

Denne artikkelen har stått i Ildsjelen nr. 4 - 2002

# Å arbeide med ÅNDELIGE VEILEDERE

*kanalisert fra Michael gjennom Shepherd Hoodwin.  
Oversatt av Henning Jon Grini.*

 <p><i>Shepherd Hoodwin</i></p>	<p>Denne artikkelen er et utdrag fra boken Growing Through Joy. Boken er foreløpig ikke utgitt. Artikkelen er kanalisert fra Michael gjennom Shepherd Hoodwin.</p> <p><b>Web:</b> <a href="http://www.summerjoy.com">www.summerjoy.com</a></p>
--	--



**Bildene som illustrerer denne artikkelen** er laget av Aud Grete Mullaard. Bildene hennes blir kanalisert fra mange forskjellige høye dimensjoner av energi, alt etter hva de forskjellige mennesker trenger her og nå i sin utvikling. De er også en hjelp for at vi mennesker skal visuelt få en nærmere kontakt ved å se dem som er rundt oss til enhver tid. Det er en hjelp å vekke opp den dypere hukommelsen av hvem du er og hvorfor du er her. Bildene lever sitt eget liv, der aktørene bestemmer hvordan de ser ut og hvordan de ønsker å representeres for hver enkelt. Aud Grete Mullaard lager også personlige malerier.

Tlf. 55122102 Mail: [audgrete@start.no](mailto:audgrete@start.no) Web: <http://home.no.net/audgrete>

**Å** komme til det fysiske planet stiller for strenge krav til å prøve det uten assistanse. Dine åndelige veiledere/guidere og hjelpere er vanligvis gamle venner og de er der for deg. De gir deg hjelp, større innsikt og redskaper til å håndtere de utfordringene som måtte dukke opp.

Hver person er leder for et lag som er samlet for å oppnå mål. Du organiserer ditt lag før hvert liv. Noen av dine lagkamerater innehar for øyeblikket menneskelig livsform – andre mennesker. De andre er ikke det. Disse ikke-inkarnerte vesener blir ofte referert til som åndelige veiledere, guider eller hjelpere. De fleste av dine guider arbeider ikke eksklusivt med deg. På den annen side, alle har minst en hovedguide.

Det er masse misforståelser forbundet med åndelige veiledere/guidere. En åndelig veileder er som en personlig trener. Hvis du bestemmer deg for å ansette en personlig trener som skal hjelpe deg med å trene, gjør du det delvis p.g.a. objektiviteten som vedkommende står for. Du kan vite like mye eller nesten like mye om riktige treningsteknikker, men du kan ikke se deg selv. Selvfølgelig, treningsøkten kan bli speilet, og det er tider hvor det er nyttig å se seg selv i speilet – det er derfor de henger på veggene. Men hvis du bruker all din tid på å se i speilet, vil du ikke være effektiv når du skal trene. Din trener kan også gi deg det utstyret du trenger, og når du ikke føler for å gjøre en ny økt, kan treneren minne deg på oppgaven du valgte. Åndelige veiledere utfører lignende funksjoner.

**Guider eller lærere på ethvert plan burde ikke bli sett på som høyerestående; de er kolleger.**

Da du var mellom livene, kan du ha vært en åndelig veileder for andre, inkludert de som veileder deg nå, i en rekke anledninger. De som er ganske nye i det å være en åndelig veileder gjenomgår en læretid. Man blir ikke en hovedguide før man er klar for det. Guidene lærer like mye gjennom deres partnerskap som du gjør.

Åndelige veiledere er ikke perfekte, og noen gjør bedre arbeid enn andre. Noen er mer erfaren enn andre. Generelt får du veiledning av det kaliberet du selv trenger og kan mestre. De som er på den spirituelle vei har ofte usedvanlig god veiledning fordi de kan få bruk for det.

