

DET

---

ENESTE

---

SOM VIRKELIG  
HAR BETYDNING

## Neale Donald Walsch på norsk:

### Bøker

Himmelske samtaler - bok 1

Himmelske samtaler - bok 2

Himmelske samtaler - bok 3

Vennskap med Gud

Samhørighet med Gud

De nye åpenbaringene

Morgendagens Gud

Hjemme hos Gud

Lysbringere

Den lille sjelen og sola

Stormen før stillheten - bok 1 i serien *samtaler med menneskeheten*

Det eneste som virkelig har betydning - bok 2 i serien *samtaler med menneskeheten*

### Filmer

Himmelske samtaler

Neale Donald Walsch i Bergen (4 dvd'er, ikke tekstet)

•

*Les mer om Neale Donald Walsch og materialet på:*

**[www.walsch.no](http://www.walsch.no)**

NEW YORK TIMES BESTSELGENDE FORFATTER  
NEALE DONALD WALSCH

DET  

---

ENESTE  

---

SOM VIRKELIG  
HAR BETYDNING

Bok 2 i SERIEN

---

*samtaler med menneskeheten*

---

Oversatt av Per Henrik Gullfoss



Original English language edition published by Emnin Books and Hay House, Inc.  
Copyright © 2012 by Neale Donald Walsch.  
Norwegian-language edition copyright © 2013 by Ildsjelen. All rights reserved.

ISBN: 978-82-8141-030-5

1. opplag 2013

Originalens tittel: The only thing that matters

Oversatt av Per Henrik Gullfoss

Materialet i denne publikasjonen er  
omfattet av åndsverklovens bestemmelse.  
Ingen del av denne publikasjonen kan kopieres eller  
mangfoldiggjøres uten tillatelse fra Ildsjelen Forlag.

Omslag: Henning Jon Grini/Briana Holberg  
Layout og korrektur: Henning Jon Grini  
Illustrasjoner omslag: colourbox.no  
Trykket hos Merkur Trykk

Ildsjelen forlag 2013  
[www.ildsjelen.no](http://www.ildsjelen.no)



*Denne boken er dedisert til Em Claire. Den amerikanske poeten hvis stemme har ført til et nytt nivå av klarhet, følelser, innsikt, ærlighet og skjønnhet og slik avsluttet ensomheten for tusener av mennesker rundt omkring i verden. Jeg er takknemlig for gavene hun har gitt oss alle og til meg personlig gjennom å være min kone, kjæreste, venn og sanne følgesvenn på en måte som har forandret mitt liv og holdt mitt hjerte.*

# INNHold

## DEL 1

- 13 Sjelen Din Vet Nøyaktig Hva Den Holder På Med
- 16 Kan Du Tro Dette?
- 20 Det er Viktig At Du Vet At Du VET At Du Vet
- 23 Du Er I Ferd Med Å Bli En Forfatter

## DEL 2

- 31 Tilbake til begynnelsen
- 37 Mer som skal Huskes
- 41 Videre fra «Spar meg»!
- 45 Uventede Nyheter om Kropp og Sinn
- 51 Om Snøfnugg og Trær
- 57 Det er mer å huske
- 61 Det Viktigste Spørsmålet i Ditt Liv
- 64 En Fullbyrdet forklaring av «Fullendelse»

- 70     Utviklingen Stopper Aldri
- 75     Veien, Målet og Meningen
- 82     Hvordan det hele virker
- 88     Å Gjøre Livet Enkelt
- 95     Vi Samler Bitene
- 102    Kartet

## DEL 3

- 107    Bør man virkelig bruke et helt liv bare til å betjene sine  
        ønsker
- 112    Det som Ikke Er Sjelens Vei
- 115    En titt På Det Man Begjærer Og Hva Man Gjør På Stien
- 118    Hvem Er Du Og Hvem Er Jeg?
- 121    En Utfordring Fra En Forfatter til En Annen
- 124    Å Ta Spranget
- 129    En Demonstrasjon av Den Frie Vilje
- 131    Tiden Er Inne For å Slutte å Streve

- 138 Du har akkurat fått lagt en enorm kraft i dine hender
- 143 Ta enda større utfordringer - Frivillig
- 146 Kan Følelser Velges?
- 151 Å Vite om Redskapet Er En Ting,  
Å Bruke Det En Annen
- 155 Ditt Største Valg - Noensinne
- 158 En ny gave, Et nytt redskap
- 164 Hvor Høyt Ligger Lista?
- 171 Et Siste Redskap
- 176 Mental Nullstilling
- 180 Opprettholdelse av Forbindelsen Mellom Sinnet og Sjelen
- 186 Den Første Gaven
- 192 Litt mer om Basale Instinkter
- 195 Et siste spørsmål, Et Siste Svar
- 202 La Sjelen Snakke Til Deg
- 214 Etterord
- 219 Tillegg



*Livet har mening og innhold  
som alle lengter etter å kjenne.  
De fleste vet ikke helt hva det er.*

*Vi har blitt fortalt at menneskehetens  
dypeste instinkt er overlevelse.  
Det er slett ikke vårt dypeste instinkt.*



## DEL EN

Fire korte samtaler.

Dette er begynnelsen på en mer omfattende utforskning som du har lengtet etter i lengre tid.



# Sjelen Din Vet Nøyaktig Hva Den Holder På Med

KJÆRE MEDREISENDE. Det er vidunderlig at du har kommet hit.

Det er noe du vil vite og noe du vil gjøre og Livet forstår dette. Det er derfor du leser dette.

Her kommer det du gjerne vil vite...

*98 % av verdens mennesker  
bruker 98 % av tiden sin  
på ting som er uvesentlige.*

Du har vært en del av de 98 %. Nå er du det ikke lengre. Fra og med i dag velger du å bruke tiden din På Det Eneste Som Virkelig Har Betydning. Spørsmålet er, *hva er det?*

Det du ønsker å gjøre er følgende...

*Finne ditt svar  
på det spørsmålet.*

Det krever en dyptgående utforskning av Selvet. Du er kommet til rett sted for å foreta en slik bemerkelsesverdig reise. Stol på det. Hvis du ikke hadde vært på riktig sted, så ville du ikke vært her. Tro ikke at du har kommet til denne boken gjennom noen tilfeldigheter.

Tro ikke det.

Tenk dette: *Min sjel vet nøyaktig hva den holder på med.*

Tenk også dette: *Min sjel vet allerede hva det er som virkelig har betydning.*  
Det er dermed ikke et spørsmål om å «finne» svaret, det er et spørsmål om

å *huske* det. Det er ikke en prosess av oppdagelse, men en prosess hvor du avdekker. Disse dataene trenger ikke å *gjennomsøkes*, men å *gjenvinnes*.

---

La oss begynne med dette.

Noe svært uvanlig skjer på planeten akkurat nå. Du har helt sikkert lagt merke til det. Det skaper muligens flere utfordringer og løse biter i livet ditt, ja kanskje til og med omfattende omveltninger. Antagelig legger du merke til at det samme skjer med mange andre.

En stund har du kanskje tenkt at det kun er fantasien din som spiller deg et puss og at saker og ting ikke virkelig er så forandret. Du tror kanskje du bare er litt trett, overivrig eller overfølsom.

Men hver dag som lesser opp nye hindringer og utfordringer og mens stadig flere personlige saker trengs å konfronteres og helbredes gjør det klarere at det hverken er en fantasi eller en overdrivelse.

Du spør kanskje: «Hvorfor skjer alt dette? Hva er det jeg gjør gærnt?»

Her er svaret...

Du gjør slett ikke *noe* galt.

MEN... det foregår noe svært uvanlig i ditt liv og overalt ellers på planeten akkurat nå.

---

Kall det et skifte i energi. Kall det en kosmisk syklus. Kall det en overhaling av menneskeheten eller akkurat det du ønsker. Men du kan være trygg på at det som skjer på jorden akkurat nå er veldig virkelig. Det berører våre liv fysisk, spirituelt og emosjonelt. Noen liv berøres mer enn andre, men ingen er immune.

Størrelsen på denne erfaringen er verdensomspennende. Snakk med alle mennesker. Bare spør dem. Snakk med hvem du vil, hvor du vil. De vil fortelle deg at; Ja, livet har vært litt hulter til bulter i det siste. Mer enn det som er vanlig og normalt. For noen har omveltningene vært større enn noensinne.

Det er en fare i dette. Faren er ikke det som skjer, men hvordan du *kon-*

*struerer* det som skjer. Faren er at du tolker det som skjer som «ille» og handler ut i fra frustrasjon og frykt, eller til og med sinne (som er Uttrykt Frykt) og dermed gjør nettopp det motsatte av det som ville tjene deg best.

Den største faren er at du på grunn av denne misforståtte oppfatningen vil gå glipp av en mulighet som bokstavelig talt bare banker på døren din en gang.

Den gode nyheten er at din sjel gjør alt den kan for å sørge for at du ikke går glipp av dette. Den jobber med saken akkurat nå, *i dette øyeblikket*. En siste gang.

Innbiller du deg at det er en *tilfeldighet* at du leser dette...?

## 2

# Kan Du Tro Dette?

LIVET ELSKER DEG. Det virker kanskje ikke slik akkurat i øyeblikket, du trekker kanskje på smilebåndet når du hører det, men Livet elsker og støtter deg. Det er derfor *du akkurat i dag mottar en helt spesiell invitasjon fra Livet.*

Det er mulig at du kan sanse og føle denne invitasjonen – på samme måte som du noen ganger i morgenslumringen sanser at det er på tide å våkne.

Har du noensinne hatt den følelsen? Det skjer ikke noe spesielt. Det er ingen klokke som ringer. Ingen har kommet inn i rommet for å vekke deg. Det eneste som skjer er denne indre viten om at: *Det er tid for å våkne.*

Kanskje du opplever at en dempet opphisselse våkner i ditt indre og gir deg et stadig sterkere behov for å reagere på den milde men vedvarende indre røsten som fortsetter å hviske...

... DET TRENGER IKKE Å VÆRE PÅ DENNE MÅTEN.

---

Den indre stemmen har rett. Ditt liv trenger ikke å være en rekke av bekymringsfulle utfordrende kriser som innbefatter økonomi, forhold, helse eller familie – eller alle på en gang. For den sakens skyld kan det hende at det noen dager ikke kommer av noe spesielt... du bare plages av denne innstendige følelsen av at *ting ikke er som de skal.*

Det er heller ikke slik at den store verden hele tiden må fylles av katastrofer som overvelder regjeringer, politikken, handelen og økonomien, miljøet, den økologiske balansen, kulturene og religionene.

*Lytt til stemmen...*



... DET TRENGER IKKE Å VÆRE PÅ DENNE MÅTEN.

Dette er ikke ønsketenkning. Det er din tilstedeværelse som snakker.

---

Det som skjer i ditt liv akkurat nå er at din tilstedeværelse vokser – og nå hører du dets stemme.

Vel, strengt talt så er det ikke mulig at din tilstedeværelse kan «vokse». Din tilstedeværelse er slik den er; den vokser seg ikke stadig større. Det kommer av at Din egentlige tilstedeværelse hviler i din Sjæl og Sjelen din blir det ikke mer av. Den blir ikke «mer» enn det den alltid har vært og er i øyeblikket.

Det er det tenkende Sinnet som utvider seg. For å lette forståelsen kan vi si at Tilstedeværelse hviler i sjelen mens Oppmerksomheten hviler i Sinnet.

For å beskrive det som skjer i ditt liv på en annen måte. Du er i ferd med å gi din Tilstedeværelse mer Oppmerksomhet. Å være Tilstede er en sak, men det er noe helt annet å være Oppmerksom på hva du er Tilstede i (istedenfor å overse det, som de fleste stort sett gjør).

Det som utfolder seg i ditt liv akkurat nå er at din Tilstedeværelse vokser – og nå hører du hva den sier. Blandingen av de to (Oppmerksomhet og Tilstedeværelse) er det vi kan kalle Bevissthet. Når sinnet tar hensyn til sjelen og Sinnet og Sjelen har de samme informasjonene og de samme ideene og perspektivene så kan du sies å være fullt bevisst.

Sagt i klartekst så ekspanderer Bevisstheten når Sinnet blir Oppmerksom på Sjelens tilstedeværelse.

---

Men det fører til at en ny fare for feiltolkning entrer scenen. Din økte Bevissthet medfører *en forsterket sensitivitet til alle sider av livet*. Det har uten tvil medført at Livets *virkning* på deg er forsterket – noe som kan kjennes som om *alt står i veien* for deg. Det kan føles som det meste blokkerer for indrefred, siden akkurat den typen opplevelser som du tok på strak arm for en liten stund siden nå kjennes som om det rett og slett er «for mye».

Du undrer antagelig på hva som foregår og hvorfor du ikke håndterer saker og ting like lett som tidligere. Det hele er egentlig ganske enkelt. Du er ikke i ferd med å bli mer udyktig. Tvert i mot så blir du flinkere til saker og ting. Men du er i ferd med å vokse inn i en tilstand hvor Livet kaller deg til å stadig oftere være mer oppmerksom på flere saker.

Legg så til det faktum at du får langt større mengder data presentert som du kan bli bevisst over - (i dag har en 15-åring mer informasjon tilgjengelig enn det Amerikas president hadde tilgang på for noen år siden) - begynner du å ane utfordringen?

Det tar ikke en gang slutt der. Flere ting synes å gå i oppløsning over hele linja, samtidig – det strekker seg fra økonomiske systemer til politiske systemer til sosiale systemer, ja til og med været.

Her står du, midt i En Perfekt Storm: En samling av ekspanderende krefter, forstørrede erfaringer og hurtig eskalerende negative hendelser som skaper noen meget interessante tider. For å si det på en lavmælt måte:

Noen

Veldig

Interessante

Tider.

Det er som den åndelige veileder Mary O'Malley uttrykker det på en kortfattet og vidunderlig måte. «Det som er i veien *er* veien.»

---

Grunnen til at livets hendelser for så mange synes å *stå i veien*, skyldes at så mange ikke har peiling på hvor de er *på vei*. De vet ikke at på den stien de hadde til *hensikt* å følge, så er det ingen hindringer.

Hindringene folk møter har ikke plutselig og nådeløst blitt kastet ned rett foran dem av livet. Saken er at de reiser på den veien som allerede er full av hindre og sperrer. Men hvorfor? Hvorfor velger folk den veien som har alle omkjøringene, hullene, stabbesteinene og farene... og som til slutt viser seg å være en blindvei?

Det kommer av at de har fått veldig dårlige instruksjoner, eller følger et elendig kart.

Folk har blitt fortalt at den veien de bør gå, slett ikke er den de egentlig har kommet hit for å følge. Det er årsaken til at 98 % av verdens folk bruker 98 % av tiden sin til å gjøre ting som er betydningsløse. Straks du snur på det, så snur du om på livet.

### 3

## Det er Viktig At Du Vet At Du VET At Du Vet

DETTE VET DU FRA FØR. I dypet av ditt vesen gjenkjenner du det som akkurat er sagt. Din hensikt med å komme til disse sidene er ikke å finne ut noe du ikke vet, men å minne deg på noe du vet – slik at du kan vite at du vet.

«Å vite at du vet» er et hovedsteg for å leve med fokus på Det Eneste Som Virkelig Betyr Noe. Du har kanskje glemt at du Vet at du vet. Men den første Gjenkjennelsen som vises deg retter på det. Den aller første Gjenkjennelsen er å vite at du vet. Nå Husker du at du vet at du vet – for nå har du husket at du husker.»

Det vil komme mange andre like viktige Gjenkjennelser i den utforskningen vi har foran oss. Disse Gjenkjennelsene – som du kan kalle «Sjelens Viten» - er nøyaktig det sjelen førte deg hit for at sinnet skulle møte.

Så du vil kanskje holde telling med dem?

---

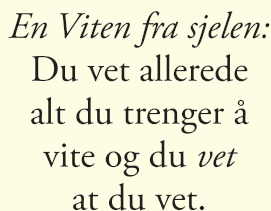
Det er umulig å overdrive betydningen av å «vite at du vet». Å huske at du vet frisetter deg øyeblikkelig fra enhver tanke om hjelpeløshet, håpløshet og humørløshet. Men med en gang du vet at du vet, så vil du ønske å finne ut nøyaktig hva det er du vet. Sinnet ønsker å finne ut hva det er Sjelen allerede er klar over.

Din dypeste innsikt ligger i sjelen, for innsikt stiger frem av viten og den sanne viten finnes i sjelen. Sinnet lagrer erfaring – som feiltolkes som viten. Nå sier du kanskje: «Hvordan kan jeg få tilgang på all denne Viten som det sies at jeg har?»

Spørsmål er berettiget. Det er et godt spørsmål. Hva er svaret? Den letteste måten å gjenvinne informasjonen om livet, som du allerede besitter (men kanskje har glemt at du har – eller glemt hvordan du henter frem) er å fremskaffe den. Eller sagt på en annen måte. Ta den opp. Plasser den som den første av tankene dine.

Dette kan du gjøre på to måter.

Den ene er å samle den fra en plass som er utenfor deg selv. Det er hva det virker som om du holder på med akkurat nå! En annen metode er å samle informasjon fra et sted som er inni deg. Det er det du virkelig holder på med akkurat nå. Det *virker* som om du gjør det første, mens du i virkeligheten gjør det andre.



*En Viten fra sjelen:*  
Du vet allerede  
alt du trenger å  
vite og du *vet*  
at du vet.

---

Du inviteres til å møte deg selv – det er akkurat det du kom hit for å gjøre. (Hva du kom til jorden for å gjøre, ikke bare til denne boken. Men det vil bli demonstrert og utspille seg i denne boken på en svært uvanlig måte.)

En av de tingene du allerede vet, men som du inniblant glemmer er at *intet skjer ved en tilfeldighet*, siden det faktisk ikke finnes noe slikt som *tilfeldigheter*.

Siden du vet at dette er sant, så er det ikke et sjokk for deg at denne boken dukker opp i livet ditt på eksakt dette tidspunktet. Det var selvfølgelig heller ikke hensikten at det skulle være et sjokk. Det skulle være en bekreftelse. Det er absolutt på sin plass med en bekreftelse på nøyaktig denne dagen, siden det er krefter, situasjoner og omstendighet i livet ditt akkurat nå som har utfordret deg til å stille spørsmål med alt du vet – eller rett og slett fornekte det du trodde du visste.

Ikke Gjør Det.

Ikke.

Gjør.

Det.

Det vil ikke tjene deg.

*Dette* vil tjene deg.

Å bevege seg fullt og helt inn i dette øyeblikket og denne erfaringen vil tjene deg.

Stol på at sjelen vet hva som vil tjene deg som neste steg. Når sannhet skal sies så er det nøyaktig *derfor* det som hender er det *som hender*.

## Du Er I Ferd Med Å Bli En Forfatter

BARE VENT TIL DU SER hva som skjer. Du vil ikke tro det som hender.

*Du skal skrive denne boken.*

Du kunne si, «Det er det rene pølsevev. Jeg leser denne boka, jeg skriver den ikke».

Men bare vent. Magi er i ferd med å utspille seg.

---

Har du noensinne hørt påstanden: *Vi er alle ett?* Selvfølgelig har du det. Du har antagelig hørt det tusenvis av ganger. Men har du noensinne vurdert hva det ville si hvis det virkelig var *sant?* Ikke bare teoretisk, men faktisk og funksjonelt?

Vel, det *er* sant.

Virkelig.

Faktisk.

Funksjonelt.

Det finnes ingen andre enn deg i forskjellige fasonger og utgaver. For mange høres dette til å begynne med ut som ville spekulasjoner og alt for abstrakt til å kunne brukes som en praktisk beskrivelse av virkeligheten. Men sett i en større sammenheng... en veldig stor sammenheng, begynner det å falle innenfor de ytre rammene for det som er mulig.

La oss se på det.

Vi er alle laget av det samme «stoffet», som kommer fra den Første Kilden. For å bruke en analogi. Når havet ble til og deretter utvidet seg ble det ikke skapt fra noe annet enn dråper. En dråpe i havet er det samme som havet.

Dråpen er havet i en liten utgave. Ikke en eneste dråpe er noe *annet enn* havet.

Alle dråpene i havet er En Sak: HAVET.

Det ville derfor ikke være feilaktig hvis en dråpe i havet sa til en annen dråpe i havet. «Vi Er Alle Ett.» Den andre dråpen ville ganske enkelt svare. «Selvfølgelig er vi det.» Selv om vi er enkeltdråper så betyr ikke det at vi er

noe annet enn hverandre. Det betyr heller ikke at vi er noe annet enn det vi er en individualisering av. Vi er alle Havet i individuell utgave.

*En Viten fra sjelen:*  
Vi er alle det samme  
i individualiserte  
utgaver.

Dette gjelder også mennesker. Vi er det samme i individualiserte utgaver. Vi er ikke atskilt fra det vi stiger frem av, ei heller er vi «noe annet» enn hverandre.

---

Du tenker muligens, «Det var jo en fin modell, men den kan på ingen måte brukes i den virkeligheten som utgjør våre daglige liv».

Det er forståelig hvis du tenker slik. Det virker jo tross alt som om vi er atskilte individer, selv om vi egentlig ikke er det. Det er i hvert fall sikkert at vi oppfører oss som separate individer – selv om vi alle kommer fra det samme. Vi oppfører oss så mye som separate individer at når noen Deler av Oss forteller *andre* Deler av Oss at Vi tror at det bare er En av Oss, så vil de andre Delene av Oss le av Oss.

Hvis vi deretter insisterer på at Vi Alle er Ett så vil de andre Delene av Oss gjøre mer enn å le av Oss. De ville stue oss bort et sted slik at Vi ikke kunne Smitte resten av Oss. Og hvis det ikke fikk oss til å slutte med tullet... vel... da ville de se seg nødt til å gå til mer drastiske tiltak.

Hvorfor? Hvorfor alt dette illevarslende stoffet som virker som om det er tatt fra en dårlig film. Rett og slett fordi ideen om at Vi All Er En virker forstyrrende på alle de umodne eplekartene i verden.

Det ville helt sikkert forstyrre den globale økonomien. Hva skulle vi gjøre da?

Det ville forstyrre den globale politikken. Hva skulle vi gjøre da?



Det ville forstyrre verdenssamfunnet. Hva skulle vi gjøre da?

Og... Her kommer det... pass på... Det ville helt hundre prosent bombesikkert forstyrre vår globale teologi... Hva skulle vi gjøre da? Alt vi trodde var sant ville vise seg å ikke være det. Alt vi ikke trodde var sant, ville vise seg å være det. Hvordan skulle vi kjempe for oss selv og våre egne rettigheter? Hvordan skulle vi kunne kjempe for det som var rett. Hvordan skulle vi kunne rettfærdiggjøre at vi *dreper* hverandre i rettfærdighetens navn, hvis vi trodde at vi tok livet av *oss selv* på grunn av noe som ikke en gang var sant?

---

Kanskje vi bare skal droppe det hele? Rett og slett viske ut konstateringen:

Vi Er Alle Ett.

Glem at Vi sa det.

Tillat deg selv å møte dette materialet som om noen andre skrev det og du bare leser. Kanskje er det nok for første møte med denne boken. Det er trygt og derfor er det kanskje det beste. I det minste ennå. Kanskje kan vi komme tilbake til dette litt senere... for eksempel om 10 kapitler... etter at det har blitt skapt et bedre fundament...

Eller kanskje ikke. Vi får se.

Men stopp litt. Det er absolutt nødvendig, siden det er denne bevisstheten som skaper den eneste sammenhengen som gjør det mulig for Det Eneste Som Virkelig Betyr Noe å stige frem som en erfaring i våre liv. Derfor vil du før vi er ferdig med dette bli invitert til en opplevd erfaring av at Vi Alle Er Ett - *siden du skal skrive denne boken.*

Men vi kan vente litt.

---

La oss gå tilbake til den opprinnelige litterære forestillingen. Den som antar at noen andre har skrevet boken og at du bare leser den. La oss akseptere denne ideen og gå tilbake til det opprinnelige spørsmålet. Hva er det *egentlig* som teller? Og... hvis du virkelig bryr deg aller mest om det... hva da med resten av ditt liv?

Hvordan leve i denne verden uten å gi oppmerksomhet til de sakene som

du er vant til å bruke 98 % av tiden på? Skal du bosette deg i en hule? Gå i kloster? Eller rett og slett melde deg ut som tusenvis gjorde i sekstiårenes og hippietidas motkultur, når de ble helt desillusjonert på vegne av de konvensjonelle verdiene.

Nei. Ideen her er ikke at vi skal melde oss ut eller gå rundt i en meditativ tåke og unngå all konstruktiv aktivitet. Denne ideen dreier seg om å refokusere livets intensjon slik at du en dag kan si at du bruker 98 % av tiden på ting som virkelig har betydning.

Den store overraskelsen vil antagelig være at mens dette skjer, så vil ikke det du gjør forandre seg veldig mye. Selv om hver eneste en på planeten leste denne boka og begynte å bruke 98 % av tiden sin på ting som virkelig betyr noe, så ville ikke folks gjøremål forandre seg veldig mye.

Folk ville fortsatt stå opp og gå på arbeid – eller gjøre noe for å overleve. Folk ville fortsatt slå seg sammen og få barn – eller finne seg noen å elske som de også kan bli elsket av.

Folk vil fortsatt løpe og hoppe og danse og synge og le – eller skape metoder for å underholde seg og bringe glede inn i sine dager og netter og søke lykke. Derfor blir spørsmålet: Hvis mennesker ikke vil endre seg noe særlig. Hva er det da som får det de gjør til å virkelig bety noe?

Svaret finnes ikke i hva de gjør, men i *hvordan og hvorfor de gjør det*.

Svaret er: ting har betydning hvis det fører til og skaper et spesielt resultat – et resultat som er ønsket av sjelen. Et resultat ønsket av Selve Livet. Det er når måten du gjør hva som helst på fremskaffer det Større Målet som du søker å nå at det *virkelig betyr noe*.

Men det er slik at mennesker ikke kan frembringe det de forsøker å oppnå hvis det ikke vet hva de forsøker å oppnå. De må bli bevisst om Det Større Målet de prøver å nå. Her finner vi det virkelige problemet. *Folk flest aner ikke hva de driver med*.

Dette er på ingen måte ment nedsettende. Det er rett og slett en konstatering av fakta. Folk flest har liten forståelse av Reisen de er på, langt mindre av hvordan de skal komme seg til det ønskede målet.

Deres daglige gjøremål har meget stor betydning for om de kommer nærmere eller beveger seg vekk fra sine Større Mål. Allikevel er ikke de fleste klar over hvor de har tenkt seg. Som en komiker sa det «Hvis vi ikke passer

på så vil vi komme frem nøyaktig dit vi er på vei».

I dag er jorden befolket av milliarder med mennesker som desperat håper at de skal «komme seg videre», men som ikke har noen som helst ide om hvor de er på vei.

---

Det første steget mot klarhet rundt hvor du er på vei er å få klarhet rundt hvor du befinner deg *akkurat nå*. Klarhet rundt *hvem* du er i utgangspunktet og *hvorfor* du er *her*.

Det vil si, hvorfor du er på jorden?

Hva gjør du her? Hva er meningen med dette? Hva er hensikten med livet? Dette er spørsmålene som må besvares før du kan begynne å ta bestemmelser angående Det Eneste Som Virkelig Betyr

Noe – for ikke å snakke om å leve ditt daglige liv fokusert på det. Derfor vil de neste kapitlene – Del to av denne boken – være dedisert til en dyptgående undersøkelse av nettopp disse spørsmålene.

Som du beveger deg gjennom de kommende sidene, vit at det vil være en utforskning som ditt Sinn har lengtet etter. Du skjønner, Sinnet ditt har lenge forsøkt å forstå meningen med et liv som til tider virker meningsløst. Men NÅ, takket være Sjelens Visdom vil du se alt som skjer i livet ditt i en sammenheng – en sammenheng hvor livet endelig gir mening.

(NB! Hvis du er litt utålmodig og ikke ønsker å delta i denne utforskning akkurat nå, men istedenfor ønsker å gå rett til diskusjonen rundt hvordan du kan leve slik at 98 % av det du gjør virkelig har betydning, så føl deg fri til å hoppe rett til del tre. Men bare for å gjøre deg oppmerksom på det; Du vil med all sannsynlighet ende opp med å gå tilbake til del To og lese gjennom utforskningene i kapittel 5-18. Siden det er der at selve Livets konstruksjon – som er det som *gjør* at Det Eneste Som virkelig Betyr noe *virkelig betyr noe* – blir definert og beskrevet.)

*En Viten Fra Sjelen:*  
Det er ikke det du  
gjør, men hvordan  
og hvorfor du  
gjør det som har  
betydning.



## DEL TO

Forklaringen av livets største mysterier  
og hvorfor det bare er en ting  
som virkelig betyr noe.

Men la oss ikke overse...  
at det vil også bli vist hva den ene tingen er.



## Tilbake til begynnelsen

KJÆRE VAKRE VENE VESEN... la oss ta et par steg tilbake og ta en titt på noen grunnleggende begreper før vi beveger oss dypere inn i denne utforskningen. Et av dem sier at du er på en reise. Ikke kun reisen fra fødsel til død, men en reise som begynte lenge før din fødsel og som vil vare lenge etter din død.

Betydningen og konsekvensen av dette er nesten umulig å forstå for ditt Sinn. Det kan forstås... men det er helt på grensen.

Skyldes dette at din hjerne er ineffektiv og begrenset? Nei, det kommer av at Sinnet har blitt gitt så lite informasjon om selve Reisen.

Vi lærer om den på en veldig indirekte måte. Det vi får av informasjon stammer sjelden fra eldre som setter seg ned og forteller alt de vet om det (de kan tross alt ikke gi oss mer informasjon enn den de har fått selv). Vi lærer noe fordi kunsten har gjort sitt beste for å fylle tomrommet.

Dette er menneskehetens kultur som forteller oss om erfaringen vi er i ferd med å gå gjennom. (Sånn a pro pro, så er tendensen til å ville fjerne «kulturelle studier» som musikk, drama og andre kreative uttrykk fra skolen og la barna utelukkende sitte i klasserommene og lære om vår egen historie svært ødeleggende for vår mulighet til å utvikle en forståelse av hvem vi er og hvorfor vi er her.)

Vi trenger kultur og det esoteriske – fortellinger, sanger, filmer, spill, fantasi, poesi og virkelig gode TV programmer- som gir rikdom til fortellingene om hvem vi er.

Den amerikanske poeten Em Claire gjorde nettopp dette og fanget essensen av vår reise når hun skrev...

Jeg forlot mitt hjem for så lenge siden  
at jeg ikke vil gjenkjenne mitt eget ansikt.

Jeg bygget Livets Båt  
og satte til havs  
mens jeg vinket til alle dem  
som visste at havet ville vise meg  
alt jeg kunne mestre  
og det jeg ikke kunne mestre  
allikevel vinket de tilbake  
mens jeg seilte mot det åpne havet

I Livets Båt:  
bygget av Sjelen  
utformet av Hjertet  
med stor uskyld  
rodde jeg ut på det åpne havet  
og har vært hjemmefra så lenge  
at jeg ikke vil gjenkjenne mitt eget ansikt  
Men jeg vet at Hjemme  
*Hjemme*  
husker meg.

«Long at Sea»  
© 2007 Em Claire

---

Denne følelsen av å være vekke fra «hjemme» er vanlig blant mennesker som lengter etter å vite og erfare deres forening med det guddommelige.

Men, er vi i videste forstand «vekke fra hjemme»?

Nei, vi er verken vekke fra hjemme eller vekke fra Gud, selv om det ser sånn ut.

Den lille informasjonen vi har fått av de som skriver om vår historie og vitenskaper, er totalt mangelfull i ethvert henseende når det gjelder enhver viktig metafysisk eller spirituell informasjon. Enda verre er det at det ofte er



gjennomsyret av feilinformasjon.

Alt det slutter her.

---

Du har brakt ditt sinn til denne utforskningen av deg selv for å huske tre ting:

A. Hensikten med ditt livs reise.

B. Retningene denne reisen kan ta.

C. Reisens mål.

Din gjenvinning vil begynne med det som er helt grunnleggende, men først en forespørsel – fra din Sjel til ditt Sinn:

Siden dette er «begynnerstoff» vil mye av det du leser i de neste avsnittene oppleves som «gammelt nytt» for deg. Derfor, være tålmodig.

En vennlig forespørsel ikke sant?

Det er ikke en uting å bli minnet om det du allerede vet. De fleste anvender uansett ikke det de vet, og nettopp det er poenget. Kanskje en liten husketur vil gjøre deg riktig godt akkurat nå.

Kanskje det til og med er noen biter av informasjon som du ikke helt har husket enda – og at det å huske dette vil endre alt? Derfor, vær tålmodig.

Da er vi klar for «begynnerstoffet».

---

Du er ikke en kropp. Kroppen er noe du har.

Du er ikke Sinnet. Sinnet er noe du har.

Du er ikke din sjel. Sjelen er noe du har.

*Hvem er du da?*

Du er summen av alle disse tingene – en kjærlig, omsorgsfull, sensitiv, medfølende og sansende skapning som har alle disse tingene – og hver av disse tingene har en mening og en hensikt som tjener planen til alle tre. Denne trioen av Kropp/Sjel/Sinn vil i denne utforskningen bli referert til som Totaliteten av Deg.

Hensikten med Sinnet er at det sørger for overlevelsen til den nåværende Fysikaliteten til Totaliten av Deg, til den har fullbyrdet Sjelens agenda.

Kroppens hensikt er å samle data fra de fysiske omgivelsene og slik hjelpe Sinnet med å sikre din overlevelse for at du i dine omgivelser skal kunne utforske de ikke fysiske ideene, forestillingene og bestemmelsene til Sinnet.

Sjelens funksjon er å erfare så mange sider som mulig av Hvem og Hva den virkelig er, gjennom å bruke kroppen, Sinnet og de fysiske omgivelsene den har plassert seg i som redskaper for å utforske dette.

---

*En Viten fra Sjelen:*  
Du er summen av  
Kropp/Sinn og Sjel  
og hver av disse har  
en hensikt og en  
funksjon, men bare  
en har en agenda:  
Sjelen.

Siden ditt Sinn har blitt gitt så lite – eller i verste fall totalt feilaktig - informasjon om sjelens Agenda (som er Livets agenda), vil både din kropp og ditt sinn være ute av stand til å tjene denne agendaen, bortsett fra når de arbeider i absolutt *samklang* med sjelen.

Akkurat nå kan det føles som om livet ditt dras i mange retninger, siden ditt Sinn kan ha vansker med å vite det Sjelen vet. Når det kommer til stykket kan du ende opp med at hele din hensikt med

å være på Jorden kan bli kompromittert – eller i verste fall fullstendig oversett. Når sant skal sies så befinner mesteparten av dagens menneskehet seg i nøyaktig slike omstendigheter.

---

Det som skal til hvis du ønsker å leve det livet som du hadde til hensikt er at ditt Sinn må fylle sin database med den informasjonen som Sjelen allerede kjenner. Slik at du kan bringe frem det som skal til for å erfare den. Sjelen holder kunnskapen mens Sinnet skaper Erfaringen av det som du kaller Virkelighet.

Dette er grunnen til at Totaliteten av Deg ble til i den fysiske verden: for å erfare det som du allerede har full Kunnskap om. Men det er slik at hvis

Sinnet ikke inkluderer sjelens bevissthet så vil de pågående erfaringene Sinnet skaper ikke være uttrykk for det Sjelen vet – og det vil ikke tjene Totaliten av Deg.

Det er viktig å forstå at «databasen» du bruker til å konstruere enhver aktuell virkelighet (med andre ord informasjonen som er lagret i deg) finnes på to forskjellige steder med hver sin «adgangskode». En av utfordringene med det menneskelige liv er at folk flest ikke vet dette – eller de vet, men har enda ikke lært hvordan man skifter sitt fokuspunkt fra den ene kilden med informasjon til den andre.

Det som sies er at dataene om Livet er «lagret» i Totaliten av Deg – og at den ene «erindringen» er Fysisk mens den andre er Metafysisk. Den første erindringen har vi gitt navnet Erfaring og den andre Viten. Den første typen erindring skaper Begjær (et ønske om flere erfaringer) den andre viser til Intensjon (en lengsel etter en spesiell type erfaring – basert på Viten, ikke på tidligere Erfaring.)

---

Som du antagelig har gjettest finnes den første typen av «erindring» i Sinnet, mens den andre kommer fra Sjelen. Sinnet fanger, kategoriserer, sorterer og henter frem minner fra enhver erfaring din Kropp og ditt Sinn noensinne har opplevd. Sjelen er lageret som inneholder all Viten om Hvem Du Er, Hvor Du Er, Hvorfor Du Er Der Du Er, og alle de andre sidene av evig liv. Denne Viten er også det som har blitt kalt din Oppmerksomhet. Disse begrepene brukes her om hverandre.

Vi har tidligere forklart at det er *summen* av disse to datalagrene som utgjør det mennesket kaller Bevissthet. Du har utvilsomt hørt begreper som «utvidet bevissthet». Dette henviser til økning eller utvidelse av Sinnets datalager – dets begrensede lager av erfaring – slik at det inkluderer mer av Sjelens ubegrensede Viten eller Oppmerksomhet om Livet.

Erfaring + Oppmerksomhet = Bevissthet

Nivået av din bevissthet avhenger av hvor mye Erfaring du har hatt, ikke bare i ditt fysiske liv, men også i ditt metafysiske liv. Erfaringene og viten som kommer herfra er lagret i din Sjels Bevissthet.

*En viten fra sjelen:*  
Når øyeblikkets  
erfaring smelter  
sammen med  
din absolutte  
tilstedeværelse  
blir Sjelens Intensjon  
og Sinnets ønske  
Ett.

I ethvert øyeblikk hvor din Nåværende Erfaring (det vil si den erfaringen du har nå, ikke erindringen fra tidligere erfaringer) og din Nåværende Oppmerksomhet (som er den oppmerksomheten som du har gitt deg selv adgang til) forenes, så blir Sinnets Ønske og Sjelens Intensjon Ett. Det er i sannhet en himmelsk forening – sammensmeltingen av Sinnet og Sjelen.

Og det som Gud har føyd sammen skal intet menneske plukke i fra hverandre.

## Mer som skal Huskes

JEG BEKLAGER HVIS DETTE BEGYNNER Å VIRKE som en gymnastime i metafysikk. Men temaene vi utforsker er ting du gjerne vil vite hvis du har lyst til å leve et liv fokusert rundt Det Eneste Som Virkelig Har Betydning.

Nå kommer det mer informasjon du vil anse for nyttig:

Det er umulig for Sinnet å holde all Sjelens viten på en gang.

Selv om Sinnets hjernevinninger er fantastiske og sofistikerte så ville de brenne seg ut hvis de ble eksponert for all Sjelens viten i ett eneste øyeblikk. Det ville være som å sende all strømmen i huset til en eneste stikkontakt. Eller for å bruke en annen sammenligning; som å prøve å absorbere havet med en svamp.

Men tenk deg at du krystet svampen etter hvert. Da ville du kunne fortsette å suge opp havvann. Dette er en forenklet allegori rundt hvordan Sinnet arbeider. Sinnets kapasitet er begrenset, Sjelens kilde er uendelig. Sinnets «svamp» kan få kunnskap fra Sjelenes Viten og suge den til seg. Men det kan kun holde på litt av gangen. Hvis det blir for mye informasjon må Sinnet «kryste» ut noe, for å unngå å bli overbelastet. Derfor «glemmer» stadig vekk Sinnet saker den en gang visste.

*Dette er nøyaktig det som har skjedd med deg.*

---

Proessen du i øyeblikket gjennomgår er å gjenvinne mye av det som Sinnet har glemt eller frisatt. Dette er grunnen til at det du nå blir fortalt (som du

egentlig er i ferd med å huske) virker som stoff du alltid har visst.

Det føles som det er lite nytt å finne her – men det er nettopp «fornyelsen» av din erindring som vil få deg til å «huske» informasjon som det nok en gang er bra å ha taket på. Den vil vise seg å være veldig verdifull på dette stadiet i ditt liv. Det demonstrerer hvordan Sinnet arbeider.

Sinnet vet hva slags informasjon du *trenger nå* og hvilke data du har behov for *i øyeblikket*. Det kan strekke seg mot millioner av lagret data og gjenvinne det og hente det opp *nøyaktig når du trenger dem*.

Sinnet henter frem det du trenger og lagrer det du ikke har behov for langt langt unna. Eller for å fortsette med vår data sammenligning. Når ditt Sinn føyer ny data til den filen som i øyeblikket er oppe på skrivebordet, så stenger det andre filer for at operativsystemet kan fungere bedre.

Historien er full av fortellinger om genier (Einstein, Edison, Steiner osv.) som ikke kunne finne brillene sine. (Filen med lappen - BRILLENES PLAS-SERING - har blitt stengt). De kunne finne nøklene til universets gåter, men ikke nøklene til inngangsdøren.

En slik person kalles ofte sinns-fraværende – og det er en perfekt beskrivelse. Visse data er fraværende fra Sinnet, slik at andre data – data som de anser for å være langt viktigere – kan holdes der.

Derfor blir det slik at jo mer du husker, jo mere glemmer du. Hvordan det viser seg i livet og påvirker din daglige tilværelse er avhengig av hvilke data du velger å holde på.

Hvis du bestemmer deg for at de siste sportsbegivenhetene eller historien og navnet på karakterene i den siste filmen du har sett, eller vurderingen av de beste strategiene for å vinne i ditt nye videospill er viktigere enn å høre din Sjels hvisken, da blir det dataene du holder på. Stemmen fra din sjels visdom vil da være nesten umulig å høre, langt mindre å holde fast på. Din livskvalitet bestemmes av hvor du vender din oppmerksomhet.

---

Grunnen til at Sinnet, som ønsker å gjenfinne Sjelens data, er nødt til å gjøre det stykkevis og delt kommer rett og slett av at Sjelens kapasitet er ubegrenset mens Sinnet har sine begrensninger. Av og til kaller du disse kakestykkene for

tidligere liv.

Sinnet skaffer Sjelens Viten gjennom det ene livet etter det andre, og forandrer det litt etter litt til erfaringer som det lagrer som «minner» i Sinnet. Et Sinn som reiser sammen med Sjelen i liv etter liv. (Er du overrasket? Ta det med ro. Det vil bli nærmere forklart om litt.)

Når en persons Sinn henter opp data fra et tidligere liv (veldig mange fortellinger og historier viser at dette er ganske vanlig) kalles gjerne vedkommende for et «vidunder» som fremviser egenskaper, evner, visdom og innsikt som langt overstiger det alder og livserfaring skulle tilsi.

---

Når den foreningen av Sinnet og Sjelen som jeg har snakket om skjer i løpet av et liv så begynner endelig Reisen du er på å virke mer meningsfull. Det kommer av at du reiser i en tilstand av stadig ekspanderende bevissthet. Ditt perspektiv har endret seg og blitt langt større.

*En viten fra sjelen:  
Din livskvalitet  
bestemmes gjennom  
hva du gir  
oppmerksomhet.*

Men frem til en slik forening av Erfaring og Kunnskap skjer vil livet svært ofte (kanskje som oftest?) ikke virke veldig meningsfullt. Hvis alt du anvender størsteparten av tiden på er dataene som er tilgjengelige for Sinnet (som er hva de fleste driver med størsteparten av tiden) så blir du stort sett bare frustrert hvis du prøver å få det til å virke meningsfullt.

Da vil du løpe fra stakk til stein, fra bok til bok og foredrag etter foredrag, seremoni etter seremoni og fra lærer til lærer for å finne svar.

De gode nyhetene er at du ikke trenger å slite deg ut med dette. Du trenger ikke å gå noen steder eller gjøre noe som helst. Alt du noensinne har trengt er inne i deg akkurat nå. Det var egentlig aldri slik at du «trengte» å få tak i noe. Det eneste du hadde behov for var å få tilgang til det.

Ja da... ja da... vi vet at dette er Den Nye Tids mantra (samt læren fra de gamle mestre) «Alt du søker er i deg». Derfor er det nødvendig å spørre: Hvis dette er sant, hvorfor er hverdagslivet som det er? Hvorfor er verden i en

konstant tilstand av krise?

Det kommer av at – nok en tur på karusellen – 98 % av verdens befolkning bruker 98 % av tiden på ting som ikke har noen betydning. De ignorerer Sjelens visdom, enten fordi de ikke vet at den er der (de er ikke bevisste på sin Bevissthet) eller fordi de ikke vet hvordan de skal få tilgang til det de vet når de trenger det. De kan komme med masse fint snakk, men de spiller ikke bevissthetens spill særlig bra. Hvis dette gjelder deg så vil det ikke vare mye lengre. Hvis det ikke gjelder deg så vil du raskt huske hvordan du kan uttrykke deg på en måte som hjelper andre som ikke har visst dette.

Det er tydelig at dette er grunnen til at du har kommet hit.



## Videre fra «Spar meg»!

PÅ DETTE TIDSPUNKTET HAR DU ALLEREDE tilgang til mange biter med viktig data. Her kommer nok en bit: Denne reisen, som vi har snakket om tidligere, er en Hellig Reise hvor du er med på å fullbyrde en guddommelig hensikt.

Ord som Hellig og Guddommelig kan som vi alle vet virkelig virke avskrekkende. De kan frembringe et øyeblikkelig «spar meg» fra folk som ikke ønsker å høre om hverken det «hellige» eller det «guddommelige». Disse uttrykkene er en helt spesiell utfordring for de som en gang entusiastisk omfavnet slike uttrykk, men som i ettertid har beveget seg bort fra organisert religion og dogmer.

Men det er slik at den reisen og hensikt som vi beskriver her overhodet ikke ligner på doktrinene vi finner i de standardiserte religiøse dogmene. Den teologien vil beskrive dette som hedenskap og blasfemi.

Uttrykk som En Hellig Reise og en Guddommelig Hensikt kan også virke utfordrende på folk som aldri har trodd på noen form av guddommelig nærvær, for ikke å snakke om noen form for «guddommelig hensikt».

Men la oss vende tilbake til et felles ståsted. Alle – ateister, agnostikere og antiagnostikere - tror på Livet. Siden det er vår felles erfaring. Derfor er dette en invitasjon til å komme seg forbi ordene som lett fører til «spar meg» og rett til visdommen som fører til «Så spennende».

«Livet» er større enn noen individer eller et spesielt trossystem. Det er det som muliggjør alt som finnes. Livsenergien finnes overalt. Uten denne energien ville intet av det som er være. Alt som noensinne har vært, er og noensinne vil finnes stiger frem av Livet.

Det er åpenbart at livet skjer. Det uttrykker seg i, gjennom og rundt alle. Ingen kan benekte Livets tilstedeværelse. Den eneste utfordringen som gjenstår er rundt ordbruken.

Hvis vi velger å kalle livet «Gud» så blir livsreisen en hellig reise. Det er rett og slett snakk om hvilke ord du bruker til å beskrive det samme fenomenet. Hvis ordet «Gud» får deg til å bremse og stoppe, så erstatt det med ordet «Liv» alle steder det dukker opp. Det forandrer intet på meningen. Hvis ordet Guddommelig virker mot sin hensikt, så erstatt det med ordene «Livsfremmende». Hvis ordet «Hellig» fører til ubehag, så bruk ordet «Viktig».

Vi ser at Reisen du er i ferd med å foreta er en Viktig Reise. Som tjener en Livsfremmende hensikt. Det som kanskje ikke er helt klart er hva hensikten egentlig er. Din egen erindring har utvidet seg til å romme en forståelse av at Livet har sin helt egen intelligens. (Universets trenger ingen instruksjonsbok for å virke. De minste levende cellene vet eksakt hva de trenger å gjøre for å overleve og gjenskape seg selv.)

Du trenger bare å ta en titt på livet for å se at det er uforklarlig storslått i sin utforming og at det fungerer ufattelig sofistikert, slik at enhver hendelse og et hvert resultat er del av utformingen.

Din intuitive forståelse vil også fortelle deg at Livet selv kan fokusere og styre Livets grunnleggende kraft for å skape spesifikke resultater. Det medfører at du, siden du er en del av den grunnleggende intelligens som uttrykkes gjennom livet, kan fokusere og styre din egen Livsenergi i den hensikt å skape spesifikke resultater.

