ARTIKLER

- Baseret på bogen "EGOET – dets fødsel, formål og forvandling" –

© Jes Dietrich

www.LIVSSELVET.dk

Om Bogen "EGOET", 300 sider, Illustreret, 2017
ISBN 978-87-994675-5-6 (udgivet ved forlaget LUX):
"Hvad er Egoet? Hvordan lever vi med det? Kan Egoet ændre sig? Har vi altid haft et Ego, og vil vi altid have et Ego? Har det et formål, og hvad betyder Egoet for vores udvikling? Dette er spørgsmål, som optager rigtig mange mennesker. Denne bog handler om Egoet og om dets rolle i vores liv og udvikling.
Vi er et sted i vores udvikling hvor der er stor fokus på Egoet, og hvor du bliver udsat for mange udfordringer, der involverer Egoet. Ordet Ego dækker over *en identitet,* men også over *en særlig måde at opleve livet på,* en måde der bygger på et *specifikt regelsæt,* som jeg vil beskrive.
Kun ved at forstå *hvordan* og *hvorfor* Egoet overhovedet opstod, kan vi få indsigt i *hvorfor* det virker som det gør lige nu i vores liv. Denne bog er derfor mere end en øjebliksbeskrivelse af Egoet. Den viser dig Egoet i et *udviklingsspektiv* hvor du skal se, at ligesom Egoet skabes og udvikles, da vil det med tiden også afvikles. Som erstatning for det dualistiske 'Ego-livssyn' vil du fyldes af et livssyn som jeg kalder den *'den enhedsorienterede livsoplevelse'* og af en bevidsthed jeg kalder *'Hjerte bevidstheden*'.
Dette er altså en bog for dig som ønsker *en dybdegående forståelse for Egoet*, og for hvordan det skal hjælpe dig videre mod *en helt ny bevidsthedsform".*

Se/køb **bogen** her: www.Livsselvet.dk

LIVSSELVET OG DET TRANSFORMEREDE LIVSSELV

© Jes Dietrich

”Transformationen af ”livsselvet” er det der gør dig i stand til at opleve livet gennem Ego-livsoplevelsen, og skabe den Identitet vi kalder for Egoet”

Græsset er altid grønnere på den anden side
fordi du ikke har oplevet
at stå på det

Der er en tanke der altid har fyldt noget i mig og i mange andre, og det er hvorfor vi er til. Det er interessant nok at udforske hvad vi skal med vores liv, hvor du skal hen og hvordan du kommer derhen. Ligeså interessant er det imidlertid for mig at udforske hvorfor du overhovedet vil derhen, hvorfor du hele tiden vil et sted hen – og hvorledes du evner at opleve det når du rent faktisk når dertil. Hvorfor bliver du ikke bare stående? Hvad er det som er så vigtigt ved det andet sted? Interessante spørgsmål. Man siger at ’græsset er altid grønnere på den anden side’. Dette siger måske noget grundlæggende om mennesket – hvis vi kan finde ud af hvad det er der gør ’græsset grønnere’! Hvad er der med det græs? Der er en ting som altid er karakteristisk for græsset på den anden side. Du har aldrig oplevet at stå på det! Hvor meget betyder det? Ville det være lige så attraktivt hvis det du allerede havde stået på det? Hvor vigtigt er det, at det du higer efter i livet, er noget som du ikke har oplevet før?
Jeg tror at det faktisk er det som gør græsset ’grønnere’! Jeg tror at der er en grundlæggende higen i dig efter oplevelse, efter ny-oplevelse, og at det er det som gør ’græsset grønnere’ – altså at du ikke har oplevet det endnu. Du higer konstant efter oplevelse af nye sider af livet (selvom nogle pauser undervejs kan være tiltrængt), og selve ’urkraften’ som giver energi til denne indre higen, samt det der giver dig evnen til overhovedet at opleve det nye, er det som du skal høre om i dette Appendix.

Du skal vide allerede nu at dette ikke er en artikel som er nem at forstå. Det er et ret komplekst og svært tilgængeligt emne, og for rigtigt at forstå det kræver det at man oplevelsesmæssigt kan sætte sig ind i det jeg skriver. Nu er du advaret.

Du har et ansvar

Du har et ansvar
og det er at lade en så høj livsoplevelse så muligt
dominere din bevidsthed

På 'Livsselvet' kan du læse om dit bevidsthedscentrum/din identitet, den dominerende livsoplevelse, og alle de sekundære livsoplevelser som eksisterer i din personlighed, og særlig i den underbevidsthed, som jo også er en del af din person. Dit valg er hele tiden at lade din dominerende livsoplevelse blive af en så høj 'vibration' så mulig, og en som mest muligt nærmer sig de højere livsoplevelser *som allerede findes i din overbevidsthed* (og som på denne måde baner vejen for din bevidsthed).