Dine guider er vanligvis på omtrent det same sted i deres utvikling som du er, skjønt det å være ikke-fysisk utsetter dem ikke for illusjonene av en fysisk tilværelse, noe som gir dem større klarhet og objektivitet. Da du var i grunnskolen og hadde akkurat lært å dele, kunne du være bedre til å lære det til dine klassekamerater enn din lærer, som sannsynligvis for lengst har glemt hva vedkommende hadde gått gjennom for å lære å dele. Av samme grunn er det nyttig å ha guider som ikke er for langt foran deg.

Det er naturlig lagt opp slik at man hjelper hverandre langs veien. Som poeten sa, ingen er en øy. Noen mennesker er tilbøyelig til å si, ”Nei, ikke hjelp meg. Jeg vil heller gjøre det selv.” Det er helt i orden – det er tider hvor du ønsker å møte en utfordring alene, men du trenger ikke å gjøre alt selv. Å komme til det fysiske planet stiller for strenge krav til å prøve det uten assistanse. Faktisk så gjør du det aldri alene. Det finnes ikke noe slikt som å gjøre det helt alene, selv om du kan nekte å ta imot den hjelpen du blir tilbudt.

De fleste mennesker er ikke bevisst klar over at de har åndelige veiledere, men kan av og til ”høre en stemme,” for eksempel en som forteller dem om ikke å gå om bord i et fly som senere styrter. Mange av de som går om bord i flyet kan ignorere slike varsler. En kompetent guide sjekker flyene før du går om bord og vil generelt være klar over tilstanden til bilen din og din forfatning når det gjelder å kjøre den. Jobb nummer en for din hovedguide er å hjelpe deg med å holde deg i live slik at du kan gjennomføre dine livs oppgaver. Noen mennesker gjør denne jobben meget utfordrende for deres guider. Det er ikke din guide sitt ansvar å holde deg i live; de bare støtter deg i dine valg i å oppnå bestemte mål, som du ikke vil gjøre hvis du dør for tidlig.

Åndelige veiledere lever i astral substans (akkurat slik du lever i fysisk substans), så det er hoved-uttrykksmiddelet som de arbeider med deg i. Det krever enorme kraftanstrengelser for dem til å dempe deres vibrasjoner tilstrekkelig til å gjøre slike ting som å manifestere fysiske fremtoninger, så i stedet manipulerer de gjennom astral substans.

Forestill deg et spill på en fest hvor du putter på et bind for øynene og du prøver å bevege deg fra punkt A til punkt B. Din lagkamerat har jobben med å gi deg beskjed om du er varm eller kald når du nærmer deg punkt B, så når du går ute av kurs mot en vegg, sier han, ”Nei, nei, nei!” Du snur og går mot en annen vegg. ”Nei, nei, nei, nei, nei!” sier han igjen. Til slutt blir du varmere og varmere. ”Ja, ja, ja!” oppmuntrer han, så du beveger deg i den retningen. Hvis du da holder på å gå på et bord, må han instruere deg i å gå rundt og vekk fra det.



Generelt hyler ikke guidene inn i ørene dine, men de lar deg få vite om du er varm eller kald. Hvis du er i ferd med å gjøre noe som ikke er i samsvar med ditt livs mål og det ville sette deg tilbake, vil muligens din guide trekke energi bort fra den retningen. Hvis det er virkelig alvorlig, vil guiden kanskje samle en stor gruppe som kan trekke energi bort fra den retningen. Hvordan vil det føles for deg på det fysiske planet?

