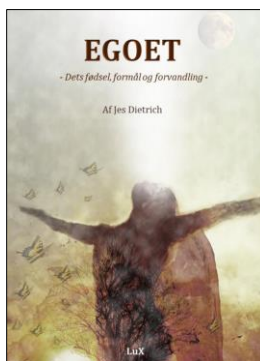


ARTIKLER

- 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.Livssselvet.dk

LIVSOPLEVELSEN

© Jes Dietrich

Introduktion

Livsoplevelsen er helt central for vores udvikling. Hele vores liv går ud på at udvikle vores evne til at opleve det – dvs. udvikle din livsoplevelse.

Lige nu er din livsoplevelse domineret af det jeg kalder 'Ego-livsoplevelsen', altså en livsoplevelse der tager udgangspunkt i dit Ego. En anden livsoplevelse er dog allerede på vej ind i vores liv. Jeg kalder denne livsoplevelse for 'Hjerte-livsoplevelsen' – og hvor Ego-livsoplevelsen står for dualisme og adskillelse, da står Hjerte livsoplevelsen for enhed og integration. Det er rigtig spændende at vi indeholder to så forskellige måder at opleve og se livet på.

livsoplevelsen

livsoplevelsen beskriver vores måde at opleve livet på. Der er 7 forskellige livsoplevelser som består af 3-7 bevidsthedslag. Dybest set er de alle Kildens manifestation i et sprog der passer til vores udviklings niveau, det sprog der altså knytter sig til den udviklingsperiode som vi befinder os i.

Livsoplevelser eksisterer i både en Bevidst og en Overbevidst form. En afgørende forskel mellem de to livsoplevelser er at de livsoplevelser som overbevidstheden evner, som nævnt foroven, altid er en halv udviklingsperiode længere fremme end dem som vi evner med vores bevidsthed – og det er altså, som vi så i figur 3, fordi den overbevidste evolution er en halv udviklingsperiode længere fremme. Dette har vidtrækkende konsekvenser for vores oplevelse af livet.

Således kan man sige at vi faktisk alle sammen allerede nu evner, i en 'højere' del af os (i overbevidstheden), det som vi med bevidstheden udvikler os imod og higer efter, nemlig en 'højere' livsoplevelse. Dog skal du være klar over at overbevidstheden ikke er det samme som 'vores bevidsthed i en højere udgave'. overbevidsthedens livsoplevelse skal derfor mere betragtes som en latent livsoplevelse på et højere niveau, en slags kanal for den 'Kilde' som ønsker vores bevidsthedsudvikling. Jeg fortæller meget mere om overbevidstheden flere steder i bogen.

En livsoplevelse består af 'bevidsthedslag'.

At udvikle sig er at kunne rumme, eller evne, en ny livsoplevelse, eller et højere aspekt af den nuværende livsoplevelse. Livsoplevelsen, din evne til at opleve livet,

er altså noget helt centralt i din udvikling, og igennem alle udviklingsperioderne er det denne evne som udvikles til at kunne rumme stadig højere former af Livet.

Livsoplevelsen kan bestå af 3-7 bevidsthedslag, og den livsoplevelse som dominerer dig lige nu (Ego-livsoplevelsen) består af 7 lag. Af disse lag kender du allerede et par stykker rigtig godt, nemlig det lag som huser din aktuelle bevidsthed, og det lag som psykologien karakteriserer som det underbevidste lag. Der er dog 5 lag mere, som er en del i alt hvad du lige nu oplever, enhver glæde, enhver smerte, enhver angst, enhver lykkefølelse, og i det hele taget enhver følelse! Dem skal du høre om i bogen.

Både den bevidste og overbevidste udviklingsproces kan inddeles i udviklingsperioder, som karakteriseres ved at de repræsenterer en 'dybere og dybere' indsigt i livet og i os selv, en kontakt med nye Livsaspekter – eller dimensioner af Livet. Jeg skal ikke komme ind på de enkelte perioder i denne bog, men nævner det for at pointere at udviklingen af Egoet, eller Ego-livsoplevelsen, sker mens en endnu højere livsoplevelse eksisterer i din overbevidsthed. Dette har stor betydning. Som sagt er det nemlig lige præcis det der gør at du altid higer efter mere, for din bevidsthed ved nemlig at der vitterlig er mere at hige efter, for du indeholder det jo allerede! Du ved at der vitterlig er mere til livet.

Det er jo altid rart at man ved at det man higer efter faktisk eksisterer – og når det handler om udviklingen af bevidstheden, så er dette altså helt bogstaveligt altid sandt grundet denne 'forskudte' struktur mellem bevidstheden og overbevidstheden. At mennesket udvikler sig igennem specifikke perioder er altså kun relevant for denne bog fordi det viser denne forskudte personlighedsstruktur, og i denne bog vil jeg herefter fokusere på Egoet (og Ego perioden).

I Ego perioden udvikler du en større kontakt med den 'psykiske dimension' af livet og mennesket. I slutningen af perioden er du i stand til med din nu udviklede Ego bevidsthed at udleve højere dele af dit væsen og via dette at indgå i en langt mere kompleks interaktion med livet og dine medmennesker (og den psykiske dimension), hvor du blandt andet vil bruge denne interaktion til at skaffe dig psykiske behags-oplevelser. Alt dette gør dig efterhånden klar til det bevidsthedsmæssige 'Kvantespring' i slutningen af Ego-udviklingsperioden, et kvantespring der fører til den næste type livsoplevelse (Hjerte livsoplevelsen), som nærmest vil opleves som om at du ser en 'Ny verden'. Da denne nye Livsoplevelse faktisk allerede er ved at vinde indpas i dit liv vil den også blive beskrevet i løbet af

bogen. Grundet den 'forskudte personligheds struktur' ligger denne højere livsoplevelse stadig overvejende i din overbevidsthed, og som en sirene kalder den konstant på dig og stimulerer din higen efter den.

Den dualistiske livsoplevelse (Ego livsoplevelsen – og følelsen)

Lad os nu se mere på Egoets livsoplevelse (Fig. 30). En Ego-livsoplevelse består af 7 bevidsthedslag. Karakteristisk for Egoets livsoplevelse er bevidsthedslaget for det personlige underbevidste, altså der hvor dine komplekser, traumer, osv. eksisterer.