Det giver sig selv at Jo højere din dominerende/primære livsoplevelse er, jo flere sekundære (lavere) livsoplevelser er du i stand til at observere. Det svarer til at sige at jo højere du kan hæve dig i op i luften, jo større bliver din udsigt. Jo mere dominerende din højere livsoplevelse er, jo mere bliver du i stand til at *integrere* (og ikke bare få øje på) dine lavere/sekundære livsoplevelser i den højere observerende livsoplevelse.

Bevidsthedsrummet og den aktuelle bevidsthed
Dit bevidsthedsrum repræsenterer det bevidsthedsspektre som dækker alle dine evner. Inden for dette bevidsthedsrum finder vi den aktuelle bevidsthed, som er der hvor du bevidsthedsmæssigt er lige nu og her. Den aktuelle bevidsthed kan bevæge sig op eller ned inden for bevidsthedsrummet, men aldrig uden for rummet. bevidsthedsrummet kan derimod kun bevæge sig 'op', dvs. kan kun gå fremad i udviklingen).

Det betyder helt konkret at jo højere din livsoplevelse er jo mere kan du konfrontere og forløse lavere smertefulde (ofte fortrængte) følelser inden i dig på en måde så at de for altid transformeres til noget der er berigende og ikke smertefuldt.

Der eksisterer altså noget i dig som formår at forholde sig til alle de sekundære (ofte lavere) livsoplevelser i dig (f.eks. fortrængte sider af dig). Vi kan kalde dette noget for et identitetscentrum.

Hvilken livsoplevelse der er den dominerende i dette identitetscentrum er op til dig og de valg du træffer, men det gælder altså at jo højere den er, jo flere ting i dig selv evner du at forløse – permanent.

Du observerer altså via din livsoplevelse, som kan ses som en kikkert som du ser/oplever livet og dig selv igennem. Denne kikkert bruger du til at se livet igennem og du bruger den til at se andre livsoplevelser, f.eks. i din underbevidsthed. Det er nemlig det som en fortrængt følelse er. Det er en livsoplevelse – ofte en af de smertefulde af slagslen.

Din opgave er at vælge kikkerten – og at evne den. Den kikkert du sætter for øjet er dit ansvar – og således er det faktisk dit ansvar hvordan du oplever livet. En interessant tanke at din oplevelse af livet er dit ansvar!
Det handler derfor for dig om valg, evner, og ansvar – og der er mange livsoplevelser at vælge igennem.

Du observerer altså via din livsoplevelse,
som kan ses som en kikkert som du ser/oplever livet igennem.
Din opgave er at vælge kikkerten
og at evne den

Når du indhylles af et traume, da opleves det som om traume-kikkerten 'vælger' dig og 'tvinger' dig til at se verden igennem denne kikkert – og vise dig en verden, der er meget forskellig fra den du normalt oplever (Fig. 1). Det kan være en rigtig svær oplevelse. En sådan kikkert udgør *'en person som du engang var'* (tidligere i dit liv, og altså en person som engang betragtede livet igennem denne kikkert, før fortrængningen skete).

Det er ikke rart at betragte livet (og dig selv) gennem sådan en kikkert. Så er det bedre at betragte det gennem den 'højeste' kikkert du evner. Vær helt klar over at hver eneste kikkert viser dig *en forskellig version af livet* – med hensyn til nutiden og fremtiden og fortiden.

Figur 1. I bevidstheden og underbevidstheden er der forskellige måder at opleve livet på. De er som en kikkerter der viser dig forskellige versioner af livet. Nogle er i decideret konflikt med f.eks. aktive livstemaer.

Det er altså vigtigt at huske på – at selvom du tror fuldt og fast på det du ser, så er der nu alligevel andre måder at se/opleve livet på. Det er særlig vigtigt at huske på når livet gør ondt.

Livsselvet og Det transformerede livsselv – *livsviljen og livsevnen*
Et spørgsmål er da: hvem er det egentlig som ser gennem denne kikkert? Der er noget som ser livet og som oplever det. Det er noget som ønsker at opleve. Dette noget kunne vi kalde din 'essens'. Det er din indre Livsvilje, viljen til oplevelse, til interaktion med livet. Oven i dette er der noget som evner at opleve livet.

Der er altså *vilje* og *evne*, to ting som er nødvendige for oplevelse. Jeg skelner altså mellem disse to ting – og jeg gør det i en grad at disse to ting får deres egne navne og plads i dit væsen. Jeg kalder livsviljen for 'livsselvet' og evnen til oplevelse for 'det transformerede livsselv'.