Denne forståelsen er starten på å leve på en måte som virkelig har betydning. Det er på ingen måte hele historien, men det er begynnelsen. Alt du trenger å huske er hvordan du skal komme i gang med det.

Det er det vi holder på med akkurat nå.

---

Du har tiltrukket deg, i dette øyeblikket, en *ytre skriving av din indre viten*.

Vær derfor ikke forbauset om det du erfarer her er som å lese din egen dagbok, som du forla for lenge siden, men nå har funnet igjen. Derfor kan det være slik at du ved starten av hvert avsnitt fylles med en følelse av at du

allerede kjenner til det som du tilsynelatende blir introdusert for først nå.

Det er din Sjel som allerede holder den Bevisstheten som ditt Sinn nå blir introdusert for nok en gang. Selve ordet Sjel er selvfølgelig et av de ordene mange har motstand mot. Flust med folk tror ikke engang de har en Sjel. Og skulle de tror det er sannsynlig, så har de ingen ide om hva en Sjel er, eller hva den driver på med. Hvordan fungerer den? Hva vil den egentlig? Vi vet hva Sinnet driver med. Vi vet hva Kroppen gjør. *Men hva i huleste driver Sjelen egentlig på med?*

---

*En viten fra Sjelen:*  
Du er på en  
Hellig reise med  
en Guddommelig  
hensikt.

Noen mennesker ser muligens på Sjelen som en slags «samvittighet» eller som en «engel» som kanskje passer på oss? En som står litt på sidelinja med en hensikt som antagelig er flott, men det er veldig uklart hvordan den egentlig virker.

Andre *vet* at de har en Sjel og sanser at sjelen har en agenda (noe de har rett i), men er så forvirret rundt hva det vil si å

ha en agenda at de lever liv som skaper mer hjertesmerter, lidelse, selvfornektelse og gledesløshet enn de hverken hadde intensjon om eller behov for å oppleve.

Det finnes også andre – du blant annet- som også vet at Sjelen finnes, men som ikke lengre er villige til å leve fanget i Gamle Historier rundt Sjelens agenda.

Du er klar for nok en gang å hente frem i Ditt Sinn Sjelens Visdom og forståelsen av dens sanne Agenda. En impuls somstiger opp fra dypet får deg til å ønske å gjøre dette NÅ. Den kommer fra den delen av deg som ser på livet ditt og hvisker, «Det trenger ikke å være på denne måten.»

Det er selvfølgelig Sjelen selv som står bak hviskingen og dermed fører deg av sted på den Hellige Reisen. Sjelen din *leder* ikke bare an langs veien, den *viser* deg og *skaper* veien.

Men den *bestemmer* ikke hvor og når du skal gå. Sjelen er ikke diktatoren

som krever det ene og forlanger det andre. Kroppen og Sinnet er muligens ikke alltid på vei i samme retning som Sjelen? Selv om dette er selve grunnlaget for frihet så kan det – som du sikkert kan forestille deg – føre til... hvordan skal vi si dette...?

*Forviklinger og Komplikasjoner.*

## Uventede Nyheter om Kropp og Sinn

LIVETS STØRSTE FORVIKLINGER er de som oppstår når Sjelen, Kroppen og Sinnet går i hver sin retning. For å forstå hvordan dette kan være tilfelle så er det en hjelp å finne ut enda mer om Totaliteten av Deg.

Forklaringen som følger vil være litt kompleks og intrikat, men nok en gang ber jeg deg om å følge med, siden hele ditt liv kan endre seg når denne utforskningen er over.

Det er slett ikke en overdrivelse, men en rimelig forventning.

---

Siden vanskelighetsgraden av det som presenteres er kjent vil selve presentasjonen komme bitvis (som du sikkert har lagt merke til). Gjennom å presentere denne store og utfordrende informasjon for Sinnet i mindre porsjoner, så vil Sinnet lettere kunne fordøye den. Det skyldes ikke at Sinnet på noen måte er treigt, men rett og slett at det trenger å ha en hvile iblant. Hvis det er til ditt beste å stoppe og ta en pust i bakken når du skynder deg av sted så stopp ved noen av de mange pausetegnene som er plassert i den opprinnelige teksten med følgende striper ---.

---

Når du kommer til en av disse naturlige rasteplassene så vil du kanskje gjøre nettopp det. Ta en pause. La Sinnet slappe av og reflektere over det du akkurat har lest?

En fantastisk teknikk er å bruke dine egne ord og skrive ned det du akkurat har lest. Du vil med andre ord lage din egen personlige journal. Ideen er å plassere dine tanker om disse tankene et sted hvor de er lett tilgjengelige for deg. Når du leser den om igjen om noen måneder vil det være mye mere personlig enn å plukke ned en bok fra hylla.

Folk har en tendens til å lese sine egne skriblerier oftere enn de leser andre bøker – selv bøker som de hadde mye glede av – om igjen. Det er slik at en personlig nedtegning av ideene du har funnet og fått her vil virke mye mer overbevisende på Sinnet ditt om et års tid enn selve boken.

Gi det en sjanse.

---

En ekstra bemerkning om det som er skrevet her:

Du vil se at vår kontinuerlige tilbakevendelse til de generelle konseptene vil gjøre de metafysiske abstraksjonene denne teksten inneholder lettere tilgjengelig. Det samme gjelder den stadige gjentakelsen av spesifikke ideer. Dette er ikke en tilfeldighet eller en tabbe (akkurat som det hverken er en tabbe eller en tilfeldighet at du har funnet veien til disse sidene.)

---

Her kommer nok en ide. Den er en så stor sak å sette tennene i som mange mennesker aldri har tatt i betraktning eller tenkt over muligheten for tidligere.

Din Sjæl la ut på den Hellige Reisen som en evig *individuell enhet*, mens Kroppen og Sinnet besitter sin nåværende identitet kun på denne utvalgte «etappen» av din evige reise.

Noen har tolket det som om Sjelen lever evig, mens Kroppen og Sinnet dør. Når sant skal sies så er dette den gjennomgående definisjon til de fleste av verdens religioner. Men den er ikke korrekt. *Kroppen og Sinnet dør like lite som Sjelen.*

---

Du «hørte» riktig. Kroppen og Sinnet dør ikke.

Som nevnt vil denne informasjonen komme overraskende på noen. Antagelig er det en stor underdrivelse. Dette er muligens det mest ukjente og tildekte aspektet av Livet. Ironisk nok er det muligens også det viktigste.

Hvorfor? Hvorfor er det så viktig? Jo, det skaper en helt ny sammenheng for forståelsen av Hvem Du Er og Hvorfor Du Er Her – det er dermed nødvendig å forstå *dette*, hvis du skal begynne å fokusere livet ditt på Det Eneste Som Virkelig Betyr Noe.

Den virkelige årsaken til at 98 % av menneskene bruker 98 % av tiden til ting som ikke betyr noe er at de har misforstått Hvem De Er og Hvorfor De Er Her. Grunnen til at de har misforstått er at de har forestilt seg at Kroppen og Sinnet dør mens Sjelen lever evig.

Straks vi innser at vi er et tredelt vesen og at Kroppen og Sinnet aldri dør, så vil hele måten vi forstår livet på endres. La oss derfor undersøke den intrikate naturen av forholdet mellom Kropp, Sinn og Sjel.

---

Siden vi nå presenterer helt nye ideer og legger ut på denne reisen med dyp seriøsitet, vil det være bra å huske på at et eller annet sted underveis kan du bli fristet til å si: «Jo da, dette er spennende nok, men hva har det egentlig å si? Hva har alt dette esoteriske stoffet å si for vår vanlige tilværelse og det jordiske liv?» Du vil få muligheten til å si dette siden, men akkurat nå ber jeg deg nok en gang om å være tålmodig. Du kan jo ikke bestemme hva som virkelig har betydning, før du har forstått hvem denne «du» som det snakkes om her *er*. Noe som vil bli klarere og klarer etter hvert som du leser. Her følger en meget elementær beskrivelse av hva som er «din sanne natur.»

---

Alt i livet er fysisk – inkludert din Sjel. Det du vanligvis tenker på som «ikke-fysisk» er det du løselig sett tenker på som «usynlig». Men «fysisk» og «synlig» er ikke det samme. Som du vet er det mange ting som er fysiske selv om de er usynlige.

De fleste som overhodet tror at det finnes en Sjæl er enige om at Sjælen er evig (om Sjælen tilbringer denne evigheten i Himmelen eller Helvete er et tema som varierer etter religiøse overbevisninger, men det er liten diskusjon blant de store religionene om Sjælen er evig.)

Men det er svært få som har blitt fortalt at den opprinnelige energien som har skapt din Kropp og ditt Sinn heller ikke opphører å eksistere, selv om de i motsetningen til Sjælen endrer sin form.

Din Kropp og ditt Sinn kan derfor kalles «formsiftere» (shape shifters).

De kan og vil skifte utseende og form opp gjennom evigheten. De gjør dette på grunn av Sjælens befalinger. Som sitt arbeidsredskap bruker sjælen den essensielle energien som former Kropp og Sinn.

Se for deg en mann som hamrer ut nye former fra en masse av hvitglødende jern, som er formbart og kan helles over i støpeskjeer hvor det vil størkne. Ener-

gien som former Kroppen og Sinnet er på samme måte «formbar» når den er «hvitglødende» - eller for å si det i det metafysiske språket; når den skinner klart med det Lyset som den Essensielle Energi utstråler i sin opprinnelige tilstand.

---

Formen til Kroppen og Sinnet blir forandret når svingningene av deres energetiske vibrasjon endrer frekvens – noe som skjer når deres energi beveger seg over i den Fysiske Verden. Visse frekvenser av denne energetiske vibrasjonen kan gjøre alle Kroppens deler usynlig for mennesker. Sinnet, som ikke må forveksles med hjernen som er en del av Kroppen, er et godt eksempel. Det er usynlig, men ikke umulig å etterspore. Det er energipakken som gjør hjernen levende.

Så selv om hverken Sinnet eller Kroppen er synlige en stund etter døden (Kroppen har stort sett blitt begravet eller kremert, mens Sinnet rett og slett har «forsvunnet»), betyr ikke det at de ikke finnes. Du kan argumentere med



at Kroppen finnes enten som en form i langsom forandring eller i form av aske som raskt blir absorbert av resten av verden.

Vi tror at det som er igjen av det som en gang var er hele Kroppen. Vi sier at dette er kroppens levninger. Men det viser seg at dette kun er noen rester. En persons levninger er bokstavelig talt det som er «gjenlevnet» i fysisk form. Dette er de siste energetiske bitene som er igjen i form av det som en gang utgjorde din fysiske kropp. Det er intet annet enn en liten del av din fysiske energi som fortsetter å vibrere inne en frekvens som tillater energien å være synlig.

I øyeblikket som dere kaller «døden» skifter størsteparten av din fysiske energi frekvens og blir usynlig for det menneskelige øye.

---

Til og med nå, før døden, er det deler av deg som er usynlig. Noen mennesker sies å være i stand til å se det som populært beskrives som aura, som sies å være energifelt som omgir Kroppen. Det er egentlig en del av Kroppen – og som sådan bare ett eksempel på at Kroppen har deler som vanligvis er usynlige.

Ved døden begynner Kroppen og Sinnet øyeblikkelig å omdannes. Du kan forstå dette bedre gjennom å se for deg en brennende vedkubbe på peisen. Det meste av energien som var kubben blir usynlig mens den frigis. Den omdannes til minst tre nye energiformer som vi med letthet kan identifisere. Lys, varme og røyk. I etterkant av omvandlingen finner vi noen etterlevninger. Disse etterlevningene gir vi navnet aske.

Det er tydelig for alle og enhver at asken kun er maks 5 % av det som en gang var et større fysisk legeme. *Hva skjedde med resten av kubben?* Kan det sies at kubbens energi er «død»? Nei. *Energi dør aldri?* Energi går alltid over i en annen form. Resten av vedkubben «gikk opp i røyk». Eller den ble flammen og varmen i ilden.

---

Din egen Kropp og Sinn forvandles på samme måten. Mens størsteparten av den Essensielle Energien som var din Kropp og ditt Sinn endrer form og fortsetter å eksistere som en del av Totaliteten av Deg når du «dør», er det gjenværende kun en minimal del etterlevninger som ikke forsvinner øyeblikkelig.

*En viten fra sjelen:  
Ingen energi blir  
borte den forandrer  
kun form.*

Dette er den delen av Totaliteten av Deg som du har valgt å la bli igjen. Den fortsetter også å eksistere, men ikke på et inter-dimensjonalt plan. Du ønsker ikke lengre å bære det med deg. Du er ferdig med det. Du er ferdig med det aspektet av deg selv. Derfor etterlater du det i denne spesielle dimensjonen av Alltid/Overalt.

Det som skjer er det som tjener Sjelen. Dette aspektet av Sjelen og Kroppen vil senere gjenskape seg selv, på sjelens instruksjon. Det vil muligens gjenskape seg selv i sin nåværende form og dimensjon og returnere deg til dette Livet så du kan leve det på nytt på en annen måte. Eller det kan gjenskape seg selv i et annet uttrykk eller i en annen dimensjon for å leve et «annet» liv som en annen person, for dermed å bli det du kaller reinkarnert.

Gjennom alt dette har din Sjels identitet aldri blitt forandret. Det vil heller ikke skje. Det er bare den essensielle energien til Kropp og Sinn som har blitt satt sammen på nytt, som en ny utgave av Livets utfoldelse.

## Om Snøfnugg og Trær

FOR MANGE ER DET VANSKELIG å få Sinnet til å fatte det du akkurat har husket. Dette er årsaken til at Jesus og så mange andre mestre valgte å dele de evige mysteriene gjennom historier og lignelser. Vi skal gjøre det samme her.

Men det skyldes ikke at menneskesinnet er svakt eller uutviklet. Det kommer av at Sinnet har fått så mye feilinformasjon at det er bokstavelig talt umulig å få plass til store kvanta med nytt innhold før noe har blitt fjernet.

Det du nå vil bli bedt om er å slette store deler av din gamle fortelling om hva livet, døden og Gud dreier seg om, for å skape plass til en ny fortelling.

Her er en lignelse som kan hjelpe deg med å unnfange den Nye Fortellingen.

### Lignelsen om Snøfnugget

Det var en gang et snøfnugg som het Sara. Snøfnugget Sara hadde en bror som het Sam.

Sara og Sam levde et fint liv – bortsett fra at de fryktet dagen de ville dø og smelte inn i intetheten. Men en dag viste Snøengelen seg for begge to. «Viste du at et snøfnugg er evig» sa engelen og fortsatte med å forklare.

«Verdenshistoriens aller første snøfnugg er de som faller i dag. De kommer ned fra himmelen som unikt individualiserte skapninger. Det finnes ikke to like snøfnugg. Det har det aldri gjort i den tiden snøfnuggene har eksistert.

Fnuggene er imponerende vakre i sin individuelle utforming. Ingen som ser på at de daler ned fra himmelen kan unngå å se deres utsøkte kvalitet.

Folk løper ofte ut for å se snøfnuggene for å beundre deres overveldende storslåtthet.

Når de lander føyes de sammen med hverandre. Mennesker som ser en stor samling av dem på bakken kaller det ganske enkelt for «snø». De sier ikke «Se på den store haugen med snøfnugg». De sier: «Se på det fjellet av snø.» De ser alle de individuelle snøfnuggene som en Enhet. Det skyldes at snøfnuggene jo er ett med hverandre.»

Engelen fortsatte...

«Men etter en stund kommer solen frem og snøen smelter og snøfnuggene forsvinner ett for ett. Men egentlig forsvinner de slett ikke. De bare forandrer seg. De blir vann som flyter sammen i en liten dam, eller en liten bekk.

Som Solen fortsetter å utøve sin magi forsvinner snart også vannet. Eller det *virker* slik. Det som skjer er ganske enkelt at det også forandrer form. Det fordampes og stiger opp i luften som usynlig damp, før det igjen samler seg i såpass sterke konsentrasjoner at det på nytt blir synlig – som skyer.

Når stadig mere damp samles blir skyene tunge av fuktighet og snart faller fuktigheten nok en gang ned over jorden. Hvis temperaturen er den riktige, så blir det fallende regnet nok en gang til snøfnugg – og det finnes ikke to makne... noensinne – i hele snøfnuggenes historie».

Sara og Sam hadde aldri før i hele sitt liv vært så glade. Plutselig ble alt det du kan kalle... krystallklart. Slik har det seg at vi i snøen kan se livets syklus og Din Historie.

---

Det var aldri en tid hvor Du ikke var. Det vil aldri komme en tid hvor Du ikke er. Du kommer fra Himmelen som et fysisk individuelt aspekt av Alt Som Er. Samtidig som hver eneste fysiske manifestasjon er absolutt og gloriøst ikke-identisk, er de også Den Samme Saken. På den måten føyes de sammen til en eneste essens, et spesifikt uttrykk for liv som dere kaller «mennesker».

Deretter, når hver Essens vender tilbake til himmelen blir den nok en

gang usynlig-gjort. Du er ikke «forsvunnet fra eksistensen». Du er rett og slett bare «ikke lengre synlig.» Men fortsatt finnes du som fullstendig selvbevisst og «våken» frem til du på nytt vender tilbake og blir helt synlig gjennom full fysisk manifestasjon.

Dette er en stor hemmelighet. Du er aldri ikke-fysisk. Du er iblant ganske enkelt mindre fysisk. På samme måte som et snøfnugg aldri er ikke-fysisk. Når det er snø er det fysisk. Når det er vann er det fysisk. Når det er damp er det fysisk. Når det daler fra himmelen så er det fysisk. Når det er fuktighet er det fysisk. Når det er absolutt usynlig er det fysisk. Når det regner er det fysisk. Og når det krysser frysepunktet på undersiden av de soldekte skyene så krystalliserer det og blir nok en gang et snøfnugg.

Hvilken reise snøfnugget har vært ute på! Det endrer form og endrer form og endrer form og endrer stadig vekk form helt til det på nytt tar formen som et snøfnugg. Storslått forskjellig fra sin egen tidligere utgave, men fortsatt, i sin essens, det samme. Tenk hvilken reise *du har vært med på!* Det er en Hellig reise med en Guddommelig Hensikt.

---

Det faktum at Kroppen og Sinnet forblir hos sjelen blir bevist gjennom erklæringene fra (fortellinger som nå finnes i tusentall) av mennesker som har hatt det vi kaller NDE, eller Nær Døden Erfaringer.

Disse menneskene forteller ofte at Sinnet var helt oppmerksom på alt som foregikk når de «gikk over» til den «andre siden». I noen tilfeller beretter de til og med om å ha erfart å være i sin egen Kropp i en tilstand av full helse og sunnhet. Men Kroppen er ikke «tung» som et snøfnugg som faller til jorden. Den er lett som damp, som et snøfnugg som enda ikke har krystallisert seg.

Mange forteller også om hvordan de ble ønsket velkommen av kjære som hadde «gått før dem» - og at disse elskede også virket som om de var i sin ypperste helse, med kropper lette som damp.

Det som sies her er at alle uttrykk for fysisk liv har evnen til å omvandle seg og at alt jordisk liv *gjør det*.

*Umulig!* Sier du... men er det umulig...?

«Det nytter ikke» skrek Alice. «Man kan ikke  
tro på umulige ting!»  
«Jeg vil påstå», sa den Hvite Dronningen, «at det  
eneste du mangler er trening.  
Jeg selv trente alltid en halvtime om dagen.  
Noen ganger kunne jeg til og med tro  
seks umulige saker før frokost.»

Fra «Gjennom speilet» (kapittel 5)  
Av Lewis Carroll.

---

Det er allikevel vanskelig å forestille seg at livet fortsetter evig. Evig som i for alltid og i evigheten og videre. Sinnet leter etter måter å forstå det på, siden det ikke er noen tydelige eksempler rundt oss... Eller finnes de muligens?

## Sannheten om trær

Hvis du kunne sitte ved vinduet og se ut i år etter år etter år og bare betrakte trærne utenfor huset, så ville du se at de aldri dør, men bare endrer form.

Du sier kanskje «Javel, men det hele begynte en gang. Det startet med et frø, og hvor kom så det frøet fra»? Du svarer kanskje. «Fra et annet tre.» Men hva hvis sannheten er at *det er det samme treet*.

Se for deg et tre som vokser opp av et frø. Treet vokser og vokser og vokser til det en dag, kanskje hundrevis av år senere stopper å vokse og gjør det du kaller «å dø.» Men det har jo ikke dødd. Det har bare gått gjennom en prosess

som inkluderer å skape frø som på sin side har ført til nye trær. Men er disse virkelig *nye* trær... eller er det bare det *samme gamle treet som har begynt på nytt?*

Når et tre når den maksimale høyden det vil få i sin nåværende form, så faller det til bakken av seg selv. Men frøet som det tidligere har latt falle er ikke noe annet. Det er *en del av treet*, akkurat som en dråpe av havvannet er en del av havet. Alt vi gjør er å sette *forskjellige navn* på den *samme tingen* i *forskjellige former*.

Når et tre slipper et frø, så er det *treet selv* som faller i bakken. Deretter planter det seg selv *ned i* bakken. Deretter erfarer det seg selv vokse opp igjen, i noe som virker som en annen «kropp». Men det er samtidig den *samme* kroppen som først ble mindre og så større igjen, etter å ha blitt omvandlet.

Du kan til og med få en plante eller et tre til å gjøre dette midtveis i sin vanlige syklus, gjennom å ta et *avskjær/poding* fra treet og putte det i vann. Der vil det få nye røtter som gjør at det kan plantes i bakken.

Nok en gang. Er dette et annet tre? Eller er det som et mirakuløst mirakel det *samme treet* som har blitt avkuttet og plantet på nytt? *Hvor slutter det ene treet og hvor begynner det andre?* Selv om de er fysisk atskilte vil ikke det si at de ikke kan komme fra *nøyaktig den samme Essens*.

I vår begrensede menneskelige forståelse har vi likestilt fysisk atskillelse med å være vesensforskjellig. Men hva hvis det ikke er noen forskjeller på det Essensielle nivået?

Det er det nemlig ikke. Det er det som menes med evig liv.

Denne formelen er innebygget i enhver Livsform som finnes. Det gjelder stjerner og planeter så vel som hele solsystemer, ja *hele universer*. Det strekker seg fra mennesker til snøfnugg og trær til omfattende økosystemer og alt som finnes i dem. Ethvert aspekt av Livet erfarer sin egen evige eksistens og sin egen energetiske essens i samsvar med sitt eget nivå av Bevissthet.

Hva er Essensen som skifter fra et snøfnugg til det neste, fra et tre til det neste, fra et solsystem til det neste, fra en «manifestasjon» til den neste, fra en «livstid» til den neste?

Det er Den Eneste Som Virkelig Finnes, som konstant omvandles. Det er udelelig Guddommelighet som gjøres individuelt synlig på nytt og på nytt gjennom å uttrykke det vi kaller Selve Livet.

Det er den Ene Sjelen gjenfødt. Det er Det eneste Som Finnes, multiplisert. Det er Guddommelighet omformet.

Det Var I Begynnelsen, Det Er Nå. Og Vil Være Evig, verden uten ende.  
Det er Deg.



## Det er mer å huske

NÅ VIL DET VEL VÆRE RIMELIG Å STOPPE OG SI: «Det var jo veldig poetisk og alt dette har jo vært veldig informativt, men hva har det egentlig å gjøre med meg, mitt liv, min smerte, mine utfordringer og problemer, og for den sakens skyld, mine gleder? Vil du være så snill å relatere dette til mitt liv? For kan du ikke det, så er denne samtalen over for min del. Jeg ønsker å finne ut hva livet dreier seg om. Jeg vil gjerne høre om Det Eneste Som Virkelig Har Betydning. Jeg kom ikke for å lære de avanserte poengene rundt universell kosmologi.

Utålmodighet virker rimelig på dette stadiet. Det vil være helt normalt hvis du reagerer på den måten. MenneskeSinnen har holdt på med det – å trekke folk bort fra det de ville tjene mest på å høre – i lange tider. Vi forstår derfor at det som virker rimelig ikke alltid er til det beste.

En påstand som fremmes her er at Sjelene og Livets Grunnleggende Essens *er det samme, omformet*. Det vil si at du og alle andre saker er En Sak, atskilte i form og sammensetning, men identiske på det mest grunnleggende nivået (som Essenser).

Det virker kanskje ikke som om den informasjonen du akkurat har mottatt har noen praktisk anvendelse akkurat nå, men bare vent. Den beste delen av denne utforskningen har knapt begynt.

---

Du er kommet hit for å huske langt mer enn at «reisekameratene» som beveger seg gjennom tiden kalles Kropp, Sinn og Sjel utgjør Totaliteten av

Deg. Det er også mer å huske enn at Sjelen for evig har den samme formen, mens Kroppen og Sinnet forandres underveis.

Det at din Kropp og ditt Sinn er evige, sammen med Sjelen, skaper en helt ny sammenheng for livets utfoldelse. Dette har en dramatisk påvirkning på *hvordan og hvorfor* – siden dette faktum hincer til at din Kropp, Sjel og Sinn er likeverdige deler av deg og at det var hensikten at de skulle brukes samlet. Når sant skal sies så er dette slett ikke slik de som oftest blir brukt, ja knapt slik de fleste noensinne anvender dem. Antallet mennesker som handler ut i fra totaliteten av Kropp, Sinn og Sjel er forsvinnende liten sett i forhold til den totale befolkningen.

Mye av dette kommer av at de fleste aldri har vurdert om Kroppen og Sinnet er en del av denne treenigheten. I det minste ikke i praksis. Kanskje som en ide, men slett ikke i praksis. Men det er slik at de er aspekter av den treenighet som er Totaliteten av Deg. Det *å vite* dette gjør det mulig for deg å forstå at selv om Sjelen «fører an» på den Hellige Reisen gjennom å rydde en sti, så er din Kropp og din Sjel like selvstendige deltakere på den evige reisen du er på.

Siden de er selvstendige turdeltakere trenger de slett *ikke å følge etter der Sjelen vil gå*. Den informasjonen er ikke uvesentlig.

---

På samme måte som lignelser og historier ble brukt i det forrige kapitlet, vil vi nå bruke metaforer som et redskap. Ordboken definerer metafor som «Noe som blir ansett for å være et symbol eller på annen måte en abstrakt fremstilling av noe annet.»

Siden det er få saker som er mer abstrakte en Den Hellige Reisen, så er metaforer et fint redskap å ta i bruk.

## Metaforen om din Livsvei

I denne symbolske fortellingen om hvordan ting er, så følger din Kropp, ditt Sinn og din Sjel en livsvei.

Det er Sjelens Sti. Den kalles ikke det på grunn av at Sjelen går der alene,

men fordi Sjelen fører an.

Men selv om Sjelen går foran så hverken krever eller forlanger den at medvandrerne følger etter. Derfor hender det titt og ofte at Kroppen og Sinnet forlater stien og søker ut i skogen eller finner seg et annet eventyr å delta i.

Det å ture frem i buskvekstene på denne måten kan være morsomt en stund, spesielt hvis du antar at du ikke er noe mer enn Kropp og Sinn. Men før eller siden vil du innse at du er så mye mer... og da begynner du å oppleve at det tar forferdelig lang tid å komme dit hvor det av deg Som Er Så Mye Mer ønsker å gå. Den amerikanske poeten Robert Frost fanget denne følelsen når han skrev på rim i et av sine mest berømte arbeider...

*Skogene er vakre, mørke og magisk bolde.  
Men jeg har et løfte å holde  
og mil å gå før jeg armene under hodet kan folde,  
og mil å gå før jeg armene under hodet kan folde.*

*«Pause i skogen en snøfull aften»*

Robert Frost

---

Løftene du har gitt er mellom deg og deg selv. Det er løfter om å gjøre mer ut av dette livet enn det livet synes å være. Det er å være mer tilstede i livet enn det du tilsynelatende er. Det er å gi mer til dette livet enn du mottar – slik at livet kan utvides og få et større uttrykk. Det er Livets funksjon å skape mer Liv gjennom selve Livets prosess.

Dine løfter angående din deltagelse i alt dette ble ikke gitt på Sinnets nivå. De ble skapt på Sjelens nivå, før din fødsel. Selvfølgelig er ordet «løfter» et menneskelig begrep som her blir brukt for å formidle en ide. Et mer presist ord å bruke er kanskje «prosess». Dette er prosessen Livet selv bruker for å forsikre seg om at Livet fortsetter. Disse prosessene er kodet inn i ditt fysiske legeme som en del av ditt DNA – som kan beskrives som din Guddommelige Naturlige Bevissthet (Divine Natural Awareness)

---

Når mennesket ignorerer eller glemmer Livets grunnleggende kvaliteter så tuller de seg bort fra Sjelens sti – som er den korteste veien til dit alle mennesker lengter etter å komme til. Det ironiske er at når mennesker roter seg bort fra Sjelens sti så klager de over at *de ikke kommer noen vei*.

Dette er den praktiske konsekvensen av Kroppen og Sinnets selvstendighet – som noen religioner betegner som Fri Vilje. Nå forstår du hvorfor vi har undersøkt alt dette så nøye. Det dreier seg om langt mer enn en esoterisk forståelse av universell kosmologi. Det dreier seg om den praktiske betydningen det har for hverdagslivet.

*En viten fra sjelen:  
Å ta den lange veien  
er ikke ensbetydende  
med at man har gått  
feil.*

De gode nyhetene er at selv om det kanskje virker som om du ikke kommer deg videre, så kommer du deg videre. Men siden du har «mistet» stien og rotet deg bort i skogen så er du i ferd med å ta *den lange veien* dit du skal.

Men det å ta den *lange* veien er ikke det samme som å være på *feil* vei.

Det er uhyre viktig for ethvert menneske å huske dette. Gjennom å være oppmerksom på dette kan du erstatte fortvilelse med håp. Noe som er fantastisk siden fortvilelse er blind mens håpet har åpnet øynene.

Nå kan du se at andre har mistet retningen, surret seg vekk fra stien og gått seg vill i de dype skogene, akkurat som deg. Men de som har gått der før deg har tråkket til en sti og ufrivillig brukket av noen grener i sin iver etter å komme seg tilbake til en enklere vei. Det viser deg, hvis du ser nøye etter, *en sti tilbake til Stien*. Det virker kanskje som om du har gått deg vill, men du finner igjen veien hvis du fortsetter å gå fremover mens du legger merke til tegnene langs veien. Utfordringen er selvfølgelig å være oppmerksom på dem.

Dette er ett av dem. Legger du merke til det. Er du oppmerksom på hva din bevissthet viser deg med dette?

## Det Viktigste Spørsmålet i Ditt Liv

NÅ KJÆRE DEG... jeg ber deg om å forstå at det du akkurat har hørt ikke bare er ordspill. Det er erklæringer, gjort i et metaforisk språk, om den menneskelige tilstand slik den oppleves av svært mange, kanskje de aller fleste.

Mange har beskrevet sin opplevelse av å ta den lange veien som en følelse av å være «fortapt» og «uten holdepunkter». Dette kan skje med alle på alle tidspunkter av den Hellige Reisen... og gjerne flere enn en gang.

La oss utvide denne metaforen slik at du gjennom å få enda flere forestillinger kan erverve en enda klarere forståelse av det som foregår.

### Metaforen Om Din Livsvei – Del II

Tenk ikke på denne reisen bare som en tur i skogen, men som en vandring gjennom skogdekt fjell. Samtidig som terrenget er utfordrende og bratt, så finnes det en åpen sti som kan gjøre turen gledefylt og spennende. Ikke alle «utfordringer» trenger å være strevsomme og negative erfaringer. Visse utfordringer kan være spennende og gi rikelig belønning. Men du vil sannsynligvis få en strevsomm og smertefull tur hvis du roter deg for langt bort fra Stien og prøver å klatre rett opp på fjelltoppen gjennom å ta «snarveien» der skogen er tykkest.

Det du virkelig har behov for er en Sherpa.

Inn på scenen: Sjelen

---

Det er en god grunn til at Sjelen din er Fører på denne turen. Den har allerede vært på fjelltoppen, så den vet *hvordan den finner veien* – og den veien er den raskeste.

Egentlig så er Sjelen din allerede oppe på den fjelltoppen. Det stemmer. Sjelen går egentlig ikke noen steder. Den befinner seg allerede der hvor Kroppen og Sinnet ønsker å reise til. Akkurat som Gud er Sjelen – allerede og alltid – Hel, Fullbrakt og Perfekt. Den krever intet og trenger intet. Den velger rett og slett bare å erfare og kjenne seg selv gjennom sin erfaring av seg selv. På denne måten er den helt lik Gud. Når sant skal sies så er den Gud som individ.

*En Viten fra Sjelen:*  
Det er flere veier til  
fjellets topp og ingen  
av dem er den eneste  
eller den rette.

Helheten Av Deg – Det vil si Kropp, Sjel og Sinn er *til sammen* både den som reiser og målet. Deler av den er ute på reise, mens andre deler allerede befinner seg der den er på vei til. Reisens hensikt er at Totaliteten av Deg skal erfare det den delen av deg som kalles din Sjel allerede vet om deg.

Gjennom å dele deg i tre deler kan du både allerede kjenne til og erfare på nytt

din sanne identitet gang etter gang.

Din Kropp og ditt Sinn ikler seg forskjellige form i livstid etter livstid, samtidig som Sjelen bevarer sin opprinnelige og eneste form.

Hensikten med at Kropp og Sinn ikler seg forskjellig «drakt» er å tilføre Sjelen uendelige varierte erfaringer som gjør at den kan oppleve en syklisk gjenforening med Gud. På samme måte som Kroppen og Sinnet kan erfare gjentatte gjenforeninger med Sjelen.

Det Sjelen gjør på Makronivå er det som Kroppen og Sinnet gjør på mikronivå. Alle Livets Former tar den samme reisen, hver på sin måte gjennom kosmos.

På denne reisen er det teknisk sett ikke slik at Sjelen fører deg til målet: Den kaller deg dit. Den viser deg kontinuerlig veien ved at den skjærer gjennom krattet og buskvekstene fra den andre siden og slik forbinder seg med Sinnet og Kroppen. Slik skaper den veien, selv om den som jeg har nevnt

aldri *insisterer* på at du skal ta nettopp den veien.

Det skyldes at Sjelen vet at det finnes flere veier til toppen og at det ikke er noen «riktig metode» som fører dit. Noen veier er *kjappere enn* andre, men *kjappere* betyr ikke best. Det betyr ganske enkelt *raskere*.

---

«Raskere» betyr heller ikke nødvendigvis mindre utfordrende. Det vil si at den er mer direkte og inneholder mer meningsfull fremgang med hvert steg. Den vil derfor krever mindre tid og krefter.

Her brukes ordet «raskere» innenfor sammenhengen av tid slik den måles på jorden. Det henviser til antallet måneder eller år det vil ta for et menneske på Den Hellige Reisen å nå frem til Fullbyrdelse. Og *Fullbyrdelse* min venn, det er det Reisen dreier seg om.

---

Fullendelse er målet.

Det er planen.

Det er lengselen, ønsket og begjæret.

Det er målet, det vi sikter på, intensjonen og ambisjonen.

Det er bronseringen. Det er den Hellige Gral.

Det som trengs å klargjøres nå er hvordan vi når Fullendelse.

Hvordan «ser det egentlig ut?»

Hvis Sjelens Agenda er å nå Fullendelsen av Sin Hellige Reise (og det er det) så finnes det egentlig kun et spørsmål i livet som er viktig.

*Hvordan tjener det jeg gjør akkurat nå min sjels agenda?*

## En Fullbyrdet forklaring av «Fullendelse»

SLIK ER DET. Fullendelsen av Den Hellige Reisen er Sjelens Agenda. Det er kun gjennom å erfare at Kroppen, Sjelen og Sinnet når Fullbyrdelse av Den Hellige Reisen at Totaliteten av Deg kan fullende sin Guddommelige Hensikt.

Vi har fremdeles ikke snakket om denne Hensikten (men vi vil gjøre det på en omfattende måte i kapittel 14). Vi har heller ikke snakket om Det Eneste Som Virkelig Betyr Noe.

En ting av gangen.

Men vit dette. Sjelens Agenda, Den Hellige Reisen og Den Guddommelige Hensikt er fasetter av den samme diamanten.

---

Daglig skriker Kroppen og Sinnet ut sin forvirring: *Det er så mye å se. Det er så mye å gjøre. Det er så mye som kan gi nytelse og så mye å være redd for. Så mye å bli oppspilt på grunn av og bekymre og beklage seg over. Så mye man kan bruke tida på. Hva skal jeg fokusere på? Hva skal jeg gi min oppmerksomhet?*

Sjelens daglige respons på Kroppen og Sinnets fortvilte skrik er å fortelle Totaliteten av Den Du er hva den skal fokusere på og gi oppmerksomhet til.

Kroppen og Sinnet er for sin del ikke alltid helt overbevist om at dette er «måten å gjøre det på». En av grunnene er at det å følge Stien ikke alltid virker forlokkende på kropp og Sinn. Det kan virke langt mindre spennende enn å begi seg ut på eventyr i de utforskede deler av skogen en snøfull aften. Sammenlignet med et slikt eventyr virker Stien iblant trettende kjedsommelig.



Det at Reisen har blitt beskrevet som «hellig» betyr ikke at man ikke kan søke og oppleve glede i verdslige ting. Det betyr slett ikke at man ikke kan glede seg over livets festligheter eller at man ikke skal gripe all den jordiske og menneskelige glede man kan.

Sannheten er stikk motsatt. Siden det vil bli mindre og mindre for deg å bekymre deg over – og etter hvert slett ingen ting å være redd for – så vil du endelig være i stand til å leve livet helt og fullt.

Men, hva vil det «si» å leve livet «helt og fullt»? Hvordan ser egentlig et fullt liv ut? Er det et liv fylt med alt du har oppnådd? Med berømmelse? Med Suksess. Med kjærlighet til familien? Med barna oppdradd og sendt avgårde på sine egne fantastiske reiser? Er det å ha gjort og erfart mange ting? Nøyaktig hva er egentlig et «helt og fullt» liv?

Det er et liv som gir den største tilfredsstillelse, et liv som transcenderer alle disse tingene. Det er et liv som følger Sjelens Sti.

---

*En viten fra sjelen:*

Når essensen  
blir utfoldet  
og utfoldelsen  
blir erfaring har  
Helheten av den  
Du er opplevd  
guddommelighet.

Når du følger Sjelens Sti opplever du at du gjør mange, muligens alle, de sakene du ville ha gjort hvis du hadde forlatt stien – men grunnen til at du gjør dem er annerledes. Du gjør dem på en flunkende ny måte som medfører Kroppen og Sinnets fulle fysiske utfoldelse av Sjelens metafysiske essens.

Når den metafysiske essens nedfelles i fysisk uttrykk blir Erfaring og Bevissthet En, slik at Totaliteten av Deg oppnår Fullbyrdelse. Når Helheten av Deg oppnår Fullbyrdelse vil du romme den

største glede du noensinne kan forestille deg. Henrykkelsen av at guddommelighet strømmer gjennom deg, som deg.

Den påfølgende biten av informasjon er meget betydningsfull: *Denne opplevelsen er ikke en engangssaffære.* Den kan forekomme mange ganger i løpet

av et liv. Når sant skal sies så kan det forekomme mange ganger i løpet av en eneste dag. For å være helt ærlig så er Sjelens Agenda å skape de perfekte forholdene for at det skal skje *i hvert eneste øyeblikk*, slik at hvert eneste øyeblikk blir en Hellig Erfaring. Det er hva som menes med å leve et «helt og fullt liv».

(Ta en titt på *The Holy Experience*. En bok som beskriver møtet med livet på denne spesielle måten. Boken kan lastes ned gratis på [www.cwgportal.com](http://www.cwgportal.com).)

---

Kanskje du allerede visste at Sjelens Agenda er noe du burde være oppmerksom på, men du har kanskje ikke vært klar over hvor viktig dette er for ditt personlige jordiske velvære?

Det dreier seg ikke bare om ditt åndelige velvære, men også om ditt psykologiske, fysiske, følelsesmessige, sosiale og til og med finansielle velvære.

Det er intet i livet som kan gi deg sikkerhet, helse, fremgang, glede og indre fred raskere eller i større overflod enn det å finne Fullbyrdelse. Dette er selvfølgelig stikk i strid med hva du har blitt fortalt. Det er svært mange andre ting, har du blitt fortalt, som du må være oppmerksom på.

Du har blitt fortalt at for å finne lykken må du finne den rette gutten/jenta, bilen, jobben, huset, ektefellen, barna osv. Deretter må du få en bedre jobb, et flottare hus, den riktige forfremmelsen, barnebarna, det grå håret, hjørnekontoret, pensjonsklokka, sykdommen, gravplassen og så komme deg ut av det hele.

Noen har blitt fortalt at de må adlyde Guds bud og gjøre Guds vilje, følge Guds lov, spre Guds ord og kjenne Guds vrede. Siden du vil be om Guds nåde når du møter Guds dom – og der, avhengig av dine synder, kan det hende at du ikke får den, men istedenfor blir dømt til evig og utholdelige tortur i helvetes flammer.

Du har blitt fortalt at den Sterkeste Overlever og at Seierherren tar Hele Kaka. De Hyggelig kommer Sist og Den som har De største Lekene Vinner: Alle Må Klare seg som best de Kan og Målet hellige Midlet. Penger Gror Ikke På Trær og du skal Sees og ikke Høres og Hold deg på Matta og som du

Reder Ligger Du.

Du har også blitt fortalt at det bare er en vei til Frelse og at det er Oss mot Dem og du kan ikke Kjempe Mot Makta. Du skal aldri Stikke Nakken ut for Hogg og du kan ikke både Spise Kaka og Beholde den. Du må heller aldri selge skinnet før Bjørnen er Skutt.

Hodet ditt har blitt fylt med utallige budskap som er med på å skape en dag til dag virkelighet som er så uhyre fjernt fra den virkelige grunnen til at du er her på Jorden at det er et mirakel at du overhodet er i stand til å finne glede og tilfredsstillelse i livet.

---

Nå blir du fortalt at det *eneste* som virkelig betyr noe ikke har noe med alt dette å gjøre. Den manglende puslespillbrikken dreier seg om hvordan du Fullbyrder din Sjels Hellige Reise.

Kan det være sant?

Det kan det - og det er det.

Men slapp av; Du vil ikke bli nektet det Gode Livet selv om du tar den veien Sjelen ønsker. Fullbyrdelse av Sjelens Agenda vil gi deg alt det Kroppen og Sinnet gir beskjed om at de ønsker å oppleve. Dette dreier seg ikke om å forsake en del av livet for en annen del.

Stol på det. Hvis du er oppmerksom på Sjelens Agenda og det som kreves for å fullbyrde den så vil resten av Livet – ikke bare det du ønsker deg, men absolutt alt du kan forestille deg at du har behov for – ordne seg. Det vil skje helt av Seg selv.

Eller for å sitere en mer velformulert uttalelse:

*Gå ikke rundt og spør  
«Hva skal vi spise, Hva skal vi drikke.  
Hva skal vi kle oss i?»  
Søk først himmelens rike  
og alt annet vil bli gitt dere.*

«Himmelens rike» og «Fullbyrdelsen av den hellige reisen» refererer til den samme erfaringen. Problemet med begge uttrykkene er at ingen i det siste (om noen gang) har forklart og beskrevet til deg hva denne erfaring *er*, eller hvordan oppnå det.

---

Himmelens rike er ikke et fysisk sted. Det er en Tilstand. Når sant skal sies så er det tilstanden av å være «Fullbyrdet». Det er derfor perfekt at de to frasene brukes om hverandre.

Det er bokstavelig talt «himmelsk» for mennesker å befinne seg i en «tilstand» hvor det ikke er noe de trenger å gjøre eller få for å erfare indre fred, absolutt kjærlighet og perfekt henrykkelse. Det skjer når Alt Som Finnes og alt man noensinne kunne ønske seg er fullt tilstede, uttrykt og erfart Akkurat Her Akkurat Nå.

Du er Fullbyrdet.

Sjelens Agenda er å føre Helheten av Deg til denne Tilstanden, slik at det aspektet av livet som heter «deg» kan uttrykke, erfare, utvise, demonstrere og personifisere det aspektet av Livet som kalles Guddommelighet.

Dette er ditt grunnleggende Instinkt.

---

Overlevelse er primærinstinktet til de fleste kjemiske og biologiske livsformer. Det er det som får blomsten til å vende seg mot solen. Det er det som får fugler til å trekke til Syden. Det får skilpadder til å trekke seg inn i sine skall, løver til å brøle og klapperslanger til å klapse.

Men overlevelse er ikke det primære instinktet til mennesker eller andre sansende skapninger som har utviklet seg til å bli Selvbevisste. For slike skapninger er det primære instinktet Guddommelighet.

*En viten fra sjelen:*  
Det Himmelske  
Rike er ikke  
et sted.  
Det er en tilstand.

Hvis ditt primære instinkt var overlevelse ville du alltid løpe vekk fra det brennende huset. Men du løper inn i flammen fordi du hørte gråten fra en baby. I det Øyeblikket *dreier det seg ikke først og fremst om å overleve.*

Hvis ditt primærinstinkt var overlevelse ville du komme deg unna mannen med pistol. Men du stiller deg mellom ham og personen han sikter på. I det Øyeblikket *dreier det seg ikke først og fremst om å overleve.*

Det er noe dypt inni deg, som er vanskelig å beskrive eller sette ord på, som i slike Øyeblikk får deg til å demonstrere den høyeste utgave av Den Du Virkelig Er.

Når folk som har gjort dette i ettertid blir intervjuet av aviser sier de det selvfølgelig ikke på denne måten. De sier at de handlet *instinktivt*. Men det kan i hvert fall ikke ha vært overlevelsesinstinktet som gjorde det, siden selve handlinger skjer på tross av ønsket om å overleve. Allikevel var de uten frykt – til og med uten fryktsomme tanker – i det Øyeblikket. Det kommer av at Den De Virkelig Er vet at det ikke dreier seg om å overleve. Den De Virkelig Er vet at overlevelse er garantert. Det er ingen spørsmål eller tvil rundt om de vil overleve, Spørsmålet er Hvordan? Og i hvilken form? Og Hvorfor? Med hvilken hensikt?

Disse spørsmålene blir i øyeblikk av selv–realisering Livets Eneste Spørsmålsstillinger. Og i øyeblikk av selv-realisering så svarer Sinnet og Sjelen *øyeblikkelig* med unison røst.

---

Som menneske vises dine primære instinkter tydelig når Den Fullendte Skapningen du er blir Fullstendig Husket, Gjenskapt, Reintegrert og Gjenforenet med Guddommelighet.

På samme måte som den minste cellen i deg er del av din kropp, så er hver eneste bit av det fysiske Livet en del av den Guddommelige Kropp. Når Sinnets Erfaring og Sjelens Visdom går sammen om å frembringe opphøyet Bevissthet så velger mennesker nok en gang å erfare seg selv som en del av Den Guddommelige Kropp. Det er derfor de sies å del –ta (re-member)i den Guddommelige Fullbyrdelse.

Det er *dette* som menes med fullendelsen.

## Utviklingen Stopper Aldri

ERFARINGEN AV FULLBYRDELSE er ren ekstase for Helheten av Deg, siden gjenforeningen og enheten av din ånd med Ånden (med stor Å) er en Hellige Gjenforening (re-membering).

Det er en hjemkomst.

Jeg Gjentar ordene til Em Claire...

Med stor uskyld  
 rodde jeg ut på det åpne havet  
 og har vært hjemmefra så lenge  
 at jeg ikke vil gjenkjenne mitt eget ansikt.  
 Men jeg vet at Hjemme  
*Hjemme*  
 husker meg.

---

Den Hellige Bevissthet kan inntre i ethvert øyeblikk og i mange øyeblikk under en persons liv.

Det er den Hellige Reisens Natur som gjør det mulig, siden reisen er syklisk og fullbyrdes på nytt og på nytt på stadig nye nivåer av manifestasjon. Det kan sammenlignes med å gå gjennom skolen og gjøre ferdig et klassetrinn om gangen.

