

The Basis of Your Life is Freedom; the Purpose of Your Life is Joy



Abraham, Esther og Jerry Hicks

En av de mest spennende og originale medium som er på jorden i disse dager er Esther Hicks som kanaliserer en bevissthet som kaller seg Abraham. Det amerikanske ekteparet Esther og Jerry Hicks har samarbeidet med Abraham i en rekke år. Esther er mediet og Jerry stiller spørsmålene. Jerry har opptak av så og si hvert ord Esther har kanalisert siden starten i 1987. Abraham er deres felles prosjekt og livsoppgave.

De har utgitt en rekke bøker i løpet av denne tiden (to av dem er utgitt på Norsk via Cappelen Damm) i tillegg til å holde en kursserie som de kaller "Law of Attraction". De holder et høyt arbeidstempo med opp til seksti kurssteder per år i inn og utland. De utgir også en serie dvd-er med utgangspunkt i kursene. Her stiller publikum spørsmål til Abraham om alt mellom himmel og jord. Dvd-ene tar utgangspunkt i spørsmål som omhandler alt fra personlige forhold, relasjoner, familie, økonomi til spirituelle og filosofiske betraktninger. Svarene er ofte overraskende og direkte. Abraham har humor og humor i massevis i likhet med Esther.

Abraham har et positivt budskap som når ut til mange mennesker på jorden. De reiser rundt i noe de kaller en monsterbuss med slagordet "Life is supposed to be fun!" malt på. Abraham sier selv at han/hun er en slags gruppebevissthet som består av mange enkelte punkter. Da Esther en gang ba om å få se Abraham var den formen han visste seg i som en stor mengde lysende punkter, nesten som en slags sverm av ilddfluer.

Noe av det som gjør Abraham så spesiell er at intet av det som blir sagt er moralistisk eller på noen måte begrensede. Budskapet er veldig positivt og der andre medier ofte snakker om dommedag og at vi må passe oss for alle katastrofene som kommer og lett gir meg følelsen av at vi mennesker gjør så mye feil og er kommet så kort, så hevder Abraham at vi mennesker er i ytterkant av universets erfaring av seg selv og at vi hele tiden er skapere og medskapere som utforsker det ukjente.

Esther Hicks og Abraham var kanskje det viktigste bidrag til budskapet som er kjent gjennom filmen "The Secret". Etter den første produksjonen trakk Abraham/Esther seg fra å være med videre fordi produsenten ga de valget mellom å gi fra seg alle rettigheter i forbindelse med sin deltagelse i produktet eller trekke seg helt ut av det. •

De som har tilgang på Internet og vil vite mer om Abraham kan gå til www.abraham-hicks.com

Av Per Henrik Gullfoss/ Briana Holberg



Det skal være godt å leve

Utdrag fra en work-shop med Abraham
i San Francisco

© www.stockxpert.com

”Det finnes ikke noe som ikke kan helbredes. Det eksisterer ikke noe som er umulig. Det som finnes er vibrasjonsmessig ubalanse med helse og helhet, det er hva sykdom er. Det finnes vibrasjonsmessig ubalanse med overflod... det er hva vi kaller fattigdom. Det eksisterer vibrasjonsmessig ubalanse med klarhet... det er forvirring.”

Du ville aldri bli oppgitt hvis du visste at alt du ønsker deg må bli til virkelighet og at alt du trenger å gjøre for å få til dette var å være i harmoni med det. Du ville aldri være oppgitt hvis du visste, som vi gjør, at når kontraster får deg til å klargjøre hva du virkelig ønsker deg, så vil Kilden, selv om du ikke snakker om det, si JA til ønsket og bli ett med det. Det er ingen mulighet overhodet for at ditt ønske ikke blir besvart i samme øyeblikk som du føder det.

Men hvis du ikke vet det og fortsatt bare ser avstanden mellom det nyfødte ønsket og realiseringen av det så kan du bli oppgitt fordi du har glemt at det helt sikkert vil skje.