Livsselvet i dig
livsselvet er som en gnist af Kilden som er placeret i alle væsener for at anspore til oplevelse, eller for at skaffe Kilden oplevelse – og det er en oplevelse som i højere og højere grad vil omhandle en bevidsthed som er bevidst om sig selv i form af et oplevende væsen. Man kan sige at Kilden bliver mere og mere bevidst om sig selv i løbet af vores udvikling.

Viljen (og higen) efter oplevelse kommer altså fra det sted i dig som jeg kalder 'livsselvet'. *Evnen* derimod kommer fra det sted i dig hvor livsselvet 'transformeres' til noget der har *evnen* til at opleve – via det jeg har beskrevet som livsoplevelsen. Jeg kalder altså dette 'det transformerende livsselv' (Fig.2).

Man kan altså se livsselvet som viljen til at se, og det transformerende livsselv som selve øjet, der evner at se og opleve det som det ser.

Figur 2. Fra Kilden til en oplevelse af livet af en Identitet.

livsselvet udgår direkte fra kilden bag hele vores eksistens. livsselvet udgør en slags *ur-higen efter oplevelse*, men også en higen, som kræver en evne til at opleve for at kunne blive 'realiseret'. livsselvet

er som en *higen* efter at se, men ikke en *evne* til at se. Det transformerede livsselv er det som giver dig evnen til at opleve/se.

> ***Identiteten ændres***
> *Identiteten defineres af dine omgivelser og gennem din interaktion med verden. Når disse omgivelser ændres da ændres også din identitet. Det sker f.eks. fra liv til liv, men kan også ske delvist indenfor samme liv.*

Forneden skal du se at det transformerede livsselv fører til både en *personlighedsstruktur* og ydermere en *identitet* – og at der ud af dette manifesterer sig en *evne til at opleve*! Jeg vil altså blandt andet beskrive tre ting forneden: din personlighedsstruktur, din Identitet og din oplevelsesevne.

Din identitet opstår.
livsselvet er altså transformeret/omformet til noget der evner at opleve gennem livsoplevelser. Du får altså evnen til at opleve livet, men hvad der også er vigtigt er at det giver det dig også evnen til at opleve *dig selv som en identitet*, der er klar over at du oplever! Identiteten (oplevelsen af at du er et unikt selvbevidst oplevende væsen) er altså opstået ved at livsselvet er transformeret til en bevidsthed/identitet med evne til at opleve via Ego/Hjerte livsoplevelserne (tidligere i din evolution manifesterede livsselvet sig på andre måder).

> ***At opleve via en livsoplevelse***
> *At opleve 'via' en livsoplevelse betyder at man er i stand til at sanse verden i henhold til de aktive livstemaer, og med den personlighedsstruktur som passer til disse livstemaer. Din personlighedsstruktur er altafgørende for at du kommer til at tro på de aktive livstemaer, hvilket er nødvendigt for din udvikling. Lige nu er det f.eks. nødvendigt med en underbevidsthed med komplekser som du projicerer ud i verden, og på denne måde kommer i kontakt med den, og i kontakt med idg selv via verden. Uden denne underbevidsthed ville du simpelthen ikke tro på de livstemaer som er knyttet til Ego-perioden, og uden en Ego identitet i denne personlighedsstruktur ville du naturligvis heller ikke tro på den.*

Hvem er det da som evner oplevelsen, personlighedsstrukturen eller identiteten? Lad mig tage Ego-livsoplevelsen som eksempel. Ego-personlighedsstrukturen (overbevidsthed, bevidsthed, underbevidsthed, fortrængningsmekanismer, osv.) er tilpasset Ego livsoplevelsen med alle dens regler, livstemaer, osv. Den overordnede oplevelse er en oplevelse at af du er forskellig fra dine medmennesker og verden omkring dig. Ego identiteten gør at du oplever dig som et unikt væsen - der oplever.

Din opfattelse af hvem du er, er overvejende baseret på omgivelsernes syn og accept af dig, men du er dog forskellig fra omgivelserne.

> ***Din sande essens***
> *Din sande essens er når du kommer i kontakt med den du er når du oplever verden med den højeste livsoplevelse som du evner. Når det er sagt er alt andet i dig dog lige så sandt!*

På denne måde *er* du ikke oplevelsen. Du *er* et væsen – som oplever. Læg mærke til forskellen. Sådan lægger Ego-livsoplevelsen grunden for et dualistisk verdenssyn – som er så vigtigt i denne udviklingsperiode. Svaret på spørgsmålet er derfor at Ego-livsoplevelsen, dvs. sansningen af verden, er tilvejebragt *af hele din personlighedsstruktur,* men at Ego-livsoplevelse har et indbygget 'program' der *skaber en identitet*, et selvbevidst centrum, som *bevidst relaterer sig til oplevelsen* – og som oplever at det er denne identitet der har oplevelsen. Så på denne måde kan vi godt sige at Identiteten oplever, men oplevelsen sanses altså i hele din struktur og ikke bare i identiteten, eller hvad vi kunne kalde det selvbevidste centrum i din personlighedsstruktur.

