

Sjamanmetodene har lært meg at livets mangfoldige floker må bearbejdes fra et dypere nivå i sinnet enn der flokene befinner seg. Det å forstå kaosinnholdet i den rasjonelle konteksten er egentlig ikke veien videre. Det er klart for meg er at veien videre er å slippe identifikasjonen med smerteidentiteten og ikke lenger holde fast i tap, håp og illusjoner. Slik ble jeg en indre observatør.

Men hvem er denne indre observatøren? Llegg merke til dine egne reaksjoner mens du leser denne historien.

Jeg vet hvem jeg ikke er, men hvem er jeg? Hvordan var begynnelsen på denne veien som har ført til denne erkjennelsen, som er så god å ha nådd men så lett å misforstå.

Min selvutvikling tok til i drømmen om noe bedre. Jeg visste det måtte finnes et bedre liv enn hva jeg opplevde. I mitt indre visste jeg at kjærligheten fantes. Men når man er full av smerte, ser man ikke mulighetene som ligger der, har ikke øye for lengre perspektiver, men vil ha lindring nå. Akkurat nå.

Og den som kan gi lindring kan bli som en gud eller guru, som man setter sitt håp til og opphøyer. Jeg har lært meg alt om akkurat dette gjennom egen erfaring, og ved å gå den harde veien.

For jeg ble medlem og til tider en overivrig medlem i en meditasjonsorganisasjon, ledet av en person som både for meg og for flere inntok rollen som gud, guru og far, særlig for de farløse, eller de med forstyrret farsbilde. Det er mange av dem, og kanskje særlig blant etterkrigsgenerasjonen, de berømte og beryktede 68-erne.

Det hører vel med til sjeldenhetene at en generasjon søker seg så sære farsfigurer som dem, dvs. oss.

GURUGUD

Jeg var ikke alene i kretsen rundt gurugud, vi ble flere og flere etter hvert. Dette forholdet med ham hadde sin besnærende virkning for oss som hang med. Også de som falt av i svingene gav styrke til oss innenfor. For forholdet skapte en indre og ytre orden, men en orden som hadde sin pris, Det var en pris som jeg gladelig betalte da.

Prisen var at vi måtte la oss opp bak sjefen. Vi måtte gjøre hans visjon til vår. Sjefens ord ble det som gjalt. Det skapte etter hvert en forestilling om "oss og dem", som i enhver god sekt. Vi var de gode, de var de dårlige. En slik tilstand gjør at man blir befridd for sine problemer. Man gir dem til de andre. De har problemene. Mange hypnoseelementer og stor dyktighet var i sving, og jeg beit på agnet. Når man er sulten nok svegler man nesten hva som helst for å bli mett..

Jeg har erfart hvordan projeksjonene dempet smerten. Men den som vil gå på på selvbesinnelsens vei er selvfølgelig gurugudunderkastelsen et feilspor. Men som sagt, det

fungerte god gjennom flere år...men så snek en skygge seg innpå.

Det førte til at guruguds fasade sprakk. Han ville noe jeg ikke ville eller tgrepnte og da gikk det som det gikk.

Det var begynnelsen til slutten. Ikke så lenge etterpå ble jeg "ekskludert" fra mine "posisjoner". Å bli ekskludert fra en gruppe som jeg hadde tilhørt i 7-8 år var et kraftig skubb. Heldigvis hadde jeg alt da oppdaget en annen lederstjerne.

Heldigvis forsto jeg også at eksklusjonen ikke var min "skyld", denne skylden som offer ofte tar på seg som stein til byrden da de kastes ut i kuilden. Jeg visste at dette var noe sjefen igangsatte gjennom en av sine laverestående kadre, som så villig tok det på seg.

Jeg snakker ikke om AKP. Men dette var like definitivt og endelig som der.

Slik endte gudgurutiden.

DET HELLIGE

Nå virker det som om alt var timet fra oven, fra en høyere forstand som også styrte gurugud. For hadde ikke dette skjedd, ville jeg med all sansynlighet fortsatt fulgt gurugud, og ville fortsatt vært underlagt hyponsen og indoktrineringen, med de lovene og rammer som gjaldt i det hierarkiet.

For meg gir disse erfaringene et skrått perspektiv inn i dagens politiske polariseringer. Det er nod velkjent med "oss og dem-perspektivet" og med projeksjonsmekanismene. For jeg vet hvordan det å uttrykke dem kan lette indre smertetrykk og styre sinn og sinne. Men jeg vet også at bakom står en gurugud, hvis ord gjelder.

Det hellige er evig og alltid hellig, bakenom språk og tegn. Ingen har monopol på det hellige. Det tilhører ikke islam, kristendommen, jødedommen eller sjamanveien, eller noe annen verdslig form for forkynnelse. Det hellige er det ikkeverdslige.

Heller ikke noe folk eller land er mer hellig enn andre. Ingen religions ytre forordninger er i seg selv evige eller hellige, de vil også alle forfalle og mistolkes og lede galt avsted.

Det er bare enkeltindivider som kan finne det hellige, og begyynnelsen kan komme gjennom selvbesinnelse og ro, ved å slippe projeksjoner, fiendebilder, selvforakt, autoritetsbånd, gurugud, og ikke minst alle de andre selvbildene, diagnosene og beskrivelsene.

DEN INDRE DOMMEREN

Akkurat da, idet det skjer og man ikke vet det, der og da kan man erfare det hellige... men ikke nå i denne stunden når tankene og den indre dommeren tar over og aktiveres i det indre.