Kjenn på forskjellen i følelse mellom noe du ønsker som du vet du kan oppnå og noe du føler deg maktesløs i forhold til. Den første følelsen er stimulerende og oppkvikkende. Det vi vil hjelpe deg til å forstå er dette: *Du trenger aldri mer å føle deg maktesløs når det gjelder å oppnå noe – fordi når du ber så blir det gitt, hver eneste gang.*

Det finnes ikke noe som ikke kan helbredes. Det eksisterer ikke noe som er umulig.

Det som finnes er vibrasjonsmessig ubalanse med helse og helhet, det er hva sykdom er.

Det finnes vibrasjonsmessig ubalanse med overflod... det er hva vi kaller fattigdom.

Det eksisterer vibrasjonsmessig ubalanse med klarhet... det er forvirring.

Du har indre veiledning som vil hjelpe deg å se hvilke skritt du skal ta og når på din reise. Slik kan du se (hvis du bryr deg om hvordan du føler deg) om du vandrer stadig fremover mot noe du vil like når du kommer frem. Folk vil si: ”Abraham, det kom som lyn fra klar himmel”. Og vi sier, neppe! Du har slått på den tromma i lange tider. ”Nei” svarer du. ”Jeg har ikke tenkt på det. Jeg har virkelig ikke tenkt på det spesielt forferdelige som skjedde med meg. ”Men vi sier; jo det har du: *Du har tenkt på så mange saker og ting som vibrasjonsmessig er tilsvarende som denne tilstanden av maktesløshet som du nå føler (eller sinnet du føler) at du aktiverer en vibrasjon som hindret deg fra å gå i den retningen du ønsker, og faktisk tok deg direkte til det du ikke ønsket.*

Når du føler deg vanskelig, oppgitt, tarvelig og utilstrekkelig kan du rett og

slett ikke ende opp i Lykkeland. Det er en annen vei som går dit. Når du føler deg frustrert, frustrert, frustrert, frustrert, uansett hvor du går, så venter det masse saker og ting som er frustrerende for deg. De venter med åpne armer, klar til å omfavne deg. ”Du planla å møte oss” sier de. ”Du forberedte oss på dette. Du hentet oss inn fra eteren.” Og den universelle lov om tiltrekning gjør seg den store anstrengelsen å virkeliggjøre det (vel det er egentlig ingen anstrengelse, men bare den naturlige konsekvensen av universets lover). Loven om tiltrekning fører til at du kontinuerlig møter noe som stemmer med essensen i din egen vibrasjon. Det er alle steder du er. Det er dette vi mener når vi sier

”Det er mange svinger og kryss på veien, du trenger å være bevisst og ha aktivert din egen indre veileder, så du kan vite når du svinger og girer hvordan du ønsker å rettlede deg selv og finne kursen du ønsker å holde.”

at uansett hvor du går så tar du med deg selv.

Det vi så gjerne vil ha deg til å forstå er at her er du, uansett hvor du er, og der ute et eller annet sted, er noe du virkelig ønsker. Og der et helt annet sted er det noe du virkelig ikke ønsker. Med andre ord, fremtiden kan beskrives som en lang stav med masse godsaker du virkelig har lyst på i den ene enden og masse uhumskheter du virkelig ikke ønsker i den andre. Og her står du, hver eneste dag og hvert eneste øyeblikk og tar bestemmelser rundt hvilken retning du velger å gå mot fremtiden. Dessuten blir du lett forvirret over alle kryssene og stedene hvor veien deler seg. Har du noensinne tatt en flytur, biltur, fottur, eller hvilken som helst type reise, hvor du kunne gå snorrett fra dit du var til dit du skulle? Eller er turene dine alltid opp og ned og rundt saker og ting? Er det ikke slik at du alltid korrigerer kursen for å holde den generelle retningen du ønsker? Jerry og Esther er forbløffet iblant når de ser på kartet og oppdager at veien østover faktisk ikke går østover store deler av tiden. Det er virkelig spennende å se hvor ofte den går nord eller syd, selv om hovedretningen er mot øst.

