**Artikel**

**Helande ord av Lena Svensson**

**Hur gör du när det finns en stark inre drift för skapande som du ständigt längtar till men som du inte vet hur du ska tillfredsställa? Här är en kvinna som i sökandet efter sitt äkta själv upplever, när hon minst väntar det, att livet alltid har överraskningar i beredskap.**

När jag träffade min blivande man började vi en kärleksfull men speciell vandring tillsammans, en vandring som fick allt kring personlig utveckling att hamna i fokus. Jag jobbade med människor i dysfunktionella beteenden, och var utbildad socionom och i psykoterapi, när han kom ”som ett yrväder” och förde in frågor kring andlighet i mitt liv. Det ledde till många och oändliga diskussioner kring vad som var kropp, psyke och ande, och om vad forskningen sa och vad som var att betrakta som övernaturligt.

Tillsammans med min man började mitt intresse för den andliga dimensionen i livet vakna allt mer. Inte för att jag visste om jag ville, men eftersom det var så viktigt för honom följde jag efter utan att veta vart det skulle leda mig. Det var inget religiöst över det vi gjorde, andlighet för oss var något annat mycket ljusare. Men jag kände ändå ofta ett motstånd mot allt, ofta ville jag bara leva livet utan allt det där.

Jag kommer inte från ett religiöst hem men har med mig de kristna etiska värderingarna med mig därifrån, hur man ska vara mot varandra och följa lagen så klart. Men även berättelser om övernaturliga fenomen förekom i släkten som vi barn andäktigt fick sitta och lyssna på. I perioder hade jag väl haft ett eget intresse för andliga frågor men det avbröts alltid av andra intressen som tog över. Jag hade en stark skapande längtan som fick mig att prova alla möjliga uttrycksformer, skriva, måla, göra keramik, skapa med blommor i rabatter. Men jag blev aldrig nöjd, ofta la jag av när det blev för svårt. Det lämnade efter sig en otillfredsställelse för att jag aldrig hittade det uttryck jag sökte.

Bilden från min barndom är att jag kommer från ett ”normalt” tryggt hem och saknar allvarliga trauman från den tiden. Ändå har jag ju inte varit befriad från rädslor och dåligt självförtroende. Den trygga förvissningen om att utveckling alltid är möjlig har dock varit en stabil grund att stå på när jag skakats i mina grundvalar. Men jag visste inte varifrån det kom, jag bara visste att det var så. Och livskraften litade jag på även hos mig själv, att jag alltid kunde ta mig framåt, även om jag var rädd att misslyckas.

En period hade jag ett problem på jobbet som jag inte visste hur jag skulle ta mig igenom. Så jag gick till ett medium som min man och jag hade träffat tidigare, för att be om hjälp. Hon överraskade mig genom att få mig att stilla mina tankar och låta de ord komma som bara kom till mig. Men det visade sig att det kom ord som jag själv inte hade tänkt ut, riktiga meningar. Var kom det ifrån? Var det mitt så kallade högre jag? Fanns det till och med andra som ville komma till tals? Tänk om det kunde det vara en port till en ännu högre dimension? Jag kunde inte mycket om sådant på den tiden. Det var i alla fall inte jag som tänkte ut orden.

Hur skulle jag kunna ta emot en gåva utan att begripa vad det skulle leda till? Hur kunde jag ta emot en gåva som strider mot allt som samhället omkring en förkastar som inbillning? Stångas mot förnuft och känsla, intellektets övertygande argument och den allmänna forskningens avvisanden? För att inte tala om det egna tvivlet och misstron?
Fast känslan sa kanske, tänk om det finns något där? En längtan som steg upp ur djupet och sa kanske, kanske är det sant?

Jag fick hjälp med mitt problem på jobbet, men jag vet fortfarande inte hur de gick till. Så här fortsatte en process som jag sen tagit mig fram i med både tvivel och ödmjukhet. Jag fortsatte öva på att skriva budskap fast jag hade långa perioder av motsträvighet och misstro, jag undrade om jag var lurad? Hade jag lurat mig själv? Men antagligen visste något i mitt inre fast jag envist stretade emot. De utvecklades så småningom till längre budskap, riktade till mig själv eller till andra i min omgivning. Det betraktades som en gåva, en förmåga, av dem som förstod vad det var, medan jag själv var motsträvig och skeptisk. Eftersom skrivande var det medium jag hade lättast för började jag så småningom att skriva om vägen jag gick. Idag vet jag att min personliga utveckling inte hade varit möjlig utan kunskapen från den högre dimensionen!