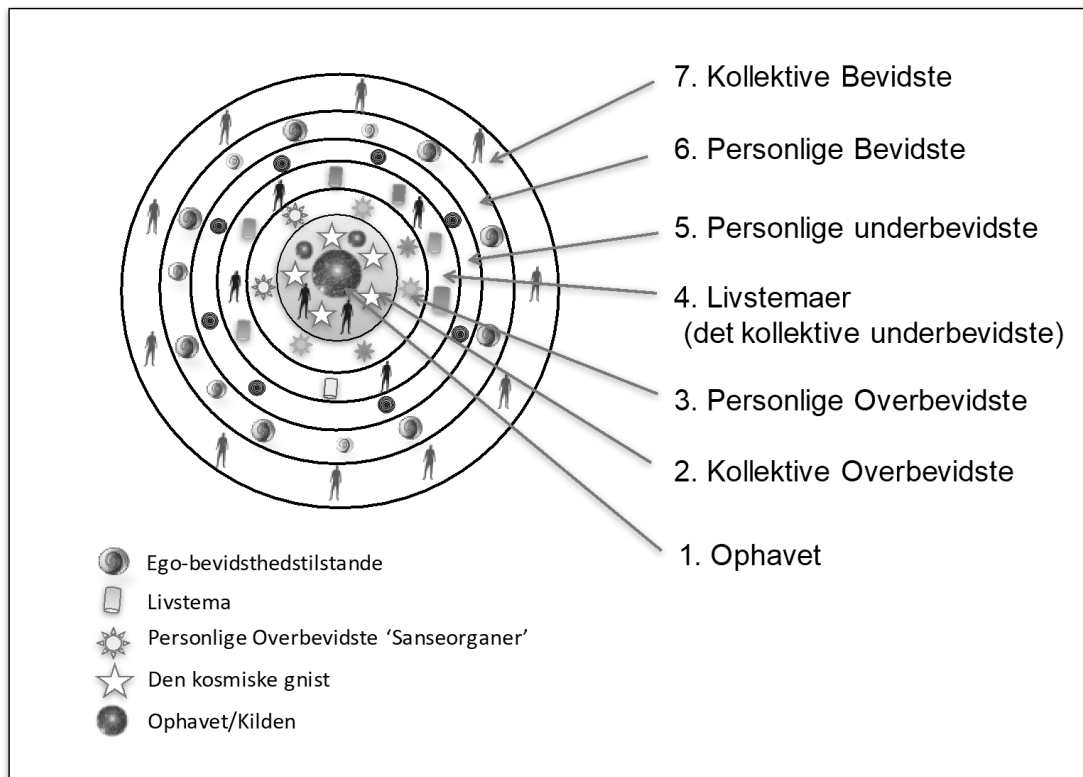
De fleste mennesker ved godt, at når vi oplever en følelse, da er der mere til den end det som vi umiddelbart oplever. Vi kan føle os kede af det, men ved at grave lidt i denne følelse, da kommer vi i kontakt med vores underbevidste, vores fortrængninger, vores traumer, osv. Der var altså et ekstra 'lag' til følelsen, et lag som er vores personlige underbevidste. Dette ekstra lag er jo for længst accepteret. Det er accepteret så meget, at vi alle er overbeviste om at for at forstå vores følelser, da skal vi dybere end den umiddelbare oplevelse af selve følelsen. Vi skal trænge ind i hvad der egentlig ligger bag den, hvad der har affødt den, og hvad den egentlig handler om. Den umiddelbare oplevelse af følelsen er altså langt fra nok til at kunne forstå den.

Ved at forstå det dybereliggende lag, da forøges vores forståelse af følelsen. Det jeg siger er nu at det stopper slet ikke der. Der er endnu dybere lag som vil forøge vores indsigt endnu mere med hensyn til hvordan vi reagerer på livet.

Følelser er 'Egoets sprog'. Følelsen skal hjælpe individet skal lære at forstå verden og sig selv via Egoets livsoplevelse. Ego-bevidstheden skal fuldendes, hvilket sker når tilpas meget af lag 5 er forløst og inkluderet i bevidstheden. Det vil betyde at energien fra de dybereliggende lag nærmest passerer lige igennem lag 5, uden at tage en yderligere iklædning på der.

Følelser er en af måderne hvorpå livet kan opleves. Når vi er helt omgivet af dem, og helt identificeret med Egoet, da har vi det med at tro at de udgør den absolut eneste måde af opleve livet på. Vores oplevelse af livet fortæller os at det er sådan. Måske der endda er en del af os som fortæller os, at selvom vi engang har været af den overbevisning at der er mere til livet, så var denne oplevelse bare en indbildning, en illusion, og at det vi oplever lige nu – med Egoet - er livet som det virkeligt er – og at der simpelthen ikke er mere til livet, end det som Egoet oplever, med dets følelser, dets tanker og dets underbevidsthed.

Dette er et særdeles begrænset udsyn til, og oplevelse af, livet – men et som Ego-identiteten tror fuldt og fast på.



Figur 1. De forskellige lag i en følelse

I starten af Ego perioden opstår det vi i dag kalder en følelse. Følelser er Egoets sprog og selvom du ikke i starten af Ego perioden evner denne måde at opleve livet på da ændres din personlighedsstruktur efterhånden til at kunne kapere følelser. Dette indebærer at din underbevidsthed skabes og din bevidsthed udvikles til at kunne rumme den livsoplevelse som vi i dag kalder for en følelse.

Det er dog ikke den eneste måde at opleve livet på. Der er i den grad mere til livet! Din største udfordring, lige nu, er at opdage de andre måder at opleve livet på! Du opdager det ved at udvikle din evne til at kunne rumme Hjertets livsoplevelse. Den vil åbne dine øjne for, at Egoets oplevelse af livet ikke er den eneste. Den vil også hjælpe dig til at opleve de dybere lag i en følelse (i den lange periode hvor din Liveoplevelse er en blanding af Egoets og Hjertets), og så vil den gøre at dit liv får en mening, som du ikke troede var mulig!

