



*Når  
et fengsel  
setter deg fri...*

*av Frank Andersen  
frankandersen11@yahoo.no*

**D**en 13. juni 2001 innpasserer jeg porten i Bergen fengsel. Jeg er anmeldt, etterforsket og dømt for handlinger som samfunnet ikke finner seg i. Samfunnets reaksjon på dette, er 27 måneders frihetsberøvelse. Etter noen timer i fengselet, er en indre kamp over, og jeg ligger i fosterstilling på sengen og gråter trøstesløs.

#### Min historie...

begynner den 11. november 1966, på Molde sykehus. Mor Venke og far Magne, har akkurat blitt foreldre til en liten gutt. Denne familieforøkelsen var ikke planlagt, og som så mange andre på den tiden, og også i dag, så måtte de gifte seg for å holde familiens fasade utad. Denne historien har mange perspektiver, men vi holder fokus på ett perspektiv - mitt perspektiv og min utvikling, og jeg er Frank Andersen.

Innen jeg er ferdig på ungdomsskolen har jeg hatt min porsjon med oppturer og nedturer, uten at disse lett lar seg separere og klassifisere. For å beskrive min barndom og oppvekst, har kvalifiserte og ukvalifiserte mennesker, brukt ord som; omsorgssvikt, rusmisbruk, maktkamp i familien, skilsmisse, skoleskulk, mobbing, trakassering, kleptomani og mange andre ord som beskriver en vanskelig oppvekst.

Resultatet av disse ordene ble at min familie var tidlig i kontakt med barnevernet, og jeg var innom fosterhjem og spesialskole, innen utgangen av ungdomsskolen. Et annet viktig ord som jeg må ta med, er *sex*, eller *kos med kropp*, om du vil. Dette er noe jeg alltid har vist om, uten at jeg greier å tidfeste første gangen jeg ble seksuelt stimulert. Det jeg med sikkerhet vet, er at det var utrolig spennende, og etter hvert altoppslukende, dette fascinerende samspillet mellom mennesker, som kalles sex.

*Jeg føler nå for å forberede deg på at ved å lese videre i denne historien, så kan du komme til å møte deg selv i døren. Du kan komme til å bli klar over holdninger og blokkeringer hos deg selv, som du kanskje ikke ønsker å møte. Men om du bruker hjertet og ikke hodet, så kan du komme styrket ut av dette møtet med deg selv, gjennom min historie.*

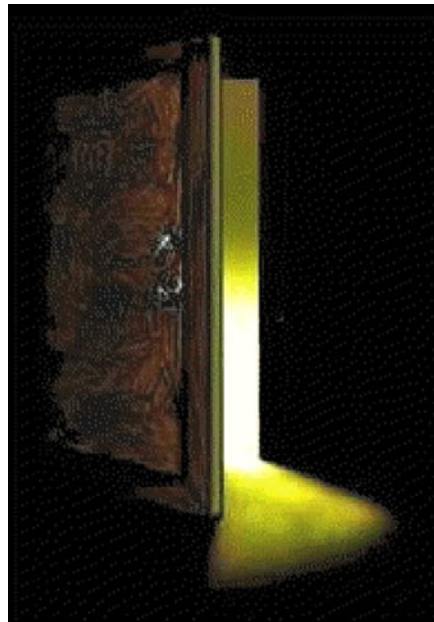
#### Tro, håp og glede...

var tre ord som svirret i hodet mitt i dagene før innsettelse ved Bergen fengsel. Jeg hadde byttet ut ordet *kjærlighet* med ordet *glede*, fordi *kjærlighet* var et ord som beskriver en tilstand, jeg mente jeg

ikke hadde erfaring med.

Kjærlighet for meg, var synonymt med nærhet, kroppslig nærhet, som igjen var det samme som sex. Sex, som hadde betydning så mye for meg gjennom så mange år, var også blitt min bane. Det var ønsket om sex, nærhet og kjærlighet, som hadde brakt meg i fengsel. Jeg hadde seksuelt misbrukt fire gutter i alderen 13 til 16 år, i jakten på umiddelbar tilfredsstillelse, som mangelen på nærhet hadde utviklet seg til.