Sett at du blir tilbudt en jobb som, ukjent for deg, vil komme til å lede deg i noen retninger som ikke er bra for deg. Jobben ser meget bra ut for deg på papiret, inkludert en utmerket lønn. Kanskje på grunn av et blindt punkt i deg, eller informasjon som ikke er tilgjengelig for deg, ser du ikke at hovedpersonene du vil komme til å arbeide med vil være meget tappende for din energi på en tid hvor du søker å gjøre andre ting. Så du er lystig på vei til å akseptere denne jobben, og så føler du energien bli dradd bort fra den. Du kan føle det følelsesmessig: plutselig er det noe som ikke føles riktig. Du finner kanskje ut at prosessen av å bli ansatt der koker bort fordi folk blir opptatt med andre ting. De føler at energien blir dradd bort også. Dine guider kan komme til å sikre seg støtte hos de andre som er involvert og spørre om at personen som ansetter blir instruert i at det vil være negativt for deg, eller for alle det gjelder, hvis det er tilfelle. Den guiden kan utløse i hans, skal vi si ”guide” en negativ reaksjon eller aversjon mot deg.

Du har kanskje et dekk på bilen din som er gammel og har svake punkt på den. Hvis den blir overlatt til seg selv, kunne den kanskje vart en uke til, men når du går ut om morgenen til ditt andre intervju, finner du at den er flat. Guiden ville ikke ha stukket en nål i den, men kunne kanskje klare energetisk å manipulere den til en naturlig slutt ved å få den flat. På den annen side, hvis dine guider ser at der er et svakt dekk og du behøver å reise et sted, kan de sende energi heller enn å trekke energi fra det, slik at det varer frem til du får skiftet, hvis mulig.

### **Dine guider er vanligvis gamle venner.**

Vi ønsker ikke at du skal tro at ethvert flatt dekk skyldes dine guider og at enhver jobb som du ikke får er sabotert av dem. Som en god instruktør eller trener, griper de bare inn når det er nødvendig. For det meste, observerer de deg ”i å gjøre dine ting”. Hvis det ikke spiller noen rolle om du får den jobben eller ikke, vil de sannsynligvis ikke gjøre noe. La oss si at der er tre mulige jobber og de alle sammen ser like ut sett ut fra din livsplan. Hvis det ser ut som om du kommer til å få en av dem, vil de muligens ikke gjøre noen ting. Du kan komme til å se på disse tre jobbene og si, ”Jobb nummer en er egentlig, sett fra mitt synspunkt, den beste fordi den tilbyr de beste daglige aktivitetene og den gir det beste ferieopplegget. Dine guider vet kanskje ingenting om disse faktorene eller bryr seg ikke om dem fordi det ikke forstyrrer ditt livs plan. På den annen side, hvis du spør dem om å hjelpe deg med å få jobben, vil de sannsynligvis samarbeide med deg. Det er derfor de er der, og de liker å få muligheter til å utvikle deres ferdigheter. Hvis du er religiøst innstilt og ber til Gud, som vi definerer

som den altomfattende bevisstheten til universet, vil Gud sannsynligvis spørre dine guider om å gi deg en hånd. Guidene er en del av hva vi kan kalle Gud's mannskap som støtter det fysiske planet. Dine guider er i kontakt med deres guider og lærere, som igjen er i kontakt med deres, og så videre, hele veien "opp" til Gud. På høyere plan er veiledningsstrukturen forskjellig, men der er alltid hjelp tilgjengelig.

Guider eller lærere på ethvert plan burde ikke bli sett på som høyerestående; de er kolleger. Hvis du konstant sier til dem, "Gjør det du syntes er best", deltar du ikke i din egen prosess så mye som du burde. Selvfølgelig er det fint å være ydmyk og erkjenne at det er tider hvor du ikke ser hva som trengs. Hvis du spør om noe og det blir noe annet i stedet, kan det være gode grunner for det; det er bra å være fleksibel. Men du er kapteinen på skipet ditt, og ditt lederskap er nødvendig. Bli ikke avhengige av dine guider. Vent ikke på at de skal lede veien. Av og til er det nødvendig for dine guider å ta initiativet og komme med forslag – det er jo et lag, til syvende og sist; dere arbeider sammen – men du er lederen av laget.

