værd på en sådan måde, at det ser ud som om, man ofrer sig. Det tror man så selv på, at man gør.

Den konstruktive form er den egoisme, der tager sit udspring i at være noget for sig selv for derigennem at være i stand til at være noget sandt for sine omgivelser. Noget, du ikke besidder, kan du ikke give til andre. Så kender du ikke kærligheden til dig selv, er den model, du mener, du giver, en afart af kærlighed. Jeg kalder det ubevidst anti-kærlighed. Det var en stor hjælp, da jeg arbejdede med opløsningen af den adfærd.

En god leveregel her er: “Jeg skal ikke holdes af for det, jeg gør, jeg skal holdes af for den, jeg er.

*Dit liv er skabt af dine forestillinger.
Har du fred i dig selv?
Hvis ikke, er dine forestillinger
skabt uden for dig selv.*

Ritualer

Mennesker søger tryghed, og det finder de ofte i ritualer: Det kendte er lig med det sikre og trygge. Det er da i hvert tilfælde det, de fleste vælger at tro på, så det er nok derfor religioner (og mange andre systemer med dem) udnytter denne manipulerende mekanisme til indoktrinering og fastholdelse af sine bidragsydere.

Dette er ikke skrevet med en antipati overfor religioner, men skrevet for, at den erkendelse er nødt til at være fremme i lyset, så de, der vælger den retningsbestemte tro, får muligheden for også at forholde sig til den sandhed.

Fællesskaber er et vigtigt element for alle flokdyr, ingen tvivl om det, men det skal foregå på andre præmisser end dem, der bygger på begærlighedens fordomme.

Ritualer er gentagelser som præger. Derfor er det vigtigt for mennesket, at de selv skaber de ritualer, der passer til det enkelte individs unikke væsen og derfra tilpasser det til sit ydre.

Det skal ikke dikteres af omgivelserne. Har du ikke mod til at tage dit ansvar og indtage din plads i Universet, så må du respektere dig selv i det valg, og nøjes med at være statist i ritualernes skuespils falske tryghed.

*Hvis du bestræber dig på
kun at bære rundt på det,
du kan bruge til noget,
vil du flyde med
dit livs energistrøm.*

Benægtelsen

Den autopilot-styrede evne, "bedømmelse", er benægtelsens redskab til at retfærdiggøre og skjule de forestillingsskabte virkeligheder, vi ligger under for. Det kører på såvel det bevidste som det ubevidste plan.

Det er på det sidstnævnte plan, den store opgave ligger i at få skabt opløsning af bedømmelserne. Det gøres nemmest gennem erkendelse af de bevidste. For så motiveres man til at søge svar på de ubevidste, når man begynder at opleve glæden ved at modtage høsten, skabt af de opløste bedømmelser fra det bevidste plan.

Mennesker bliver oftest ofre for deres egne bedømmelser, da enhver bedømmelse indeholder en fordømmelse.

Det er derfor vigtigt når vi arbejder med opløsningen af bedømmelse, at vi først erkender, at enten er noget der, eller også er det der ikke. Det handler ikke om lidt eller meget.

Et andet vigtigt element i opløsningsprocessen – og den deraf kommende fornyelse – er at opbygge det nye på et fundament af, hvad noget er, og ikke hvad noget ikke er. Det nævnes her fordi vi i massesuggestionens ånd er flasket op med primært at forholde os til det, vi vil eller ønsker med udgangspunkt i, hvad vi ikke vil eller ønsker. En model hele samfundet er gennemsyret af. Det er de beslutningsløses uansvarlige beslutningsmodel, så ser det ud og lyder som om de har taget ansvar.

Konstruktiv skabende energi kan kun have udspring i hvad noget er eller skal være. Alt andet ender op i u hensigtsmæssige komplicerede konstruktioner og/eller destruktive lappeløsninger.

Vejen til vedvarende adfærdsændring finder kun sted gennem ansvarlig mentalhygiejne. På nøjagtig samme vis som for dit ydre skal hygiejnen i dit indre være en daglig opgave der foregår i ansvarlighed for dig selv og af dig selv. Det tilføres ikke via surrogater. Har du først fået indarbejdet mentalhygiejniske redskaber vil du opleve ressourcer, du ikke troede du havde, og dine værdinormer og dit tidsbegreb vil ændre sig.

*Kærlighed er tillid og respekt,
få en kærlighedsaffære med dig selv.*

*Teksterne i kursiv er fra kortene **Positiv Tænkning**.*

Mar. 20, 2018

Trivsel vs. mistrivsel

Arenaen

“Livet er ikke skabt til kamp”. På trods af den udtalelse siger I så også “Det må der kæmpes for”. Som jeg ser det, er det desværre den sidste sætning, der med ordets kraft og godt hjulpet på vej af superfrelserne, bliver årsagen til, at der til stadighed og i voksende grad er mange, der ender i den arena. Det ville være en god ide kun at lytte til den første sætning.

På arenaens kamppladser er der en stadig voksende skare af strateger. Officerstaben af eksperter breder sig som en steppebrand i form af coaches, trænere, sekundanter, dommere og overdommere. Et eksplosivt antal af såkaldte specialister og eksperter. Den problemstilling, der blev gjort opmærksom på i eventyret Svanernes sang for 18 år siden, er bare blevet voldsomt forværret.

Det må da være stof til eftertanke, at jo flere der gennem de seneste årtier er udklækket af alle os tilsyneladende godhjertede frelsere, jo mere er skaren af de mistrivende vokset. Specielt tilførslen af de unge er eksplosiv.

For mig at se er mistrivsel ved at tegne sig for en ny normaltilstand i de vestligt prægede samfund, i og med at det er mængden, der er retningsgivende for normbegrebet. De asiatiske lande følger skarpt efter – de skal lige være færdige med at skamme sig over, at det er, som det er, så de er godt på vej ind i den norm. De øvrige nationers befolkninger har stadig travlt med at kæmpe i andre former for krigshandlinger.

Kamphandlinger drives og vedligeholdes af begær. I Mammons ånd retfærdiggøres det ved, at det giver et godt afkast, og mange holdes beskæftiget i det skuespil. Lige så tilsyneladende konstruktivt det ser ud til at være, lige så destruktivt er det i sidste ende. Det opdages bare ikke, for der bliver skiftet retning masser af gange mellem eksperternes arsenaler, og der tilføres konstant nye våben.

Ungdom vågn op!

Bliv væk fra de arenaer. Har du ladet dig fange i spillet, så vælg din vej ud af det med omhug. For at kunne gøre det, må du først erkende mistrivlsen. Mistrivsel er ikke og må ikke være en normal tilstand, du må aldrig acceptere tilstanden, men respekter at det er, som det er i nuet, så åbner du for muligheder til at skabe opløsning, så du kan få øje på en vej ud af tilstanden. Glem alt om at dine forældre kan hjælpe dig. De har bragt dig hertil, så ændrer de ikke retning gør de kun mistrivlsen værre. De tilsyneladende årsager er underordnede, det skal nok blive dig vist hen ad vejen i takt med, at du bliver mentalt parat til at håndtere det.

Den reelle årsag kan du ikke gøre noget ved, det var dine forældres opgave, en forældre rolle der måske burde have været udført på anden vis. De viste ikke bedre og bestræbte sig på at udleve sine værdinormer. Med stor sandsynlighed i den bedste mening, de kunne ikke se svigtene, de gjorde jo bare, som man gør.

Det du kan gøre noget ved, det er at gå i opposition overfor de adfærdsmønstre du gennem din opvækst har tilegnet dig, og selv er i gang med at udbygge. Det er en beslutning du må, og kun du kan, tage. Det er en beslutning om at leve et begreb ud, du nok ikke kender den egentlige dybe betydning af, for det har du ikke lært. Det er begrebet ANSVAR. Vel at mærke et ansvar der skal leves ud fra den virkelige virkeligheds regelsæt.

Dit regelsæt af ansvar bygger på et fundament af dine forældres misforståede forhold til, hvorledes børn skal have tilegnet ansvar gennem stolthed og begærlighed, der er tidens retningsviser for værdiparametre.

Dine forældres manglende evne til at påtage sig det rette ansvar bygger for de flestes vedkommende på en basis af grænseløshed. Det kræver grænser for at kunne efterleve ansvarlighed. Er grænserne konstrueret af gummibånd og rykkes alt efter behagesyge og/eller konfliktskyhed, så er der ingen konsekvens. Ingen konsekvenser, ingen tilregnelig ansvarlighed. Døren står nu på vid gab for manipulationernes kampplads.

En seksårig datter til en klient jeg havde, sagde det engang helt tydeligt til sin far, der gik i en af mine mentale træningsforløb. Faderen der havde arbejdet med mentaltræning i et års tid fortalte datteren at moderen nu også ville begynde i et tilsvarende forløb, hvorefter datteren udbrød: “Æv, så er der slet ingen jeg kan manipulere med”. Syv år senere serverede selv samme datter endnu en klar sandhed. Moderen spurgte hende, hvorfor hun blev ved med at forsøge at få sin vilje i et eller andet grænsesat spørgsmål. Svaret kom lige fra hoften: “Fordi jeg kan, og jeg skal bare blive ved længe nok”. Denne grænseløse tidsalder har forflyttet ansvar og håndhævelse af det, når de håndhævende konsekvenser, der skal udbetales, er totalt ude af proportioner. Spilleregler skal overholdes i et og alt. Bliver de ikke det, har det konsekvenser, så det må da være ren logik at den der betaler regningen, må være den, der overskrider grænserne. Det sker bare ikke i de grænseløses arenaer. Men nej, sådan er det ikke mere, på de fleste områder. Hvis det ikke er de andre, er det samfundet der tillægges ansvaret for de grænseløses behagesyge konfliktskyhed, eller også er det de grænseløses børn der tildeles en eller anden genetisk undskyldning. Sådan er det bare, det er samfundsnormen der bestemmer.

Den naturlige tid for barnets udvikling af egne grænser er blevet godt og grundigt smadret, på grund af en selvklar manglende anvisning via rollemodeller. Grænseløse forældre kan ikke anvise sande behov for børnene, da det er grænserne der danner basis for de sande behov. En sandhed, der ikke kan anvises, ender op i, at det er egoistiske behov i form af dine lyster, der afstikker grænserne, og dermed ikke dét, der er din sandhed. Det er en total misforståelse at dine lyster er lig med, hvad der er godt for dig. Det ender som regel op i at være mere brænde til mistrivslens bål.

Her har vi nok en af de væsentligste årsager til mistrivsel. Vi bærer erindringsmæssigt på sandheden, men den ubevidste undertrykkelse af erindringerne, fratager ikke nogen de lige så ubevidste tanker: “Der er noget der burde være anderledes. Jeg kan mærke der er noget der ikke er, som det bør være. Der må være noget galt i mig”. Svaret er, at du ikke er blevet oplært i at kigge i dig selv først. Du kigger efter svar der, hvor du bliver vist, at man søger svar. Det er der, hvor din finger peger hen, nemlig udad, og du ser slet ikke, at der er tre fingre der peger indad. Du gør bare som de andre.

Bryd mønstret. Giv dig selv ansvaret for at komme tilbage på banen, anlæg dig en moral, så du kan være dig selv bekendt. Lad være med at ligge under for, at teenagere skal opføre sig sådan eller sådan. Det nutidige begreb af teenageres opførsel har intet med den virkelige virkelighed at gøre, det er afstedkommet af dine forældres manglende evne til at leve op til sit ansvar, så derfor har de fralagt sig ansvaret og ladet dig stå alene med det. I deres snæversynethed kan de kun se samfundsnormen.

Du kan godt selv opbygge nogle gode relationer til dig selv. Glem alt om at det skal komme fra dine forældre og samfundsnormen. Find modet selv og gerne sammen med ligestillede. Sammen rykker I jer lettere, og hvis I tager udgangspunkt i at behandle omgivelserne, som I selv ønsker at blive behandlet, så kan det kun ende godt.

I er unikke væsener. I er aggressive kreative skabende væsner. Med ganske enkel sund fornuft kan I genvinde balancen. Kærlighed er tillid og respekt, etabler kærligheden i dig.

Mistrivsel

Du skal være fornøjet. Alt andet er uacceptabelt. Et liv i middelmådighed eller mistrivsel er uacceptabelt. Meningen med livet er en kærlighedsaffære med sig selv, det er her den sande og vedholdende indre glæde skabes. Uden den har du ikke evnen til uselvvisk at sætte dig selv først, for ad den vej i sandhed at kunne være noget for fællesskabet. Er du ikke der, så lever du med mistrivsel. At vedligeholde en sådan eksistens er ekstremt krævende, og der er ikke mange, der klarer det uden at ende med selvdestruktion. Al sygdom udspringer af tilsidesættende adfærdsmønstre, så det er disse mønstre, der må have et andet fundament at hvile på.

Hovedoverskriften er: “Ansvar”. Et ord der for de fleste forældres vedkommende er blevet udbytte med det, de ynder at kalde bekymring. Manglende kendskab til emotionen angst har affødt denne adfærd. Angstens handling er at være opmærksom og ikke bekymret. Det er jo noget af et paradoks at bilde sig

selv ind, at bekymring skulle føre noget godt med sig. Bekymring skaber udelukkende paranoia og paranoide tilstande.

En anden ekstrem adfærd, bekymringen danner grobund for, det er overbeskyttelse. Med overbeskyttelse mener forældrene at have retfærdiggjort deres behov for at opleve sig noget værd i forhold til sine børn. Det kunne være hensigtsmæssigt at have tanke på, at der ligger dokumentation for at overbeskyttede børn og mishandlede børn psykisk og/eller fysisk ofte ender op med samme traumatiske adfærdsmønstre.

Det er også forældres behov for at opleve sig værdifulde for sine børn, der skaber børnenes manglende og stadig dalende evne til, at der skal ydes for at nyde. Al for stor en del af forældre ser ikke den prostitution og krav om at blive holdt af, de skaber med det at lade børnene få i pose og sæk uden at de skal røre en finger, "Mine børn skal være stolte af mig, for jeg skal ikke fejle som forælder", men det er der, I ender.

Tag bare konfirmationer og se, hvad det er blevet for en institution. Det var engang et ritual til i ydmyghed at erkende sig til en retningsbestemt tro. Nu er det blevet til et ritual, hvor igennem forældre skjult forsøger at vise, hvor meget de elsker deres børn, og hvor børnene på den måde skal erkende sig til sine forældres behov for at opleve sig noget værd, i et afdækket forsøg på at børnene så skal opleve værd gennem det. De forældre der så ikke har økonomisk belæg for det overdådighedsskuespil, kan så sammen med deres børn bruge det til det modsatte.

Børnene flaskes op med kravet om bare at skulle have, hvilket i den grad påvirker deres evner til at sætte tæring efter næring, efterhånden som de bliver ældre. Nogle får da lært sig selv det, men alt for mange sætter sig bare og kræver og/eller oplever sig mindre værd. En total misforståelse, som forældre efterhånden typisk ikke har sans for.

Overbeskyttelse skaber kun uansvarlighed, selvished, begærlighed og al den mistrivsel det på den lange bane får, såvel for forældrene selv i forholdet til deres magtesløshed overfor børnenes problemstillinger, som for børnenes magtesløshed i forhold til livet. Børn skal selv tillægges ansvar for dækning af egne behov og udfylde dem i forhold til den alder, de har, ud fra den virkelige virkeligheds koncept, og ikke ud fra et eller andet akademisk koncept, der bygger på uvirkelige samfundsnormer. I samfundsnormens lys er bekymring blevet til noget med at være omsorgsfuld og betænksom, det stik modsatte af den konsekvens, afkastet af sådan en adfærd bliver. Den konsekvens er mistrivsel, hos det barn der får den ind med modermælken. Med et manglende kendskab til emotionen sorg, bliver barnet fodret med bekymring og ikke med sorgens handling omsorg. Når du ikke ved, hvad der er omsorg for dig, kan du ikke se dine sande behov. Når du ikke kan få afstukket dine sande grænser, kan du ikke efterleve emotionen vredes signal til markering af grænser. Uden grænserne, ingen ansvar. Ingen ansvar er mistrivslens fundament.

Universets udgangspunkt

Betragter vi udgangspunktet fra den virkelige virkeligheds naturlove, så er det forældrenes rolle som forældre, der med misforståede stolthedskriterier og Mammons fristelser har ført forældrene på afveje. En proces der langsomt men sikkert gennem tiderne har lokket til ubevidst destruktion. Den vej er en sikker vej til selvudslættelse som individ af naturens egen ånd. Historisk set er det dokumenteret, hvorledes kulturer tidligere har udryddet sig selv. Vi er godt på vej ud ad den sti endnu engang.

Ad selvdestruktionens vej ender menneskeheden op som et surrogat af noget, der var engang. Forsøg på flugt herfra er nok den væsentligste årsag til, at kunstigt bevidsthedsudvidende stoffer såsom ordinerede mediciner, narkotika, alkohol og nu også virtuelt reality i vores tid er i så kraftig vækst. For her kan der flygtes fra den forvirring og frustration, der forårsager mistrivslens. Dette er bare få af de værste samfundstruende afhængigheder, der er mange andre afhængigheder. Du har sikkert også dine specialiteter, hvis du da ellers tør erkende dem. Brugen af afhængigheder er desværre som at tisse i bukserne, så selv om du skifter afhængighederne ud undervejs eller forstærker brugen, så ender du i mistrivslens selvdestruktion.

Den tilpasningsevne der er røget af sporet, er evnen til at bevare forældrenes roller i barnets opvækst, så barnet kunne få lært det, der er hensigten med at have forældre. Når barnet fra fødselsøjeblikket oplever disse massive svigt, som det bliver til, så er der ikke noget at sige til, at trivslen blandt ungdommen i dag halter kraftigt bagefter Universets hensigt med livet. En hensigt der skulle munde ud i at leve et liv i kærlighed til sig selv, for der igennem at kunne yde sandhed til sine efterkommere.

Grænser afstukket af ud fra din indre sandheds behov, er der hvor kærligheden til stadighed vil vokse og blomstre i dig selv og i fællesskabet med dine omgivelser. Det bliver dog kun til virkelighed, hvis du selv overholder dem og står fast på dem. Du skal ikke holdes af for det du gør, du skal holdes af for den du er.

Tag ansvaret

Selv oplevede jeg tidligt i min barndom, at det ikke kunne passe, at det var sandheden om forældre, sådan som mine forældre bidrog til de roller. Det var en ekstremt ubehagelig tid, men igen “intet er som det ser ud til at være”, for jeg må jo erkende, at det er den del af mit liv, der skabte fundamentet til den, jeg er i dag. Et resultat jeg er blevet ganske tilfreds med.

Den forvirring, konstante angst og de frustrationer, det medførte, gjorde at jeg tidligt meldte mig ud af familien rent mentalt. Det blev min redning, for mine valg gjorde at jeg tilegnede mig et primært positivt livssyn, for det kunne kun blive bedre på den anden side af seneste mishandling. For ned med nakken – det skulle de ikke få mig. Måske ikke det bedste vækstgrundlag, men jeg fik skabt et godt liv for mig selv, ene og alene ud fra egne skabte holdninger og tro på, hvordan det burde være.

Jeg skulle blive over 40 år inden de endelige løsningsmodeller kom til mig, men mange erfaringer er høstet på den vej. Det har der så været en mening med. Det har skabt en vej til forandring som alle kan bruge. Gå tilbage til udgangspunktet, som er læren om dit indre signalsystem, dine emotioner. Lær at leve efter de spilleregler, så kan du kun skabe trivsel.