Konklusjonen ble derfor at *kjærlighet* var noe forbannet tøv, og at det eneste som gjelder er å skaffe seg positive opplevelser, og *glede* seg over den. Den eneste gleden jeg nå hadde, var hasj og noen gode venner, som av en eller annen grunn fortsatt var der. Jeg var på et absolutt nullpunkt i min tilværelse og frykten for det som skulle møte meg bak murene, var altoverskyggende. Skrekk historiene om sedelighetsdømte



**Jeg var på et absolutt nullpunkt i min tilværelse og frykten for det som skulle møte meg bak murene, var altoverskyggende.**

i fengsel, var som levende bilder i hodet mitt, og jeg var redd, virkelig redd.

#### Energier og tilstedeværelser...

var ord som ikke hørte hjemme i mitt vokabular. Energi er det samme som strøm, og det du ikke kan se eller måle, er heller ikke tilstede. Jeg vet alt, som er verd å vite i min verden, som nå ligger i grus.

Det er først etter noen uker i fengsel, at jeg blir klar over at det er noe mer enn det jeg kan måle og se. Tilfeldigheter, merkelige sammentreff og rare samtaler, får meg til å tvile på meg

selv og min egen viten. Jeg føler at *noe/ noen* prøver å si meg noe, og det på de merkeligste måter. Jeg blir litt nervøs, når jeg oppdager at jeg *kommuniserer* med tv-en på oppholdsrommet i fengselet, eller når det smeller i pulten min på natten, og *noe* lager lyd med fjærene på nattbordlampen min. Jeg forstår det slik, at nå er det rett før det klikker for meg, samtidig med at jeg *vet* at dette ikke er tilfellet. Tanker og opplevelser, fantasier og frykt, resulterer i at jeg blir kjørt til psykiatrisk vurdering ved Legevakten i Bergen, den 21. juli 2001. Og i det vi passerer Sandviken psykiatriske sykehus, på vei til Legevakten, forstår jeg at dette går til helvete om jeg ikke greier å bevare fatningen. Hvordan skal *jeg*, som det sedelighetsdømte svinet jeg er, overbevise psykiateren om at jeg egentlig er helt frisk i hodet mitt, og at det er alle andre som ikke forstår dette med energier og tilstedeværelser. Hvordan forklare noe du vet, men ikke forstår?!

#### Frykt og mørke...

var noe jeg nå hadde kjempet med i snart 40 dager, og jeg viste at denne redselen måtte vike, om jeg skulle fortsette soningen i Bergen fengsel og ikke på Sandviken psykiatriske sykehus.

Møtet med psykiateren gikk ganske så bra, og etter samtalen sier jeg til betjenten som var med meg inn; *Dette var nære på*, hvorpå han ser på meg og nikker forståelsesfullt. Denne betjenten var et av de *rare* møtene jeg hadde i fengselet, men som jeg ikke skjønnte noe av før han hadde sluttet.

Det å ligge på sengen sin, i en celle i et fengsel, fullt våken og med et klart hode, kan få uante konsekvenser når livet ditt plutselig passerer i revy. Frykt, frykt og frykt, var det som preget meg når dette skjedde. Og når du i samme tilstanden opplever rykninger i kroppen, bilder og stemmer i hodet, så kan det bli for mye for

de aller fleste, og også for meg. Min løsning på denne frykt tilstanden, var å skaffe informasjon om det jeg opplevde men ikke forstod. I løpet av 18 måneder i fengselet, leste jeg nærmere 100 bøker, som alle var plukket med ett mål for øyet, det å gi meg kontrollen tilbake. For en kontrollfreak, er det ganske skremmende å miste kontrollen, for da mister du deg selv.

#### Åndelig søken og Personlig utvikling...

er ord som passer ganske godt på de bøkene jeg valgte. Den første boken

jeg leste, heter *Buddhistisk Visdom* av Gill Farrer-Halls. Denne boken var den samme som en kamerat forsøkte å låne meg, få dager før jeg skulle starte soningen, men da sa jeg at; *Det er du som skal lese den boken Are, og ikke jeg.* Det ante meg at jeg hadde tatt feil når denne boken var det første jeg så når jeg besøkte biblioteket i fengselet for første gang. Det viktigste jeg lærte av den boken, i første omgang, var å ta ett skritt av gangen. Gående meditasjon var noe jeg forsøkte å praktisere i luftgården, og det ga meg en viss følelse av indre ro.