Det er sant at guider ser ting du ikke kan. På den annen side, du kan se ting dine guider ikke kan fordi du er tilstede her på dette fysiske planet. Sett at du gjør et kjøp og du skulle gjerne hatt noen råd med hensyn til det. Dine guider kan hjelpe deg med å skjelle visse typer av faktorer. På den annen side, de ser ikke farger på samme måte som deg for eksempel. De kan se, kan man si, vibrasjonen eller astrale aspekt av fargen, og hvordan det kan påvirke deg energetisk; det er alt de er kvalifisert til å lese. Du må bruke ditt eget skjønn for å finne ut av om fargen vil "gå" der du putter den for eksempel. Du kunne kanalisere dem slik at de kan se ut på ditt fremtidige kjøp gjennom dine øyne, og de kan tenke tilbake til da de var fysiske. Da kan de kanskje si, "vi liker den andre fargen bedre." Men du må være dyktig til å kanalisere dem og de må være dyktig i å bli kanalisert på den måten. Generelt arbeider ikke guider på den måten. For øvrig, der er mer viktig hvilken farge du liker bedre.

Guider er annerledes enn lærere fra høyere plan. Vi er lærere fra kasualplanet. Vi har mange flere studenter enn en guide ville ha "guider". Der er over tusen av oss i Michael's enhet, og kollektivt har vi over 100 000 studenter, noen fysiske, noen astrale og noen få på det lavere kasualplanet. Det er en ganske høyt lærer/student tallforhold. Hvis du er vår student, så kan ikke vi konstant se over din skulder, det ville heller ikke være nyttig med hensyn til hva som er vår funksjon i ditt liv. Hvis åndelige veiledere er som personlige trenere, er vi som spesialkonsulenter. Vi arbeider allikevel med det store bildet. Når du kommer til oss med spørsmål, konsulterer vi ofte med dine guider, selv om vi husker vårt eget arbeid som guider og kan gjøre noen av de tingene som guider gjør. P.g.a. vår posisjon i forhold til deg, er der enkelte ting vi kan være veldig hjelpsomme med og andre ting hvor vi har mindre å tilby. Vi ønsker ikke å erstatte ditt forhold til dine guider. Vi er ikke en enhet med alle mulige formål! Hvis vi var alt du trengte med hensyn til rettledning og læring, ville vi være de eneste som var rundt om kring.



Vi er ikke de største "ostene". Den høyeste kilden tilgjengelig er den uendelige sjelen. På den annen side, den uendelige sjelen er svært potent men er også unødvendig det meste av tiden. Den uendelige sjelen er en legemliggjørelse av Tao som uttrykkes gjennom en av de tre høyere plan: det messaiske – Jesus manifesterte den uendelige sjelen fra det messaiske plan; det buddiske plan – Buddha åpenbart manifesterte seg fra denne energien; og det mentale plan – Lao Tsu manifesterte fra det mentale plan. Lærere fra disse tre høye planene er mer opptatt av de større spirituelle dimensjonene av livet, mens dine guider og lærere fra kasualplan er mer opptatt av den funksjonelle siden av livet. Begge er essensielt. Høyere her menes mer vidstrakt, ikke bedre. I en bedrift er det de

på toppen som tegner den generelle kursen til bedriften, og det er andre i feltet som bestemmer hvordan de spesifikke behovene skal bli håndtert. Kunne du vellykket ha en uten den andre?

Bortenfor de høye planene befinner Tao seg, og faktisk, alt dette er inkludert i Tao. Tao er Alt Som Er, men uttrykket refererer seg hovedsakelig til det som ikke er manifestert. Tao er kilden. Den skapte dette syvende-plan spillet i første omgang, og det er grunnen til at der er lagspill. Du kan si at Tao er stadiumet hvor du spiller kampen. Til slutt, ikke bare spiller alle i universet det samme spillet, men alle er på samme side. Selv om det er mange lag, er ikke spillet konkurransepreget.