En følelse består af de 5 indre lag, som ikke er bevidste, og de 2 ydre lag som har med bevidsthed at gøre. Alle bidrager til din samlede oplevelse af følelsen – og alle lag er en del af enhver af de følelser du nogensinde vil opleve! Alle disse lag er en del af min personlighedsmodel som den er vist i figur 2.

Kildens rejse til din bevidsthed

Der er et ophav til din eksistens. Vi kan kalde det 'Kilden'. Denne Kilde er en del af alt hvad du oplever i livet, inklusiv alle dine følelser. Man kan se en følelse som noget der opstår efter at Kilden har været på en lang rejse gennem flere bevidsthedslag, med det mål at nå 'dig'. Kilden har et sprog som du ikke forstår med din bevidsthed, og den må derfor oversættes til noget som du forstår. Det er det som denne rejse gennem bevidsthedslag handler om. Lad mig fortælle om denne rejse.

Lag nummer 1 - Kilden

Den inderste kerne i en følelse er selve ophavet til den, 'Kilden' selv. Det er det 'unævnelige', som også er ophavet til din hele eksistens. Det ønsker at manifestere sig gennem din bevidsthed, men din bevidsthed er ikke i nærheden af at kunne forstå eller opfatte dette ophav. Kilden må ud på en lang rejse for at kunne blive til noget som du forstår med din Ego-bevidsthed. Tænk engang at dette højeste aspekt af livet, også er en del af enhver følelse i dig, også de følelser som kan virke overfladiske og ligegyldige.

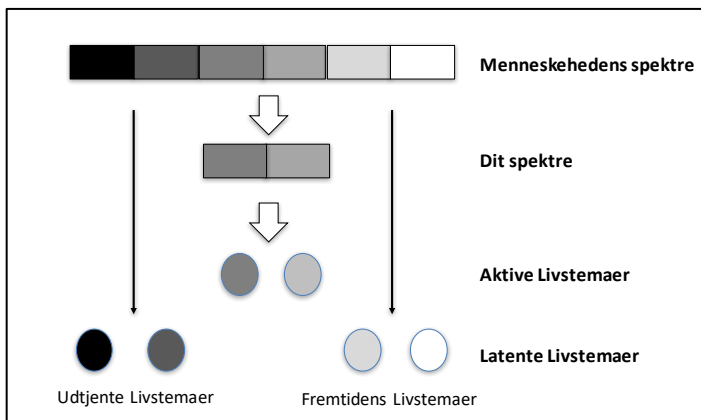
Lag nummer 2 – Den kollektive overbevidsthed - Udviklingskræfterne

Det næste lag i en følelse kommer fra dit kollektive overbevidste, som repræsenterer den del af livet der kommer fra Menneskehedens overbevidsthed. I dette lag eksisterer det som har med hele menneskeheden at gøre, og ikke kun med dig selv. Denne kraft er repræsenteret i enhver følelse. Den står for det samlede udviklingspotentiale for mennesket (dvs. hele 'energi-spektret'). Den står for de Udviklingskræfter som skaber din personlighedsstruktur og som ligger bag det dualistiske livssyn, livstemaerne, osv..

Lag nummer 3 – Den personlige overbevidsthed

Det næste lag kommer fra dit personlige overbevidste. I dit personlige Overbeviste evner du altså at modtage 'energier' fra det kollektive overbevidste. Dem som du modtager indgår dernæst i et samspil med din bevidsthed/underbevidsthed, og kanaliserer lige præcis den energi videre, som disse dele af dig har brug for. Det er også her at din dybeste higen eksisterer og din vilje til fremdrift, og dette er derfor

et lag der i den grad spiller en rolle i din udvikling. Dette lag er altså også en del af enhver af dine følelser.



Figur 2. De overbevidste energier og livstemaerne. Energiene det kollektive og personlige overbevidste bestemmer det samlede spektre af livstemaer samt hvilke der er latente og hvilke der er aktive.

Lag nummer 4 – livstemaplanet ('det kollektive underbevidste')

Det næste lag er også et

kollektivt lag. Det er det lag som rummer livstemaerne, og som i psykologien nærmest kan beskrives som det kollektive underbevidste. Jeg kalder det her 'livstemaplanet'. Dette lag har den funktion, at det bestemmer de overordnede temaer for alle dine følelser – på en måde så at det ikke er dig muligt at opleve en følelse, som er udenfor disse temaer. Dette lag sætter altså rammen for hvad der er følelsesmæssigt muligt for dig at opleve. Der er latente livstemaer og der er aktive livstemaer. Livstemaer er jo underordnet det overbevidste, og tilsammen udgør alle livstemaerne (latente og aktive) hele det spektre af livstemaer som er knyttet til de energier der findes i det kollektive overbevidste, mens de aktive livstemaer repræsenterer de energier der er i dit personlige overbevidste.

Selvom dette lag er lidt som den skjulte virkelighed bag dine følelser, dine reaktioner og dine overbevisninger, da er det faktisk nu blevet muligt at komme i kontakt med (en del af) det. Det kræver øvelse og ekstrem årvågenhed, men at opdage dette lag i dig og i dine følelser er en ganske utrolig oplevelse, en af de oplevelser der kan ændre dit liv! Det er helt bogstaveligt at blive observatør til fundamentet for dine følelser inklusiv din smerte, og opleve at denne smerte kun er virkelig så længe dette fundament er en realitet og så længe du tror på det.

Lag nummer 5 – den personlige underbevidsthed og den anden pol i den indre dualisme

Dette lag er det personlige underbevidste, altså endnu et personligt lag. I dette lag af dig selv finder vi dine minder, fortrængninger, skjulte talenter, som alt sammen fortæller om din personlige livshistorie. Her finder vi også kompleksstrukturerne, med alle deres lag og alle deres mange forbindelser til hinanden.

Det er dette lag som rummer ting som hidrører fra din bevidsthed og dennes interaktion med verden, og det er dette lag som udgør den anden pol i din indre dualisme.

Lag nummer 6 – bevidstheden, Ego-identiteten og den ene pol i dualismen

I dette lag finder vi din personlige bevidsthed. Det er her vi finder bevidsthedsrummet, samt din aktuelle bevidsthed. Det er her vi finder din Ego-identitet.