Der er ingen grund til, at du tumler rundt og går en masse unødvendige skridt. Gør brug af de erfaringer, andre har gjort, på den måde kan du løfte din egen personlige bund længe inden du ellers vil skrabe mod den, hvorfra du vil have vanskeligt ved at komme op, for det dynd, der er på bunden, har en tilbøjelighed til at virke som kviksand.

*Du høster, som du sår.
Er dine frø positive? Hvis ikke,
så skab dem et andet sted.*

*Teksten i kursiv ovenfor er fra kortene **Positiv Tænkning**.*

Mar. 20, 2018

Valg af karriere

Hvad vil du være?

Når du bliver stor? Et ofte stillet spørgsmål, der tidligt i dit liv fortæller dig, at du skal være noget. Denne begrænsende indfaldsvinkel til et muligt voksenliv, fører for de fleste mennesker til et liv i lige så begrænsende eksistensstil. En eksistens der uvægerligt vil blive domineret af begærets mange tilsyneladende lykkeforestillinger.

Braste illusioner og konstant søgen efter forandringer vil indtræde. Disse ekstra og uhensigtsmæssige lærerprocesser kunne måske være undgået, men de giver så en mulighed for at skifte spor, når du skal rejse dig efter de udbrændinger, eksistensstilen vil medføre.

Stil et andet spørgsmål

Men vent, til dine forældre har forberedt dig til at se svaret. Det har de sikkert ikke kunnet endnu – hvorfor kommer vi til senere. Lad i stedet dette indlæg være med til at vejlede dig på din vej til karrierevalg.

Mennesket er fra naturens side skabt som et aggressivt kreativt skabende væsen, og vælger vi en tilværelse i eksistensstilens akademiserede indfaldsvinkel, så undertrykkes disse medfødte evner af begærlighedens uvirkelige forestillingssæt. Det er alle de forestillingssæt der indeholder afhængighedernes surrogater for værdi i eksistensstilen.

For at det ikke skal ske, må det spørgsmål, der skal besvares, være: "Hvad er jeg". For at få det svar, kræver det en vis alder, men på vejen dertil, er det forældrenes opgave at motivere til, at det må afsløres for dig.

Bliver du ikke det i opvæksten, er der stadig mulighed; du får helt sikkert tilegnet dig nogle erfaringer skabt af en lang række tilegnede læreprocesser gennem eksistensstilen. Selv fik jeg først svaret i begyndelsen af 40-års alderen – for sent bliver det aldrig.

Det er netop noget af det vidunderlige ved det at være menneske, vi har altid muligheden for at tage ansvar og vælge en anden vej.

Hvad er jeg?

Forskellen på de to spørgsmål ligger i, at det du er, skal du ikke tilegne dig, for du er det.

Karriereudviklingen i det handler om udbygning af dygtiggørelse, og det kan ikke løbe af sporet. For dette valg er taget ud fra din indre sandhed. Det du vil være, skal du først til at lære. Af den ene eller anden påvirkning vil du ofte komme i tvivl, om du tog det rigtige valg. Mange middelmådige liv er på den måde blevet levet i eksistensstilen.

Når du arbejder med det, du er, vil du aldrig opleve dig på arbejde, det er nemlig en del af din livsstil. Det ser straks noget anderledes ud for dem, der tog valget ud fra eksistensstilens metode.

En anden måde at udtrykke forskellene på, er: Vil du arbejde med bøger eller er du bøger, vil du være sanger eller er du sang, vil du være underviser eller er du undervisning, vil du værer håndværker eller er du håndværk.

I alle fagene tilegnes læren med en vis akademisk indfaldsvinkel. Forskellen på livsstilens model og eksistensstilens model er, at livsstilen vil være praktisk resultatorienteret i modsætning til eksistensstilen, der vil være akademisk resultatorienteret. Hvilket tydeligt vil afspejle sig i udkommet og den personlige gevinst.

Når du er grundstammen i faget, er kreativiteten tilstede og karriereudviklingen tilegnes i en fuldstændig fri og uhæmmet proces, der ikke kræver den store energi. Ligeledes er det også det, der gør forskellen på de endelige resultater. Den der er, har det, der skal til, for at træde frem i lyset og blive set, hørt og lyttet til.

Forældre

Forældre har gennem tiderne helt glemt deres egentlige rolle, hvis det skal betragtes ud fra naturens virkelige virkelighed. Selvfølgelig ikke alle, men desværre de fleste, og desværre fordi det er det, der styrer massesuggestionen.

De to hovednøgler i forælderrollen, der er blevet forvansket, er rollen som motivator i det at gøre sig selv undværlig og rollen vejleder. Disse roller er blevet byttet ud med, "du kan ikke klare dig uden os" og "vi ved hvad der er bedst for dig".

Rollen i dét at sørge for til en hver tid at være undværlig er også den vigtigste i det at lære at leve konstruktivt med tab. Tab eksisterer reelt ikke. Tab er og skal være den motiverende faktor i det at se sin lære, og tab får gjort plads til det nye, der kommer, det sker gennem de behov, tabene vil afsløre.

I sorgen affødt af tabet bliver omsorgens handling så at efterleve de afslørede behov. Det er emotionen sorgs signal, hvor læren om omsorg er frugten. Omsorg er de første emotionelle frugter, børnene gerne skulle lære at tage til sig. Det kan ikke finde sted i overbeskyttelse og pylreri. Jo før det læres, jo før kommer børnene på deres rette vej på deres egen kærlighedsti.

Sandheden er den, at I er blevet forældre for at I kan lære af jeres børn og ikke omvendt. I skal lære hvorledes I får bragt børnene derhen med sig selv, hvor de så tidligt som muligt tager ansvar for deres egne skabelser, alt efter hvilket alderstrin de er på.

De skal lære at læse sine egne signaler og kende dem i fortrolighed, såvel emotionelle som fysiske. Ikke gennem forældrenes belærende og overbeskyttende tendenser i indbildsk afsporet rollemode, men med udgangspunkt i det enkelte barns egen sandhed. Husk på at ethvert barn er unikt, også selvom de skulle være enæggede. Så derfor: Hvert barn indeholder sin specielle lære til dig som forældre.

Det at blive og være forældre er ligesom hos andre levende væsener en naturlig proces. Man kan ikke læse sig til at blive gravid, det skal ske gennem handling – således er det også med forælderrollen.

Begærlighed og akademisk tilgang til den opgave er desværre det, der har skabt og vedligeholder eksistensstilen, hvorved livsstilen er blevet og konstant presses ud på et sidespor. Sørgeligt, men denne uvirkelige virkelighed eksisteres af mængden og konstateres først, når værdien af de forskellige afhængigheder brænder ud, og evnerne til at skabe nye destruktive mønstre er udtømte.

Det kræver selverkendelse at få opløst de mønstre, men det er bare endnu en lære i rækken af mange på vejen til en kærlighedsaffære med sig selv. Der er ingen, der skal bebrejdes her, heller ikke dig selv. I har bare gjort, som I lod jer bilde ind, det skulle gøres, hvis "lykken" skulle findes.

Når nu den lykke med jeres forsøg med overbygninger og fiks-løsninger ikke længere fungerer, har I så chancen til at bryde mønstrene. Er du der, hvor dine karrierevalg skal til at tages, så bryd med normbegreberne, inden du falder for den falske anvisning og træd i stedet ind på den virkelige virkeligheds vej.

Det kræver mod, men det er det hele værd.

Karrierevalget

– kalder vi det, men jeg vil hellere kalde det valget af levevejen. Det er fordi vi overvejene sætter karriere lig med værdi, som ofte underbygger en falsk illusioneret stolthed. En stolthed der indeholder en mængde luftkasteller, hvor bunden har det med at falde ud af.

Det, at finde ud af "hvad jeg er", behøver ikke nødvendigvis at være det, der giver dig den økonomiske støtte til din livsførelse, men det er det, der vil være det bærende element i dine livsværdier, der så vil være friholdt af begærets bånd.

Jeg er i mit arbejde som vejleder ofte stødt på mennesker, der mente at de havde taget det forkerte valg rent arbejdsmæssigt. Det har det ikke været for de flestes vedkommende. Det, der var gået galt for dem, har i fællestræk været, at deres motiv for deres valgte vej er skredet for dem. De har undervejs ladet sig friste til at svigte sine valg og underlagt sig andre værdinormer. En klassisk vej ind i selvbedrag med dens indhold af destruktive læreprocesser.

Når motiverne for disse mennesker så atter er blevet reetableret i de oprindelige valg, og ansvarligheden atter genfandt sig, har de været i stand til at finde hjem til sig selv.

Motiver

Når motiverne for menneskers valg bygger på det at bevise eller søge værd, er de havnet på stolthedens alter og godt i gang med at begår selvmord der. Livsstilen forlades og eksistensstilen gør sit indtog.

Det er derfor vigtigt, at du gør, hvad du kan for at bryde de mønster, når du skal gøre dine valg af levevej. Du må lære dig selv at kende, så du kan bevare fokus på motiverne for dine valg og samtidig være parat til at slippe dem og omgøre dem, hvis det viser sig, at det er der, du er på vej hen.

Omgør du ikke valgene i den situation, så vil det også skride for dig, og du vil få de samme uhensigtsmæssige læreprocesser. Så derfor, stå ved dine valg i ansvarlighed. Husk på, at det er kun enfoldige mennesker, der lader sine beslutninger være livsbindende. Du må være villig til at omgøre beslutningerne i takt med, at du modtager dine respektive læreprocesser, og din virkelighed derved forandrer sig – men hold dine motiver for dine valg på rette plads.

Du er med stor sandsynlighed flasket op med stolthedens forblændende værdimålere, der i dag bliver godt hjulpet på vej af de sociale mediers falske parametre for værd. Beklager, men det er og bliver vor tids største offerplads. Så JA, det vil kræve mod at forlade eksistensstilens middelmådige destruktive vej og komme til at leve på livsstilens konstruktive vej.

Tag ansvaret. Bliv din egen skaber i enhed med den virkelige virkeligheds mål med dig, du har fortjent det, og et langt skønt liv i fred og harmoni venter. Du er blevet givet muligheden til at gøre vejen nemmere for dine børn, når det bliver din tur til at træde ind på den læreplads.

Må din Gud være med dig.

Maj 1, 2018

Lidt om mig som forfatter

I begyndelsen af 1990'erne trådte jeg for alvor ind i erkendelsen og dermed bevidstgørelsen af min spiritualitet og dens betydning for min skabende kraft i alle livets sammenhænge. Det var også her jeg i mine meditationer modtog dét, at jeg skulle skrive. Et budskab jeg på det tidspunkt stod noget undrende overfor, da jeg dårligt havde lyst til at skrive et postkort, ligesom jeg heller ikke beskæftigede mig med at læse bøger.

Den tidligere manglende interesse for det skrevne ord viste sig senere at blive det, der har skabt den måde jeg skriver på; jeg var ikke påvirket af ritualer og normer på det felt. Det meste af det, jeg skriver, modtager jeg som medie. Ordene står og myldrer for at komme ud gennem fingrene, de tilflyder mig, og jeg nedskriver i troskab til mine spirituelle vejledere det, jeg modtager, som jeg modtager det. Selvom det rettes lidt til, skal de fleste vænne sig til at læse måden, hvorpå det bliver nedfældet. Jeg ved så, at det har en konstruktiv betydning for den måde, læren modtages af læseren. Læseren får brudt sin ubevidste evne til at skjtte hen over det, deres forsvarsmekanismer ikke ønsker at deltage i. Ordene får lov til at trænge ind og virke – også selv om det i starten kan være et lettere irritationsmoment for læseren.

Der kom til at gå cirka fire år fra jeg modtog beskeden om, at jeg skulle skrive, og til jeg blev sat igang. Efter at have modtaget ordene til kortteksterne Positiv Tænkning og indledningerne i arbejdsbogen Dine valg er dit liv – *hvordan vælger du?*, blev ordene til mit første eventyr tilført. Det blev en forunderlig oplevelse, for det gik op for mig, at det var en beskrivelse af det liv, jeg var i gang med at leve, der her blev beskrevet. Mange læsere har og vil til stadighed opleve samme genkendelse.

Derfor virker det

Kortene og arbejdsbogen er et sammensat mentalhygiejnisk træningsprogram. Bryder du dig ikke om de rette ord for det, så anvend en, måske for dig, mere tidssvarende ordbrug "mentalt fitnessprogram". Al forebyggelse og helbredelse bygger på et fundament af den rette kommunikation, idet det er med den, vi skaber vores virkeligheder.

Mennesket har en tilbøjelighed til at falde ind i ritualer og vaner, hvorved deres skabende energier bliver sløve og ugidelige. Vi finder tryghed i det kendte, og ofte også selv om vi kan se, at det der sker med os ikke er særligt hensigtsmæssigt. På grund af den tilsidesatte evne til at tage os selv alvorlig, kompenserer vi i stedet med alle mulige og umulige indbildte løsningsmodeller. Vi lader os bilde ind, at de er gode for os, bare fordi vi kan få dem serveret uden selv at skulle gøre særligt meget udover til sidst, hvor vi kommer til at stå med regningen.

Det er med vores kommunikation, vi fastholder os i det tilsyneladende trygge, og det er med den du må påbegynde forandring, hvis du virkelig mener, at du vil forandring, der virker. Du må bryde med det kendte og finde tryghed i dine skabende evner. Det gør for øvrigt også livet noget mere interessant. Hjerneforskning har erkendt, at vi med vores ord er i stand til at skabe konstruktive forandringer i hjernen. Alene det at bruge andre ord for gøremål aktiverer hjernecellernes vækst, eller at bruge de ord, noget også kaldes. Brug f.eks. ordet emotion, hvor du ellers ville bruge ordet en følelse. Det får dig til at lytte til det, du ser og hører, og du kommer til at opfange de signaler du tidligere uanfægtet gled hen over af den ene eller anden ubevidste grund. Det samme sker når læsning af personlige lærettekster afbrydes, så tvinges du til egen tankevirksomhed, og din skaberevne går i gang.

Disse forskningsresultater har i dag ledt til, at en ny trend er under opbygning. Det er hjernegymnastik. Idrætsskoler har i dag optrænet instruktører, der kører fitnesshold til genoptræning og videreudvikling af hjernens påvirkning af dine skabende evner. Det vil du sikkert kunne finde mere om andre steder. Det mentale fitnessprogram, som jeg skabte i begyndelserne af 90'erne, bygger netop på de kommunikationsmetoder, i den måde hvorpå det er opbygget og skrevet. Det er meningen, at dine gamle indlæringsmetoder skal afbrydes og du dermed tvinges til nye tænke- og handlemåder.

Efter 9 år med en livstruende kræftsygdom, hvor de fra lægernes virkelighed anslog at jeg kun havde ca. 3 måneder tilbage at leve i tilbage i 2010, samt udover denne personlige dokumentation at have fulgt masser af andre menneskers vej ad denne sti, kan jeg kun konkludere, at dette mentalhygiejniske træningsprogram – det virker. Den indsats, jeg har måtte yde, står slet ikke mål med det, jeg har modtaget.

I dag, hvor jeg er kommet så langt på den anden side af materialiseringen af eventyret Svanernes sang, kan jeg med et fredfyldt hjerte erkende mig til, at mit liv har været og er lige så eventyrligt at leve.

Maj 1, 2018

Svanernes Sang

- Teksten er oprindelig fra Dine valg er dit liv – hvordan vælger du? kap. 36, af Arne Olsen.

Integreringen

Maria var en ung hunsvane, som efter et par år stadig manglede at smide de sidste gråbrune fjer. Hun kiggede tværs over fjorden og kunne se, at hun hellere måtte vade ned til vandet og svømme længere ned ad fjorden til den lille vig, hvor flokken samledes for natten.

Maria havde oplevet sig ilde til mode, da hun vågnede i morges. Det gjorde hun nu så tit, så det havde hun på en forunderlig måde indtil videre besluttet sig for at respektere, men denne morgen havde det alligevel været noget anderledes.

Det havde været rigtig skidt og noget forvirrende. Samtidig med at hendes oplevelse af ensomhed og angst havde været påtrængende, blev hun løftet af en meget stærk oplevelse af en for hende ukendt styrke. En oplevelse af at være noget specielt, specielt på en anden måde end tidligere, hvor hun altid oplevede sig udenfor.

Maria rejste sig fra sit hemmelige sted i sivene. Her søgte hun altid hen for uforstyrret at være sig selv, når det stod skidt til. Her var hun fri for de andres forsøg på at vise hende medlidenhed gennem den for dem velmente kærlighed i form af råd og vejledninger: “du skal, du bør ikke, sådan skal du ikke, har du tænkt på, hvad nu hvis, så slem ser du da heller ikke ud, du er da god nok, du skal bare tage dig sammen, osv...”

Det var ikke kærlighed, Maria havde oplevet med al den given råd, og så ydermere uden at hun havde bedt om det. Der var ingen af dem, som havde oplevet hendes situation, og hun kunne derfor ikke se nogen værdi i disse forsøg på hjælp. Slet ikke, når hun samtidig oplevede, at de ofte trak sig væk, hvis hun kom til dem, og at de ofte talte om hende, fordi hun havde andre meninger om livet end dem. På den måde oplevede hun mere deres forsøg på at vise kærlighed som antikærlighed – i hvert fald som misforstået kærlighed.

Det var derfor, Maria havde fundet sit eget sted. Her kunne hun drage omsorg for sig selv i fred. Hun havde her fået ro til at meditere, hvilket havde hjulpet hende meget. Hun var på den måde begyndt at lære sig selv at kende uden ydre påvirkninger, og det havde indtil nu været godt. Hun havde endda fundet ud af, at det kun var hende selv, der kunne se, at hendes næb var grønt, og at hun stadig ikke var helt hvid. Den forestilling arbejdede hun på at lægge fra sig, og hun var helt sikker på, at det ville lykkes. Indtil da havde hun besluttet sig for at respektere sig selv som hun var.

Da hun havde gjort det, var det begyndt at gå fremad. Hun opdagede nemlig derved, at hun var begyndt at lære, hvad hun kunne blive til. Hun var begyndt at se efter det positive i alt, hvad hun oplevede, såvel i sig selv som uden for sig selv.

Maria strakte sin lange hals og oplevede, at hun ligesom var blevet lidt større. Hun slog et slag med hovedet og strakte sig igen – jo, hun var sandelig vokset. Hun kunne mærke, at hun på en forunderlig måde passede bedre i sin fjerdragt. Hendes indre havde fået de rette mål. Maria drejede hovedet for at se på sine gråbrune er. De var der godt nok endnu, og hendes næb var stadigvæk grønt, men det var, som om det ikke længere betød noget. For første gang kom hun kontakt med ydmygheden, som fik nogle smukke gyldne tårer til at rinde frem i øjnene. De trillede sagte ned ad hendes lange, yndefulde hals. I denne overvældede tilstand vraltede Maria ud fra sivene og ned til fjorden. Hvilket syn hendes øjne modtog. Bag træerne på den modsatte bred var himlen farvet af den nedgående sol – farvet i de smukkeste purpur, røde, orange og gyldne farver, og det hele spejlede sig i fjordens blanke vand. I dette himmelske ildhav sejlede Maria ned ad fjorden mod vigen, der lå oplyst i gyldent lys som et himmelsk tempel.

Fredfyldt og i et adstadigt tempo sejlede Maria mod vigen med alle farverne glimtende i sine ydmyge tårer. Da hun kom nærmere den gyldne vig, tænkte hun: “Mit hjem, dér er mit hjem.”