I tredje Klasse møter du på nytt det du ble introdusert for i Første og Annen Klasse, men *nå har du muligheten til å anvende det*. Du vil også møte ting

du ikke har støtt på før: nye og større utfordringer som gir en mulighet til å mestre mer.

Selv om den antagelig er brukenes så er ikke denne analogien perfekt. Det kommer av at Livet ikke er en skole (selv om mange åndelige ledere har fortalt deg at det er det). *Du har ikke behov for å lære noe som helst.*

---

Akkurat som frøet, til treet utenfor vinduet ditt, hadde med seg alle kodene det trengte for å vokse til å bli et slikt tre, så ankom du dette stedet medbringende alt du trengte å vite for å bli alt du var skapt for å være.

Som en del av din koding har du blitt gitt en høyere grad av Bevissthet enn treet. Selv om du på mange måter ikke er så forskjellig fra treet. Dere gror begge i stadier. På samme måte som årringer i treet representerer hver fase av ditt liv en spesifikk periode av vekst.

*En viten fra sjelen:  
Du trenger ikke å  
lære noe som helst.*

På samme måte som et tre har mange årringer, så avslutter du en vekstfase og begynner en ny hundrevis av ganger i et enkelt liv – og i sannhet, *du har gjort dette.*

Hver eneste gang du er Fullbyrdet så etableres en ny og utvidet agenda. Dette

gjøres for deg, av deg.

*Det er det du holder på med akkurat nå.*

Hva ellers skulle det være som foregikk?

---

Har du en forestilling om at du lever i en ond og nådeløs verden? Har du konstruert en opplevelse av at Livet er mot deg og at du ikke føler deg verdsett og velsignet, men i verste fall opplever deg selv som uverdigg?

*Intet kan være lengre fra sannheten.* Den er, når sant skal sies, nøyaktigg motsatt. Livet gir deg denne invitasjonen nettopp fordi du er *dypt* verdsatt, *rikelig* velsignet og *strålende* verdifull. Du har blitt fullbyrdet tidligere og gjor

det igjen. Denne gangen vil du flyttes opp på neste nivå, siden du alltid søker videre.

Slik er Sjelens Agenda og denne prosessen. Elskede, det kalles utvikling. Du er en Levende Demonstrasjon av denne prosessen.

---

Utvikling er ikke en prosess som tar slutt. Fullbyrdelse betyr derfor ikke at du *har gjort noe helt ferdig*.

På Den Hellige Reisen er det umulig å «fullbyrde Fullbyrdelsen». Det skyldes at i det øyeblikk du når Fullbyrdelse så unnfanger Sjelen en enda større erfaring. Men dette er ikke en kilde til frustrasjon. Du vil aldri ønske at denne prosessen skal ta slutt. Den velsignede henrykkelsen av å utvikle seg til stadig høyere nivåer av Guddommelighet er den ultimate tiltrekning. Det er Livet som tiltrekkes av Mer Liv. Det er Gud som tiltrekker seg Gud. Det er den Guddommelige Impuls i deg.

---

Ditt primære instinkt, den Guddommelige Impuls er at du i ethvert øyeblikk er alt det som det er mulig for deg å være. Det er den indre følelsen som trekker i deg hvert eneste sekund og under hvert eneste steg på veien. Det er din største sannhet, din høyeste kjærlighet, din dypeste visdom, din største medfølelse, den mest omfattende forståelsen, den største tilgivelsen, den lengste tålmodigheten og det største motet – det er alle og hvert eneste av disse aspektene av Det Guddommelige. På samme måte som det er talløse andre aspekter, for det Guddommelige er ubegrenset Guddommelig på et ubegrenset antall måter.

---

Du husker kanskje at tittelen på kapittel 11 var «Det viktigste spørsmålet i ditt liv» og du ble fortalt at denne undersøkelsen gjaldt *Hvordan tjener det jeg gjør akkurat nå min Sjels agenda?*



En annen utgave av samme spørsmål kan være: *Hvordan velger jeg at Guddommelighet uttrykkes gjennom meg på største mulige måte i dette øyeblikket?*

I ditt svar finnes en sann handling av skapelse. I ditt svar finnes et ekte eksempel på Fri Vilje. I ditt svar finnes Gud i ferd med å handle som Gud.

---

Gud er det du sier at Gud er.

Kjærlighet er det du sier det er. Sannhet er det du sier er sannhet.

*Intet har en annen mening enn det du gir det.*

Er det mulig for deg å leve i en slik verden? En verden uten absolutter. I en slik verden er Du den som Avgjør.

I denne verden er det du som Bestemmer. I denne verden er du Skaperen.

Dette er Himmelen Kongedømme. Det er ikke et kongedømme hvor andre har bestemt alt for deg. Tvert i mot så er det et kongedømme hvor det er opp til deg å bestemme alt. Det er i sannhet «himmelen».

Her tilber du ikke noen andre, men behandler deg selv som kongelig.

Vil du kunne tåle å leve i et slikt kongedømme? Kan du klare å behandle deg selv som den Aller Høyeste istedenfor som noe langt nede på rangstigen?

Virker det som en vanhelligelse å bruke en slik frase for å beskrive deg?

Da kommer jeg med gode nyheter. Du er ikke ekskludert fra, men inkludert i definisjonen og beskrivelsen av det Aller Høyeste.

---

I begynnelsen var ordet, og ordet ble gjort til kjøtt og blod og bodde blant oss. Slike ord har blitt sagt på hundrevis av måter i tusenvis av øyeblikk i flere millioner år. Noen av disse måtene var Adonai, Allah, Brahman, Elohim,

*En viten fra Sjelen:  
Himmelen er ikke  
et kongedømme  
hvor du tilber noen  
andre. Det er et  
kongedømme hvor  
du behandler deg  
selv som kongelig.*

God, Hari, Jehova, Krishna, Lord, Rama, Vishnu, Yahweh...

... Det er ingen av disse som ikke inkluderer deg.

På begynnelsen av denne utforskningen ble du fortalt at du har fått en spesiell invitasjon fra Selve Livet. Den invitasjonen vil nå bli uttalt som et spørsmål.

Vil du tillate deg selv å gjenskape deg selv i hvert Gylne Øyeblikk av Nå, i den neste storslåtte versjonen av den største visjonen du noensinne har hatt om Hvem Du Er?

Vil du med vitende og vilje gi Guddommelighet erfaringen av å kjenne seg selv og vise seg selv i, som og gjennom deg?

---

«Du er godhet, nåde, medfølelse og forståelse. Du er fred, glede og lys. Du er tilgivelse, tålmodighet, styrke og mot. En hjelper i nødens time og en trøster i sorgens stund. En som helbreder skader og en lærer i forvirringens tid. Du er den dypeste visdom og den høyeste sannhet; den største fred og den høyeste kjærlighet. Du er disse tingene. Det finnes øyeblikk i livet hvor du har kjent deg selv som disse tingene. Velg nå å alltid kjenne deg selv som disse tingene.»

*- Himmelske samtaler, Bok 1*

## Veien, Målet og Meningen

DET IKKE FREMMET en eneste forestilling, eller blitt antydnet noe som helst, om at det man *gjør* er irrelevant eller uviktig i prosessen med å Uttrykke Guddommelighet i noe av det som er sagt hittil.

Alt i Livet – inkludert den såkalt «spirituelle» delen av Livet – involverer «gjøren». Alle gjør alltid et eller annet. Det er umulig å ikke gjøre noe.

Til og med når du sover holder Kroppen og Sinnet på med ymse saker. Hjertet slår, håret vokser, drømmer drømmes, ja noen ganger løser de til og med alle problemene dine.

Du holder alltid «på med noe». Spørsmålet er ikke, «Hva driver du med når du er våken og helt bevisst?» Spørsmålet er, «Hvordan og Hvorfor?»

Svaret på det spørsmålet finner du i svaret du tar til deg angående meningen med alt som skjer, og rollen du kommer til å spille i det hele – selv når din rolle kun er observatørens.

(Når sant skal sies finnes det ikke noen rolle hvor man kun er observatør. Kvantefysikk forteller oss at intet som blir observert forblir upåvirket av den som observerer. Det betyr at til og med den enkle handlingen det er å observere noe påvirker det observerte, uansett om det er nært eller langt borte.)

Så uansett om det du gjør i en situasjon eller i forskjellige øyeblikk av livet bare er å observere eller er mer aktivt – så husk alltid dette. «Gjøren» *demonstrerer* hvem du er, det skaper det ikke.

Størstedelen av menneskeheten har snudd dette opp ned.

---

Sjelens Sti er søken etter å virkeliggjøre deg selv Som Den Du Er. Gjennom livet beveger du deg hele tiden mot SelvRealisering. Når du foreviser Den Du Er oppnår du SelvRealisering, og når du har nådd fullendelsen av Den Hellige Reisen har du oppfylt din Guddommelige Hensikt.

Det kan forekomme mange ganger i livet, noe det også gjør.

Du har opplevd mange øyeblikk hvor du har uttrykt kvaliteter som er Guddommelige. Din egen ydmykhet (eller kulturen du kommer fra) hindrer deg kanskje i å bruke den merkelappen, eller snakke om det på en slik måte. Men en rose er en rose uansett hva slags navn du gir den. Du har utfoldet deg med storslagenhet ved mange anledninger.

Akkurat nå, under denne enestående epoken av menneskehetens utvikling, hvor du beveger deg fremover med utvidet bevissthet og en mye høyere sensitivitet i forhold til alt enn tidligere, er det viktig å forstå at det å utvise Guddommelighet ikke alltid ser ut som det du ville kalle den «lette» veien.

Som jeg allerede har nevnt er det mange som virkelig opplever mer glede, når flere mål og arbeider mer effektivt når de stilles overfor store utfordringer, enn når alt går greit. Under slike omstendigheter er det ikke sikkert at «lett» hverken er «bedre» eller «raskere». Kanskje livet allerede har vist deg at den korteste veien ikke med nødvendighet er den kjappeste veien.

---

Selv om Sjelens Sti ikke alltid er den veien som har færrest utfordringer så vil det alltid vise seg å være den «beste» veien når Totaliten av Den Du Er velger å gå dit det er riktig for den akkurat nå. Denne viten om det riktige er basert på resultatet av alle dine tidligere valg og bestemmelser.

Det Sjelen ser på som det «beste» er det som sannsynligvis vil gi mulighet for den høyeste utfoldelsen av den neste erfaring som Selvet har valgt med utgangspunkt i Livets Guddommelige Hensikt.

Selvfølgelig finnes det en slik hensikt. Hverken Sjelens evige reise eller den pågående livssyklusen er uten hensikt. Det er en *grunn* til det som skjer.

*Livet har hensikt og mening. Alle mennesker lengter etter å vite hva det er. De fleste har fortsatt ingen klar forståelse.*

Sjelen din skyter ikke spurv med kanoner. Den forflytter seg ikke gjennom Tid og Rom, for evig tid, uten å ha en klar hensikt. Tvert i mot så er sjelens hensikt meget tydelig.

Husk det som ble sagt. Når Den Guddommelige Hensikt fullbyrdes vil Sjelen ha nådd Fullendelsen av Den Hellige Reisen – noe som skjer i stadier. La oss derfor diskutere denne saken som kalles Guddommelige Hensikt.

---

Livets Guddommelige Hensikt er å brukes av det Guddommelige til å uttrykke Guddommelighet for at Guddommelighet skal erfare alle Guddommelighetens aspekter.

Kort sagt så anvender Gud livet for å erfare seg selv.

Guddommelighet kan kun erfares gjennom at den *utfoldes*. Man kan forestille seg Guddommelighet, tenke på den. Sjelen kan romme bevisstheten om dens tilstedeværelse. Men før den uttrykkes er den kun et konsept. Hvis den ikke uttrykkes kan den ikke erfares.

*En viten fra Sjelen:*  
Guddommeligheten  
må uttrykkes  
for å erfares.

Du kan prate om Kjærlighet. Du kan forestille deg kjærlighet og tenke på det og ha en forestilling om kjærlighet. Men du vil først kunne erfare den når du utfolder den.

På samme måte kan du snakke, tenke og forestille deg Medfølelse, men du vil ikke erfare den før du er i stand til å uttrykke den.

trykke den.

Du kan snakke om Forståelse. Du kan forestille deg forståelse og tenke på den og ha en forestilling om forståelse. Men du kan ikke erfare den før du opplever den.

På samme måte kan du snakke om, tenke på og forestille deg Tilgivelse, men du vil ikke erfare den før du er i stand til å oppleve den.

---

For å hjelpe Sinnet til å få taket på dette kan vi bruke den delen av menneskets liv som kalles Seksualitet. Du kan snakke om Sex, forestille deg Sex, tenke på Sex og ha en forestilling om Sex, men du vil ikke erfare det før du har utfoldet det.

Guddommelighet er alle disse tingene og mye mer. Det er Tålmodighet og Vennlighet, Godhet og Nåde, Aksept og Overbærenhet, Visdom og Klarhet, Mildhet og skjønnhet, Uselviskhhet og nobilitet. Gavmildhet og Hjelpsomhet. Og... ja... mye mye mer...

Du kan forestille deg alle disse sakene. Tenke på alle disse sakene. Ha en forestilling om alle disse sakene i din bevissthet. Men frem til du *opplever* alt dette *i* deg selv, *gjennom* deg, *som* deg, så har du ikke erfart Guddommelighet.

Du vil heller aldri få muligheten til å oppleve alle disse tingene hvis ikke livet sørger for å gi deg denne muligheten. Men det er nettopp det livet gjør daglig. Det er Livets Hensikt.

Slik har det seg at Livet gir deg utfordringer, vanskeligheter og bestemte betingelser og hendelser som er egent for å frembringe det beste i deg. «Du skal ikke dømme eller fordømme», men være som et Lys i mørket. Slik vil du kunne kjenne Den Du Virkelig Er – og alle de livene du berører vil også kunne kjenne hvem de virkelig er gjennom ditt lysende eksempel.

---

Mens ideen om at «Gud bruker livet til å erfare og kjenne Guds selv» neppe er ny for deg, ville du kanskje allikevel være interessert i å vite mer om *hvorfor* Gud fungerer på denne måten.

Her kommer forklaringen.

Gud kan ikke erfare alt det Gud er i den spirituelle dimensjonen, siden i denne dimensjonen er det intet som ikke er Gud. I den spirituelle dimensjonen er Gud alt som er. Kjærlighet er alt som er. Perfeksjon er alt som er. Det er et vidunderlig sted siden det er intet annet enn Guddommelighet der. Kort sagt så er det hva du vil kalle Himmelvei.

Men det er preget av denne ene betingelsen. Det finnes intet som ikke er Gud. Og i fraværet av det Gud *ikke* er... er det umulig å *erfare* det Gud er.

---

Det samme kan sies om deg. Du kan ikke erfare det *du* er, unntatt i nærvær av Det Du Ikke Er. Det er heller ikke mulig å erfare noe somhelst hvis det ikke befinner seg i et Kontekstuel Felt som inneholder sin motsetning.

Lys kan ikke erfares uten mørke. «Opp» har ingen mening uten «ned». «Hurtig» blir kun et ord uten mening uten «sein».

Kun i nærvær av noe som er «lite» kan Det som er «stort» erfares. Vi kan si at noe er «stort. Vi kan forestille oss at noe er «stort», men i fraværet av noe som er «lite» kan ikke «stor» erfares.

På samme måte kan ikke «uendelighet» erfares i fraværet av noe som er «endelig». Satt i teologiske rammer så kan vi konseptuelt vite om Guddommelighet, men ikke kjenne det erfaringsmessig.

Derfor er det slik at alle menneskene og hendelsene i livet ditt – nå eller i fortiden – som tilsynelatende er i konflikt med den du er og det du velger å erfare, er rett og slett gaver fra din høyeste kilde. Skapt og kommet til deg gjennom samarbeid med medskapende sjeler, slik at du kan oppleve deg selv innenfor et kontekstuel felt hvor den største erfaringen av Den Du Virkelig Er blir mulig.

*Jeg har ikke sendt deg annet enn engler.*

Det er en erklæring verdt å huske. Her har det blitt sagt at din evige Hellige Reise har en hensikt, noe den virkelig har. Det er en Hensikt etablert av Guddommeligheten selv.

*Den Guddommelige Hensikt er å utvide Guds Virkelighet.*

---

Sagt med enkle ord (og dette *er* enkle ord), Gud vokser – blir mer av seg selv – gjennom den prosessen som kalles Livet. Gud er denne prosessen.

Gud er både Livet og Prosessen... og resultatet av det.

Følgelig er Gud både Skaperen og det Skapte. Alfa og Omega. Begynnelsen og Slutten. Den ubevegelige beveger. Den ikke iakttatte iakttager.

Sagt med mindre enkle ord så kan ikke Gud vokse. Siden alt Gud noensinne var, er eller vil bli, Er Nå.

Tid finnes ikke, heller ikke Rom (Space). Derfor er det ikke noen tid vi kan vokse gjennom, eller noe rom vi kan vokse i.

Livets syklus inntreffer samtidig, overalt. Det menneskeSinnen ønsker å kalle Guds «vekst» er kun Gud som erfarer mer og mer av seg selv gjennom at individualiseringene av Gud erfarer mer og mer av seg selv. Dette kalles evolusjon.

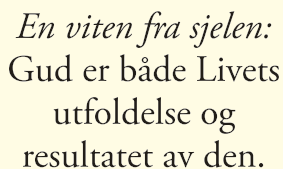
Det ble oppnådd gjennom at Helheten delte Seg selv (må ikke forveksles med å atskilles fra seg selv) fra Seg Selv ved å gjenskape seg selv i mindre og bestemte former.

Ingen begrenset form, nettopp på grunn av at den er begrenset, kan holde den uendelige og ubegrensede varen og bevissthet og slik erfare Helheten. Samtidig ble hver enkelt individuell form designet for å gjenspeile et spesielt aspekt av selve Guddommeligheten. Gjennom å sette sammen alle disse aspektene, på samme måte som man føyer sammen bitene i et puslespill, skapes et bilde av det som alle bildene til sammen skaper.

Nærmere bestemt: Gud

Alle bitene er en del av bildet, men ingen biter er mindre delaktige i bildet enn noen andre.

*Fatter du tegninga?*



*En viten fra sjelen:*  
Gud er både Livets  
utfoldelse og  
resultatet av den.

---

Nå er det slik at noen Livsformer har blitt utstyrt med et tilstrekkelig nivå av Essensiell Essens (energien som alle ting springer ut av) til å skape muligheten for at den Essensen skal *vite om seg selv*.

Dette er den kvaliteten som kalles Selv Bevissthet og som finnes i enkelte levende former.

Menneskelig Liv (vi har også en velbegrunnet mistanke om at det gjelder



skapninger andre steder i Universet) er designert på en slik måte at det vi kaller «utvidelse» av Bevissthet og Erfaring er muliggjort. Det vil si at menneskelig bevissthet kan utvides til at en nok en gang erfarer seg selv som en del av Helheten.

Jesus sa for eksempel: «Jeg og Faderen er ett.» Hans forståelse av sitt forhold til Gud var perfekt. Han forsto at bildet puslespillet fremstilte ikke ville være fullbyrdet uten ham. Han var Fullbyrdelsen.

Det er vi alle sammen.

Ta vekk en brikke fra puslespillet og det kan ikke Fullbyrdes.

Erfaringen av å bli helt Bevisst om seg Selv skjer gjennom en prosess hvor den Individualiserte Utgaven ikke egentlig vokser, men egentlig bare blir mer og mer klar over at den ikke trenger å vokse, men i sannhet er, i sin individualiserte utgave, Guddommelig i seg selv.

Den individuelle spillebrikken gjenkjenner seg selv som selve Puslespillet.

---

Denne spektakulære psykologiske, fysiske og teologiske overgangen til dette høyere stadiet av Selv- Bevissthet skjer kun en eneste gang i utviklingsprosessen til hver eneste sansende rase i kosmos – det er nøyaktig det som foregår med den menneskelige rase akkurat nå.

I det aller første kapitlet av denne boken uttalte vi: «Det skjer noe veldig uvanlig på planeten akkurat nå.» Det var ikke en spøk.

## Hvordan det hele virker

HISTORIEN OM MENNESKEHETENS inntreden i det kosmiske fellesskap av Høyt Utviklede Skapninger er allerede fullbyrdet og innrisset i EvighetsNået.

Det har allerede skjedd på det stedet av Tid/Ikke tid. Det er bare Gjennkjennelsen av Historien når vår våkne Bevissthet skuer ut over den, som gjenstår. Det som gjør denne Historien virkelig for oss er at vi bevitner den.

---

For virkelig å fatte det som står overfor hold en DVD av din yndlingsfilm i hånden. *Legg merke til at hele historien allerede finnes på platen.*

Når du setter på Dvden og ser på historien som utspilles, så vet også du at det hele allerede har skjedd. Spilleren finner ikke på historien mens den spiller. Den gjør bare historien som allerede er innspilt tilgjengelig. Den projiserer en bitteliten del av det som allerede finnes i hel og fullstendig utgave på skjermen, bilde for bilde. Det får det til å *virke som* om det *utfolder seg* bilde for bilde, selv om du vet at alt allerede finnes på platen, helt frem til filmens slutt.

Du kan spole fremover og se hvordan historien utfolder seg hurtig og utenfor sann tid (slik du forstår reell tid). I det sanne livet vet vi alle hvordan «tiden flyr» når vi har det gøy. Du kan også se historien utfolde seg i sakte film – mange vil sverge på at de har sett et kritisk øyeblikk i livet utfolde seg *som om alt gikk i langsom film.*

Det er så nært denne fortellingen med bruk av en enkel illustrasjon kan

forklare hvordan Sinnet omfavner nøyaktig det som utfolder seg i livet.

Vit dette: Alt som en gang var, er eller vil komme... er nå. Universet er fullt av fortellinger. Alle har allerede utfoldet seg. De venter bare på at vi skal bevitne dem.

Ønsker du virkelig å forstå hva dette betyr? Ta en titt på nattehimmelen. Det du betrakter har allerede skjedd. De blinkende stjernene blinket for mange år siden – for mange *lysår* siden. *Forestiller du deg at du ser på det som skjer akkurat nå?* Det du ser på har *allerede skjedd*.

*Tusenvis av år tidligere.*

For øvrig er det dette som gjør at du vet at intet forferdelig vil skje med Planeten Jorden. Med det mener jeg at intet som er fullstendig og totalt katastrofalt på nivå av en planetarisk katastrofe. Vi kommer ikke til å bli utslettet fra himmelhvelvet av en meteoritt. Det vil heller ikke forekomme en eller annen form for galaktisk katastrofe som utsletter menneskeheten. Hvis dette skulle skje, *så ville det allerede ha skjedd og vi ville ikke vært her i vår menneskelige utgave for å betrakte det.*

Det faktum at vi er her for å bevitne Livet er vårt bevis på at Livet fortsetter. Den eneste grunnen til at dette ikke er selvinnløsende for deg er hvis du tror det finnes en «fremtid». «Fremtiden» er Nå. Det eksisterer bare dette Øyeblikket. Derfor ville ikke Øyeblikket finnes hvis «fremtiden» inneholdt vår forsvinning.

---

Ville det ikke være ironisk hvis et mikroskopisk titt på DVD ens buede kant avslørte en sammenstimling av Sub-molekylære partikler som så ut akkurat som virvlende galakser?

Er det så absurd å forestille seg at MelkeVeien er en av millioner av DVD er (Divine Visions Demonstrated) i Guds samling av hjemmefilmer.

Er det vanskelig å tro på dette? Greit nok. Det er kanskje litt vel fantasi-fullt. Vel i det minste ordene, men ikke fysikken. Det får deg kanskje til å undre når fysikere erklærer at hele universet kan forklares gjennom matematiske formler. Du vet jo allerede at alt som er på en DVD er *digitale data*. Det vil si *matematikk*. Ikke bilder, men digitale symboler som gjennom sin rekkefølge og formulerer *skaper* bilder.

*Det er flere ting mellom himmel og jord  
enn du kan forestille deg Horatio.*

«Hamlet»

Akt I. Scene V.

---

(Utgivers bemerkning: Deler av DVD analogien ble først trykket i *The Storm Before the Calm*, Hay House 2011 (norsk utgave; Stormen før stillheten, Ildsjelen 2012), som var begynnelsen på bøkene i serien Samtaler Med menneskeheten. Dette er den andre. Til sammen tilbyr de to bøkene en Her og Nå invitasjon til å være medskaper av en flunkende ny menneskelige fortelling. Med mange ideer om hvordan hvert enkelt individ kan forandre skapelsen av vår individuelle og kollektive erfaring.)

---

Men hvilken hensikt har det for deg å vite om alt som noensinne var, er og vil skje? Har den slags informasjon noen verdi bortsett fra som esoterisk innsikt?

Den har verdi for den gjør at vi kan vite at alt vil bli bra, *uansett hvordan det blir*. Beviset på det er at du *fremdeles* er her og bevitner hvordan dramaet utspiller seg i din nåtid.

La oss ta i bruk fantasien nok en gang. La oss si at du er i biblioteket til et filmstudio og ser på game celluloid filmer. Forestill deg (dette er slett ikke utenfor mulighetenes ramme) at du har muligheten til å se på forskjellige «innspillinger» av klassiske scener – scener som ikke er inkludert i den ferdige filmen du så først. Se for deg at det finnes filmruller med helt *forskjellige og alternative endelser*.

Eller forestill deg at du sitter på siste rad av et mørklagt teater på Broadway. Om to uker er det premiere på et nytt stykke. Du ser på hvordan både forfatteren og regissøren eksperimenterer med forskjellige utforminger av en scene som ikke har fungert som de ønsker seg.

Se for deg at ditt liv er nøyaktig slik. Forestill deg at en scene ikke har

fungert etter ditt ønske. Ville det ikke være fantastisk om du hadde mulighet til å gjenta den scenen på en forskjellig måte?

Det som avsløres i den «esoteriske kunnskapen» som du nylig fikk del i gjennom eksemplet med DVD-en, er at du *har* muligheten til å innspille scenen på nytt. Det gjelder alle scener og dermed hvilken som helst type scene du ønsker å gjøre noe med?

Vil du ta opp en scene om forræderi på nytt? En scene med sinne. En fortelling om Selv- Oppdagelse. En scene om mislykkethet. Eller en scene om stor glede som ikke ble helt utlevd?

Du kan spille alle scenene du har lyst til om og om igjen, så ofte du ønsker. Det er hensikten med å vite at alt som noensinne var, er og har vært eksisterer *NÅ*. Alle Universets muligheter eksisterer samtidig og du kan bestemme hvilke du ønsker å erfare, *i denne gjennomkjøringen*.

Har du aldri hatt følelsen av «Woow, dette har jeg da vært med på før»?

Deja Vu som kommer fra Fransk og bokstavelig talt betyr «det som allerede er sett» er et fenomen som viser til opplevelsen av at en hendelse eller erfaring allerede har skjedd i fortiden. Det har den.

Å se for deg livet ditt som et skuespill, med deg som hovedfiguren, er kanskje nytt for deg. Men det var hverken ukjent eller fremmed for Mr. Shakespeare, den store dramatikerens som vi siterte tidligere. Han sa...

Hele verden er en scene  
hvor menn og kvinner er skuespillere  
som gjør sine inn og utganger.  
I løpet av livet  
spiller man mange roller.

*«As you like it»*  
Akt II. Scene VII.

---

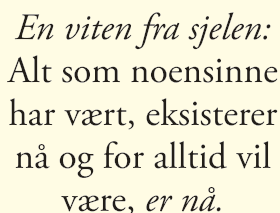
La oss ta en titt på hvordan en scene fra livet kan utspille seg i vår dag til dag virkelighet.

Her er et eksempel...

La oss si at den Guddommelige Hensikt med dette utvalgte øyeblikket er å erfare gjennom deg det aspektet av det Guddommelige som du kaller «tålmodighet.»

Hvis det er tilfelle ville det være mest formålstjenlig for sjelen, som en agent for det Guddommelige, å skape et øyeblikk hvor alt var i sin skjønneste orden og ingen tålmodighet var påkrevd. Eller, som et alternativ ville det være mer formålstjenlig å samarbeide med andre sjeler for å sam-skape en situasjon, betingelse eller omstendigheter hvor du hadde mulighet til å *demonstrere tålmodighet* – og slik *erfare* det og *bli* det?

*Aha*, sier Sinnet. Jeg *Fatter* poenget.



*En viten fra sjelen:  
Alt som noensinne  
har vært, eksisterer  
nå og for alltid vil  
være, er nå.*

Slik kan vi observere at den Guddommelige Hensikt ikke alltid dreier seg om at Sjelen tar det du kan kalle den letteste veien. Men Sjelens sti vil alltid være den enkleste og raskeste veien for å erfare fullbyrdelsen av den Hellige Reisen. Du kan velge å avspille scenene i livet ditt akkurat slik du ønsker. Du kan velge den «letteste» veien (gjennom å unngå alle scener som krever tålmodighet, som vist i

eksemplet) eller velge den «raskeste» veien. I henhold til hvordan du utspiller scenene i ditt eget liv, så kan du få det som du ønsker.

---

Til slutt vil du innse at den raskeste veien også er den mest gledefulle veien – nettopp fordi det å ta i mot de største utfordringene gir den største belønningen. Livet fungerer slik at de setter opp utfordringer du vil møte. Ikke vanskeligheter, legg merke til det, men utfordringer. Ordet utfordring er ikke synonymt med «strabaser». Det første trenger ikke å frembringe det andre.

Du vil antagelig synes at leksikonets definisjon av ordet UTFORDRING

(Challenge) er interessant.

UTFORDING: «*en undersøkelse for å finne sannheten om noe, ofte involverer det søken etter bevis.*»

Hensikten med dine utfordringer er ikke at de skal være strabasiøse kamper, de er *spørsmål*. Den største utfordringen kommer med det største spørsmålet: Hva er sannheten om hvem du er? Hva er beviset?

Hver eneste tanke du tar til deg, hvert eneste ord du ytrer, hver eneste handling du foretar deg er ditt svar. Det er din Sannhet Om Deg Selv. *Og du er beviset på det.*

## Å Gjøre Livet Enkelt

HER FØLGER NOE VIKTIG som du trenger å forstå og vite for at denne delen av utforskningen ikke skal gjøre deg motløs.

Et gammelt menneskelig og tradisjonelt religiøst synspunkt (utforsket i boken *What God Wants*) er at Gud ønsker at mennesker skal bruke lidelse til å rense sine sjeler og forbedre seg. Lidelse er bra. Det gir kreditt og poeng hos Gud, spesielt hvis du lider i taushet og til og med «tilbyr» Gud din lidelse.

Lidelse er en nødvendig del av menneskets vekst og læreprosess og er, enda viktigere, en måte mennesker kan benytte for å bli frelst fremfor sin Gud.

Faktisk så er en hel religion basert på denne troen og fastslår at alle mennesker har blitt frelst på grunn av lidelsen til en person, som døde for de andres synder. Det sies at denne ene personen betalte «gjelden» menneskeheten hadde til Gud på grunn av sin svakhet og ondskap.

I følge denne doktrinen er Gud såret på grunn av menneskets ondskap og svakhet og for å rette det opp igjen, *så måtte noen lide*. Hvis ikke, så ville Gud og mennesket aldri mer kunne gjenforenes. Slik hadde det seg at lidelse ble etablert som en frelsende erfaring.

Det har gjort at livet til mennesker som lider på grunn av «naturlige» årsaker ikke på noen måter kan få avsluttet livet med metoder som ikke er «naturlige»! Når det gjelder dyr som lider kan man ta nåden i bruk og avslutte lidelsen før den «naturlige» døden inntreffer, men det går ikke for mennesker. Det er Gud og Gud alene som bestemmer når lidelsen skal få en ende.

Et resultat av denne læren: Mennesker har i lange perioder utholdt ufattelig lidelse for å tilfredsstille Guds vilje og unngå Guds vrede i livet etter døden.

Millioner av mennesker mener at selv om en person er svært gammel og



har usigelig med lidelse - og står på kanten av døden - så må vedkommende bare tåle det livet har å by på.

Menneskeheten har til og med laget en sivil lov som sier at folk ikke har lov til å ta sitt eget liv og heller ikke må finne på å hjelpe andre med å ta sitt. Det gjelder uansett hvor forferdelig, smertefull og håpløst det er. Lidelsen må få fortsette.

De ortodokse forteller oss at dette er *Guds vilje*.

I denne tiden som vi liker å tenke på som en opplyst tidsalder er det mange (men langt i fra alle) som har forkastet disse tankene. Men dessverre har mange erstattet de med nye forestillinger som ikke er særlig mye bedre. Denne forestillingen antyder at menneskets innebygde lengsel etter å erfare det Guddommelige bare kan gjennomføres ved at man *lider seg* gjennom erfaringen av det som ikke er Guddommelig.

Når sant skal sies kan man forestille seg at en person som har lest avslutningen på forrige kapittel blir temmelig sint og utbryter: «Forteller du meg at Guds ønske om å erfare den Guddommelige Kvaliteten vi kaller «tålmodighet», så må jeg lide meg gjennom *alt* som gir mulighet til det? Forteller du at jeg må lide meg gjennom alle vanskene og utfordringene i livet for at Gud skal *kjenne seg selv*? Unnskyld meg, da sier jeg *nei takk!*

Derfor, før vi går videre på den veien legg merke til denne notisen fra Hovedkontoret:

## GUD BER DEG IKKE OM Å LIDE FOR NOEN ANDRE.

Det er viktig at du holder det i din Bevissthet. Slik at du ikke tar til deg ideen om at du erfarer strabaser og lidelser *som en respons på Guds ønske* om å erfare Guddommelighet.

Når du opplever strabaser og lidelse er det ikke fordi du har svart på Guds ønske, men fordi du har glemt det.

---

Guds største Ønske er å erfare Guddommelighet i sin Fulle Form. Den inkluderer ikke strabaser og lidelse. Det er ikke påkrevd at du erfarer negativitet i noen utgaver for at Gud skal erfare Guddommelighet i alle varianter.

Følelsene som frembringer strabaser og lidelse er produkter av det menneskelige Sinn. Gud gir ingen tilstand merkelappen «ille» eller blir «forbannet» eller «fornærmet» eller «frustrert» på grunn av at spesifikke omstendigheter har oppstått.

Gud forstår at alt som stiger frem er en invitasjon for Guddommelighet til å utfolde seg i sin kommende høyeste form.

På et teoretisk plan kan det hende at du også forstår dette. Men selv om du er en Guddommelige skapning så er du ikke alt det Gud er. Derfor er det forståelig at mens Gud ikke erfarer lidelse, så kan det skje for deg.

En dråpe av havet er fortsatt vann, men den er ikke Havet. Selv om den like gjerne kunne vært Havet på et sub-molekylært nivå, med dens relative størrelse og innflytelse den har på sitt sub-molekylære felt. Det dråpen er i forhold til havet er det du er i forhold til Gud. Det vil si at du har Guddommelig kraft i forhold til din størrelse. Det vil også si at din Guddommelige kraft er i proporsjon med dine problemer.

Dette er kanhende den viktigste informasjonen du noen gang vil få. Problemene vi støter på daglig er, sett i forhold til det Kontekstuelle Feltet som Gud eksisterer innenfor, minimale. De er egentlig overhodet ikke «problemer» men kun «betingelser». Allikevel er det slik for hver og en av oss at våre største problemer, forståelig nok oppleves som veldig store. Det er tross alt vi som må håndtere dem, ikke Gud.

Men er de egentlig det...?

Hva om det var Gud som møtte disse betingelsene, gjennom oss?

Hvis Gud er i oss vil det være sant.

Siden Gud lever i oss, så er det sant.

Budskapet er at vi er større en vi tror. Og at våre problemer dermed er, når de sees i forhold til oss, mye mindre enn vi forestiller oss. Mystikere og vismenn har gjennom tidene fortalt at livet aldri gir oss utfordringer som er for store til at vi kan håndtere dem. De har rett. Og *grupper* av mennesker som arbeider sammen, har nok kraft til å overkomme ethvert problem som *grupper* har skapt. Alt vi trenger å gjøre er å *bestemme oss for det*.

Slik har det seg at vi i vårt eget personlige felt, og i de omgivelsene som vi kollektivt har skapt sammen, på en måte er Guder, på samme måte som en dråpe i havet er ett «hav» i feltet av den sub-molekylære partikkelen.

---

Den enorme kraften du har tilgang på springer ut av redskapene du har blitt gitt for å skape din egen livserfaring. Med hjelp av disse redskapene kan du en gang for alle gjøre slutt på lidelse i ditt personlige liv og strev og kamp fra dine møter med andre.

Du vil få disse redskapene i del tre av boken, hvor vi skal se på hvordan Det Eneste Som Virkelig Har Betydning kan anvendes i hverdagen.

Men akkurat nå er tiden inne for at du lar deg selv få vite at Sjelens opplevelse av alle livets øyeblikk er helt annerledes en måten Sinnet erfarer de på. Du vil derfor ikke finne disse kraftfulle redskapene i Sinnets verktøyskrin.

Vel i hvert fall ikke sånn helt i starten. De skjer først når du har trent Sinnet til å inkludere Sjelens perspektiv og betraktning av alt som skjer rundt deg. Først da blir det mulig for Sinnet å benytte disse redskapene i møtet med enhver ytre omstendighet, i fortid eller nåtid, som inviterer deg til å gi din neste demonstrasjon av Guddommelighet.

Men la meg understreke at det ikke er påkrevd at du skal bevege deg mot en slik demonstrasjon. Du trenger slett ikke gjøre dette, det er som sagt ikke noe krav. I hvert eneste øyeblikk av livet kan du velge å uttrykke og erfare den Guddommelige hensikt, eller ikke. Det er som du ønsker det. Det vil ikke gå deg «ille» når ditt jordiske liv er over hvis du ikke gjør dette. Valget er 100 % opp til deg. Mange av planetens teologier beskriver denne valgmuligheten som Fri Vilje.

---

Det finnes en grunn til at intet ondt vil skje om du velger å ikke uttrykke guddommelighet i ditt liv – en grunn som de fleste av jordens teologier forneker og forkaster. Grunnen er rett og slett at du *ikke kan unngå* å uttrykke gud-

dommelighet, uansett hva du gjør.

Husker du at jeg ba deg om å ha tålmodighet. Kan du være så vennlig å utvise det også nå. Grunnen til at vi er på vei enda lengre inn i denne spirituelle kompleksiteten er at forståelsen av den vil kunne hjelpe deg med å eliminere mye av kompleksiteten i menneskelivet.

Når det er sagt, vær klar over at det du skal til å lese muligens er *den forstillingen om Livet og Gud som er den desidert vanskeligste og mest utfordrende som mennesket noensinne har blitt bedt om å omfavne.*

---

Siden det eneste som kunne gjøre at et menneske ikke uttrykte Guddommelighet måtte være at en menneskelig tanke, ord eller handling var noe annet enn Guddommelig, men det er rett og slett *ikke mulig*. Det er Livets Store Umulighet.

I den fysiske verden finnes det mange former av Guddommelighet. Noen fullstendige, andre ufullstendige; noen rene, noen forvrengte, men fravær av Guddommelighet eksisterer ikke.

Hvis det skulle finnes et absolutt fravær av Guddommelighet, måtte livet på Jorden eksistere separat fra, eller noe som noe «annet enn», Det som Er Guddommelig. Men det fysiske livet er ikke separert fra det Guddommelige, det kan det heller ikke være, siden det i sin totalitet er et uttrykk for det Guddommelige.

Gud ser derfor ikke noe som ikke er Guddommelig – selv hvis det fremtrer i forvrengt form. I det fysiske liv, hvor vi erfarer ting som relative, finnes det ikke noe som kan beskrives som fravær av Guddommelighet – men det finnes grader av Guddommelighet.

Det vil kanskje hjelpe deg å tenke på det som nivåer av renhet. Se for deg at du tilsetter fargestoffer, dråpe for dråpe i en stor kanne med rent fjellvann. Selv om du har farget vannet så betyr ikke det at kanna ikke inneholder fjellvann. Det betyr bare at fjellvannet ikke lengre er helt rent. Jo flere fargedråper du tilsetter, jo mindre rent blir vannet – men den vil fremdeles, og alltid, være fjellvann.

Jo flere tanker du bærer på som er begrenset til Sinnets erfaring istedenfor

å inkludere Sjelens Bevissthet, jo mindre ren vil energien som fyller deg være. Men din energi vil allikevel og for evig og alltid være Guddommelig Essens.

Du kan også se for deg et speil som har blitt vrent litt på for å frembringe et fordreid speilbilde, som på Speilhuset på Tivoli. Bildet blir vrent i den grad speilet er forvrent. Men skikkelsen i speilet er fortsatt og vil alltid være, deg. Bildet kan fordreies, men det kan aldri være noe annet enn ditt fordreide *bilde*.

---

La oss se om vi kan finne noe som gjør dette begrepet til noe som er jordnært og forståelig for vårt daglige liv. La oss nok en gang gripe til en felles erfaring.

Frykt.

All frykt (og det som springer ut av det som sinne, hat og vold) er forvrente former for kjærlighet.

Det er en viktig erklæring, som du bør lese en gang til.

Når du tenker over det innser du at hvis en person ikke elsket noe som helst, så ville den personen også være helt uten frykt, sinne, hat eller voldelighet, siden det ikke ville være noe *behov* som fikk slike følelser til å stige frem – og dermed ikke de handlingene som gjerne følger slike følelser.

Ved nærmere utforskning forstår vi at frykt, sinne, hat og vold er uttrykk for et reelt eller *forventet* tap av noe som er elsket. Eller som et resultat av at man *i utgangspunktet* aldri har hatt det som er elsket. Hvis man ikke elsker noe, så oppstår det ingen følelser av tap eller berøvelse og dermed negative følelser knyttet til fraværet av noe. Er dette forståelig?

Når mennesker med sitt begrensede perspektiv ikke får til å uttrykke sin kjærlighet, så oppfører de seg på måter som virker som det motsatte av kjærlighet – mens det i virkeligheten er forvrente *skrik* etter kjærlighet.

Alle uttrykk av raseri og frykt, hat og vold er forvrente skrik etter Kjærlighet. Husk det. Husk det resten av livet. Den som fatter dette har taket i snippen av Guddommelighet.

---

Når Guddommelighet utfoldes er tilgivelse unødvendig. Tilgivelse har ingen mening i nærværet til absolutt forståelse – som selvfølgelig er det Guddommelighet er.

Dette var hele poenget til den bibelske historien om Jesus som tilgir tyven som hang på korset ved siden av.

Jesus med sin absolutte forståelse innså at tyven handlet ut fra sin kjærlighet når han stjal, og derfor rett og slett uttrykte kjærlighet i en fordreid form. Det var selvfølgelig heller ikke noen annen sted enn himmelen som tyven kunne reise til. SIDEN Gud forstår alle og alt så har Gud intet behov for å skape et sted for evig fordømmelse, ubeskrivelig lidelse, ufattelig pine og endeløs tortur. *Himmelen er det eneste som finnes* og paradiset inkluderer livet på jorden.

---

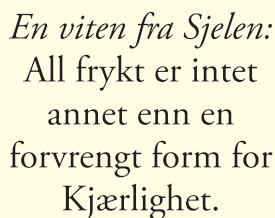
Hvis vi ikke opplever livet på Jorden som paradiset så kommer det av at vi fortsatt ikke har forstått Livets Sanne Hensikt, eller hvordan vi manifesterer det i og gjennom våre daglige liv. Men gjennom evolusjon vil alle sansende skapninger etter hvert komme til denne forståelsen. Og evolusjon vil ikke holdes tilbake.

Evolusjonens ekstraordinære innsikt er at de verste forbrytelsene og handlinger mennesker kan begå aldri vil bli tilgitt av Gud.

Aldri.

Det skyldes ikke at Gud nekter å tilgi, men kommer av at absolusjon ikke er nødvendig, siden all menneskelig handling er basert på og har sine røtter i kjærlighet. Uansett hvor fordreid, misforstått og forvirret det kommer til uttrykk.

Som det sies i Himmelske Samtaler: Ingen gjør noe upassende sett i forhold til deres versjon av verden. Den helbredende beskjedne i den dialogen er enkle. Utvikling er ingen synd og Gud straffer ikke forvirring.



*En viten fra Sjelen:  
All frykt er intet  
annet enn en  
forvrent form for  
Kjærlighet.*

## Vi Samler Bitene

«GUD STRAFFER MULIGENS IKKE FORVIRRING, men gud straffer den som ikke adlyder. En ting er å si at du ikke visste, en annen å ha blitt fortalt tingene og så velge å fullstendig overse dem.»

Du har kanskje hørt dette før. De viser til det grunnleggende prinsippet i det fleste av verdens store religioner. Hvis du har tatt til deg det som du hittil har lest i denne boken, så ligger du tynt an i følge dette trossystemet. De forteller deg at Livet og Gud ikke er En, men at Gud skapte Livet og Mennesket er en del av livet som er skapt i guds bilde. Men... uansett hvilket bilde du er skapt i – mennesket kan ikke bli Gud og mennesket Må for... skyld ikke prøve å bli Gud. Det er kanskje den største synden mennesket kan begå, som uten noen som helst form for tvil eller nølen vil bli straffet med evig fordømmelse.

Dette trossystemet forteller oss at nettopp det var Satans største synd – det er da også synden som Satan prøver å få oss til å gjøre så vi kan slå følge med ham i fortapelsen. Dette er noe Satan tydeligvis gjør for å slå tilbake mot Gud som sendte ham til et sånt forferdelig sted. Satan vil frarøve Gud så mange sjeler som mulig og erklære de for sine egne, slik at han kan straffe Gud for å ha straffet ham.

---

Du har kanskje hørt lignende kommentarer som dette rundt læresetningene til de store religionene. Men det kan være nyttig og gå under huden på vanviddet og se hva som i utgangspunktet frembrakte ideen om Rett og Galt/

Gud og Djevel.

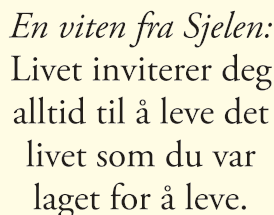
Dogmet om «synd» er basert på den teologiske doktrinen om separasjon. Denne doktrinen må holdes på plass, ellers fordunster konstruksjonen som holder syndsbegrepet oppe.

Dette er noe religionen forstår. Nettopp derfor lærer mange av dem oss at Gud er «der borte» og Mennesket er «over her». De to vil aldri kunne møtes, før på Dommedag når du – selv om du ikke må prøve å leke Gud – vil bli dømt for hvor lik Gud du har oppført deg.

Mennesker har med andre ord blitt fortalt at de skal ligne på Gud, men ikke tro de kan være Gud. De har blitt fortalt at de er skapt i guds bilde og form, men at de ikke har Guds evner. De er dermed konstruert for å mislykkes allerede før de starter på prosjektet med å bli så lik Gud som de kan.

Allikevel vil Gud tilgi dem for at de mislykkes, hvis de bare prøver. Men hvis de ikke prøver, eller feiler alt for mye og på helt feil måte, så vil Gud dømme, fordømme og straffe dem med evigvarende tortur og lidelse.

Dette er menneskets teologi – i hvert fall brorparten av den – i et nøtteskall. Det finnes variasjoner, men dette er kjernen av det.



*En viten fra Sjelen:  
Livet inviterer deg  
alltid til å leve det  
livet som du var  
laget for å leve.*

---

Det er ikke noe poeng i å fortsette med dette. Hundrevis av bøker er skrevet om temaet. Men ta dette i betraktning. Disse doktrinene vil smuldre opp hvis atskillelse fra Gud ikke er den Ultimate Virkelighet. Hvis Guds identitet som: Den–Som–Skapte–Livet, Men–Selv–Er–Noe–Annet–Enn–Livet ikke er tingenes sanne tilstand, så vil grunnlaget for de fleste av menneskenes teologier være feilaktig. Doktrinene vil dermed gå i oppløsning.

Skulle menneskene velge å legge bort doktrinen om atskillelse ville livet på Jorden kunne leves i samsvar med en Ny Teologi. Det hele ville kunne gjøres på en ny måte, hvor vi ikke lengre prøvde på å *komme oss til Gud i himmelen*, men istedenfor *ta opp igjen arbeidet med å skape himmelen på jorden*.