Lag nummer 7 – Den kollektive bevidsthed

Dette er det sidste lag, og det tredje kollektive lag. Det er Menneskehedens kollektive bevidstheds lag. Det er Menneskehedens bevidsthed. Du er en del af Menneskeheden, og ligesom du bidrager til Menneskehedens udvikling, da virker Menneskeheden også tilbage på dig. Menneskehedens samlede bevidsthed udgør den ramme, som din egen bevidsthed udvikler sig inden for. Til stadighed påvirkes du af hele denne bevidsthed, fra det laveste til det højeste aspekt af den. Du påvirkes altså af bevidstheds-vibrationer som er lavere end din egen aktuelle bevidsthed, eller lig den, eller som er højere end den. De sidstnævnte kan du som sagt ikke tage ind, men derfor kan den godt igangsætte en higen i dig om at blive bevidst om højere livs-aspekter.

Den kollektive bevidsthed tester derfor dine højeste evner til bevidstgørelse – hele tiden. Du er en del af Menneskeheden og denne samhørighed er ikke en envejs kommunikation, men en meget aktiv tovejs kommunikation, som er afgørende for din udvikling.

Lagene i en følelse

Lag 1+2+3+4+5+6+7 – en følelse opstår.

En følelse er altså en 'energi' der starter i 'Kilden', en energi der påtager sig mange forklædninger. Denne 'forklædte' energi vil nå din Ego bevidsthed – og forsøge at påvirke din bevidste attitude på en måde, så at der opstår større balance mellem denne og din overbevidsthed, og altså mest mulig flow af de overbevidste energier (Ego livskræfterne/livstema energierne) gennem dig, og ud i 'dit' liv. Der er en grund

til dette, og det er at når der er mest mulig balance med livstemaerne/Ego-Livskræfterne, da har disse energier/kræfter de bedste muligheder for at skabe en oplevelse i dig af den 'højeste' slags. Dette er det umiddelbare formål med dit liv, og sådan har det altid været!

Når du oplever en følelse, da oplever du alle lagene på en gang! Alle lagene tilsammen er selve definitionen på en følelse. På enhver følelse. Din oplevelse af følelsen er dog langt overvejende domineret af de 2 yderste personlige lag, det personlige bevidstheds lag (lag 6) og det personlige underbevidste (lag 5). Det er blandt andet disse 2 lag, som vi kender fra den analytiske psykologi, en psykologi der altså er særligt fokuseret på Egoet/jeg'et og dine komplekser. Som du har set er det også de to lag der udgør de 2 poler i den indre dualitet, den dualitet der er så vigtig for din Identitet og livsoplevelse og bevidsthedsudvikling.

2. Den enhedsorienterede livsoplevelse

(Hjerte livsoplevelsen – enheds-livsoplevelsen)

Dette kapitel har jo fokus på dualismens ophør, hvilket sker når den næste livsoplevelse bliver en større del af dit liv, så lad os se lidt på denne oplevelse.

At 'vågne op til en ny verden', er dybest set at opleve en mere oprindelig form af den energi, som kommer fra ophavet/Kilden. Det vil sige, at når du formår at 'pille det lag' ud af livsoplevelsen der står for underbevidstheden, da er du kommet et skridt nærmere ophavet til den. Egoet oplever gennem en specifik personligheds struktur. Opnår du derimod Hjerte bevidsthed, da opleves livet gennem en anden type struktur.

Dette giver en helt anden oplevelse, og når man formår at opleve livet på denne måde, da formår man samtidig at indse at Ego-livsoplevelsen (og det som definerer hvad Egoet tror på) er en illusion i den forstand, at det altså kun udgør en måde at opleve livet på. Illusionen er ikke Egoet, eller Ego livsoplevelsen, men at Egoet ikke tror at der er andre måder at opleve livet på.

Det er vigtigt at være klar over dette, særligt når man møder mennesker, som vil forkaste og fornægte Egoet og dets måde at opleve livet på, ud fra den overbevisning at det er en 'forkert' måde at opleve livet på. For det første er det ikke rigtigt, og for det andet er det for øvrigt ofte Egoet der styrer disse mennesker, selv om de helt sikkert tror at det er noget højere.

Egoets måde at opleve livet på er en 'lavere' måde at opleve livet på, end Hjertets måde at opleve livet på – men altså ikke en dårligere eller mere forkert måde at opleve livet på. På samme måde gælder det at en bevidsthed baseret på højere energier end hjerte-energiene ikke er en mere rigtig måde at opleve på end Hjertets måde at opleve livet på. Det er bare en måde at opleve livet på i en mere 'afklædt' form.

En Hjerte-oplevelse består af 4+2 lag.

Hvor en følelse (dvs. en Ego-livsoplevelse) består af 5+2 lag, da består en Hjerteoplevelse af 4+2 lag. Ikke nok med at der mangler et lag i Hjertets livsoplevelse, så er nogle af lagene ydermere også kvalitative forskellige fra dem vi finder i en Ego-følelse. Dette skal vi se nærmere på nu. Og hvad vi også skal se på er hvordan disse nye forskelle i lagene kan manifestere sig i 2 så forskellige livsoplevelser som Egoets og Hjertets.

Lag nummer 1 - Kilden

Den inderste kerne i en Hjerte oplevelse er, som for alle livsoplevelser, det 'unævnelige', 'Kilden' til din hele eksistens og til alle dine livsoplevelser. Også når du har Hjertebevidsthed må dette ophav ud på en længere rejse, for at kunne blive til noget som Hjertet forstår.

Lag nummer 2 – Det kollektive overbevidste

Det næste lag i en Hjerteoplevelse kommer fra dit kollektive overbevidste, ligesom det var tilfældet for en følelse.