Hvis du begynner å føle deg alene, husk at du er kapteinen på et fenomenalt lag. Og til slutt, du kan ikke tape. På den annen side, du kan ha mer eller mindre gøy når du spiller. Spørsmålet, ”Har vi det gøy nå?” er et godt et.

Vi bagatelliserer ikke utfordringene som dukker opp i livet; de er en del av spillet, tross alt. Men fordi de vanligvis ikke blir sett på fra et større perspektiv, blir de ofte tatt mer seriøst enn det som er nødvendig.

Lær å bruk dine guider. Spør ikke bare om deres hjelp, men også for større innsikt. Spør etter bedre redskaper til å håndtere de utfordringene som måtte dukke opp, og de vil, på en eller annen måte, komme til deg. Noen mennesker, for eksempel, beretter etter å ha gått til en bokhandel at de har blitt truffet i hodet av en bok, som senere har betydning for dem. Falle ut av hyllen, dine guider har virkelig sans for humor! Slike hendelser hjelper til med å gjøre det opplagt for deg at du er guidet og assistert.

Ditt spill – din livs oppgave – er hva du ”skrev under på”. Noen mennesker er litt for raske når de planlegger deres liv, men du hadde sannsynligvis god hjelp med ditt med ikke å ta på mer en du kunne håndtere. Noen ganger kan ting ta en uventet sving og det er klokt å trekke seg tilbake. Hovedsakelig, uansett hvordan, hvis ikke du har gått ut av din vei og skaper masse negativ karma for deg selv, er livet ditt omtrent riktig for deg med hensyn til dine evner. Hvis det ser for hardt ut, kanskje du prøver å gjøre alt alene. Det er ikke galt å spørre om hjelp hvis du oppriktig gjør alt du kan. Hjelp fra andre erstatter ikke dine egne anstrengelser. Det supplerer dem. Det er ikke ”gjør det for meg” men ”gjør det med meg”.



Noen mennesker kan ikke akseptere hjelp fra andre, selv fra deres guider, på grunn av lavt selvbilde. De tror de ikke fortjener det. De tror at de, hvis de får hjelp, tar hjelp fra andre: ”Nei, jeg vil kjempe helt alene med meg selv her. Gå heller å hjelp noen andre som virkelig trenger det. Jeg har det greit,” sier de kanskje, mens de kollapser på gulvet! Kan du forestille deg hvordan lagspillet ville bli om alle hadde denne innstillingen? ”Nei,

jeg vil ta fotballen helt av meg selv. Ja, jeg vet at tolv mennesker er i ferd med å takle meg, men det gjør ingenting. Jeg vil prøve å gjøre det alene.” Livets spill er en lagsport.

For det meste har vi fremhevet individets spill. Der er kollektive spill også. Alle på jorden er del av et kollektivt spill vi alle er enige om, og der er mellomliggende spill også. Ditt spill er del av disse større spillene. Hvis du tror at du ikke kan spille det store spillet fordi du er for opptatt med ditt eget, forstår du ikke spillet. Når du virkelig spiller ditt eget spill, spiller du det store spillet. Du kan ikke noe for det. Hva som er egnet for deg er egnet for helheten. Kanskje du er uklar om hva som er egnet for deg, men noen deler av deg vet. Hvis du spør, vil dine guider hjelpe deg å se det.

Dine guider er vanligvis gamle venner. De er ikke der for å ta avgjørelser for deg. De vil fortelle deg hva de tror, noen ganger høyt, noen ganger ikke. Aksepter deres råd med vennlighet. Ofte vet de ting du ikke vet, men ikke forutsett at de alltid har rett; det har de ikke, og hvis du automatisk følger andres råd, vil du ikke utvikle dine egne valgferdigheter. Arbeid sammen med dem og med alle andre på ditt lag. Spill din del av andres spill på den måten som føles riktig for deg. Vi er alle både lærere og studenter til hverandre fordi vi alle til sist er en. Det er store likheter mellom livets lekser fra person til person, men hver situasjon er unik. Dette sørger for den perfekte mulighet til å finslupe dine ferdigheter når livets spill spilles.