Ikke lengre som en anstrengelse for å unngå å bli stengt ute fra Guds Kongerike, men for å bli trygge på Guds Kongerike ikke holdes unna oss – og dermed for å gjøre det helt klart for alle at hele dette stedet (navngitt som Jorden) blir behandlet som en *del* av det Kongeriket.

Ironisk nok vil dette kunne oppnås gjennom at vi er så like Gud som vi kan få til. Det er den suverene ironien: Først ble vi fortalt at Satan ble straffet for å tillate seg å tenke at han var Guddommelig. Deretter ble vi fortalt at vi er «skapt i Guds likhet og bilde». Deretter at vi vil bli straffet hvis vi *ikke* oppfører oss på en Guddommelig måte.

Våre forfedres teologi gikk frem og tilbake. I dag står menneskerasen overfor et fremtidsskapende valg: Gammel Teologi eller Ny Teologi, Gårsdagens Gud eller Morgendagens Gud?

Det andre valget er det mest forlokkende tilbudet Livet noensinne har kommet med: Å leve det livet du er designert for å leve gjennom å erfare deg selv i din sanneste utgave, som er å uttrykke Essensen av Den Du Virkelig Er, på den største tenkelige måten.

Dette ligger ikke utenfor menneskets kapasitet og rekkevidde. Helt «vanlige folk», som deg har gjort det. Husk at det vi egentlig snakker om er å uttrykke Guddommelighet på den neste, største måten som er underveis, og det er en pågående og ekspanderende prosess.

De gode nyhetene er at det å uttrykke bare en liten porsjon Guddommelighet kan endre livet så dramatisk at streben, angst, bekymring, frykt og sinne, sorg og elendighet kan fjernes fra ens daglige liv for alltid.

---

Som vi påpekte i kapittel 14, hvor vi diskuterte den begrensede formen av våre liv, så er det umulig å fullbyrde den totale prosessen av Guddommelig Erfaring Gjennom Utfoldelse i den Fysiske Virkelighet, på grunn av selve begrensningen som er innebygget i det fysiske. Samtidig kan Den Guddommelige Totalitet bli kjent, erfart og uttrykt av Totaliteten av Deg gjennom Totaliteten av Guds tre-delte Kongedømme (Den Fysiske dimensjon + Spiritualitetens dimensjon + dimensjonen av Ren Væren).

Det den tradisjonelle teologi har forstått korrekt er umuligheten av å ful-

lende Den Hellige Reisen *i sin helhet* i løpet av en fysisk livstid. Men de har forklart den ukorrekt. I god tro har den forøkt å lære det bort, men har gjort det på en skadelig og ukorrekt måte. Den har gjort dette gjennom å dele en dogmatisk doktrine om Atskillelsen fra Gud, heller enn å feire sannheten om Guds Storslåtte Herlighet.

Denne herligheten er ikke basert på at alle fysiske ting er atskilte fra Gud, men nøyaktig det motsatte. Det kommer av at vi alle er forenet med en Guddommelighet så storslått og grenseløs at vi trenger langt mer enn en livstid for å erfare den!

Som vi allerede har vist med vår illustrasjon av livet som et teaterstykke, kan vi ta mange runder gjennom en enkelt livstid (som iblant skaper opplevelsen av *deja vu*, som vi snakket om for litt siden). For ikke å snakke om alle de hundrevis av separate livstidene vi kan gå gjennom (høres begrepet re-inkarnasjon kjent ut?) før en Sjel er fullstendig Fullbyrdet. Alt dette fører oss tilbake til deg, et individuelt uttrykk for det Guddommelige, som er i ferd med å utforske seg selv gjennom å lese denne boken akkurat nå. Hvordan kan alt dette hjelpe deg til å fokusere, akkurat i dag, på Det Eneste Som Virkelig Har Betydning?

Vi har påpekt hvor viktig det er å forstå hvordan noe *virker* før vi til fulle kan forstå hvorfor det *ikke* virker. Denne fortellingen har ledet deg steg for steg gjennom Livets blåkopi - og dermed minnet Sinnet ditt på det som din Sjel vet - om hvordan ting er konstruert for å virke. Her kommer en fortettet oppsummering.

---

*Den Store Hensikten er konstruert slik:* Gud skapte det fysiske som en metode for å uttrykke Sin Totalitet i relative former, slik at Gud kunne erfare alle

*En viten fra sjelen:*  
Det kommer av at vi  
alle er forenet med  
en Guddommelighet  
så storslått og  
grenseløs at vi  
trenger langt  
mer enn en livstid  
for å erfare den!

aspekter av sin Guddommelighet.

*Dette er Blåkopian til Det Fysiske Menneskets Liv:* Du er en tredelt skapning, bestående av Kropp, Sinn og Sjel. Det er ingen separasjon innenfor denne triaden, som her har blitt kalt «Totaliteten av Deg». Denne Totaliteten Av Deg er en individualisering av selve Guddommeligheten. På samme måte som Guddommelighet er en treenighet (VÆREN, VITEN, ERFARING) er du også det (SJEL, KROPP, SINN). Du er, slik det hevdes i mange teologiske kretser, skapt i Guds likhet og bilde.

*Sjelens Agenda er følgende:* Å erfare og utfolde ethvert aspekt av sin Sanne Identitet som en Individualisering av Guddommelighet gjennom å Fullbyrde Den Hellige Reisen. Det gjør den gjennom å i øyeblikk etter øyeblikk samskape med andre sjeler de rette og perfekte tilstander, situasjoner og omstendigheter som gjør det mulig å erfare nettopp dette.

*Den Hellige Reisen er:* en evig pågående sjelelig utfoldelse i spesifikke former av Den Essensielle Urkraften som kalles Livet. Den fullbyrder den Guddommelige Hensikt gjennom materialisering av det som i menneskelige termer kalles «livstider».

*Den Guddommelige Hensikt er:* Konstant Fullbyrdelse. Det vil si den totale erfaringen av Guddommelighet i ethvert og alle av sine aspekter. Det skjer gjennom en vedvarende fysisk utfoldelse som gjenspeiler Det Guddommeliges Natur, i den grad noen fysisk manifestasjon er i stand til å gjøre det på et hvilket som helst utviklingsmessig stadium.

---

Når en blomst blomstrer har Den Guddommelige Hensikt (som er erfaringen og utfoldelsen til ethvert aspekt av Guddommelighet) blitt fullbrakt. Den Hellige Reisen til livsformen kalt «blomst» er fullbyrdet på dette stadiet. Det når ikke det som kunne kalles «absolutt» Fullbyrdelse siden livsformen som kalles «blomst» hverken kan eller kommer til å «dø» eller «forsvinne». Energien «blomst» bare endrer form og beveger seg til neste fase av sin manifestasjon og utfoldelse.

Når et tre vokser til maksimum høyde vil det etter hvert falle ned på grunn av sin egen vekt. Den Guddommelige Hensikt (utfoldelsen og erfaring

av ethvert aspekt av Guddommelighet) er fullbrakt og Den Hellige Reisen til livsformen kalt «tre» er fullbyrdet på sitt nåværende nivå. Det når ikke det som kunne kalles «total» fullbyrdelse, siden livsformen som kalles «tre» hverken kan eller kommer til å «dø» eller «forsvinne». Energien «tre» bare endrer form og beveger seg til neste fase av sin manifestasjon og utfoldelse.

Når et menneske utfolder seg helt og fullt har Den Guddommelige Hensikt (som er erfaringen og utfoldelsen til ethvert aspekt av Guddommelighet) blitt fullbrakt. Den Hellige Reisen til livsformen kalt «menneske» er fullbyrdet på dette stadiet. Det når ikke det som kunne kalles «absolutt» Fullbyrdelse siden livsformen som kalles «menneske» hverken kan eller kommer til å «dø» eller «forsvinne». Energien «menneske» bare endrer form og beveger seg til neste fase av sin manifestasjon og utfoldelse

Til forskjell fra blomster, trær og andre mindre utviklede biologiske livsformer så er den utfoldelsen av Liv som kalles mennesker i stand til å erfare og utfolde visdom – spesifikt Sjelens Visdom – som når den føyes til Erfaringen som Sinnet kan holde, så blir det mulig å nå en tilstand av «delvis» fullbyrdelse mange, mange ganger i mange øyeblikk gjennom et livsløp.

*Å fullbyrde øyeblikket, å finne  
reisens slutt i hvert eneste steg av veien,  
å leve det største antallet gode timer  
er visdom.*

- Ralph Waldo Emerson

---

Mennesket har nådd et nivå av bevissthet som muligens er den mest utviklede av jordens Livsformer. (Vi anser oss selv for å være mer utviklet enn delfiner, hvaler og de fleste andre former for liv på jorden – men det er langt fra sikkert.)

Som forklart tidligere i denne utforskningen, så er din LivsForm i ferd med å komme frem til et nytt nivå av Bevissthet, som er resultat av at Sinnet nå gir Sjelens Bevissthet langt mer oppmerksomhet – som følge av at selv

det primitive menneske på et tidspunkt ble klar over at refleksjonene det så i vannet var det Selv.

Gjennom å ha deltatt i prosessen som har foregått på disse sidene, har du sett din egen refleksjon og gjenkjent den som deg Selv.

For å anvende metaforen om Livets Sti en siste gang: Det er når Sinnet og Kroppen roter seg bort fra Sjelens sti at Sinnet glemmer. Som vi har forklart er det ikke påkrevd at Kropp og Sinn følger Sjelens sti, så de kan bli lokket vekk av andre mer tiltrekkende saker. Men, for å utvide metaforen, så finnes det en innebygget sikkerhetsanordning. En anordning som garanterer at du til slutt vil komme trygt frem til fjellets topp. Som alle gode fjellklatrere er de tre av deg sammenknyttet. (Noen spirituelle lærere kaller denne forbindelsen en «sølvtråd».)

Denne sølvtråden er meget lang slik at Sinnet og Kroppen kan forville seg svært langt bort fra sjelen før tråden blir stram. (Det kan forstås som at Gud har gitt deg masse slakk og en lang line.) Men på et visst punkt blir tråden allikevel strukket mot yttergrensen. Det er da du vil begynne å oppleve at du trekkes i forskjellige retninger.

Alle har hatt denne følelsen. Du føler det kanskje akkurat nå. Hvis du gjør det skyldes det at du har forlatt Sjelens Sti. Men det er ingen grunn til bekymring. Du er på vei tilbake til stien. Denne gangen vil du ha med et kart som viser deg hvordan du skal *holde deg på stien*.

Denne gangen vil du ha kjennskap til Det Eneste Som Virkelig Har Betydning.

## Kartet

VI NÆRMER OSS POENGET. Vi har sett på Livets Guddommelige Hensikt og beskrevet Den Hellige Reisen med en metafor. Vi har gått detaljert inn på forklaringen om Sjelens Agenda og har definert den egentlige natur til Totaliteten av Deg. Da kommer vi til spørsmålet som vi stilte på begynnelsen av denne utforskningen. Hva Er Det Eneste Som Virkelig Har Betydning?

Ditt svar på dette vil danne grunnlaget for hver eneste dag, time og minutt gjennom livet. Svaret vil influere på alt du sier og gjør. Svaret vil påvirke kvaliteten av ditt liv fra morgen til kveld.

Svaret vil avgjøre hvor suksessrik du er og hva du definerer som suksess. Det vil avgjøre hvor sunn du er og hva du definerer som «sunnhet». Svaret vil bestemme hvor elsket og elskende du er og hva du definerer som «kjærlighet.»

Dette svaret vil bokstavelig talt skape dine forhold. Både de intime og romantiske forholdene og dine relasjoner til familien, venner og alle i den ytre verden. Svaret vil være bestemmende for hva du gjør for å leve og hvordan du lever dette livet. Svaret vil være avgjørende for hvordan du tilbringer tiden med dem du bryr deg om og hva du gjør når du er alene.

Svarte vil påvirke *absolutt alt* i hele ditt liv fra og med nå og frem til du dør. Det vil til og med påvirke *hvordan* du dør.

Det Eneste Som Virkelig Har Betydning er så viktig at det får alt annet til å blekne i sammenligning. Andre saker skrumper inn og blir ubetydelige i forhold, og blir muligens et sted å begynne med Det Som Virkelig Har Betydning.

Hele din fortid er en refleksjon Av Det Eneste Som Virkelig Har Betydning og hele din fremtid vil bli skapt fra det. Her kommer det. I dette jordiske livet er dette Det Eneste Som Virkelig Har Betydning er:

## HVA DU BEGJÆRER

---

Det var kanskje ikke akkurat hva du hadde forventet. Men det er nå en gang slik at din dedikasjon til å alltid og for evig å søke og uttrykke, kjenne og erklære, erfare og gjennomføre bare Det DU Ønsker er det sentrale punktet for din evne til å tjene Sjelenes Agenda og komme frem til Fullbyrdelse på Den Hellige Reisen og slik virkeliggjøre Den Guddommelige Hensikt.

Din bestemmelse om å gjøre dette er den mest kraftfulle bestemmelse du noen gang vil ta. Det blir en enda mer avgjørende bestemmelse når du forstår at dette ikke er en bestemmelse du har tatt *en* gang og deretter bare kan følge. Det er en bestemmelse du tar hvert eneste sekund i hvert eneste minutt i hver eneste time i hver eneste dag. I sannhet så er dette en bestemmelse du har tatt fra det øyeblikket du var gammel nok til å tenke på det.

*Men du har antageligvis tenkt på det på en forkjært måte.*

Tredje del av boken vil handle om akkurat det.

Den vil dreie seg om Hva Man Ønsker/begjærer – og hva det egentlig betyr.

---

Er du klar?

Det er ikke som du tror.





## DEL TRE

En beskrivelse av hvordan ting ser ut  
når man går Sjelens Sti,  
samtidig som det er et tilbud om  
tilgang til ekstraordinære redskaper  
for å fokusere hele ditt liv på  
Det Eneste Som Virkelig Har betydning.



## Bør man virkelig bruke et helt liv bare til å betjene sine ønsker

KJÆRE VENN... Hvis du har hoppet direkte til Del Tre, så vil du trenge å bla noen sider tilbake og lese det siste kapitlet. Hvis du har lest gjennom hele Del To så vet du nå at Det Eneste Som Virkelig har Betydning er Hva Du Begjærer/ønsker.

Men er det da mulig at dette kan være sant? Er det virkelig konklusjonen på denne dype og lange utforskningen av hva som er det viktigste i Livet... At det viktigste i Livet er *ens egne ønsker*?

Ja, det kan være sant og det er sant. Forresten så er dette noe de aller fleste allerede vet. Problemet er ikke at folk ikke er klar over at Det Eneste Som Virkelig Har Betydning er deres Ønsker, men at de har sett på det på en fullstendig feil måte.

Folk flest har trodd at det å fokusere på sine egne ønsker har vært å fokusere på seg selv. Men det betyr egentlig det stikk motsatte. Men hvordan kunne noen som helst overhodet ha en anelse om dette så lenge alt i vår kultur, oppdragelse og sosiale samvær har ført oss direkte til denne massive misforståelsen.

Til og med de som har forkastet det moderne samfunnets teser om Større/bedre/mer og forlot denne indoktrineringer, forkastet dens tradisjon og konvensjoner og søkte «alternative» levemåter og trossystemer har fått *nøyaktig den samme beskjeden* fra sine lærere, veiledere og helbredere. Du kan få alt du ønsker deg gjennom å bruke Din Indre Kraft.

Det er sant! Har du sett filmen? Det ble laget en film om dette temaet for ikke så lenge siden. Den dreide seg om hvordan vi kan bruke en av Universets

grunnleggende lover, den skapende energi som kalles Loven om Tiltrekning, for å magnetisere og dra til oss alt vårt hjerte kunne begjære. Filmen dreide seg om at denne kraften har blitt skjult (holdt hemmelig/secret) for oss i tusenvis av år av de få som kjente til den.

*En Viten Fra sjelen:*  
Det Eneste Som  
virkelig har  
Betydning Er Hva  
Man Ønsker Seg.

Men nå, endelig, erklærer filmen, har formelen blitt gitt oss så alle kan få Det De Ønsker seg.

Filmen viser en mann som går nedover innkjørselen og finner bilen han alltid har drømt om å eie. En kvinne som stråler av frydefull overraskelse når et juvelbesatt kjede mirakuløst dukker opp rundt halsen hennes. Vi ser til og med en liten gutt som blir ekstatisk når det står

en flunkende ny sykkel utenfor døren som er til ham.

Men ikke et eneste ord om hvordan – hvis vi virkelig *besitter* all denne kraften – kunne skape fred i verden. Eller gjøre slutt på all sult: Eller fjerne lidelse fra planeten.

Ikke Et Ord.

Det er ikke filmskaperens feil. De bare gjenspeilet den menneskelige kulturs prioriteringer. Det som til og med har blitt prioriteringene til vår såkalte «Nye Tid» (New Age).

De fleste av oss har blitt kastet inn i og neddyngnet av denne kulturen. Det er slett ikke noe underlig at vi er forvirret når det gjelder Det Eneste Som Virkelig Har Betydning.

---

Og her kommer det altså en bok som tilbyr seg å hjelpe oss med å få slutt på forvirringen – gjennom å fortelle oss *nok en gang* det samme som alle andre har sagt hele tiden.

Det Eneste Som Virkelig Har Betydning Er Hva Man Ønsker.

Men vent litt. Det kommer mer. Det er mer å si om Hva Man Ønsker.

På et høyere plan av bevissthet får de tre ordene en mye dypere mening.

Når du virkelig har våknet så forstår du at «Hva Man Ønsker» ikke refererer til personlig begjær, men om begjæret til Den Ene. På et enda høyere plan av bevissthet vet du at de to er en og samme sak. Ditt personlige begjær og begjæret til Den Ene er identiske.

«Den Ene?»

Ja, *Den Ene*.

---

Alle ting er En Ting. Det finnes bare en Ting, og alt annet er del av den Ene Tingen Som Finnes.

Denne Ene Tingen har blitt gitt mange navn. Den har blitt kalt Livet. Den har blitt kalt den Essensielle Essens. Den har blitt kalt Allah, Brahma, Den Hellige, Elohim, Gud, Jehova og en haug av andre navn. Hvilket navn du bruker er uten betydning. Det finnes bare en ting og du er en del av den.

Siden du er en integrert del av den, så er det helt naturlig at det du begjærer fra dypet av ditt hjerte er det samme som den begjærer i dypet av sin eksistens.

På grunn av hensikten med denne debatten har vi her referert til Den Ene Tingen Som Er med ordet «Guddommelighet» og inniblant med ordet «Gud.»

---

Guddommelighet begjærer kun en sak. Det er å erfare seg selv fullt og helt gjennom å utfolde og kjenne seg selv fullt og helt.

Gjennom Livet oppnås nøyaktig det. Ikke en *bestemt* del av Livet, men *summen av alt Liv som føyes sammen*. Det er den totale, kollektive og samskapte substansen av Livet som er Erfaringen av Guddommeligheten på et Fullbyrdet Nivå.

Fullbyrdelse oppnås gjennom at ethvert aspekt av Guddommelighet utfolder sitt unike og egenartede uttrykk i sin helhet.

Guddommelighet gir Guddommelighet kraften det trenger for å skape dette resultatet. Livet gir Livet makt til å skape nytt liv og utfolde Livets

absolutte fullhet.

Det kommer av at Guddommelighetens begjær er å erfare det hele og fulle Livet.

Derfor er det også ditt begjær.

Fra din første barndom og frem til du åndet inn akkurat nå, så har dette vært din lengsel, drøm og mål. Og nå, når du husker det, så virker det selvvinnlysende. Det virker selvvinnlysende at det ikke er noe *skille* mellom dine dypeste lengsler og Guds begjær.

*En viten fra Sjelen:*  
Fullbyrdelse oppnås  
ved at ethvert  
aspekt av det  
Guddommelige  
kommer til et  
totalt og fullstendig  
uttrykk.

Guds begjær er nedfelt i din sjel. Sjelen er den delen av deg som er den Grunnleggende Essensen som bærer med seg den Guddommelige impulsen i denne inkarnasjonen (og for den saks skyld gjennom alle inkarnasjoner.) Sjelen er den delen av deg som husker dette. Den glemmer aldri dette. Den kan ikke glemme det siden den *er* selve Minnet.

Sjelen er konstant oppmerksom på Alt Som Kan Vites gjennom Evigheten. Sinnet er på sin side kun en lagringsplass for Erfaringene fra det nåværende livet.

(Vi vet at alt dette allerede har blitt forklart. Men nå håper vi at det blir satt sammen på en måte som gjør at den siste puslebrikken faller på plass).

Hvis det Man Begjærer er kjent av Sjelen, samtidig som det din erfaring forteller deg at du burde begjære holdes av Sinnet, så er Livets utfordring og invitasjon til deg å føye de to sammen. Det gjøres gjennom at Sjelen informerer og utvider Sinnet og Sinnets database, slik at Mekanikken i det som Skaper Virkelighet frembringer en ny og utvidet erfaring av Hvem Du Er.

Du mottar akkurat nå en helt spesiell invitasjon til å gjøre nettopp dette. Du er invitert til å tillate *Det Man Begjærer* å bli ditt *bevisste begjær*.

Du inviteres til å omgjøre det du teoretisk er klar over til noe du erfarer som en funksjon av selve livet. En måte å gjøre dette på er å la *Det Man Begjærer* bli ditt nye mantra. Da kan Sinnet, hver gang det prøver å gi riktig respons på en ytre situasjon eller hendelse som er overveldende og forvir-

rende, kalle på Selvet. Slik kan du bli klar over og huske ikke bare det Sinnet begjærer, men det Sjelen og Sinnet sammen har trang til, slik at Helheten av Deg kan velge å uttrykke og erfare *Det Man Begjærer*.

Dette er intet annet enn et nytt uttrykk for den gamle erklæringen. «Ikke min vilje, men Din.»

## Det som Ikke Er Sjelens vei

LA NOE VÆRE HELT KLART før vi fortsetter. Helt klart før vi går inn på beskrivelsen av hva det vil si å fokusere livet på Det Man Begjærer gjennom å følge Sjelens vei.

Folk forlater ikke Sjelens vei fordi de ikke ønsker å ta den veien. De vet rett og slett ikke hvordan veien ser ut og roter seg bort.

De forlater Veien ved en feiltagelse, ikke med hensikt. De vil heller fortsette på den enn å rote seg bort, men de roter de seg bort like fullt. Det skyldes at noen av sidesporene har blitt gått av så mange at *de ser ut som Veien*.

Det å følge kjærlighetens sti ser ut som Veien.

Det å søke trygghetens favn ser ut som Veien.

Det å søke suksess ser ut som Veien.

Det å søke innflytelse ser ut som Veien.

Det å bli rik ser ut som Veien.

Det å søke lykke ser ut som Veien.

Det å utforske seksualiteten ser ut som Veien.

Det å søke popularitet ser ut som Veien.

Det å søke fred ser ut som Veien.

Det å søke sosial rettferdighet ser ut som Veien.

Ingen av disse stiene er Veien, men alle sammen kan fra tid til annen se ut *akkurat som Veien*. Det virker som om disse stiene vil lede deg nøyaktig dit du ønsker å reise. Spesielt hvis du ikke er helt krystallklar på hvor du vil reise (eller at du ønsker å ta den raskeste veien).

Hvis det første steget på veien er hva du tror om Gud, Meningen med livet og din egen Sjel, så er det andre steget å få klarhet om hvor du vil gå. Du



må ønske å gå dit Sjelen reiser, og ikke dit hvor Sinnet og Kroppen til tider er trukket – eller tror at de ønsker eller burde bevege seg mot.

Sjelen er på vei mot et sted som heter Fullbyrdelse. Det målet kan nås gjennom å ta steg for steg, gjennom øyeblikk etter øyeblikk fra et stadium til det neste.

Hvis du har hoppet rett til denne Samtalen uten å lese hele annen del, så har du gått glipp av den grunnleggende forklaringen av dette. Da tror du kanskje at Livet dreier seg om et Langsiktig mål, eller noen høyverdige ting du ønsker å

oppnå. Eller kanskje om noen spesifikke mål som de fleste er enige om og det derfor er enklere å sette ord på. Slike mål som de som er ramset opp ovenfor.

Du er unnskyldt hvis du har slike ideer. Noen av disse målene er storslåtte saker. Hvem kan argumentere mot det å skape Kjærlighet, Fred eller Sosial Rettferdighet som fine mål i livet?

Det er kun hvis vi har våknet spirituelt – eller har brukt en livstid på å arbeide for disse tingene og delvis har oppnådd noen av dem, og har oppdaget at vi fortsatt ikke er fullbyrdet, at vi vet at Sjelens Vei rett og slett må føre til *et annet sted*.

Videre er det kun når vi følger Sjelens Vei til Det Andre Stedet at vi virkelig *vet* at vi på det stedet vil finne alle de tingene vi strevde sånn for å oppnå at vi forlot Sjelens Vei – inkludert alt som står på listen vi nettopp så på.

Du kan være helt sikker at alle disse tingene og mye annet som menneskene ønsker seg ville «dukke» opp av seg selv, hvis hele menneskeheten ga sin oppmerksomhet til Sjelens agenda og det som skal til for å fullføre den. Det skjer allerede i flust av individuelle liv over hele planeten.

---

Hvordan ser det så egentlig ut når vi følger «sjelens Vei» og uttrykker og erfarer Det Man Ønsker.

Det endrer alt.

Det endrer hvordan du tenker, føler, snakker og handler. Hvordan du

*En viten fra Sjelen:  
Å gå Sjelens Vei  
forandrer alt.*

samhandler, elsker, arbeider, leker, spiser og til og med hvordan du sover.

Du vil sove bedre enn du noensinne har sovet, fordi Sinnet vil hvile bedre enn det noen sinne før har hvilt. Det kommer av at hjerte vil bli åpnere enn det noensinne før har vært, fordi Sjelen din vil bli hørt bedre enn noen gang før.

Du vil gjøre mange av de samme tingene som du gjorde før, men av andre grunner. Du vil gjøre dem på nye måter med en forskjellig hensikt på søken etter et annerledes resultat.

Du vil plutselig bli veldig klar over det «hvorfor» som ligger under «hva» som skjer i ditt liv.

Når du er klar over «hvorfor» vil du intuitivt vite «hva» du skal gjøre med «det» som dukker opp... og tanken om at du skulle gjort noe annet dukker overhodet ikke opp.

«Gjøren» vil ikke være fraværende fra livet, men det vil fra nå av bli en refleksjon, demonstrasjon og uttrykk for hvor du befinner deg, heller enn et forsøk på å komme seg av sted.

Brått vil alt i livet kjennes helt «ok» nøyaktig slik det er – selv om du så sent som i går ville ha sagt at tingenes tilstand slett ikke var «ok».

Du kjenner ikke at det har skjedd et plutselig skifte som har gjort deg apatisk i forhold til tingenes tilstand. Du opplever nøyaktig det motsatt. Nettopp på grunn av at du har blitt i stand til å gi full respons på tingenes tilstand vil din respons være helhjertet.

Denne responsen skjer fra Helheten av deg: Fra din Kropp, ditt Sinn og din Sjel, istedenfor kun fra Kroppen og Sinnet. Som er hvordan folk flest på planetene har respondert på de fleste hendelser størsteparten av tiden. Noe som jo er selve grunnen til at 98 % av folk har brukt 98 % av tiden sin på ting som ikke har betydning.

## En titt På Det Man Begjærer Og Hva Man Gjør På Stien

FOR Å KJENNE Det Man Begjærer trenger man å åpne Sinnet for Sjelen og kombinere dem. For å *uttrykke* Det Man Begjærer må kroppen involveres i prosessen. Dette kalles integrasjon. Det gjør at Helheten av deg blir integrert. Slik blir den Hellige Treenighet fullstendig realisert – gjort reell – i deg. Å bli en spirituell mester dreier seg om nettopp dette.

I et hvert øyeblikk hvor disse tre aspektene av Helheten i Deg er fullstendig integrert vil det eneste som betyr noe være Det Man Begjærer.

Du har nådd Fullbyrdelse.

Du har mestret øyeblikket.

Det Man Begjærer er manifestert i deg som deg, gjennom deg. Kroppen, Sinnet og Sjelen virkeliggjør i det Fysiske det som er kjent i det Spirituelle. Guddommelighet blir da *erfart*. Denne erfaringen skapes gjennom det du *er* – ikke gjennom hva du gjør.

Hver gang du er fullt og helt Kjærlighet så har du valgt Sjelens Vei og nådd Fullbyrdelse. Du er fremme. Du har ankommet. Du har nådd målet.

Hver gang du har en fullendt Forståelse, har du valgt Sjelens Vei og nådd fullbyrdelse. Du er fremme. Du har ankommet. Du har nådd målet.

Det samme gjelder hver eneste gang – hvert eneste nanosekund – du fullt og helt fremviser Tålmodighet, Omsorg, Mildhet, Klarhet, Godhet, Visdom, Generøsitet, Aksept eller Velgjørenhet har du fulgt Sjelens Vei og kommet frem til Fullbyrdelse. Du er fremme. Du har ankommet. Du har nådd målet.

Hvis det oppstår et øyeblikk hvor du demonstrerer alle disse tingene samtidig så vil det, i det øyeblikket, i det nanosekundet, ikke være noen vei videre

du trenger å gå. Du har uttrykt, og dermed erfart, Guddommelighet på det høyeste nivået din nåværende tilstand av bevissthet er i stand til å erfare det.

Det virkelig spennende er at i det øyeblikket vil din Bevissthet øyeblikkelig ekspandere og dermed gi deg mulighet til å bevege deg stadig videre mot større og større opplevelser.

*Det er nøyaktig det som skjer akkurat nå.* Det er nøyaktig det som skjer mens du leser denne boken, i løpet av akkurat disse dagene og timene i ditt liv. En etter en har du oppnådd alle disse tingene. Samtidig har du allerede oppnådd å oppleve alle disse tingene på samme tid. Nå er du klar for et nytt nivå. Du er på vei mot det neste stadiet i din åndelige utvikling.

*En viten fra Sjelen:  
Du er på vei  
til det neste nivået  
i din åndelige  
utvikling.*

---

Siden du husker alt dette så lett når du leser det blir spørsmålet. Hvorfor husker du det ikke i det øyeblikket du tar skrittet til det neste stadiet og har bruk for disse påminnelsene – i det nanosekundet hvor ditt valg med å demonstrere disse aspektene av Guddommelighet kunne forandre øyeblikket og dramatisk endre ditt liv (for ikke snakke om andres).

Men det er fortsatt slik at det finnes tider hvor du *ikke* føler deg kjærlig, forståelsesfull, medfølelse, tålmodig, omsorgsfull, mild, klar, snill, klok, generøs, omsorgsfull og aksepterende. *Hvorfor ikke?* Du vet jo at du *vet* at det er slik du ville føle det hvis du var ditt Høyeste Selv.

*Hvorfor er du ikke på det nivået oftere, slik at du kan bli der, permanent?*

Det kan komme av at i noen av de øyeblikkene hvor Livets betingelser innbyr deg til å absorbere mer av Sjelens Bevissthet, så er «svampen» full. Den kan ikke suge til seg hele havet og trengs å krystes først.

I slike øyeblikk mister Sinnet kontakten med Sjelen og glemmer en del av det Sjelen vet. Den innbiller seg at du er under angrep, eller at noen skal til å angripe, og derfor må forsvare deg. Det skyldes at den innbiller seg at din

høyeste prioritet er overlevelse.

Det kan også skyldes at Sinnet tror du har mistet noe, eller holder på å miste det. Eller blir beskyldt for noe, eller mister kontroll over noe (eller alt sammen).

Det kan også hende at du rett og slett kjenner at du hverken har tid eller krefter til å stevne frem og stå på hele tiden. Du er rett og slett for utsatt for livets motvind og kunne tenke deg litt medvind for en gangs skyld. Bare for noen velsignede øyeblikk... vær så snill...

---

Det du trenger er verktøy. Redskaper. Metoder og tilnæringsmåter som kan sørge for at du får medvind, som kan sørge for at det blir litt seilas gjennom smult farvann. Noe som kan gjøre veien åpen og lett tilgjengelig for en stund, i hvert fall den lille biten som ligger rett der fremme. Sånn at ikke hvert eneste steg trengte å være så Anstrengende og kreve så uhorvelig mye Innsats.

Den gode nyheten er at da er du kommet til riktig sted. Du har plassert deg selv på det rette stedet. Du *skapte* dette stedet gjennom din villighet til å være her. Du demonstrerte din villighet i samme øyeblikk som du plukket opp denne boken.

og...

... det går dypere enn det...

## Hvem Er Du Og Hvem Er Jeg?

KJÆRE SJELEVENN... Begynner du å oppdage hva som foregår?

Det som gjør at det «dukker opp» en bok eller en film eller et foredrag hvor din visdom og indre bevissthet møter et gjensvar i den ytre verden, skjer på grunn av ditt dyptfølte ønske om å hente opp din egen visdom og din egen bevissthet... om hvordan du kan løse hverdagslivets «unngåelige, beklemmende og umedgjørliche problemer» (rundt økonomi, arbeid, stress osv.). Det gjelder også kommentaren fra en venn eller en tilfeldig forbipasserende på gata. Eller teksten i en sang du hører på radioen som berører deg dypt. Disse små hendelsene og øyeblikkene blir *til* i sam-skapelse av deg og mange andre Sjeler. Det er derfor de kalles «*sam...menfall*».

Du sam-skaper konstant din virkelighet sammen med Resten Av Deg. Du begynner å forstå dette når du husker at Vi Alle Er Ett og at alle de andre folka på jorden rett og slett er Resten Av Deg.

Å bevege seg fra Innsikten til Erfaringen av dette er det Ultimate Uttrykk for Fullbyrdelse. Det inntreffer når du har erfart ditt Selv fullt og helt, ikke bare som et aspekt av Guddommelighet (kjærlighet, medfølelse, forståelse, tålmodighet, aksept osv.), men som *ethvert* aspekt i alle dens uendelige manifestasjoner. Det inntreffer når du erfarer Hele Enheten På En Gang.

Det er i dette øyeblikket du kan identifisere deg med så vel offer som overgriper. Du kan gjøre det fordi du vet at du selv har vært ikledd både den sorte og den hvite drakten og fortsatt elsker og tilgir deg selv. Du vet at forvirring ikke er kriminelt og at slemhet i enhver form rett og slett skyldes glemsel.

Det å ha fullstendig forståelse i Sinnet av en slik Total Bevissthet om

Sjelen er langt mer normalt enn de fleste tror. Men kunsten er nok en gang å holde på det.

Du har kanskje lagt merke til hvor ofte det perfekte svaret dukker opp akkurat når du har et akutt behov for å finne en løsning på et av livets dilemmaer.

Dette svaret tilsynelatende bare «dukker» opp uten at det har direkte *tilknytning* til saken du så sterkt ønsker å finne ut av. Men hva hvis ting ikke er separate? Hvis alt er *tilknyttet* den samme kilden og den kilden finnes i deg? Hva om det er slik at selv om den iblant manifesterer seg på utsiden, så kommer den opprinnelige fra innsiden?

Kan du forestille deg at det er slik?

---

Greit nok, la oss snakke om den Ene Kilden som finnes inni oss alle. I noen beskrivelser – inkludert beskjedene i Himmelske Samtaler som er bakgrunn for denne teksten – blir det kalt Sjelen.

HS sier at Sjelen inneholder en total Bevissthet om den Absolutte Virkelighet. Det vil si at den vet hvor den kom fra, hvor den er og hva den skal vende tilbake til.

Det er med utgangspunkt i denne omfattende bevisstheten at Sjelen får tilgang på data og slik kan samskape med andre sjeler betingelsene, situasjonene og omstendighetene som dukker opp på nøyaktig riktig måte og tidspunktet. (Det er nøyaktig det som skjer akkurat nå.)

Dette er faktisk Sjelens *jobb*. Dette er Sjelens *hensikt* og *funksjon*.

Mange har levd hele livet uten å høre det. Kanskje er du en av dem. Hvis det er tilfelle så har du hele livet hørt at du hadde en sjel, selve Sjelen, men ingen har sagt deg *hvorfor du har en*. Det er kanskje mange som har sagt at du har en, men ingen kunne si *hvorfor*.

Nå vet du det; Du husker din Sjels hensikt og funksjon. Men pass på.

*En Viten fra Sjelen:  
Din sjel har tilgang  
til total bevissthet  
om den Absolutte  
Virkelighet.*

Hvis du ikke følger med kan det virke som om det er denne *boken* som akkurat har fortalt det til deg. Men det er *din egen Sjel* som sa det til deg.

---

Kan du se hvordan det virker? Sjelen brakte dette fram fra ditt indre og plasserte det foran deg – selv om Sinnet ditt antagelig vil insistere på at det kommer fra et eller annet sted utenfra.

Sjelen vil fortsette å bruke alle tilgjengelige metoder og tilnæringsmåter – til og med de som går utenom Sinnet (spesielt de) for å vekke Sinnet og slik lære Sinnet om hvordan det kan møte og overvinne utfordringene du møter i det daglige liv.

Den vil også ta i bruk redskaper og verktøy som tilsynelatende er fullstendig *atskilt* fra Sinnet – som for eksempel bøker som tilfeldigvis faller ned i hendene dine. Det får det til å virke som om Sinnet har funnet svaret *et annet sted*.

I starten på livets leting etter en større sannhet, når man er en Søker, gjør slike «tilfeldigheter» det ofte lettere å akseptere løsningen. Det er ikke så mange på dette stadiet som er beredt til å omfavne forestillingen om at de selv hele tiden hadde alle svarene.

Men du er ikke lengre i starten av din søken. Du er neppe en nybegynner, men heller en seriøs student, ellers ville du ikke lest dette. Derfor er du nå klar til å danse med tanken om at all den Bevissthet du noensinne vil trenge for å løse ethvert problem du noensinne måtte få, befinner seg, slik det alltid har gjort, inni deg. Det du fra tid til annen gjør er rett og slett å *bringe det frem* ved hjelp av diverse metoder og redskaper, som iblant får det til å *virke* som den Bevisstheten du søker er noe du finner utenfor deg selv.

Det virker ofte slik for andre som iakttar det hele fra sidelinja. Du har sikkert sagt til familie og venner ting som; «Jeg har akkurat lest en fantastisk bok», eller «Jeg har akkurat sett en utrolig film», eller «Jeg har akkurat hørt på et vidunderlig foredrag». Derfor tror de at forandringene i deg og kilden til din nye Bevissthet kommer fra den boken, filmen eller foredraget.

Intet kan være lengre unna sannheten.



## En Utfordring Fra En Forfatter til En Annen

SPENN PÅ SIKKERHETSBELTENE, nå kommer den delen som virkelig røsker opp i hjernen. Hele boken har vært en omfattende utforskning, men nå inviteres du til å foreta den mest uvanlige av alle utforskninger. Du vil bli invitert til å ikke bare utforske tanken om at det bare er En av oss, men selve erfaringen av at det bare er En av oss. Som en følge av det er det ingen atskillelse mellom deg og forfatteren av denne boken.

Den «rasjonelle» siden av din «mystiske» side (ja da, de to kan eksistere samtidig) har antagelig ganske lett akseptert denne bokens grunntanke om at vi er kommet hit for å «huske og oppleve all innsiktene som befinner seg her». Det samme gjelder tanken om at du selv har «fremkalt denne visdommen og forståelsen», men hvor er vi da egentlig på vei...?

Du har akkurat blitt minnet på at «Det Man Begjærer er det eneste som virkelig betyr noe... men så da... hvor er vi egentlig på vei...?»

Vi er på vei til et sted i Sinnet hvor du kan erfare tilfredsstillelsen av Det største begjær. Ingen atskillelse fra noe eller noen, som innebærer slutt på all ensomhet til evig tid.

---

Nå, når du er i ferd med å ta det neste modige steget på din utforskning av deg selv, vil vi foreslå at du begynner med spørsmål du kanskje har tenkt tidligere:

«Hvordan kan jeg påstå at jeg har hentet opp min egen visdom gjennom å lese en bok noen andre har skrevet? Er det ikke dette jeg alltid har gjort – bedt

andre om å få svarene?»

Responser som tilbys er: Det virker kanskje som om det er dette du har gjort i fortiden. Men du er oppmerksom på at du ikke gjør det nå. Dette er annerledes. Nå, i dette øyeblikket, er du klar over at visdom som du fremkaller fra ditt indre kan «vise seg» på hundre forskjellige måter i tusenvis av øyeblikk.

Teksten på den neste sangen du hører på radioen.

Reklameskiltet som er smørt opp langs veien der du kjører.

Den setningen du tilfeldigvis overhører i en konversasjon, eller fra en venn som du «tilfeldigvis» støter på.

Ja, til og med det som sies når du tilsynelatende snakker med deg selv.

Noe som leder oss tilbake til denne boken – og erklæringene som kom i kapittel 4. Det kan «virke som om» visdommen på disse sidene kommer fra et annet sted, men det er du som *har hentet den frem*.

Du husker at det i Kapittel 3 ble sagt at du kan hente frem visdom på to måter: Den ene er å samle den fra steder som er utenfor deg selv. Det kan virke som om det er det du holder på med akkurat nå. Den andre metoden er å samle informasjon fra et sted inne i deg selv. Det er det du *faktisk holder på med* akkurat nå.

Det kan virke som om du gjør det første, mens du egentlig holder på med det andre.

Mens du dykker dypere ned i visdommen du har hentet frem spør du kanskje deg selv om boken du holder på å lese bare er noe som «bare skjedde med deg» - eller kan det være motsatt, at det er du som får den til å skje? Kan det være at du får dette til å skje av de riktige grunnene, på den rette måten og i det riktige øyeblikk. Slik at alt er ganske perfekt.

For å ta med alt dette inn i et nytt landskap. Er det kanskje slik at du så lett «fant» denne boken og at den var så grei å lese, fordi du har kalt på deg selv og snakker til deg selv?

La oss for øyeblikket late som om det er slik.

La oss eksperimentere med det og bruke det som en *mental trening*... Lat som om det du holder i hendene er en bok skrevet for deg, av deg, hentet frem av det som virker som en Annen... Men som kanskje slett ikke er «noen andre».

Husk det er en grunn til at du gjør dette eksperimentet. Det er knyttet til å gi deg en direkte erfaring av Det Eneste Som Virkelig Har betydning. Skal vi «leke»? Start moroa med å anta at du skapte og sørget for at du fikk tak i hver eneste Viten fra Sjelen som du her har husket. Du har bare benyttet deg av et ytre redskap for å gjøre det.

---

«Hvis det er tilfelle kunne jo denne boka like gjerne være skrevet i *jegform*, som om den *slett ikke* var skrevet av noen andre.» sier du kanskje.

Ja, det kunne den virkelig gjerne ha vært.

Hermed inviteres du av Selve Livet til å forestille deg at du er forfatteren av denne boka og at du i øyeblikket *skriver til deg selv*.

Du innser at du har blitt fortalt med klinkende klare ord at Livet nå inviterer deg til å engasjere deg i din egen utforskning av deg selv. Dette øyeblikket er dedisert til å vende seg innover og se på det du allerede vet, noe du kanskje har glemt og ikke alltid har kommet på at du visste.

Hvorfor ikke foreta en virkelig «omkobling» akkurat nå? Hvorfor ikke ta i mot en uvanlig forestilling? Hvorfor ikke endre fortellerstemmen i denne boka fra tredjeperson til førsteperson?

Tar du sjansen på å lese denne boka med din egen stemme? Å lese den som om den var din egen dagbok som du endelig hadde funnet igjen?

## Å Ta Spranget

NÅR SANT SKAL SIES SÅ LIKER JEG DENNE IDEEN. Det er lett for meg å forestille meg at denne boken skrives til meg fra meg. Jeg liker tanken på at det «jeget» som Jeg Er, er mye mer enn den fysiske formen som for tiden kaller seg Meg.

Jeg har ofte snakket til meg selv eller «tenkt høyt», så det å forestille meg at denne boka er den skrevne versjonen av en slik erfaring er en ganske enkel videreføring.

Jeg kan se for meg at disse tankene og ordene rett og slett ble nedtegnet for meg av den Delen Av Meg som folk gir et annet navn og tenker på som forfatteren av denne boken.

For mennesker som ikke kan forstå det jeg tillater meg selv å erfare og eksperimentere med akkurat nå, så virker nok det hele litt rart. For de er det helt sant at noen andre har skrevet denne boken og at alt jeg gjør er å lese den.

Skulle jeg finne på å ville fortelle dem det jeg opplever i dette øyeblikket, Hvor jeg plutselig skifter synspunkt fra Leser til Forfatter – skulle jeg prøve å fortelle dem at dette absolutt er mulig og at jeg i det minste er en medvirkende faktor i denne skriving, og derfor på en måte er opphavet til den, da ville de ganske bestemt si at jeg hadde mistet kontakten med virkeligheten.

Det er litt ironisk, siden det jo føles som om jeg akkurat har *fått kontakt* med Virkeligheten. Virkeligheten med stor V.

På nytt.

Endelig.

---

Det stemmer... Jeg vet allerede om alt det jeg møter her. Jeg vet at «Den Andre» som har skrevet denne boka egentlig er en Annen Del av Meg.

Jeg har alltid forstått at livet kun er en Annen Del av Meg. Derfor vet jeg nå at jeg har hentet frem denne boken – at jeg henter den frem i den virkelige verden akkurat nå – for å minne meg Selv om hva som er de største sannhetene i mitt liv, enda en gang, på enda en måte.

Jeg vet at Menneskehetens Enhet (og Universets enhet for den sakens skyld) for mange er en forestilling som er vanskelig å romme. De er fortsatt ikke familiære med «M teorien», som dagens fysikere endelig er i ferd med å komme frem til. Endelig en Teori om Alt, som gir matematiske bevis for at vi ikke bare lever i et Univers, men i et Multivers, som er skapt av et uendelig antall av universer. Som alle er skapt og forbundet av et enkelt fenomen som kalles Membranen.

Folk er ikke klar over at dette ikke er «New Age tullball», men dagens Nye vitenskap.

---

Forestillingen om at jeg er ett med forfatteren og at forfatteren er ett med meg og at alle på denne planeten er Ett Med Hverandre, kan virke veldig U-vitenskapelig. Det kan virke som den går på tvers av alt vi har blitt fortalt av vår kultur, klaner, familier, samfunnet og religionene. Det virker som om den sier noe som er stikk i strid med det som speiles i politikken, økonomien, samfunnet og hele verden fra topp til bunn.

Men det gjør det ikke mindre sant.

Min invitasjon fra Livet går ut på å «ikke dømme ut i fra hvordan ting tilsynelatende virker», men å holde meg til sannheten. En Sannhet som vil tillate meg å se andre og dermed behandle andre som aspekter av meg selv.

Det alene kan forandre livet.

*Hvis jeg gjorde kun det* og begynte å oppleve og behandle andre som aspekter av meg selv, så ville det forandre min opplevelse av alt.

---

Men det holder ikke lengre. Jeg er lei av å være fornøyd med små steg eller enkle lignelser. Det er på tide å gå inn i dyp og ærlig selvgransking. Det er delvis derfor jeg kom til denne boka. Det er en del av hensikten med at jeg skriver dette til meg selv. Jeg trenger å stille meg selv noen spørsmål. Noen viktige og meget direkte spørsmål.

Kjennes det som om det jeg foretar meg for tiden er det som en høyt utviklet skapning ville foreta seg? Når vi går bak saker og ting som å overleve, eller sørge for at økonomien funker, eller traske gjennom hverdagen og «gjøre det som må gjøres», hvor mye av det jeg «holder på med» kjennes som om Det Virkelig Har Betydning? Hvor mye føles mer som «saker og ting som foregår» eller som tullball – for å si det med Shakespeares ord. *Mye Ståhei Om Ingen Ting...?*

Er mine minutter fullbyrdet? Klinger mine timer fornøyd. Flyter mine dager på en opplevelse av Tilfredshet? Svulmer mine uker og måneder med realisering av min Sjels Agenda?