Lag nummer 3 – Det personlige overbevidste

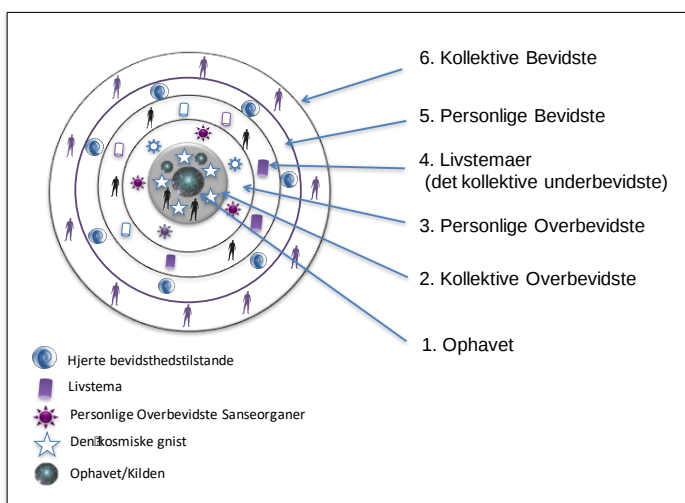
Det næste lag er dit personlige overbevidste. Her er der en forskel mellem Ego og Hjerte livsoplevelserne. Laget repræsenterer den energi, som du formår at modtage fra det kollektive overbevidste, og for Hjertet er denne energi det jeg kalder "GD-1" og "GD-2" energier, mens der i Egoets livsoplevelse indgår Hjerte og "GD-1" energier. Du skal her blot se GD energierne som højere energier, der er dominerende i højere bevidsthedsformer. De er dog så langt fra vores nuværende udviklingsniveau at jeg ikke vil beskrive dem nærmere i denne bog (se mere i mine andre bøger hvis du vil læse om GD bevidsthedsformerne).

Lag nummer 4 – livstemaerne.

Det næste lag er også et kollektivt lag. Det rummer som sagt livstemaerne. Med hensyn til hvilke livstemaer der befinder sig i laget er der afgørende forskelle med

hensyn til hvilke der er aktive og hvilken energi de er aktiveret af. I Hjerter livsoplevelse er livstemaerne aktiveret af Hjerter energier samt højere energier (GD-1/GD-2 energier), modsat i en følelse hvor de er aktiveret af Ego/Hjerter/GD-1 energier.

Der er altså helt nye livstemaer som nu er aktive, og så er der livstemaer som også var aktive i Ego-livsoplevelsen, men som havde et lavere udtryk i denne livsoplevelse. For Livstemaet 'religion' betyder det at du kan være religiøs når du er domineret af Ego-livsoplevelse og Hjerter livsoplevelsen, men at denne religiøsitet tager forskellige udtryk.



Figur 3. Hjerter livsoplevelsen. De 7 lag i Hjerter livsoplevelsen. Hver af lagene er repræsenteret af livstemaer, følelser, sanser, sanseorganer i overbevidstheden vist med forskellige symboler hvis farve viser hvilken type energi der driver dem.

Det religiøse livstema er særlig aktivt, og stimuleret med Hjerter/GD-1/GD-2 energier vil det fylde dig med en higen efter at udleve en oplevelse af

enhed med andre mennesker, samt med den 'spirituelle dimension' – snarere end at dyrke en guru (eller selv forsøge at blive en) som tilfældet er i Ego perioden.

Lag nummer 5 – bevidstheden og Hjerterkammeret

I en følelse (dvs. i Egoets livsoplevelsen) er dette lag det personlige underbevidste, men for en Hjerter livsoplevelse eksisterer dette lag ikke. Lag nummer 5 svarer derfor til det lag, som er nummer 6 i en følelse. Dette er altså laget som rummer din aktuelle bevidsthed i Hjerter livsoplevelse. Det er her vi finder din personlige bevidsthed og din Hjerter identitet.

Det der var den personlige underbevidste i Ego livsoplevelsen finder vi i et udtryk jeg kalder 'Hjerterkammeret' som er 'smeltet sammen med' Hjerter-bevidstheden, og

som derfor også er at finde i dette lag. Hjertekammeret er et sted hvor dine minder og oplevelser kan 'opbevares', men ikke et lag hvortil du kan fortrænge ting.

Husk dog på at det ikke er sådan at din underbevidsthed med et forsvinder når du får Hjerter bevidsthed. Sådan er det ikke, idet det jo er en glidende overgang, og at det tidspunkt hvor den sidste rest af Ego-underbevidsthed forsvinder først sker om en halv udviklingsperiode, hvilket er om lang tid!

Lag nummer 6 – Den kollektive bevidsthed.

Dette lag er som vi har set det Menneskehedens kollektive bevidsthed. Det som er unikt ved mennesker som har Hjerter bevidsthed, er at de kan tage nye højere energier ind fra lag 6 end mennesker som er domineret af Ego-livsoplevelsen.

3. At opleve via Hjerterets livsoplevelse

Når det personlige underbevidste begynder at forsvinde.

En af de unikke ting ved Hjerterets måde at opleve livet på, er at oplevelsen er uden det lag der står for dit personlige underbevidste.

Denne iklædning mangler fuldstændig i Hjerterets livsoplevelse. Laget der har med det 'kollektive underbevidste' (livstema laget) at gøre er der stadig, men det personlige underbevidste mangler som sagt. Der er også andre forskelle, men lad os starte med det lag som mangler.

Allerførst vil jeg dog lige igen minde dig om, at din samlede oplevelse lige nu er en blanding mellem Egoets og Hjerterets livsoplevelse. Nogle vil sikkert sige at de da har fuld Hjerter bevidsthed, til trods for at de har et Ego og en underbevidsthed, men til dem vil jeg sige at dette simpelthen ikke kan lade sig gøre. Hvad der derimod kan lade sig gøre er at have en stærk og mærkbar kontakt til Hjerteret, samtidig med at man har en Ego bevidsthed og en underbevidsthed. En hel del mennesker oplever dette, men mange har det stadig som deres største livs-udfordring at nå til dette stadie. Målt i år, og i liv, er vejen fra Ego/Hjerter bevidsthed til ren Hjerterbevidsthed en lang vej – men en vej fyldt med liv og udvikling!

Lad os da se mere på Hjerterets livsoplevelse. Når en energi fra det overbevidste ikke skal igennem dit personlige overbevidste, da oplever du naturligvis en 'renere' form for denne energi. Det er som en oplevelse af livet der ikke er påvirket af alle dine fortrængninger og komplekser (dvs. din underbevidsthed). Det er en livsoplevelse der ikke er påvirket af EE.

