

Følelsene som bindeledd mellom sjelens bevissthet og kroppen



Av Per Henrik Gullfoss
gullfoss@hebb.no

I mange tilfeller er vår store utfordring som åndelige søkere ikke først og fremst å slutte å frisette oss fra det jordiske, men tvert i mot å elske oss selv, våre kropper, det jordiske og slik føye den fysiske virkelighet sammen med den åndelige.

underlige vi kaller et ego form og bolig i oss alle etter at vi kommer hit til denne verden av tid, form og rom.

Bak det hele ligger selvfølgelig den delen av oss som kalles sjel. Denne energien og tilstanden danner råmaterialet for fremveksten av både legeme, følelser og vår bevissthet. Det sies at sjelen i begynnelsen har kontakt med den bakenforliggende dimensjon av virkelighet. Men at kroppen, som jo er fysisk og bundet til tid og rom, etter hvert overtar styringen og langsomt lukkes for de fleste av oss døren til sje-

fysiske. Dette kommer mye ut av at vi i vår verden har skapt et nesten uforståelig skille mellom ånd som eksisterer i en "åndelig" dimensjon, og den ånd som eksisterer i den fysiske dimensjon.

En av de oppgavene vi stilles overfor som mennesker er å inkludere det fysiske og jordiske i vår opplevelse av ånd og spiritualitet. Ikke å transcendere, overkjøre eller frigjøre oss fra det jordiske, som svært mye religion og åndelighet har gått ut på. Eller fornekte det åndelige som også er en yndet folkesport i deler av verden. Selvfølgelig

"En av de oppgavene vi stilles overfor som mennesker er å inkludere det fysiske og jordiske i vår opplevelse av ånd og spiritualitet. Ikke å transcendere, overkjøre eller frigjøre oss fra det jordiske, som svært mye religion og åndelighet har gått ut på. Eller fornekte det åndelige som også er en yndet folkesport i deler av verden."

Vi er kommet hit til jorden, som en underlig pakke. Det begynner med en kropp som vokser frem, og i denne kroppen utvikles det masse følelser, men ikke nok med det. Man blir etter hvert klar over at man har både en kropp og masse følelser, ja rett og slett at man er et atskilt individ med helt egne følelser, oppfatninger og liv. Slik tar dette

lens verden. Av og til er det noen spesielle mennesker som ikke har fått lukket denne døren, men de får i første omgang ofte uhyre store problemer med å takle det jordiske liv, fordi de ikke utvikler den nødvendige tilknytning og kontakt med sin egen kropp og det fysiske. På mange måter kan åndelighet tilsynelatende synes å være i konflikt med det

betyr ikke dette at man skal være slave av materien og utelukkende være besatt av dens krav og behov for komfort, penger og prestasjoner. Men det betyr også at man heller ikke kan fornekte og fjerne seg fra det man faktisk er... en sjel som reiser på denne planeten, med sin kropp, sine følelser og sine tanker. I mange tilfeller er vår store utfordring

som åndelige søkere ikke først og fremst å slutte å frisetse oss fra det jordiske, men tvert i mot å elske oss selv, våre kropp, det jordiske og slik føye den fysiske virkelighet sammen med den åndelige. Dette er så vidt jeg kan se kanskje ett av de største og viktigste skrittene for menneskeheten i fremtiden. Ikke å flykte vekk fra det fysiske til det åndelige og fjerne seg fra sin kropp,

egne liv. Dette er en av grunnene til at så mange regner mennesker som driver med alternativ bevissthet og selvutvikling for navlebeskuende og selvopptatte. De har nemlig forstått at det kun er en måte å forandre sitt liv og verden på, og det er gjennom å forandre seg selv. I denne prosessen vil man selvfølgelig helt naturlig påvirke andre i mer eller mindre grad. Man slutter jo ikke å være

er følelser kroppens bevissthet rundt sin opplevelse av det å være en kropp, og den bevissthet som bor i denne kroppen. Følelsene kommer med andre ord før det vi kaller jeg-bevissthet, men kan allikevel sies å bli bindeleddet mellom kroppen og jegets bevissthet. Det finnes antagelig to typer kjærlighet (eller tusen for den saks skyld). En kjærlighet som springer ut av den fysiske kropps glede

” Å bli venner med den bevissthet som ligger lageret i kroppens celler, og å ha kjærlighet og glede fordi man har en kropp med instinkter, følelser og behov er for svært mange den vanskeligste og største utfordring på den spirituelle vei.”

følelser og bevissthet. Men å nettopp se at alt dette kan forenes med en åndelig måte å leve og forstå livet på. I så lang tid har vi splittet lys og mørke, delt verden i kropp og ånd... gud og djevel... snill og slem... at det viktigste nå ikke nødvendigvis er komme seg vekk, men å føye sammen igjen det som vi har atskilt.

I vår grunnleggende struktur kan vi sies å bestå av fire deler. En fysisk kropp, følelser (som mange sier er en egen astral kropp), tanker, som av noen kalles det causale legeme, og vår kjerne energi, som vi kan kalle vår sjel. Mye av våre utfordringer og vansker er rett og slett til stede, fordi vi ikke har balanse og harmoni mellom disse fire delene av oss selv.

Den manglende balansen skyldes at menneskeheten allerede befinner seg i en slags tilstand som ligner på en form for galskap. Fra vi kommer ned utsettes vi for denne kollektive galskapen gjennom våre foreldre og resten av omgivelsene. Selv om de fleste foreldre strutter av kjærlighet og godvilje, så har de sine egne problemer, oppfatninger og ubalanser, som de mer eller mindre ubevisst overfører til den kommende generasjon. Svært mange av oss mennesker har vår store dose av frykt, skyld, skam usikkerhet, fremtidsangst, følelse av utilstrekkelighet og ensomhet, som vi uten å anstrenge oss automatisk deler med hverandre.