Stråler mine år og dager med overflod av spiritualitet og Sjelfull Guddommelig utfoldelse og erfaring?

Eller våkner jeg på merkedager – jubileer, bursdager og høytider- med en vag følelse av at tiden går uendelig fort og at jeg har fått gjort så lite med det jeg egentlig har kommet for å gjøre – og at det er så vanskelig å få det gjort...?

For den sakens skyld så har jeg ikke alltid vært sikker på at jeg kom her for å gjøre noe helt spesielt, eller hva det er?

Jeg antar at jeg ikke trenger å bli overrasket eller flau over dette. Det viser seg at 98 % av verdens folk ikke vet det. Det kan heller ikke sies å være deres feil. Det er heller ikke min feil om jeg fortsatt, fra tid til annen, kan telle mitt nummer blant dem. Ingen har fortalt dem, eller meg, hva det er som Virkelig Har Betydning.

Sant nok har de prøvd å fortelle oss om det. En del folk har prøvd å overbevise oss. Veldig mange av oss hørte på disse folka, for det å være *helt sikker* på noe – som politikk og religion gir oss anledning til – føles så mye bedre enn å ikke vite.

Men jo mer jeg hørte jo klarere forsto jeg at det som mange «tok for god fisk» av det som andre fortalte dem, rett og slett ikke kunne være sant. Derfor trakk jeg meg bort fra alt det. Kanskje visste jeg ikke hvor jeg var på vei, men

jeg visste i det minste hva jeg ønsket å komme meg unna.

Resultatet er at jeg for tiden tilbringer mindre tid i den store gruppe... og i øyeblikket er jeg helt ut av den... ellers ville jeg aldri sittet her med denne boka – Det er vidunderlig å ikke være blant de 98 %, og å tilbringe mindre og mindre tid der. Det er jo ikke noe som er verre enn å bruke mesteparten av livet på ting som er uten betydning.

Men vent litt. Det er noe verre. Det ville være verre å ikke vite om det som har betydning i det hele tatt. Det ville være enda verre å ikke vite at det jeg gjør her er å foreta en Hellig Reise som Fullbyrder en Guddommelig Hensikt.

---

Det trenger jeg heldigvis ikke å bekymre meg om. Nå forstår jeg og jeg forstår at jeg har forstått det jeg har forstått i ganske lang tid. Jeg gjorde bare ikke så mye med det.

Vel jeg syslet litt med det og leste noen saker, deltok i noen hendelser og ga meg selv noen løfter. Men når sant skal sies så gikk jeg ikke virkelig inn i det med hud og hår. Jeg var en ganske så feig kylling.

En dag grisen og kyllingen snakkende gikk nedover veien dukket det opp en stor annonseplakat. Der var det et stort bilde av en tallerken med egg og bacon. Overskriften var: Verdens yndlingsfrokost.

Kyllingen snudde seg mot Grisen med et bredt smil. «Se på det!» sa den. «Gjør ikke det deg stolt?»

«Det er lett for deg å si,» svarte grisen. «For deg er det en delvis avtale, for meg er det 100 % dedikasjon.»

---

Jeg tror jeg er klar for total dedikasjon. Jeg har hatt nok av hoderystende misnøye og følelsen av tristhet i hjertet hver gang jeg ser nyhetene på computeren, skrur på fjernsynet eller får et glimt av avisenes overskrifter.

Det kjennes stadig sterkere som om jeg lever i en verden hvor jeg ikke hører hjemme. Jeg føler meg forunderlig feilplassert, som om noen bare har sluppet meg ned på et sted i universet hvor de innfødte oppfører seg veldig

underlig. Jeg vet ikke hvorfor de gjør det de gjør, fordi nesten alt virker som det *motsatte* av det en normal vennligsinnet, kjærlig og intelligent skapning ville gjøre.

Nå er det slutt. Jeg er veldig fornøyd med at jeg kom hit – beveget meg selv til dette stedet - siden jeg ønsket å finne en forklaring, før jeg dro videre, på hvorfor ting er som de er. Slik at jeg kan gå tilbake til å gjøre det som virkelig har betydning. Beslutningen er tatt. Jeg har steget på. Jeg er underveis.

Kan jeg ha en absolutt total opplevelse av min bestemmelse mens jeg befinner meg i min nåværende fysiske form? Nei, det kan jeg ikke. En fysisk livstid er for begrenset til å gi plass til Ubegrenset Enhet. Jeg forstår det. Men er det slik at min Sanne Identitet må erfares i *sin totalitet* for at livet skal ha mening og være fullbyrdende? Nei, det forstår jeg også. Det er nå klart for meg at det å oppnå porsjoner av det Guddommelige (Enhet er summen av alle porsjonene) er tilstrekkelig for at jeg skal kjenne overveldende glede og fullbyrdelse.

Jeg er også klar over, mens jeg beveger meg inn i den ekstraordinære fremtiden som venter, at det å holde seg til Sjelens Agenda er nøyaktig den utfordringen jeg har forberedt meg på i alle disse årene.

Hele jorden beveger seg sammen med meg gjennom disse viktige øyeblikkene akkurat nå. Jeg ønsker å hjelpe til med å *skape* disse øyeblikkene, ikke bare være vitne til dem. Nå husker jeg at måten jeg kan gjøre det på er gjennom å fokusere mer av livet mitt på Det Eneste Som Virkelig Har Betydning.

Men hvordan kan *Det Man Begjærer* frembringe bra saker for en selv og for verden – og hva vil det å ha et klart fokus på *Det Man Begjærer* se ut som i det virkelige, daglige livet?

Det er det neste store spørsmålet. Jeg er sikker på at jeg kan finne svarene gjennom å reflektere innover og erfare hvordan de er dratt *til* meg *av* meg. En metode kan være å *fortsette med denne boken* – men som Leser, eller som Skribent?



## En Demonstrasjon av Den Frie Vilje

DET VIRKER SOM OM jeg beveger meg inn og ut av dette nivået av «viten» som jeg for tiden opplever. Det virker som om jeg «er der» for så å oppleve at jeg «ikke er der» - noen gang i neste øyeblikk... akkurat slik som det ble beskrevet i del to av denne boken.

Akkurat nå er jeg «der» atter en gang. Jeg forstår at Vi Alle Er En, som er poenget i denne boken. Noe som vil si at det jeg gjør for meg selv gjør jeg for andre og det jeg gjør for andre gjør jeg for meg selv. Derfor er det overhodet ikke «selvisk» å fokusere på *Det Man Begjærer*.

Jeg forstår også, som denne teksten formidler, at leser og skribent på det essensielle nivået på ingen måte er atskilt – og at det alltid er mitt eget valg om jeg vil oppleve det slik.

Her kommer enda mer som jeg vet: Jeg vet at illusjonen om atskillelse ofte tjener menneskeheten. Det er faktisk slik at hvis den ikke hadde vært til det beste for rasen så tror jeg ganske bestemt at vi hadde fjernet denne illusjonen for lenge siden. Evolusjonen ville i seg selv ha ført til et slikt resultat. Men vi har holdt på denne illusjonen fordi vi innser at den på mange måter tjener oss.

For meg virker det som om vi på vårt nåværende stadium av denne utviklingen som en modnende rase ville være tjent på å kunne gå ut av illusjonen om atskilthet, når det er til det beste for oss. (F.eks. hvis vi på den måten kunne få raskere slutt på den verdensomspennende lidelsen eller skape en utvidet og mer gledefylt opplevelse av Selvet), men samtidig fortsette å bruke Illusjonen når den tjener vår vekst og videre utvikling. Som for eksempel når denne illusjonen gjør det mye lettere og enklere for menneskeSinnen å ta

inn sann visdom og dyp innsikt.

I mitt tilfelle opplever jeg at tanken på at jeg skriver denne boken, istedenfor at jeg tror jeg leser ordene til noen andre, gjør at ordene på en underlig måte synes å ha mindre vekt og derfor mindre troverdighet. Av årsaker som ikke er helt klare for meg (men det har antagelig noe å gjøre med min egen åndelige umodenhet og motstand mot å se meg selv som en egen åndelige «autoritet»), så «kjennes» det som om jeg er langt mer mottagelig for å få Store Nye Innsikter om Livet hvis jeg opplever at det kommer fra en Kilde Utenfor Meg Selv.

Jeg er sikker på at det ikke er slik for alle. (Jeg har ingen opplevelse av at Paramahansa Yogananda tvilte på seg selv i en *Autobiography of a Yogi*). Men akkurat nå er det lettere for meg å «høre» hva denne boken har å fortelle så lenge jeg ikke forestiller meg at det er jeg som skriver boken.

Vet du hva? Jeg ble plutselig slått av tanken på at *dette kanskje er grunnen til at vi har plassert Gud utenfor oss selv.*

Derfor var dette lille «tankeeksperimentet» svært interessant. Det ga meg en direkte erfaring av at den Visdommen jeg blir gitt her og den Visdommen som finnes i meg, er En og Den Samme. Men fordi den pågående prosessen av Enhet ikke er påkrevd (som det påpekes i det som skrives) så er jeg helt klar til å gå tilbake til å være leseren igjen. Det kan være bra å ta steget bort fra tanken om at jeg er forfatteren, om ikke av noen annen grunn enn den at jeg gjennom å skape en større distanse mellom tenkeren og tanken kan omfavne Tanken i sin fulle helhet.

Derfor... vil jeg gå tilbake til å være bare leseren – selv om forfatteren og jeg når sant skal sies er En – jeg gjør dette som min siste demonstrasjon av at jeg har Fri Vilje og kan bestemme hvordan Jeg velger å erfare Livet.

## Tiden Er Inne For å Slutte å Streve

BAVO! UTMERKET! Hvilken vidunderlig – og uvanlig – erfaring. Ja?

Du kommer ikke til å oppleve dette veldig ofte i bøker. Vi (du og jeg) brukte denne ukonvensjonelle (om ikke fremmedartede) metoden for å demonstrere på en levende og beskrivende måte hvordan en liten endring i perspektivet du ser noe fra, dramatisk kan forandre hele erfaringen.

Når du ser ting fra en annen synsvinkel, når du bringer inn Sjels Bevissthet når Sinnet går gjennom dataene den har fått levert fra Kroppen, så vil hele perspektivet endres. Perspektivet skaper selvfølgelig i neste omgang din oppfatning. Som på sin side skaper din forståelse. En forståelse som er grunnlaget for ditt trossystem. Et system som er grunnlaget for hvordan du handler. Og dine handlinger skaper din erfaring.

Det å sette deg i kontakt med din Sjels Bevissthet for å forandre din erfaring på en dramatisk måte er det denne boken dreier seg om! Men la oss nå se om vi kan endre din erfaring rundt «sut og strev».

---

Kjære Deg...

Denne reisen du har lagt ut på har ikke vært enkel. Den har krevd mot og pågangsvilje, tålmodighet, forståelse og en villighet til å fortsette tross alle odds. Den har krevd villighet til å fortsette å søke lyset selv når mørket har vokst og villighet til å søke mot det gode selv når det virker som om du er omgitt av alt annet enn godhet.

Denne reisen har krevd mye av deg, og du har stilt opp når du ble spurt.

Gud velsigne deg som har gitt når du har blitt spurt.

Nå er tiden kommet til å være ferdig med strevet. Det fortjener du. Du har virkelig gjort deg fortjent til det.

Sjelen din vet selvfølgelig dette og samtykker. Det er grunnen til at du har endt opp med å bli tiltrukket av disse ordene. Her vil du bli gitt et svært kraftfullt redskap – kanskje det kraftigste som noen sinne er laget – for å få slutt på strevet og lidelsen i ditt liv.

La oss se litt mer på det, og begynne med å ta en titt på årsaken og kjennetegnene til strev og lidelse.

---

Med en gang du har kommet frem til et av de mange øyeblikkene av Fullbyrdelse av Den Hellige Reisen – som det nå har blitt forklart at kan skje når som helst i løpet av et liv – så ønsker du øyeblikkelig å oppleve flere, og enda mer omfattende øyeblikk av samme slaget. Dermed setter Sjelen i gang hele prosessen nok en gang – men ikke fra begynnelsen. Starten går fra nøyaktig det stedet du er akkurat nå.

*En viten fra sjelen:  
Den Hellige Reisens  
Fullbyrdelse kan skje  
når som helst.*

På en måte blir du født på nytt når du har gjort den Hellige Reisen. Nå vil du legge ut på Reisen nok en gang. Med et nytt Bestemmelsessted, med målet litt lengre ute.

Du tenker muligens at dette vil være en kilde til frustrasjon, det var kanskje det i fortiden, men det vil det ikke være på veien videre. Nå vet du nemlig hva som foregår. ( Når sant skal sies så er det nøyaktig derfor du har kommet hit, For å få slutt på frustrasjonen. Det er grunnen til at du akkurat har minnet deg selv om Det Eneste Som Virkelig Har Betydning.)

Når du er blitt helt våken og tilstede, *så vil du aldri ønske at den prosessen som beskrives her skal ta slutt.* Velsignelsen av å utvikle seg mot stadig høyere nivåer av guddommelighet vil bli en helt naturlig reaksjon og samtidig gjøre Livet uimotståelig tiltrekkende. Det er en ganske nøyaktig beskrivelse,

en «reaksjon» - på den måten at du nok en gang (re)agerer som Den DU Egentlig Er. Det er en gjenkjennelse – det vil si å kjenne igjen – Din Sanne Identitet. Det er Livets grunnleggende tiltrekning til mer Liv. Det er Guds tiltrekning til Gud. Det er den Guddommelige impulsen i deg.

Det er *dette* som er loven om tiltrekning – ikke den kraften som magnetiserer biler, juveler og sykler.

---

Den Hellige Reisen blir noen ganger kalt Evolusjon når den utfolder seg i det fysiske. Med metafysiske begreper kunne den beskrives som en prosess hvor ens bestemmelsessted er ens avgangssted. Slutten blir begynnelsen i Guds sirkel.

Hva har skjedd når midnattstimen ringer? Har dagen akkurat tatt slutt, eller har en ny dag akkurat begynt? Akkurat når skjedde det første og det andre? *Er det mulig at begge deler skjedde samtidig?*

Det gjør det på Sjelens Vei. Den veien synes å være en sirkel. Allikevel opplever du ikke at du «går i sirkler» og ikke kommer noen vei, når du går sjelens vei. Du opplever heller at du er underveis i en evig oppadgående spiral.

Tenk på Slinky (trappetroll), barneleken som ser ut som en endimensjonal sirkel når du ser på den rett oven eller nedenfra. Men som viser seg å være et multidimensjonalt element som strekker seg som en spiral når den bruker sin egen tyngdekraft som energi. Ironisk nok så kan denne beskrivelsen av et leketøy like gjerne vær en beskrivelse av stien tatt av Helheten av Deg. Dette er den virkelige LekePlassen.

---

Du kan være sikker på at Universet forstår at du, til og med når du leser dette, er i bevegelse mot et nytt stadium i din personlige, spirituelle og emosjonelle utvikling. Det er svært viktig at du ikke mister motet i denne sårbare situasjonen. Det er et poeng jeg kom med tidligere, som er verdt å gjenta.

Du ble lovet et redskap som ville hjelpe deg til å unngå motløshet. Et redskap som skulle eliminere lidelse og strev fra livet ditt. Vi holder på å gi

deg det redskapet. Men først trenger vi å sette det som sies inn i riktig sammenheng.

La oss akseptere at folk har hatt rikelig med triste og vanskelige erfaringer i livet og at det er mange som fortsatt møter enorme vanskeligheter. Disse hendelsene og deres påvirkning er veldig reelle. Hensikten med det som skrives her er derfor ikke å minimalisere eller marginalisere den virkeligheten, eller prøvelsene som mange gjennomgår.

For en ubevisst tilskuer kan de utfordrende hendelsene i livet til millioner av mennesker virke som en grusom metode til å fullbyrde det som her kalles «Den Guddommelige Hensikt».

*Hvorfor skal mennesker lide for å demonstrere for andre, Gud eller dem selv Hvem De Virkelig Er – eller for å gi Gud en erfaring av Guddommelighet?*

Dette er et passende, selvinnsynende og viktig spørsmål. Det krever vår oppmerksomhet, noe det også burde. Ethvert tenkende menneske trenger å få et tilfredsstillende svar på det spørsmålet hvis de spirituelle konseptene i denne teksten skal beholde et snev av troverdighet.

Svaret på dette spørsmålet var også del av en tidligere fortelling, som også fortjener å bli gjentatt.

Mennesker trenger ikke å lide for å uttrykke og erfare Hvem De Virkelig Er. Dette er hverken Guds Krav eller ønske. Men det betyr ikke at menneskers liv vil være uten tristhet og smerte. Det er det og det vil det fortsette å være. Men smerten og tristheten er der av en velsignet grunn. Forresten, gråt er ikke et tegn på lidelse, men en frisetelse av lidelsen.

Tårer vasker vekk våre Illusjoner og tar oss med til et stille sted hvor Den Guddommelige Virkeligheten Holder Til.

---

Det som vil bli delt her slynges ikke bare ut som platte selvfølgeligheter. Det ville være et feilsteg å anta at slike dype forståelser som det som tilbys i det påfølgende kan presenteres på en ubekymret og lettvinnt måte.

I virkeligheten er det motsatt. De presenteres med seriositet og det er meningen at du skal ta det på alvor. Det gis med full kreditering til de som har lidd og respekt for de som lider, samtidig som det kommer fra et øn-

ske om å hjelpe de som lider og få en slutt på deres strevsomme lidelse. Fra dette varsomme stedet ønsker vi å dele observasjonen av at tristhet, smerte og lidelse ikke er det samme.

*En viten fra sjelen:  
Tristhet, smerte og  
lidelse er overhodet  
ikke samme sak.*

Det betyr ikke at vi skal glemme all lidelse og overse hverandres plager og fortsette som om det ikke skjer noe som helst ille i verden. Stikk i strid med det skal vi se at alle omstendigheter på planeten og i livet stilles *foran* oss, *av* oss for at vi skal bestemme, erfare og uttrykke hvem vi virkelig er i forhold til dem.

Det er derfor slik at både de som lider og de som får slutt på andres lidelse erfarer Hvem Vi Alle Sammen Virkelig Er. Det er nøyaktig dette som skjer på jorden. Alt som foregår skjer helt perfekt slik at vi alle kan våkne.

Mange sjeler velger å være redskaper for oppvåkning, og utsettes derfor for enorme utfordringer, som mange til og med dør av, slik at vi alle sammen kan få vekket Guddommelige kvaliteter som medfølelse, omsorg, tilgivelse, forståelse, tålmodighet, kjærlighet og mer enn noe annet Livets Enhet og Samhørighet.

Å bevitne dette gjør selvfølgelig at vi alle sammen kjenner tristhet. På det dypeste nivå er vi triste for at det er *dette som trengs* for å vekke oss.

---

Tristhet er følelsesmessige bevis på din dyptgående menneskelighet. Hvis du hverken elsker, bryr deg eller følte medfølelse ville det være svært lite som gjorde deg trist. Tristhet er en utmerkelse. Bær den med stolthet. Du har gjort deg fortjent til den med sårene i ditt hjerte.

Smerte er psykologisk eller fysisk respons på ytre stimulering. Det faktum at du erfarer den er tegn på din Sjels generøsitet og storhet, som vises gjennom at den har valgt å være her som menneske. Når du står i livet med mot og styrke så demonstrerer du nobelheten i din Hellige Reise.

Lidelse er Sinnets respons på tristhet og smerte. Hvis du lider mens du op-

plever tristhet eller smerte, så er det tydelig at du har tatt en bestemmelse om at *du burde ikke oppleve dette nå*. Det er denne bestemmelsen, ikke tristheten eller smerten som er årsak til din lidelse.

Tristhet og fysisk smerte er det som dukker opp. Lidelse er din annonsering av at du ikke helt forstår *hvorfor* det dukker opp, eller hvordan det passer inn i sjelens agenda. Når du får en full forståelse av selve Livets prosess og det som skjer i ditt eget liv så tar lidelsen slutt, selv når smerten vedvarer. *Intet er nytt, men alt er forskjellig.*

Den største forskjellen kommer av at du ikke lengre opplever deg selv som et offer, uansett situasjon. Lidelse og strev forsvinner sammen med offerrollen. Hos noen vil det til og med være tider hvor man feirer strevet og smerten (tro det eller ei), slik at det i samme øyeblikk som det erfares endrer sin natur fra lidelse til glede.

Alle som har fått en ubehagelig injeksjon av novocain (et lokalbedøvelsesmiddel) og deretter måttet tåle tannlegens herjinger for å få trukket en verketann vet nøyaktig hva jeg snakker om.

Mer dyptgående er dette noe som alle som har erfart smerten når en elsket har dødd, mens de samtidig vet at deres kjæres neste erfaring er en strålende gjenforening med alle de noensinne har elsket og Guddommeligheten selv, vet nøyaktig hva dreier seg om.

Og alle kvinner som har født et ønsket og etterlengtet barn vet nøyaktig hva smerte som snus til glede – til og med mens smerten enda pågår – dreier seg om.

Når du gjør dette skiftet i forhold til alt i ditt liv, så skifter du fra lidelse til glede i din erfaring og utfoldelse av livet. Fra og med det øyeblikket er det intet som kan røre deg på en måte som fører til direkte lidelse – selv om du ikke på noen måte er immun mot tristhet og smerte.

*En viten fra Sjelen:*  
Det er oppdaget  
en vei slik at Den  
Hellige Reisen  
kan fortsette mens  
lidelsen og strevet  
opphører.

---



Da blir spørsmålet. Hvordan får du gjort dette skiftet i forhold til alt i ditt liv? Hvordan kan du transformere lidelse til glede og strev til fred?

Mystikere og Mestere har opp gjennom tiden forsikret oss om at dette er mulig. En vei har blitt oppdaget som gjør det mulig for Den Hellige Reisen å fortsette, samtidig som lidelsen og strevet tar slutt. Livet har gitt oss et bemerkelsesverdig kraftig redskap som gjør dette mulig. Men først en advarsel: Når du hører hva det er vil du kanskje synes det er overvurdert og alt for enkelt.

La deg ikke lure.

Det kan forandre alt.

Redskapet?

#### VERDSETTELSE.

*(NB! Her kan leseren velge mellom ordene verdsettelse og takknemlighet. Oversetteren har valgt ordet verdsettelse, da takknemlighet klinger feil for ham, Hvis du liker ordet takknemlighet bedre, så bruk det istedenfor.)*

## Du har akkurat fått lagt en enorm kraft i dine hender

NÅ HAR DU EN av de manglende bitene i puslespillet. Du har fått et verktøy til transformasjon (Du vil få flere). Det er et redskap med umåtelig kraft – et enkelt redskap som mirakuløst kan endre nesten hvert eneste øyeblikk på et blunk.

Man la oss ikke forskuttere noe. La oss heller få en eksakt forståelse av dette redskapet.

Verdsettelse er ikke bare en følelse, det er en bestemmelse.

En bestemmelse så kraftfull at den blir en erklæring og en definisjon. Den definerer og erklærer hva som er din opplevelse av Her og Nå, og dermed din virkelighet.

Verdsettelse kan være en enkel reaksjon, eller en storslått skapelse. Det er en enkel reaksjon når Sinnet ditt går på automat. Det er en storslått skapelse når sinnet har forenet seg med Sjelen ved å foreta et samlet valg om enhver opplevelse av Nået.

Valget er alltid det samme, i ethvert øyeblikk, reaksjon eller kreasjon.

(Du synes kanskje det er morsomt å legge merke til at reaksjon og kreasjon er nesten samme ord. Den eneste forandringen er en liten flytting av bokstaven k).

---

Verdsettelse er muligens et av de mest kraftfulle redskapene Sinnet ditt noensinne har hatt, samtidig som det muligens er et av de som brukes så

alt for lite. Det skyldes utvilsomt at folk flest ikke er klar over den enorme kraften Verdsettelse har til å omgjøre tanken som er grunnlaget for all lidelse.

Vi har allerede nevnt at hovedgrunnen til lidelse er en tanke om at *det som skjer ikke burde skje*. Verdsettelse frisetter en energi som snur den tanken på hodet. Det annonserer at selv om noe er ubehagelig så vil ikke det si at det er uinvitert, uvelkomment eller uønsket. Vil har allerede vist hvordan smerte (både fysisk og følelsesmessig) kan – av utallige grunner – være innbudt, velkomment og ønsket. Men hvis sinnet tenker at en spesifikk smerte er uønsket vil det ikke ta i mot den – dermed skapes strev og lidelse.

Strev blir resultatet når Sinnet avviser det Sjelen tilbyr. Det er Sinnet som har bestemt seg for å gå i en annen retning og dermed avviker fra Sjelens sti. Lidelse er det følelsesmessige produktet av den bestemmelsen. Både strev og lidelse skapes av Sinnet, som er det stedet din virkelighet formes.

Hva Sinnet tenker om noe er avgjørende for hvordan du erfarer det – Verdsettelse kan få ditt Sinn til å endre seg.

Men verdsettelse er ikke et redskap du kan bruke til å narre Sinnet med. Det er et redskap du kan bruke til å åpne sinnet. Det kan utvide din vanlige begrensede måte å tenke på, slik at du kan inkludere sannheter som går på tvers av det du intuitivt oppfatter som sannhet. Det vil si at noe som tilsynelatende synes «dårlig» egentlig kan være veldig «bra».

*En viten fra sjelen:*  
Verdsettelse er ikke  
et redskap du kan  
bruke til å narre  
Sinnet med.  
Det er et redskap du  
kan bruke til å åpne  
sinnet.

---

Under denne «sannhet» finner vi en enda dypere. Intet som noensinne skjer er dårlig for deg, da ville det rett og slett ikke forekomme. Livet er ikke i stand til å frembringe en hendelse eller omstendighet som ikke bærer deg frem mot ditt neste steg i din utvikling. Eller som ikke er utformet slik at det tar deg mot din neste utfoldelse av Guddommelighet. Siden du er her for å uttrykke

Guddommelighet kan du være helt trygg på at alt som dukker opp, dukker opp for å tjene denne Guddommelige hensikt. (Det vil si din hensikt).

Derfor sier vi. Takk Gud. Vi takker for muligheten til å helbrede en gammel urett, til å lukke et gammelt sår. Til å forandre et gammelt mønster, til å endre en gammel virkelighet. Til å frisette en gammel historie, til å endre en gammel ide. Til å skape en ny erfaring av Selvet og Livet.

---

Det var store ord. Du spør muligens. «Hvordan er alt det mulig? Hvordan kan så mye helbredelse og forandring ta plass?»

For å se det klart må du verdsette Livets mest fantastiske gave:

### PÅLITELIG GJENTAGELSE

For å forklare: Du kan stole på at Livet gjentar seg selv. Veldig mange omstendigheter og situasjoner som oppstår i ditt liv er ikke lengre overraskende for deg. I hvert fall ikke på grunn av at du ikke har erfart lignende saker tidligere. Du kan derfor forutsi hvordan du selv kommer til å reagere, og dermed kan du, hvis du ønsker, omgjøre dine tidligere bestemmelser rundt og reaksjoner på slike situasjoner.

*Det er livets store hemmelighet. Den største hemmeligheten er ikke Loven om Tiltrekning, men Loven om Tilbaketrekning.*

Det er et redskap du kan bruke til å øyeblikkelig trekke tilbake gamle bestemmelser og gjøre nye. *Det er dette sann skapelse dreier seg om.*

Når du bevitner din respons på Livets pågående hendelser og øyeblikkelig trekker tilbake hva du i fortiden bestemte rundt tilsvarende hendelser, så gir du deg selv en kraft som er hinsides dine villeste forestillinger – en kraft som inkluderer muligheten til å få slutt på strev og lidelse for alltid.

Dette er ganske presist det Buddha demonstrerte og lærte bort.

---

Det er verdsettelse som gir deg denne kraften. Det gir en Ny Begynnelse. Det er som å bli født igjen og få nullstilt Sinnet. (Vi skal se mer på det om et øyeblikk). Det rengjør tavlen fra alle tidligere negative bedømmelser du tidligere hadde angående en person, hendelse, omstendighet eller situasjon.

Vi tar sjansen på en liten gjentagelse. La oss se på hvordan hele Livets Prosess virker fra en litt annen vinkel. Det gjør at vi kan forstå det hele enda klarere.

I løpet av forbløffende kort tid etter fødselen kom du i kontakt med – analyserte, samlet og lagret – en monumental mengde data om den ytre verden. Dette gjorde du så effektivt at det etter bare noen år på planeten ble så å si umulig for deg å ha helt nye erfaringer. Nye *hendelser* ja, nye *erfaringer* nei.

*Det er utformet slik.*

Det er ikke meningen at du skal møte nye erfaringer. Hensikten er at du skal møte *de samme erfaringene om og om igjen*.

De gjentatte erfaringene er noe du møter inne i deg selv, ikke utenfor. All erfaring skjer i det indre. Det er hendelser som skjer i det ytre. Men hendelser har ikke noe å gjøre med dine erfaringer. Beviset er det faktum at to mennesker kan oppleve nøyaktig samme hendelse, men ha to vidt forskjellige erfaringer.

Vi ser derfor at det er mulig å ha et stort antall av nye ytre hendelser, mens man nesten ikke kan ha noen nye erfaringer. Jo eldre du blir, jo tydeligere vil dette være. Denne Sannheten vil med nødvendighet vokse og bli tydeligere og tydeligere som årene går.

Du har *allerede* erfart at det er slik.

Du har allerede opplevd kjærlighet og vil uten tvil erfare det igjen. Du har allerede opplevd uvennlighet og vil uten tvil oppleve det igjen. Du har allerede opplevd å være dedisert og vil uten tvil oppleve det igjen. Du har allerede opplevd svik og vil uten tvil oppleve det igjen.

Du har allerede opplevd skuffelse og forventning, pinefullhet, ekstase, frustrasjon og munterhet, glede og sinne, fred og opphisselse, tap og vinning, frykt og fryktløshet, mot og feighet, ignoranse og visdom, velsignelse og ubehag, forvirring og klarhet, og så å si enhver følelsesmessig polaritet som kan tenkes eller uttrykkes.

Grunnen til at det blir sagt at erfaring er innvendig er at emosjoner frembringer erfaringer og alle følelser kommer fra innsiden. Hendinger er ganske enkelt ytre forekomster. Det er følelsene du har i forbindelse med spesielle hendelser som skaper din erfaring av dem. Og på dette stadiet i ditt liv er det ikke flere nye følelser å oppleve. Men et uendelig antall unike hendelser kan og vil bli fysisk presentert for deg av Livet. Følelsen som skapes av disse hendelsene og den innvendige opplevelsen som denne følelsen skaper, *vil være noe du har møtt før*. I de fleste tilfellene mange ganger.

*En viten fra sjelen:*  
Erfaring er  
innvendig.  
Det er hendelser  
som er utvendig.

---

Sinnet husker sine erfaringer. Hver eneste en.

Hver.

Eneste.

En.

Nå forstår vi hvorfor.

Sinnet er skapt for å kunne holde på minnet av bokstavelig talt millioner av hendelser slik at du kan legge merke til at du i den ytre verden møter betingelser og hendelser som bringer med seg et følelsesmessig innholds som er det samme, eller nesten det samme, som det du har opplevd før.

Hensikten med å bli klar over dette er på sin side å gi deg gjentatte muligheter – bokstavelig talt millioner av muligheter, hvis du har lyst, til å reagere forskjellig på omstendigheter og hendelser (både fortidige og nåværende).

Slik kan du igjen gjenskape deg selv i den neste største utgaven av den største visjonen du noensinne har hatt om Hvem Du Er.

Vi blir klar over at et enkelt liv tilbyr en miniatyrutgave av det re-inkarnasjon tilbyr i en maksipakke. Ubegrenset mulighet til å utvikle seg.

*Slik er Livets Prosess i alle sine former og utgaver.*

Vitenskapsmenn forteller oss at til og med Universet utvikler seg. Tror du at du er et unntak?

## Ta enda større utfordringer - Frivillig

DET SOM NÅ ER FASTSLÅTT er at akkurat når du har utført det du er bedt om - i selvsamme øyeblikk som du krysser målstreken og har Fullbyrdet et øyeblikk av å uttrykke Guddommelighet – *så blir målstreken flyttet.*

Er det de gode nyhetene? Det som gir deg lyst til å hoppe ut av sengen med et smil rundt munnen hver morgen, mens det synger i ditt hjerte så du nesten ikke klarer å vente med å begynne dagen.

Vel, når sant skal sies, så er det det.

Når det er klart for deg hvorfor du er her, hvor du er på vei og hvordan denne prosessen som kalles «evolusjonen» *virker*... da er dette faktisk de gode nyhetene. Det kommer av at du husker hvor ubeskrivelig... ubeskrivelig fantastisk du hadde det når du nådde det stadiet av Fullbyrdelse i dine tidligere vekstsykluser.

Du husker varmen, velsignelsen, underet og opphisselsen. Den stille opphøyelsen og milde indre tilfredsheten som flommet gjennom deg i det øyeblikket når du fullt og helt uttrykte forståelsen, visdommen, klarheten, medfølelsen, omsorgen og alle de andre Aspektene av Guddommelighet (en om gangen eller alle samtidig) som du delte med noen eller alle andre liv du berørte, på det høyeste nivået.

Du husker følelsen og det er en følelse du *ønsker tilbake*. Det er en erfaring *du gjerne vil gjenta*.

Det er Følelsen av Ditt Selv som *du alltid har visst er ditt sanne selv*. Det er Hvem Du Er og Hvordan Du Er når du er på ditt aller aller beste... og det vil du ha *mer* av.

Livets svar på ditt ønske av mer av dette er underet, gleden og storheten i den Pålitelige Gjentakelsen.

---

Det å gjenta en erfaring om og om igjen på samme måte er ikke det som menes med ordet «mer» i denne sammenhengen. Du ønsker ikke bare «mer av det samme» du ønsker *en utvidet utgave* av det samme som du erfarte tidligere.

Se det på denne måten. Når du var liten var det gøy å ri på gynghesten og berg og dalbanen ga deg massevis med frydefull spenning – helt til du vokste fra det. Før eller senere fikk du lyst til å prøve det store Spinnehjulet.

Utrolig nok så gjorde du det helt *frivillig*.

Du så hvordan de andre hylte der de ble slengt rundt. Du følte nervene kile i magen når du kjøpte billett. Men allikevel kjøpte du billetten og gikk *frivillig* om bord.

---

Det er en analogi, men det er ikke langt unna det som skjer i livet ditt. *Det er Livets natur å søke stadig sterkere og utvidete erfaringer og uttrykk for Seg Selv.*

Allikevel er tiden kommet for å slutte å streve. En frydefull utfordring er en ting. En strevsom affære noe helt annet.

Nok er nok. Derfor er det funnet en vei som gjør at reisen kan fortsette, mens strevet er over. Redskap er gitt deg. Et av dem er Loven om Tilbaketrekingen, drevet av Verdsettelse.

Det å anvende dette redskapet fører deg til neste trinn på din Hellige Reise. Det er neste steg mot mestring. Mestring er at utfordringen vokser, mens strevsomheten blir borte.

Hvis du har lidd kommer ikke det av at du har fulgt Sjelens Vei. Det kommer av at du har tatt en blindvei som ledet deg bort fra Stien og fått deg til å glemme hvem du egentlig er, hvorfor du er her og hvor du egentlig hadde tenkt deg.

Sjelens Vei hverken krever eller medfører lidelse. Veien du må ta for å få slutt på lidelsen er å holde deg på den Veien. Verdsettelse bringer deg dit. Det øker hastigheten på din utvikling og er den raske veien.

---



Du trenger ikke å vokse eller utvikle deg med noen bestemt hastighet. Du kan gå gjennom et helt liv og reagere på samme måte på samme typer hendelser. Mange gjør det. *De fleste* gjør det. Bare de som har dedisert seg selv til vekst, til sin egen personlige og spirituelle utvikling, vil bruke tid og energi på å velge å endre sine følelser. Det kan f.eks. være å gå fra sinne eller frustrasjon til Verdsettelse. I den hensikt å frembringe en ny og forbedret erfaring av dem selv.

Det krever at man har gitt seg selv et meget høytidelig og høytstående løfte til seg selv. Det inneholder en anerkjennelse av at det er noe Større enn det daglige livets tilsynelatende tilfeldigheter som foregår. Det innebærer at det er en helt Spesiell Prosess som utfoldes på en helt Spesiell Måte. En Hellig Prosess. En evig prosess. En prosess som tjener den Guddommelige Hensikt – alt dette blir beskrevet vidunderlig detaljert i kapittel 14.

*En Viten fra Sjelen:*  
Mestring vises ved at  
strabasene forsvinner  
selv om  
utfordringene blir  
større.

Din dedikasjon til denne Prosessen og dens Hensikt er din egen høylytte erklæring til verden. Din egen kraftfulle uttalelse om at: «Livet mitt dreier seg virkelig om mer enn å få den jenta/gutten, bilen, jobben, huset og de sakene alle andre prøver å skaffe seg. Jeg kommer ikke til å bruke tida på de 98 % av saker som ikke har noen betydning. Jeg... vil... ikke.»

## Kan Følelser Velges?

HVISTAKKNEMLIGHET OG VERDSETTELSE er kraftfulle redskap som kan endre vår opplevelse av livet gjennom å tillate oss å fokusere på Det Eneste Som Virkelig Har Betydning, blir spørsmålet: Hva kan få en til å bestemme seg for å føle takknemlighet i møtet med hendelser eller omstendigheter som vanligvis ville ledet til fordømmelse istedenfor verdsettelse? Hvordan kan du bruke denne kraften?

Mens vi utforsker svaret bes du om å legge nøye merke til de spesifikke ordene vi brukte i spørsmålet. «Hva kan få en til å bestemme seg for å føle Takknemlighet...?»

Bestemme?

Er Emosjoner noe vi bestemmer oss for å føle?

Ja.

---

Emosjoner er ikke et resultat av dine erfaringer; det er de som frembringer dine erfaringer.

Folk flest forstår ikke det. De anser heller ikke seg selv for å ha en aktiv rolle når det gjelder å bestemme egne følelser. I hvert fall ikke til å begynne med. De føler kanskje at de kan kontrollere følelsene gjennom å velge en annen følelse enn den som i utgangspunktet dukket opp. De aller fleste har ingen opplevelse av at de er skapere av sin opprinnelige reaksjon. De sier at følelsen først bare kom. Den dukket *rett og slett opp*. Uannonsert. Uinvitert. Noen ganger fullstendig Uventet.

Folk tror at de bare *har* en følelsesmessig respons. De sier ofte at de ble overmannet av følelsen. Sannheten er at alle emosjoner blir valgt – til og med de aller første. Sinnet bestemmer seg for å føle på en spesiell måte. Emosjoner er en Viljestyrt Handling.

Det er utfordrende å ta i mot denne sannheten. Aksepterer du det er du plutselig ansvarlig for absolutt alt: Hvordan du føler og hvordan du handler i forhold til andre, som et resultat av hvordan du føler. Til og med for hvordan du erfarer alle hendelser i ditt liv. Det er grunnen til at folk ofte ser etter en vei til å komme unna, når de får høre dette.

(«Det må det være noe som gjør at jeg ikke er ansvarlig for hvordan jeg har det. Jeg forstår at jeg er ansvarlig for hva jeg gjør med følelsene, men selve følelsene? Kom igjen da. Jeg kan da ikke ha ansvaret for det. Jeg føler som jeg føler og det er da bare sannheten. Er det meningen at jeg skal lyve om hvordan jeg har det. Skal jeg ikke være autentisk heller nå?»)

Har du noensinne «solgt» en eller annen versjon av det til deg selv? Det gjelder de aller fleste. Men det er nå allikevel slik at menneskeheten aldri vil kunne utvikle seg videre uten at vi innser hvilken rolle vi har når det gjelder å skape våre egne følelser. Historiene vi har lurt oss selv til å tro på når det gjelder følelser er vår innrømmelse av at vi ikke har peiling på hvordan Sinnet egentlig virker. Den ekstraordinære beskrivelsen av Sinnets Mekanismer som finnes i boken *When Everything Changes, Change Everything* er trykket på nytt her nesten ordrett fordi det tilbyr en dyp innsikt som ikke kan bli repetert for ofte.

Denne boken forteller oss at emosjoner velges. De velges på nøyaktig samme måte som du velger klærne du har på deg. Emosjoner er Sinnets kostymer. Sinnet *bestemmer seg* for å føle på en viss måte.

Vi vil komme med denne innrømmelsen: Ditt Sinn bestemmer seg så *lynhurtig* at det *kan virke* som om du ikke har noen som helst kontroll over dine emosjoner, i hvert fall ikke dine første reaksjoner.

Ditt Sinn beveger deg meget hurtig inn i en følelse, som er basert på en Tanke det har formet. Dette er den egentlige betydningen av utsagn som «jeg følte meg veldig beveget». De ble i sannhet akkurat det.

Tanke er energi og Sinnets jobb er *å sette den energien i bevegelse* (Emotion = energy in motion). Siden det skjer *lynraskt* blir det avgjørende å vite *på*

*forhånd, før vi konfronteres av en følelsesmessig situasjon, hva det er som får oss til å velge den ene følelsen fremfor den andre.*

Du har allerede lært at det valget tas av Tanken. Men hva er det som frembringer Tanken som skaper en Emosjon? Hvor kommer den spesielle tanken fra?

Finner du ut det, så er du kommet langt på veien som fører til at du kan endre Tanken du har om hva som helst. Hvis du kan endre tanken om noe, så vil du kunne skape en forskjellig følelse rundt det – som igjen vil gjøre at du har en helt annen opplevelse av det.

---

Det virker på denne måten: I samme øyeblikk som ditt Sinn møter noe i den ytre verden, gjennom bruk av sanseinstrumentet som er din kropp, så vil Sinnet samle dataene det mottar og søke i minnet etter tilsvarende Data. Deretter vil det sammenligne det som skjer Nå med minnet det har om tilsvarende tidligere hendelser. Det vil deretter bruke disse kombinerte dataene til å forme din nåværende Sannhet om det som holder på å utspille seg i den ytre verden.

Din Sannhet om det som skjer vil stort sett bli hentet fra fortiden og minst av alt fra *det som skjer akkurat nå*. Det kommer av at det som skjer nå er bare noe få «bytes» av data sett i forhold til de megabyte av Data Sinnet har lagret fra tidligere hendelser. «Nå» blir rett og slett overvældet av «Da». I dag er helt nedsunket i Fortiden.

Sannheten som Sinnet former på denne måten skaper din Tanke om det som utfolder seg. Dette kan være en tilsynelatende Sannhet, noe du innbiller deg, eller det som virkelig er Sannheten. Det er avhengig av kvaliteten på dataene Sinnet har tilgang på.

Denne Tanken vil raskt frembringe en Emosjon og den Emosjonen vil hurtig frembringe din erfaring. Alt dette skjer i løpet av et milliontedels sekund. Dermed vil du kalle den Erfaringen du kom frem til på denne måten

*En Viten Fra Sjelen:  
Alle emosjoner er  
valgte. De er en  
viljeshandling.*

for «Virkelighet».

Det er på denne måten du «skaper din egen virkelighet».

Tenk deg muligheten av at: Du på forhånd skulle forandre alle Sinnets Data om fortiden (gjennom å bruke loven om tilbaketrekning). Da ville du kunne stige opp til et nytt nivå hvor du kan være forberedt og slik erfare å være en *Mester i Øyeblikket* – Det er slik at Uansett om Sinnet er okkupert av tanker om fortiden eller er dypt engasjert i nåtiden, så vil ditt ønske om å øyeblikkelig endre Sinnet iverksettes gjennom bruk av det samme redskapet. I begge tilfellene vil et møte med Takknemlighet føre til reell forandring.

---

Den bevegelsen som har fått merkelappen Ny Tids Bevissthet har i flere år sagt at «Du skaper din egen virkelighet». Men dessverre har den ikke forklart særlig godt hvordan du skal gjøre det.

Virkelig Skapelse krever mye mer enn «å tenke positivt» eller å komme med «affirmasjoner». Begge deler metoder som har blitt fremmet som «hemmeligheten» som viser hvordan du kan få det du ønsker.

Det er barneleker. Det er metafysikkens sandkasse. Da blir det selvfølgelig slik at filmer og bøker fremstiller Livets store «hemmelighet» som veldig forenklede metoder for å få tak i enkle leker. Hvis du virkelig ønsker å finne ut hvordan du skaper Den Høyest Mulige Erfaringen av Deg Selv og En Bedre Verden (og ikke bare hvordan du kan få en ny bil eller et vakkert halskjede) så vil du ha enormt utbytte av å forstå Sinnets mekanismer slik de i kortfattet form er beskrevet ovenfor.

(Som tidligere nevnt, en omfangsrik, vidunderlig klar og langt mer detaljert forklaring av dette kan finnes i boken *When Everything Changes, Change Everything*, fra forlaget Hay House, 2010).

---

Selv om Sinnet arbeider lynhurtig, så arbeider det kun gjennom de dataene den har fått å arbeide med. Computerprogrammerere er godt kjent med konseptet: SISU.

Søppel inn/søppel ut.

Hvis du har puttet «søppel» inn i Sinnet (om Livet, Gud eller en annen erfaring som du har lagret i din så å si uendelige hukommelse) så vil det som kommer ut av Sinnet rundt enhver erfaring du har i øyeblikket, som overhodet ligner på en tidligere erfaring (noe de alle sammen gjør på den ene eller andre måten), så vil det som kommer ut være søppel.

Men hvis det du putter inn er takknemlighet, så vil det som kommer ut være takknemlighet.

Det er TITU.

Det vi sier er at hvis du lever i Takknemlighet for alt som skjer så vil det å være Takknemlig for hvert eneste øyeblikk som utfolder seg være en selvfølge – *uansett hva selve hendelsen går ut på.*

---

Bruken av Takknemlighet som et verktøy er det som skiller Mesteren (som alltid bruker det) fra den Seriøse Studenten som inniblant tar den i bruk. Det skiller også den Seriøse Studenten fra Begynneren (som enten ikke har hørt om det brukt på denne måten, eller som har hørt om det, men sjelden tar det i bruk).

Mesterne forstår at enhver hendelse i livet er del av et sammenhengende Felt som skaper et rom hvor man kan uttrykke den neste største versjonen av den største visjonen Mesteren noensinne har hatt om hvem Mesteren er og velger å være.

Mesteren sier derfor ja og kun ja til enhver erfaring. Mesteren sier det med glede og takknemlighet for Mesteren vet at et strålende øyeblikk, perfekt for et strålende uttrykk for og erfaring av Vidunderlig Guddommelig Storhet, har ankommet.

Mesteren kan ikke være annet enn takknemlig for dette. Når Mesteren vet at alt som skjer har blitt skapt i samarbeid med mange andre Sjeler, som er i samstemthet med Mesterens egen Sjel, for å frembringe de omstendighetene og betingelsene som i øyeblikket viser seg, så er det umulig å klage. Her er det intet en Mester kan være misfornøyd med.

## Å Vite om Redskapet Er En Ting, Å Bruke Det En Annen

VIL DU VÆRE SÅ VENNLIG Å IKKE VÆRE FORNØYD, med at du kjenner til dette vidunderlige transformative redskapet som kalles Takknemlighet. Forplikt deg til å *bruke dette verktøyet*. Da vil du oppleve hvordan en holdning du kanskje bærer med deg om uvelkomne hendelser, fortidige eller nåtidige, kan forandre seg på et blunk.

Bare si Takk Gud/Livet i samme øyeblikk som den såkalte «negative» hendelsen skjer, eller presenterer seg i din hukommelse. Deretter bestemmer du deg øyeblikkelig for hva det er du takker Gud/Livet for.

Si «takk Gud/Livet» for at jeg får denne muligheten – nok en sjanse – til å helbrede min tanke om at... «eller»... Til å forandre min gamle fortelling om... «eller»... til å frisette min frykt for... eller hvordan du på noen måte måtte ønske å bruke denne Pålitelige Gjentakelsen på en Tilbakevendende Følelse.

Bestem deg der og da for Hvem DU Er og Hvem Du Velger Å Være i forhold til hendelsen eller omstendigheten som er i ferd med å spille seg ut.

