

POWER-DESIGN

Dynamisk bevidsthed

Udvikling frem for indvikling

Birgit Lynge

2014

Dynamisk bevidsthed

Udvikling frem for indvikling

I tillid at vove

Nu har jeg for første gang i fem år, siden min åndelige vejleder og hjertens kære ven, Robert Llewelyn, døde (1909-2008), tilmeldt mig et kursus i energibevidsthed og endog i Danmark. Det foregår den 6. – 9. marts 2014 og har så bred en titel som ”Dynamisk bevidsthed”. – Jeg tænker, at alternativet til dynamisk bevidsthed er statisk ubevidsthed, og hvem ønsker det? Ikke jeg. Derfor kan det ikke gå rent galt.

Jeg både frygter kurset og glæder mig til det. Frygter det, fordi hvad kan min kommende lærer ikke finde på at gøre ved den ædle musik, som jeg kender så inderligt både i faglig og privat henseende (mit speciale er musikvidenskab og -terapi). I kursusbeskrivelsen står, at hun vil anvende en del musik. Men jeg véd præcis, hvordan musik kan gøre skade, og hvordan den kan hjælpe til den ypperligste healing samt være en ægte håndsækning i ethvert menneskes udvikling, så, forstå mig ret, jeg er en smule skeptisk. Min bøn er derfor, kære lærer, at musikken på kurset må anvendes respektfuldt overfor såvel musikken selv som kursisterne. Det tror jeg på, at den bliver.

Jeg glæder mig dog først og fremmest til at modtage inspiration i netop det fagområde, som er ”lærerens speciale”: Tantrisk udvikling¹.

Spirituelt hverdagsliv for kvinder og mænd

Intet kan i mit liv og min hverdag imidlertid måle sig med Robert Llewelyns visdom, healing og kærlige indsigt, men måtte det ændre sig. Det sr jeg gerne. - Robert gav mig, og giver mig fortsat efter sin død, vejledning via mine drømme, meditationer og bøn, bl.a. Rosenkransbønnen i min helt private udgave. Han gav og giver mig fortsat morskab, visdom og åndelig healing ind i min hverdags lethed. Gennem mange års samvær med ham og gennem hans utallige bøger synes det, som om jeg deri har stof nok til udvikling af min bevidsthed i resten af mit jordiske liv.

Robert Llewelyns visdom stammer fra et langt liv som anglikansk præst, reatræteleder, leder af en high school i Nordindien, leder af spirituelle samfund rundt i verden, bl.a. på Bermuda, på Ibiza, i Frankrig og i England. De sidste mange år som leder af The Julian Shrine i Norwich, grundlagt – om man så kan sige – omkring forrige årtusinde af den senere helgenkårede og meget jordiske kvinde af samme navn. Julian havde en stor børneflok, og hun kendte aldeles til det jordiske hverdagsliv, i modsætning til den samtidige Hildegard af Bingen, der var nonne, og hvad dermed følger.

¹ De to bedste fagbøger om emnet på dansk er: Anne Sophie Jørgensen, *Tantra – sex, kærlighed og spiritualitet*. Aschehoug. 2004. Anne Sophie Jørgensen, *Den nye tantra – forny din seksualitet og dit kærlighedsliv*. Nyt Nordisk Forlag Arnold Busck. 2012. (Sidstnævnte er en modernisering af førstnævnte samt i et særlig lækkert design). Endelig vil jeg anbefale: Nik Douglas & Penny Slinger, *Østens seksuelle hemmeligheder 1 og 2*. Borgen 1979. (Yoga m.m. med gode fotos og skønne kunsttegninger). *Elskovslæren Kama Sutra*. Forlaget Apostrof. 1984. (Meget lækker bog). Jes Bertelsen, *Indre Tantra – tantrisk enhed, reetablerede meditative anvisninger*. Borgen 1989. (Meget mental).

Jo, spirituel bevidsthed og dynamisk bevidsthed hører da hjemme i vores hverdag – hvor ellers? Men det gør så sandelig også samhørighed mellem mand-kvinde i enhver henseende, - især i mit liv, der for 65 år siden tog sin begyndelse sammen med min tvillingbror. Således er det maskuline og det feminine lagt ind i mig side om side som ét hele. Jeg kender det fra kimen - fra det befrugtede æg, som blev til "mig", ved siden af det befrugtede æg, der blev til "ham".