Bok nummer to, ble *Den niende Innsikt* av James Redfield. Denne boken hadde jeg ikke valgt, om det ikke hadde vært for at den ble anbefalt pr. telefon, via et kvinnemenneske som befant seg i Spania, og som min mor mente jeg absolutt måtte snakke med. Når denne ukjente kvinnen sier at jeg må lese boken og tro på det som står der, svarer jeg henne; *Det trenger jeg ikke, fordi jeg vet hva som står der.* Telefonsamtalen avsluttes og jeg ser på Are, som er med meg denne siste dagen i det fri, og sier forbauset; *Hørte du hva jeg sa nå? Hvorfor i alle dager sa jeg det?!* Overraskelsen ble ikke særlig mindre når jeg i fengselet oppdager at jeg vet hva som står i boken, ikke ordrett, men innholdet er kjent. Jeg leste flere bøker av James Redfield, og *Din personlige guide – Den tiende Innsikt*, var en bok som var til stor hjelp i refleksjonen rundt eget liv, opplevelser og handlinger.

Biblioteket i Bergen fengsel var for meg, og mange andre, en oase i en ellers så grå fengselshverdag, og Bibliotekar Tove, er rett kvinne på rett plass. Der var det ingen dogmer eller forstenete holdninger å møte, og den mellommenneskelige forståelsen som jeg følte, inspirerte meg til videre søken og utvikling.

### Utviklingsverktøyene...

som jeg har brukt, har vært mange. Det mest brukte verktøyet har vært min egen tvil. Denne tvilen kom etter at jeg forstod at jeg kun eksisterte i håpet, og at dette var et sted jeg ikke kunne være. Jeg måtte satse håpet om jeg skulle oppnå tro - troen på meg selv. Spørsmål som; *Hva er jeg, hvem er jeg og hvorfor er jeg meg?*, ledet meg i retningen av Astrologi.

Astrologi, både i Vestlig og Østlig retning, hjalp meg til en større forståelse av oss mennesker, og meg selv. Denne lille fordypningen i astrologi, gir

meg noen svar og enda flere spørsmål. Disse nye spørsmålene leder meg i retningen av Numerologi, som igjen gir meg noen svar og enda flere spørsmål.

Jeg føler det nå slik at jeg har et rimelig greit bilde på det som utgjør mine muligheter og utfordringer i livet, og jeg ønsker et større perspektiv på tingenes tilstand, så jeg begynner å lese litt historie og religion.

Samtidig som jeg leser alle disse bøkene og er aktiv i søken og utvikling, dukker det opp avisartikler, tv program og radio musikk, som svar og bekreftelser. Jeg har perioder i fengselet der jeg er i en verden av flyt og trygghet i eget selskap, samtidig med at jeg jobber intenst med meg selv i gruppeterapi



© Josephine Wall - www.josephinewall.co.uk

**Jeg har perioder i fengselet der jeg er i en verden av flyt og trygghet i eget selskap, samtidig med at jeg jobber intenst med meg selv.**

sammenheng, og med fordømmelsen som møter meg i fengselshverdagen og når jeg er på permisjon.

Det føltes ikke helt enkelt å lese om hvordan *vellykkede* mennesker på åndelig søken, ble enda mer vellykket etter de 5, 9 eller 12 trinnene de hadde gått, og som gjorde de enda tryggere og gladere og mer elsket og... Bitterheten var aldri langt unna og selv fordømmelsen var i begynnelsen regelen, og ikke unntaket. Men dette ledet meg atter en gang videre i min søken.

### Sjelen, Jesus og Gud...

var tre ord som ga meg en vond smak i munnen. Sjel var noe religiøse mennesker snakket om, og Jesus var en tufs i sandaler som de kristne hadde diktet opp. Og hva Gud angikk, så kunne han dra rake veien til Helvete for min del, for jeg var tydeligvis ikke blant hans

utvalgte.