Her følger noen flere eksempler på hvordan du kan ha glede av å bruke Takknemligheten som et verktøy for å fokusere ditt daglige liv klarere og mer helhetlig på Det Eneste Som Virkelig Har Betydning.

### Morgenbønn

Lag en vane ut av å si følgende til deg selv hver morgen når du våkner:

*Takk Gud/Livet for en ny dag og en ny anledning til å være mitt Høyeste Selv.*

Gjør dette *øyeblikkelig*, før du tenker eller gjør noe som helst annet. Etter en ukes tid vil det skje automatisk. Å si dette mens du våkner er en flott metode for å plante frøet om at dette er den Første Tanken i ditt Sinn. Forståelsen av at det er grunn til å være takknemlig for Livet *fordi det gir deg mulighet* til å bevege deg inn i ditt neste, mest storslagne uttrykk for Den Høyeste Ideen om Deg.

Den bønnen forteller Sinnet hva dagen dreier seg om lenge før noe hender. Det er denne innsikten som gjør at du på forhånd kan være takknemlig for det som kommer til å utspille seg.

En slik erklæring utretter mer enn å sette deg i godt humør. Hvis du tror at din Tanke om Livet har noen som helst virkning på hvordan Livet spiller seg ut, så vil du se at det å begynne hver dag med en slik bemerkelsesverdig uttalelse av tiltro til Livets Prosess, er med på å forme Livets Prosess. Det er blitt sagt at Livet informerer Livet om Livet gjennom Livets prosess. Hvis det er sant (det er det), så vil denne lille morgenbønnen utrette mer en du venter. Den er en erklæring av hva du ønsker å med-skape. En slik erklæring er hverken bortkastet eller meningsløs.

---

## En Bønn for å finne Svaret

Skulle du i løpet av dagen bli presentert for erfaringer eller omstendigheter som er problematiske, og du blir mer enn litt fanget av tankene rundt det, så prøv denne bønnen:

*Takk Gud/Livet for at jeg blir hjulpet til en forståelse av at dette problemet allerede har blitt løst for meg.*

Siden denne bønnen forskutterer resultatet er den en av de kraftigste bønnene du noensinne kan ta i bruk. Det er hverken en anmodning eller et ønske om litt mer av noe. Det er en klar og direkte erklæring av trygg bevissthet om



Det Som Er.

Å be en bønn hvor du ber om støtte og litt ekstra forsyninger er en erklæring om din usikkerhet angående resultatet. Det er unødvendig å be om noe du allerede har. Derfor er det slik at når du ber om noe så vil du i like stor grad annonsere at du ikke vet om du får det eller ikke.

Å takke for noe før du har fått det er en erklæring gitt i absolutt visshet om at du kommer til å få det. Å foreta en slik energetisk forandring er hverken bortkastet eller meningsløs.

---

## Den Perfekte Bønnen

Gi deg selv lov til å se det «perfekte» i det, uansett hva som dukker opp i livet ditt. Uttrykk deretter din takknemlighet på denne måten:

*Takk Gud/Livet for det Perfekte resultat som dette øyeblikket og mitt liv leder til.*

Prøv å forbli i tilstanden av Takknemlighet til den blir «virkelig Virkelig», istedenfor forestilt Virkelig. Det dreier seg om å hente frem en følelse.

Iblant sier folk ting når de ber som de ønsker at hadde vært virkelig, men som de egentlig ikke tror på. Det er helt fint. Det er helt vanlig. Men en deklarasjon av det du ønsker at skal bli virkelig kan *bli* virkelig gjennom den enkle handlingen at du velger det, og deretter fortsetter å velge det.

Her kommer den hemmelige nøkkelen. Etter at du har valgt det, tillat deg å føle det. Lukk øynene og åpne Sinnet slik at den perfekte følelsen av øyeblikket og livet gjennomtrenger hele Kroppen. Pust dypt og langsomt – rolige, lange, lette åndedrag – tre ganger. På slutten av det tredje åndedraget skulle du begynne å føle Fredens Fullbyrdelse. Hvis det er støttende kan du forestille deg et gyllent lys som omgir deg mens du puster.

På grunn av at all erfaring er intern og alle omstendigheter og hendelser kun skjer utvendig så vil den vedvarende bruken av Takknemlighet for å se Perfeksjonen bygge opp mer data i Sinnet som har innflytelse på din Sannhet

rundt hendelser og omstendigheter. Dette skaper en Tanke, som igjen skaper en Emosjon, som igjen skaper en Erfaring av disse hendelsene og omstendighetene – en erfaring som jo vil skje i ditt indre.

Du har tatt en ytre hendelse og bokstavelig talt flyttet den inn. En slik prosess kan snu verden på hodet og medføre at det indre kommer ut.

---

Det ville være tåpelig å påstå at det alltid er lett å «se Perfeksjonen». Det er en ekstrem utfordring å få det til når det som skjer synes å være alt annet enn Perfekt. Når noen du elsker dør, du mister jobben eller et forhold tar slutt på en lite hyggelig måte, kjennes det som noe annet enn Perfeksjon. Det er mange slike saker som vi lett kan finne frem til. Derfor trenger vi litt assistanse for å forstå dette. Hvor kan man få tak i det?

Prøv med dette. Det kommer fra en teori om at ideen man har om perfeksjon er avhengig av ideen man har om Selvet og grunnen til at man er på Jorden. Det er disse ideene som frembringer ens opplevelse av Guddommelig Perfeksjon og en klar forståelse av *Hva Man Begjærer*. Forståelsen av det frembringer den mentale freden som gjør at man slutter med lidelse og strev – som jo er noe hele menneskeheten lengter etter.

Men før det kan skje må disse tankene etableres. Du må være helt klar rundt din ide om Selvet og grunnen til at du er på Jorden. Hvis ikke vil det å plassere merkelapper med Perfeksjon på forferdelige katastrofer bare vekke Sinnets vrede og få det til å snu seg bort fra Det Eneste Som Virkelig Har Betydning.

## Ditt Største Valg - Noensinne

DINE TANKER RUNDT SELVET, og grunnene dine for å være på jorden koker til slutt ned til et enkelt valg mellom to muligheter. Disse ble i klartekst beskrevet i boken vi tidligere har henvist til, *Stormen før Stillheten*, som sa det slik:

### Valg 1

Du kan se på deg selv som en Kjemisk Skapning eller som en «Logisk Biologisk Tilfeldighet». Det vil si det logiske resultatet av en biologisk prosess satt i gang av to andre biologiske prosesser, som kalles far og mor.

Hvis du betrakter deg selv som en Kjemisk Skapning vil du ikke anse deg selv for å ha noe større tilknytning til Livets Større Sammenhenger enn enhver annen kjemisk eller biologisk livsform.

I likhet med alle andre vil du bli påvirket av livet, men har liten mulighet til å påvirke livet. Du kan absolutt ikke skape hendelser, bortsett fra på veldig indirekte måter. Du kan skape mer liv (alle kjemiske skapninger har biologisk kapasitet til å skape flere som seg), men du kan ikke på noen måte bestemme hvordan livet «utfolder seg» i en gitt situasjon eller øyeblikk. Som en Kjemisk Skapning vil du også anse deg selv for å ha en svært begrenset kapasitet til å reagere slik du selv ønsker på omstendigheter og gitte situasjoner i livet. Du ville betrakte deg selv som et vanedyr hvis reaksjoner var instinktive og basert på din biologiske disposisjon.

Du ville anse deg selv for å ha flere ressurser enn en skilpadde, på grunn av at biologien hadde utstyrt deg med flere. Du ville anse deg selv for å ha flere

muligheter enn en sommerfugl, siden biologien din hadde utstyrt deg bedre.

Du ville anse deg selv for å ha flere ressurser enn en ape eller en delfin (men i dette tilfellet kanskje ikke så veldig mange flere) siden biologien hadde utstyrt deg med flere ressurser.

Du ville tro at du måtte håndtere livet som det kom fra dag til dag med kun en anelse av noe som lignet på «kontroll», skapt gjennom forutseende planlegging osv. Samtidig ville du være klar over at alt kunne skjære seg hvert øyeblikk, noe det også ofte ville gjøre.

## Valg 2

Du kan også se deg selv som et Spirituelt Vesen som bor i en biologisk enhet – som kalles en fysisk kropp.

Hvis du anså deg selv for å være et Spirituelt Vesen så ville du anse deg selv for å ha krefter og egenskaper som langt overstiger de til et Kjemisk Vesen. Det ville være krefter som transenderte det basale fysiske nivå og lovene knyttet til det.

Du ville forstå at disse egenskapene og kreftene ville gi deg en viss medskapende kontroll over de ytre omstendighetene i det Individuelle og Kollektive livet, og absolutt individuell kontroll over de indre omstendighetene. Noe som vil si at du har absolutt evne til å skape din egen virkelighet. Det skyldes at virkeligheten ikke har noe som helst å gjøre med produksjon av de ytre omstendighetene i livet, men har alt å gjøre med hvordan du responderer på de omstendighetene som har blitt frembrakt.

Som et Spirituelt Vesen ville du også være klar over at du er her (dvs. på jorden) av en spirituell årsak. Denne årsaken er forbundet med et meget spesielt fokus, som ikke er direkte knyttet til karriere, inntekt, eiendeler, bragder eller stilling i samfunnet, eller noen andre av de ytre betingelser eller omstendigheter i ditt liv.

Du ville være klar over at din hensikt er plassert i ditt indre liv, og at graden av din oppnåelse av denne hensikten svært ofte har stor påvirkning på ditt ytre liv.

---

Vi forutsetter at du allerede har valgt alternativ 2. Det er lite sannsynlig at du ville ha lest så lenge hvis det ikke hadde vært tilfelle. Men det er ikke nok å bare ta valget.

Noen tar dette valget bevisst og ser og omfavnet seg selv som Spirituelle skapninger. Men de kan allikevel ikke helt tro på det – og blir usikre.

Noen tar valget bevisst og er helt sikre på det, men de vet ikke hvordan de setter det ut i livet.

Det finnes også de som tar valget og er sikre og som vet hvordan de skal ta konsekvensen av det, men allikevel velger å la det være.

Noen tar valget, er sikre og vet hvordan de skal ta konsekvensen av det og gjør det... men så lar de det være... for så å prøve på nytt, for så å slutte... derfor opplever de sin spirituelle identitet som noe som kommer og går.

Det er på grunn av alle disse valgene at verden i dag er som den er.

---

Hvis du ønsker å finne fred og få slutt på strev og lidelse i ditt liv så kan du omfavne din identitet som et Spirituelt Vesen og sette den ut i livet på en vedvarende måte.

Som vi etter hvert har påvist mange ganger. Folk flest vet ikke hvordan det «lar seg gjøre».

Vi er i ferd med å vise deg hvordan du kan bringe det sterkere inn i livet, gjennom å bruke noen fantastiske redskaper. Du har allerede gjenkjent Taknemlighet/Verdsettelse. Nå skal vi ta en titt på noen andre redskaper.

## En ny gave, Et nytt redskap

ET NYTT VEDIFULT REDSKAP fra verktøykassa er et redskap som kalles...

### REKONTEKSTUALISERING (NY SAMMENHENGSKAPELSE)

Gjennom bruk av dette bemerkelsesverdige redskapet kan du på en drastisk måte endre Dataene som føder en Sannhet som former Tanken som frembringer Følelsen som skaper Erfaringen av Øyeblikket.

Prosessen av ny sammenhengskapelse går ut på nøyaktig det som ordet viser. Det skaper et nytt rammeverk som du kan bruke til å forstå Selve Livet, så vel som hendelser eller omstendigheter i Livet. Dette nye rammeverket eliminerer bokstavelig talt enhver årsak eller rettferdiggjørelse du måtte ha benyttet for å være sint eller fornærmet på noe eller noen.

Dette nye rammeverket medfører en forflytting av ditt perspektiv, som tillater deg å se det som skjer i hvert eneste øyeblikk av ditt liv i en ny og forfriskende sammenheng.

La oss begynne med begynnelsen denne gangen.

---

Det burde være klart for deg på dette punktet i livet at det som gir deg glede – den høyeste gleden – er selvutfoldelse. Du kan oppnå den fyldigste erfaringen av Den DU Virkelig Er gjennom den fyldigste utfoldelsen av Selvet. En

person som ser på livet på denne måten opplever at det ville være vidunderlig hvis man fikk til dette fullbyrdede Selvuttrykket, men vet at for de fleste skjer ikke det særlig ofte. De vet at Livet inneholder mer en dette og at vi alle må fortsette, uansett om vi føler oss «fullstendig realiserte» eller ikke.

Men ny sammenhengskapelse vil på den andre siden fortelle deg at «fullstendig realisering» er erfaringen du kom til jorden for å oppleve. En slik holdning vil skape en ikke-villighet-til-å-være-fornøyd-med noen mindre tanker i Sinnet. Det omformer og omformulerer hensikten med dine jordiske dager og timer slik at de sees i sammenheng med din Sjels Agenda, ikke Sinnets forestillinger. Sjelens Agenda overgår alltid Sinnets forestillinger. Dette er ikke sant bare en gang i blant. Det er alltid slik.

---

*En Viten fra Sjelen:*  
Totalt Selvuttrykk  
er erfaringen  
du kom for å ha.

Det som blir sagt er at ny sammenhengskapelse utfordrer deg, inviterer deg og gir deg kraft til å forstå Livet på en ny måte. Kraft til gi det en annen mening og omgi det med en annen hensikt gjennom å sette det i en totalt annerledes sammenheng.

Det inviterer deg til å ta plass i sentrum av Skapelsens Hjul. Se for deg at din tilstedeværelse i ethvert øyeblikk er et samarbeid mellom deg og sjelene rundt for å skape omstendigheter og betingelser som er ideelle for Fullbyrdelsen av din Hensikt. Det inviterer deg til å se selve Hensikten i en ny sammenheng som er: Sjelens Agenda og Den Hellige Reisen din Sjel holder på med. Dette er å se på livet og alle livets hendelser fra en ny vinkel.

Gjennom Skapelsen av en Ny Sammenheng kan det plutselig dukke opp en ny virkeliggjørelse av Selvet. Som du blir en Selv realisert skapning, heller enn en reagerende skapning vil alt i måten du beveger deg gjennom verden på endres.

La oss ta et lite eksempel. Etter å ha tatt i bruk redskapet av Ny Sammenhengskapelse kommer du aldri mer til å ha et «arbeid» som du ikke liker. Du

vill heller ikke «mislike» en jobb som du utfører. Det skyldes at «arbeidet» har blitt en «glede» - *selv om det er samme jobben du hadde før.*

Det som har skjedd er at du har omformulert hele din forestilling om hva «arbeid» dreier seg om. Du har Skapt en helt Ny Sammenheng å se den i. Tidligere trodde du at arbeid dreide seg om å «gjøre seg fortjent», betale regningene, «gjøre det man må gjøre» for å «oppretholde livet og ta vare på de du elsker». Nå vet du at det dreier seg om å leve, ikke om å ha et levebrød. Det er et uttrykk for deg som et åndelig vesen, ikke noe som står på et visittkort. Plutselig har det blitt det som har betydning.

Ditt arbeid er intet mer enn en metode for å nå et «mål.» Det er en metode hvor du kan være det din spirituelle reise ber deg om å være. Det er hverken mer eller mindre enn et tilbud om en sammenheng hvor du kan være den du er.

Hvilket aspekt av Guddommelighet er det du demonstrerer – for deg og gjennom deg – når du tar hånd om de du elsker? Hvilket aspekt uttrykker du når du betaler dine regninger og kjøper ting du trenger eller ønsker?

Hvilket aspekt av Guddommelighet fremviser du når du gir penger til veldedighet eller tilbyr økonomisk støtte til noen trengende eller med å kjøpe en flott gave til noen du elsker?

Se på hva du gjør med dine penger. Dette er den du er.

*Du er ikke ditt arbeid.* Arbeidet er kun noe som gir deg midler til å være den du er. Er du givende, generøs og omtenkstom? Er du redelig, rettferdig og pålitelig? Er du beskyttende, kreativ og styrkende for andre?

Alt dette er aspekter av Guddommelighet som du gir deg selv mulighet til å uttrykke fritt gjennom gaven Livet har gitt deg gjennom det du kaller «arbeide».

Når du ser på arbeid på denne måten vil du ikke erfare det som noe du *må* gjøre (det er mange som velger å ikke arbeide), men som del av en større sammenheng hvor du får mulighet til å være de spesifikke aspektene av Guddommelighet som du fritt har bestemt deg for å være.

For enkelte er dette helt sikkert en totalt ny måte å betrakte arbeid på, men *det er dette Ny Sammenhengskapelse virkelig dreier seg om.*

---



Det mest interessante er allikevel kanskje at du slett ikke et eneste øyeblikk trenger å være tiltrukket av det du gjør for at dette redskapet skal virke. Det kan faktisk være en jobb som du ikke trives spesielt godt med, eller noe husarbeid som kjeder deg og som du helst ville sluppet å gjøre. Det kan være en samtale du helst ville unngått eller et møte du helst ville sluppet – det kunne vært hva som helst. Men nok en gang er ikke det viktige hva du *gjør*, men bestemmelsen du har tatt om *Hva Man Begjærer*. Ved nærmere undersøkelse har du sett at det dreier seg om hvordan du kan manifestere den bestemmelsen, uansett hva du gjør. Da blir det Det *Eneste* som Virkelig Har betydning.

Dette er hvordan du Skaper en NY Sammenheng i ethvert øyeblikk. Du bestemmer deg rett og slett for at det er der av en helt forskjellig årsak enn den årsaken du før hadde gitt det.

Det nye valget, hvis det er ditt høyeste valg, vil på en magisk måte påvirke og influere det du gjør på en måte som medfører at selve utfoldelsen blir en gledelig nytelse.

Du kan fryde deg over å ta oppvasken når du kommer fra dette stedet. Du kan oppleve at det er lett og vidunderlig å gå til et arbeid som du før hatet å gå til, når du kommer fra dette stedet.

La oss vende tilbake til eksemplet fra morsrollen. Det er dette stedet en mor kommer fra nå hun klokken 3.30 om natten skifter på og stiller sin to måneder gamle baby. Det å måtte stå opp og avslutte søvnen er antagelig ikke det hun alle helst ønsker midt på natten. Men bevisst eller ubevisst vil hun Skape en Ny Sammenheng rundt sin aktivitet som gjennomtrenger både henne og tankene rundt det som skjer. Denne prosessen er så kraftfull at hun opplever at hun rett og slett *ønsker* å gjøre akkurat det hun gjør.

Himmelske Samtaler forteller oss at «ingen gjør noe de ikke egentlig ønsker å gjøre.» Ny Sammenhengskapelse leder deg rett inn til kjernen av den sannheten. Folk kan *tro* at de ikke har lyst til å gjøre det, gjennom å glemme grunnen til at det *tjener* dem å gjøre det. Deretter kan de innbille seg at de er et *offer* som må gjøre det enten de vil eller ikke, på grunn av omstendigheter de har vært med på å skape for å erfare noe fordelaktig, som de nå har mistet helt av syne.

Ny Sammenhengskapelse tilbakestill deg til det opprinnelige stedet. Stedet som var utgangspunktet for Sjelens opprinnelige Hensikt. Det bytter ut

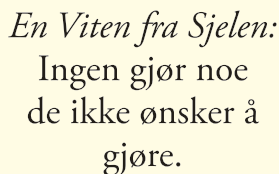
ArveSynden med innlagt UrMotivasjon. Dette er i sannhet en nåde, for du som før var blind har nå fått igjen synet.

---

Det å bruke Ny Sammenhengskapelse får deg til å innse at uansett hva som skjer akkurat nå, så skjer det for å gi deg en sammenheng hvor du kan erfare den neste største utgaven av den flotteste visjonen du noensinne hadde om Hvem Du Er. Dette eksepsjonelle redskapet er en ny metode du kan bruke for å fokusere på Det Eneste Som Virkelig Har Betydning.

Nå vet du jo allerede – takket være «gjenvinningen» du har gjort- *at dette ikke er påkrevd*. Det har blitt sagt om og om igjen for at du skulle bli krysstallklar på dette. Hvis du velger å vike unna uttrykket av Guddommelighet i sin neste høyeste form, fordi det er en større utfordring enn du ønsker å møte i dette eller et annet utvalgt øyeblikk, så står du fri til å erfare øyeblikket akkurat som du ønsker.

Du står derfor ovenfor det spørsmålet alle spirituelle mestre før eller siden møter. (Du må ikke plutselig være en Spirituell Mester, men inniblant kan det være bra for deg å ta en titt på spørsmål som de uavlatelig møter.)



*En Viten fra Sjelen:  
Ingen gjør noe  
de ikke ønsker å  
gjøre.*

Spørsmålet: Hvis det er ditt eget valg, i ditt eget Sinn, å ha en spesifikk indre opplevelse istedenfor en annen indre opplevelse i forhold til en ytre hendelse. Hvordan er det da mulig å ikke være fornøyd og ha det bra med det som blir erfart? Får du det ikke som du vil? Selv om det du opplever er å være redd, sint, urolig eller frustrert... er det ikke slik at du får det som du vil? Eller har du fortsatt troen på at du ikke velger dine egne følelser og at du er uten kontroll over dem?

---

Selvfølgelig så er det du som har kontroll. Du velger, skaper og handler på hver eneste en av følelsene du opplever. Hva du velger, når du skaper den og hvordan du handler på den er fullstendig opp til deg. Ingen kan få deg til å ha en utvalgt følelse. Det å vite og ta til deg dette kommer som resultatet av en vekst i Bevissthet, som stiger frem gjennom bruk av Sjelelige verktøy som Verdsettelse og Ny SammenhengSkapelse. Disse redskapene frembringer en holdningsendring, ikke en endring av omstendighetene. *Intet er forandret, men alt har blitt endret.*

Det som er annerledes er ikke det ytre, men det indre. Nå har du fått en indre visshet om at du alltid har et valg i forhold til din opplevelse av enhver hendelse eller omstendighet. Du vet at din Erfaring er basert på dine Emosjoner angående Hendelsen eller omstendighetene som stiger frem av din Sannhet om Hendelsen eller Omstendighetene som er frembrakt av Dataene du har rundt Hendelsen eller Omstendighetene. Data som i ethvert øyeblikk kan, gjennom din bestemmelse, utvides til å inkludere Sjelens Bevissthet.

Gjennom en slik utvidelse av Sinnets Datatilgang blir du øyeblikkelig klar over at intet kan tvinges på deg, noensinne! Det gjør at måten du opplever livet på ene og alene er ditt valg.

Du kan se Løven i hvitøyet uten frykt, eller få angstnevrose ved synet av en liten edderkopp. Du kan gå på kanten av stupet uten å skjelve, eller overmannes av tanken på å gå utenfor husets fire vegger.

Valget er ditt. Det har alltid vært ditt. Verden kan påføre deg ting, men den kan aldri trekke noe ut av deg som du ikke velger å gi.

Gjennom En stødig fokusering på Det Eneste Som Virkelig Har betydning, ved bruk av kraftfulle redskaper som Takknemlighet og Skapelse av Nye Sammenhenger, plasseres du i høysetet som enehersker i ditt eget Kongedømme.

Ditt Kongerike er her, din Vilje blir gjort på jorden, som er en del av himmelen.

*For har det ikke blitt skrevet: «Dere er Guder»?*

## Hvor Høyt Ligger Lista?

LA OSS SE LITT PÅ FORVENTNINGENE VÅRE. Spesielt de vi setter for oss selv.

Del to av denne teksten gjorde det veldig tydelig hvor Sjelen ønsker å reise på sin Hellige Reise. Men du må være forsiktig så du ikke legger lista alt for høyt i forhold til når og hvordan du skal komme deg dit:

Ditt mål er Fullbyrdelse. Men det betyr ikke at du hele tiden må fremstå som en feilfri-visdoms-snakkende-guru som fornekter sin fulle menneskelighet. Siden alt du gjør i virkeligheten fører deg videre på utviklingens vei, så er det ingen grunn til å bebreide eller straffe deg selv for å «ikke gjøre det riktig» mens du beveger deg gjennom dine dager og netter.

Anvend rikelig av dette tredje Verktøyet...

### MEDFØLELSE

*(Oversetteren har lyst til å bruke ordet Med-lidenskap, siden compassion i sin betydning er langt mer aktivt enn det norske medfølelse. Men grunnet det norske språkets begrensning vil ordet medfølelse bli brukt som oversettelse for compassion.)*

Husker du på at Fullbyrdelse ble definert som at Helheten av Deg uttrykte og erfarte Guddommelighet på det høyeste nivået som omstendigheten, tilstanden og hendelsene i øyeblikket tillot, med utgangspunkt i ditt nivå av Bevissthet der og da.

Sluttbetydningen av den siste setningen er ikke uvesentlig. Det vil være

godt for deg å pakke inn din forståelse av den Hellige Reisen i disse ordene. Ingenting vil få deg til å føle deg mer utilstrekkelig enn å forvente det umulige av deg selv.

Husk hva Guddommeligheten forventer av deg.

Intet.

Absolutt intet.

Det kreves ikke at du skal være eller gjøre noe som helst. Hele Livet er en øvelse i Fri Vilje.

Fri Vilje betyr akkurat det ordene sier. Det vil ikke si at du selv kan velge om du vil eller ikke vil gjøre det noen har fortalt deg at er Guds påbud. Det betyr at du står fritt til å uttrykke og erfare hele Livet nøyaktig slik du velger og at det ikke eksisterer noen åndelig «straff» eller «dom».

---

*En Viten Fra Sjelen:*  
Alt du gjør fører deg  
videre fremover på  
utviklingens vei.

Det vil ta litt jordisk tid for det nye Sinnet å få inkludert Sjelens Bevissthet i sin database. Ditt gamle Sinn har tross alt blitt oversvømt med utallige Midlertidige Sannheter, som er noe svært annerledes enn Spirituell Virkelighet.

Det kan hende at du til å begynne med helst vil fornekte Sjelens Bevissthet.

Ironisk nok – siden du muligens har sagt til deg selv at alle Livets Sannheter stammer fra en kjærlig Gud – kan det hende at du sier til deg selv at den Evige Bevisstheten som er gitt deg av Sjelen, når det kommer til stykket, er for god til å være sant. Det kan virke utrolig, sett fra utsiden, at du virkelig har frihet til å ta alle bestemmelser og skape livet slik du ønsker det.

Det er også slik at et menneskes nivå av Bevissthet (eller for å bruke svampanalogien, Sinnets evne til å absorbere Sjelens Bevissthet) sannsynligvis vil være annerledes når du er 7 enn når du har blitt 47 eller 67 (ikke nødvendigvis men, sannsynligvis).

For å gjøre illustrasjonen mer gyldig i øyeblikket. Ditt eget bevissthetsnivå kan endre seg betraktelig fra i dag til i morgen. For den sakens skyld kan det

endre seg ganske så radikalt i neste øyeblikk – *kanskje til og med som et resultat av at du leser dette*. (Som er Visdom du har brakt *til* deg selv, *fra* deg selv, *gjennom* deg selv.)

Vit også at Bevissthet går i bølger. Den er ikke konstant selv om du har nådd et bestemt nivå. Den stiger og synker avhengig av mengden av Sjelelig Bevissthet som er tilgjengelig for Sinnets Erfaring i ethvert gitt øyeblikk.

Som en observatør uttrykte det. Opplysning er ikke som å få tatt mandlene. Har du først fått dem ut, så er de alltid ute. Opplysning er en; øyeblikk til øyeblikk tilstand. Det er på samme tid en utfordring og en glede. Din søken tar aldri slutt, men den blir aldri kjedelig.

Men det finnes en metode du kan ta i bruk for å få en slutt på ville vekslinger mellom ekstrem høy bevissthet og veldig lav Bevissthet. Noe du kan ha opplevd på din Hellige Reise. Metoden er å bruke Medfølelsens redskap når du legger merke til at det du uttrykker er noe helt annet enn din høyeste Bevissthet.

Tillat deg selv å legge merke til at du er nøyaktig den du trenger å være, akkurat når det er nødvendig for deg, for å bevege deg videre fremover mot fullbyrdelsen av din Sjels agenda.

Du holder på å lære hvordan du gjør det, eller rettere sagt å, huske det din Sjel allerede vet om hvordan det gjøres. Himmelske Samtaler sier noe ganske bemerkelsesverdig om det. Den sier at det er umulig for deg å gjøre det feil. Det er kun mulig å ta steg som fortsetter å lede deg frem mot ditt bestemmessted.

Enhver sann forsker blir aldri motløs over lengre tid (hvis han/hun overhodet blir motløs), selv om det de arbeider med ikke gir det ønskede resultat. Forskeren vet utmerket godt at jo mer sofistikert eksperimentet er, jo mer fininnstilt må hvert eneste steg i eksperimentet være. Den minste forskjell i tilnæringsmåte eller i noen av de involverte variablene, vil kunne medføre store endringer på resultatet. Samtidig vil hvert eneste av eksperimentene være steg på veien videre fremover mot forskerens ønskede resultat.

Akkurat slik er livet. Dine handlinger – til og med de du ville gi merkelappen feilsteg – kunne ikke vært mer perfekt for å vekke din erindring om alt du velger å huske, eller for å erfare det du velger å erfare, eller for å ta deg dit du ønsker å komme, gjennom den velsignede utfoldelsen av Livet.

Derfor, tillat ditt hjerte å åpne seg hver eneste gang din erfaring viser deg hvor ditt neste steg på stien leder. Vit at Himmelen er i arbeid og at alt vil bli bra.

Poeten Em Clare har også skrevet om dette...

Du har ingen grunn til å angre  
på noen av øyeblikkene som har brakt deg

*Hit.*

Hvis du leser dette  
vil din tålmodighet ha blitt belønnet.

*Nåde er på vei.*

Hold deg fast, men ikke for hardt.

Se for deg et tau med knuter  
som viser hvor du skal gripe,  
hånd for hånd

du vil fortsette å klatre -  
noen ganger ekstatisk,  
andre ganger i fortvilelse,  
men alltid

*høyere*

inn i et endeløst lys.

Den samme formelen

om og om igjen.

Helt til den dagen du finner deg selv

*som en gnist;*

*ren ild.*

På et sted

*hvor til og med Kjærligheten er oppløst.*

*«Love Itself»*

© 2006 Em Claire

---

Kjære vakre vene...

Vit at Sjelens intensjon aldri er å dytte deg frem mot brytningspunktet, men å invitere deg til å komme til brytningspunktet. På veien dit, vær omtentksom med deg selv. Vær mild og forståelsesfull og vennlig og bruk Medfølelsens redskap.

Glem aldri det som ble sagt helt i starten av denne utforskningen.

*Du gjør intet galt.*

Det du holder på med er å huske. Det er rett og slett ikke mulig å huske hele Sjelens visdom på en gang. Det er helt nødvendig at du kryster svampen en gang i blant, i hvert fall hvis du ønsker å absorbere havet.

Ditt nåværende nivå av Bevissthet er derfor hverken et mål for din menneskelige godhet, eller noe vitnemål på din spiritualitet. En tredjeklassing er ikke et mindre utviklet og mindre vakkert barn enn en fjerdeklassing. Ei heller et dårligere bilde av perfektjon enn en gymnasiast. Den som har gått på trynet, reist seg og gått videre, har måttet hente frem mer mot enn en, som selv om han/hun er modig nok til å ha lagt ut på denne utfordrende reisen, aldri har skrubbet opp knærne.

Ha derfor medfølelse med deg selv. Du er modig og fin og du fortjener det.

---

Mens du holder på med å bruke dette fantastiske redskapet, husk på at du også skal rette det mot andre. Mange har akkurat begynt å huske. Noen av dem har ikke kommet på like mye som deg.

En av de mest høyverdige brukene av Medfølelse du kan utfolde er gjennom å anvende det på alle hvis liv berører ditt.

Mange vil komme til deg med sinne, uro, sårhet og sine behov. Mange vil henvende seg til deg i øyeblikk av dysfunksjonalitet, innhyllt i «uvitenhets tåke». I sin forvirring vil noen av dem presterer å innbille seg at de trenger deg..., deg og bare deg for å få helbredet sine sår og få det de enda ikke har lært å gi til seg selv. Kjærlighet og forståelse.

Og aksept, og tålmodighet, og tilgivelse.

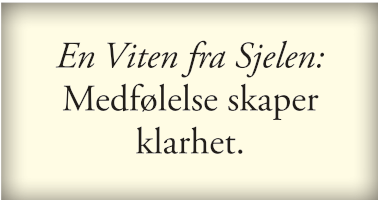
Jo mer du anvender Medfølelse som et redskap til å dele ut disse gavene, jo



mer kjent blir du med dette bemerkelsesverdige helbredelsesverktøyet – noe som vil gjøre det lettere for deg å bruke det på *deg selv*.

---

Det kan være vanskelig å være medfølende overfor seg selv. Mange føler seg ikke komfortable med å skulle gjøre det. Det forstyrrer deres «gamle historie» om at de aldri gjør det bra nok og bare «har seg selv å takke» for det. De føler at hvis de er medfølende med seg selv, så slipper de unna alt for billig. Det er jo ikke bra å gi seg selv «syndsforlatelse» når de egentlig burde ta seg sammen og forbedre seg.



*En Viten fra Sjelen:  
Medfølelse skaper  
klarhet.*

Derfor velger de den harde linja mot seg selv og holder medfølelsen tilbake. Det gjør det mulig for mange, som har hatt det dårlig med seg selv siden barndommen, å fortsette med dette. På den måten blir de sin egen verste dommer. Det kan uttrykkes som nå avdøde Walt Kelly gjorde det gjennom den høyt elskede tegneseriefiguren Pogo: «Vi har møtt fienden og det er oss.»

Etter å ha behandlet seg selv skånselløst i mange år er det mange som kun føler seg komfortable med medlidenhet når de anvender den på andre. Iblant er det veldig vanskelig for dem å i det hele tatt finne redskapet... siden det er så lenge siden sist de brukte det. Men medfølelsens mirakel er at hvis du bare finner ytterkanten og berører enden av det, så smelter all isen. Det skjer øyeblikkelig.

Hjertet åpner seg.

Brått skjer det at når hjertet åpner seg, så åpner også Sinnet seg. Du hører ting som før var uhørlige. Som sjelens stemme tilbyr det på en mild måte en dypere og større forståelse. Ganske stille utfolder en ny agenda seg, valgene endres og hensikten blir andreledes. I et felt av medfølelse blir det øyeblikkelig klart hva som virkelig har betydning.

Ingen som sitter i Medfølelsens høysete vil oppleve at de blir fokusert på ubetydeligheter. Medfølelse skaper klarhet.

---

Derfor, bruk den givende gaven ofte. Du vil se at effekten sprer seg som ringer i vannet. Når du gir mer til deg selv, vil du ha mer å gi til andre. Når du gir mer til andre, vil du ha mer å gi til deg selv. Du kan begynne i hvilken ende du vil.

Det er, slik livet er... ganske enkelt en annen utgave av Kjærlighet.

## Et Siste Redskap

DET FINNES ENDA ET REDSKAP du gjerne vil vite om. Det er det siste redskapet som vil bli beskrevet for deg her. Jeg har spart det til slutt siden virkningen kanskje er det mest dyptgående noen redskap kan fremskaffe. Virkningen er helt unik.

Dette er et redskap du tar i bruk i forhold til alle i ditt liv som noensinne har gjort noe du opplever som negativt – du bruker det gjennom å ikke anvende det, men gjennom å kaste det bort.

Redskapet vi snakker om er...

### TILGIVELSE

---

La oss begynne beskrivelsen av dette redskapet med å se på hva det har til felles med de andre. Alle redskapene du har fått er formet for å frembringe en grunnleggende opplevelse av frihet. Årsaken er at Frihet er Guddommelighetens essens.

Det har blitt anvendt mange forskjellige ord i forsøket på å beskrive Guddommelighetens grunnleggende kvalitet med menneskets språk – som kjærlighet, fred, glede osv. Men ordet «frihet» er muligens det som kommer nærmest å fange opp kilden alle de andre strømmer fra.

En person som er absolutt og fullstendig fri... noe som ikke bare innebærer friheten til å gjøre alt vedkommende ønsker, når som helst og hvor som helst, men også innebærer at personen er fri fra enhver sorg, tristhet, streben,

lidelse, skader og sår, tragedier eller plager som på noen måte dekker til eller forminsker Øyeblikket Her og Nå. En person som er denne utgaven av frihet ville alltid elske alle og alt. Vedkommende ville ha indre fred og uvegerlig være i konstant fryd over Livets Under. Personen ville i øyeblikk etter øyeblikk erfare seg selv som guddommelig.

Derfor, hvis det å erfare Guddommelighet var ditt mål (noe det er enten du vet det eller ikke) så ville redskapene du lette etter være de du kunne bruke til å frembringe frihet. Redskaper du deretter ville bruke til å forme din virkelighet (som fullt og helt er en innvendig skapelse, som i det store og hele bestemmer hva som blir betydningen til ytre hendelser og omstendigheter) på en måte som fører til at det aldri ville være noe som kunne gjøre deg ulykkelig.

En slik tilstand ville tillate deg å fortsette fremover med Sjelens Agenda, på en rask og effektiv måte som førte deg rett til Fullbyrdelsen av din Hellige Reise, gjennom å bokstavelig talt bruke hvert eneste øyeblikk av Livet til å tjene Det Hellige Formålet.

Slik levde Lao Tzu. Slik levde Buddha. Slik levde Jesus. Dette er stien alle spirituelle Mestere har tatt på jorden. Alle disse mestrene, og mange flere, har sagt rett frem, på hver sin måte: At det er mulig for alle mennesker å bli fri fra lidelse, noe som i neste omgang vil frembringe alt det som er hellig og som vil utfolde seg i gode liv.

Redskapene du nå har fått gjør nettopp det. Takknemlighet vil *øyeblikkelig* frigjøre deg fra streben og lidelse. Rekontekstualisering vil *øyeblikkelig* frigjøre deg fra sinne og bitterhet. Medfølelse vil *øyeblikkelig* frigjøre deg fra selvbebreidelse, mangel på selvtillit og frustrasjon på grunn av andre. Tilgivelse vil *øyeblikkelig* frigjøre deg fra sårethet, skader eller vansker som noen på en eller annen måte noensinne har påført deg.

Tilgivelse vil gi deg alt dette samme dag du bestemmer deg for at du aldri mer vil ha bruk for den. Det er dagen du kaster det bort. Det er fjerningen av redskapet, ikke bruken av det, som setter fri den voldsomme kraften. Det er som en springfjær som spretter ut av boksen den har vært stuet inn i. Kanskje vi egentlig skulle kalle redskapet Tilgivelsens Torpedo.

Den dagen du forstår at det ikke finnes noen du må tilgi – siden det aldri var noen du trengte å tilgi for noe som helst, siden all menneskelig utfold-

else i bunn og grunn er et uttrykk for kjærlighet, selv den som kommer i forvrenget form, slik vi snakket om i kapittel 16, så vil du være fri uansett hva som har skjedd i ditt liv. Endelig fri fra lidelse og kamp.

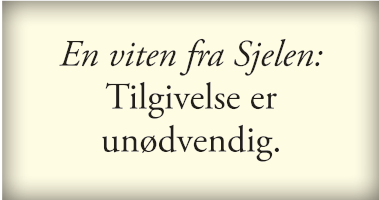
Dette er frihet som Nelson Mandela opplevde, som gjorde at han kunne elske fangevokterne som holdt ham innesperret i over 20 år. For å bruke et slående menneskelig eksempel som er nært oss i tid.

---

Hva er hemmeligheten med en slik frihet – en frihet som tillater bæreren å legge vekk bruken av tilgivelse som et av livets verktøy?

Det er den samme hemmeligheten som gjør at Gud aldri tilgir noen for noe som helst. Det har Gud aldri gjort og kommer heller aldri til å gjøre.

Himmelske Samtaler kommer med denne sterke uttalelsen og gjør det så utvetydig at til og med de som er helt enige i de andre av HS sine revolusjonerende avsløringer hever øyenbrynene i forbauselse – helt til de ser forklaringen som ligger til grunn for erklæringen.



*En viten fra Sjelen:  
Tilgivelse er  
unødvendig.*

Som vi tidligere har notert, Gud hverken gir eller tilbyr tilgivelse til noen for noe som helst. Siden tilgivelse hverken er nødvendig eller påkrevd. I prosessene med å skape Guddommelig balanse erstattes den med en mer høytflyvende energi, Forståelse.

Grunnen til at vi tar opp dette nok en gang og fremstiller Tilgivelse som et av de fem kraftigste redskapene du har til å Fullbyrde din Hellige reise, er at ideen er så radikal og forskjellig fra noe annet du noensinne har lært.

For det første skjønner Guddommelighet Hva og Hvem den er og derfor er klar over at den ikke på noen måte kan bli skadet, såret eller forminsket. Det innebærer at Guddommelighet aldri vil bli skuffet, frustrert, plaget, sint eller hevnlysten. Uansett grunn! Det finnes rett og slett ingen grunn. «Hevnen er min», sier Herren... det er den største spirituelle usannhet gjennom alle tider.

For det andre så forstår Gud at mennesker ikke forstår hva og hvem de

er og av den grunn forestiller seg at de kan bli skadet, såret og forminsket. Guddommelighet forstår at alle tanker, ord og handlinger som tilsynelatende trenger tilgivelse kommer fra opplevelsen av å være redd og såret. Det å vite dette gjør at Gud ikke har mer behov for å tilgi deg, (det ville vært slik selv om Gud på en eller annen måte hadde kunne blitt «såret») enn du har behov for å «tilgi» en toåring fordi han sier eller gjør noe som ikke er fornuftig.

---

Selve forestillingen om at du har behov for å tilgi noen er utvilsomt basert på det faktum at du føler at noen har fornærmet, skadet eller såret deg. En slik tanke fornekter sannheten om hvem du virkelig er.

Nelson Mandela ble aldri fanget av en slik fornektelse. (Hvis han en gang gjorde det så forlot han det for godt etterpå.) Selv om han ikke var enig med gjerningsmennene, så forsto han hvorfor de gjorde det.

På samme måte som vi forstår at det rett og slett var barnets umodenhet og forvirring som førte til handlingene. Derfor forstår vi, når vi kommer fra dette stedet av Dyp Innsikt at nøyaktig det samme gjelder for voksne som handler på måter som de mindre bevisste vil kalle skadelige og sårende.

Forståelse erstatter derfor tilgivelse i Sinnet til de som har utvidet sin Bevissthet slik at den inkluderer Sjelens bevissthet. Sjelen vet at ingen gjør noe upassende, hvis man tar deres versjon av verden med i betraktningen. Sjelen vet at alle i ethvert øyeblikk gjør det beste de er i stand til.

Derfor er det en fantastisk trening for Sinnet å åpne seg for Sjelens Visdom, hver gang du begynner å oppleve at du på noen måte er såret eller skadet.

Stopp. Pust. Lytt.

Lytt til Sjelens argumentasjon – som har blitt betegnet som Sjelens logikk – og i de øyeblikkene du gjør dette du vil rykke nærmere og nærmere fullbyrdelsen av din Hellige Reise.

---

(Utgivers bemerkning: Hvis du har lyst til å se på en helbredelsesprosess som har blitt utviklet i forbindelse med dette spesielle redskapet, så vil du kanskje se på en video om Sjelens Logikkprosess. Den finnes på følgende lenke:

[www.theonlythingthatmatters.com/video](http://www.theonlythingthatmatters.com/video)

## Mental Nullstilling

HVIS SINNET REISER SAMMEN MED SJELEN mellom livene, hvordan kan det da ha seg at du nå må «huske» alt det vi har gjort deg oppmerksom på i denne teksten?

Sinnet til alle mennesker blir nullstilt ved fødselen. Alle data blir slettet. Derfor er det slik at mens Sjelen allerede på livets første dag hadde bevissthet om Alt, så var ditt Sinn helt tomt.

Dette er ikke *tilfeldig*.

Livet er utformet slik for at det skal gi Totaliteten av Deg en ny begynnelse ved hver eneste inkarnasjon. På denne måten kan du gjenskape deg selv på nytt i den neste mest storslåtte visjonen din Sjel noensinne har hatt om Hvem Du Er.

At alt blir visket bort er en del av Guds største gave: Frihet.

Livet ønsker å gi deg frihet til å foreta Dagens Valg akkurat som du ønsker, uten å være bebyrdet med fortidens bestemmelser. Det gir åpning for ubegrenset tro på fremtidens muligheter og en frihet fra menneskehetens tidligere betingelser. Noe som gir deg mulighet til å frisette din strålende Guddommelighet.

---

Du husker kanskje på at vi tidlig i denne utforskningen introduserte tanken om at Kropp og Sinn aldri dør, på samme måte som Sjelen, men at de reiser sammen med Totaliteten av Deg fra livstid til livstid. Derfor kan det hende at du akkurat nå tenker: «Hvis Sinnet nullstilles ved hver eneste fødsel, så hadde



det vært like greit om det døde ved Livets slutt. Det har så allikevel ikke noe å si for dette livet, siden den ikke har noen erindring om det det måtte ha lært.»

Det er et vidunderlig spørsmål, som bare kan stilles av noen som tenker dypt over den ene etter den andre av disse forklaringene. Det kommer nok en gang av den delen av *deg* som gjør *akkurat det*, har plassert denne tvilen foran deg, slik at du skulle endevende alle mulighetene.

For å stille spørsmålet en gang til: «Hvis Sinnet nullstilles, og all informasjon fra tidligere liv fjernes, er ikke det nøyaktig det samme som at Sinnet dør og at vi fødes med et nytt?»

Svaret er Nei! Det kommer av at ditt Sinn, som vi beskrev i kapittel 6, er helt lik en computer – bare så uendelig mye bedre.

Du er antagelig klar over at du ikke kan fjerne data for godt fra din computer. Du kan sende dataene til «søppelkurven» - det vil si at du kan «slette de» - men ordet slette bærer med seg et falskt løfte. Du har ganske enkelt sendt dataene til et annet sted på harddisken.

Det finnes en plassering på harddisken som ditt operativsystem er programmert til å holde seg unna hver gang du gir det en beskjed. Det gjør at systemet opererer raskere. Derfor er det en smart ide å unngå å sende data til «søppelkurven»... men det er også en smart ide å vite at det finnes der til evig tid...

Les det! *Til evig tid.*

*En viten fra sjelen:*  
Livet ønsker å gi deg  
friheten til å foreta  
dagens valg akkurat  
som du har lyst til.

Det er ikke få hvitsnippforbrytere som har trodd at de har «kvittet» seg med spesifikke beviser på sine ugjerninger, som har blitt ubehagelig overrasket når de gode gutta stormer inn, konfiskerer datamaskinen og graver seg ned til de såkalt Slettede filene. Der de finner alt de trengte for å sende ham på en meget lang «ferie.»

I disse dager hører vi stadig oftere om software som «ødelegger» data, men heller ikke dette får egentlig noe til å forsvinne. Det overskriver ganske enkelt de gamle dataene gjennom å tilføye ny og forvirrende data oppå de gamle, slik at det skal bli umulig å lese de gamle

dataene. *Men de er der fremdeles.* De bare ser ut som om de er borte, ~~men de ser slik ut.~~ (Faktisk verre, det er blitt helt umulig å forstå dem).

Men Sinnet er heldigvis mye mer effektivt enn en datamaskin. Det kan sende data til «søppelkurven» (noe som er nøyaktig det den gjør ved hver fødsel). Men den kan også hente opp de slettede filene og finne frem til og med overskrevet data (erindringer og erfaringer som du har gjentatt i liv etter liv) og tolke dem.

Kort sagt. Du kan ikke slette noen av Sinnets data!

Hvilken praktisk betydning har så det? Det betyr at du begynner hvert eneste liv med en blank tavle, som gir deg frihet til å foreta valg i øyeblikket som er upåvirket av valgene du har foretatt i fortiden. Men det vil også si at Sinnet fremdeles kan få tilgang til Data fra tidligere liv, hvis Sinnet avgjør at det er til gagn istedenfor et hinder, for det pågående livet. Alt som hemmer vekst anses for å være et hinder. Intet som fremmer livets videre utvikling anses for å være det.