Det er jo ret komplekst dette her, så lad mig gentage hvordan det hænger sammen: Identiteten (og hele din personlighedsstruktur) formår at opleve, at sanse verden via en livsoplevelse, men har ikke en higen efter det. Livsselvet har en higen efter at opleve, men ikke evnen til at gøre det via Ego og Hjerte livsoplevelserne (og de livslove/livstemaer som de er underlagt). Det besidder ikke en underbevidsthed, en Ego identitet, osv. Tilsammen giver din personlighedsstruktur og den indre higen efter oplevelser, et væsen som har både lysten og evnen til at opleve.

Det er altså kombinationen af livsselvet og Det transformerede livsselv der fører til et oplevende væsen med en identitet. Ingen af 'tingene' kunne hver for sig have gjort dette. Det er denne unikke kombination der skaber en oplevelse af hvem du er som person – hvor 'personen' altså er den identitet, der er i centrum af din livsoplevelse. I Ego livsoplevelsen er det Ego-identiteten, og i Hjerte livsoplevelsen er det Hjerte-identiteten (en identitet der er skabt på grundlag af helt andre 'spilleregler'). Sidstnævnte er for øvrigt lige nu ved at indfinde sig inden i dig, i din bevidsthed, og er allerede helt dominerende i din overbevidsthed, og når mennesker taler om at du skal *finde ind til din sande essens*, da er det i virkeligheden din Hjerte-identitet de taler om. Din Ego-identitet er dog ligeså sand – men jeg ved godt hvad der menes med det!

Kombinationen af livsselvet og det transformerede livsselv formår altså at manifestere sig i den personlighedsstruktur og den identitet der passer perfekt til livsoplevelsen. Begge er hensigtsmæssige for din udvikling – og begge er afpasset din livsoplevelse og ændrer sig derfor når denne ændres (hvilket som sagt er ved at ske nu med Hjertets indtog på bevidsthedsscenen).

Hvem kigger gennem kikkerten?
Hele det transformerede livsselv oplever, men din bevidsthed/identitet har stor indflydelse på hvad der opleves og hvordan det opleves. Du søger nemlig oplevelser for at styrke din Identitet og for at udvikle den (at udvikle det du mener er dig, og at opnå selvværd), og du oplever via din identitet – dvs. den tolker oplevelsen. Dette foregår mens du er domineret af Ego-livsoplevelsen og mens du er domineret af højere livsoplevelser. Der er altså en dualisme i spil her, to poler hvor det oplevede er den ene pol og din oplevende identitet den anden. Denne identitet er også i stand til at vurdere og værdisætte oplevelsen og f.eks. beslutte om du ønsker denne type af oplevelser igen.

Figur 3. Fra livsselvet til Livet.

Definitionen på livsoplevelsen
Lad mig forklare lidt mere om hvad jeg mener med livsoplevelsen. En livsoplevelse er noget der sker inden i dig, men det inkluderer naturligvis den verden du oplever. Når jeg snakker om livsoplevelsen, så er det dog den indre oplevelse som jeg tænker på i langt de fleste tilfælde. Det er *din* indre oplevelse af livet. Det som bestemmer den er overordnet set din personlighedsstruktur og de livstemaer som dominerer den. Lige nu er det jo en overbevidsthed, underbevidsthed, bevidsthed, Ego-identitet, Ego-persona-religion-helte-anima-animus-livstemaer. Denne struktur sætter de overordnede grænser for din livsoplevelse idet denne er begrænset til det jeg kalder Ego-livsoplevelsen. Inden for denne grænse er din oplevelse selvfølgelig afhængig af dine personlige erfaringer og valg i livet. Når denne personligheds-struktur ændres, da ændres de overordnede grænser for din oplevelse af livet, og det er så småt ved at ske nu. Det vil føre til en fundamental anderledes oplevelse af livet, til forskel fra en udbygning/udvikling af samme type oplevelse.

En livsoplevelse kræver en som oplever og noget som opleves. Tidligere i vores udvikling, da vi ikke var (selv)bevidste som vi er det nu, var mødet med verden da helt sikkert også en oplevelse, blot af en anden art end den jeg snakker om nu. Lige nu tager jeg udgangspunkt i hvor du er lige nu i din udvikling. Her er det afgørende for din oplevelse at du oplever dig selv som en oplevende person, der har en oplevelse som du kan vurdere og forholde dig til. Det er altså vigtigt at 'Det transformerede livsselv' ikke bare er en personlighedsstruktur med evne til at sanse og se verden, men tillige at det også fører til skabelsen af en vurderende identitet i centrum af denne struktur.
Livsoplevelsen opstår *i mødet mellem din personlighedsstruktur/din identitet og verden omkring dig* (eller i dig). I dette møde, hvor der foregår *en bevidst sansning,* opstår en oplevelse der straks holdes op mod alt det som Identiteten tror på, hvorefter det får en værdi og bliver til 'den værdibaserede livsoplevelse'.