**Hvis du begynner å føle deg alene,  
husk at du er kapteinen på et fenomenalt lag.**

*Hender det at guider noen ganger går for langt og former karma?*

Guider former ikke karma i den forstand at det blir en tvingende gjeld som må betales. De går for langt fra tid til annen, akkurat som du gjør; det er en del av læringen. På den annen side, generelt er de godt trent og ført tilsyn med, deres intensjoner er gode, og deres metoder er varsomme, så det er lite sannsynlig at de vil gjøre særlig stor skade. På den annen side, hvis de gjør en alvorlig feil på din bekostning, vil de sannsynligvis ønske å gjøre det godt igjen på en eller annet måte, som en gjensidig vekselvirkning, akkurat som en venn ville. De kan bli enige om at du kan eksperimentere med noe guiding for dem, for eksempel. De kan også gå gjennom ytterligere trening.

*Hvordan kan du lære å kommunisere godt med dine åndelige veiledere?*

En god måte du kan kommunisere med dine åndelige veiledere på er gjennom meditasjon. Hvis du tillater deg selv å være i en høyt avslappet tilstand og tillater din fantasievne i å være fri, kan du rett og slett forestille deg dine åndelige veiledere. For eksempel, du spør kanskje om å kommunisere med din hovedguide. Etter at du har spurt, bare start med å forestille deg hvordan han ser ut. Hans tilsynekomst kan være hva som helst, fordi de fra høyere plan ikke har fysisk form. De fremstår for deg i den formen du er mest komfortabel med, og selv om du kanskje tror at du skaper et bilde, gjør du sannsynligvis ikke det. Aksepter uansett hvilken form som kommer til deg, enten det er en staselig Indisk prins eller en sjabby hundevalp, og begynn med å ha en samtale med din fantasi. Still spørsmål og lytt etter svar. Hvis du ikke får svar, skap dem. Etter en stund, begynner noe å flyte. Du kan ha ganske spesifikke samtaler med dine guider, men det er enklere å begynne med mer generelle spørsmål. Det er en god idé å ha en kassettpiller eller noe papir å skrive på for hånden slik at du kan ta vare på dine svar som du kan se tilbake på senere.

Dette er bare en teknikk for å komme i kontakt med dine åndelige veiledere; der er mange andre også. Husk at dine guider alltid hører deg, så du trenger ikke bli bekymret om det. Du hører kanskje ikke deres svar tilbake direkte, men de svarer deg på en eller annen måte. Din hovedutfordring er å spørre klart og tydelig.



*Er det et maskulint eller feminint aspekt hos guidene. Har kvinner en kvinnelig guide og vise versa?*

Det er ingen kjønn egentlig når du ikke er fysisk. Alle har hatt mange liv både som mann og kvinne. På den annen side er hver sjel til en hvis grad mer ladet med enten maskulin eller feminin energi. Vanligvis, men ikke alltid – regler er til for å brytes, som de sier – hvis du har mer maskulin energi, har du en høyere maskulin hovedguide, og vise versa. Du endrer dette, skjønt for spesifikke grunner. I tillegg, hvis du har mer maskulin energi men i en kvinnelig kropp, vil din guide muligens også ha høyere maskulin energi men fremstå for deg i den kvinnelige formen som den hadde i et liv hvor den kjente deg, hvis det var noen. Så, du kan ha en guide med et feminint navn eller i en feminin drakt slik du forestiller deg det, men stilen kan være mer pågående eller mer fokusert i det ytre i forhold til deg.

Hvis du og din hovedguide begge har høyere maskuline energier, har du sannsynligvis minst en sekundær guide som har feminin energi og som arbeider tett med deg med å lære deg om balansen.