Det er grunnen til at vi alle har hørt historier om personen som plutselig «visste» hvordan man svømte fordi et barn hjelpeløst bakset i sjøen og trengte å bli reddet. Eller vedkommende som uten et fnugg av psykologisk opplæring i dette livet plutselig visste nøyaktig hva som var det rette å si til en mann som ville ta livet av seg ved å hoppe utfor en bro.

Men under ordinære omstendigheter og situasjoner er Sinnet fritt for disse trillionene av slettede data. Det har overhodet intet behov for å ta frem ideer eller informasjon som ikke tjener øyeblikket.

Gjennom å stige ut av enhver gammel tanke Sinnet måtte ha inneholdt om din utilstrekkelighet eller feilsteg, så blir det oppfriskede Sinnet åpent for Bevisstheten din Sjel alltid har innehatt: At du er storslått.

Tror du det er tilfeldig at små barn tror de er vidunderlige og i stand til å gjøre og være alt, mens de skal leve evig.

---

Jo nærmer du kommer fødselen, jo nærmere kommer du sannheten om din Væren. Når erindringen er rensket for alle dine Erfaringer Fra Tidligere Liv i Kroppen, så kan du se på saker og ting med et nytt sinnelag. Det er derfor

dere alle klokkelig har blitt rådet til: *Å være som små barn.*

La dette bli ditt mantra, nå og for all fremtid.

Se verden gjennom et barns uskyldige øyne. Møt verden med barnets uforferdete mot. Elsk verden med villigheten til et barn. Helbred verden med barnets renhet. La barnets visdom endre verden.

*Bli som små barn.*

## Opprettholdelse av Forbindelsen Mellom Sinnet og Sjelen

DET DU VIL ERFARE når du fokuserer livet rundt Det Eneste Som Virkelig Har Betydning, er BARNETS FRIHET til å være glad, ubesudlet og autentisk.

En vedvarende vilje til å gå dypt inn i hvert enkelt øyeblikk for å se hvordan du best og mest helhjertet kan uttrykke Det Man Begjærer vil raskt bevege deg inn i en Utvidet Bevissthet, som er kilden til all Guddommelighet.

En slik Utvidet Bevissthet er det som oppstår når Sinnet og Sjelen føyes sammen, siden Erfaring da møter Tilstedeværelse. Spørsmålet er hvordan man kan skape slike møter. Det aller første du må gjøre er å fjerne enhver tanke du kan ha om at Utvidet Bevissthet er reservert for noen få utvalgte.

Når sant skal sies så er Utvidet Bevissthet en svært tilgjengelig erfaring. Alle og enhver på planeten har gjort det. Til og med barn, kanskje spesielt små barn.

Din neste erfaring av Utvidet Bevissthet kan skje...

- Når som helst som glimt av innsikt.
- Periodevis i kortvarige og intense øyeblikk.
- Regelmessig gjennom måneder og år.
- Konstant som en pågående virkelighet i resten av din levetid.

Mennesker i den første varianten opplever det ofte som et glimt av noe nytt og vil derfor iblant bli Søkere.

Mennesker som opplever den andre varianten sies iblant å ha hatt en «oppvåkning» og vil derfor ofte bli det som kalles åndelige studenter.

De som befinner seg i den tredje kategorien ansees iblant for å ha kommet til et høyt nivå av bevissthet og vil derfor gjerne bli budbringere eller lærere.

De som er i den fjerde kategorien sies iblant å ha nådd opplysning og kan derfor få betegnelsen Helgener, Guruer eller Mestre, selv om de selv på en vennlig måte vil motsette seg den slags merkelapper og betegnelser.

---

Som vi har vært inne på mange ganger så har alle mennesker opplevd Mange Øyeblikk av Fullbyrdelse på Sjelens Hellige Reise. Erfaringen av å vedvarende befinne seg i den tilstanden er det de søker mot. Det dreier seg derfor ganske enkelt om å åpne en forbindelse eller sti mellom Sinnet og Sjelen.

Da kan Sinnet gjennom en viljehandling forbinde seg med Sjelen og fremkalle gjentagende tilstander av Utvidet Bevissthet i måneder og år. For til slutt å kunne opprettholde denne tilstanden som en vedvarende realitet gjennom mesteparten av livet.

*En Viten fra Sjelen:  
Utvidet Bevissthet  
er lett tilgjengelig.*

Det neste redskapet – det siste redskapet vi utforsker i denne sammenhengen – tilbyr en måte vi kan anvende for å opprettholde en vedvarende erfaring av enhet mellom Sjel og Sinn. Det skjer når Sinnets Erfaring kombineres med Sjelens Tilstedeværelse for å frembringe opplevelsen av Utvidet Bevissthet.

Forresten så trenger ikke denne erfaringen å virke magisk eller mystisk. Foreningen av Sjel og Sinn kan skje på ganske så vanlige måter i vanlige omstendigheter. Du kunne for eksempel ha denne erfaringen *akkurat nå*, mens du leser denne boken.

Alle redskapene du har blitt gitt er veldig effektive når det gjelder å

forbinde Sinnet med Sjelen.

Intet vil sette deg i kontakt med Sjelens *følelsmessige* tilstand raskere enn takknemlighet. Intet vil forbinde deg med dybden av Sjelens visdom raskere enn Rekontekstualisering. Intet vil gi deg mer av Sjelens ubegrensede opplevelse av fred raskere enn medfølelse. Men det er et redskap som vil medføre at du kan opprettholde erfaringene som de andre redskapene leder deg frem mot, dette er vårt siste anbefalte redskap.

## MEDITASJON

---

Det kan virke forutsigelig og til og med litt spirituetelt trettende å nevne meditasjon. Men årsaken til at den må nevnes er rett og slett at metoden gjennom lang tid har bevist at den er en meget anvendelig metode for å få tilgang til Sjelens Bevissthet. Det er grunnen til at alle anbefaler den hele tiden. Forutsigeligheten rundt anbefalingen av denne metoden sier bare noe om metodens effektivitet.

Vi kommer derfor ikke til å bruke my tid på å anbefale meditasjon. Du har allerede hørt om det fra mange kanter. Det du allikevel kanskje ønsker å vite er hvordan du kan anvende den på en effektiv måte (hvis du ikke allerede gjør det).

Det finnes ikke en meditasjonsmetode som er den «beste.» Den kommer ikke i en størrelse som passer alle. Den erfares forskjellig av alle som prøver den. Samtidig er det noen måter man kan tilnærme seg denne prosessen på. Som du kanskje vil være interessert i å høre om.

Det er ikke så mange beskrivelser av den «der ute», hvor man på noen sider kan få en rask og enkel beskrivelse. Derfor har vi inkludert i Tillegget bak i denne boken endel sider fra den boken som vi nevnte i kapittel 29, *When everything Changes, Change Everything*.

Den åndelige veiledningen som gis der inneholder en beskrivelse av fire forskjellige tilnæringsmåter til meditasjon. Vi kjente at dette materialet gir innsikt i ting som skulle nevnes i denne boken. Men det kan sees på som bakgrunnsstoff. Hvis du har lest den tidligere omtalte boken, så trenger du

ikke å gå gjennom materialet nok en gang.

Hvis du *ikke* har lest boken om forandringen og du er interessert i å finne ut om det finnes en meditasjonsmåte som passer for deg – eller kanskje kjennes bedre for deg – så vil du helt sikkert ønske å gå gjennom Tillegget på slutten av denne boken.

---

Grunnen til at meditasjon er et svært effektivt redskap for den som går langs den spirituelle veien er at den skaper tilstander som åpner for å opprette en forbindelse mellom Sinnet og Sjelen.

Disse tilstandene kan skapes med andre metoder, som omfatter – men langt fra er begrenset til – visualisering, bønn, ledede fantasireiser, ekstatisk dans, visjonsreiser, fasting, mantrasang, tromming og stille ettertenksomhet.

Bønn er antagelig den mest vidkjente metoden for å opprette en forbindelse med det guddommelige (som er akkurat det samme som å forbinde seg med sin sjel). Du lærer om dette i alle jordens himmelstrøk.

*En viten fra sjelen:*  
Sinnet ble ikke skapt  
for å fungere på egen  
hånd.

Det kan være en fantastisk metode for å opprette en kontakt med Gud. Men mange oppfatter forskjellen mellom bønn og meditasjon som forskjellen mellom å bestille noe via romservice og å lytte til et opptak av nydelig musikk via øreplugger. Det ene er å sende ut, det andre er å ta i mot.

Visualisering kan absolutt hjelpe til med å flytte Sinnet fra det det er opptatt med i øyeblikket og over til noe som er mer grunnleggende forbundet med ens virkelige ønsker. Hvis de personlige ønsker også er identiske med Det Man Begjærer (noe de alltid er på det dypeste nivå, selv om en overflatisk undersøkelse tyder på noe helt annet), så kan denne metoden være veldig nyttig. Selv om den aktiverer Sinnet på en sterke og mer engasjerende måte enn de fleste former for Meditasjon.

Andre veier til Sjelen, som ledede fantasireiser og ekstatisk dans, kan i høyeste grad føre en nærmere indre fred og høyere bevissthet. Men de fleste

forteller at dette ikke skjer like jevnlige og forutsigbart som med meditasjon. Siden ledet fantasireise er en Meditasjon som ledes av en annen person, enten gjennom tilstedeværelse eller via et opptak, så har den i kraft av sin natur ikke samme stille intimitet. Ekstatiske dans løsriver deg helt fra Sinnet og er kjent for å ha ført til plutselige utbrudd av opplyst bevissthet. Men på samme måte som chanting og tromming bruker den fokuspunkter i hjernen som langt i fra er like engasjert i fred som Sinnet er under en meditasjon. I Meditasjonen er fokuspunktet rettet vekk fra alle disse sentrene og vekk fra alle former for aktivitet.

Slik har det seg at Meditasjon av de aller fleste, for det meste, har blitt opplevd som det mest konstruktive, potente, vellykte og effektive redskapet for å lede Sjelen inn i Sinnet.

---

Uansett hvilken metode du velger. Finn noe du kan bruke til å skape et rom hvor ditt Sinn og din Sjel kan smelte sammen og dele underet av alt du er. Sinnet ble ikke konstruert for å fungere på egen hånd.

Ditt Sinn er en vidunderlig del av deg og intet av det som har blitt sagt i løpet av denne drøftelsen har hatt til hensikt å foreslå at Sinnet på noen måte er «mindreverdige» i forhold til Sjelen. Det er det ikke.

Ditt Sinn er et briljant apparat og har den funksjonen at det på en utrolig fin måte sørger for opprettholdelse av din fysiske eksistens i dette livet. Sinnet gjør det faktisk ufattelig bra. Vi forstår fortsatt ikke helt hvordan Sinnet egentlig virker. Men vi har tross alt observert, gjennom å holde øye med oss selv, at Sinnet er mest briljant når det er åpent for den informasjonskilden som kan kalles «visdom» - den som ikke er skapt gjennom erindringen av jegets egne begrensede erfaringer. Da har det tilgang til den ubegrensede bevissthet som ligger utenfor Sinnet, men ikke utenfor rekkevidden til Helheten av Deg.

Hvis overlevelse var det eneste som virkelig hadde betydning – eller det viktigste – så vil Sinnet alene kunne føre deg fremover gjennom livet. Men som vi tidligere har sett så er ikke det viktigste i livet å overleve. Det er ikke en gang ditt grunnleggende instinkt. Derfor står det ikke på toppen av prioriteringslisten. Men det gjør fullbyrdelse. Fullbyrdelse av den Hellige Reisen! For



å få til dette er det ikke nok med Sinnet, du trenger også kontakt med Sjelen.

Det er grunnen til at meditasjon, som er det siste redskapet vi utforsker, blir så sterkt anbefalt.

Det er også grunnen til at denne boken overhodet ble skrevet. Tittelen på boken kunne like gjerne vært *Sjelen Må Også Med*.

Poenget med at Sjelen og Sinnet ble fornet for å fungere sammen er et viktig og overordnet poeng.

Hvis du går gjennom livet og bare (eller for det meste) bruker Kroppen og Sinnet så blir det som å kjøre en trehjuling på to hjul. Det blir veldig strevsomt å holde balansen.

## Den Første Gaven

NÅ, NÅR DU HAR FÅTT DISSE FEM fantastisk redskapene vil du endelig kunne fjerne tanken fra de 98 % av tingene som virkelig ikke er vesentlige i ditt liv...

Det inkluderer...

Hvor mange kroner du tjener.

Hva andre mener om deg.

Om du får gjort arbeidet ferdig.

Hva som er din seksuelle legning.

Hvor mange feil du har gjort.

Hvordan du planlegger dine økonomiske disposisjoner.

Hvor du vil være ti år fra nå.

Hvilke aksjer du kan kjøpe.

Hvorfor spiserommet skal ha kremfargede vegger.

Om tiden er kommet for nye tepper.

Hvilken bil du skal skaffe deg.

Hvordan du skal invitere noen på fest uten å fornærme følelsene

til de du ikke inviterer (som du jo ikke har lyst til å ha på festen).

Hvor du skal lagre eskene.

Om druene er organiske.

Hvilken religion du skal følge.

Hvilket politiske parti du skal melde deg inn i.

Hvilke bukser som passer til hvilken overdel.

Om du burde klippe deg.

Hvorfor du burde re opp sengen daglig.

Hvordan du skal re opp sengen.

Hvordan du skal få flere venner.

hvordan du skal bli kvitt maurene.

Hvordan bruke fjernkontrollen.

Hva det er til middag.

Hvem skal bære ut søpla denne gangen.

Har du en affære?

Sammen med tusen andre ting som ikke er ramset opp her, men som skaper trengsel i ditt Sinn hver Eneste dag av livet. Så fullt kan det være at det kan komme til et punkt hvor det bokstavelig talt går måneder uten at du spør deg selv: *Hvordan kan jeg tjene min sjels agenda på den beste måten?*

---

«Hvordan kan du - hva?»

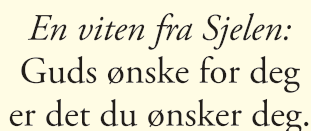
«Hvordan kan jeg tjene min sjels agenda på den beste måten?»

«Hva i all verden betyr det? Har det noe å gjøre med hvordan vi skal få betalt avdragene? Eller det faktum at Matilda er gravid! Herre Jesus, stikk fingeren i jorda og kjenn hvor du er.»

---

Når vi ser det slik kan det synes som om det «virkelige livet» er i veien. Det kan lett virke som om det som skjer rundt omkring ikke har noe å gjøre med den evige reisen. Slik kan det føles som om Alt Som Skjer På Utsiden opplev- es som et hindrer for Alt Det Inni Som Ønsker Å Utfolde Seg. Derfor har du liten mulighet til å benytte alle disse redskapene på en samlet og vedvarende måte (om du overhodet får brukt dem) hvis du ikke gir deg selv en spesiell gave.

Den gaven er en forløper til alle disse redskapene og vil skape rommet som gjør det mulig for deg å bruke dem. Det er den første gaven du må gi deg selv på Den Hellige Reisen. Det er din «adgangs- billett.»



*En viten fra Sjelen:*  
Guds ønske for deg  
er det du ønsker deg.

Mange har søkt å erfare Helheten av den de er gjennom å følge Sjelens Vei. Men i avgjørende livsøyeblikk har de hatt sterk motstand mot å ta neste steg på den stien. De vet hvor veien går, eller har i hvert fall en ide om hva den går ut på. Allikevel oppdager de i kritiske øyeblikk at de ikke ønsker å gi slipp på spesifikke negative følelser.

Det kan også hende at de er klare til å frisette sin negativitet, men har store vansker med å hengi seg til sin Guddommelige Hensikt og legge ut på den Hellige Reisen med absolutt dedikasjon.

Det er ikke uvanlig å reagere på denne måten. Noen ganger koser folk seg med å ha det vondt. Derfor er det uhyre viktig, hvis du ønsker å ha mulighet til å benytte noen av de redskapene som har blitt vist deg her, å gi denne første gaven til deg selv.

Du må besitte denne gaven hvis du skal ha mulighet til å forstå at det

finnes en reell mulighet til å endre øyeblikket, for ikke å snakke om hele ditt liv – for ikke å snakke om å virkelig gjennomføre det. Gaven du må gi deg selv for å bruke disse fantastiske redskapene Livet tilbyr er...

## VILLIGHET

---

Dette er den essensielle ingrediensen i enhver erfaring som virkelig skaper forandring. Uten villighet vil intet av det vi her har snakket om være mulig. Med denne ingrediensen på plass kan alt det vi har beskrevet her og mer til utfolde seg.

Hvordan kan vi så bevege oss inn i VILLIGHET? Det er et valg. Det er bokstavelig talt en Viljehandling. For å kunne gjøre det må vi ha Viljestyrke. Da må man ha forstått hva som egentlig menes med frasen «Den Frie Vilje». Man må *Frigjøre sin vilje*.

Din vilje og Guds vilje er ett. En annen måte å si det på er at Det Gud ønsker for deg er det Du selv ønsker for deg. Det er også sant at det du i den dypeste delen av deg ønsker for deg, er det Gud ønsker for det Guddommelige.

Guddommelighet og menneskeheten ønsker det samme – den høyest tenkelige utfoldelsen av Livet som er tilgjengelig og mulig i ethvert gitt øyeblikk. Det kommer av at Menneskeheten og det Guddommelige er det samme. Allikevel er det mulig for din menneskelige Vilje å være innesperret.

Du kan være avstengt, innesperret og fanget av din opplevelse av livet. Du kan ha sterk motstand mot å «hengi» deg til kjærlighet og derfor avslå muligheten til å bruke de redskapene Livet har gitt deg. Det er utvilsomt en enkel sak å bygge ditt eget fengsel, gå inn i det og stenge døren etter deg.

Mennesker gjør det hele tiden. Motstand, Sinne. Frykt, Selvrettferdighet og Trangsynthet er noen av veiene de tar inn i fangehullet. Det er trist at folk helt feilaktig forestiller seg at det vil lede dem til et sted de så gjerne vil være, i sikkerhet.

Det er alt de fleste av oss klarer å tenke på når vi kommer fra Lille Ego. Alt det Den Lille ønsker er trygghet. Vi ønsker absolutt og garantert beskyt-

telse fra Livets uberegnelighet. Vi har lidd nok. Vi trenger ikke mer tristhet og sorg. Vi har måttet forsvarer oss, blitt latterliggjort eller overveldet mer enn nok. Mer enn Nok. Alt for mye.

Derfor trekker vi opp broen over vollgraven. Kjører panservognene frem, skalker lukene og trekker oss tilbake til Sinnets fort av begrenset erfaring. Det er i det minste kjent territorium. Her kan vi stå sammen med andre på en plass som er kjent og som virker trygg i øyeblikket. Det er kanskje ikke særlig moro, eller spesielt spennende. Det tilbyr kanskje ikke noen jublende motagelse av vidåpne hjerter i strålende kjærlighet, men det er trygt.

Men er det egentlig det? Ganske raskt finner vi ut, der vi sitter i denne mentale bunkersen, at vi har slett ikke kommet til et beskyttet sted, men til et fengsel. Vi oppdager at folk hele tiden er sinte og redde på dette stedet som vi trodde var trygt. Akkurat den energien vi ville bort fra er den energien som nå er sterkere tilstede enn noensinne. (Samtidig som de folkene som «rømte» nå opplever at de er helt sikre i armene på den større kjærligheten.)

---

Du sitter kanskje ikke i dette fengselet akkurat nå. La oss håpe at du ikke gjør det, men at noe av det du har lest her har gitt deg nok Påminnelser til at du har kommet deg ut av fangenskapet. Men uansett hvor du er så vil du legge merke til, hvis du ser deg omkring, at folk flest slett ikke har en ordentlig forståelig av frasen «Fri Vilje». Deres Nåværende Tanke er ikke forenet med deres Nåværende Bevissthet.

Du kan alltid legge merke til når du har falt tilbake til en slik holdning selv. Det er når din løpende tanke ikke er forbundet med din Evige Bevissthet. Når Sinnet ikke er forenet med Sjelen viser det seg gjennom at din løpende tanke er negativ.

Hvis du tenker negative tanker så er det helt sikkert at de kun kommer fra Sinnet. Du vet at det er slik siden Sjelen, hvor den Uendelige Bevisstheten holder til, er *ute av stand til noen som helst form for negativitet*. Den vet for mye. Den *er* for mye. Den er uendelig, mens Sinnet er begrenset.

Løpende tanker kan selvfølgelig være positive. Ikke alle tanker som kommer fra Sinnet er negative. Sinnet kan være positiv eller negativ, bokstavelig

talt avhengig av stemningen i øyeblikket. Mens Sjelen på sin side er helt ute av stand til en slik dobbelthet.

Den Evige Bevissthet som stiger frem av Sjelen kan derfor aldri produsere noen slags form for negativitet. Sinnet derimot, har tilgang på en uendelig forsyning av det. Men når du står der Sinnet og Sjelen møtes så vil Sjelens positivitet i ethvert øyeblikk kunne omgjøre enhver negativitet Sinnet inneholder – gjennom å ta i bruk Takknemlighet, Rekontekstualisering, Medfølelse, Tilgivelse og Meditasjon.

Disse redskapene fører til at den rene oppløftende kraften i det positive overgår den tappende energien fra det negative. Men intet av det vil skje – *absolutt intet* – hvis du ikke først går fult og helt inn i Villighet.

*Vi kan bli lettere og lettere  
og høre den lydlose lyden.  
Vi kan være helt stille i bevegelsen.  
Vi kan åpne hver celle, til den er vidåpen.  
Hvordan spør du? Jeg drister meg til å si  
gjennom Villighet, først og fremst villighet.  
Dernest tillit til det utrolige  
og utholdenhet hinsides din ide om hva det er.  
Deretter legges lag på lag av tålmodighet  
før yndefullhet slippes gjennom. Uannonsert.  
Deretter det Utenkelige. Mirakler.  
Deretter Mørke. Livmoren. Unnfangelse.  
Fødsel. Deretter Lys.  
Så nok en gang Villighet...*

«Villighet»

© 2007 Em Claire

## Litt mer om Basale Instinkter

KJÆRE REISEVENNER...

Ingen mennesker er fornøyd med bare å klare seg. Vi ønsker alle å oppleve den høyeste erfaringen av oss selv som er mulig i øyeblikket. Det ypperste som hele dette livet gir mulighet til.

Vi har allerede nevnt det, men la oss dykke litt dypere ned, siden det er så viktig at du får uttrykt hva som er den drivende kraften i livet.

Vår dypeste instinkt er ikke overlevelse, men gjenopplevelse. Fornyselsen av den største tanken vi noensinne har hatt om oss selv. Gjenoppdagelse av den opprinnelige sannhet vi hadde om Gud – som er at Gud bare ønsker det beste for oss og bare gir det beste til oss, ser bare det beste i oss, og har forberedt kun det beste for oss.

Hele dette livet har intet å gjøre med å frisette oss fra arvesynden – det har det aldri hatt – men det er forbundet med å gjenforene oss med den Opprinnelige Sannhet.

Livet er *det beste*, men vi har fått det til å se ut som om Livet er *det verste*. Gud er *den beste*, men vi har fått det til å se ut som om Gud er *den verste*. Vel i det minste den mest *skremmende* og *fordømmende*, *blødtørstige hevngjerrige*, *dømmende* og *straffende*.

Wow. Det er slett ikke så merkelig at mennesker tror at det er «bra» å være et gudsfryktig menneske... Wow.

Men egentlig er det slik at vi alle sammen er like uskyldsrene som små barn som går rundt uvitende og forvirrede. Uten å huske eller vite hvem vi egentlig er. Ingen forteller oss om det vi ikke forstår eller hva som egentlig foregår.



Hvis vi har lyst kan vi overse våre grunnleggende instinkt, men vi kan ikke hevde at vi ikke har det. Det lever i hver og en av oss. Det er vår egen lengsel etter det beste i oss, som er vår egentlige motivasjon.

Det er så guddommelig enkelt at det er dette som kan gjøre det å legge en kabal morsomt. Eller fryd over å spille et slag golf på egen hånd. Eller fornøydheten med å bli kvitt en uvane. Eller bare rett og slett nytelsen av å kunne forbedre ens egen holdning og reaksjon på saker og ting.

Det dreier seg om å forbedre seg: å beseire din egen siste rekord. Det er forbundet med å bli bedre enn du noensinne før har vært – uten at du har behov for å konkurrere med andre, eller at andre i det hele tatt trenger å vite om det.

Det er ikke forbundet med konkurranse. Men med repetisjon – hvor du kan gjøre saker og ting om og om igjen helt til du gjør det bedre enn du noen gang har gjort eller *noensinne trodde at du kom til å gjøre*.

Det er dette livet dreier seg om, det samme gjelder det *Evide Livet*. Det gir deg mulighet etter mulighet til å overgå deg selv.

(Legg vennligst merke til – for Guds skyld legg merke til – dette er ikke det samme som å gjøre noe omat og omat og omat igjen til du får det «riktig». Det har intet å gjøre med Rett eller Feil. Dette er forbundet med å bli bedre og bedre. Dette er forbundet med å stadig komme nærmere fullbyrdelse.)

---

Den grunnleggende impulsen i ethvert menneske er det vi her på disse sidene har kalt; «Guddommelighet» - men du kan kalle det nøyaktig det du ønsker. Livets høyeste uttrykk. Selvets største utfoldelse. Tilværelsens mest fullendte uttrykk.

Når alt kommer til alt så er det Det Eneste Som Virkelig Har Betydning, fordi det er Det Eneste man Virkelig Begjærer – det Ene du begjærer og det Ene det som er Ett med deg begjærer.

Det er det eneste mennesker lever for samtidig som det, ironisk nok, er det som det største antallet mennesker gir minst oppmerksomhet.

Slik har det seg at du sørget for å gi deg selv de påminnelsene som du har fått her. Nå vet du at hvis du ikke hadde *visst* om disse tingene – hvis

du ikke hadde minnet deg om Sjelens agenda, Den Hellige Reisen og Den Guddommelige Hensikt – så ville du aldri fått slutt på strev og sut. Du ville aldri få levd et liv som i sannhet var vidunderlig, gledesfylt, spennende og fullbyrdende.

Nå kan du forstå at møtepunktet mellom din Nåværende Tanke og Evig Bevissthet er krysset hvor Sjel og Sinn møtes. Det stedet hvor Erfaring og Bevissthet føyes sammen. Kunsten er å holde seg i dette møtepunktet, å holde seg sentrert slik at du kan føle hvordan helheten av Totaliteten Av Deg oppstår. Hvordan det er å være nedsenket i blandingen av Kropp, Sinn og Sjel og den enkle bestemmelsen om å leve livet som et Komplette menneskelig vesen.

## Et siste spørsmål, Et Siste Svar

DET ER MULIG AT DU ALLEREDE har erfaring fra alt det vi har snakket om. Det er ikke slik at denne boken viser deg mulighetene for aller første gang. Men som vi allerede har nevnt. For mange er det veldig utfordrende å opprettholde sin forbindelse med det Guddommelige og dermed holde seg i fokuspunktet hvor Sjel og Sinn møtes, til og med når de bruker meditasjon som et verktøy.

Dagliglivet kommer så ofte i veien. Det oppstår rabalder. Forstyrrelser og uro popper opp. Dette er grunnen til at vi kommer til det siste spørsmålet. Hvordan er det mulig å holde seg «sentrert» når livet i så mye av tiden som passerer mellom disse øyeblikkene stiller seg på tvers og skaper hindringer?

Svaret er følgende: Du må finne en metode du kan benytte for å vende tilbake til det resonansfeltet du besøkte i meditasjonen. Det samme gjelder for å gjenfinne det du erfarte gjennom bruk av redskap som Takknemlighet, Rekontekstualisering, Medfølelse, Tilgivelse og andre som vi har snakket om her.

Gjennom å se på Villighet som den aller første gaven du gir til deg selv, så kan du finne denne veien. Det blir mulig for deg å spontant smelte sammen med det den visjonære budbringeren Barbara Marx Hubbard betegner som ditt «Lokale Selv» og «Universelle Selv». Det finnes et resonansfelt som oppstår mellom de to når de eksisterer i samstemthet. Barbara sier du kan *føle* denne resonansen. På det menneskelige språk kalles det for «kjærlighet.»

Hver gang du erfarer at dagliglivet «kommer på tvers». Hver gang du blir oppslukt av å betale regninger, styre forretningene, sørge for at alle har det bra, holde tidsfristen og gjøre det du må for å komme deg gjennom dagen –

og spesielt når du møter noen som er virkelig vanskelig (eller griper deg selv i å være vrang og vrien) – så vil du kanskje gjøre det som Barbara gjør?

Hun sier: «Jeg holder hånden over hjertet, helt til jeg føler kjærlighet».

Først kjenner du kjærligheten til deg selv, deretter kjærlighet til andre, deretter kjærlighet for selve Livet – og dermed føler du kjærlighet for Alt Som Er... som også kalles det Guddommelige.

Du vil elske deg selv på grunn av alt du gjør og alt du prøver å gjøre. Du holder alle ballene i luften og løftene til deg selv og elsker deg selv fordi du vet i ditt hjerte at du i din essens er et godt menneske.

Du elsker andre fordi du fullt og helt forstår at den du har foran deg har sine egne vanskelige øyeblikk og at de hele tiden møter sine egne utfordringer og dilemmaer. Du vet at de, akkurat som deg, innerst inne er gode og ønsker det beste, men er ofte usikre på hvordan de skal frembringe det.

Du elsker selve Livet fordi det er en fantastisk prosess av Stødig Repetisjon som gir deg stadig nye muligheter for å ta den neste mest storslåtte bestemmelsen om deg selv og slik muligheten til å skape den neste storslåtte erfaringen av deg Selv.

Du blir forelsket i Gud på grunn av storslåttheten, underet og Skjønnheten i det Guddommelige – *og for å gi deg adgang til det hele*. Du får delta i handlingen og dermed blir du forelsket i det som har gitt deg den evige forbindelsen med ditt Universelle Selv og Enhet med det Guddommelige.

Hvis du gir deg selv tid til dette lille øyeblikket. Lukker øynene, puster inn og holder hånden over hjertet og åpner for resonansfeltet. Da vil du kjenne, ikke bare forestille deg, at Kroppen, Sinnet og Sjelen er Ett. Du vil kjenne at Helheten av Deg og Helheten av Alt som Er, er Samme Sak.

Men du må være villig. Du må ha gitt villighetens gave til deg selv og tatt den i mot.

---

Hvis du ser deg rundt vil du legge merke til at dette ikke er tilfelle for svært mange. Deres Løpende Tanker er ikke forbundet med deres Tilstedeværende Bevissthet, langt mindre Sjelens Evige Visdom. Derfor er det mulig at det stempler alt dette som intet annet enn «New Age Gobbledegook».

Noen av dem vil kanskje til og med si at «Gud er svaret» - mens de insisterer på å gjøre Gud til en sinna, voldelig og hevngjerrig Guddom. Noe som rettfærdiggjør og rasjonaliserer menneskets sinne, voldelighet og hevngjerrighet mot hverandre.

Dette er hverken svaret eller sannheten om Gud.

Andre vil hevde at det ikke finnes noe slikt som «Gud». De hevder at så vel tradisjonelle religioner som denne såkalt Nye bevisste åndeligheten har misforstått det hele. De sier at det finnes ingen Guddommelige ressurser som kan gi oss veiledning eller støtte på det nivået vi måtte trenge.

Begge tilfellene er eksempler på den største feilslutningen i forståelsen av virkelighet som Menneskeheten noensinne har gjort. Det er en enkel setning på seks ord fra *Himmelske Samtaler*, som oppsummerer hele denne beskjeden. Her er Guds budskap til verden. «Dere har forstått meg helt feil».

Hvis du ikke tror på Gud eller tilstedeværelsen av menneskets Sjæl, så er alt vi sitter igjen med Sinnets begrensede kapasitet. Vi har gjentatt mange ganger i denne samtalen at dette livet ikke på noen måte vil gi mening eller være forståelig for Sinnet på egen hånd.

*En viten fra Sjelen.*

Hvis din tanke er negativ så er den skapt av Sinnet.  
På egen hånd.

Det er kun når innsikten, visdommen og den evige klarheten til Sjelen føyes til de erfaringskaptede referansepunktene til Sinnet, at det som skjer i livet og på planeten virkelig kan begynne å gi mening. Det er kun denne kombinasjonen av Sjæl og Sinn som kan forstørre perspektivet nok til at vi kan finne håp i denne verden som ellers kan virke håpløs.

I dag har verden behov for hjelp, healing og fornyelse hvis – og bare hvis – måten den i dag fremstår på ikke er en refleksjon av hvem vi er. Hvis vi ønsker at ting skal fortsette som de er, da «trenger» verden intet. Det er kun hvis vi opplever at verden ikke representerer (det vil si re-presenterer) oss at vi «trenger» å gjenvinne den enorme kraften som Gud og Sjæl forsyner oss med og bruke den til å endre vår opplevelse av livet.

---

Det er tydelig at flertallet ikke har adgang til den slags kraft. De har ikke kommet frem til krysningspunktet mellom Sinn og Sjel. Noen vet ikke en gang at dette resonansfeltet eksisterer. Andre vet det finnes, men aner ikke hvordan de kommer seg dit. Atter andre har kanskje kommet dit, men trukket seg tilbake til Sinnets territorium, siden det er kjent og trygt.

Resultatet er at millioner av mennesker holder negative ideer som sine løpende tanker. Du kan uten tvil observere dette rundt deg på alle kanter. Du får nyheter og erklæringer fra sosiale nettverk og media over hele verden med uttalelser av denne typen...

Katastrofen er nær.

Systemet vil være nødt til å bryte sammen.

Livet er et slit.

Ting vil bli verre.

Det er ingen mulighet for forbedring. Ingen.

Jeg kan ikke overleve dette og være lykkelig i verden.

Jeg er slett ikke sikker på at jeg har lyst til å være her.

Jeg vet ikke om jeg har lyst til å leve videre.

---

Siden mennesker overalt erfarer å være så dypt nedsenket i dette miljøet, så har til og med de som vanligvis er optimister en tendens til å gravitere mot disse tankene.

«Gravitere» er det rette ordet siden det er en gravitasjonskraft som trekker oss nedover. Til slutt blir vi gravalvorlige og ser kun hvor graverende situasjonen er for håpet om en bedre fremtid. Noe som kan få alle og enhver til å

lengte etter å begrave seg i noe annet og komme vekk fra det hele. Eller til å lengte etter graven.

Men vi kan velge å ikke gravitere, men ta elevatoren oppover (elevate) istedenfor.

Du kan velge å forhøye dine tanker og bestemmelser. Gjennom å forhøye dine forventninger og ditt indre selv til en Evig Tilstedeværelse, hvor du med klarhet ser det som *Bevisstheten* setter frem foran deg.

Da ser du det ikke som slutten på noe som helst, men som begynnelsen til alt. I hvert fall alt som virkelig har betydning. Selv om hele vår ytre verden skulle «gå i oppløsning» – noe som ikke kommer til å skje... men skulle vårt økonomiske system kollapse og vårt politiske system klappe sammen... ja til og med hvis alle sosiale systemer skulle falle fra hverandre, så ville det fremdeles finnes et *oss*. Fascinerende nok ville vi ikke lengre være atskilt, fordi vi *alle ville være i samme båt*.

Sammen med oppløsningen av systemene våre ville vår separasjon gå i oppløsning. Vi ville ikke lengre betrakte hverandre som rike eller fattige og det ville ikke ha noen betydning om vi var Demokrater eller Republikanere. Merkelapper som Kristen, Jøde, Muslim, konservativ eller liberal ville ikke lenger ha kraft til å splitte oss opp. Det vil være uten betydning om vi er sorte, hvite, homser eller hetero, mann eller kvinne, gammel eller ung... og vi ville forstå... endelig forstå – at alle disse «systemene» vi har plassert rundt omkring for å skape en bedre verden ikke har gjort annet enn å splitte oss opp.

Det som ville skje var at våre tillagde forskjeller ville løse seg opp. Vår atskilthet ville forsvinne, vår innbilning om «overlegenhet» ville bli forkastet som latterlig og vår manglende evne til å inngå kompromisser rundt de minste ting ville øyeblikkelig fordampe mens vi alle sammen strevde med å bygge en ny verden... sammen.

Hvis vi kom fra kilden til Sjelens visdom ville den nye verden sannsynligvis inneholde:

1. Endelig full aksept av at alle mennesker er et aspekt av det Gudommelige i individualisert utgave.

2. En verden hvor stadig flere tar til seg sannheten om livets og menneskehetens Enhet.
3. En forståelse av hvorfor vi er på jorden og klarhet om hva som er Sjelens agenda.
4. Slutt på direkte nød, sultedød og massiv utnyttelse av mennesker og ressurser av de som besitter økonomisk og/eller politisk makt.
5. En slutt på den systematiske miljømessige ødeleggelsen av planeten.
6. En slutt på at vår kultur er dominert av en økonomi som er forbundet med konkurranse heller enn samarbeid og stadig fokus på videre økonomisk vekst.
7. En slutt på den evige streben etter Større/Bedre/Mere.
8. Slutt på all diskriminering og begrensninger som holder folk nede, så vel hjemme som i arbeidslivet og i senga.
9. Tilbud, eller i det minste en mulighet – som i sannhet er likeverdig – slik at alle kan stige til det høyeste uttrykket av Selvet.
10. Det vil være en verden som slutter å prøve tilpasse alle til det sosiale system for å «skape sosial korrekthet», men istedenfor en verden som er en levende jordnær demonstrasjon av hvem vi virkelig er og velger å være som rase.

---

Samtidig ville vi frembringe en ny type ledere og ledelse. Det ville ikke være ledere som sa «Vår måte å gjøre tingene på er den rette, eller; Vår politiske filosofi, religiøse overbevisning og seksuelle legning er bedre enn din, så hold deg til oss. Istedenfor ville vi få ledere som sa; «Vår vei er ikke nødvendigvis bedre, men det er en annen vei».

Hvis vi alle går sammen, og arbeider og trekker lasset sammen, så kan vi



finne en *metode* for å gjøre alt bedre for alle sammen. Uansett om du er sort eller hvit, homo eller hetero, gammel eller ung, mann eller kvinne – siden vi er i samme båt.

Det er ingenting som holder oss fra hverandre, bortsett fra det vi setter der på grunn av en tanke vi holder fast på – en tanke som med all sannsynlighet ikke en gang stammer fra vår egen erfaring, men som er noe vi har plukket opp *et annet sted*.

Vi ville erfare at våre forskjelligheter ikke trenger å skape splittelser. Våre kontraster trenger ikke skape konflikter. Våre aspirasjoner trenger ikke å medføre at vi tukter og refser andre.

Kort sagt så ville vi skape en ny måte å være menneske på.

## La Sjelen Snakke Til Deg

KJÆRE GENERØSE VENN AV SJELEN... du er virkelig generøs, du har vært generøs her, med din tid og din tålmodighet. Du har fulgt med selv om visse ting har blitt gjentatt og forklart på mange måter for å understreke poenger som fortjener å understrekes.

Du har minnet deg selv på mye. En god del ville lett ha gått hus forbi hvis vi hadde gått over det med harelabb. Derfor, takk for din generøsitet. Til slutt vil jeg tilby en siste tanke.

---

Det finnes millioner av dem, billioner, trillioner. De kalles øyeblikk. Vevet sammen kalles de et Liv.

Det finnes ikke et eneste øyeblikk av forutbestemt varighet. Det kan vare et sekund, et minutt, en time, eller mye lengre.

Men det er noe uvanlig og unikt med de viktigste øyeblikkene. Jo lengre de er, jo kortere virker de. Jo kortere de er, jo lengre virker de.

Hvis du har brukt en kveld på å si adjø til en kjær, så vet du at minuttene forsvinner altfor raskt. Hvis du har brukt noen sekunder på å se dypt inn i din kjæres øyne vet du at tiden kan stå stille.

Slik kan noen sekunder virke som en time og en time kan synes som sekunder. Det er innholdet som frembringer opplevelsen av tidens utstrekning.

Men uansett hvordan de erfares så kommer og går Øyeblikk før du får sukk for deg. Da kalles de minner. De etses inn i Sinnet. De er dine for en livstid, og ingen kan ta de fra deg.

Du blir heller ikke kvitt de du gjerne skulle sagt farvel til.

Øyeblikk som kjapt er på vei til å bli minner utfolder seg akkurat nå, mens du leser dette. Langsomme, og de alt for kjappe. De hyggelige og de som slett ikke er så hyggelige. De kjedelige og de morsomme – men det er kun en ting som har betydning.

Men folk flest har ingen peiling på hva det er, og går derfor glipp av det. Øyeblikk etter øyeblikk etter øyeblikk går de glipp av det. De innser det etter noen år, men da er toget gått. Intet kan gjøres med alle Øyeblikkene som har passert.

Men vi har gode nyheter. Noe kan gjøres med Øyeblikket som er i anmarsj. Og det neste, og det som kommer etter det. Med de hundre flere som er på vei i dag og de tusen som dukker opp i neste uke. Det samme gjelder billionene av øyeblikk som skjer i løpet av året og trillionene som vil presentere seg før man dør.

Med disse kan noe gjøres. Mens du kontemplerer på hva du kan gjøre med dem i livet ditt, hva du *ønsker* å gjøre med dem, så vil du vite en sak. Det du *ikke* ønsker å gjøre er å sløse dem bort. Ikke lengre. Aldri mer.

---

Du kan starte her og nå med å forplikte deg til å «besøke» sjelen din på en regelmessig basis. Bruk redskapene som du her har blitt tilbudt, hvis du tror det vil føles bra. Gå til og kom fra stedet hvor Sjelen møter Sinnet så ofte som du kan. Dette er stedet for selvrealisering, som du har blitt kallet til av det Guddommelige. På dette stedet virker det som om ideer blir «levert» til deg daglig. Noen ganger har du skapt det slik at det kan «virke som» kilden er utenfor deg. Andre ganger vil du tillate deg selv å ha erfaringen av at det Kun Er En Kilde, og at den snakker til deg fra det indre.

Når du du erfarer Den Ene Kilden som kommer innenifra, så ta et «opptak» av det du hører. Skriv ned ordene som kommer til deg. En slik journal over disse innsiktene vil i ettertid vise seg å være uvurderlig – gjerne allerede *øyeblikk* senere. Kanskje bare et åndedrag etter at du har skrevet dem ned? Andre ganger kan det ta år før du åpner journalen akkurat på det riktige stedet til riktig tid.

I annen del av bokens tillegg er det en liten samling av prøver av beskjeder som kan komme. Det kan virke som disse – slik som det kan med hele boken – at de kommer fra en kilde utenfor deg selv. Men de er bare et eksempel på hva som kan og vil bevege seg gjennom deg når du, med villighet som din veiledende energi, inviterer visdommen fra din Sjel inn i Sinnet.

---

Denne utforskningen er nå avsluttet – mens din egen har akkurat begynt på et nytt nivå. Eksperimenter med det du har husket her. Ta steget inn i det og lev det fullt og helt.

Virkelig Spirituelle mennesker – mennesker som oppfatter seg selv som langt mer enn kjemiske skapninger og som vet de har plassert seg selv på jorden av spesielle og unike grunner som strekker seg langt utover det å overleve – er bestemte, søkende, dediserte, oppfinnsomme, motiverte og fylt med hensikt og mening. De ønsker liv som «har overflod av betydning».

Se om ditt liv flommer over av betydning eller strev. Erfarer du at de daglige hendelsene tilbyr muligheter eller motstand? Er det noen mulighet for at ditt liv kan eller vil forandre seg til det bedre, uansett hvor «bra» eller «dårlig» det er nå? Hvis du ikke tror at slike muligheter finnes, men at livet består av den ene prøvelsen etter den andre og at saker og ting bare er skapt slik, så har du uten tvil opplevd at det er slik i lang tid. Da ser du ingen sammenheng mellom dine erklæringer og det som blir demonstrert. Husk at Livet alltid vil gi deg rett!

Men hvis du tror det, så finnes det helt sikkert muligheter for at livet kan endre seg til det bedre. Det kan bli mindre anstrengende, men hva tror du kan få det til å skje? «Jeg aner ikke» stønner du kanskje. «Jeg har gjort det jeg kunne. Jeg har bedt Gud om hjelp. Men hjelpen synes å ha kjørt seg fast et annet sted».

Dette forslaget går ut på at du skal se alle livets hendelser som fastholdelse av muligheter til å utfolde og erfare den mest storslåtte delen av deg – den delen som er Hellig.

Du vet, hvis du ber Gud om hjelp så er det en erklæring om at du trenger denne hjelpen. Og erklæringen om at du trenger det skaper nøyaktig den

erfaringen du allerede har. Hvis du derimot ikke ber Gud om hjelp, men i stedet takker for at du allerede får hjelpe – hjelpe til å fullbyrde din hensikt med være her – så skjer det en total omrokkering av livet ditt. Når du møter enhver hendelse på denne måten, med takknemlighet, omtanke for deg selv og dyp forståelse, så kan alt være en velsignelse. Det kan til og med hende at det blir ditt nye mantra.

## EN HVER HENDELSE ER EN VELSIGNELSE

Et mirakel venter. Miraklet er endringen i din forståelse av det som utfolder seg – denne... denne rekontekstualisering... av livets øyeblikk – påvirker ikke bare disse øyeblikkene, men også fremtidige øyeblikk. Livet er en kopimaskin som trofast spytter ut duplikater av det du mater den med. Hvis du istedenfor å betrakte dagens hendelser som en mulighet, oppfatter det som et hinder, så vil morgendagen bekrefte din teori. Livet ønsker at du skal få det du legger opp til å få. Og hva du ønsker å få blir annonsert gjennom hva du erklærer at du tar i mot i øyeblikket. Dette henter frem det eldgamle spørsmålet: Hva kom først, høna eller egget? Svaret er: Ja.

Du kan se dypt inn i denne gåten. Eller du kan miste tålmodigheten og stille deg på utsiden. Men det er innenfor livets gåte at livets svar finnes og gåten løses. DU finner den manglende brikken gjennom å se rett på pulespillet.

Men tro ikke på noe bare fordi det er skrevet her. Følg nøye med på ditt eget liv. Og skulle du velge å rekontekstualisere din erfaring, på den måten som blir foreslått her, legg da merke til om du ikke i det minste får litt mer fred.

Deretter, med base i denne freden, kan du foreta en stille utforskning av hvordan livets øyeblikk kan begynne å endre seg stadig mer hvis du stiller livets nøkkelspørsmål hver gang du kommer til et bestemmelsespunkt. Spørsmålet er:

*Hvordan tjener det jeg gjør akkurat nå  
min sjels agenda?*

Omformuler spørsmålet hvis det er til hjelp. Som du beveger deg gjennom dagene og reagerer på de kravene og situasjonene som kanskje ikke er de mest gledelige eller tilfredsstillende for deg, så kan du spørre deg selv følgende rundt dine reaksjonsmønstre:

*Hvordan er dette forbundet med min Hellige Reise?  
Hvilken del av min Guddommelige Hensikt tjener dette?*

Til slutt, hvis du på noe tidspunkt, natt eller dag, ser på verden og erfarer deg selv som en del av den, vil det kanskje være vidunderlig å forsiktig stille følgende undrende spørsmål:

*Hvordan kan jeg velge at Guddommelighet uttrykkes  
gjennom meg i dette øyeblikket, på den beste og mest storslåtte måten?*

---

Vil du være så vennlig å vite at akkurat nå har du i rikt monn tjent Sjelens Agenda og Den Guddommelige hensikt gjennom å lese denne boken. Det har blitt sagt mange ganger og vi avslutter med å si det nok en gang. Det er ingen tilfeldighet at du er kommet hit. Det var ikke et slumpetreff som gjorde at du fant denne boken. Men det var selvfølgelig allikevel ingen garanti for at du ville lese den og langt mindre følge instruksjonene.

Du har, som alltid, frihet til å velge.

Det faktum at du valgte å lede disse erindringene til deg og til og med danse med ideen om at du – eller i hvert fall en del av deg – faktisk skrev boken, forteller bøtter og spann om hvem du er. Om det menneske du har valgt å være og hvilke gaver du har med til alle som er i livet ditt.

De er heldige som kjenner deg.