Det er mange svinger og kryss på veien, du trenger å være bevisst og ha aktivert din egen indre veileder, så du kan vite når du svinger og girer hvordan du ønsker å rettlede deg selv og finne

kursen du ønsker å holde. Selvfølgelig vil det skje uventede saker og ting. Noe dukker opp som du ikke visste om på forhånd, siden du ikke var klar over at akkurat det var i din vibrasjon. *Noen ganger ble saker og ting aktivert i din vibrasjon når du var bitte liten, når du levde sammen med andre som hadde en sterk evne til å aktivere akkurat det, og du var ikke en gang klar over at dette skjedde til du ble så gammel at du kunne begynne å se hvordan det manifesterte seg.*

Det er fantastisk at det du tenker og det du føler alltid er i vibrasjonsmessig samklang.

Det er fantastisk at det du tenker og det du føler – og det som blir manifestert alltid er i vibrasjonsmessig samklang. Men hvis du venter med å korrigere retningen til noe allerede har blitt til virkelighet, blir det hardere å gjennomføre korreksjonen. Vi kan si at bevisstheten om hva som foregikk da først kommer etter at det har skjedd, også kalt etterpåklokskap.

Det er mye mer effektivt når du klarer å korrigere deg selv underveis gjennom å være i kontakt med hva du føler. Da kan du stoppe midt i fortvilelsen og si til deg selv: ”Jeg er i ferd med å marsjere rett inn i noe jeg ikke kommer til å like når jeg kommer dit. Kanskje jeg kan finne en litt bedre måte å forholde meg til dette på?”

Dette er hva vi virkelig vil at du skal forstå. Vi forventer ikke at du skal, siden det aldri er noen som har gjort det, gå direkte fra fortvilelse til total lykke – det skjer rett og slett ikke. Vi forventer heller ikke at du øyeblikkelig justerer kursen. Vi forventer ikke at du skal teleportere deg selv dit du ønsker å være. Dette er en fysisk tid/rom virkelighet, hvor du har denne fantiske bufferen av tid. Dermed har du masse tid til å få deg selv i harmoni med det du virkelig ønsker å komme til. Hver eneste anstrengelse for å forbedre saker og ting, vil føre til manifestasjon av små forbedringer som reflekterer innsatsen din, Selv om du ikke er kommet dit du



Abrahams grunnprinsipper for livet:

1. Du er en fysisk forlengelse av det som er ikke-fysisk.
2. Du er her i denne kroppen fordi du har valgt å være her.
3. Basis for ditt liv er frihet; meningen med ditt liv er glede.
4. Du er en skaper; du skaper med alle dine tanker.
5. Alt du kan forestille deg kan du være, gjøre eller ha.
6. Når du velger dine tanker, vil dine følelser guide deg.
7. Universet forguder deg fordi det kjenner alle dine intensjoner.
8. Slapp av og vær deg selv. Alt er bra. (Det er virkelig det!)
9. Du er en skaper av tankebaner på din unike vei til glede. Det er ingen begrensning på din fantastiske reise i opplevelser.
10. Gleden er ditt hovedfokus i alle dine handlinger og i forholdet til det du eier.
11. Du kan forlate kroppen din uten sykdom eller smerter.
12. Du kan aldri dø; du er evig liv. (Ha det moro med alt dette! Det kan aldri bli feil og det, og du vil aldri bli ferdig.)

Oversatt av Briana Holberg

ønsker å være, så vil du se at du nærmer deg. (Dette har ikke det minste snev av lureri i seg.)