Al smerte forsvinder.

Hjerte livsoplevelsen er en oplevelse, der formår at hæve sig op over dit Ego, og som derfor lader dig se en verden der rækker ud over Egoets verden, og ud over alt det som Egoet tror så fast på. Det er så fantastisk at virkelig opleve, at Egoets måde at opleve verden på, vitterlig kun er en af de mange måder, hvorpå livet kan opleves, og at det er dig muligt at opleve livet på andre (og 'højere') måder. Det er en stor ting at opleve, at det som Egoet tror på, nu ikke længere er den fulde sandhed for dig.

At kunne opleve livet 'med Hjertet', betyder at al den smerte, som du oplever når du er identificeret med Egoet, fuldstændig forsvinder. Og jeg mener virkelig al din smerte, og alle dine problemer. Udfordringer bliver, men det Ego som i dig ofte 'omformer' udfordringer til problemer og smertefulde reaktioner er ikke længere den dominerende part af din aktuelle bevidsthed.

*Din smerte kommer overvejende fra din underbevidsthed,
og når denne ikke længere er en del af din livsoplevelse,
da er du både smertefri og nærværende.*

Du bliver fuldstændig nærværende

Manglen på dit personlige underbevidste vil også påvirke dit nærvær. Det er nemlig interaktionen mellem din aktuelle bevidsthed og din underbevidsthed som gør dig tilstede i din underbevidsthed, i stedet for i nuet, og i din interaktion med livet her og nu. Underbevidstheden (den personlige) er det sted i dig hvor fortid og forventet-fremtid eksisterer, men hvor nutiden ikke har en plads. Derfor sker tilstedeværelsen i underbevidstheden altid på bekostning af tilstedeværelse i nuet. Men når din underbevidsthed ikke er en del af din livsoplevelse længere, da er du fuldstændigt nærværende i den, og at være tilstede i nuet er altid en ekstrem livsbekræftende oplevelse. Hvor bevidst du er i dette nærvær afgøres af dit bevidsthedsniveau.

*Nærvær i Livet
opleves altid som Livebekræftende
uanset situationen*

En af de interessante ting ved nærvær er at det altid opleves som livsbekræftende – uanset hvordan det opnås. Forklaringen er at når du ikke er optaget af din

underbevidsthed og er tilstede i nuet, da bliver du lykkelig. Hver gang! Der er mange måder at opnå nærværet på, og nogle af dem kan du læse om i min bog 'Hjertet og Solar Plexus'. Der er 'interesse-medieret' nærvær (at dyrke en hoppy/interesse). Der er meditation. Der er kontakt med mennesker eller dyr. Alle disse måder at blive nærværende på har et tilfælles, og det er at de handler om at du ikke er indhyllet af underbevidstheden når det sker, og af Egoets livssyn, men i stedet er helt 'indhyllet' af nuet.

Smerte, og det at være ulykkelig, kan simpelthen ikke lade sig gøre når man er tilstede i nuet. Det er ikke nemt at være tilstede i nuet, men når det lykkes er det nærmest som om en magisk oplevelse, og ofte en oplevelse du aldrig vil glemme. Dette nærvær er en af de ting som følger Hjertets livsoplevelse.

Nærværet er en videnskab i sig selv, og i nærværet er det altså ikke muligt at føle den smerte som Egoet oplever (husk nu at ordet 'Ego' dækker over både Ego-livsoplevelsen og Ego-identiteten, og at jeg bruger dette ord fordi det er praktisk og ikke for at indikerer at der er et separat Ego i dig), der ikke på nogen måde forstår denne oplevelse). I Nærværet er der fuld accept af alt i livet. Faktisk er man hævet over begrebet accept/ikke-accept eller retfærdigt/uretfærdigt. Egoets smerteoplevelse er derimod altid associeret med en manglende accept af smerten, og med at det dybest set er uretfærdigt at den opstår. Denne manglende accept er faktisk en væsentlig bestanddel af smerten – som Egoet oplever den. Ydermere er Egoets smerteoplevelse tæt knyttet til underbevidstheden, og vil således også formå at fjerne dig fra nuet når du oplever den. Når du altså domineres af Ego-livsoplevelsen gælder det at du ofte ikke accepterer den smerte du oplever, og at du er indhyllet af underbevidste størrelser (som jo for en stor del også består af sider af dig selv, som du ikke accepterer). Denne manglende accept er en del af Egoet, og sådan skal det faktisk også være.

I Hjertets livsoplevelse er du nærværende, og når man er tilstede i nuet, så er alt hvad der eksisterer berettiget til at eksisterer, alene fordi det eksisterer. Dette er en slags logik, som ikke findes i Egoets univers, en logik som Egoet hverken forstår eller accepterer. Det er en logik som er udenfor Egoets domæne. Hjertets livsoplevelse er hævet fuldstændig over begrebet accept (når der er accept, da er der også ikke-accept, og dette er ikke tilfældet for Hjertet. Accept/ikke-accept er således kun noget man oplever så længe man er influeret af Egoets livsoplevelse). Hjertet accepterer virkeligheden, uanset hvad den byder dig på. Dette er en ganske 'mystisk' oplevelse - særligt for Egoet. Hele Egoets grundlag er at være ophængt

mellem smerte og glæde, bekræftelse og det modsatte. Derfor er en verden, som er hævet over dette en helt uforståelig verden for Egoet – og slet ikke inden for dets rækkevidde. Egoet og Hjertet bygger jo også på 2 fundamentalt forskellige udviklingskræfter.

At få et kig ind i den verden er en oplevelse som ingen anden. Det er ganske fantastisk ikke at skulle bruge energi på at forholde dig til om noget er uretfærdigt eller retfærdigt, acceptabelt eller ikke-acceptabelt, i dit liv. Det er fantastisk ikke at føle uretfærdighed. Med denne holdning forsvinder alle dine problemer som dug for solen! Det er simpelthen ikke muligt at have problemer med denne livsholdning. Helt bogstaveligt kan problemer ikke eksisterer, når du oplever livet på denne måde. Opgaver og udfordringer består, men problemer forsvinder. En ganske vidunderlig oplevelse.