Din livsoplevelse defineres af et værdigrundlag, en tro, som i høj grad er defineret af livstemaerne. Livstemaerne er jo som det overordnede regelsæt der gælder for et samfund og som danner de love ud af hvilke samfundet skabes og udvikles. Så længe du tror på de love kan du leve i samfundet. Så længe du tror på de livstemaer der ligger til grund for Ego-livsoplevelsen, da kan du opleve via denne livsoplevelse – og tro på den.

Man skal se 'det transformerende livsselv' som noget i vores (og alle andre menneskers) væsen, der (hvor vi er nu i vores udvikling) 'forvandler' livsselvets kraft og essens til en *selvreflekterende oplevende enhed* (identitet), som formår at sætte en kikkert for øjet og tro på det den ser – og endvidere *definere sig selv* i forhold til det den ser.

Transformationen 'forvandler' livsselvets kraft og essens
til en selvreflekterende oplevende enhed
der endvidere skaber din identitet

livsselvet er 'udenfor' hele din personlighedsstruktur. Det er som livskraften bag hele din 'oplevelses-struktur'. Det er det som forbinder dig til Kilden. Din personlighedsstruktur udgør hele det regelsæt, som danner grundlaget for at det transformerede livsselv kan få den oplevelse som den har brug for. Personlighedsstrukturen er en indviklet struktur som altså sørger for fremdrift og udviklingsmuligheder for det væsen som du er i dag. Personlighedsstrukturen er

som vi har set det også selv i forandring. Lige nu er det en struktur som består af en underbevidsthed, en bevidsthed og en overbevidsthed – og som passer perfekt til væsener der befinder sig i Ego udviklingsperioden, væsner som er ved at udvikle deres Ego-bevidsthed og som øver sig at opleve livet via Ego-livsoplevelsen.

Hvad er bevidsthedsudvikling
Transformationen af livsselvet gør dig lige nu i stand til at opleve livet gennem Ego-livsoplevelsen eller Hjerte-livsoplevelsen. Disse to livsoplevelser er som sagt dybest set *et stort regelsæt for en oplevelse*. En af reglerne er at der skabes en identitet.

Din identitet ændrer/udvikler sig med tiden, f.eks. når der kommer mere Hjerte energi ind i din livsoplevelse (hvilket der med sikkerhed vil gøre, da det er den energi som p.t. dominerer din overbevidsthed).

Når vi snakker om Identiteten, f.eks. Ego-identiteten som jo fylder mest i os, da forbinder vi udvikling med det vi kalder 'bevidsthedsudvikling'. For Ego-identiteten er dette jo tildeles at blive bevidst om *'sig selv'* og at forstå, samt styrke og udvikle, Ego-identiteten i forhold til de omgivelser og det samfund som definere den – samt de regler/livstemaer, som ligger bag Egoets Livssyn. Dette sker igennem interaktionen med livet på 'Ego-måden' – dvs. ved at følge de regler som kendetegner Ego-identiteten. Ego-identiteten er altså en oplevelse af hvem du er som væsen, når denne oplevelse er baseret på de regler som er defineret af det jeg kalder Ego-livsoplevelsen (regler som er udtrykt gennem de livstemaer, der er knyttet til Ego-udviklingsperioden, og som f.eks. betyder at dit selvværd er afhængigt af omgivelsernes syn på dig). Det følger heraf at når disse regler ændres, eller erstattes med andre, da ændres hele din oplevelse af dig selv, og hvem du er. Dette kaldes udvikling og det sker kontinuertligt. Lige nu er 'Ego-reglerne' ved at blive udskiftet med 'Hjerte-reglerne', hvilket naturligvis kan være angstprovokerende eftersom du skal sige farvel til en identitet som du føler dig tryg ved og som du har haft i lang tid.

bevidsthedsudvikling betyder en ting for Ego-identiteten, men noget ganske andet for Hjerte-identiteten. For Hjerte identiteten er det f.eks. vigtigt at forstå dig selv *igennem dit bidrag til fællesskabet,* samt i forhold til de regler/livstemaer der ligger bag Hjertets Livssyn.
bevidsthedsudvikling beskriver altså vores evne til at styrke en identitet, og bevidsthedsudvikling er at gå fra en livsoplevelse til en anden 'højere' livsoplevelse, der tillader et 'højere' og mere nuanceret Livssyn – på verden og dig selv.