Å utvikle seg åndelig begynner ofte med en lengsel etter sjelens vakre tilstand og områder. En lengsel etter kjærlighet, fred, glede og frihet fra det jordiske med sine bekymringer og begrensninger. Det neste som skjer med de av oss som går videre på en seriøs måte, er at vi oppdager at det dessverre ikke bare er å hoppe inn i paradiset. Vi må nok heller se dypt inn i oss selv og se hva som gjør at vi ikke trives med våre

seg selv, selv om man er i forandring og fjerner gamle spor og reaksjonsmåter som ikke fremmer det man søker.

Så tilbake til kropp, følelser, tanke



og sjel. Vår store utfordring er å forene, og sette pris på alle disse fire sidene av oss selv. Å elske seg selv, betyr at man har kjærlighet til sitt eget fysiske legeme og til den fysiske verden. Man ser ikke det kroppslige som usunt, ufint eller begrenset på noen måte. Man aksepterer det fullt og helt som det er. Å få denne kjærligheten til ånd i materie og det fysiske uttrykket for en sjel som går gjennom verden er for mange en stor oppgave. Men hva er det å elske seg selv... er det følelser??? Eller er kjærlighet noe mer enn vanlige følelser? Følelser kan beskrives som bindeleddet mellom bevissthet og kropp. I utgangspunktet

og sanselighet og en kjærlighet som springer ut av sjelen og bevissthetens evne til å elske noe (alt) uten at det er personlig. For kroppen er selvfølgelig alt personlig, siden kroppen jo er nettopp en personlig og atskilt form.

Mye av utfordringen for mennesker som har vandret litt på den åndelige vei, er ofte at de må gå tilbake til det basale, sitt forhold til kroppen og de følelser som skapes i kroppen, og bli venner med dem. Dette er uhyre nødvendige skritt på veien til å elske seg selv, og til å flytte sin bevissthet over på den mer sjelelige kjærligheten. Å bli venner med den bevissthet som ligger lageret i kroppens celler, og å ha kjærlighet og glede fordi man har en kropp med instinkter, følelser og behov er for svært mange den vanskeligste og største utfordring på den spirituelle vei. Mange kan sitte i timevis og meditere og leve nesten uten bakkekontakt i lang tid, fordi utgangspunktet for deres søken etter det åndelige ikke kommer fra

virkelig lengsel til det åndelige, men snarere fra en lengsel etter å komme seg bort og finne noe bedre, fordi det jordiske liv virker så tungt, smått og meningsløst. Desperasjon kan være en god grunn til å begynne åndelig søken, men en dårlig veiviser for den videre utvikling. Den åndelige vei fører tvert i mot til at man må bli venner med det fysiske, verdslige og korporlige. Dette må føyes sammen med en nyutviklet åndelig bevissthet, slik at skillet mellom det å være her fysisk og det å være åndelig faller bort. Når så splittelsen mellom det fysiske, det emosjonelle og det mentale begynner å falle bort blir det plass til at selve kjerne energien, som vi kaller sjel, kan begynne å strømme gjennom. Det er en stor forskjell på de åndelige mennesker som stort sett har integrert sin bevissthet med sin sjelelige energi, men ikke i samme grad det fysiske og det emosjonelle. Disse menneskene kan være meget kloke, ha stor visdom og være veldig dyktige til det de gjør. De kan også være flinke veiledere og guider

for andre som går den åndelige vei. Men de vil alltid ha noe som stopper dem fra å være helt og fullt til stede i sitt eget liv. Det er de menneskene som har integrert sin sjels energi helt ned i kroppens celler, de som har omskapt og regenerert sine egne følelser, slik at de ikke lengre har følelser som kontrollerer, beskytter og manipulerer, som virkelig har begynt å komme et godt stykke på vei mot å virkelig føde det nye menneske. Hvem er så det nye menneske? Et forslag på beskrivelse kan være denne:

Et menneske som lever her på jorden med all sin kraft og sjelelige vitalitet intakt.

Å gjøre dette arbeidet med å få sjelens kjerne- energi gjennom alle lagene av følelser og ned i kroppens celler er kanskje det mest utfordrende, og til tider smertefulle, men også kanskje det viktigste arbeidet som gjøres av enkeltmennesker i våre dager. Jeg kunne sagt tusen på tusen ord om hvordan forskjellige teorier og metoder innenfor den alternative bevissthet alle peker, på

hver sin måte, i denne retningen. Men jeg vil istedenfor avslutte denne artikkelen med en hyllest til de av dere som virkelig er i ferd med å gjøre dette arbeidet. Om dere vet at dere har valgt det selv, eller tenker at det er skjebnen som har ført dere på denne veien, spiller ingen rolle. Sett fra sjelens ståsted er alt vi opplever et uttrykk for oss selv og vår egen energi og våre dypere behov og ønsker. Selv kan jeg iblant, når livet er som tyngst, glemme at jeg har valgt det selv og fanges av egen selvmedlidenskap, smerte og hjelpeløs fortvilelse. Men med tiden klarer jeg som oftest å snu det og se hvor mye selv det vanskeligste av det jeg har opplevd har lært meg. Derfor, nok en gang, en hyllest til dere som går den åndelige veien med hele dere selv, som er villige til å gå inn i det smertefulle, så vel som villige til å juble over det vakre og skjønnheten. En hyllest til dere som virkelig prøver å leve i praksis det som deres sjel hvisker eller roper til dere. •



Hvem er så det nye menneske? Et forslag på beskrivelse kan være denne:

Et menneske som lever her på jorden med all sin kraft og sjelelige vitalitet intakt.