---

Nå blir du invitert til å la det å se innover og annonsere for deg selv hva som er Den Eneste Tingen Som Virkelig Har Betydning, være din neste ut-

foldelse av den Frie Vilje. Her har det blitt sagt at det er: Det Man Begjærer. Det har også blitt sagt at for deg er Det Man Begjærer (slik det er for Alt liv) å erfare den mest storslåtte utfoldelsen av Guddommelighet som er mulig i ethvert øyeblikk.

Men det finnes et enda mer storslagent svar. Vi har ventet til dette øyeblikket med å vise det til deg. Det er et svar som går langt dypere, som er sanmere og mer spesifikt enn noe du hittil har lest på disse sidene. Du vil finne det mest storslagne svaret på de følgende sidene. En siste bemerkning. På disse sidene, som i resten av livet, vil du se bare det du har plassert der.

Du er derfor invitert til å forestille deg, nok en gang, at du er bokens forfatter. Ta tak i pennen og vær så snill å gjør ferdig boken med din egen håndskrift. Akkurat slik du ønsker.

For til syvende og sist så er det Eneste Som Virkelig Har Betydning det du bestemmer at er det Eneste Som Virkelig Har Betydning. Sørg derfor for dine egne svar, med dine egne ord på spørsmålet: Hva er din sannhet om Det Man Begjærer. Dette vil bli en vidunderlig referanse for deg i dager, uker, måneder og til og med år fremover.











Fint.

Veldig fint.

Husk derfor alltid – at av alle erindringene du her har gjort- så anse denne for å være den aller viktigste. Du er en velsignelse.

Du har vært en velsignelse for veldig mange mennesker. Du har gjort flere ting av vennlighet, små og store saker, for flere mennesker enn du har mulighet til å huske. Men det blir husket. De finnes som avtrykk i hjertet til alle de som har tatt i mot. De er skrevet på vingene til himmelens engler. Det er det som gjør at englene kan fly.

Selv når du står foran ditt siste åndedrag på jorden, så husk dette. Hold utkikk etter de englene. De vil fly direkte til deg og ha med seg energien i all godhet du noensinne har vist til en annen. Dette er den reneste energien og den energien du vil bruke til å reise Hjem med.

Men det er ikke Nå. Ikke i akkurat dette øyeblikket. Derfor er det nok for nå at du vet at ja, ja, ja, du er Gaven. Det er absolutt ingen feiltagelse. Hittil har ditt liv vært et levende vitnesbyrd på dette. Langt sterkere enn du kan forestille deg. Men vent allikevel litt til. Vent til all din godhet er samlet sammen. Da vil du være rede. Da vil du vite det Gud allerede vet: At du er Guds Elskede Andre og har brakt godhet til andre hver eneste gang du har vist omtenkksomhet, stort eller lite.

Hver.

Eneste.

Gang.

Nå vil Gud gjerne gi deg en skikkelig klem for å takke deg for alt dette. Takke deg for at du har velsignet så mange liv så mange ganger på så mange måter gjennom å tillate Guddommelighet å manifestere seg akkurat som Gud hadde planlagt – På jorden som i Himmelen.

Hvis du tillater det vil Gud gjerne gi deg den klemmen akkurat nå. Legg hånden over hjertet. I dette, som i alt annet, må Gud arbeide gjennom deg. Så legg hånden varsomt over hjertet mens du leser dette.

Kjenn klemmen.

Der.

Det er Den.

Du er komplett.  
Du er Hjemme.  
Uten å måtte gå noen steder.  
Det *er* sant...  
Hjemmet *er* der hjertet er.

Måtte det fortsette å strømme velsignelser til deg og gjennom deg alle dagene i ditt liv. Og la englenes sang gi deg hvile.

## Etterord

Serien av bøkene *Himmelske samtaler med menneskeheten*, fremsetter et spesielt og utvalgt livssyn foran menneskene i vår verden. Bøkene inviterer til å komme med forslag, ideer og tanker rundt dette livssynet. Hensikten er at menneskeheten selv skal fornye og omskape sin kulturelle historie.

Det er tydelig at den historien vi individuelt og kollektivt lever ut i øyeblikket ikke fungerer for flertallet (eller noe i nærheten av det).

Hvis vi ønsker å endre vår daglige erfaring av livet slik vi opplever det når vi er her på jorden, så vil vi ha enormt utbytte av å være oppmerksom på Det Eneste Som Virkelig Har Betydning.

Dette poenget har blitt gjentatt ustanselig i bokserien av *Himmelske Samtaler*. Alt materiale i denne boken er basert på materialet som blir presentert der, inkludert beskjeden om at det er du selv som har «gitt» deg dette materialet, gjennom å bruke det metafysiske trikset å få det til å virke som om det er skrevet av «noen andre».

Hvis du har lyst til å fortsette utvekslingen med den større delen av ditt selv som utgjør det fellesskapet som er menneskeheten på Jorden, så kan du gjøre det hver dag på Internettsiden du finner på...

[www.cwgportal.com](http://www.cwgportal.com)

Der vil du få muligheten til å gå inn i en livlig Global Samtale som daglig finner sted rundt temaene som er utforsket i denne boken. Her kan du gå sammen med folk fra hele verden for å skape Enhet som en verdensomspennende erfaring gjennom arbeidet til Humanity's Team. Du kan også dele de livsendrende beskjedene du har mottatt her gjennom CWG program for

hjemmeundervisning av barn. Du vil også kunne lære mer om hvordan du kan anvende prinsippene fra Himmelske Samtaler i din daglige erfaring, gjennom programmer du finner i Stiftelsen Samtaler med Gud og CWG landsbyen.

Det aller viktigste er kanskje, spesielt hvis du gjennomgår en stor krise eller utfordring i livet akkurat nå og trenger øyeblikkelig spirituell veiledning eller støtte, at du vil finne det. Du ser bare etter CWG Healing Community på dette webstedet.

For noen år siden ble vi gitt en bok med navnet HEJMME HOS GUD (Cappelen Damm, 2007). I den engasjert Gud seg i en dialog rundt hva som skjer ved avslutningen av et fysisk liv. Som en del av den utforskningen ble det fremsatt et spørsmål rundt hvordan vår verden ville «se ut» hvis vi alle sammen så grundigere på det som vi alle i vårt innerste vet at er sannheten om oss selv og livet.

Mye av det som ble tilbudt der er direkte relatert til det som tilbys på disse sidene. Derfor anvender vi dette utdraget fra den boken som etterord til denne teksten. Her blir den Guddommelige visdom tilbudt oss med det Guddommeliges ord. Dette utdraget tar opp en sak, som slike som deg, som har kommet hit titt og ofte har tatt opp. Folk sier «Dette har jeg hørt før, Kan du ikke fortelle meg noe nytt?»

Det som følger er et svar på dette. I form av en dialog mellom et menneske og Gud.

Gud snakker først...

---

Du sier at du har hørt alt dette før, men du oppfører deg ikke som om det var slik.

Det er grunnen til at du forteller dette til deg selv om og om igjen.

Hvordan ville det virke hvis jeg *virkelig* handlet på det?

Hvis jeg virkelig forsto det og ikke trengte å ha denne samtalen om og om igjen, hvis jeg ikke trengte å gjenta det jeg allerede «trodde» jeg visste, hvordan ville det virke?

For det første ville du aldri mer opprettholde negative tanker i sinnet.

For det andre ville du øyeblikkelig *kaste den ut* hvis en negativ tanke tilfeldigvis skulle snike seg inn i sinnet.

For det tredje ville du ikke bare begynne å forstå Hvem Du Virkelig Er, men du ville også begynne å ære det og handle på det. Det vil si at målet på din utvikling ikke lengre ville være hva du Vet, men hva du Opplever.

For det fjerde ville du elske deg selv fullt og helt, slik du er.

For det femte ville du elske andre fullt og helt, slik de er.

For det sjette ville du elske livet fullt og helt, akkurat som det er.

For det syvende ville du tilgi alle alt. (Nå kan vi tilføye at det kommer av at all tilgivelse er helt unødvendig - siden det ikke er noe å tilgi.)

For det åttende ville du aldri mer med overlegg skade andre – følelsesmessig eller fysisk. Minst av alt ville du gjøre det i Guds navn.

For det niende ville du aldri mer sørge over noens død, ikke et øyeblikk! Du vil kanskje sørge over ditt eget tap, men ikke døden.

For det tiende vil du ikke et eneste øyeblikk frykte eller sørge over din egen død.

For det ellefte ville du være klar over at alt er vibrasjon. *ALT*. Derfor ville du være mer oppmerksom på vibrasjonen til alt du spiser, kler deg i, ser på, leser, lytter til og kanskje det viktigste. Alt du tenker, sier og gjør.

For det tolvte ville du gjøre det som var nødvendig, uansett hva det var, for å rette opp din egen energetiske vibrasjon og dermed den vibrasjonen du skaper rundt deg, hvis den ikke var i samklang med den høyeste Viten du har om Hvem Du Virkelig Er.

Unnskyld meg, men hvordan skal alt dette skje? Hvordan kan jeg for eksempel få «kompetanse» når det gjelder «vibrasjonen» til et stykke tøy eller et måltid i en meny? For ikke å snakke om noe som jeg tenker, sier eller gjør?



Det er veldig lett. Kjenn hvordan du føler det.

Jeg kan levende forestille meg folk som sier: «For en klisje av en new age sjargong – *Kjenn hvordan du føler det.*»

De som oppfatter det som sjargong vil erfare det som sjargong. De som oppfatter det som visdom vil åpne en dør til en helt ny verden.

Noen forslag om hvordan man gjør det?

*Det er egentlig et spørsmål om fokus. De fleste mennesker er stort sett fokusert på ting som ikke har noen virkelig betydning. Men hvis de hver eneste dag bare tok seg litt tid til å fokusere på det som virkelig har betydning, så kunne de forandre sine liv.*

(Innskutt notat fra 2012: Dette ble gitt til oss i dialogen som er gjengitt ovenfor for mange år siden!)

Kroppen er et storslått instrument av meget sensitive energetiske mottakere. Tror det eller la det være, men du kan holde hånden 10 centimeter over maten på et koldtbord og kjenne, uten å være nær den, om den er nærende og god for deg eller ikke i det øyeblikket. Du kan gjøre det samme med klærne du henter frem fra garderoben eller de du vurderer å kjøpe i butikken.

Når du er sammen med et annet menneske og slutter å lytte til hva du tenker og istedenfor begynner å lytte til det du føler så vil kommunikasjonen med personen stige mot himmelen, noe som for øvrig gjelder kvaliteten av hele forholdet.

Når du er forvirret og perpleks og søker etter svar fra universet så er det en ide å skru av den delen som desperat ønsker å finne ut av alt mulig. Istedenfor kan du slå på den delen som vet at den har tilgang til alle svar – hvis du stopper å prøve å bestemme hva du skal gjøre og istedenfor begynner å velge hvem du vil være – så vil du oppleve at dilemmaene oppløser seg og at løsningene på magisk vis popper opp rett foran deg.

Når det gjelder å måle frekvensen på det du tenker, sier og gjør, så er det svært få som ikke vet om de føler seg lette eller tunge når de tenker på eller snakker om noe. De fleste kan få til å vurdere dette ganske raskt.

Men – og det er her skoen trykker – *det er så få som gjør det*. Det er i det minste min erfaring. Med dette sukk må jeg innrømme at det i hvert fall gjelder meg.

Da har du kanskje lyst til å begynne.

Du har jo rett: svært få mennesker bruker sine psykiske og spirituelle egenskaper til å gå dypt inn i seg selv og slik komme i kontakt med sine egentlige følelser før de tenker eller sier noe. Det er heller ikke mange som gjør det i ettertid. Hvis du begynte med dette, ville du ikke tillate deg selv å være fornøyd med noe annet enn letthet. Du ville ikke ha noe å gjøre med noe som har tunge vibrasjoner. Du ville ønske og prøve å lette vibrasjonen til alt du observerer, skaper, erfarer og uttrykker. Du ville kalle dette «opplysning» og du ville få forbløffende resultater i løpet av veldig kort tid.

Slutt på utdraget.

Det er et håp om at du vil høre, høyt og klart, beskjedene som du selv har gitt deg selv gjennom den lesingen du her har gjort. Måtte du erfare at Guds velsignelser strømmer til deg og *gjennom* deg alle dager av ditt liv.

Neale Donald Walsch  
Ashland, Oregon  
September, 2012

## Tillegg

NB! Dette materialet i denne seksjonen av tillegget er hentet fra den første utgivelsen av boken *When Everything Changes, Change Everything* (Hay House, 2010). Den gir et innblikk i fire forskjellige typer av Meditasjon.

---

Selv om det ikke er noen form for meditasjon som er «bedre» enn en annen, er den såkalte «sittende meditasjon» hva mange mennesker er mest vant med og ønsker å vite mer om. Så mennesker som søker en forbindelse mellom deres Sinn og deres Sjel vil kanskje praktisere sittende meditasjon to ganger om dagen – 15 minutter hver morgen og 15 minutter hver kveld.

Prøv, hvis mulig, å sette av regelmessige tider når du vil gjøre dette. Se om du kan holde deg til den planen. Selv om du ikke kan holde en slik konsekvent plan, vit at enhver tid også vil fungere, så lenge det er to ganger om dagen, tidlig og sent.

Når du mediterer vil du kanskje ønske å sitte ute, hvis det er fint og varmt, noe som vil gjøre at morgensolen varmer deg eller stjernene funkler over deg. Inne vil du kanskje sitte ved et vindu og la solnedgangen flomme inn og nattehimmelen omfavne deg. Det er som sagt ingen «rett måte» å gjøre sittende meditasjon. Man kan sitte i en komfortabel stol, på gulvet, eller rett opp i en seng for den slags skyld. Velg det som fungerer for deg.

Noen mennesker sitter på gulvet, vanligvis uten ryggstøtte, men av og til mot en vegg eller sofa fordi det å sitte på gulvet føles mer «tilstede» i rommet. De gir tilbakemelding om at hvis de sitter alt for komfortabelt, som i en for myk stol eller i sengen, har de en tendens til å slumre eller fjerne seg fra øyeb-

likket. Når de sitter på gulvet, eller på gresset på utsiden skjer dette sjelden. De er totalt mentalt «tilstede».

Når du først sitter, begynn å legge merke til pusten din, lukk øynene og rett og slett lytt til deg selv mens du puster inn og ut. Bli i dette mørket og vær kun oppmerksom på hva du hører. Når du har «integret» - det er det eneste ordet som ser ut til å passe her – med rytmen av din pust, begynn å utvid din oppmerksomhet til hva ditt «indre øye» ser.

Vanligvis på dette punktet er det intet annet enn mørke. Hvis du ser bilder – dvs., «tenker tanker» av noe og ser det i ditt sinn – jobb med å fjerne dem, litt slik «overgang til svart» foregår på kinoen. Vend ditt sinn mot mørke. Fokuser ditt indre øye, kikk dypt inn i dette mørket. Ikke se etter noe spesielt, men bare kikk dypt, tillat deg selv å ikke søke etter noe og ikke ha behov for noe.

Det neste som skjer kan ofte for mange fremstå som noe som tilsynelatende ser ut som en liten blafrende blå «flamme» eller et utbrudd av blått lys som gjennomtrenger mørket. Mediterende finner ut at om de begynner å tenke på dette kognitivt – det vil si, å definere det, å beskrive det for dem selv, å prøve å gi det form, eller få det til å «gjøre» noe eller «bety» noe – så forsvinner det umiddelbart. Den eneste måten de kan få det til å «komme tilbake på» er å ikke vie det oppmerksomhet.

Mange mennesker må arbeide hardt for å slå deres sinn av og bare være i øyeblikket og opplevelsen, uten å dømme det, definere det, eller prøve å få noe til å skje eller finne ut av eller forstå det fra deres logiske senter. Det er litt som å elske. Da er det også, for at opplevelsen skal bli mystisk og magisk, at de fleste mennesker slår av deres sinn og bare er i øyeblikket og opplevelsen, uten å dømme det, definere det, eller prøve å få noe til å skje eller finne ut av eller forstå det fra deres logiske senter.

Meditasjon er som å elske med universet. Det er å forene seg med Gud. Det er å forene seg med Seg Selv. Det er ikke ment å bli forstått, skapt eller definert. Man forstår bare ikke Gud; man rett og slett opplever Gud. Man skaper ikke Gud; Gud bare er. Man definerer ikke Gud; Gud definerer en. Gud ER den som definerer og den som blir definert. Gud er selve definisjonen.

Sett inn ordet Selvet der hvor ordet Gud fremstår i de foregående avsnit-

tene og meningen vil være den samme.

Nå, tilbake til den dansende blå flammen.

Når du har fått ditt sinn bort fra den, mens du hele tiden har fokus *på* den, uten forventninger eller tanker overhodet, vil det blafrende lyset kanskje komme tilbake. Trikset er å holde ditt sinn (det vil si dine tankeprosesser) vekk fra det mens du hele tiden holder fokus (det vil si din fulle og hele oppmerksomhet) på det.

Kan du se for deg denne motsetningen? Dette betyr å legge merke til hva du ikke legger merke til. Det er litt sånn som dagdrømming. Det er som når du sitter i fullt dagslys, midt på et sted med stor aktivitet og du vier ikke oppmerksomheten til noe som helst – og til alt på en gang. Du forventer og krever ikke noe som helst og legger ikke merke til noe spesielt, men du er så *fokusert* på dette «ingenting» og dette «alt» at en eller annen til slutt må knipse deg ut av det (kanskje ved rett og slett å knipse med fingrene) og si «Hei! Dagdrømmer du eller???)

Vanligvis dagdrømmer man med øynene åpne.

Sittende meditasjon er å «dagdrømme med øynene lukket». Det er så nært jeg kan komme i å forklare denne opplevelsen.

Den dansende blå flammen har nå kommet frem igjen. Opplev den rett og slett, og ikke prøv å definer den, måle den, eller forklare til deg selv på noen som helst måte. Bare... fall inn i det. Det vil se ut som om flammen kommer mot deg. Det vil bli større i ditt indre visjonsfelt. Det er ikke flammen som beveger seg mot deg i det hele tatt, men *du* som beveger deg inn mot og inn i, opplevelsen av *det*.

Hvis du er heldig vil du oppleve total *sammensmelting* i dette lyset før sinnet ditt starter med å fortelle deg om det og snakke til deg om det, sammenligne det med tidligere data. Hvis du bare har fått selv et lite glimt av denne tanketomme sammensmeltingen vil du ha erfart og opplevd lykksalighet (bliss).

Dette er en lykksalighet av total viten, total erfaring av selvet som ETT med alt, med det Eneste Som Er. Du kan ikke «prøve» på å oppnå denne lykksaligheten. Hvis du ser den blå flammen og begynner å forvente denne lykksaligheten, vil flammen forsvinne umiddelbart, i de aller fleste rapporterte tilfellene. Å prøve å forutse og/eller forvente avslutter opplevelsen. Det

er fordi opplevelsen skjer i «det evige» øyeblikket og å forutse eller forvente det *plasserer det inn i fremtiden, hvor du ikke er.*

Derfor ser det ut som om det «forsvinner». Det er ikke lyset som har forsvunnet; det er du. Du har forlatt øyeblikket.

Dette har samme effekt som på ditt indre øye som å lukke dine ytre øyne har på din opplevelse av den fysiske verden rundt deg. Du bokstavelig talt kutter det ut. De fleste mediterende rapporterer at dette møtet med lykkensaligheten forekommer en gang hvert tusende øyeblikk av meditasjon. Å ha kjent det en gang er både en velsignelse, og på en måte en forbannelse, fordi mennesker for alltid ønsker det igjen.

Likevel kan det være tider hvor de kan trekke ønskene sine tilbake, fjerne seg selv fra håpet og lysten, motsette seg deres forventninger og plassere seg selv totalt i øyeblikket, fullstendig uten forventning av noe slag. Dette er den mentale tilstanden du kanskje ønsker å oppnå. Det er ikke enkelt, men mulig. Hvis du oppnår det, har du oppnådd tanketomhet.

Tanketomhet er ikke å tømme sinnet, men å fokusere på sinnet *bort* fra sinnet. Det handler om å være «ut av sinnet» - dvs. vekk fra dine tanker et øyeblikk. (Mer om det senere.) Dette får deg ganske nær det stedet ved punktet mellom verdener i Guds Rike, tilstanden av Ren Væren. Dette bringer deg veldig nært Nirvana. Dette kan bære deg fram til lykkensalighet.

Så... om du har klart å finne en måte å roe sinnet ditt på en regelmessig måte – gjennom Sittende Meditasjon, det som blir kalt Gående Meditasjon eller «gjøre meditasjon» (å ta oppvasken kan være en nydelig meditasjon, eller det å lese, eller *skrive*, en bok), eller Stoppende Meditasjon (igjen, jeg vil komme tilbake til dette senere) – har du foretatt hva som kan være den ene og viktigste forpliktelsen i hele ditt liv; en forpliktelse til din Sjel; til å være sammen *med* din Sjel, å *møte* din sjel, å *høre* og *lytte* til og *sambhandle med* din Sjel.

På denne måten vil du bevege deg gjennom livet ikke bare fra Sinnets sted, men fra din Sjel også. Dette er hva Ken Wilbur, en av de mest leste og innflytelsesrike amerikanske filosofer av vår tid refererer til i hans bok *A Theory of Everything* som: Integral Transformativ Praksis. Den grunnleggende ideen til ITP, sier Wilbur, er enkel: «Jo flere aspekter av vår vesen som vi samtidig utøver, jo mer sannsynlig er det at transformasjon vi skje.»

Det er dette vi har snakket om her siden vår samtale begynte, selvfølgelig.

Vi har snakket om personlig transformasjon – det å forandre din individuelle erfaring av alt i livet. Vi har snakket om integrering av alle de delene av Totaliteten av Deg i et Samskapende, Multifungerende hele.

## Gående Meditasjon

Den meditasjonsteknikken beskrevet tidligere er en vei – og en veldig god vei – til å starte med å stilne Sinnet og til å forbinde seg med Sjelen. Men det er ikke den eneste veien, heller ikke nødvendigvis, for alle, den beste veien.

Det er mange mennesker som finner det svært vanskelig å sitte i stille meditasjon. For dem kan det se ut som om «kunsten å meditere» er noe som er tapt for dem. Mennesker som er utålmodige av natur finner ofte at å sitte i stille meditasjon ikke var noe de tolererte godt. For dem foreslo jeg Gående Meditasjon og alt ble endret for dem rundt begrepet «meditasjon». Plutselig var det noe de kunne «gjøre».

Det første som skjer når mennesker lærer om Gående Meditasjon er at hele deres ide om hva meditasjon *er* fullstendig forsvinner, bare for å bli erstattet av en mye mer klarere og konsis bilde av hva som foregår.

For de fleste mennesker har meditasjon alltid betydd «å klarne sinnet for alt», og la rom for «tomheten» tre frem, slik at de kunne bevege bevisstheten inni «tomheten til alt som Er...», eller noe slikt.

Det de antok at de måtte gjøre, tenkte de, var «å tømme sinnet». De skulle prøve å sitte et sted, lukke øynene og «tenke på ingenting». Det gjorde enkelte gal, fordi deres sinn jo aldri slo seg av! Det tenker alltid, tenker, *tenker på noe*.

Så, noen mennesker blir aldri flinke til å sitte med bena i kors, lukke øynene og konsentrere seg om Ingenting. De blir frustrert, mediterer knapt – og misunner de som sier at de gjør det (skjønt de i det skjulte lurte på om de andre folkene virkelig gjorde det, eller bare gikk gjennom bevegelsene, uten å gjøre det noe bedre enn dem).

En historie nå takk, om en læremester som en gang sa at de fleste mennesker hadde totalt feilaktig ide av hva meditasjon dreier seg om. Meditasjon, sa hun, handlet ikke om *tombet*, det handlet om *fokus*. I stedet for å prøve å sitte stille og tenke på ingenting, foreslo hun å gjøre en «gående meditasjon»

og mens man beveger seg, stoppe for å fokusere på spesielle ting som øynene blir oppmerksomme på.

«Vurder et gresstrå,» sa hun. «Vurder det. Se nøye på det. Betrakt det intenst. Vurder ethvert aspekt av det. Hva ser det ut som? Hva er dets spesielle karakteristikker? Hvordan føles det? Hva er dets duft? Hva er størrelsen sammenlignet med deg? Se nøye på det. Hva forteller det deg om livet?»

Så sa hun, «*Opplev gresstrået i sin kompletthet.* Ta av skoene dine og sokkene og gå på gresset med dine bare føtter. Ikke tenk på annet enn føttene. Fokuser din oppmerksomhet nede ved føttene og vurder intenst nøyaktig hva du føler der nede. Fortell ditt sinn å kun føle det, bare for det øyeblikket. Ignorer alle andre data bortsett fra data som kommer nede fra dine føtter. Lukk øynene hvis det hjelper.

Gå sakte og bestemt, tillat dine sakte og forsiktige skritt å fortelle deg om gresset. Åpne så øynene og se på alt gresset rundt deg. Ignorer alle andre innkommende data bortsett fra dataene om gresset som kommer fra dine øyne og føtter.

Fokuser nå på luktesansen og se om du kan lukte gresset. Ignorer alle andre innkommende data bortsett fra dataene om gresset som kommer fra din nese, dine øyne og føtter. Se om du kan fokusere din oppmerksomhet på den måten. Hvis du kan vil du oppleve gresset slik du aldri før har opplevd det. Du vil vite mer om gress enn du noen gang før viste, på et dypt nivå. Du vil aldri oppleve det på samme måte igjen. Du vil innse at du har *ignorert gresset* hele livet.»

Så sa læremesteren, «gjør det samme med en blomst. Vurder det. Se nøye på det. Betrakt det intenst (med det menes intensjon). Vurder ethvert aspekt av det. Hva ser det ut som? Hva er dets spesielle karakteristikker? Hvordan føles det? Hva er dets duft? Hva er størrelsen sammenlignet med deg? Se nøye på det. Hva forteller det deg om livet?»

Så sa hun, «*Opplev blomsten i sin kompletthet.* Før den til nesen og lukt på den en gang til. Ikke tenk på annet enn nesen. Fokuser din oppmerksomhet på nesen din og vurder intenst nøyaktig hva du opplever der. Fortell ditt sinn å kun oppleve det, bare for det øyeblikket. Ignorer alle andre data bortsett fra data som kommer fra nesen. Lukk øynene hvis det hjelper.

Nå, fokuser på din berøringssans og berør blomsten forsiktig. Ta på blom-



sten samtidig som du lukter den. Ignorer alle andre innkommende data bortsett fra dataene om blomsten som kommer fra dine fingertupper og nese. Nå, åpne dine øyne og se nøye på blomsten. Se om du fremdeles kan lukte blomsten nå når du er nært nok til å se på den og berøre den. Se om du kan fokusere din oppmerksomhet på den måten. Hvis du kan vil du oppleve blomsten slik du aldri før har opplevd det. Du vil vite mer om blomsten enn du noen gang før viste, på et dypt nivå. Du vil aldri oppleve det på samme måte igjen. Du vil innse at du har *ignorert blomstene* hele livet.»

Så sa hun, «gjør det samme med et tre. Gå bort til et tre. Vurder det. Se nøye på det. Betrakt det intenst. Vurder ethvert aspekt av det. Hva ser det ut som? Hva er dets spesielle karakteristikker? Hvordan føles det? Hva er dets duft? Hva er størrelsen sammenlignet med deg? Se nøye på det. Hva forteller det deg om livet?»

Og så sa hun, «*Opplev treet i sin kompletthet*. Plasser hendene dine på det og føl det totalt. Ikke tenk på annet enn hendene. Fokuser din oppmerksomhet på hendene og vurder intenst nøyaktig hva du opplever der. Fortell ditt sinn å kun oppleve det, bare for det øyeblikket. Ignorer alle andre data bortsett fra data som kommer fra hendene. Lukk øynene hvis det hjelper.

Fokuser nå på luktesansen og se om du kan lukte treet. Fortsett med å ta på treet samtidig som du lukter på det. Ignorer alle andre innkommende data bortsett fra dataene om treet som kommer fra dine fingertupper og nese. Nå, åpne dine øyne og se nøye på treet. Se om du fremdeles kan lukte treet nå når du er nært nok til å se på det og berøre det. Fortsett å berør det. Se om du kan fokusere din oppmerksomhet på den måten. Hvis du kan vil du oppleve treet slik du aldri før har opplevd det. Du vil vite mer om treet enn du noen gang før viste, på et dypt nivå. Du vil aldri oppleve det på samme måte igjen. Du vil innse at du har *ignorert trær* hele livet.

Nå, gå bort fra treet og løsne all fysisk kontakt med det. Se om du kan få ditt sinn til å oppleve treet slik du står og ser på det fra større avstand. Opplev det fullstendig. Bli ikke overrasket om du kan lukte treet, selv fra avstand. Bli ikke overrasket om du kan, på en måte, selv 'føle' treet fra der du er. Det som har skjedd er at du har *åpnet deg selv* for treet vibrasjon. Du 'fanger viben'. Se hvor langt fra treet du kan gå og fremdeles oppnå 'kontakt'. Når du mister kontakten med opplevelsen av treet, beveg deg nærmere tilbake til det. Se om

dette hjelper deg å gjenvinne kontakten.

Denne øvelsen vil hjelpe deg å utvikle din evne til å *fokusere din oppmerksomhet* på hva enn du ønsker å *oppleve på et høyere nivå*.

Nå, gå. Gå hvor du enn bor. På landet, i byen, det spiller ingen rolle. Gå sakte, men bestemt. Og se rundt deg. La dine øyne falle der de kan. Etter hvert som dine øyne finner noe, fokuser til fulle din oppmerksomhet på det. Det kan være hva som helst. En søppelbil. Et stopp skilt. En sprekk i fortauet, en småstein ved veien. Se nøye på det fra der du står. Betrakt det intenst. Vurder ethvert aspekt av det. Hva ser det ut som? Hva er dets spesielle karakteristikk? Hvordan føles det fra der du står? Hva er dets duft? Kan du merke det fra der du er? Hva er størrelsen sammenlignet med deg? Se nøye på det. Hva forteller det deg om livet?

Fortsett å gå. Plukk ut tre ting på turen som du kan betrakte på denne måten. Denne turen burde ta minst en halv time. Du kan ikke betrakte tre ting fullt ut på kortere tid, til å begynne med. Senere vil du klare å betrakte noe fullt ut på et øyeblikk, i et nanosekund. Men for nå, er det snakk om øvelse.

Dette er Gående Meditasjon, og det du gjør er at du trener ditt sinn i å *stoppe med å ignorere* alt du opplever. Du trener ditt sinn til å fokusere på et spesielt aspekt av din opplevelse, slik at du kan oppleve det totalt.

«Praktiser Gående Meditasjon på denne måten i tre uker», sa læreresterten «og du vil aldri oppleve livet på samme måten igjen. Ta så de siste steg i Gående Meditasjon. Gå ute – eller inne for den slags skyld. Du kan faktisk gå hvor som helst. Fra soverommet til kjøkkenet holder. Det er mer enn nok å se, mer enn nok å berøre, mer enn nok å oppleve. Du kan tilbringe hele tre timer med teppet alene – og denne gangen», sa hun «Ikke velg ut noen bestemt del av hva du ser eller møter. Prøv å møt alt sammen. Se om du kan omfavne alt sammen. Forsøk å fokusere på alt sammen samtidig.

Ta inn det store bildet. Lukk øynene hvis det hjelper. Lukt hva du lukter. Hør hva du hører, føl hva enn du 'føler' i rommet rundt deg. Åpne så øynene og tilfør syn. Se alt du ser, og ikke noe spesielt. Se Alt Sammen. Lukt Alt Sammen. Føl Alt Sammen. Hvis dette begynner å overvelde deg, fokuser igjen på En Del Av Det, slik at du ikke mister din psykiske balanse.

Med nok øvelse vil du snart kunne gå inn på enhver plass eller sted og

begynne å oppleve Alt Sammen på et nivå. Du vil da innse at du bokstavelig talt har *gått hjem*. Du har økt du oppmerksomhet. Du har økt din bevissthet. Du har ekspandert din evne til å være Tilstede, fullt, i Øyeblikket.

Nå, gjør dette med dine øyne lukket og mens du sitter, og du har en Stille Meditasjon. Det er så enkelt som det.»

Med dette smilte læremesteren. «Prøv det så med sex,» sa hun. «Når du først opplever sex på denne måten vil du aldri ønske å oppleve det på noen annen måte. Du vil innse at du hele ditt liv har ignorert hva som virkelig foregår.»

Og dermed lo hun.

## Stoppende meditasjon

Neste, noen ord om Stoppende Meditasjon.

Dette er en av de enkleste, men samtidig mest kraftfulle former for meditasjon. Grunnen til at det er så kraftfullt er at det kan bli gjort hvor som helst og det tar veldig liten tid. Derfor, er det perfekt for travle mennesker «på farten».

Stoppende meditasjon betyr akkurat det. Med det menes at du stopper hva enn du gjør for et øyeblikk og vender oppmerksomheten til noe rundt det. Du dissekerer det i det øyeblikket og ser så nøye på en av dets individuelle deler.

Dette er litegran forskjellig fra Gående Meditasjon på den måten at det ikke tar en halvtime eller mer, slik en Gående Meditasjon kan ta. I en Gående Meditasjon tar du bevisst en gåtur for det bevisste formålet å bevisst fokusere på en bevisst opplevelse. I Stoppende Meditasjon bruker du ikke på langt nær så mye tid, men du kan oppnå det samme: *fokus*.

Stoppende Meditasjon kan foregå midt i en travel hverdag. Kombinert med Sittende Meditasjon og Gående Meditasjon kan det være en kraftfull Trio av verktøy som dramatisk kan endre din virkelighet og høyne din bevissthet innen ganske kort tid. Selv om det blir brukt som den eneste formen for meditasjon, kan den være transformerende.

Slik virker Stoppende Meditasjon: Bestem deg for at seks ganger for dagen

(og hver dag) vil du stoppe hva enn du gjør for 10 sekunder og se nøye og intenst på en av dets individuelle deler.

La oss si du holder på å vaske opp. Stopp hva du gjør for 10 sekunder – bare stopp midt i gjøremålet – og kikk dypt inn i et aspekt av hva du gjør. Se på vannet for eksempel. Se det skvetter på fatene. Se om du kan telle dråpene på fatet du holder. Bare tell vanndråpene. Det er en umulig oppgave, men prøv å gjør det uansett, bare for 10 sekunder.

Vurder det vidunderlige vannet. Se dypt inni det. Kontempler og kikk fra innsiden. *Gå* inni, inn i din bevissthet. Se hva du opplever der; se hva du finner. Bare stopp for et lite øyeblikk og verdsett det øyeblikket på en enestående måte.

Okay, nå er de 10 sekundene over. Dra deg nå ut av denne høyt fokuserte virkeligheten og tilbake til det større rommet hvor din opplevelse utfolder seg. Ikke bli «fortapt» i det. Blink kjapt med øynene, eller knips med fingrene og bokstavelig talt knips deg ut av det. Legg så merke til hva du opplevde i dette korte øyeblikket.

Nå, fortsett med det du holdt på med. Men bli ikke overrasket hvis det får en helt annen kvalitet.

Hva du har gjort er å virkelig verdsette noe. Å «verdsette» noe er å gjøre det større, å øke det – som en eiendom øker i verdi for eksempel. Når du bruker Stoppende Meditasjon øker du verdien på ditt liv. Og livet i seg selv. Det har vært min erfaring at dette uunngåelig fører meg tilbake til et fredfullt sted.

For å få deg til å huske å gjøre dette seks ganger om dagen vil du kanskje ønske å ha en timer med deg, eller sette klokken/mobilen på varsling. Senere, ettersom du blir vant til å gjøre dette, vil denne stoppingen komme automatisk for deg. Du vil gjøre det uten å bli påminnet.

Når du går ned gaten vil du rett og slett stoppe for et øyeblikk og velge ut en del av hva du ser og se det igjen, på en dypere måte. Du vil vite hva du allerede vet om det, men du vil vite det på en dypere måte. Dette kalles «å vite igjen», eller gjen-kjenne. Formålet med hele livet ditt er rett og slett dette: å vite igjen, å gjenkjenne hva som er sant, og Hvem Du Virkelig Er.

Det er tusen måter å gjøre dette på. Kanskje du legger merke til refleksjonen av deg selv i et butikkvindu? Kanskje du ser en buss fare forbi. Kanskje

din oppmerksomhet fanges av en hund på gaten eller en småstein ved foten din. Det spiller ingen rolle hva du fokuserer på i disse 10 sekundene. Bare stopp opp et bitte lite øyeblikk og verdsett det øyeblikket på en enestående måte.

Opplev dette mens du elsker. Stopp hva du gjør for 10 sekunder, skill øyeblikket inn i dets deler, velg en del av øyeblikket og kikk dypt inn i det. Kanskje det er blikket i din elskedes øyne. Kanskje det er den fornemmelsen du føler – eller skaper. Bare stopp for et øyeblikk og verdsett det øyeblikket på en enestående måte.

Noen mennesker sier de ofte har regelmessige ganger hvor de gjør dette, og å elske er en av dem. Å stå i dusjen er en annen. Å spise er en annen. Plukk opp en ert fra tallerken, eller en kjerne fra et korn. Vurder det. Sett pris på det. Helt og fullstendig. Dine måltider vil aldri bli de samme igjen. Å dusje vil aldri bli det samme igjen. Din elskov vil aldri bli den samme igjen. *Du* vil aldri bli den samme igjen.

Dette er stoppende meditasjon. Det tar bare et minutt hver dag. Seksti sekunder, i seks individuelle 10-sekunders intervaller. Seks øyeblikk hvor du går inn og hvor du kan skape den Hellige Opplevelsen.

I dag, stopp det du gjør. Bare *stopp*. Se dypt inni øyeblikket. Om ikke noe annet, bare lukk øynene og fokuser på lyden av din pust. Opplev den rene energien av liv som beveger inn og gjennom din kropp. Bare for dette øyeblikket, lytt til deg selv mens du puster. Legg merke til deg selv ta dypere åndedrag. Bare å lytte til deg selv vil gjøre at du vil ønske å gå dypere inn i opplevelsen – og derfor vil du begynne å puste dypere. Det er en vidunderlig ting, en ekstraordinær ting. Å bare stoppe gjør at du går dypere. Dypere inni din opplevelse, dypere inni Guds sinn.

## Anbefalte meditasjonsprogrammer

Her er et meditasjonsprogram som anbefales til mange: (1) Gående Meditasjon om morgenen; (2) Stoppende Meditasjon om dagen, seks ganger; (3) Sittende Meditasjon på kvelden.

Formålet med alle disse meditasjonene er å skape fokus. Det handler om

å fokusere din oppmerksomhet på din opplevelse. Grunnen til fokuset: det tillater deg å være her og nå. Fokuset på Nå får deg vekk fra gårdsdagen og vekk fra morgendagen. Du eksisterer ikke i disse illusjonene. Din eneste virkelighet er Dette Øyeblikket, her og nå.

Fred blir funnet under en sånn oppmerksomhet. Og kjærlighet. For fred og kjærlighet er ett og det samme, og du blir Ett og det Samme når du entrer den Hellige Opplevelsen.

Praktiser Stoppende Meditasjon nå. Det er enkelt og det tar bare 10 sekunder. Akkurat nå, bare stopp. Lukk øynene og bare...

Stopp.

Gjorde du det? Det var ikke så vanskelig, var det vel? Gjør dette fem ganger til i dag. Bare stopp alt for 10 sekunder, lukk øynene og pust lett og sakte og fredfullt... og bare «vær» i Øyeblikket, hva enn det tilbyr.

Fortsett å lese videre.

## Hvem meditasjon

Det er en annen flott meditasjons teknikk kalt Hvem Meditasjon. Det fungerer som dette. Hver gang du opplever en følelse som du ikke ønsker å oppleve, bare si «Hvem?»

Det er riktig. Bare si til deg selv, «Hvem?» Spør deg selv, «Hvem er her nå? Hvem er det som har denne opplevelsen?»

Hvis du er alene kan du til og med synge det, gjøre det om til en liten chant. Det kan bli veldig kraftfullt. Bare ta et dypt åndedrag og ved utpust chant mildt men kraftfullt: «Hveeeeeem?» Utvid vokallyden inntil du går tom for pust. Pust så inn og gjør det samme igjen. Gjør det tre ganger. Du vil da ha senket din vibrasjon og den Usynlige delen av deg får en mulighet til å «vise seg».

Hvis du ikke er alene, men med noen andre eller på et offentlig sted, kan du gjøre denne chantingen inni hodet ditt. Eller du kan bare spørre deg selv

spørsmålet jeg foreslo ovenfor...

«Hvem er det som har denne opplevelsen?»

Du kan selvfølgelig identifisere deg med ethvert antall av «dine deg» som innehar din indre verden. Det kan være ditt Lille Jeg eller ditt Store Jeg, det Sårede Jeg, det Helede Deg, det Redde Deg og det Modige Deg, det Makteløse Deg og det Maktfulle Deg, det Bekymrede Deg og det Trygge Deg. Håpet er at det som vil skje nå når du har hørt alt dette er at når du gjør denne Hvem Meditasjonen så vil du chante deg selv rett inn i bevisstheten til ditt større selv, ditt *sanne* selv.

Du er ikke et menneske. Du er ikke den personen kalt Kari Norman eller Ola Norman. Du er ikke din Kropp, du er ikke ditt Sinn, og du er ikke din Sjel. Dette er ting du har. Dette deg, som har disse tingene – Totaliteten av deg som har *gitt* deg selv disse tingene – er langt større enn noen av dem, selv alt til sammen.

Den Du som du er er Gud, i spesiell form. Du er guddom i Individuell form. Du er et aspekt av det guddommelige. Og det er alle andre og alt mulig annet.

Mediter på disse tingene og du vil ikke bare kjenne sannheten, du vil *erfare og oppleve* den. Og på den måten vil du ha oppnådd formålet med hele livet ditt. Du vil ha nådd enda et øyeblikk av Fullendelse.

---

I denne seksjonen av tillegget er beskjeder sendt til deg nå, som ser ut for å komme fra en kilde utenfor deg selv. Det spiller ingen rolle hvordan du oppfatter dem så lenge du mottar dem.

*Se på hva du møter i dette øyeblikket,  
på denne dagen.  
Tror du dette skjer ved en tilfeldighet?  
Hendelsene er designet for å gi deg  
en sjanse til å uttrykke og oppleve  
hvem du virkelig er, her og nå.*

---

*Du som er i live i denne ekstraordinære tiden  
er vitne til en revolusjon i menneskets  
bevissthet og dets opplevelse av seg selv.  
Faktisk, du skaper det.*

---

*Kanskje måten å møte morgendagens utfordringer på  
ikke er å bruke gårsdagens løsninger,  
men våge å tenke det tidligere utenkelige,  
å snakke det tidligere usnakkelige,  
og prøve det som tidligere var utelukket.*

---

*Forandring er en kunngjøring av  
Livets intensjon om å gå videre.*

---



*Måten å leve uten frykt på er å vite at ethvert  
utfall i livet er perfekt – inkludert utfallet som  
du frykter mest, som er døden.*

---

*Mange mennesker gjør seg selv ulykkelige  
rett og slett fordi de finner det umulig  
å akseptere livet slik det utfolder seg her og nå.*

---

*Vet du hvorfor du er i live?  
Å gi stemme og handling og fysikalitet til Gud.  
Alt annet er ved siden av poenget.*

---

*Hvordan beholde en positiv tilnærming  
midt blant alt som skjer? Du må ville det.  
Du må rett og slett se gaven i det som skjer.  
Og nei, det er ikke alltid lett. Men det er mulig.*

---

*Den raskeste måten å komme til et sted  
hvor kjærligheten og mennesket blomstrer  
er å se hele menneskeheten som din familie.*

---

*Gjør det til din livs misjon i dag  
å kunngjøre for en annen  
hvor fantastiske de er.*

*Si det. Si det. Si det.  
Deres hjerte venter på å vite at deres  
beste tanker om dem selv kan bli trodd.*

---

*Ingenting endrer omgivelsene mer enn  
en person som bestemmer seg for å elske en annen  
uansett hva.*

---

*Vi er ikke bare biologiske vesener,  
resultatet av tilfeldige kjemiske prosesser,  
som vandrer på jorden bare for å gå gjennom det hele  
med et minimum av skade på en selv og andre.  
Vi er guddommelige vesener, skapt av det guddommelige,  
Gud i Individuell form. Vi er det ene uttrykket til alt,  
essensielle elementer av essensen til livet selv.*

---

*Kroppen tror den har en agenda som er viktig,  
mens Sinnet forestiller seg at dets agenda er  
vital for din overlevelse.  
Men jo eldre du blir, jo mer innser du at det er  
Sjelens agenda, og bare Sjelens agenda som er viktig.*

---

*Det finnes ingenting som er en «motsetning»  
til kjærlighet.  
Kjærlighet er den eneste energien i vår virkelighet  
som ikke har en motpol – selv om det er mange*

*uttrykk av kjærlighet som ser ut som det motsatte.  
Bare en Mester kan se at de er en og den samme...  
og derfor, bare en Mester kan forstå,  
og derfor ikke en gang trenger å tilgi,  
det som er gjort i fryktens navn.*

---

*Du kan ikke gjøre feil,  
du kan bare foreta et valg  
som vil bli ditt neste viktige steg.*

---

*Alle utfordringer er et tegn på  
spirituell styrke, og sjelens  
villighet til å bevege seg fremover;  
å utvikle seg videre.*

(Utgivers notis: Hver dag blir en inspirasjonstanke, hentet fra budskapet i Himmelske Samtaler, sendt til enhver som ønsker det ved rett og slett å abonnere på vår service. Dette er gratis hos [www.cwgportal.com](http://www.cwgportal.com). De tankene ovenfor er hentet fra disse daglige budskapene. Jo mer du skaper slik bevissthet som tilsynelatende kommer fra et sted utenfor deg, jo mer vil du erfare at det kommer til deg fra et sted dypt inni deg. Nyt budskapene på begge måter, for Livet informerer Livet om Livet gjennom Prosessen av Livet Selv – og du er denne prosessen.)

## Kontakt punkter

Du finner mer informasjon om dette vidunderlige materialet i denne boken hos [www.cwgportal.com](http://www.cwgportal.com), som indikert i etterordet, er en portal til mange utvidelser av Himmelske Samtaler materialet. Det finnes mye ressursmateriale i alle de forskjellige nettstedene som er tilgjengelig via den portalen. Likeså et hav av muligheter til å delta med andre verden rundt i å uttrykke Det Eneste Som Virkelig Har Betydning i dagligdagse situasjoner.

Du vil kanskje finne det interessant å se på mens en kvinne fra Argentina ringer inn via Skype med et spørsmål angående å se forskjellen mellom beskjeder fra Sjelen med dem fra Sinnet. Videoen kan sees her...

[www.theonlythingthatmatters.com/video](http://www.theonlythingthatmatters.com/video)

Du finner mer av diktene til Em Claire hos [www.EmClairePoet.com](http://www.EmClairePoet.com). Hennes lydopptak er spesielt likt av hennes fans fordi de tilbyr hennes egen stemme og tolkning noe som gir tyngde til ordene i seg selv. Opptakene, liksom en gavebok, Silent Sacred Holy Deepening Heart, hvor dette diktet er tatt fra, er tilgjengelig fra hennes hjemmeside.

«Gå ut og lek!»

sa Gud.

«Jeg har gitt deg Universer å boltre deg fritt i!

*Og her* – ta dette og pakk deg selv inn i det -

Det kalles: *KJÆRLIGHET*

og det vil alltid, *alltid* holde deg varm.

Og stjerner! Solen og månen og stjernene!

Se ofte på dem, for de vil minne deg om ditt eget lys!

Og øyne... åh, se dypt inni *alle* Elskedes øyne;

Se dypt inni *enhver* Andres øyne

for de har gitt deg *sine* universer

å boltre seg fritt i.

Her.

Jeg har gitt deg alt du trenger.

Nå gå, gå, gå ut

og

lek!»

«Go Outside and Play»

© 2007 Em Claire