Du opplever kanskje at du selv uavlatelig står ved en skillevei, siden det alltid er mulig å finne en vei som kjennes bedre. Med andre ord, *hadde det ikke vært fint hvis? Eller jeg gjør det beste ut av det.* Men selvfølgelig finnes også muligheten til, *ville ikke det vært forferdelig? eller å gjøre det verst tenkelige ut av situasjonen.*

Med andre ord. Valget er ditt.

Vi ser at mange av dere (fantastiske skapninger som dere er) om og om igjen gjør det verste ut av situasjonen. Vet du hvorfor du gjør det? Intensjonen er ofte den beste. Du gjør det verst tenkelige

håper du griper denne muligheten til å forme din egen vibrasjon. For som du griper muligheten til å forme din egen vibrasjon i forhold til det... og det... og det... vil du ikke bare føle deg bedre og bedre. Du vil ikke bare møte flere vennlige mennesker og få andre til å føle seg oppmuntret istedenfor nedtrykket. Du vil også oppleve at din reise blir lysere og lysere. Og... husk... virkeligheten du strekker deg mot... folkene du treffer underveis... er som krysningspunktene du møter i dine veivalg.

Du er skaper av din egen virkelighet fordi det er du som velger tanken du holder akkurat nå.

Ikke vær så streng mot deg selv. Hvis du står på et sted hvor du føler at arme-

langer du ut mot ting som vil forsterke følelsen av sinne, frustrasjon, misnøye og frykt. Med andre ord:

Det du føler vil gi der mer av det som gir deg samme følelse som den du har.

Jo bedre det blir, jo bedre blir det, jo bedre blir det. Jo verre det blir, jo verre blir det, jo verre blir det. Du kan ikke unngå universets kosmiske lover – vær så snill, slutt å prøve på det. Stopp med å bruke handling og ord til prøve å skape det som dine holdninger, stemninger og vibrasjoner egentlig skaper. Med andre ord, form deg selv til det du ønsker å være. Gjør det vibrasjonelle arbeidet før du gjør handlingen, og handlingen vil kreve en brøkdel av det den krevde før.

”Du vil gjerne kunne kreve av verden at den gir deg det du ønsker. Vi sier, verden kan ikke gi deg det du krever. Verden gir deg det du fortjener. Verden kan ikke gi deg det du krever, verden gir deg det du tilbyr vibrasjonsmessig.”

ut av saker og ting, fordi på et hvert nivå av din eksistens så forstår du at du egentlig skulle ha det bra og at ting burde gå bra for deg. Og når det ikke gjør det så klikker det litt for deg på ganske så dyptliggende steder i deg selv... det er noe som gir deg lyst til å hyle, ”Noen burde få vite at dette er feil! Noen burde fikse det her så livet mitt blir bedre.” Dette er ikke slik det er ment å være. Du var jo født med løftet om at det skulle være bra. Du ble født med viten om at du er universets midtpunkt. Du er født med viten om at ressursene til Alt-Som-Er, ville støtte deg fullt og helt. Vi forstår din forskrekkelse når noe blir fullstendig feil. Vi forstår hvor frustrert og maktesløs det kan få deg til å føle deg. Alt vi ønsker å si til deg er:

”Hvert eneste øyeblikk, hver eneste dag, står du overfor disse valgene som kan ta deg nærmere noe du ønsker, eller lengre bort fra det.”

Du vil gjerne kunne kreve av verden at den gir deg det du ønsker. Vi sier, verden kan ikke gi deg det du krever. Verden gir deg det du fortjener. Verden kan ikke gi deg det du krever, verden gir deg det du tilbyr vibrasjonsmessig. Og ingen andre kan endre på den vibrasjonen du tilbyr enn deg selv. Vi tenker at grunnen til at du kanskje ikke er så flink til det... enda... er fordi du ønsker å forandre for mye for raskt. Du ønsker at virkeligheten øyeblikkelig skal forandre seg fullstendig. Vi