Det kan være svært for Egoet at forestille sig hvad der driver og motiverer dig i livet, når du når til fuldt ud at evne denne Hjerter livsoplevelse, denne måde at 'se' livet på, fordi vi er så vant til at blive drevet af Egoets livssyn og måde at opfatte livet på. Vi er så vant til at blive drevet af en indre ensomhed, af vore behov for bekræftelse, af en utilfredshed over livet som det er lige nu, at det kan være svært at forstå og forestille sig hvad der skal motivere dig hvis du acceptere livet som det er og ikke oplever uretfærdighed. Men husk på at din forestillingsevne har sine begrænsninger – særligt når den kommer fra Egoet. Det er nemlig helt umuligt for Egoet at forestille sig oplevelser, som ligger over Egoets egen evne til at opleve livet, og det er umuligt for Egoet at forestille sig en anden drivkraft, end den som driver Egoet selv.

Egoets drivkraft er, som sagt, baseret på at blive smertefri, på at have tillid til at grænsen til det underbevidste holder, så det ikke er i fare for at blive indhyldet af de størrelser som har hjemme der (dvs. komplekserne og ultimativt EE). Tænk da på at skulle forestille sig en tilstand, hvor livet er fyldt med mening, hvor underbevidstheden med alle dens størrelser ikke mere er en fare og aldrig mere bliver det, fordi den slet ikke er til mere. Det er selvfølgelig helt umuligt for Egoet.

Egoet prøver naturligvis alligevel at forestille sig denne 'Hjerter-tilstand', og her er det helt normalt at en Ego bevidsthed forestiller sig at Hjertets livssyn er forbundet med at vi bliver helt apatiske og initiativløse, at vi helt mister vores ambitioner og vilje til udvikling, og at vi mister vores vilje til ikke at ville dette eller hint i livet, og bare passivt accepterer alt, og holder op med at se livet for hvad det er. Eftersom

Egoets motivation for at flytte sig i livet jo er baseret på at få smerten til at stoppe, på at opsøge velbehaget, på at tro på din egen eksistens – da er det ganske naturligt og forventet, at Egoet tror at enhver motivation og vilje til udvikling forsvinder når alle disse grundlæggende Ego-motivations-faktorer forsvinder.

Intet er dog mere usandt. Faktisk er du med Hjertets livssyn tættere på ikke bare din energi i det overbevidste, men også den vilje som eksisterer der. Dette er en vilje, som er så meget større og kraftfuld end den som Egoet besidder. Det er en vilje som motiverer dig til at forfølge nye udviklingsmål, mål der er fundamentalt forskellige fra dem som Egoet forfølger. Det er en vilje som er tættere på kilden, på ophavet til din eksistens. Mennesker som besidder Hjertets livsoplevelse, er således også altid mennesker der fremstår som havende en særlig evne til målrettet at kunne udleve/realisere og deres indre vilje og livsmål, og en særlig vilje til at stå ved dem selv.

Du oplever en konstant indre kærlighed til dig selv.

Tænk på hvor meget energi du dybest set har brugt på ikke at føle dig god nok. Oceaner af energi! Egoet lider mere eller mindre konstant under en mangel på selvværd, og dets handlinger har i høj grad fokus på at kompensere for dette. Prøv at forstil dig hvis dette ikke på nogen måde var et problem mere. Sådan bliver det når du opnår Hjerterbevidsthed.

Når man er domineret af sit Ego er det umuligt helt at forestille sig hvordan det er at blive denne byrde kvit. Nogle byrder forstår man nemlig først rigtig når man mister dem. Men gennem Hjerte livsoplevelsen, da vil du opleve hvilken dyb kærlighed du har til dig selv, og du vil forstå og opleve, at denne kærlighed er en mægtig kraft, som ikke på nogen måde kan påvirkes negativt af hvordan du lever dit liv eller af hvad andre synes om dig. I modsætning til Egoets selvværd, som hele tiden risikeres af dine handlinger, og som hele tiden er i mere eller mindre fare, da er denne Hjerte-kærlighed en konstant levende del af dit indre. Med denne kærlighed som en del af din livsoplevelse, vil der opstå et selvværd som er større end nogensinde, og som du ved aldrig nogensinde vil forsvinde. Aldrig nogensinde! Dette er en helt utrolig oplevelse, en oplevelse som Egoet aldrig kommer til at kunne sætte sig ind i, og det giver dig en fantastisk frihed med hensyn til alt hvad du foretager dig i dit liv, for du ved nu, at uanset hvad du foretager dig, så er dit selvværd aldrig på spil!

Forandringer i livstema laget.

Når du oplever livet via Hjerter-livsoplevelsen, da er du modtagelige for nye livstemaer der ikke kun har at gøre med dig selv, men med din rolle som individ i et større perspektiv. I Hjerterets livsoplevelse er de livstema aktiverende energier Hjerter/GD-1 energier, eller endnu højere energier. For Hjerterets livsoplevelse betyder det altså, at du ikke bare er fri af det personligt underbevidste (med alt hvad det indebærer), men også oplever en overvældende motivation til at udforske dette fantastiske liv endnu mere. Du ser 'ud over dig selv'. For hver udviklingsspring stiger livs-motivationen eksponentielt, og for Hjerteret er den meget større end den motivation som lå bag dannelsen af Egoet.

Opsummering på en Hjerter livsoplevelse.

En livsoplevelse 'gennem' Hjerteret medfører en række af dybdegående forandringer, sammenlignet med Ego-livsoplevelse. Dette har at gøre med, at de energier som er i overbevidstheden i Ego perioden (Hjerter og højere energier i den sidste halvdel af denne periode) i Hjerteret perioden vil komme til at befinde sig i din egen bevidsthed i stedet for i din overbevidsthed (se f.eks. figur 16). Sådan er det jo med udviklingen, at energier/livsoplevelser kontinuertligt forflyttes fra overbevidstheden til bevidstheden.