For nå tenker du innerst inne, har han rett, tar han feil, og det du kjenner skapes av gamle programmer og du prøver febrilsk å komme frem til en beslutning. Du får det neppe til, glemmer heller saken. Og så fortsetter den indre dommeren å hoppe rundt der inne, hoppe mellom rett og galt, tap og vinning, håp og frykt. Fra dette stammer din stagnasjon, din utmattelse, og dette er det ginnungagap du befinner deg i.

Jeg har ikke hørt ordet selvbesinnelse i reportasjene og i debatten. Ingen snakker om det stille indre rommet, fordi det er umulig å filme og å lage dramatisk TV om.

Også journalister burde lære seg det ordet, i tillegg til ordet ytringsfrihet. Det er heller ikke nødvendig å la kameraet fange det mest ekstreme kun. Jeg vet at TV-virkeligheten blir til gjennom billedutvalg og regi hele veien. Hvorfor har helst de ekstreme ytringene forrang i nyhetssendingene?

TAKK FOR SKUBBEN

Nå takker jeg for den skubben jeg fikk den gangen for lenge siden og for at jeg kom meg ut av sekten jeg var inne i. Jeg takker for at tilliten ble brutt. Det lærte meg mye om tillitens kraft og nødvendige magi. Noe annet var på vei. Det tok meg i en annen retning.

En sjelden gang i blant treffer jeg "gamle venner" fra den tiden. Det er som om jeg gjenkjenner det gamle meg i dem. Fortsatt møter jeg den velkjente. "oss og dem-holdningen", Jeg kunne vært en av dem fortsatt, fortsatt i hypnosens og indoktrineringens grep.

Få kommer ut uten hjelp. Det krever mye å snu, komme fri. Det er langt lettere å kjøre videre på samme sporet som før. Og som tidligere sektmedlemmer vet, så har det sin pris å bli støtt ut i kulden og å bli usynlig og nærmet venneløs.

Men det førte meg inn på sjamanens vei.

DIALOGEN

Slik fant jeg etter hvert frem til sinns-og sanseåpnende metoder, som gjorde at jeg kom i dialog med egne dypere lag i mitt indre. Fra første dykk gav det meg en følelse av å være på eget territorium og at dette var autentisk. Det var autentisk for meg den gangen fordi det som skjedde foregikk i meg, i mitt indre, det kom helt overraskende og ikke gjennom guruguds anvisning eller forordning.

Vær årvåken der ute. Vit hva du vanner. Det du vanner vokser.

Etter hvert kom jeg inn i en dialog med mitt indre. Dialogen var i to faser. Først oppdaget jeg at det var noe der inne, noe som kom til syne som fra ingenting. Slik våknet mytesinnet.

Så oppdaget jeg at mytesinnet gav meg råd som virket både frigjørende og fornuftige. Dette frigjorde mye fortrent psykisk materiale. Så skapte det en orden av forståelse. En milepel var

da en indre vismann fortalte meg om min livsoppgave, som jeg kunne gi en tilslutning til både fra hjerte og fornuft. Da klarnet livets horisont opp.

OPPDAGELSEN

Etter hvert oppdaget jeg at den indre smerten ikke var meg. Å tro noe slikt var en feilslutning. Så oppdaget jeg at sansekaoset heller ikke var meg. Det var frosne øyeblikk i tid, som ikke hadde smeltet, men som hadde filtret seg sammen som en vase.

Jeg oppdaget at dette kaos av minner og ubearbeidede hendelser, ikke kunne bearbeides på det bevissthetsnivået det befant seg på. Om så hadde vært tilfelle, hadde alt dette sammenfiltrede og smertefulle psykiske materiale for lengst vært avklart, forstått og borte.

Sjamanmetodene lærte meg at flokene måtte bearbeides fra et dypere nivå i sinnet. Disse metodene ble mine verktøy. Bearbeidelsen besto ikke i å forstå kaosinnholdet i den rasjonelle konteksten. Det som ble klart for meg var at løsningen på det hele var å slippe identifikasjonen med smerteidentiteten, og ikke lenger holde fast i tap, håp og luftige illusjoner, men slippe.

Slik ble jeg en befridd observatør til eget liv og egne prosesser, og samtidig også en observatør som kunne se inn i de samme lagene og prosessene hos andre.

Men hvem er så denne indre observatøren?

BEFRIDD FRA DOMMEREN

Uansett hvem man tror observatøren i det indre er, uansett hvilke navn man gir vedkommende, som himmelens sjaman, veiviseren, det sterke øyet, mytemesteren, medisimbuddha, evighetens hersker, far-mor-gud, uendeligheten, stjerneørnen, himmelbjørnen, eller annet, så kan også det slippes. Det må slippes.

Legg merke til at den indre dommeren smutter nesten ubemerket inn i alle disse fine betegnelse, og at dommeren trekker med seg rett og galt, tap og vinning, håp og frykt...

Jeg vet ikke lenger hvem jeg er. Jeg kan ikke beskrive det. For om jeg tror jeg kan beskrive det, så tar jeg feil. For enhver betegnelse eller beskrivelse er en begrensning for det som ligger bak språket og ikke kan beskrives i språket.

Men en ting er sikkert. Jeg vet hvem jeg ikke er. Forstå det den som kan. Undersøk så i deg selv.

Ailo Gaup