Min mor troede frem til min tvillingbrors fødsel, 10 minutter før min fødsel, at "vi" var én. Hun vidste ikke, at "vi" var = to! UPS! Der kom så jeg, ganske ubesværet, for drengen havde banet vejen... også for mit ubevidste kendskab til tantrisk udvikling via kærlig og åndelig forening af det feminine og det maskuline.

En teenager i frigear

"Dear Robert. Jeg savner dig som manden i mit liv.

Du er og bliver min ypperligste vejleder og hjælper."

Nej, det er ikke begyndelsen på et kærestebrev. Robert Llewelyn er fortsat min allerkæreste, men nu kun på det spirituelle plan. Herfra guider han mig til at forblive en vital kvinde og som sådan anvende mine talenter, hvor jeg kan gøre bedst nytte med dem. Men hvor vil jeg dog gerne have ham også i en fysisk, maskulin udgave, som den mand han var i kød og blod... En lignende personlighed længes jeg efter.

Gennem snart 30 år har min bevidsthed fået tilført dynamik og helhed via især 6 skønne, ægte mænd, men også via min virksomhed Power-Design (1985-) og visa-versa. Her har jeg udviklet PowerDesignMetoden og givet dens musiske redskaber fra mig til personer, som arbejder med kreativ udvikling og således bryder fastlåste steder, så "indvikling" bliver sat i bevægelse og transformeret til udvikling og afvikling...

Jeg selv "danser" i hele feltet, nu som en slags livsklog teenager, der udelukkende går efter solskin og alt det, der gør godt i under-livet; livet for undere. Hara kalder vi det med en energi-benævnelse.

Siden det sidst var sommer, har jeg kørt i frigear og spillet golf² lige så ofte, som solen har vist sig på himlen over Ebeltoft Golfbane. Jeg har gået, og går fortsat, efter min lyst og min livsglæde, og jeg vil se og mærke, hvor det fører mig hen. Det er en slags forskningsprojekt i anvendelse af mine egne udviklingsredskaber.

Vejledning gennem drømmene

I PowerDesignMetoden indgår drømmene og livshistorierne som redskaber til at se og kende sig selv og sin vej. Her har jeg det personligt som en tidligere kulturminister og psykologi-professor, Lise Østergaard, der engang i en kronik brugte overskriften: *"Kære drøm. Hvordan har jeg det?"*

Jeg MÅ, som Lise Østergaard, have fortløbende, helst daglig, kontakt med mine drømme, for derigennem at holde kursen i mit hverdagsliv og vide, hvordan jeg dybest set har det. Med drømmene kommer psykologien helt ned på jorden og ind, hvor den hører hjemme. Især når man tolker og følger drømmene som ypperligste vejledere – som breve fra himlene.

Mine drømme indfanger jeg med hovedet på puden og det ene øje åbnet, mens det andet holder øje med,

² En af mine tidligere ægtemænd fik åbnet mine øjne for det skønne golfspil for 25 år siden. I 20 år har jeg imidlertid holdt pause, indtil jeg sidste sommer besluttede, at alt, hvad der har været til stor glæde for mig, skal jeg fortsætte med, så vidt muligt. – Dagen efter var jeg igen medlem af Ebeltoft Golf Course. – Få dage før havde jeg afsluttet en 5-årig og disciplinært krævende uddannelse til PO-organist. Jeg havde siddet en vis legemsdel kold og flad på orgelbænkene i alt for mange timer, men jeg bestod eksamen! Modreaktionen var denne min tilstand af frigear = golfspil når solen skinner.

at jeg skriver nattens drøm på papiret i min dag&nat-bog – og ikke, som det er sket, på det hvide lagen, hvorfra drømmen før eller siden vaskes væk og kun kan gemmes, hvis jeg broderer oven på blyantskriften.

Umiddelbart før solens sidste vending på sin himmelbane, nærmere den 19. december sidste år, talte en drøm til mig med følgende ordlyd: *”Jeg forelsker mig i en mand ved et kursus hos Anne Sophie”*. [AS er psykolog og forfatter til flere tantrabøger, som jeg har læst. Hun er desuden leder af Tigerens Rede i Gedved]. - Se fodnote 1.

Nye kompositioner i ny grundtone

Efter for længst at have fuldført mit personlige bygningsarbejdet med Den gyldne Bro³, befinder jeg mig i livets anden teenage-alder (65+), og her forbereder jeg mig til at flytte ”hjemmefra” – væk fra mit geografiske hjemsted på Helgenæs, hvor jeg har boet og arbejdet gennem de sidste 12 år. Huset og stedet på Helgenæs må siges p.t. at være symbol på min tryghedszone, men også at være blevet mig temmelig kulturelt lavloftet og beliggende for langt fra alfarvej, når det gælder mine spontane kulturtiltag.