Jeg forstod etter hvert at jeg måtte gjøre noe med holdningene mine, om jeg skulle komme meg videre i min utvikling. En bok om Sjelen, var det første skrittet på vei mot en større forståelse av disse religiøse, og etter hvert så klisjéaktige ordene. Denne boken ga meg et annet perspektiv på Sjelen, enn det kristne synet på denne umålbare delen av vår væren.

Gud var ikke så utfordrende som Jesus. For Gud var det samme som Tao, Alt som er, Altet, Allah og mange andre navn, som alle skal beskrive Det aller Helligste. Skapelsesberetningen og andre historier, hadde jeg ikke særlig vanskeligheter med å forholde meg til, fordi jeg tok de som det de er – historier som kan skape gode refleksjoner, om de studeres fra et holistisk ståsted, og ikke med et dogmatisk syn.

Jesus der i mot, var en utfordring av dimensjoner, uante dimensjoner, siden jeg ikke forstod hvorfor denne figuren engasjerte meg så voldsomt. Jeg fikk en del forskjellige perspektiver på Jesus, gjennom den alternative litteraturen, men jeg følte at dette ikke var nok. Og den dagen jeg funderte som verst, kommer fengselspresten innom cellen for å fortelle meg at han hadde et Alfakurs under planlegging. Fengselsprest Helge fortalte at et Alfakurs, kunne gi meg en bedre forståelse av Jesus og Kristendommen, og han hadde

tenkt på meg når han fikk tilbud om dette kurset.

Glad for omtanken og med magiske tanker om timingen, sier jeg ja til å være med på kurset.

Kurset var eksternt, og noen fra en lokal menighet skulle være kurs ledere. Det var en kveld i uken som var planlagt foreløpig.

Etter den første kvelden, er jeg litt paff over meg selv, og ikke så rent lite engasjert. For på Alfakurset blir jeg virkelig opptrekket når jeg føler at de som skal lære oss om Jesus, overhodet ikke vet hva de snakker om. Det er som om noe blir vekket i meg, og etter forelesningen føler jeg at jeg må korrigere kurs ledernes holdninger og oppfatninger om Jesus og Gud. Påstander som om at vi må ha Jesus og korset sin beskyttelse, for ikke å bli truffet av Guds vrede, får meg til å føle sympati med de som lever i denne ubeviste, dogmatiske og fordømmende (*u*)virkeligheten.

Etter noen dager ser jeg parallellen til en annen kar, som i sin tid tok de Lærde i lære, for å forsøke å fri de fra egne og andres fastlåste holdninger.

Jeg tok bare halvparten av kurset, før jeg takket for meg, og håpte dette var første og siste gang det ble arrangert Alfakurs i Bergen fengsel. Uansett om man er *lærd* eller *ulærd*, så vil essensen av energien som Jesus fra Nasaret kom i kontakt med, forbli den samme.

### Drømmer, syner og visjoner...

var ord som for meg ikke hadde noen verdi i det hele tatt. Drømmer er noe som kommer og forstyrrer deg om natten, og ser du syner, bør du kontrollere inntaket av rusmidler, eller aller helst få sjekket hele hodet. Visjoner, var kun et ord jeg hadde lest, uten at jeg hadde oppdaget noen hos meg selv. Visjoner kan ikke måles eller veies og er derfor ikke en realitet. Punktum. Det går litt tid og en del bøker, før jeg erkjenner at det er både spennende og utviklende, det å kunne reflektere og undre seg over det som dukker opp fra *intet*.

*Dagboken, kl. 0925 Drømte at jeg var Tibetansk munk, og at jeg snakket med noen Norske ungdommer om Dalai Lama. Jeg tror jeg var i Molde og traff ungdommene nede på torget. Det var noe magisk med det møtet, og energiene mellom oss hadde fri flyt.*

*I går kveld, før jeg sovnet, hadde jeg en lang tankerekke der jeg var sammen med vennene mine og Olea, hjemme hos Olea. Vi satt samlet rundt spisebordet og spiste suppe. Jeg snakket til dem og fortalte hva hver enkelt betydde for meg, og hva vi betydde for hverandre.*