Det visade sig så småningom att jag till och med skulle skriva en bok, och den handlar därför om vägen jag vandrat tillsammans med min familj i vardagens slit och upp- och nedgångar, samtidigt som den andliga dimensionen fick ett större utrymme i mitt liv, driven att gå framåt, med motstånd och tvivel, men med en längtan att komma vidare. Min ”gåva” att ta emot budskap blev en viktig förutsättning för att komma vidare med boken fastän jag egentligen inte visste vad jag skulle med ”gåvan” till. Min bok innehåller därför både min egen dialog med mina vägledare om hur jag skulle komma vidare med mig själv, men också allmänna budskap till alla som är beredda att höra dem. Det är också en resa i tiden, i mitt vardagsliv samtidigt som skeenden i Sverige och globalt påverkade vår egen tillvaro.

Och det visade sig att budskapen var helande ord för mig och min process och jag hoppas därför att de är helande för andra också.

Jag talar inte om hur andra kan göra samma sak som jag men jag hoppas boken ger hopp, inspiration och mod att inte ge upp utan söka vidare efter det man inte vet att man vet.
Jag satte ord på min resa, kanske kunde jag få andra att reflektera över sin egen väg, tänkte jag. Kanske kunde jag nå den ”vanliga” människan, som i sitt vardagliga slit längtar efter något större, mer meningsfullt, som kanske pendlar mellan perioder av sökande och perioder där livet skapar andra erfarenheter och andligheten hamnar i bakgrunden.

De senaste åren har det blivit mer och mer tillåtet av massmedia att beskriva ”det okända”, det vill säga möten med förmågor och gåvor som tidigare var dolda för dem själva kanske men också för allmänheten. Vi är egentligen många som ser, hör, känner saker som vi inte vet om vi inbillar oss eller om vi ska våga tro på att det kommer från en annan dimension. Många är rädda för okända fenomen, men själv har jag funnit att rädslan ofta baseras på våra inre ”förklaringar och konstruktioner” för att vi är rädda att förlora den trygghet vi byggt upp, ibland baserad på en skenbar tillvaro.

Det finns så många andra rädslor i vår tillvaro idag. I det stora för det okända, inbrott, andra kulturer, terrorism, olyckor; i det lilla för att visa oss svaga, vara den vi är, att duga, rädslor för att bli hånade. Det är oftast inre rädslor och blockeringar som är i vägen för växande och möjligheterna att bli en mogen människa, och som jag ser det en rädsla för att se ljuset i oss själva, hur konstigt det än kan låta. När rädslan styr våra känslor och våra beteenden mot oss själva och andra, blir vi förminskade och ljuset i oss förmörkas. Ett dis lägger sig över vårt liv, en sordin över våra känslor och vi lever inte livet helt och fullt. I stället för att göra goda saker händer det att vi låter våra egna rädslor gå ut över andra människor.

När en människa blundar för sina egna rädslor börjar man skylla på andra, både i smått och i stort, och man kanske trampar på andra för att ta sig fram.

I det perspektivet handlar min bok om hur jag själv väcktes till en oanad vandring för att möta mina egna rädslor och tillkortakommanden, en vandring som jag förstår var oundviklig för att komma fram till den jag ville vara. Jag behövde utgå från mitt vardagliga plan, och min verklighet, för att mina egna rädslor skulle synliggöras och för att jag skulle utvecklas till en bättre människa. Det var livet självt som också ledde in mig på banor som jag blev nyfiken på och som jag ibland nappade på för att de kändes rätt.

Min process har varit lång och boken sträcker sig därför över en lång period av år. Diskussionerna med min man har fortsatt genom åren men våra personliga åsikter har slipats av mot varandra och vi går idag tillsammans med den andliga dimensionen som en trygghet i tillvaron. Och processen fortsätter.

Lena Svensson

Helande ord