Hun havde tit tænkt på at forlade fjorden, men nu kunne hun pludselig se, hvad der havde holdt hende tilbage. Det stod hende klart, at hun havde været nødt til at finde sig selv her på dette himmelske sted. Sådan havde hun ikke set det før.

Aftenen var ikke kun smuk, den var også lun, årstiden taget i betragtning, så Maria oplevede sig rigtig godt tilpas. Hun besluttede sig for at lægge sig til ro inde midt i flokken, og det var så sandelig noget nyt.

Maria plejede altid at placere sig selv lidt uden for yderkredsen for ikke at være til gene for nogen. Hun gav godt nok udtryk for, at det var for at være med til at beskytte de andre, men ved at være i yderkredsen, blev hun ikke så ofte konfronteret med sig selv. I aften ville hun placere sig midt i flokken. Urolig og angst sejlede hun ud og ind mellem de andre på vej mod midten, men som noget nyt var uroen og angsten helt okay, det var jo en ny situation. Hun passerede et par fra sin egen søskendeflok, som bebrejdede spurgte hende, hvad hun bildte sig ind. Lidt efter passerede hun sin fader, som hakkede ud efter hende og vrissede noget om, hvad i al- verden hun skulle dér. Moderen, der var ved faderens side, så hende slet ikke, eller nærmere lod som om, hun ikke så hende.

Maria lod sig dog ikke anfægte af de oplevelser, for hun vidste nu, at det ikke var hendes problemer, men deres. Så hun bevægede sig beslutsomt videre mod midten i sit adstadige tempo.

Da Maria kom frem til sit mål, fik hun al den plads hun skulle have. Hun strakte halsen og kiggede ud over hele flokken og tænkte for sig selv, at hun var kommet hjem. Hun drejede halsen rundt og lagde hovedet tilbage under den ene vinge.

Døden, det nye liv

Medens hun lå der for at falde i søvn, gjorde hun som alle de andre aftener: hun ransagede sig selv for den forløbne dag. Hun fik en forståelse for sin tilstand, da hun var vågnet om morgenen. Det var jo ikke så svært, at hun havde haft det sådan, for hendes krop, sjæl og sind måtte have vidst, at hun netop denne dag ville beslutte sig for at tage det fulde ansvar for sit eget liv. En beslutning om en kærlighedsaffære med sig selv, sådan som hun nu var – kærlighed forstået som tillid og respekt.

Maria var nu klar over, at noget havde forladt hende. Alt det arbejde hun havde udført med sig selv og sit indre, havde haft den effekt, at såvel hendes hunside som hendes hanside var blevet fuldt integreret. Igennem den kærlighed til sig selv, som integrationen havde medført, ville hun nu kunne se, hvad der var hendes indre sandhed, og begynde at lære at leve i den. Med en oplevelse af fred, ro og harmoni bredte en indre varme og glæde sig i hende helt ud til yderste fjerespids, og i den nye oplevelse af sand glæde gled Maria ind i sin søvn. Maria vidste nu, at hun havde givet slip, og at en ny tid var kommet.

Indvielsen

Hvor længe Maria havde sovet, vidste hun ikke, men på et tidspunkt i løbet af den lune nat mærkede hun en iskold luftstrøm, og hun blev helt kold på det yderste lag fjer. Straks efter hørte hun et sus hen over vandoverfladen, som om en stor svane landede.

Noget forskrækket slog hun øjnene op, og forundringen var stor. De andre svaner var ikke at se, og hen imod hende kom en stor hansvane sejlede. Der var noget helt specielt over den. Den udstrålede en kraft, en energi, hun aldrig havde set magen til. Efterhånden som den kom nærmere, blev alt lyst omkring dem. Maria så, at den havde et blå næb, og på ryggen voksede en fredslilje. Maria kunne ikke huske, at hun på noget tidspunkt havde set noget smukkere, men skræmt, det var hun.

Den store svane var kommet helt hen til Maria. Han fortalte hende, at han kom fra den spirituelle verden, fra den universelle krafts energicenter, og at han for Maria, sådan som hun kunne se ham, hed Michael. Han var kommet for at bringe hende med sig, så hun kunne lære af en opgave, han skulle udføre.

Michael sagde, at hun var blevet udvalgt til at bringe de oplevelser, den viden og den visdom videre, der var forbundet med hans opgave. Han fortalte hende også, at det var helt hendes eget valg, hvorvidt hun ville tage med ham og dermed påtage sig denne opgave. Men var hun først gået i gang, ville der ikke

være nogen vej tilbage. Ligeledes sagde han, at hun måtte være parat til at bære det fulde ansvar for konsekvenserne, der ville dukke op undervejs, ligegyldigt hvilken karakter de end måtte have. Maria, der havde været skræmt i begyndelsen, var begyndt at falde til ro. Hendes angst var blevet til opmærksomhed, og hun oplevede Michaels udstråling som fredfyldt og livgivende. Michael sagde godt nok, at hun havde en valgmulighed, men sådan oplevede Maria det ikke, for inden han havde talt færdig, kunne Maria mærke, at der kun var ét svar.

Hun oplevede, at hun ét eller andet sted vidste, hvad det hele gik ud på. Hun kunne se, at hun nu havde skabt åbning for at få materialiseret denne viden, og at det ville ske, når hun sagde ja. Maria gav udtryk for sine oplevelser og for en dyb taknemmelighed. Michael smilede til hende og bekræftede, at hun havde fået nøjagtig den mulighed, hun selv havde skabt, så muligheden var hendes ret. Hun skulle derfor rette sin taknemmelighed mod sig selv, for først dér ville den få effekt.

Michael udtrykte sin jubelglæde over Marias beslutning ved i stor hast at sejle rundt om Maria i ottetalssving, hvor hun var center først i den ene ring og så i den anden. Han blev ved længe hurtigere og hurtigere, så blomsterstøv fra fredsliljerne på hans ryg fortættede luften, så Maria til sidst kun kunne høre Michaels jubelsang til musikken fra vandet.

Da Michael endelig stoppede, kunne Maria mærke, hvordan blomsterstøvet dalede ned over hende. Hun oplevede en for hende ganske ukendt kraft trænge ind i sig, og hendes modtagelse af ydmyghed blev meget stærk. Maria vidste nu, at hendes beslutning var rigtig.

Rejsen i det ukendte

Michael var i færd med at pudse sin smukke fjerdragt efter den hektiske jubeldans. Maria, der var begyndt at blive utålmodig, henvendte sig til ham og spurgte hvad hun skulle, hvor de skulle hen, og hvad hans opgave var. Michael svarede med at fortælle hende, at dét at leve et åndeligt liv indebar, at hun lærte om begge sider af det åndelighed består af, nemlig såvel den spirituelle del som den emotionelle del.

Michael fortsatte med at fortælle Maria, at det arbejde, hun gennem trosbegrebet havde udført i sin emotionelle del, netop ved at tro på sig selv, var det, der åbnede for hendes spirituelle del, da begge disse sider drives af evnen til at tro. Michael definerede trosbegrebet for hende med følgende ord: "Troen er en højere psykologisk evne, som ligger hinsides det forståelige." "Det er derfor kun muligt at leve i fuld sandhed, som er den betingelsesløse og kompromisløse kærlighed, når du har den fulde tillid og respekt til og for dig selv, med dig selv. Det er dét, der repræsenterer kærligheden," fortsatte Michael. "Så det var, da du gav slip i det, at ville forstå dig selv og dit liv, at du gjorde det muligt for dig at opleve kærligheden. På den måde kan du skabt forståelse for dig selv og dit liv. Netop respekten, du har vist dig selv, i troen på den stærke tillid til dig, i dit emotionelle arbejde med dig selv, er de styrker, du også skal bruge her. Giv slip, hav tålmodighed og gennem den kærlighed får du dine svar. Så nu ikke flere spørgsmål, bare følg med ved min side."

Michael spurgte Maria, om hun var klar til at tage af sted. Det var hun, om end med nogen uro i kroppen. De bredte vingerne ud, strakte dem et par gange, og så gjorde de klar til afsæt. De baskede med vingerne, samtidig med at de løb hen over vandoverfladen. Da den rette lyd fra vingeslagene var tilstede, lettede de, og da farten var på plads, steg de op i den stjerneklare nattehimmel.

De fløj i nordvestlig retning, højere og højere op. Maria, der syntes, at luften begyndte at blive lidt tynd, drejede hovedet og kiggede over på Michael. Michael havde opfanget hendes bekymring, men det eneste Maria kunne høre ham sige, i den lette lyd fra deres vingeslag, var: "Tillid Maria, tillid."

De var nu kommet så højt op, at solen ramte dem. Det syntes Maria var helt herligt, så det fik bekymringen til at lette, eller var det mon tilliden, der kom til hende. De havde ikke fløjet længe i denne herlighed, før de styrede ret mod et gevaldigt uvejr. Maria oplevede angsten stige, så hun trak ned bag Michael og forestillede sig at være i beskyttelse her. Michael havde da heller ikke sagt noget, han styrede ganske uanfægtet ret ind i uvejret.

Maria oplevede sig blive kastet rundt mellem torden og lyn. Det oplevede hun godt nok ikke var særligt omsorgsfuldt – de kunne da være øjet udenom. Det var, som om hun havde tænkt højt, for hun hørte

Michael spørge, om hun ikke havde øjet udenom nok i sit liv. Samtidig med at hun hørte stemmen, gik det op for hende, at hun havde tabt Michael af syne, og så tog angsten fat. Var hun ikke blevet kastet rundt før, så blev hun det nu; aldrig havde hun kendt mage.

Hun formåede dog at bevare overblikket, og pludselig opdagede hun en tunnel i skydækket, hvor der var lys for enden. Maria drejede af og kom ind i tunnellen, her var der nogenlunde til at være. Da hun var kommet næsten hen til lyset, forsvandt det og alt stod igen i ét. Maria forsøgte at vende tilbage til den oprindelige kurs, så så hun lys her, så der og så der. Til sidst oplevede hun sig helt pacificeret i sin angst.

Maria skulle lige til at skribe om hjælp, da hun hørte Michaels stemme inde i sig selv, og den spurgte hende, om hun havde glemt, at angst var hendes overlevelseseffekt, og var et signal om at handle i opmærksomhed. Maria kunne straks se, hvordan hun i al denne turbulens endnu engang kun havde lyttet til sit hoved og ikke til sin indre stemme.

Angsten tændte nu hendes opmærksomhed, så hun kunne bære den og tænke samtidig, og straks kom hun i tanker om den styrke, hun havde oplevet, da blomsterstøvet var dalet ned over hende efter Michaels jubeldans. Nu mærkede hun igen den styrke inden i sig, og før hun vidste af det, fløj hun igen side om side med Michael, som var på vej ud gennem ozonlaget.

Da de havde øjet et stykke tid og var kommet et godt stykke uden for Jordens energifelt, begyndte Maria at tænke på, hvor forunderligt det hele var. Tankerne faldt tilbage på hendes bekymringer, da hun oplevede åndenød, og nu fløj hun bare her langt ude i Universet. Det var forunderligt.

Midt i al dette positive tankemylder gik det op for hende, hvem Michael var for hende. Hun oplevede igen, at han begyndte at tale til hende ud fra hendes tanker alene, men denne gang var det, som om hans stemme kom fra hendes indre jeg, og ikke gennem hendes ører, selvom de fløj her side om side. Han havde sagt til hende, at så forunderligt ville livet altid være, hvis hun fastholdt den sande kærlighed til sig selv.

Maria var blevet klar over, at Michael var hendes intuition, hendes højere selv, hendes universelle kraft, hendes Gud. Med denne meget store oplevelse af enhed var hun nu i stand til at erkende sig selv som Gud i sit univers, sin egen skaber. Som sådan oplevede hun sig nu som en del af hele den universelle kraft. Endnu engang fik Maria den stærke oplevelse af at være kommet hjem. Maria smilede og tænkte: "Jeg gad nok vide, hvor mange hjem jeg har", for hun skulle videre, det kunne hun klart fornemme, og nu stolede hun fast på sin intuition.

Der begyndte at dukke en tåge op forude. Som de kom nærmere, kunne Maria se, at det mindede om en planet. Luftarterne omkring den blev af planetens fremdrift formet på en sådan måde, at den nærmest lignede et kæmpestort æble. Michael brød ind i Marias tanker, og fortalte hende, at det var deres destination, og at den illusion hun så, netop var blevet planetens største problem.

Han fortalte, at individerne på denne planet kaldte den Æblet, og ikke som den egentlig burde hedde, nemlig Problemet. Han sagde, at de første vidende individer på denne planet havde døbt den om og givet den dette frugtbarhedstegn, som det stod skrevet i deres skrifter: "På grund af dens ydre udseende." Han sagde, at det ikke var sandheden, men at han ville berette om det, efter at de var landet, og havde taget sig et lille hvil.

De strøg ned gennem planetens ozonlag og ind i dens atmosfære, og Maria kunne mærke, at det var som på Jorden, bare meget renere. Michael gik i front. De fløj over et par bjergrygge og ind i en frodig grøn dal med en blå, blå sø. Dens vand var så klart, at Maria kunne se lige så dybt, som hendes øjne rakte. Michael lagde an til landing, Maria fulgte med, og side om side landede de på dette forunderlige sted. De sejlede ind til søens bred, og kravlede op og lagde sig godt til rette i den smukke frugtbare vegetation. Maria havde svært ved at lægge sig til hvile, hun var så overvældet af alt det smukke, hun havde set under landingen. Vegetationen var meget kraftig, og den udstrålede stærke energier gennem såvel dens størrelse som dens farver.

Dyrene, hun havde set, var ligeledes helt anderledes, skønt de fleste havde samme opbygning og udseende, som dem hun kendte. Hun havde også set arter af såvel planter som dyr, som hun aldrig

havde set før, men fælles for det hele var det sande orgie af frugtbarhed, alt udtrykte gennem størrelse og farvepragt.

Maria løftede hovedet op fra sit leje og kiggede ned mod søen, hvorfra hun kunne mærke, at der kom nogen. Hun oplevede et forunderligt smukt syn. Den skikkelse, der kom hende i møde, var lysende i det smukkeste blålige skær, med et gyldent strålende ydre.

Da den kom nærmere, kunne hun se, at det var en menneskeskikkelse, der havde denne udstråling, og han var klædt i en smuk, blå dragt med guldbesætninger. "God morgen," sagde skikkelsen, og Maria blev noget forbavset, da hun kunne høre, at det var Michael. Han smilede til hende og spurgte, om hun ikke havde set ned ad sig selv.

Det havde hun ikke, for hun vågnede jo ved, at hun mærkede den energi, der var kommet hende i møde. Hendes forundring var stor, da hun fik kigget på sig selv. Hun rejste sig op, kiggede ned ad sig selv og løb ned til søen for at se sig i det spejlblanke klare vand. Hvilket syn hun så, af den smukkeste kvindelige menneskeskikkelse, hun havde set.

Hun spejlede sig, drejede rundt, spejlede sig, og ligesom hun så Michael med sin udstråling, kunne hun se, at hun selv udstrålede det samme smukke lyse skær omkring den vidunderlige krop, der var klædt i en enkel hvid klædning. Den var hvid, men hvid på sin helt egen specielle måde. Maria havde en oplevelse af aldrig at have set noget menneskevæsen smukkere.

Michael kom hen til hende og sagde, at når hun var færdig med at sole sig i sit eget lys, var det på tide, at de kom videre. Maria blussede op i kinderne og tænkte, at det var vist ikke så godt, at hun var blevet så henrevet i sig selv. Michael var der straks på hendes tanker og sagde, at det var da helt i orden, og endda ganske vigtigt at nyde sit eget arbejde, men at det på dette høje spirituelle plan var meget nemt at sole sig væk i sine egne smukke bedrifter.

Opgaven

De satte sig ned i græsset i deres nye skikkelser, og Michael fortalte, at han, medens Maria havde hvilet sig, havde været rundt på planeten og konstateret, at alt var klart til, at han kunne gå i gang med at udføre sin opgave. Han begyndte at berette for Maria, hvordan han for ca. 7000 år siden, hvis det blev regnet i jordisk tid, havde levet på denne planet, i sin sidste inkarnation som menneske. Nu var han vendt tilbage for at få ryddet op på planeten og få tilintetgjort alle de udødelige kroppe, som han ville vise hende senere.

Michael fortalte, at da han forlod planeten, var alt levende, på nær *individene*, der regerede, gået til hvile. Planeten havde været nærmest uddød at se på. Der havde ikke været noget frugtbart at se nogetsteds, og alle vandene var så forurenede, at de ikke var til at komme i nærheden af. De havde været stinkende og ætsende giftige. Først da de sidste individer for ca. 4000 år siden ikke havde mere energi til at holde sig i gang, begyndte planetens øvrige liv igen at live op. Det var i dag så blevet til den frodige vegetation og de liv, som Maria indtil nu havde set.

Han fortalte, at processen med den tilsyneladende uddøen var gået meget hurtigt, efter at den gruppe mennesker, han selv havde hørt til, havde besluttet sig for at lade sig uddø, så de ikke længere kunne tilføre næring til individerne, som de havde valgt at kalde dem. Individerne havde selv været, og var, egentlig mennesker. Men med de valg, de havde truffet og troet på som deres sandhed, havde det ledt til deres egen destruktion.

Michael selv havde hørt til en gruppe mennesker, der nægtede at deltage i den levevis, individerne og flertallet havde valgt. På hele planeten havde der været sådanne *udbrydere*, som de var blevet kaldt. Udbryderne havde levet ude i skovene, som var blevet destrueret af individerne i deres jagt på dem. De jagtede ikke udbryderne for at slå dem ihjel, men for at indfange deres kvinder, som de brugte til at skabe liv til deres egne gensplejsede fostre.

Udbryderne måtte søge tilflugt i huler i bjerge og i underjordiske grotter for at få nogenlunde fred. Den leveform, de troede på, med egen forplantning og dyrkning af egne fødevarer til opretholdelse af livet, var blevet så vanskelig, at de besluttede sig for ikke længere at lade børn komme til verden. På den

måde kunne de også se, at der var en mulighed for at redde hele planeten, når de standsede skabelsen af mulige rugemødre for individerne.

Det var blevet meget vanskeligt for udbryderne at leve med deres partnere, fordi individerne havde formået at udvikle små flyvende scannere, der blev tiltrukket af udstrålingen af kærlighedsenergi. Udbryderne havde været nødt til at fremstille blyceller, hvor de kunne være med deres partnere i parringslegen, da seksualitetens healende kærlighedsenergi var så stærke, at scannerne kunne lokalisere dem på lang afstand.

Individerne havde udelukkende eksisteret af at dyrke problemer. De skabte dem for så bagefter at finde værd i at løse dem. Forskningen havde medført, at de langsomt fra at have lignet mennesker, havde bevæget sig over til menneskelignende skikkelser, der havde mistet egen forplantningsevne. Hår og tænder havde de heller ikke mere. Tænderne havde de ikke brug for længere, for der var kun ganske få, der måtte tage beslutninger.

Det havde haft den konsekvens, at lidelser med tænderne var blevet et stort problem, fordi de beslutningsløse totalt mistede evnen til at tage beslutninger. Tandproblemer opstod i uhørt skala. Derfor blev der taget beslutning om at fremavle tandløse individer, og det passede også godt med, at der ikke længere var mulighed for at dyrke føde i naturen. Der var skabt fysisk føde i pilleform, hvilket var gensplejsernes gevinst af værd, for med den form for indtagelse af næring, kunne de nu manipulere de øvrige individer hvorhen de end ville.

