

### **-Kan man møte noe skremmende på den indre reisen?**

-Ja, hva med et rovdyr som flekker tenner mot deg. Et rovdyr som er i ferd med å angripe. Det kan være skremmende.

### **-Hva gjør man da?**

-Ikke stikke, ikke kjempe, men møte det farlige rovdyret med kjærlighet. Det finnes sjamanøvelser som er designet for å håndtere slike situasjoner. De beskriver hvordan jeget skal gå frem når det møter det farlige kraftdyret. Noen ganger kan det farlige kraftdyret være ens egen ubrukke kraft, som banker på bevissthetens dør og vil settes i arbeid.

### **-Er dette en form for mental trening?**

-Dette er sjamantrening. Å transformere frykt er en naken og direkte prosess. Frykt og angst kan ri folk som en mare. Det er årsak til mange katastrofer, personlige katastrofer og kriger. Om man blir fryktløs innvendig, har man lite å frykte der ute. Tenk om folk sluttet å projisere egen frykt ut. Tenk om politikerne sluttet med det samme. Tenk om de gikk sammen om å skape fred, og brukte like mye tid og penger til det som de bruker på det militære. Det er krigsretorikken som behersker scenen i dag. Fredsstemmen er nesten ikke å høre. Min vei er fredsmysten. Jeg vil slutte fred. Jeg vil forene motsetninger, innvendig og i det ytre, i de sirkler der jeg ferdes og blant de jeg treffer. Om man kan nå inn mellom verdenene, så kan man også se hvor mye smerte og ensomhet frykt kan føre til og hvor slitsomt og skadelig det er å drasse på.

### **-Så hva er det som du kaller kjærlighet?**

-Alt som åpner og befrir er kjærlighet. Det kan man også bli redd for. Men man må bare ta sjansen på å åpne seg. Man må ta sjansen på å bli kjent med den personen som bor i kroppen, ikke bare med de tankene som er i hodet.