*Mot slutten av tankerekken, eller kanskje det var en visjon, holdt vi hverandre i hendene og jeg ba en bønn sammen med dem. Det var en bønn til oss og til Kraften. Det var noe bibelsk over denne visjonen, og det hele var ganske gripende. Atmosfæren var trygg og samlende for oss alle. Jeg følte meg vel og vi følte alle en sterk tilknytning til hverandre. Det var en god tankerekke på alle måter.*

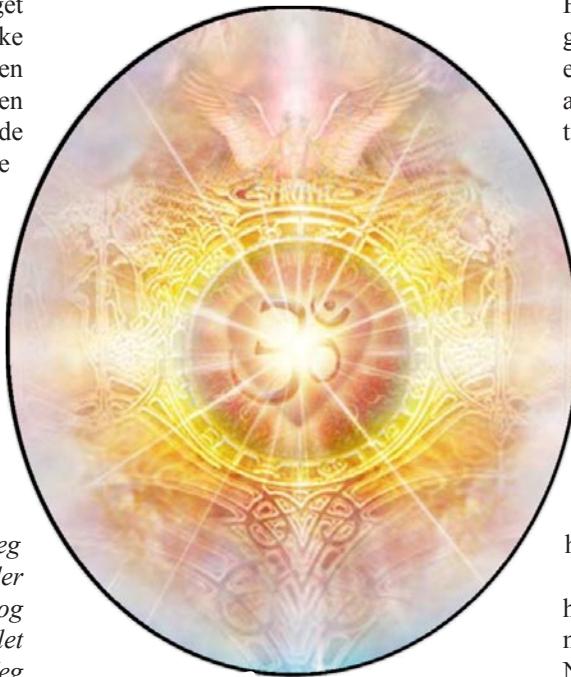
*Kl. 1015 Ordene Shine on you crazy diamond, fra Pink Floyd, har surret og gått i hodet mitt siden jeg stod opp i dag. Så da får jeg vel gjøre det.*

Denne dagbok innføringen viser kanskje essensen av ordene drømmer, syner og visjoner. For meg var denne hendelsen både utviklende og inspirerende. Det krevde litt å drive med drømmearbeid, fordi jeg var såpass glad i sengen min om morgenen, men utbyttet var hele tiden større enn innsatsen, og det gav meg et

ekstra puff i retningen av meg selv.

### Synkronitet, tegn og signaler...

har vært til stor hjelp og støtte, siden jeg forvillet meg inn i denne udefinerbare verdenen. Også på dette feltet har jeg gått fra full fornektelse til tvil, og derfra til viten. Tvilen melder seg når du gang på gang får rykninger i kroppen, mens du leser eller reflekterer. Rykningene kunne også komme når jeg så på tv, eller hørte radio. Det var en liten periode i fengselet, der jeg virkelig tvilte på min fysiske helse, selv om jeg viste at det ikke var noe galt med kroppen min.



© Daniel B. Holeman - [www.awakenvisions.com](http://www.awakenvisions.com)

**For mens jeg sitter der og funderer, lett vippende på stolen, er det som om noen setter strøm på hele hjerteområdet mitt.**

Gleden var stor når jeg oppdaget at rykningene kom som en bekreftelse på noe jeg leste, eller som en understrekning på noe det kan være verd å se nærmere på. Det sterkeste signalet jeg så langt har fått, kom når jeg leste i Himmelske Samtaler. Jeg sitter på cellen min og har akkurat lest ut et avsnitt, når jeg vipper litt på stolen og ser ut av vinduet i ettertanke. Etter et stykke tid kommer det en tanke, eller kanskje er det en indre viten som kommer til overflaten, om at vi alle kommer frem, bare vi kommer oss dit for egen maskin.

Jeg vet ikke om rykningen kom i begynnelsen, midten eller på slutten av tankerekken, men det jeg opplevde var så sterkt at det skremte meg litt. For mens jeg sitter der og funderer, lett vippende på stolen, er det som om noen setter strøm på hele hjerteområdet mitt. Den

venstre siden av brystkassen min blir nesten nummen av dette sterke støtet, og jeg holder på å gå baklengs i gulvet. Jeg tenker; *Hva i helvete er det som skjer nå, hva galt har jeg gjort?!*

Ikke lenge etterpå forstår jeg at dette er et positivt signal, som skal gi meg støtte og glede, og ikke frykt og fortvilelse. Jeg retter en takk, i udefinerbar retning, og føler meg tilfreds og lykkelig med denne opplevelsen. Følelsen av indre ro og tilfredshet med egen situasjon, hadde nok ikke vært så sterk, om jeg bare hadde vært bevist den materialistiske virkeligheten. Følelsen av ensomhet, blir ikke så gjennomtrengende, når du vet at du ikke er alene. Personligheten min følte seg alene, men Sjelen vet at dette ikke er tilfellet.