Det lykkedes de ledende individer at skabe udødeligheden kort efter, at udbryderne havde besluttet sig for at lade sig uddø, så individerne tog det i deres snæversynede selvished ikke så tungt, at tilførslen af rugemødre begyndte at dale. De havde i glædesrusen over den vundne udødelighed glemt alt om, at det var problemer, der var deres eksistensenergi, så når der ikke blev tilført nye individer, ville der ikke blive skabt nye problemer, og så ville der ikke være mere eksistensenergi.

Af udødeligheden blev der skabt endnu et problem, som de kun kunne løse på én måde. Der skete nemlig det, når individerne ikke fik deres værd, at de blev til tomme, ubevægelige hylstre, der kun kunne ligge og kigge ud i intetheden med blinkende øjne, når støvet dryssede ned i deres øjne. Og støv var der nok af, der var ikke andet, når der ellers ikke kom en regn- byge, der formåede at trænge ned gennem den forurenede atmosfære.

Individerne vidste, at de på et tidspunkt ville passere tæt forbi en anden planet, hvor der var nogen, der forsøgte at finde samme vej, som de havde fundet. Der var nok af problemer på den planet, der kunne tilføre dem eksistensnæring. De vidste, at planetens energiniveau var så negativt, at de, hvis de passerede tæt nok forbi, ville blive trukket ind i dens atmosfære af de negative energiers vibrerende frekvenser.

De konstruerede derfor en mængde lagersonder, hvori de placerede deres energiforladte hylstre. Sonderne var skabt på en sådan måde, at de, når de strøg ind i en planets atmosfære, ville affyre sig selv, stryge ud af deres egen atmosfære og lade sig trække ned på jorden af den anden planets tiltrækningskraft.

Michael fortalte, at hans opgave var at omjustere disse sonders affyrings- mekanismer, så de først ville blive affyret, når planeten havde passeret den planet, som han nu kunne fortælle ville være Jorden. De havde rejst sig og var på vej gennem et tæt skovområde. Maria gik og tænkte på, hvad hendes opgave mon egentlig gik ud på, medens hun gik og nød al farvepragten.

Det skal jeg sige dig, fortsatte Michael. Du skal ned og sprede dette budskab til dyrene på Jorden, og I skal forberede jer på mødet med de forstyrrelser, der vil opstå, når denne planet passerer. De store fugle og havpattedyrene skal med deres sang blokere for udstrømning af Jordens negative energier, hvis mennesket ikke inden da skulle nå at vende energierne, så de positive energier bliver de stærkeste. Der, hvor der specielt skal lukkes af, er ved det menneskeskabte hul i ozonlaget, da planeten vil passere tæt op ad det. I vil med jeres sang kunne skabe så kraftige vibrationer, at de negative signaler ikke trænger ud, men det vil også skabe kraftige svingninger og vibrationer, der vil medføre kraftige påvirkninger af jordskorpen. Hvis mennesket får løftet det positive energiniveau inden planetmødet, skal

I holde jer fra at skabe den beskyttelseskappe. I må kun skabe beskyttelsen, hvis det bliver absolut nødvendigt for at undgå en udslettelse af Jorden som den, jeg har fortalt dig har foregået her.

Maria og Michael var nu kommet frem til resterne af nogle bygninger, og hun fik øje på, at der hist og pist lå nogle af de tomme hylstre og blinkede med øjnene. De gik hen til ét, og Michael sagde, at han skulle have samlet alle dem sammen, der lå og flød, og have dem anbragt i nogle af de mange tusinde sonder, der stod rundt omkring på planeten.

Maria så på det tomme individ. Der var tydelige paralleller til mennesket. Huden var en mellemting mellem øgle- og slangehud, faconen på kroppen var meget lig menneskets, men det skaldede hoved så noget anderledes ud, med en tandløs bred mund med nogle kraftigt udviklede kæbemuskler, der nærmest var svulmende. Michael sagde, at det var affødt af, at de gennem hele deres eksistens ikke havde foretaget sig andet end at sidde og gumle på de andres æbler, eller rettere problemer, som en anden ko tygger drøv. Den samme næring igen og igen, gumle, gumle, gumle, på det ene selvskabte problem efter det andet.

Da de havde vandret rundt, og Maria var blevet vist det, hun skulle se, sagde Michael til hende, at tiden nu var inde til, at hun måtte videre. Michael fulgte hende ned til søen, hvor hun skulle af sted fra.

På vejen derned gik Maria og tænkte på de katastrofer, der ville ske, hvis ikke menneskene nede på Jorden fik vendt om og begyndte at bygge deres liv på positivt skabende energier. Hun oplevede det uhyggeligt, at det kunne blive en nødvendighed at være med i en proces, der kunne medføre kæmpe naturkatastrofer, hvor mange sjæle bagefter måtte til at finde nye hjem. Hun havde sagt ja til at udføre opgaven, og når hun havde set, hvordan det var gået på denne planet, så var hun ikke i tvivl om, at det var det rigtige. Når alt kom til alt kunne hun jo håbe på, at menneskene kom til fornuft og lærte at tage sig selv alvorligt.

Michael brød ind i hendes tanker og sagde, at det var korrekt, at mange ville dø, men at død var nyt liv. Vil menneskene ikke leve i kærlighed, er det nu engang deres eget ansvar – også at bære konsekvenserne, for det de så modtager. Ja, mange vil dø, men endnu flere vil bestå, og dem, der består, vil blive nødsaget til at finde nyt indhold i livet. De vil komme til at følge de mange, der har fået lært at leve med sig selv, i sig selv, af sig selv som naturligt aggressive, kreative, skabende kærlighedsvæsener.

Hjem

De var kommet ned til søen, og Maria kiggede på Michael, der bare smilende sagde: “Du hopper bare ud i det.” Maria gik over for at ville give Michael et ordentligt kram og et kys, men som hun tog om ham, var han bare væk.

Maria kiggede rundt for at se, om hun kunne se ham, og oplevede en angst inde i sig. Nu var hun alene, og hun troede, at hun ville have fået at vide, hvilken vej hun skulle. Så hørte hun stemmen: “Tillid, Maria, tillid.” Maria tog en dyb indånding, snurrede rundt, satte i løb og sprang på hovedet ud i søen. Så skete der noget ganske forunderligt, og hun oplevede det, som var det i slow motion. Hendes krop forandrede sig ganske enkelt til en delfin, samtidig med at kroppen strøg ned i vandet.

Det var forunderligt, og hvilken frihed. Hun oplevede sig i ét med Altet, og hun var nu i stand til at bringe sig i enhed med og bevæge sig i alle elementer, ligegyldigt hvad de måtte være. Maria tog sig nogle hurtige ture rundt i det glasklare vand, ned i dybet, og dernede fra kunne hun se helt op i lyset. Hun boltrede sig legende rundt i denne nye mulige levevis, da hendes stemme igen talte til hende, så hendes kinder endnu engang blussede op.

“Der kommer tid til den rene leg,” hørte hun stemmen sige. Maria havde endnu engang ladet sig henfalde til at sole sig i sine skabelser, og besluttede sig til at tage afsæt til den lange flyvetur hjem til Jorden. Hun dykkede, og med lynets hast strøg hun op mod vandoverfladen og fortsatte lige op i luften. Og som da hun sprang i vandet, forandrede hendes krop sig igen, til det element, hun var på vej op i. Denne gang indtog hun det, hun kaldte sin egen krop.

Maria strøg med stor fart op og ud gennem atmosfæren, ret ud i Universet. Først nu oplevede Maria, hvordan der var sket noget med hendes oprindelige udseende. Hun så, at hendes næb ikke længere var grønt, det var nu blevet blå, nøjagtig som Michaels havde været det. Så vendte hun hovedet for at se,

om der også skulle være blevet placeret en fredslilje på hendes ryg. Det var der ikke, men dér, hvor hendes gråbrune er havde været, var der nu de smukkeste gyldne fjer af det pureste guld.

Det er skønhed og udstråling, og lige i nuet kunne det godt ærgre hende lidt, at det kun var hende selv, der var i stand til at opleve det. Måske ville hun møde andre, der som hende selv ville kunne se det, fordi de netop var på lignende opgaver. Michael havde sagt til hende, at hun ville komme til at møde andre, som hun ville komme til at dele sit liv med.

Før hun vidste af det, strøg Maria ned gennem ozonlaget på det tynde sted, for på vejen ned at besigtige de områder, de om nogle år måske skulle op og synge fra. Maria strøg ned over Skandinavien og lagde an til landing i sin velkendte fjord, hvorfra hun skulle påbegynde udbredelsen af den visdom, hun havde modtaget.

Der lød et sus og et pjask, og noget forskrækket slog Maria øjnene op. Solen var ved at stå op, og Maria tænkte, om hun kun havde drømt. Nej, noget var der sket, for da hun så på sit næb, var det stadigvæk blå, og hun havde også de gyldne fjer med sig i denne nye dag.

Maria begyndte at dele sine oplevelser med andre, og flere og flere af hendes artsfæller begyndte, i tiden der fulgte, at komme for at hjælpe hende med at bringe budskabet videre, så energierne på Jorden kunne blive vendt til det positive, på hvilken måde det end måtte blive. Maria rejste rundt, og hvor hun end opholdt sig, strømmede der dyr til, som ville deltage i genoprettelsen af kærlighedsenergien på Jorden.

*Eventyret 'Svanernes Sang' er udgivet i bogen **Dine valg er dit liv – hvordan vælger du?***

Maj 1, 2018

Reinkarnation?

Det ene eller det andet?

Spørgsmålet om reinkarnation er ofte til diskussion i nogle trosretninger. Hvorvidt det er en virkelighed eller ej bliver de stridende parter nok aldrig enige om her på det jordiske plan, og det er reelt også ligeegyldigt. Derimod er det skabene fornuft at være åben overfor spørgsmålet, så du har let ved at tilpasse dig den virkelighed, der viser sig sand for dig, når din klarhed dukker op.

Det må handle om at lade det enkelte individ have sin overbevisning i stedet for at forsøge at retfærdiggøre sin egen overbevisning ved at fordømme den anden. Er du sikker i din overbevisning, er der ikke behov for at retfærdiggøre den.

Lader man i stedet spørgsmålene være lige gyldige ved at stille de samme krav om dokumentation til begge sider af troen på den ene eller den anden virkelighed, og i stedet ser på, hvad de respektive virkeligheder giver af afkast, så kan det enkelte menneske tage det, der passer til dets virkelighed og drage skabende nytte af det. Det vigtigste i ethvert troselement er, at mennesket kan leve sin erkendelse til det, de tror på, ud i betingelsesløs og kompromisløs kærlighed, for først her høstes sandhedens frugter.

*Du høster, som du sår.
Er dine frø positive? Hvis ikke,
Så skab dem et andet sted.*

Død, det var det liv – én virkelighed

Mennesket bliver undfanget. Fødes til at tage ansvaret for et liv. Lever det liv på godt og ondt. Udånder på den ene eller den anden måde. Det var så det og slut. Udover en eller anden historisk oplevelse er der ikke meget mere at skrive om den process, for i den virkelighed er det slut ved døden og ansvarsforpligtigelserne er overstået.

*Intet kan bekæmpes,
men alt kan opløses.*

Reinkarnation, det evige liv – én virkelighed

Sjælenergiens forberedelse til ansvarligt valg til den kommende inkarnation. Mennesket bliver undfanget. Fødes til at tage ansvaret for sin lære i nuet og sine videreførelser af inkarnationer. Lever sit liv på godt og ondt. Forbereder til ansvarlig dødsproces. Udånder på den ene eller den anden måde, med henblik på ansvarlig forberedelse på fundamentet til det næste liv.

Lev og lad dig selv leve.

Et liv med visdommens afkast og investering

Har du valgt at leve på reinkarnationens fundament, har du sagt ja til at påtage dig det betingelsesløse og kompromisløse ansvar for det univers, din krop repræsenterer, såvel som ansvaret for din plads i Universets enhed.

På dette fundament er målet at finde kærligheden i, at du er den vigtigste i dit liv samtidigt med, at du kun er en lille undværlig brik i det universelle perspektiv. Du er altet og intet i en ligeværdig konstellation. Lever du op til ansvaret i det, høster du også derefter.

Reinkarnationens livgivende ansvarligheds alter holder dit fokus på, at livet er en lang læreproces. En læreproces der er rettet mod det at leve som et guddommeligt kærlighedsvæsen, med alle dets gaver. Du er skaberen af universet dig, der er dit liv. Du har selv valgt det og kun du er ansvarlig for resultaterne. Det ansvar, der tales om her, indeholder ikke straf. Straf opløses efter Universets spilleregler i den øjeblikkelige erkendelse af handlingen. Livet indeholder kun gaver, fordi alt er rigtigt, og grunden til, at alt er rigtigt er, at alt er en læreproces. Så selv om det i din verden kan opleves tilsyneladende forkeret, så vil det, hvis du tager ansvaret, indeholde den lære du har behov for, for at komme videre i dit liv. Alt sker for en årsag.

Lever du ikke op til de opgaver, du har sagt ja til i en inkarnation, kan du få skabt dig det, der kaldes en karmisk regning. En karmisk regning er en overordnet læreproces, der må og skal indfries for at komme

videre i din mulige udvikling til højere spirituelle niveauer. Derfor vil den komme til indfrielse i en senere inkarnation, hvis du ikke får udrett læren i den eksisterende.

Får du ikke ryddet op i det i dette liv, så tilføjer du ekstra læreprocesser til næste inkarnation, hvor du så atter får muligheden for at modtage læren. Du har masser af tid til at modtage din lære, for det er kun her på Jorden, tidsbegrebet eksisterer. Det er bare en måleenhed, vi mennesker tilsyneladende har behov for, når vi er her. I Universet som helhed eksisterer alt i samme nu, altså er Universet den enhed, der indeholder altet.

*Du, er hvad du er,
for det er dét, du tror på.
Du føler, som du tænker,
for det er dét, du tror på.*

Enheden Altet

Det, der gør at såkaldte genier, shamaner, klarsynede, klarhører og andre clairvoyante er i stand til at modtage budskaber fra andre dimensioner (tidsaldre) end den de reelt befinder sig i, er, at Universet er denne sammensatte enhed af dimensioner. Disse mennesker evner så at aflæse og afkode (oversætte) de frekvensområder, hvormed der signaleres fra de forskellige dimensioner.

I mit personlige virke som shaman, healer og mit øvrige daglige virke drager jeg bevidst nytte af det, at kunne trække på visdom høstet gennem mine tidligere inkarnationer, ligesom jeg er i stand til at gå tilbage eller frem for at hente svar, der ligger uden for mit eget visdomsområde. Den måde hvormed viden hentes hjem foregår via meditative tidsrejser, hvor man bevæger sig gennem relevante dimensioner.

At gøre brug af de evner, er noget alle kan blive i stand til. Det kræver kun at ville tage ansvar for det og investere den tid til sig selv, der skal til for at løfte sig til det spirituelle ansvarsniveau, det kræver. For at kunne det, er der behov for at være i fuld ansvarlig kontakt med sit emotionelle signalsystem.

Der er tale om at se ind i de usynlige planer, altså det, der ligger uden for din umiddelbare bevidsthed. Det at få en tanke eller idé til en eller anden skabelse af et eller andet, er at se ind på det usynlige plan. Når du så har modtaget tanken, trækker du det så til materialisering på det synlige plan, ved med dine ord at erkende dine tanker. Det kræver ofte styrke og mod, hvilket underbygges af et stærkt emotionelt fundament.

*At erkende sig selv er frihed,
frihed er styrke,
og styrke giver mod.*

Sjælsenergien

Sjælsenergien er den del af dig, der indeholder din visdom. Sjælsenergien har bevæget sig gennem alle evolutionerne frem til den du er i dag, hvilket afspejles tydeligt af fosterets udvikling fra undfangelsen til fødslen.

Du er et aggressivt kreativt skabende væsen. Denne kreative skabende kraft forstyrres dog ofte af tillært viden, der intet har med visdom at gøre. Visdom, der er rodfæstet i sjælen, forveksles ofte med klogskab, der er rodfæstet i hjernen. Fundamentet for tillært viden er at det er evidensbaseret, hvorimod visdom hviler på et fundament, der er baseret på troen. Troen er drivkraften i al skabelse og bygger på kærligheden til dig selv. Kærlighed er tillid og respekt.

Din skabende kraft udspringer altså udelukkende af den visdom, du bærer i sjælsenergien. Den visdom er dig og vil blive ved med at genskabe den, du repræsenterer i Universet, efterhånden som du rykker frem i de enkelte inkarnationer. Det er også ud af den visdom, dine celler konstant gendannes i den enkelte inkarnation. Nøjagtig som cellerne i din krop konstant genfødes i det enkelte liv, genfødes sjælsenergien i de enkelte inkarnationer. Død er nyt liv.

*Du er din egen skaber,
vær ansvarlig for dit liv.*

Det nye liv

Målet med læren som menneske på Jorden er at finde sig selv i den absolutte kærlighed, hvor du lever i den betingelsesløse og kompromisløse frigørelse af enhver destruktiv energi. Gennem dine inkarnationer opnås det gradvist på højere og højere spirituelle planer, i takt med at du vokser i din visdom.

Næste inkarnation begynder med udgangen af det forrige liv, hvor der som en del af dødsprocessen sker en integration af den lære fra denne inkarnation, der skal viderføres i sjælserindringen. For at modtage visdommen på stadig højere spirituelle planer, skal læren om bindeleddet mellem den fysiske materie og dit spirituelle jeg være på plads. Det er læren om dit emotionelle signalsystem.

Den lære skal være på plads, da det er den, der giver dig mulighed for at modtage dig selv i kærligheden på de individuelle spirituelle planer, hvilket er nødvendigt for at din tilegnede visdom kan integreres, i takt med at du skaber den. Det skal her nævnes, at der ikke kan skydes genvej gennem selvforanstaltede dødsprocesser, det skaber udelukkende en karmisk læreproces.

Når dødsprocessen sætter ind, gøres der status over, hvor du stadig skal styrkes. Der samles op, og de lærereprocesser, hvorfra visdommen ikke er integreret, forberedes til overførsel til næste tur i karrusellen.

Materien dør og sjælsenergien rykker til Universets forberedende skole for næste inkarnation. Her begyndes der med at kigge på hele den forladte inkarnation, i et stort billede, hvor de tilsidesatte lærereprocesser og mulige skabte karmiske regninger skiller sig ud, således at de bliver tydeliggjort for at kunne modtages i den kommende inkarnation.

På baggrund af disse studier skabes grundlaget for dit valg af forældre til næste inkarnation. Der bliver udpeget x antal potentielle kandidater, du kan vælge mellem. Disse mulige forældre kandidater har de kvaliteter og læreprocesser, der kan hjælpe dig til at modtage den lære, du vil få brug for, for at modtage din visdom i det nye liv.

Du er nu forberedt til at vende tilbage når tid er. Du går aldrig tilbage i de spirituelle planer, du bliver enten på samme plan eller også kommer du ned med et højere plan, alt efter hvad du nåede at integrere i sjælsenergien i sidste inkarnation.

*Alt, hvad din krop, din sjæl eller
dit sind udsættes for, er signaler,
du har skabt for dig selv.*

Visdommen

Med visdommen integreret i din sjælsenergi ved du reelt alt, hvad du har behov for at vide for at være dig. Der er så bare det ved det, at det ligger på det ubevidste plan. Du har så muligheden for at finde ind til den gennem reetableringen af kærligheden til dig selv. Det er den overordnede lære i enhver inkarnation.