Observatøren
Når jeg snakker om 'Observatøren', da kunne jeg i teorien snakke om meget – for der er meget at observere og mange måder at observere på. Her snakker jeg dog om at observere en livsoplevelse inden i dig. Denne livsoplevelse kunne f.eks. være en følelse, eller en følelsesmæssig reaktion fra din nutid eller fortid. Et eksempel kunne være at du er i en situation hvor du påvirkes på en måde hvor et gammelt traume aktiveres og truer med at overtage dig helt eller delvist. Du er ved at gå i følelsesmæssig affekt, men i stedet for at blive overtaget følelsesmæssigt, da formår du at 'blive hos dig selv' og holde de aktiverede følelser 'på afstand'.

Det som sker er at i stedet for at blive overtaget af følelserne, da observerer du dem. Det som observerer er ikke dit livsselv. Det er heller ikke det transformerede livsselv idet dette udgør totaliteten, og altså 'favner' både det som observerer og det som observeres.

Det som observerer er, som sagt, derimod *din primære identitet,* som via en livsoplevelse formår at observere en anden (lavere eller sekundær) livsoplevelse (identitet). Det kunne være en Høj Ego livsoplevelse/identitet, som observerer en lav Ego livsoplevelse (f.eks. et komples/traume) og hvis dette er tilfældet, da foregår det hele jo inden for Ego-livsoplevelsens domæne og populært sagt kunne man da sige, at det i virkeligheden er Egoet som observere sig selv. At observere er derfor ikke nødvendigvis noget der foregår ud fra en del af dig selv som er højt løftet over dit Ego. Faktisk vil jeg hævde at når vi formår at observere en følelsesmæssig reaktion i vores liv, da er det mest på denne måde det foregå, selvom vi måske tror at observatøren er noget langt højere. Det er det dog oftest ikke! Dermed ikke sagt at det kan være det. Det kunne nemlig også være en Hjerte livsoplevelse/identitet som observerer en Ego identitet, og når dette er tilfældet, da ser du *hele vejen rundt om* det som du observerer. *Sådan er det den observerende identitet der bestemmer 'observations-graden'*.

Det er altså din primære identitet som observerer – via den livsoplevelsen som dominerer den.

Observatøren er din primære identitet
som observerer en sekundær identitet,
som kan være bevidst eller fortrængt

Det transformerede livsselv inkluderer både overbevidstheden, bevidstheden og underbevidstheden og ud af dette opstår en oplevelse af *dig selv* i forhold til det oplevede – og derved det vi kalder din identitet. I den analytiske psykologi snakker man om Selvet og om Egoet/Jeg'et. Med tanke på dette er 'Det transformerede livsselv' nærmest som det man kalder selvet, altså det som omslutter alle delene i din person og binder dem sammen, og som sørger for balancen. Identiteten er indeholdt i dette ligesom jeget/Egoet er indeholdt i selvet. Igennem din personlige historie og din interaktion med verden, samt de livsoplevelser som har medieret denne oplevelse af verden (og dig selv i den), har du formet et billede og en oplevelse af hvem du er som person. Dette er din identitet og et af dine vigtigste holdepunkter i livet.

***Identiteten**.*
Med identiteten mener jeg selve identitets-strukturen med evne til at blive organiseret efter livsoplevelsens regler – belivet af livstemaets oplevelses higen og vilje til oplevelse – der tilsammen bliver til en identitet med vilje og evne til at opleve i overensstemmelse med livsoplevelsens regler.

Transformationen af livsselvet har givet dig denne evne til at skabe en identitet, men din identitet er i høj grad et produkt af hvilket livsoplevelse der er dominerende i den. Dette er som sagt noget som er op til dig og de valg du (din Identitet) tager. Dette fortæller noget ganske specielt om din identitet og dig, nemlig at du besidder en vilje til at vælge den livsoplevelse som skal definere dit udsyn.

Viljen i Identiteten kommer særligt via livsoplevelsen der dominerer den. Er den/du domineret af Ego-livsoplevelsen er viljen af en slags, og er du domineret af Hjerte livsoplevelsen er den af en anden slags. På denne måde kan vi altså sige at 'der er vilje i identiteten'. Hjertets vilje handler f.eks. om at realisere dig selv via dit bevidste bidrag til fællesskaber, mens Ego viljen handler om at realisere dig selv via adskillelsen fra fællesskabet, kombineret med dennes anerkendelse af din person. Selvværd, som jo er noget der knytter sig til den aktuelle identitet, betyder altså noget helt forskelligt for disse to livsoplevelser.