**Generelt, dine guider fokuserer på de ytre faktorene i ditt liv, og din essens, det indre.**

Din hovedguide er din energileder. Din sekundærguide hjelper deg med spesielle oppgaver. Hvis du er musiker, har du kanskje en guide som arbeider med deg om musikk. Hvis du fokuserer på en spirituell retning i livet, har du kanskje en som arbeider kun med spirituelle prestasjoner. Og så videre. Hvis du ønsker en guide på et område som du ikke har noen, kan du spørre om det. Det er massevis av arbeidsledige guider som ser etter arbeid. Som vi nevnte tidligere, de mottar like mye fordel av å guide deg som du mottar fra å bli guidet. På den annen side, om du er en vanskelig ”klient”, vil du sannsynligvis få mer problemer med å finne en av det kaliber du ønsker. Selvfølgelig, det ligger lekser i det også.

Fra hva du sier vet jeg at selv da jeg var liten jente, var mine guider og lærere rundt meg. Jeg vil bare takke dere alle for det dere skaffer til veie. Det er så nyttig for alle oss her nede.

Dine guider verdsetter din anerkjennelse av deres del av ditt liv. Du har sannsynligvis funnet ut at når du gjør ting for mennesker som ikke takker deg eller viser deg noen form for takknemlighet, blir du mindre innstilt på å ønske å arbeide med dem. Spillet i seg selv er sin egen belønning, men det er viktig å takke dine guider og lærere, og alle dem i livet ditt som beriker deg. Dette åpner deg for å motta mer.



*Kan du kommentere nyttigheten av Tarot kort, runestener, og lignende? Kan åndelige veiledere hjelpe deg med å tyde dem?*

Ja. Når du arbeider med guddommelige redskaper, vil din essens (i samarbeid med guider som spesialisere seg i det spesielle systemet) fastslå, hvis du er åpen, hvilket kort, steiner, eller annet, som vil komme opp. Så kan dine guider hjelpe deg med å forstå hvilke implikasjoner det har. Det er en god måte å arbeide med dine guider.

*Kan guider bli kanalisert gjennom noen uten at kanalen er klar over det?*

Ja. Mennesker er noen ganger forståelsesfull for dine guider hvis de bryr seg om deg og ønsker å møte dine behov på den beste mulige måten. Generelt, informasjon kommer til dem intuitivt heller enn gjennom direkte, ord-for-ord kanalisering.

Av og til vil en guide eller en annen ikke-fysisk vesen se på deg gjennom øynene til et barn eller kjæledyr. Det kan kalles ikkeverbal kanalisering.

*Jeg har en schizofren tenåring som ser ut til å kommunisere med negative ikkefysiske energier.*

Dette er ikke ulikt din sønn som henger rundt medlemmer av en gategjeng heller enn med dem som støtter hans vekst. Dette er verken galt eller riktig; det er rett og slett ikke særlig utviklende. På et eller annet punkt vil han sannsynligvis bli lei av det og søke å vokse igjen. Da vil han igjen åpne opp for hans guider. Guider er som terapeuter som blir holdt oppsyn med i mange timer når de begynner sin karriere. Det kan hende de ennå ikke er blitt eksperter, men i det minste er deres intensjon vanligvis å hjelpe.

*Hvordan er forskjellen i hjelpen du mottar fra dine guider i forhold til din essens?*

Generelt, dine guider fokuserer på de ytre faktorene i ditt liv, og din essens, det indre. Dine guider hjelper deg med å åpne for din essens og gjøre ferdig dine mål i livet. Din essens, som er en del av den du er, opplever dermed ekspansjon. Din essens oppmuntrer deg til å ta deg av og løsne indre blokkeringer, og dine guider hjelper deg med å sette opp livet ditt og gjøre det lettere.

## **MEDITASJON**

Forestill deg at alle dine guider er samlet rundt deg. Se hvor vakre de er, hvor mye kjærlighet de har for deg, og hvor mye gøy de har det. Nyt å være en del av dette laget og følelsen av tilknytning det gir deg.