Selvom sjælserindringen opererer fra din underbevidsthed, trænger din viden fra forberedelserne til inkarnationen til tider på. Det kan være, når du f.eks. oplever, at det du til tider modtager ikke svarer overens med det, du troede var din sandhed eller bare dét, at her er der noget, der bør være anderledes. Jeg vil her nævne et eksempel fra min tidlige barndom:

Den måde, jeg ofte blev behandlet på af mine forældre, svarede ikke overens med de forestillinger, jeg havde af hvorledes forældre skulle være. Jeg afskrev dem som forældre ud fra min virkelighed og valgte dem fra ved at melde mig mentalt ud af familien, og dermed frigjorde jeg mig af deres påvirkninger. I første omgang kun den ene, men et par år senere røg den anden samme vej, da det gik op for mig, at de spillede en ligeværdig rolle i det familiespil.

I dag står det ganske klart, at jeg valgte rigtigt, da jeg sagde ja til at inkarnere netop hos det forældrepar. Sådan så det absolut ikke ud de første år, men jeg må erkende, at det blev grundlaget for skabelsen af det og den, jeg i dag repræsenterer.

Netop din visdom kan være en medårsag, hvis du oplever mistrivsel i dit liv. Det er fordi du inderst inde ved et, men oplever noget andet. Det er derfor vigtigt, at du ikke peger fingre og/eller søger svar i det ydre. Svarene til at komme videre er i dig, og ofte er de signaler du modtager en påmindelse om selv at tage ansvaret for dine tidligere og kommende skabelser.

Den evidensbaserede hjælp, du vil kunne modtage udefra, bliver ofte ansvarsforflyttende og er på den lange bane destruktiv, da angst og begær ofte blokerer for at se den virkelige virkelighed. Du har visdommen til frigørelse og reetablering af kærligheden til dig selv. Det handler hele tiden om ansvarlighed.

*Visdom er noget, du får,
når du standser dét
at ville lære dine omgivelser,
og begynder at lære af
dine omgivelser.*

Spiritualitet

Spiritualitetsniveauet er en væsentlig faktor i den inkarnation, du befinder dig i. Set ud fra Jordisk målestok er det sådan, at du – efterhånden som du får løftet dit visdomsniveau gennem de enkelte inkarnationer – rykker du til højere og højere spiritualitetsniveau.

Jo højere spiritualitetsniveau, jo større er din evne til at aflæse signaler fra Universet. Det har så den bagside, at du nemmere forvirres og frustreres over, at det, du tolker i vor tid, ofte ikke lever op til det liv, der er dine omgivelser norm og dermed den norm, du selv lever i. Det er i dag et hastigt voksende samfundsproblem, hvor mistrivsel er blevet vor tids norm. En norm der oftest forsøges skjult af tilsyneladende opløftende men reelt destruktive surrogater.

Ser vi tilbage gennem tiderne, er der tydelige beviser på, at det er den måde hvorpå tidligere højtstående kulturer er gået i forfald. For vores tid er det ikke længere et spørgsmål, om forfaldet bliver endeligt, det er kun et spørgsmål om hvornår. Der er ikke tale om dommedagsprofeti, det bliver bare et andet etnisk folkeslag, der tager over og bliver toneangivende.

Miraklet for at undgå forfaldet kan selvfølgelig ske, men det kræver, at forvalterne af den evidensbaserede videnskab med deres akademisk forklarede teorier, træder ud af deres benægtelser over for visdommens og der med den virkelige virkeligheds fakta. Det er jo bare at se tilbage og lade tidernes historie tale for sig selv.

Der er kun to årsager til tidernes forfald, og indtil videre er det de samme to, der har gjort sig gældende hver gang forfaldet har indtruffet. Det er også de to, der er godt igang med nedbrydelsen af vor tid.

Nummer et er det menneskelige begær, der lader sig styre af nummer to: guden Mammon.

Så længe Jordens orden styres af Mammons præsteskab manipulationer til fastholdelse af den religions dominans, lige så længe styres der mod forfald. Mammons præsteskab og deres menighed er total blændet af det falske lys, begærets tilfredsstillelse indhyller Jorden i. Det er ikke gået op for præstesketet, at den religion de prædiker er selvdestruktiv, den vil uddø. Det konstruktive bliver så, at død er nyt liv, vi vil få muligheden igen. Så må vi bede til, at vi kan lade kærligheden til livet dominere, så begæret kan blive opløst.

*Dit liv er skabt af dine forestillinger.
Har du fred i dig selv?
Hvis ikke, er dine forestillinger
skabt uden for dig selv.*

*Teksterne i kursiv er fra kortene **Positiv Tænkning**.*

Jun. 3, 2018

Kommunikationens konsekvenser i sundhedssystemet

- Et åbent brev af Arne Olsen, 8 år med en kræftdiagnose. En appel. Del 1 af et indlæg i to dele.

Er det risikofyldt at tro på lægen eller hvad?

Ja i allerhøjste grad! Tanker skaber tro, og tro skaber ord, hvoraf dine overbevisninger skabes. De har så enten et tilsyneladende konstruktivt afkast eller et tilsyneladende destruktivt afkast. Det du hører er med til at påvirke dine tanker, og ofte giver mennesker lægens profetier højeste prioritet. Godt hjulpet af menneskehedens uvillighed til at tage ansvar, har lægevidenskaben fået bildt menneskeheden ind, at deres ord er lov.

Når nu faktum forholder sig som beskrevet ovenfor, er jeg af den oplevelse, at lægerne burde lære at kommunikere med deres patienter på en sådan måde, at de ikke fratager patienterne troen på helbredelse, og dermed egen evne til at lade deres kroppe bidrage til den. Vores kroppe er skabt til selv at regenerere og tilpasse sig. Så motiveres mennesker til det gennem konstruktiv skabende kommunikation, vil det såvel menneskeligt som samfundsøkonomisk få stor betydning. Tag ansvar og giv kroppen lov til at virke på dens egne præmisser, der hvor det er muligt.

Angsten dræber

Lægernes ubevidste sygdomsfastholdende skræmmepolitik underbygges lige så ubevidst af patientforeningers manglende evne til at kommunikere på en sådan måde, at patienterne ikke er i tvivl om, at det er dem, der har ansvaret for healingen.

Foreningen Kræftens Bekæmpelse er nok den mest angstfremkaldende patientforening der eksisterer, og for mig er det ufatteligt, at det ikke høres. Jeg ved godt, at kampagner og udtalelser er ment i den bedste kærlighed til menneskeheden, men kærligheden er misforstået, når der opstår den modsatte effekt.

Hjerterne og intentionerne er på plads, men kommunikationen er det ikke.

For mig er det ekstremt påfaldende, at de fleste mennesker, så snart de hører diagnosen kræft, bliver mere eller mindre skræmt ud i forestillingernes destruktive tankemønstre. Den angst, det forårsager, er i sig selv dræbende.

Lad kærligheden blomstre

Kærlighedens blomstermark står ikke frodigt på en slagmark. Der skal såmænd ikke så meget til for at ændre på det. En holdningsændring der kan afhjælpe for tidlige angstprovokerede dødsfald. En navneforandring af den velkendte landsorganisation til Foreningen Kræftens Opløsning ville straks få en anden betydning, sammen med en ændring i udlægning af budskaberne. Kom i hvert tilfælde i gang med at frigøre budskaberne fra den angstskabende kommunikation.

Det er nu engang sådan, at "Intet kan bekæmpes, men alt kan opløses". I historisk erkendelse ses det jo klart, at krig sjældent vindes af sejrherren på den lange bane, men sejrherren bliver den, der ser sin lære i opgøret, og det er ofte den tilsyneladende taber. Det er da fuldstændigt tåbeligt at kæmpe for helbredelse, når det kan opløses i kærlighed til det liv, vi har skabt. Mennesket må på ingen måde acceptere tilstanden, men tage ansvar selv, respektere sygdommen og lære at frigøre sig.

Patientforening

I patientforeningerne etableres der ofte selvhjælpsgrupper, men igen: For mange får det en fastholdende tendens til sygdomsforløbet i og med, deltagerne her oftest kommer til at acceptere sygdomsforløbet i stedet for at have fokus på en personlig ansvarlig helingsproces eller levevis i respekt for det fysiske signal, de har fået skabt. Jeg tror ikke på sygdom, jeg tror på, at det er læreprocesser, vi får skabt for os selv. Respekterer vi sygdomme med den indfaldsvinkel, kommer helbredelsesprocessen til at forløbe ganske anderledes.

Det bliver desværre til en dyrkelse af sygdomsforløbet, hvis mennesket accepterer sygdom, og det er en sygdom at udsætte sig selv for, når det kan gøres på anden vis med meget enkle justeringer. Mennesker

skaber sine virkeligheder med ordene, udtrykt ud fra dét de tror på, så det handler om at frigøre sig fra fastholdende trosbegreber og omlægge sin adfærd. Tag ansvaret og lad de hjælpende hænder og organisationers mulige vejledere være vejledere, og ikke lovgivere af din virkelighed.

Når mennesker bruger selvhjælpsgrupper, er det skabende fornuft at være i fællesskaber med andre diagnosegrupper. Det er det, fordi vejen til opløsning af de fleste syge domme ligger i erkendelsen af adfærdsændringer af tilsidesættende adfærd, mere end det har med fokusering på behandling af lidelsen at gøre: "Hvorfor? Hvordan? osv." Spørgsmålene er mangfoldige, det er eksperterne så også, men sandheden er – at det er dig, der er eksperter i dit liv. Du er din egen skaber.

Det er nu engang sådan, at dine valg er dit liv, så hvordan vælger du? Det er de spørgsmål, mennesker må finde svarene på. Hold hænderne i egne lommer og lad være med at rode i de andres ved at bruge energi på dem i indbildning om, at du kan "stjæle" dine svar der. Svarene er ikke der. Du må lære at lytte til det du hører, og ikke kun nøjes med at høre det. Lytter du til det udsendte, så kan du måske også få en forståelse for dét, som du ofte frustreres over at mærke på din krop. Husk så på, at lyttet har du først, når du har handlet på de signaler, du modtog.

Appel

Disse ord bliver ikke skrevet for at brokke mig eller hænge nogen ud. Jeg er overordnet godt tilfreds med mine mange år som statist i det spil, men det er en appel til sundhedssystemet og organisationerne om at tænke over mulige menneskelige konsekvenser af det, de ord gør, som de sender ud. Der er en markant forskel på udstrålingen og dermed tilliden og respekten til det, ansatte i sundhedssystemet sender ud.

Disse forskelle afspejles klart af, hvorvidt den enkelte sundhedsarbejder er primært akademisk orienteret i udøvelsen af sit hverv eller primært praktisk orienteret. Begge har selvfølgelig den akademiske indlæring, men den praktisk orienterede trækker hovedsagligt på sine medfødte aggressive kreative skabelsessevner i sit virke, hvilket helt klart vil afspejle større empati og sikkerhed.

Det ville som patient også være mere sikkert, hvis de såkaldte autoriteter kunne erkende, at det ikke er alt, de ved. Så i stedet for at udtale sig, oplyse patienter og klienter om at: "Det her må jeg undersøge nærmere, inden jeg kan give dig svar". Sådan et svar er, og skaber, gensidig tillid og respekt.

Det at forsøge at lyde oplyst og ikke være det, det giver altid bagslag, og det er oftest patienten og klienten, det går ud over. Dette hyppigt forekomne fænomen skaber mistillid og disrespekt. Den problemstilling er jeg ofte blevet konfronteret med i mit lange sygdomsforløb, specielt fra selvhøjtidelige yngre læger, andre læger der ikke har formået at smide selvhøjtideligheden og fra terapeuter med samme manglende evne.

Jeg har dog så haft den fordel, at jeg kender mig selv. Jeg tager selv ansvaret for min helbredelse. Destruktiv angst har ikke været en del af processen, for jeg ved, hvad mine behov er, og hvor mine grænser står – og de er ikke, hvor de engang var, dengang grænserne var fremstillet af gummibånd og hensynsbetændelse. Den ansvarlige livsstil har været livsforlængende for min proces med mine fysiske signaler – det har fastholdt mig i at søge min lære.

Jeg lever i dyb respekt for mine læreprocesser, som sygdom er for mig. Jeg har skabt signalet, og jeg kan til stadighed opløse det. Jeg har det stadig godt i dag, selvom jeg ud fra lægernes profetier blev stemplet ud i 2010.

Del 1

Det var del 1, der som nævnt er en appel til såvel sundhedssystemet som til patienten om at leve op til deres respektive ansvar samt en appel til at tænke på konsekvenserne af kommunikationen. Er der skabt interesse for at vide mere, og tør du læse videre, så bygger del 2 på mine såvel hensigtsmæssige som uhensigtsmæssige personlige erfaringer som patient i systemet, krydret med erfaringer som ansvarlig livsnyder.

Anden del er en længere men beskåret **briefing** af kommenterede hændelser, der forhåbentlig kan vejlede til helbredelse friholdt af angst. Hændelserne underbygger mine ord med udgangspunkt i eget

sygdomsforløb – eller som jeg normalt udtrykker det, mine egne læreprocesser, der selvsagt har givet store erfaringer med kommunikationen i sundhedssystemet. Det er såvel den kommunikation, der har været henvendt til mig selv, som den kommunikation jeg, med så mange år på bagen i det system, har hørt andre udsættes for.

Endvidere bygger mit erfaringsgrundlag med effekten af konstruktivt skabende kommunikation på mange års arbejde med mennesker, der har benyttet sig af et mentalhygiejnisk træningsprogram, jeg har opbygget, hvor bogen “Dine valg er dit liv, *hvordan vælger du?*” danner basis for adfærdsændring og selvhelbredelse. Bogen blev udgivet første gang i 1997 og er lige blevet genudgivet. Den viser metoder til selvhjælp og egenkontrol. Det er helt klart også det mentale træningsprogram, der er medårsag til, at jeg stadig er her, på trods af andre lægelige profetier.

Jeg tør godt love dig, at du vil profitere af læsningen, hvad enten du er på den ene eller anden side i sundhedssystemet.

Jun. 3, 2018

Kommunikationens konsekvenser i sundhedssystemet

- Fortsættelse af et åbent brev af Arne Olsen, 8 år med en kræftdiagnose. Læreprocesserne. Del 2 af et indlæg i to dele.

Velkommen tilbage.

8 år med kræft

I efteråret 2009 oplevede jeg fysiske signaler i min halsregion. Jeg troede, det var en omgang halsbetændelse, noget jeg ellers ikke havde døjet med i mange år. Det ville ikke rigtigt forlade mig, så efter et par måneder konsulterede jeg en læge for at få noget penicillin.

Det forandrede ikke på situationen. Jeg gik derefter til en anden læge, der udråbte den første læge til en jubelidiot, og han anbefalede sugetabletter, men lige lidt hjalp det. Så besluttede jeg i september 2010 at konsultere en halsspecialist, og her stod dommen straks at læse i hendes øjne. Tre dage senere var jeg inddraget i kræftpakken på Aalborg Universitetshospital.

Allerede ved den anden konsultation blev der talt om strålebehandling og kemo, hvilket ikke lige var mig. Jeg borede lidt i mulige muligheder, så ved tredje konsultation udtrykte jeg, at jeg ikke var meget for det med strålebehandling og kemo, men at jeg vidste, at der i Århus blev arbejdet med nogle alternative forsøg, som jeg gerne ville deltage i, hvis det var ladsiggørligt.

Nej til behandling

Der var to læger tilstede, og de påstod, at der kun var mulighed for det, der allerede var foreslået tidligere. "Nej tak", sagde jeg, og ganske bestyrtet oplyste de mig følgende: "Så behøver du ikke at tænke på julegaver, for du kommer ikke til at opleve julen". Jeg svarede: "Fred være med det, men jeg ønsker et andet alternativ".

Her har vi en situation, hvor udtalelserne ville slå de fleste ud af kurs, en total hensynsløs melding. Mange ville straks underkaste sig Profeternes klogskab. Det var måske også meningen med sådan en udmelding. Jeg opfattede det som: "Jeg ene og alene vide, ret ind til højre". Min respekt til den afdeling faldt totalt til jorden, nul tillid. Denne mistillid blev senere stadfæstet af overlægen. Mange vil i sådan en situation miste en hel del af et i forvejen skrantende livsmod skabt af angsten, alene på grund af diagnosen.

En uge senere var jeg til den endelige konsultation angående behandlingsplanen. Det var den store overlæge selv, der førte an med to andre læger og en sygeplejerske stående ved sin side. Hun tog straks ordet efter at have præsenteret sig, og her er ordene: "Jeg hører, at du siger nej til stråle- og kemobehandling. Det med Århus lader sig ikke gøre, så kan du ikke tage mod den behandling vi tilbyder, skal du ikke spilde vores tid. Jeg udskriver dig nu, så kan du jo komme igen, når du er syg nok". Jeg rejste mig og forlod lokalet. Jeg blev udskrevet som terminal.

Pudsigt nok, er det ikke således, at udskrivningen er beskrevet i journalerne.

Dødsforberedelser og kajak

Jeg var ivrig dykker på det tidspunkt og var som instruktør med til at etablere en ny klub. Det arbejde måtte jeg melde fra, så jeg hoppede i en kajak i stedet for, for på vandet det ville jeg.

Der var jo den mulighed, at profeterne på hospitalet havde ret, så selvom jeg ikke troede på det, var jeg af hensyn til omgivelserne nødsaget til at gøre klar til at skulle herfra. Med det på plads var der ro til kajaktræning.

Det fængede mig, så jeg besluttede mig for at træne op til en tur Danmark rundt, det var jo skønt at kunne padle rundt der og være fri til at lægge fokus på min opløsning af det destruktive i den valgte læreproces. De næste mange måneder roede jeg bare derudad, 20-30 km 3-4 gange om ugen. Det sidste år inden læsset væltede i 2013, fik jeg roet 2500 km og var egentlig klar til en længerevarende kajaktur rent erfarings- og konditionsmæssigt, men kræften ville noget andet.

Det var blevet foråret 2013 og jeg oplevede, at der skulle forandring til. Det kom der, men ikke lige den jeg havde forestillet mig. Det blev begyndelsen på to års massiv omgang med indlæggelser, operationer m.m. Fem måneders indlæggelse alene i 2014. Herfra og frem til nu har jeg mere end 250 journalnotater på sundhedsportalen, så der er røget en del kommunikation gennem øregangene i den tid – det meste dog af konstruktiv karakter, men der er lige det “MEN”, der ikke skal være der.

Udbytte af kajaktræning

Jeg havde besluttet mig for at opsigte mit lejemål, flytte i en campingvogn, købe en ny og mere rummelig kajak – og så tage på opdagelse i Det Sydfynske Øhav og evt. en tur Fyn rundt, som prøvetur for min Danmark - rundt sejlads. Da jeg var to dage henne med opmagasineringen af mit indbo, tog min lære en helt anden, og nok mere forventelig drejning. Det var nu 2 1/2 år siden, at Profeterne havde tildelt mig de sidste tre måneder i dette liv.

Det viste sig, at min fysiske træning havde et helt andet formål, end den jeg havde overbevist mig selv om. Den sidste morgen under flytningen vågnede jeg midt i nogle hallucinationer. Jeg troede tilsyneladende, jeg var tilbage i 70'erne sammen med mine børn, som jo er voksne og har leveret en række børnebørn. Frem og tilbage mellem nutiden og datiden røg jeg. Mellem en af turene formåede jeg at få kontakt til min nabo, som så konstaterede, at jeg også blødte ud af næse og mund, det havde jeg ikke selv konstateret i mine skiftende virkeligheder.

