



Velkommen til min nordiske versjon av bloggen
www.jonmostad.com

RELASJONER OG HVORFOR DISSE ER VANSKELIGE FOR MEG – TEMA FOR UKE 43-2018

Hver fredag aften poster jeg en blogg på www.jonmostad.com. Tekstene har et meditativt og spirituelt innhold. Du kan abonnere på mine blogger, gratis og uten forpliktelser. Hver blogg utløser daglige Quotes og Captions på Instagram <https://www.instagram.com/mostadjon/>.

Du som leser bloggene mine må lete mellom linjene for å bli nærmere kjent med den private meg. Jeg ønsker at det skal være slik. Vi skal kunne møtes over en tekst på et sosialt medie og fortsatt ha vårt private rom for oss selv. Jeg har lært forskjellene på å være «privat» og «personlig». I teksten som følger vil jeg si litt mer.

Hver fredag klokken 1700 poster jeg ukens tekst. Temaene er spirituelle. Mitt formål er å stimulere deg som leser, til å søke en spirituell inspirasjon for utviklingen av livet ditt. En «spirituell inspirasjon» handler om å søke erfaringer og å utvikle kunnskap som strekker seg lenger enn hva en 3D verden åpner for.

Tekstene mine postes på www.jonmostad.com hver fredag klokken 1700 europeisk tid. Min Instagramkonto @mostadjon følger daglig opp med Quotes og Captions hvor temaet utdypes.

Føl deg fri til å kommentere og kontakte meg for utdypninger.

Hva som er vanskelig

Når jeg er «privat» gir jeg deg informasjon fra mitt private rom. Jeg tenker at du har lite bruk for og glede av det. Når jeg er «personlig» deler jeg opplevelser og følelser med deg som kan ha åpen interesse for oss begge og andre. Når jeg er «personlig» er jeg like mye i styrke som i svakhet, om slikt finnes. Den som søker å leve et spirituelt liv, skal også våge å leve et «personlig» liv.

Når jeg forsto at det å søke en spirituell utvikling for livet, handler om å akseptere sine sår, arr, mindre funksjonelle handlingsmønstre og åpenbare mangler, kunne jeg puste lettet ut. Når jeg videre forsto at jeg kunne utvikle spirituell kunnskap og allikevel få lov til å være ufullstendig, kunne jeg begynne å smile. Nå vet jeg at «opplyst» blir den som gjennom liv etter liv, skritt for skritt, betaler sin karmiske gjeld og forbereder sin neste inkarnasjon ved å være i sitt dharma. Da kunne jeg senke skuldrene og godta meg selv som jeg er.

Jeg er god til «noe» og jeg er dårlig til «noe», og jeg tar valgene for hva jeg skal arbeide med.

Jeg har lært en lekse

«Relasjoner er vanskelig for meg», er en egenskap ved meg selv som grenser til det private rom. Utsagnet er både sant og usant. Når er det sant og når er det usant? Jeg skal forsøke å si litt om det. Da trenger jeg at du blir meg et godt stykke tilbake i mitt liv.

Mine første minner som liten gutt er knyttet til avvisning. Jeg kan ha vært mellom 3 og 4 år da mine foreldre forlot meg på et hjem overlatt til fremmede, for en periode på 4 uker. Jeg var selvsagt for liten til å forstå. Om natten ble jeg overfalt av redsel, vandret rundt på hjemmet og gråt etter mor og far. Personalet låste meg inne på et rom, så jeg ikke kunne vandre rundt. I løpet av de 4 ukene ble jeg skadet for livet. Min tillit til relasjoner er aldri blitt helet. I en alder av 13 år forsto jeg endelig at jeg var alene og ansvarlig for mitt eget liv.

I dag er jeg en godt voksen mann og vet at denne opplevelsen skulle jeg møte. Livet er alltid en avstemming av tidligere liv, slik er loven om karma. Jeg ble hardt «straffet» for å betale en unnlattessynd i et tidligere liv. I en slik fortelling kan jeg kjenne lettelse, selv om smerten ikke er mindre av den grunn.

Hva jeg lærte

Jeg lærte at jeg ikke kunne ha tillit i relasjoner. Jeg lærte at i en relasjon ligger avvisningen og venter. Gjennom oppvekst med mye usikkerhet, kritikk og fravær av kjærlighet, lærte jeg å isolere meg, trekke meg tilbake og ikke vise følelser. Jeg ble svært god til å ta vare på meg selv, men prisen ble høy. For å sikre meg mot avvisning fra den andre, avviste jeg selv. En fattig strategi for å beskytte meg selv.