### Andre mennesker og hjelpere...

er også et emne jeg føler for å reflektere litt over. Andre mennesker er noe vi må forholde oss til gjennom hele livet, og de aller fleste av disse, har et ønske om å være behjelpelig, selv om det ikke alltid oppfattes slik. Hjelpere fra andre dimensjoner kan være enda vanskeligere å oppfatte, og det de hjelper deg med, vil du neppe kunne oppdage om du ikke er bevisst helheten av deg selv.

Den første menneskelige hjelperen som jeg bevist kom i kontakt med, utenfor fengselet, var Hilde Netland ved Bergen aura- og energisenter. Henne fikk jeg anbefalt av et godt menneske som jeg traff i fengselet, og som mente at det kunne være positivt for min utvikling, å ta noen behandlinger hos henne.

Jeg fikk vite at hun drev med healing, kanalisering, pusteøvelser for å løse opp indre spenninger og mange andre fantastiske alternative behandlingsformer. Dette virket for godt til å være sant og jeg var mer enn skeptisk til disse lite jordnære formene for behandling, noe som førte til at jeg brukte 9 måneder på å komme meg dit.

Den første timen jeg hadde med Hilde, gjorde meg sikker på at denne damen har noe å fare med. Hun satte seg til rett ved behandlingsbenken sin, for å tegne aurafeltet mitt. Jeg hadde en viss anelse om hva et aurafelt var, og jeg hadde sett et aurafotografi på Alternativmessen i Bergen, uten at jeg ble særlig imponert av det jeg så.

Hilde brukte litt tid på å tegne aurafeltet, og flere ganger følte jeg at hun studerte meg inngående, uten at det følte særlig ubehagelig. Når hun

endelig var ferdig å tegne, satte vi oss sammen slik at hun kunne forklare meg hva hun hadde tegnet, og da ble jeg virkelig imponert. På arket var det et omriss av et hode, og rundt dette hodet hadde hun fargelagt mange forskjellige felter, i alle regnbuens farger. Jeg ser på Hilde og lurte på om hun virkelig hadde sett alt dette rundt hodet mitt, og hva de forskjellige fargene og feltene betydde.

I løpet av den neste halvtimen, forteller Hilde meg om min barndom, oppvekst, mine traumer, fysiske plager og emosjonelle utfordringer, pluss mye annet som jeg ikke husker. Det er som om hun har stått ved siden av meg hele livet, og notert hver en opplevelse som jeg har hatt. Tiden renner ut i sanden, og vi blir enig om en dato for neste time, før jeg returnerer til fengselet. Det ble flere behandlinger i løpet av tiden jeg var i Bergen, og hjelper jeg fant i evnene til Hilde, er jeg usikker på om jeg hadde greid meg uten.

Hjelpere fra andre dimensjoner har jeg også hatt magiske og utviklende møter med. Utfordringen ligger i å forstå at du har hjelpere, selv om de kan være vanskelig å forstå seg på, eller å oppdage i det hele tatt.

### Ord etter tanke...

er tittelen jeg har valgt å bruke på de tekstene jeg har skrevet, siden jeg begynte på denne beviste personlige utviklingen den 13. juni 2001. Det har blitt mange tanker og lange tankerekker. De lengste og tyngste tankerekkene har dreid seg om eget liv og egne handlinger, og det er ikke få ganger jeg har fordømt meg selv og mitt destruktive sinn.

D i s s e og destruktive tankene om meg selv, har for min del vært en viktig del av utviklingen min. For når du først har kommet til et vist nivå i oppvåkningen din, så vil du finne det vanskelig å fortsette med denne selvfordømmelsen, og begynne å tilgi deg selv og din egen uvitenhet. Det var slik jeg opplevde min egen oppvåkning, som på mange måter har ledet meg fra en utagerende Yang eksistens, til en mer Yin væren, i søken etter ballanse.