Naboen ringede til min læge, som meget hurtigt dukkede op. Hans diagnose var straks, at min hjerne måtte være angrebet af metastaser, så pga.. blødningerne gik det afsted med blå blink til Hjørring Hospital. Der tog det dem ikke mange minutter at konstatere, at hallucinationerne var forårsaget af dehydrering.

Min hals, der jo var mit egentlige problem, blev ikke tilset, måske fordi blødningerne var stoppet. Efter en nat med reetablering af væskebalancen blev jeg udskrevet. Min søster havde sammen med naboen færdiggjort flytningen, og jeg blev indkvarteret hos hende.

Jeg kan i dag ikke lade være med at tænke på, hvem der har sovet i timen. Kræftpatient med antagelige metastaser i hjernen, og blod ud af næse og mund, eller en patient med hoved-halskræft, – hvorfor indlægge en patient på et hospital, der ikke har nogen resurser til at håndtere sådan en patient? Der var ydermere kortere til hospitalet der kunne håndtere det. Her må der vist være noget med kommunikationen?

Midt på natten den første nat begyndte blødningerne igen, og de var tiltagende. Endnu engang afsted med blå blink. Situationen viste sig nu at være meget kritisk, men denne gang kom jeg da det rigtige sted hen. Min hals var helt lukket, så jeg blev tracheostomeret, så jeg kunne trække vejret gennem en kanyle. Blødningen derimod var en noget vanskeligere sag, men efter et større indgreb lykkedes det at få standset den. Efter en længere indlæggelse blev jeg udskrevet, nu med en tube i luftrøret i halsen og ernæringssonde i næsen. Kajakdrømmene blev sat på hold.

Jeg vil nævne, at jeg på øre-, næse- og hals afd. på Aalborg Universitetshospital oplevede en uovertruffen kommunikation og patientrespekt. I modsætning til Onkologisk Afdeling. Da jeg under ingen omstændigheder ville have noget med onkologerne på Aalborg at gøre, sørgede den udskrivende afdeling for, at jeg kunne komme på Rigshospitalet og få en palliativ strålebehandling. Det havde jeg indvilliget i, da jeg jo havde lyst til at være her noget længere.

I august 2013 var jeg kommet så meget til kræfter igen, at jeg kunne påbegynde strålebehandlingen på Rigshospitalet, to behandlinger pr. uge, 14 behandlinger i alt. Behandlingen var kun palliativ, så som det blev nævnt, skruede de lidt ekstra op for strålingen. Det fik en positiv effekt på opløsningen af kræften, men jeg blev helt ødelagt i højre side af kæben og halsregionen. Jeg endte op med mange smerter.

Jeg vil her lige nævne, at mine celler i de forbrændte områder de seneste par måneder er begyndt genfødslen på erindringsgrundlaget fra mit oprindelige jeg. En støt og konstant heling finder sted.

Det kom til at stå mig klart, at min livssituation ville ændre sig og blive mere behandlingskrævende fra det ydre. Med den erkendelse valgte jeg i marts 2014 at flytte til København, hvor jeg fik mulighed for

at leje mig ind hos en nær bekendt. Hun var bl.a. sygeplejerske af profession, så jeg ville være under godt opsyn, hvis der skulle blive behov for det. Det blev der.

Helingen satte ind

Mine smertetilstande forværredes, og jeg fik til stadighed stærkere smertestillende medicin. En formiddag midt i april, hvor jeg skulle i gang med at indtage min sondemad, kom kroppens reaktion på strålebehandlingen. Det afbrændte væv i halsen blev afstødt, med kraftig blødning til følge. Med hovedet i en spand og afstødt væv hængende ud af munden, formåede jeg på forunderlig vis at få tilkaldt 112. Guderne må vide, hvordan de opfattede mit opkald.

Afsted til Traumecentret på Riget, hvor det efter endt operation kunne konstateres, at der var behov for transplantation af væv til halsen – da der var efterladt bar brus og knogler efter afstødningen. Ligesom min strube kun var fæstet på en løsthængende lap. De ville så ved rekonstruktionen være nødsaget til at fjerne min strube, da det væv den hang i, med stor sandsynlig var inficeret væv.

Jeg formåede stadig at tale, så dette mulige indgreb måtte vi diskutere. Jeg var ikke villig til at lægge krop til det, så det tunge skyts blev kørt frem for at overbevise mig om behovet for dette begrænsende indgreb. Jeg påstod, at jeg selv kunne gendanne det nye væv, og de påstod, at det ikke kunne lade sig gøre. Jeg insisterede, så efter en del parlamenteren gik de med på mit forslag om at se tiden lidt an, for vi var begge parter enige om, at det ikke kunne blive værre. Jeg holdt nøje øje med min fysiske situation og ville melde tilbage, hvis jeg oplevede mindste tegn på komplikationer, og de holdt øje med situationen med en undersøgelse hver tredje uge.

Allerede ved første undersøgelse kunne der konstateres begyndende gendannelse af væv, og efter tre besøg var den kontrolperiode overstået. Jeg fik at vide, at det så fint ud, og at der ingen grund var til at ses mere om det. Intet blev nævnt om dét, der ikke kunne lade sig gøre. Der blev ikke på nogen måde udvist nogen lægelig interesse for det mirakel, det jo måtte være at skabe noget, der absolut ikke lader sig gøre.

Jeg tænker ofte på, hvor mange af den slags indgreb jeg fik afværget, der unødigt bliver påført mennesker, som underlægger sig Profeternes begrænsede forestillinger om, hvad de menneskelige celler er i stand til, når bare vi selv vil tage ansvaret. Bakterieceller, konstaterer Profeterne igen og igen, kan genskabe sig i resistent genfødsel, så de kan modstå behandling – hvorfor i al videste verden kan de så ikke fatte, at de menneskelige celler kan finde friheden til deres genskabelse.

Der er stor lægemangel, så tag dog mod den hjælp Universet allerede har skabt, og tilfredsstil jeres altvidende frelsergen ved at hjælpe der, hvor der virkelig er behov. Kom ud i den virkelige virkelighed hvor visdom råder, i stedet for at blive i jeres begrænsende og dominerende "klogskab".

Et andet sted hvor det her med, at noget ikke lader sig gøre, og som vi ikke skal tale om efter det skete, – det var med hensyn til indtagelse af næring. Automatik-klappen, der lukker af til luftrøret, når der indtages næring af enhver art, blev allerede konstateret defekt, dengang jeg blev tracheostomeret, og ved afstødningen forsvandt den helt. Her blev jeg oplyst om, at det nu var definitivt slut med at indtage næring gennem munden. Det ville fremtidigt kun være muligt via sonde, så jeg blev opfordret til at få lagt en mavesonde. Hvilket jeg kommer til senere.

I påsken 2016 kom det pludselig til mig, at jeg skulle forsøge mig med at indtage næring gennem munden igen. Jeg gjorde nogle eksperimenter, og ganske langsomt trænede jeg mig op, og jeg er i dag i stand til, med en nyetableret automatik skabt af min krop, at lukke mit luftrør, så indtagelse af væsker er muligt – ligesom let glidende fast føde kan indtages. *Hvad er det, der sker? Heller ikke dét interesserer Profeterne. Hmm...*

April 2014 oplevede jeg, at det var tid til at få fjernet kanylen i halsen, og det blev godtaget, så længe jeg var klar over de mulige konsekvenser, det kunne indebære. Jeg oplevede mig klar til at tage ansvaret for det, så den blev fjernet. En af de første nætter efter fjernelsen, da gik det galt.

Jeg var med min veninde på weekend i sommerhuset. Det var hen på natten, hvor jeg vågnede ved, at jeg lå og gibbede efter vejret; jeg kunne kun lige holde gang i systemet. Jeg fik vækket veninden og fik hende gjort klart, at det var 112, og at hun ikke skulle forstyrre mig, da jeg ville dykke ned i en dyb

meditation med lav hjerte- og vejrtrækningsrytme. Jeg fik lov at ligge uforstyrret. Sytten minutter efter var ambulancen der – hvor jeg så straks fik tilført ekstra ilt, hvilket lettede min situation.

Det er godt at kunne den slags øvelser, hvor vi er i stand til at bevare roen. Slæber man rundt på dødsangst i en sådan situation, så slår angsten dig ihjel, inden hjælpen udefra når frem. Jeg havnede på Hillerød, hvor de anlagde en ny tube i luftrøret. Der kom til at gå et år mere, inden den med succes blev fjernet.

August 2014 var min næse ved at være helt ødelagt af at have en næsesonde siddende. Vi mennesker er jo ikke ligefrem skabt til at løbe rundt med en snabel. Jeg fik tilbudt at få en mavesonde anlagt – et lille ubetydeligt indgreb, ind den ene dag og hjem den næste. Det sagde jeg ja til. Indgrebet skulle foregå på Bispebjerg hospital. Det viste sig, at det skulle blive en læreproces af de helt store dimensioner.

Første nat efter hjemkomsten, vågnede jeg midt på natten med kraftige smerter i maven. Det lå udenfor de oplyste gener, der kunne være i tilpasningen efter indgrebet. Selvom min krop i forvejen var godt og grundigt dopet af smertemedicin på grund af stråleskader, så var smerterne i maven så voldsomme, at det kun var 112, der talte her. I løbet af et kvarter dukkede de op og afsted til Hillerød Hospital gik det, da det var det nærmeste.

Her konstaterede man efter en scanning, at det, selvom det ikke skulle kunne lade sig gøre ved anlæggelsen af en mavesonde, kunne se ud som om leveren var beskadiget, det blødte derfra. De blev enige med sig selv om at se tiden an til om morgenen og så foretage endnu en scanning. Da hospitalet vågnede til dåd blev endnu en scanning foretaget, og vurderingen holdt stik, der skulle et nyt indgreb til. Jeg blødte stadig, samtidig med at jeg til stadighed havde voldsomme smerter.

Jeg blev meddelt, at de ville tage mig ned til operation, men da jeg spurgte, om det var i overensstemmelse med Bispebjerg Hospital, gik det op for dem, at jeg hørte til derinde. Det skulle blive et fatalt spørgsmål, jeg fik stillet der, men nu vel, det blev en stor lære for mig. De måtte ikke lave indgrebet, jeg skulle overflyttes.

Genfødsel

Jeg kom til Bispebjerg, og her blev jeg tilset af den læge, der havde anlagt sonden. Han kunne med sig selv konstatere, at det ikke var muligt at komme til at ødelægge leveren ved anlæggelsen af sonden – så på Hillerød havde de tilsyneladende ikke noget begreb om, hvad de talte om, så han anbragte mig på stue til observation.

Det stod på i nogle dage, hvor jeg til stadighed havde stærke smerter, men der var anlagt et par drænposer i bughulen og intet blod løb ud i dem. Det på trods, så voksede min mave samtidig med, at jeg måtte have mere og mere smertestillende medicin. Selvom jeg havde stærke smerter, var jeg ude af sengen flere gange om dagen for at få rørt mig den smule jeg kunne, men på 5. døgn gik det galt.

Jeg havde sammen med en medpatient været uden for bygningen og var lige kommet ind på afdelingen, da jeg oplevede min morgenkåbe meget kold forneden. Da jeg kiggede ned, var den helt rød og gennemblødt af blod. Jeg slog kåben til side og trak op i skjorten, der også var gennemblødt, og ud af maven stod en stråle af blod. Mellem de anlagte dræn i bughulen havde kroppen selv givet efter for presset og etableret et afløb.

Jeg blev bugseret hen på stuen af et par sygeplejersker, stuen blev tømt for medpatienter, og det store beredskab gik i gang. Så erindrings jeg ikke mere, før jeg vågner syv døgn senere, hvor jeg ligger og hallucinerer. Jeg er på vej ud af koma, og endnu engang fik jeg lov at vende tilbage.

Totalt afkræftet og forvandlet til et skindbetrukket skelet tilkoblet respirator, kunne jeg nu begynde optræningen til livet på nye betingelser, endnu engang. Det blev et tremåneders langt og sejt livgivende træk, og da jeg endelig kunne komme hjem, kunne jeg kun komme op på første sal ved at gøre ophold tre gange. Der skulle gå en måned før jeg kunne tage trapperne i et langsomt, men sammenhængende træk. Jeg var gået fra en kropsvægt på 83 kg og ned på 57 kg.

Det er her tydeligt, hvorledes lægen i sin læreproces har været i total benægtelse over for fakta. Hans faglige stolthed sendte mig til tælling i måneder. Det skal nævnes, at jeg efterfølgende har talt med lægen, og der er ingen tvivl om, at han har set sin lære, her hvor jeg blev statist i hans læreproces.

Jeg har med jævne mellemrum oplevet Profeternes stolthed blokere for patienters helbredelse med uhensigtsmæssige komplikationer til følge, udover den lære det selvfølgelig har haft for den enkelte patient. Jeg oplevede det i særdeleshed på ØNH afdelingen på Riget, i mine indlæggelser dér på grund af stråleskaderne. Jeg måtte flere gange sige stop, når fejlmedicinering var ved at finde sted, bare fordi en bedrevidende Profet tilsyneladende ikke gad læse journalen ordentligt, inden der skulle spilles med intelligensen overfor – ja, hvem ved hvem. En aften var det så grelt, at jeg måtte ringe efter en nær ven jeg har, der er læge, for at få standset en uhensigtsmæssig fejl, affødt af tilsyneladende arrogance.

Samtidig med en langsom motorisk tilbagevenden til livet, så havde jeg også en lære i at frigøre mig af smerterne i hals og kæbe fra strålebehandlingen. Jeg kunne på det tidspunkt kun åbne min mund et par millimeter. Kæben var helt fastlåst, og muskulaturen måtte tvinges til genoptræning ved øvelse med at proppe flere og flere tungespatler ind mellem tænderne. Herudover fik jeg massage, og jeg modtog trykkammerbehandling, som skulle hjælpe på blodgennemstrømningen. Det gjorde det også, men her dukkede en bivirkning op; en læreproces der nok bare blev fremskyndet, så det var jo ganske godt, når jeg alligevel kørte på lavt aktivitetsblus.

Grå stær udviklede sig, så mit syn i løbet af tre måneder blev reduceret til, at jeg kun kunne se teksten på et vejskilt 25 meter frem. Så måtte øjnene under kniven. Endelig et tiltag, der kørte gnidningsfrit. Det blev så foråret 2015's opgave, tilsammen med et voksende genoptræningsniveau, at trappe ud af mine smertestillere.

Kemo

Det var her i foråret, jeg sagde ja til den første kemokur. Med introduktionen til den, må jeg sige, at jeg har forståelse for, at mange bliver dårlige under den behandling. Jeg ved, at introduktionen finder sted i den bedste mening, men med den elendige fremlæggelse af mulige bivirkninger der ofte finder sted, så kan de mennesker, der underlægger sig Profeternes autoritet kun blive dårlige.

Det fremlægges nærmest som om, det er en naturlov at blive syg af det. Først får patienten en angstfremkaldende diagnose, og så får den lige en ordentlig dosis angstfremkalder mere. Det er ikke ligefrem det bedste udgangspunkt, når man jo ved, at angst fremkalder kraftige sammentrækninger i alle kroppens celler.

Det er jo meningen, at vi skal flyde med i helbredelsesprocessen og ikke kæmpe. Livet er ikke skabt til kamp. Efter min opfattelse er den kamp, der så oftest tales om, når mennesker bliver diagnosticeret med kræft, kampen de har med bivirkningerne, fordi de er blevet bildt ind, at de skal tro på deres eksistens, for "Det bliver jo hårdt". Det behøver ikke nødvendigvis at være således.

*Bivirkninger, jo – jeg havde nogle forståelige fysiske gener, men dårlig nej. Jeg ligger ikke under for Profeternes profetier. Fremlæggelsen af mulige bivirkninger kan i den grad gøres mere hensigtsmæssig. Den skal ske på en sådan måde, at patienten på intet tidspunkt er i tvivl om, at bivirkninger ikke er noget man **skal** have, men er noget der muligvis kan stikke næsen frem. Gør de det, så kan der sættes ind overfor det, hvis det er muligt.*

*Du skal i-gang med kemokuren, og sygeplejersken kommer med en hel masse piller. Inden da, er du allerede blevet belært af Profeten om, hvorledes du skal opføre dig. Nu får du belæringen endnu engang eller flere. Piller du **skal** tage, og nogen du **kan** tage. Det er de sidste, der ofte får mange til at køre af sporet. Jeg har selv været udsat for introduktionen, og jeg har i tre år med ambulante behandlinger overhørt de introduktioner masser af gange. Typisk for dem er, at de samme beskeder gentages og gentages igen og igen, ren indoktrinering. Så skal du tage dem og dem. **HVIS** det og/eller det viser sig, **KAN** du tage...*

*Når det er sagt nok gange, går patienten hjem, godt og grundigt fokuseret på, hvornår **HVIS** dukker op, så derfor – vil **HVIS** dukke op – mange har allerede fået kvalme, inden de forlader hospitalet, men den kvalme tager her sit udspring i angsten. Det er ganske unødvendigt. Der er desværre også dem, der beslutter sig for, at de hellere må tage pillerne, så de undgår **HVIS**. Når/hvis så **HVIS** reelt dukker op, så sætter overforbrug ind. Alle gør alt i bedste mening, men det virker modsat.*

Jeg blev færdig med min kemokur, og resultatet var tilsyneladende frugtbart, men allerede ved næste kontrol kunne der konstateres forøget aktivitet, så det havde nu nok ikke været så frugtbart alligevel. Der blev foreslået en kort pause, og så en anden form for kemo, hvilket jeg indvilligede i. Samtidigt blev jeg tilbudt at få anlagt det, der hedder en PAC, også kaldet port. Det er en permanent indgang til blodbanen, hvor der kan stikkes en kanyle ind med en slange til indtagelse af kemoen, i stedet for at man hver gang skal have anlagt en ny kanyle. Det slider på systemet at skulle prikkes i konstant. Efter porten blev anlagt, skete der så det, at der gik infektion i anlæggelsesstedet. Det blev en hidsig omgang, der krævede 12 dages indlæggelse. På det tidspunkt havde jeg også bedt om at få anlagt en næsesonde, på grund af store gener med mavesonden. Det afslørede sig ved, at jeg havde trappet helt ud af de stærke smertestillende, så nu mærkede jeg pludselig dé gener.

Generne var forårsaget af, at sonden var blevet lagt ind i tarmsystemet på grund af de komplikationer, der opstod under komarejsen. Der er ikke samme plads til ernæringen i tarmen, som der er i mavesækken, så, så snart jeg begyndte at indtage ernæringen gennem sonden, der var ført via næsen og ned i mavesækken, så forsvandt generne.

Jeg bad flere gange om at få fjernet mavesonden, for den lå der og generede mig med smerter til følge. Det ville den konsulterende Profet ikke, det var ikke hendes kompetanceområde. Jeg kunne blive henvist til Bispebjerg. Jeg fortalte, at jeg havde fået at vide, at den bare skulle trækkes ud og et plaster over hullet, så ville det lukke sig i løbet af et par timer. Men nej.

Jeg havde foreslået hende, at hun, hvis hun ikke troede på det, som jeg var informeret om, jo så kunne ringe til Bispebjerg og få det bekræftet, i stedet for at trække min situation i langdrag, men det bed heller ikke på den usikre kloge Profet, der nok ikke skulle have skår i sin stolthed og bede om hjælp. Jeg fik lov at gå med smerten i tre uger, og fem minutter efter jeg var kommet ind på Bispebjerg, gik jeg derfra smertefri. I dag skifter jeg selv sonden, når det skal gøres. Så noget fik jeg da lært.