Igenom Hjerter bevidstheden oplever du livet meget anderledes. I Hjerterets livsoplevelse mangler det Personlige underbevidste, og du kommer i direkte kontakt med nye energier, eller dimensioner af livet (og dig selv). i Ego-perioden har du kontakt med det psykiske livsfelt, og i Hjerteret perioden kommer du i kontakt med Hjerterets Livsfelt – et Livsfelt der er fyldt med Hjerter livsoplevelser fra individer der i stand til at rumme denne livsoplevelse. Effekten af dette vil være en oplevelse af enhed, af fællesskab, og af samhørighed.

Derudover vil du med Hjerterets livsoplevelse opleve et nærvær, som ikke er muligt når du er domineret af Egoets livssyn. Hjerterets livssyn leder også til at din smerte forsvinder, og til at du opdager hvilken enorm kærlighed du bærer rundt på. Det vil være en kærlighed til dig selv, som vil gøre at dit selvværd bliver stort og urokkeligt, og det vil være en kærlighed til livet, som fører til en dyb og ubrydelig tillid til det.

Som vi har set det, da sker den første halvdel af den bevidste Hjerter udviklingsperiode sideløbende med Ego udviklingsperioden, og det vil sige at din oplevelse af livet oftest er en blanding af Hjerterets og Egoets livssyn. Fuld Hjerter bevidsthed kan derfor kun opstå i midten af dennes udviklingsperiode, dvs. der hvor Ego perioden slutter. I små øjeblikke kan vi godt opleve Hjerteret rent, men ikke på en

irreversibel og permanent måde, for dette kræver nemlig at vi for altid har sagt farvel til Egoets dominans. Hjerter bevidsthed er altså en proces hvor vi sideløbende med Egoets realisering, oplever en voksende realisering af Hjertet, og dette sker på denne måde fordi at de to realiseringer er gensidigt afhængige af hinanden. Egoets fulde realisering kræver Hjertet, og Hjertets realisering kræver et stærkt og harmonisk Ego.

Egoets fulde realisering handler om at opnå en stærk individualitet, selvbevidsthed og selvindsigt, som gør at Egoet er i balance og ikke mere kan komme i affekt til underbevidstheden grundet indsigten i denne. Dette sker når der er en tilpas stor balance i lag 5 (i Egoets livsoplevelse).

Hjertets realisering handler om nå til at kunne opleve livet, uden at det underbevidste tager din opmærksomhed. Det handler om at livet ikke mere skal nå dig igennem det filter, som udgøres af din underbevidsthed. Denne realisering sker blandt andet når der er tilpas stor bevidst kontakt med lag 4 (livstemaerne). Livstemaerne er ikke uden for bevidsthedens rækkevidde, men det er kun Hjerter bevidstheden som formår den direkte kontakt med dette lag.

Hjerteroplevelsen for de fleste mennesker.

For de fleste mennesker udgør Egoet stadig den dominerende del af deres livsoplevelse. Men Hjertet rører på sig. De overbevidste Hjerter energier er ligeledes på deres højeste, og de bevidste Hjerter energier er begyndt at nå vores bevidsthed. Mere og mere vil vi opleve disse 'lyn' fra det overbevidste, og på denne måde få en forsmag på hvad der venter os. Vores nuværende udviklingsstadium kan sammenlignes med det stadium, der svarer til da vi kun havde en svag antydning af Ego-livsoplevelsen (dvs. den gang Pre-Ego-livsoplevelsen var dominerende). Tænk på hvor meget der er sket siden, hvilken enorm bevidsthedsudvikling mennesket er gået igennem siden. Det samme, og mere, venter os nu, hvor vi er i starten af Hjerter udviklingsperioden.

Forskellen mellem vores nuværende stadium, og det stadium der svarer til midten af Hjerter udviklingsperioden (der hvor Ego udviklingsperioden er slut) kan være svær at forestille sig. Det ville være som at have bedt det individ, der i starten af Ego perioden oplevede en svag antydning af Egoet (og en Pre-Ego/gruppe bevidsthed der var på sit højeste) hvordan det vil være at have et stærkt udviklet og harmonisk Ego, en stærk oplevelse af sig selv som et individuelt væsen, og en bevidsthed havende stor erfaring med at bevidstgøre underbevidste størrelser (i den

underbevidsthed som kun lige er startet med at blive dannet i starten af Ego perioden).

Dette ville naturligvis være helt umuligt – og mindst ligeså umuligt er det for os at forestille os hvordan det er at have fuld Hjerterbevidsthed (selvom vi ofte tror fast på at vi kan forestille os det). Vi har meget i vente, meget at lære. Langsomt men sikkert vil vi udvikle os mod denne tilstand, og mere og mere vil vi stifte bekendtskab med Hjerter livsoplevelsen og via denne afvikle det vi lige nu kender som vores personlige underbevidsthed og den indre dualisme, til fordel for et enhedsorienteret Livssyn. Faktisk er vi allerede godt i gang med denne transformation af vores bevidsthed.

Dette betyder dog også at når vi har en konflikt i Hjerter-identiteten, da må der nye midler til at hjælpe med at løse den. Vi har set at når Ego-identiteten har problemer, da kan det afhjælpes via psykoterapi. Dette har været den metode som vi har udviklet gennem tiden til at afhjælpe Ego-konflikter. Overfor konflikter med Hjerter identiteten kan denne metode dog ikke bruges. Der skal en helt anden metode til, en helt anden terapiform til, og det er virkelig en udfordring at forstå dette når vi er så vant til altid at søge efter en psykisk årsag til vores problemer.

Således er vi i den grad til i en spændende tid, hvor Egoet og Hjerter lever side om side i os, og hvor vi skal forsøge at give plads til dem begge. Vi er i en tid hvor et livssyn er ved at aftage, og et andet er ved at tage over. Vi er i en tid hvor den livsoplevelse der har været helt central for vores udviklingsproces og ligget bag skabelsen af både den bevidsthedsform vi kender, men tillige vores samfundsstrukturer, nærmer sig sit højdepunkt. Vi er i en tid hvor vi er på vej til at indse at der er andre måder at opleve livet på, på vej til at udskifte vores grundværdier, og på vej til at blive mere lykelige end vi troede os selv i stand til.