Jeg ser nu mig selv klar til at springe på oplevelsestoget i Tivoli og andre steder, og jeg lader ske, hvad der vil ske - - - ind imellem jeg fortsat spiller mine ”18 huller”, så snart vejrmeldingen indikerer sol over Molslandet; ind imellem, at jeg på disse mine særlige vandreture (ca. 10-11 km pr. runde) får frisk luft og motion til mine tanker omkring nutiden og fremtiden. Tanker så som: Hvor skal jeg flytte hen? (- til England? eller Rønne? eller Aarhus? eller Langt-Bortistan?). Hvem skal jeg bo sammen med? (- én person? flere i et spirituelt Bofællesskab? flere i et musikerfællesskab?). Hvad skal vi lege... når jeg ikke spiller golf eller flygel?

Formålet med det hele er jeg aldrig et sekund i tvivl om, og ej heller at *”Musikken viser vej”* med mit motto forrest, *”Love is Life – Life is Love”*, akkurat som i mit firmas logo, hvor slangen med penishovedets hjerte rejser sig ud fra og slynger sig halvt omkring Moder Jords farverige klode.

Motto og logo er fra 1985, hvor mit firma Power-Design blev undfanget, født og navngivet på en studierejse i Indien.



Golfspil = essensen i Dynamisk bevidsthed

Siden min beslutning om deltagelse i omtalte kursus har drømmene i en lind strøm vist mig tænder. Jeg lutrer min fortid og min nutid, samtidig med at jeg fortsat leger med mine golfkøller, golfjern og spiller de orangefarvede vinter-bolde i hul efter hul, 18 gange i hvert spil. - Energi i såvel vandret som lodret spil!

Golf er et dybt erotisk spil, især sådan som jeg spiller det.

Jeg har for tiden golføj på i røde og orange farvetoner og i uldent, ternet klæde – varmt og komfortabelt.

Jeg centrer i hara, naturligvis med en flot ´stand´: Spredte ben, fødderne godt placeret på jorden, let bøjede

³ Den gyldne Bro er min benævnelse for det udviklingsarbejde, som midt i livet (ca. 42-56 år) skal opsamles via bevidst indsigt i, hvordan man mestrede at forcere sine mindre broer (ved 7-14-21-28-35-42 års alderen).

knæ, halen bagud og en lige ryglinje. Hoftesvinget fører an i min drejning, og armene følger efter med jern eller kølle i hånden, hvorefter jeg rammer min orangefarvede vinterbold, som ligger klar og blot venter på at blive "drivet" ud – komme ud at få en forrygende lufttur. Det sker alt sammen i ren nydelse og med stor tilfredsstillelse både i nuet og ved tanken om i sidste ende at 'putte' bolden i hul på bedst mulig måde.... Så følger lyden af, at bolden rammer bunden af koppen (hullets dybeste sted, "foret" med et lille "vagnarør" ned i jorden). Klonk.

Støn... Jubel! Opmuntring fra medspillerne.

– Videre til næste hul!



Jamen-jamen. - Kan du se det?

Hver eneste gang er rækkefølgen i den nydende og kraftudøvende proces følgende:

(1) Hara (underlivet – livet for undere). (2) Fokus på den orangefarvede, lækre bold (kuglerund og hård... hvid i sommerhalvåret... lidt nubret overflade... lækker i hånden). (3) Og så i hul med den, efter et omhyggeligt sigte og et tilpas nænsomt og fast slag med 'putteren' (det sidste hjælperedskab før HUL). Dette ved hjælp af stor koncentration og dygtighed, hvor øvelse gør mester!

Tilbage er at håbe, at kurset den 6.-9. marts i "Dynamisk energibevidsthed" hos Anne Sophie Jørgensen er lige så sjovt og givende, som det er at spille golf sammen med skønne mennesker i ind- og udland. Det hører I om ved en senere lejlighed.

Jeg vover dog at deltage i kurset under alle omstændigheder, for sådan er min livsholdning: Hellere Dynamisk bevidsthed end "levende død". Hellere udvikling end indvikling. Come on!

Helgenæs

17. februar 2014

© Birgit Lyngø ♦ Power-Design.DK