For mig blev det tydeligt, at jeg her stod med én af den slags mennesker, der desværre bliver flere og flere af. Ingen tvivl, et ekstremt intelligent menneske set ud fra normbegrebernes definition af, hvad det vil sige. Et menneske med højt akademisk niveau, et menneske der ved, hvor alle kommaerne og punktummerne er i teksterne. Der er så bare det ved den type, at alt det, der ligger udenfor teksterne – her hvor empati, kreativ tankegang og livsførelse på livets betingelser lever – det fungerer ikke for en akademisk tilegnet indgang til menneskes emotionelle og spirituelle liv. Det udspringer nemlig fra hele kroppen og ikke kun geléklaten oppe mellem ørene.

Der er ingen mennesker, der er for dumme til at leve livet på livets betingelser, men der er mange, der er for kloge, og indenfor sundhedssystemet er procentdelen af disse mennesker høj. Så derfor er det risikofyldt at lade sig dominere af Profeterne. Hav tillid til din egen intuition, når de prædiker for dig. Etabler et samarbejde med dem, så skal I nok komme på den rigtige side af det, men ansvaret er dit. Lær at markere dig.

En kemokur mere

I løbet af 2015 kom jeg stærkt tilbage rent fysisk, og i februar 2016 anmodede jeg om atter at få anlagt en mavesonde, denne gang direkte i mavesækken. Noget modvilligt, på grund af de tidligere erfaringer, gik de med til det på Bispebjerg. Denne gang gik det gnidningsfrit. Straks efter gik jeg så i gang med den næste kemokur, der forløb lige så problemfrit som den første. Kemokuren holdt kræften i ave, så da den var tilendebragt, blev jeg så tilbudt en antistofbehandling, der styrker immunforsvaret. Den sagde min krop så fra overfor efter 21 behandlinger i december 2017, men den har næsten holdt kræftens udvikling i ro, dog er den vokset en smule.

Endnu en afsked

der blev til en ny tid. D. 10. januar 2018 sent om aftenen begynder en kraftig blødning fra halsen, så det er bare 112, og afsted til Hillerød går det. Det falder til ro igen i løbet af natten, og efter endnu en overnatning kan jeg tage tilbage til sommerhuset, hvor jeg opholder mig. To uger senere begynder jeg

atter at småbløde om eftermiddagen og beslutter mig for at køre mod min bopæl i København. Jeg vil ind på Riget, hvis det skulle gå galt igen.

Det gør det så på motorvejen på vej ind mod byen. Jeg måtte holde ind til siden og lade det falde til ro, og jeg beslutter mig for at køre direkte til traumecenteret. Så efter en opringning til onkologerne får jeg lov at komme ind på traumecenteret, og jeg bliver indlagt til observation. Hen på aftenen tager blødningerne til, og ved totiden om natten opfordres jeg til at tilkalde mine nære. Jeg er enig med lægen i, at det nu godt kunne være sidste vers, der bliver sunget på, da jeg havde sagt nej til operative indgreb. Vi fik os alle en forunderlig natlig sammenkomst i brusende kærlighedsenergi. Jeg var parat til at tage afsted, og mine nære var klar til at tage afsked. Vi lever i frihed med døden, og havde angsten fået lov at dominere, tror jeg ikke, at jeg ville have været i stand til at nedfælde nærværende ord. Så derfor, kære læser, lær at leve med døden, hvis du ønsker dig et langt og harmonisk liv.

Jeg snupper nogle år endnu.

Jul. 1, 2018

Personlig bæredygtighed

Er du bæredygtig?

Det er muligt, at du bilder dig selv ind, at du er bæredygtig. Sandheden er nok den, at du bestræber dig på at leve delvist økologisk, og dermed får bildt dig selv ind, at dit liv leves bæredygtigt.

At være et bæredygtigt menneske kræver andet, end at lade dit liv tage udgangspunkt i bæredygtige produkter. Har du ikke dig selv med som menneske, så bliver din del af bæredygtighed kun en floskel over for dig selv, og du kommer kun til at profitere delvist og tidsbegrænset af dine beslutninger.

Ligegyldigt om du lever dit liv primært positivt eller negativt, så vil profitten af beslutningerne kun blive delvis. Det sker, fordi profitten udelukkende giver dig en illusion, der for en periode løfter din stolthed med en forestilling om at være ansvarsfuld. Det er du så også, men det er ofte kun over for dit ydre, og du får ikke øje på tilsidesættelser af dig selv. Ubevidst dyrkes benægtelser over for andet gennem retfærdiggørelsen af dine forestillinger om profitten af din bæredygtige levevis.

Glorien er pudset, og du viser den gerne frem. Du er normal, du lever op til tidens trend men sandsynligvis kun i handling.

Personlig bæredygtig er du, den dag du betingelsesløst og kompromisløst udviser dig selv tillid og respekt. Så har du fået en kærlighedsaffære med dig selv, og det er dét, der er målet med livet. Det er her, du i din tro hviler og skaber i tryghed og harmoni. Det er her, dit fysiske jeg konstant regenererer sig selv i sit sande billede – selvhelbredelse råder. Det er her, du i ydmyghed træder dit næste skridt, på den vej dit indre signalsystem leder dig. Det vil lede dig ad vejen med dit livs energistrøm.

Trends

Trends kommer og går på alle livets fronter. Det er kun et spørgsmål om, hvilke der med mammons og reklamens magt har den største gennemslagskraft på et givent tidspunkt. Det rejser dog ét spørgsmål: "Hvorfor får de magt for en tid?"

Det gør de, fordi størsteparten af mennesker lever med større eller mindre huller i tilliden til sig selv, samtidig med en større eller mindre dominans af begær. I den manglende respekt over for sig selv det medfører, bliver de søgende. I den søgen skabes afhængige adfærdsmønstre.

Dette er en normalitet, der desværre ikke får os til at stoppe op og mærke efter, om det nu også er i tråd med vores indre sandhed at følge den eller den trend. Vi falder for den, og så er det bare derudaf i en fart. Det varer ved, lige indtil der ikke opleves mere værd i den, en ny er sikkert allerede startet op.

Så det trends og deres eksperter lever af, er menneskers oplevelse af, at der er noget andet og bedre til dem et eller andet sted. Det er derfor, det er vigtigt at få standset op og blive bevidstgjort om, hvad det er, der foregår i mig – hvem er jeg? Først når du har de svar, har du et sandt grundlag til at tage de valg, der er respektfulde over for dig som individ.

Bæredygtighed er en god trend, men rigtig godt bliver det først den dag, du får dig selv med på bølgen som individ.

Blind og døv

Signalerne, der indeholder vejledningerne og svarene på det du søger, modtager du konstant, men gennem ukritisk accept af din opvæksts påvirkninger, har du formået at etablere en ubevidst benægtelse over for dit livs virkelige virkeligheder. Det har gjort dig både blind og døv overfor signalerne.

Hvad du ikke kan se og ikke kan høre, kan du jo ikke gøre noget ved, og så underbygges dine uhensigtsmæssige adfærdsmønstre ydermere af normaliteterne omkring dig. "Jeg er og gør jo som de andre". Det kan også være en anden selvretfærdiggørende model: "Sådan er/gør jeg i hvert tilfælde ikke".

Nej – du har ret. Du har bare fundet en anden og mere sofistikeret metode, der for dig får det til at se anderledes ud, men resultatet bliver det samme. Resultatet er konsekvenser skabt af ubevidste tilsidesættelser af dig selv, men med stor sandsynlighed skabt i god tro.

En anden effekt der er med til at udvikle og fastholde din blind- og døvhed er en nærmest epidemisk ansvarsfralæggelse for dit eget liv, der hjælpes godt på vej af normen, samfundet og dets forvalteres syge villighed til at påtage sig ansvaret for snart alt, hvad der sker dig.

Seende og lyttende

Dét at lære at se og lytte til sin virkelige virkelighed kræver, at du må ind bag dine benægtelser. Det lader sig ikke gøre med kortvarige trends fix. Du har taget x antal år om at opbygge og tilegne dig dine uhensigtsmæssige adfærdsmønstre, og med dem eksisterer du reaktionært i bedste normalitetsstil, det jeg kalder eksistensstilen.

Disse reaktionære adfærdsmønstre skal afkodes, og nye bevidste livsstilmønstre skal tilegnes og indkodes til at tage over. Så der må afsættes tid til at tage sig selv alvorligt gennem en længere disciplineret træningsperiode. At omstille sit liv kræver tålmodighed med sig selv. Det handler om at få opbygget den kærlighedsaffære med sig selv.

Det kan godt være, at du ser delvise glimt og hører nogle af advarselssignalerne. At høre er ikke det samme som at lytte til dem. Lyttet har du først, når du har handlet bevidst på det du så og/eller hørte. Det kræver villighed og mod at begynde på en ansvarlig kærlighedsaffære med sig selv. For pludselig skal du uselvsk til at sætte dig selv først i dit liv.

At sætte sig selv først uselvsk vil sige, at dine nye bevidste handlemønstre ikke sker på bekostning af andre og andet, men at du tager det fulde ansvar for dit liv for egen regning.

Skab ro

Du kan sagtens lære at skabe ro, det kræver bare disciplin og villighed til omstilling. Der er to sider af roen, der er den indre, og der er den ydre, men da de påvirker hinanden, må begge sider have mulighed for at komme til udlevelse.

Den indre uro skabes primært af manglende kendskab til dit indre signalsystem, nemlig dine emotioner også kaldet følelserne. Denne mangelfulde indlæring i dine første leveår har afstedkommet en uendelig række af de uhensigtsmæssige reaktionsmønstre, der er grundlaget for din eksistensstil, med hvilken du fastholder den ydre uro.

Flugt i uvirkelige behov skabes af manglende forståelse af og dermed evne til at skabe den betydningsfulde ro, der er en nødvendighed for at komme til at hvile i sig selv. I nutiden er det blevet uhyggeligt let at forfalde til de usande behovs fælder.

Det er da en syg forestilling at bilde sig selv ind, at det lader sig gøre at lytte til sine signaler og herunder sin intuition, når du konstant løber rundt med et headset i øregangene, sladrer unødigt i mobil, hører på musik, podcast eller oplæsning af bøger. Hvis det ikke er dét, så er det sociale medier, der dyrkes til egen nedbrydning.

Dette konstante overforbrug afspejles også på andre områder i det liv. Selvtilfredshed skabes ikke gennem kvantitet af modtagelser, det medfører bare en mængde ukontrollable bivirkninger såsom sygdom m.v. Det handler om at skabe kvalitet i livet og ikke kvantitet.

Er det ikke de ovenfor nævnte adfærdsmønstre, der lige er gang i, så drønes der rundt til det ene eller det andet. Alt sammen bare fordi du reelt ikke kan være alene med dig selv, udelukkende fordi du tror, at vejen til lykken skal hentes uden for dig selv. Lær at stoppe op, sluk for støjsenderne, hiv plastikdimserne ud af øregangene, åben dine øjne og lyt til stilheden, så vil du langsomt begynde at opleve dig selv.

Noget der i den grad er en støjsender for hele dig, det er de kemiske afhængighedsskabende og vrangforestillingsskabende stoffer alkohol, medicin og andre euforiserende midler. Disse kemiske stoffer er ekstremt forstyrrende for såvel dit mentale som dit fysiske velvære. De er store bidragsydere til skabelse af uvirkelige virkeligheder, forestillinger du meget let kommer til at ligge under for. Endvidere er nogle af disse kemiske opløsningsmidler nok også den største årsag til et stadigt voksende behov for hjælp til menneskers forplantningsevne, alkoholen er den største synder på den front. Det er forfærdeligt at tænke på, at begynder de unge på dyrkelsen af alkoholen, medens de stadig er i udviklingsstadiet, så får de aldrig skabt det rette fundament for deres forplantningsevne. Jeg ved godt, at det nærmest er tabubelagt at hænge den slags information om alkohol til offentlig skue. Selv tror jeg, det har noget at gøre med eksperternes egne benægtelser overfor sandheden. Jeg taler af erfaring, jeg hængte selv fast i alkoholen i 10 år. Først da jeg trådte ud af alkoholens greb, blev jeg i stand til at se gennem mine benægtelser.

Motiver

Der er her tale om motiver for dine beslutninger og handlinger. Ved du, hvorfor du gør, som du gør? Hvis du ikke høster, som du forventede, så har du nok ikke haft dine motiver på plads. Ja, det sker igen og igen, forventningerne indfries ikke. Du er bare så vant til disse selvskabte tilsidesættelser, at du ikke opfatter dem som andet end normaliteter.

Der er bare det ved de tilsidesættelser, at de hober sig op, og kommer til udbetaling på den ene eller anden måde i uforståelige frustrationsskabende mentale og/eller fysiske påvirkninger.

Årsagen til at dine forventninger ikke indfries er enkel, det er den samme problemstilling som på alle de andre uhensigtsmæssige områder. Du kender ikke dit signalsystem, derfor er du heller ikke i kontakt med dine sande behov. Det du handler ud fra, er forestillede og oftest begær- og lystbetonede behov. Den massive ubevidste påvirkning disse tilsidesættelser får, er ofte brændstof til udbrænding, det kan være som optændingspinde eller hele bålet i sig selv. Ét er dog sikkert, det fører til uhensigtsmæssig flugt i afhængighedsskabende adfærdsmønstre. De er oftest selvforstærkende, hvorved de opbygger falske behov for mere og/eller stærkere midler eller metoder.

Det her beskrevne er ganske normalt for eksistensstilen, så derfor kræver det mod at træde ud af det fællesskab. Det er derfor hensigtsmæssigt at gøre det i fællesskab med andre, der som dig har fået øje på, at der må forandring til, hvis du vil nå dig selv i din mulighed for at blive personlig bæredygtig.

Mentalhygiejne

På hjemmesiderne www.dagenstanke.dk og www.dinevalgerditliv.dk finder du mentalhygiejniske instruktører og redskaber, der kan lære dig, hvordan dit indre jeg på meget enkelt vis skal plejes for at opretholde en mentalhygiejnisk standard, der er dig værdig.

Instruktørerne har selv gået vejen. De har et ønske om at lære yderligere om deres egne vækstmuligheder, og som et led i den proces er dét at guide dig med deres personlige erfaringer et vigtigt skridt. Dette mentalhygiejniske træningsprogram giver mulighed for konstant vækst.

Der er tale om et træningsprogram, og ikke et terapeutisk behandlingsprogram der giver dig mulighed for at fralægge dig ansvaret for dit liv. Mentalhygiejniske instruktører er specialtrænede til at friholde sig fra at påtage sig ansvar for de mennesker, der har valgt at bruge dem som vejleder. De **må** kun vejlede dig. For at kunne bevare sin instruktørstatus, og for at sikre de bliver i deres egen proces og ikke glider ind i frelserrollen, skal de recertificeres hvert andet år.

Der er kun én, der har ansvar for dit liv og dine skabelser, og det er dig. Så derfor, er det gennem træning dine nye adfærdsmønstre skal integreres. De nye adfærdsmønstre vil fremtøne i takt med, at du får afdækket dine sande behov, hvilket sker, når du får lært at trække på noget glemt viden.

Det handler om at få rensset ud, og få afdækket den viden du har gemt på, siden du blev født. Disse gemte og glemte sandheder ligger hengemt i din underbevidsthed, hvor teoribogen til at følge dine emotioners sande signaler ligger. En teoribog dine forældre skulle have indviet dig i under din opvækst, men da de heller ikke kendte til den, var de ikke i stand til at udføre den opgave. Så fred være med dem.

Fire glemte sandheder

Overskriften kunne også have været: Sandheden om hovedemotionerne. Jeg har valgt de glemte sandheder, for det er sådan jeg oplever, mennesker eksisterer med dem. Til forskel fra andre pattedyr der lever i den uvidende videnhed, så lever mennesker i den vidende videnhed, hvilket desværre har skabt grobund for fortolkninger af bl.a. dét, der ikke bør fortolkes. Herunder vores emotioner.

Vil vi bevare tilliden til os selv, må vi som de andre pattedyr bare nøjes med at efterleve de budskaber, emotionerne sender os, modtage læren og så handle derefter. Det gør det på alle fronter mere enkelt og overskueligt at lære at føle signalerne, i stedet for selv hele tiden at skulle finde på, med stor risiko for at reagere med forsvarsmekanismer. Forsvarsmekanismer der igen og igen skaber ustabilitet i din eksistens. Vil du livsstil, må du tage ansvar og lære at følge signalerne.

Jeg vil her gengive teksterne fra de fire kort i sættet Positiv Tænkning, der indeholder sandhederne. Det handler om emotionerne angst, vrede og sorg, efterfulgt af glæde. Glæde er i sig selv ikke en emotion, det er en tilstand, der affødes ved at handle på emotionernes sande signaler, altså er det en konsekvens.

Kort 15-3

Følelsen angst,
der er dit overlevelsessignal,
skabes i sandhed af enhver
situation, du udsætter dig for,
hvor du ikke er sikker på udfaldet,
også de ubevidste.

Det signal, du modtager, er:
“Nu skal jeg være opmærksom”.

Handl på det signal,
vær opmærksom,
og du bliver opmærksomhed

Og du vil skabe glæde

Kort 25-5

Følelsen vrede skabes i sandhed
af enhver overskridelse af dine
grænser, også de ubevidste.

Det signal, du modtager, er:
“Jeg må markere mine grænser”.

Handl på det signal,
marker dine grænser,
og du bliver respekt.

Og du vil skabe glæde

Kort 30-6

Følelsen sorg skabes i sandhed af
tab af enhver art, også de ubevidste.

Det signal, du modtager, er:
“*Jeg skal være omsorgsfuld for mig*”.

Handl på det signal,
vær omsorgsfuld for dig,
og du bliver tillid.

Og du vil skabe glæde

Kort 20-4

Følelsen glæde,
skabt på et sandt grundlag,
signalerer healing.

Healing finder sted i fred,
harmoni og lyksalighed.

Sand glæde opnås
ved positiv handling
på de signaler, du modtager,
og du bliver kærlighed.

Handl positivt

I henhold til Universets spilleregler er de tre hovedemotioner dem, der indeholder den virkelige virkeligheds basisviden, som du har brug for, for at skabe dit perfekte liv.

Sorgen er den emotion, vi som individ først bør lære at kende, for vi udsættes for tab, fra det øjeblik vi fødes. Det er derfor moderens ansvar at lære barnet, hvad det vil sige at være omsorgsfuld for sig selv. Faderens rolle udspilles senere på den konto. Det er gennem omsorgens lære, at du tilegner dig din viden om dine sande behov, ud af det vokser tilliden til dig selv.

For at kunne drage nytte af din vrede, er du nødsaget til at kende dine sande behov, så når du lærer dem at kende, bliver du i sandhed i stand til at markere dig på en hensigtsmæssig og respektfuld måde. Når selvrespekten toner frem, forlader grænseoverskridelser dig.

Angsten er emotionen, der lærer dig at skærpe og bevare din opmærksomhed. En opmærksomhed, der skal være en integreret enhed, som tændes, så snart du står i en situation, du ikke er sikker på udfaldet af. Det er den opmærksomhed du bliver til, der i situationerne vil gøre dig bevidst handlende.

Som en konsekvens af det skabes den indre og vedholdende glæde. Det er den konto, der indeholder de livsværdier, der repræsenterer dig, den du i virkeligheden er. En konto hvor der ikke er begrænsning på indestående, den er utømmelig, hvis du lever din kærlighedsaffære.