En livsoplevelse består jo af flere bevidsthedslag. Der er både bevidste og overbevidste lag, og det er igennem disse lag at livsselvets vilje kommer til udtryk. *En* type livsoplevelse giver dig *en* type oplevelse af verden, og også af dig selv, og den giver dig endvidere *en* type vilje til at realisere dig selv - på en måde der passer specifikt til den livsoplevelse som er dominerende.

Er du f.eks. domineret af dit Ego, da oplever du dig selv delvist på Ego-livsoplevelsens principper og du er derfor *defineret af dine omgivelser og af samfundet* – da det jo i høj grad er det som definerer Egoet. Dit selvværd er i omgivelsernes hænder, og dit liv er fokuseret på at styrke dit Ego. I dette tilfælde ville det jo slet ikke gå hvis din vilje gik ud på at blive en bevidst del af fællesskabet/menneskeheden, når du jo dårlig nok er bevidst om dig selv. Er du domineret af dit Ego da har du derfor en *vilje til at forblive bevidst adskilt fra fællesskabet* for at finde dig selv *ud fra dette dualistiske livssyn*. Senere i din udvikling når du er domineret af Hjertet, da vil viljen til 'enhed med fællesskabet' være den vilje der passer perfekt til din Hjerte-livsoplevelse.

Din identitet, der altså fortæller dig hvem du er som væsen, er dog omringet af ting som du knap (eller slet ikke) kan opfange med din bevidsthed, ting som befinder sig i din underbevidsthed, og i din overbevidsthed. Det giver dig uden tvivl en fornemmelse af at der er mere til dig end den identitet som du oplever er dig, og du har jo helt ret. Du er så langt mere. Din identitet er en lille en del af hvem du egentlig er, og sådan som din person er sammensat, da ønsker du altid at lære dette mere at kende – uanset om det er din underbevidsthed eller overbevidsthed. Således søger Identiteten altid ud over sig selv. Det er som et indre program der ligger i alle livsoplevelser, et program der bygger på en kraft der oprindeligt kommer fra livsselvets higen efter oplevelse.

'Observatøren', er altså at være i en højere livsoplevelse hvorfra man observerer lavere identiteter i sig, identiteter som oplever livet gennem lavere livsoplevelser – som man altså formår at fraholde fra sin primære identitet.

Livsselvet og Udvikling

'Det transformerede livsselv' udvikler sig i løbet af dit liv, men det er en udvikling som er svær at sammenligne med den som identiteten undergår. Det transformerede livsselv er jo en 'struktur' som evner at opleve og som evner selvrefleksion, og som udgør fundamentet for identitets-oplevelsen. Denne identitet er jo lige nu opgjort af bevidstheden, underbevidstheden og

overbevidstheden, af bevidstgjorte livsaspekter i din bevidsthed samt psykiske størrelser i din underbevidsthed, og latente livsoplevelser i din overbevidsthed. Det er klart at underbevidstheden og bevidstheden ændrer sig i løbet af dit liv (f.eks. alene ved det indhold som er i dem), og det gør din identitet også – dvs. hvordan du oplever dig selv. Når vi snakker om udvikling, da gælder det at din bevidsthed 'udvikler sig' til at kunne evne højere livsoplevelser, f.eks. Hjerte livsoplevelsen – eller at det transformerede livsselv manifesterer sig i en struktur der evner at interagere med livet på den måde der kendetegnes af det jeg kalder Hjerte livsoplevelsen. Derved kan man sige at udtrykket for det transformerede livsselv ændrer sig når du udvikler dig.

Hele din person, bevidsthed, underbevidsthed og overbevidsthed, er en del af din samlede oplevelse af livet. De indgår alle i den oplevelse der opstår i Det transformerede livsselv ud af dets møde med verden. De er en del af den struktur som jeg kalder din personlighedsstruktur. Man kan sige at de forskellige dele af din personlighedsstruktur er forskellige udtryksformer af det transformerede livsselv, og at de alle evner at sanse dele af livet.

Livsselvet 'kræver' vedvarende oplevelse og hele din personlighedsstruktur er til for at skaffe det denne vedvarende oplevelse. Det er altså ikke bare bevidstheden eller din identitet der leverer oplevelser.
Vedvarende oplevelse fordrer konstant udvikling. En af de ting som sørger for dette er din overbevidsthed. Det er nemlig din overbevidsthed som huser din dybeste higen efter at opleve stadig højere dele af tilværelsen og livet. Det er fra overbevidstheden du får din dybeste livsvilje.
Når du er i kontakt med overbevidstheden, da er du i kontakt med livsselvet i overbevidstheden. livsselvet manifesterer sig i alle dele af din personlighedsstruktur, og i det vi kalder overbevidstheden manifesteres dets Livsvilje i renere form end i andre dele af dig.
Når du evner en højere livsoplevelse, da er du samtidig tættere knyttet til din overbevidsthed og derved også til den del af livsselvet som giver det liv. Du er derfor også i tættere kontakt med Livsviljen, som jo er et andet ord for *den dybeste kærlighed til livet som findes*, og den dybeste kærlighed til dig selv. Det er en kærlighed som naturligvis fuldstændig overgår den kærlighed som eksisterer i Egoet, og som udvisker enhver mangel på selvværd. Det er en kærlighed som gør dig fri og lykkelig i en grad som er umulig at forestille sig. Det er denne kærlighed som du kommer nærmere når du begynder at evne Hjerte-livsoplevelsen. Denne kærlighed opstår altså når din aktuelle bevidsthed/identitet kommer i direkte