Ord etter tanke, er også en passende beskrivelse på det du nå har

lest. Egentlig så er vel alt som formidles fra en person til en annen, ord etter tanke. Og dette er viktig å huske på, når vi tar de første vakkende skrittene ut av Jegets seng, og inn på Selvets område. Det første møtet mellom disse to kreftene kan bli ganske skremmende, men sjansen for at det vekker noe positivt i ens eget dyp, er overhengende. Den neste frykten kan melde seg når du plutselig begynner å mene noe du ikke har muligheten til å forklare, eller når du oppdager en forståelse du aldri før har hatt.

Det er mange trinn å gå i den trappen som jeg nå går i. Og tar jeg ikke helt feil, så begynner det å bli en del trapper rundt omkring i verden. Det er ikke alle trapper som viser den korteste veien fremover, og noen ganger går du nedover, selv om du føler at du går oppover. For å hjelpe andre til å hjelpe seg selv, eller rett og slett for å kontrollere andre, har det blitt laget mange regler og retningslinjer for



**For når du først har kommet til et vist nivå i oppvåkningen din, så vil du finne det vanskelig å fortsette med denne selvfordømmelsen.**

hvor man skal leve livet. Jeg har lest om mange forskjellige leveregler og retningslinjer, og en av disse har jeg studert litt nærmere. De Buddhistiske trinnene på mellomveien, har vært min inspirasjon til utformingen av 9 punkter for Åndelig søken og Personlig utvikling. Disse punktene beskriver noe av det jeg forsøker å praktisere i mitt liv.

Utviklende syn: Da er ens synspunkter og meninger fri for egoisme.

Utviklende streben: Da vil en ha visjoner og mål som er høyverdige og til det beste

for alt og alle.

Utviklende tale: Da snakker man oppløftende om kjente og ukjente.

Utviklende oppførsel: Da blir man rolig, ærlig og naturlig i sin fremferd.

Utviklende levemåte: For å overholde dette, må man være bevisst seg selv og sine visjoner, og vite at alle vesener har like mye rett til å oppleve kjærlighet, og å unngå lidelse, som det du har.

Utviklende anstrengelse: En må ha selvkontroll og stadig holde seg i trening, både fysisk og psykisk, og holde motivasjonen oppe i sin Åndelig søken og Personlig utvikling.

Utviklende oppmerksomhet: Da reflekterer du over din egen oppmerksomhet, før og nå, og oppmerksomt observerer deg selv i utvikling, sammen med andre.

Utviklende ekstase: Er gleden du får ved å hvile i deg selv, for deg selv, og sammen med alt det som utgjør deg selv.

Utviklende søken: Da vil en erkjenne at ballanse er noe man selv må skape, og at målet ikke nåes langs en rett linje.

### Fortsettelsen...

på mitt liv og denne historien er uklar. Den er uklar fordi jeg ikke vet hva resten av livet vil bringe. Når jeg skriver dette er jeg uten jobb, jeg har akkurat fått innvilget yrkesrettet attføring og jeg skal begynne på en gjelds sanering som skal vare i 8 år. Kontaktnettets mitt har aldri vært mindre, og mye i mitt liv tilsier at jeg burde vært ulykkelig, men det er jeg ikke.

Jeg har opplevd noen opphøyde sinnstilstander i mitt liv, som jeg lett kan forklare med bruken av eksterne stimuli. Men den sinnstilstanden som jeg nå

om dagen befinner meg i, kan ikke forklares ved bruk av kjemikalier eller andre ytre påvirkninger. Jeg kan ikke si at jeg har funnet Jesus og blitt kristen. Ikke har jeg funnet Buddha eller noen andre himmelsendte skapninger heller. Og ikke kan jeg forklare min tilfredshet med at jeg fornekter egne handlinger og opplevelser, og således lever i lykkelig uvitenhet. Det eneste jeg med sikkerhet vet, er at når et fengsel setter deg fri, er det fordi du alltid har vært fanget. Takk for oppmerksomheten.