Eksistensstil og emotioner

I eksistensstilen væltes der rundt i misforståede opfattelser af, hvad emotionerne er, gør, skal og mange andre ord, men den hyppigst brugte model er emotionerne brugt som forsvarsmekanisme på den ene eller anden måde. Det være sig i flugt fra sandheder, ansvarsforflyttelse, som forsvar for en anden emotion – anvendelserne er mange.

Det hele er sammenfiltret i et mismask, skabt på baggrund af manglende kendskab til signalerne og/eller forbudte emotioner i din opvækst. Her blev dit emotionelle fundament lagt, og på det har du så bygget din egen model, godt tilpasset dine usande behov.

På trods af dette har du dog til tider, uden at vide det, ageret på din dybt liggende viden om emotionerne. Den viden er i dig, du skal bare have den trukket frem i din bevidsthed, så du kan leve bevidst agerende, i stedet for kun at eksistere som konstant reagerende menneske.

Når du skal tilegne dig ny viden, kan det være hensigtsmæssigt at ændre dit sprogbrug på flere områder, for på den måde friholder du dig af reagerende forsvarsmekanismer. De tændes ikke, når de udløsende faktorer ikke nævnes. Så begynd med at omtale dine følelser som emotioner.

Set ud fra "ordet" som en faktor i din skabende kraft, er det konstruktivt skabende at være bevidst om ords reelle betydning, således, at du får bedt om det, der er din hensigt at modtage. Alt for ofte medfører forkert ordbrug u hensigtsmæssige tiltrækninger. Ordet "føler" bruges i så ekstremt mange u hensigtsmæssige udtalelser, at det er slidt totalt ud af brugbar stand, medmindre det bruges de få steder, det har sin plads.

Det nytter f.eks. ikke at bruge vendingen: "Jeg føler dit og dat", når det reelt er en oplevelse, du skal udtrykke. "Føler" har betydningsmæssigt intet med "oplevelse" at gøre. Du bruger her ordet "føler", udelukkende fordi du ikke tør tage ansvar for dine udtalelser. Du holder så en flugtvej åben gennem u hensigtsmæssigt ordbrug. Det er respektløst over for dig selv. Selv om det er en af eksistensstilens anerkendte metoder at udtrykke sig på den måde, gør det dét ikke mindre respektløst.

Bruger du f.eks. vendingen: "Jeg oplever" når du skal udtrykke dig, så fritstiller du dig selv, for alle ved, at din oplevelse er din ene og alene, og den kan ikke anfægtes. Dine reaktionære adfærdsmønstre vil ikke træde i karakter, og dialogen bevares i fri energi. Det skaber respekt for dig selv.

Tro

Troen er den kreative aggressive kraft, hvormed du skaber din virkelighed. Troen er en højere psykologisk evne, der ligger hinsides det menneskelige forståelige, og skal derfor ikke forstås eller forklares, det fungerer bare, og sådan er det. Emotionerne skal heller ikke forklares, de skal hvile i trosenergien, og leves derfra. Du vil hurtigt opleve virkningen, hvis du vælger at gå i træningslejr med mentalhygiejnen.

Efterhånden, som du tilegner dig den til stadighed voksende integration af dine indre færdselsregler, vil du højne dit EQ, der er modstykket til hjernens IQ, som indtil nu har domineret dig. Med en højnet EQ vil du lære at følge din intuition i kærlighed og dermed dit hjerte.

Det sker, fordi du er et menneske med et højt spirituelt energiniveau med et afstumpet følelsesliv. Når du så går i gang med at højne din EQ, skabes der gradvist mere og mere balance mellem dit spirituelle energiniveau og dit emotionelle energiniveau. Det vil derfor med et styrket EQ, blive lettere og lettere for dig at læse de signaler, du konstant modtager.

Sygdom

Sygdom skabes af tilsidesættelser, ved ikke at lytte til dine signaler. Mange emotionelle signaler er advarselssignaler til dig om, at der er noget, du ikke har lyttet til, og yderste konsekvens viser sig så til sidst, som det der i eksistensstilen kaldes sygdom. For mig er det fysiske signaler, da jeg ikke tror på sygdom, jeg ser det som læreprocesser.

Jeg respekterer signalerne og tager ved lære af dem, så snart jeg har diagnosticeret dem. Det er nu sjældent, der tilstøder mig andet end bivirkninger fra den cancer, jeg nu har levet med i 9 år. Det på trods af at jeg, ved diagnosticeringen af den, blev erklæret terminal og ikke skulle regne med mere end 3 måneder tilbage. Jeg tog dengang læren til mig, handlede på den og er her stadig. Der har været nogle bump på vejen, men jeg er stadig aktiv og har det godt.

Bæredygtighedens høst

Med en disciplineret mentalhygiejnisk livsstil vil diagnosticering af fysiske signaler i de fleste tilfælde være enkel for dig. Den evne vil styrkes i takt med omstillingen af dit liv, så læger m.v. og medicinforbrug vil mindskes. Mange andre indbildte helsebehov vil blive lagt på hylden. Disse usande behov vil blive dækket af det mentale velvære, du selv skaber, i takt med at din tolkning af dine emotionelle signaler og handling på dem vokser.

Det er selvfølgelig en god idé at komme i gang med mentalhygiejnisk træning, inden tilsidesættelserne bliver så tilsidesat, at de afkaster fysiske signaler. Jo før du kommer i gang, jo før kommer du på din rette vej.

At leve personlig bæredygtigt, er livsstil på den virkelige virkeligheds betingelser. Her leves i ro og harmoni med sig selv uanset hvad. Alt er rigtigt. Når du ser det, og handler på det, gennem det at modtage dine læreprocesser i tillid og respekt, så kender du sandheden i, at – alt er rigtigt.

Det klares ikke med et fix. Det kræver en indsats, hvor vejen er brolagt med kærlighed. Med ansvarlig tålmodighed kan du samle stenene op og opleve lethed på kærlighedens vej. Investeringen måler sig ikke med afkastet, der er mangefold større. Der er også plads til dig, det er bare at kontakte en mentalhygiejnisk instruktør.

*Livet er ikke skabt til kamp.
Kamp vindes sjældent af sejrherren,
sejrherren er den, der ser sin lære.*

Dec. 29, 2018

Individuel selvstændighed

- Noget om parforhold af Arne Olsen.

Kærlighed

Det at søge sig en partner omtales ofte som at søge kærligheden. Grunden til at kærligheden søges, må jo være fordi du enten ikke ved eller kun har en forestilling om, hvad det er og indeholder. Så et godt udgangspunkt vil til enhver tid være at finde og integrere kærligheden i dig selv først.

Først der vil du have et sandt grundlag at søge på, det er en sund konstruktiv skabende indfaldsvinkel. I stedet for at rage rundt i blinde og lade sig forføre af forelskelsens tilsyneladende skønne fåreklæder, der velkendt ender op med et andet indhold, end det du først troede.

Der skabes hyppigst i sidstnævnte slags forhold destruktive afhængighedsmønstre, der med stor præcision og sikkerhed fører til opløsning, af såvel dig selv som af forholdet. Skilsmisserater og mistrivende børn taler sit tydelige sprog på den dokumentationsliste.

For at give noget eller modtage noget, er du nødsaget til selv at have en integreret viden om det eller på anden måde besidde det. Har du ikke det, kan du ikke genkende det, når det bliver sendt til dig, ligesom du heller ikke kan udsende noget, du ikke selv indeholder. Derfor må du finde det og lade det vokse i dig selv først. Det du skal finde er grundstofferne, der er samme materialer som vejen til personlig bæredygtighed er skabt af. Disse grundstoffer er TILLID og RESPEKT, livsstilens konstant styrkende væksthormoner der sammensat er kærligheden.

Selvstændighed

Vi burde være selvstændige individer, når vi går på jagt efter kærligheden eller bliver overrendt af en jagende. Men desværre har forældre eller normbegreber frataget os den vigtige viden om og betydning af individuel selvstændighed. Derfor bliver forhold hurtigt domineret og styret af begærlighedens manipulerende adfærdsmønstre.

Der går som regel ikke længe i de nye "kærlighedsforhold" før der fra den ene og den anden side af forholdet forsøges at få partneren til at blive, som jeg egentlig troede at partneren ville være. Tiden læger alle sår, påstås det, men den viser så sandelig også andre virkeligheder, og så har du balladen. Bare fordi du fik frataget dig retten til lære betydningen af individuel selvstændighed.

Det kærlighedsafkast individuel selvstændighed ville have givet dig, ville have gjort dig i stand til at tage valg ud fra et sandt og robust fundament. På et sådant fundament ville du aldrig bygge med manipulerede idealer og misforståede kærlighedsfloskler. Du ville kun have valgt at bygge med et andet individuelt selvstændigt væsen. Det er kun i et sådant forhold, at kærligheden har mulighed for konstant at vokse sig stærkere og stærkere.

Skulle de destruktive konsekvenser og adfærdsmønstre være noget du kender og gerne vil frigøres af, så kan det godt lade sig gøre uden at flygte fra det dysfunktionelt opbyggede forhold. I kan starte med at erkende problemstillingen, og i kærlighed lade være med at placere skyld. Det handler ikke om skyld, I er lige gode om at have skabt læreprocessen. Det handler om at tage ansvar. Gå i gang med at øve og praktisere din individuelle selvstændighed. JA – det er angstprovokerende, så lær ved samme lejlighed dine følelser at kende, så du får dig nogle livgivende rettesnore at følge fremover.

Dine valg er dit liv, hvordan vælger du?

Det er titlen på arbejdsbogen, der kan guide dig hjem til dig selv, så du i individuel selvstændighed kan få etableret personlig bæredygtighed, med den deraf kreative skabende kærlighedsaffære med dig selv. Jeg gengiver her nedenfor et uddrag fra arbejdsbogen, der indeholder sider af, hvad der ofte sker, når forhold etableres. De numre du ser i teksten, er en integration af kortene Positiv Tænkning. De er retningsvisende og resultatorienterede i dit arbejde med dig selv.

Du vil i teksten støde på enkelte indforståede begreber, der ikke vil blive forklaret i dette indlæg. Jeg er dog af den opfattelse, at uddraget vil bidrage til større forståelse for, hvad du kan gøre for at skabe din frihed. Tag det du kan bruge og lad resten ligge.

Dit liv – dit ansvar

Erhverv dig arbejdsbogen og kortene Positiv Tænkning, du kan læse mere om begge dele **her** – eller endnu bedre, meld dig til en træningsgruppe hos en Mentalhygiejnisk Instruktør og kom i gang med en interessant rejse på din vej til individuel selvstændighed og personlig bæredygtighed.

Den lukkede åbenhed

Kort: 7-12-6-12-22-13-21-4-21-7-22

Lukket åbenhed er et nyt begreb for mange. Det er udsprunget af en tillært forveksling af åbenhed og ærlighed, hvilket har afstedkommet den ubevidste benægtelse.

Jeg har skabt det begreb for at gøre dig bevidst om at tænke, før du taler⁷. Når ærlighed bruges for personlig vinding i selvished, så er den uden undtagelse destruktiv. Det vil komme tilbage til dig, og det gælder også den ubevidste brug af den adfærd.

I den lukkede åbenhed bilder vi os selv ind, at vi er ærlige, men med årene viser det noget helt andet. Den lukkede åbenhed er på én og samme gang ærlighed og løgn, et selvbedrag. Det vil du få indblik i gennem dette og de efterfølgende temaer. *Intet er, som det ser ud til at være.*

Den enorme åbenhed, de forelskede har over for hinanden, bliver det, som gør, at de lukker af, når deres illusioner om hinanden brister¹². De forelskede svælger i hinandens åbenhed, skyklapperne er nede, det eneste, der høres, er, at vi to passer godt sammen, for vi forstår hinanden⁶. Der er sandsynligvis allerede her samstemmende fremtidsvisioner. Er de der ikke, får vi dem hurtigt skabt¹²⁻²².

Det er også efter samme metode, at vi vælger vores omgangskreds, kollegaer, venner, hvem vi kan lide, og hvem vi ikke kan lide. Når alt kommer til alt, er det også mekanismer, som råder inde i dig, mellem din mandlige og din kvindelige side. De sider kan du læse mere om i kap. 25, emne nr. 19 i temaet *Mand / kvinde*.

Det er ligegyldigt, om du kender til ydre parforhold eller ej, så vil du kunne bruge eksemplerne i denne bog. Det er kun et spørgsmål om at vise dig selv villighed og så overføre eksemplerne til de to sider i dig. Den metode kan i mange læreprocesser bruges af alle, idet der konstant i mennesket foregår dialog mellem den mandlige og den kvindelige side.

Det, vi tror er forelskelse¹³, måske kærlighed ved første øjekast, er noget helt andet. Det er en telepatisk viden, der ubevidst går ud på, at her er der én, jeg kan være noget for. Én, jeg kan bevise mit værd i, *Intet er, som det ser ud til at være.*

Vi har de samme sæt af forestillinger om eksistensen, men vi repræsenterer hinandens modsætninger inden for disse forestillingssæt. At mødes på den måde er en nødvendighed i eksistensstilen, for at vi kan lære noget af hinanden. Det er den eneste grund til, at vi skulle mødes; vi tiltrækkes²¹.

De mangler, vi har lært og bildt os selv ind, at vi har, er gemt af vejen, for manglerne eksisterer reelt ikke. Fremme i bevidstheden er kun de visioner og drømme, vi har skabt. Visionerne og drømmene er skabt på baggrund af de oplevelser, vi gennem vores eksistens har haft, men de tager ikke udgangspunkt i en positiv, skabende kraft.

Frelsernes visioner og drømme tager udgangspunkt i en negativ, skabende kraft, der bygger på et fundament af, hvordan det ikke skal være: "Sådan vil jeg ikke være eller gøre." En fuldstændig fornægtelse af de læreprocesser, deres oplevelser har været.

Derfor er det også, at de fleste mennesker altid først udtrykker, hvad noget ikke er, i stedet for at sige, hvad det er. Ofte ved de det ikke og slutter så af med at udtrykke, hvad de *tror* noget er, gættet ud fra det, det ikke er. Modtageren optager det udtrykte som udsenderens mening, og der går såmænd ikke så længe, før gættet er det, udsenderen selv modtager som sin virkelighed.

Mennesket tiltrækkes altså af de mangler, der har afstedkommet disse gættede behov, som er blevet den enkeltes virkelighed. Virkeligheder, skabt på et identisk forbudt følelsesmæssigt grundlag, skaber de samme identiske virkeligheder, drømme og visioner. De bygger på de samme forestillingssæt.

De forestillinger, der nu er skabt i den enkelte, har skabt nogle behov, der skal dækkes, for at forestillingerne kan blive efterlevet. Det er her, partneren kommer ind i billedet, for den perfekte partner i eksistensspillet kan nemlig udfylde de huller, der er, sådan at puslespillet kan komme til at gå op⁴.

De mangler, den ene halvdel af parret har, opleves i den anden halvdel af parret, hvorved de bliver trukket frem og forstærkes i den første. Det samme gør sig gældende hos den anden, så det er ikke så svært, at vi passer godt sammen. Vi spotter hinandens behov gennem de samstemmende forestillingssæt¹.

Nu er det så bare sådan, at forelskelse er en sindssyg tilstand, absolut en dejlig tilstand, så dejlig, at vi går hen og bliver blinde og døve. Vi ser ikke, hvad der sker, vi hører ikke, hvad der også bliver sagt, vi taler og taler⁷. Vi opfylder hinandens behov, eller rettere, det vi gætter os til og bagefter tror, er hinandens behov.

Vi tillægger hinanden en mængde værdier²; vi glemmer bare i farten at fortælle hinanden, at vi har gjort det, for: "Hold da op, hvor vi passer godt sammen." Et parforhold, startet på det, vi tror den anden er – rent gætterier.

Kort: 12-23-4-11-27-4-5-4-5-6-24-8-2

Gættekonkurrencerne fortsætter, og illusionerne har taget form, en ny frelserenhed er skabt, mulighederne er store, da stofferne er mange. Pludselig skabes der uro i harmonien. Der er sket det, at vi, ud over forholdets fælles stoffer, også har tilladt os at vælge andre stoffer hver især.

Dette sker ofte på grund af de stoffer, vi bragte med os ind i forholdet, og som det var så fint for den ene halvdel, at den anden halvdel havde. Det gav i begyndelsen den ene halvdel værd, at den anden halvdel havde de stoffer. Nu har den ene halvdel imidlertid fundet egne stoffer med mere værd i, så fundamentet rokker¹².

Oplevelserne er gensidige, ingen siger noget²³, der skiftes stoffer. Når den ene halvdel er nede, er den anden halvdel oppe, og så bruger den anden halvdel sit overskud på at få den ene halvdel op.

Prisen for de tilsidesættelser af sig selv, det medfører, er, at den anden halvdel nu er nede⁴. Harmonien er genoprettet, der er balance, de har bare byttet plads. "Har I lagt mærke til så harmonisk de støtter hinanden oven på al den tumult. Det har sandelig været sundt for dem." Sådan kan parforholdet køre længe, skiftevis op og ned.

Det var altså ikke så slemt, som det så ud. Det bliver det først i det øjeblik, de begge enten er nede eller oppe. Er de begge nede, kan de ikke længere bekræfte hinanden i værd. De kan kun konstatere, at de ikke lever op til de forventninger, de hver især stillede til den anden¹¹.

Fuldstændig glemt er det, at disse forventninger var nogle forestillinger, de hver især skabte om hinanden i forelskelsen og tillagde hinanden helt uden at have fået lov til det, eller helt uden at have gjort den anden opmærksom på det. Men alligevel forventes det af hinanden, at forestillingerne bliver indfriet. Illusionerne brister, bunden går ud af luftkastellerne²⁷⁻⁴⁻⁵.

Er de begge oppe, kan de heller ikke længere leve op til hinandens forventninger til hinanden.

Ejermantalitet, ligegyldighed, selvhøjtidelighed og karriereræs styrer og kontrollerer familien, indtil der sker udbrænding hos en af dem⁴⁻⁵. Med stor sandsynlighed er der én på jobbet eller andetsteds, som er meget kønnere, i hvert fald i det indre, for han eller hun forstår mig. Flugten har sat ind.

Først *dér* fås der øje på, at børnene måske er flyttet hjemmefra, hvis der da ellers får lov at gå så længe uden nogen udbrænding. Det er sådan, at udbrændingen i dag kommer ret tidligt. Resultatet er det samme som før, bristede illusioner og afsløringen af, at der ikke var bund i de luftkasteller, der var blevet flyttet ind i.

Den tilsyneladende stærke, som er taberen, har nu fået skabt en mulighed for at vende²⁴⁻⁸⁻² eller fortsætte et nyt spil med en ny, som har udset sig taberen. Taberen er i denne situation et nemt offer for sig selv eller en anden velmenende frelser.

Den anden i spillet, vinderen af første runde, er den, der udbrændte. For den halvdel af parforholdet har længe vidst, hvad der var ved at ske, og har derfor længe ubevidst sendt signaler ud til én, der skulle frelses. Det vil med stor sandsynlighed være en anden taber (en tilsyneladende stærk). Sådan at vinderen igen kan opleve værd gennem det at starte en ny og frisk tur i frelsersyndromet.

Vinderens signaler bliver sendt ud gennem lukket åbenhed, så modtageren kan forstå, hvor ærlig udsenderen er. Det er lige nøjagtig sådan, modtageren havde troet hans/hendes hidtidige partner var. "I guder, hvor var han/hun falsk, men her er der én, jeg kan få et godt liv med." Vinderne af spillene står måske for tur næste gang eller næste gang eller næste ...

God rejse.
Kærlig hilsen Arne