ne dine er hogd av og du har tatt i mot mange harde slag fra livet og føler deg forferdelig. *Ikke føl deg elendig og utilstrekkelig på grunn av det. Ikke bebreid deg selv fordi du ikke klarer å velge den flotteste tanken du noensinne har tenkt. Men rett og slett se etter den beste tanken du kan finne akkurat her og nå. Med andre ord, sving varsomt og rolig i den retningen du virkelig ønsker å gå.* Og før du vet ordet av det blir veien lysere og vakrere. Menneskene rundt deg vil se det og si. ”Du vet du forbløffer meg. Ting synes å ordne seg for deg uansett hvor du drar. Hvorfor er det sånn?” Og du kan svare. ”Det er fordi jeg forventer at det skal være slik.” mange vil svare, ”hææ.” De ønsker ikke å høre om hvordan du forventer at ting skal gå bra. De vil si: ”Det kommer nok av at du er rik, eller av at du alltid har flaksen med deg.” Vi lover deg at ingen i omgivelsene kan kaste deg ut av sadelen eller holde deg i den. Det er ingen i verden som kan gå veien din for deg, for som du skjønner; Dere er alle like rike som alle andre fordi dere alle har universets uendelige ressurser rett foran dere. Når du tar deg tid til det og bryr deg nok om det til å bruke tiden til å finne tanker som føles bedre... så er du på vei mot noe som vil glede deg. Hvert eneste steg du tar er et steg mot virkeliggjøring. Og hvis du har gode følelser mens du er underveis... så marsjerer du stødig frem mot noe som vil fryde deg når du kommer dit. Hvis du er frustrert, misfornøyd og utilpass, sint, hatefull, fryktsom, deprimert... så

Hvis du tar deg tid til å få de riktige vibrasjoner og frekvenser først, trenger du å bruke langt mindre tid og krefter på selve handlingen. Du begynner å oppdage at det som er viktig for deg bare kommer til deg eller skjer, siden universet ligger rett ved fingertuppene dine. Universets alver er der for deg. Du er i sentrum av noe veldig stort, som ønsker å tilfredsstille deg.

Når du gjennom din storslåtte tolkning og forståelse av motsetningene føder en rakettkraft av ønsker så vil den raketten bli lagt merket til, forstått og støttet av alle universets ressurser. Fra det øyeblikket er alt du trenger å gjøre å komme i vibrasjonsmessig samstemthet med det du spør om. (Er ikke det kjekt å vite?)

Det er tre trinn på denne skapende prosessen.

Første steg

Du trenger ikke å bekymre deg om kontrastene som gjør at du tar dette steget. Kontrast får deg til å ønske, fokusere eller foretrekke noe fremfor noe annet.

Annet steg

Dette er egentlig ikke din sak. Opphavet og alle opphavets ressurser svarer på din anmodning. Det er det som kalles vibrasjonsmessig harmoni. Det er noe som skjer øyeblikkelig gjennom den kosmiske loven om vibrasjon.

Tredje steg

Dette er din egentlige oppgave. Og det tredje steget går ut på følgende: *Kan jeg akkurat nå finne en tanke som føles litt bedre enn tanken jeg hittil har tenkt?* Dette er hele det tredje steget! Å finne en tanke som får meg til å føle en vibrasjon (eller følelse hvis du foretrekker det) som gjør det lettere. Du kan tillate det du ønsker, eller ikke tillate det! Du kan tillate det du ønsker eller du kan

motarbeide det. Når du svinger i retning av det du ønsker tillater du det. Når du svinger i retning av ting du ikke ønsker praktiserer du kunsten å motarbeide deg selv. Og hver eneste dag, hvert eneste øyeblikk er en perfekt refleksjon av hvor du har valgt å svinge og dreie. •

Oversatt av Per Henrik Gullfoss
gullfoss@hebb.no

*Livet jeg lever
er skapt av
historien jeg
forteller*

”Du er skaper av din egen virkelighet fordi det er du som velger tanken du holder akkurat nå.”