kontakt med et højere princip af dig selv, med en højere del af dit livsselv. At opnå denne kontakt er det umiddelbare formål med dit liv!

Afslutning

Bag Egoet ligger andre strukturer. For det første kan man se det vi kalder Egoet som navnet på en identitet der ligger i centrum af den livsoplevelse jeg kalder Ego-livsoplevelsen. Denne Identitet opstår i en struktur, en personlighedsstruktur der består af 1) en overbevidsthed (som er som et billede af fremtiden for vores bevidsthed, samt det som indgyder både higen til fremdrift samt viljen til det), 2) en bevidsthed der rummer Identiteten og vores evne til bevidst sansning og selvreflektion, og 3) vores underbevidsthed, der blandt andet rummer de livstema konflikter, som vi har skabt i løbet af vores liv (konflikter der er i fuld gang med at blive projiceret ud i verden).

Hele denne struktur giver os evnen til at interagere med verden og sanse den, men som du har set i denne artikel, da mangler der en afgørende ting: en higen efter de oplevelser som denne struktur kan manifestere. Denne higen udgøres af det jeg kalder livsselvet.

Livsselvet er som en gnist af Kilden som er placeret i alle væsener for at anspore til oplevelse. Den er det der på magisk vis puster liv i hele denne fantastiske personlighedsstruktur kaldet ”Det transformerede livsselv”.
livsselvet er din ’urhigen’ efter oplevelse. Det er det som dybest set gør at vi tager skridt efter skridt og aldrig stagnerer. Det er en urhigen som ikke selv formår at interagere med og sanse verden, men ved at transformere sig til ”Det transformerede livsselv”, da skabes en utrolig ’oplevelses-maskine’ som har evnen til oplevelse. Denne ’maskine’ skræddersys efter udviklingsperioden og individets udviklingsniveau. I særdeleshed er det skræddersyet til at give en livsoplevelse der er fuldt baseret på de regler som er sat af de aktive livstemaer – hvoraf det vigtigste er det som omhandler selve Egoet og det dualistiske livssyn.

Figur 4. Livsselvet, Egoet og Livsoplevensen

En oplevelse kræver en evne til at opleve og en higen efter at opleve. Din higen efter oplevelse kommer fra dit 'livsselv' og din evne til at opleve fra 'Det transformerede livsselv'. Lige nu i vores udvikling manifesteres vores transformerede livsselv igennem den identitet vi kalder 'Egoet' og i stigende grad 'Hjertet'.

Nye livskræfter er dog fuldt aktive nu grundet de høje Hjerte energier i overbevidstheden – og det er de livskræfter der står for 'enhed' og 'fællesskab'. Dette byder dig til stadighed at udvikle din Identitet og din selvbevidsthed – men denne gang ikke gennem et dualistisk livssyn, men derimod gennem et Livssyn hvor du oplever dig selv som et med verden og menneskeheden – og derfor et livssyn, der gør at dit eget liv giver størst mening, hvis du aktivt tager del i og bidrager til dette fællesskab. Det er svært for Egoet at forstå at man kan udvikle sin identitet *ved at bidrage til fællesskabet*, men ikke desto mindre er det sådan, og det fortæller lidt om hvor forskellige Ego og Hjerte livsoplevelserne er, og også om de to meget forskellige identiteter i Ego og Hjerte livsoplevelserne. Disse to Identiteter er i den grad gjort op af helt forskellige 'ingredienser' og de bygger på helt forskellige værdigrundlag (blandt andet grundet de forskellige aktive livstemaer i disse livsoplevelser) og endda på forskellige personlighedsstrukturer!

Det som er særlig interessant i disse dage er at du mere og mere er som et væsen gjort op af to hoved-identiteter – Ego og Hjerte identiteten. Dette er i den grad en udfordring når begge synes at ville reagere på det som du møder i dit liv.

Din opgave er at give dem begge plads, og erkende at de begge er en del af dig – og at de begge repræsenterer et vigtigt udviklingspotentiale for dig.