En miks av frykt for avvisning, kritikk, krav og straff, har formet meg. En side ved denne lite heldige kombinasjonen, er at jeg har problemer med å forstå når jeg ikke blir utsatt for det vonde, men kun møter naturlige forventninger i enhver relasjon. Hodet mitt vet dette, men følelsene min vet ikke.

Hva jeg holdt fast ved

Jeg holdt fast ved kjærlighet. Dypt i meg kjente jeg en lengsel etter det vakre. I dag forstår jeg at jeg hele mitt liv har båret på en spirituell inspirasjon. Jeg kunne valgt mørket, men jeg valgte lyset. Jeg har gjort mange feil jeg angreir på, men jeg valgte alltid lyset som vei ut. Jeg har sår, arr og skadete følelser, men ingen bitterhet eller ønske om hevn. Alltid det lyse.

Valget

Livet som en sjel i en kropp styrt av et ego, er for de tøffeste. I dag kjenner jeg livslengden min. Jeg kan regne baklengs fra året jeg skal forlate kroppen og jeg kan beregne antall år hvor jeg fortsatt kan være aktiv i mitt livsformål, mitt dharma. Regnestykket er enkelt, jeg kan ta et valg.

Jeg vet at jeg i dette livet har gjort opp mitt karma fra tidligere liv, på flere områder. Akkurat som å legge av seg en tung ryggsekk. Jeg vet også at jeg i dette livet er forberedt for neste liv som vil bli svært annerledes. På en måte kjenner jeg meg balansert. Derfor har jeg valgt å leve videre med min ufullstendighet av sårede følelser og fysiske plager som følger av dette. I mange år har jeg gjennom indre arbeid, trening, studier og reiser, helet mine sår. Nok er nok. Jeg stopper der. Så ble jeg ikke perfekt, «opplyst», «ren», «helgen» eller noe annet, i dette livet. Jeg har det godt med det. Derimot fikk jeg i denne siste tredjedelen av mitt liv, plass til mitt livsformål.

Moralen?

For all del, ikke lytt til meg. Jeg er ingen moralsk standard for noen. Kanskje kan du kjenne deg igjen i noe? I så fall er jeg både trist og glad. Jeg forsøker å formidle en erfaring fra et langt liv, som kan være nyttig for refleksjon. Oppsummert kan jeg si det slik:

1. se motgang i livet som en mulighet for å «gjøre opp for deg», lære og komme deg videre
2. vær ærlig med deg selv i hva du ønsker å gjøre noe med og når «nok er nok», slik at du kan komme deg videre
3. ha tillit til at den «opplyste» har sine ufullstendigheter akkurat som deg og velg lyset i alt hva du foretar deg

Avveiingen mellom å velge kjærlighet og således være på «tilbudssiden» i møtet med andre, og ansvaret for meg selv i å ikke akseptere hva som ikke er mitt, er en stor utfordring for meg.

Jeg kommer ikke når noen forlanger det av meg

Allergien min mot å bli kontrollert, dominert og kommandert, kan til tider bli en plage for meg. Ja, av og til må jeg be om unnskyldning. Jeg ber gjerne om unnskyldning når jeg innser at jeg har vært rigid og arrogant. Derimot er jeg ikke så glad for å skulle møte andres behov når disse ikke kjennes riktige for meg. Derfor arbeider jeg med hvilke forventninger jeg tar i mot og hvilke jeg returnerer. Jeg synes bildet er ansvarlig.

Halvt Gud og halvt Menneske

Gud som den skapende kraft tok opphold i mennesket ved ordet. Vi er gitt evnen til å skjelne og velge. Jeg tror mennesker skal akseptere sine ufullstendigheter, arbeide for å forbedre seg og leve med sine mangler når «nok er nok». Da kan mennesket også finne tid til å søke sitt livsformål, sette dette inn i praksis og forberede livet som kommer.

Jon

Du kan følge meg på:

Web <https://www.jonmostad.com>

Facebook <https://www.facebook.com/jonmostad/>

Instagram <https://www.instagram.com/mostadjon/>

YouTube https://www.youtube.com/channel/UCYgazxYIVKzIMuLiHU_re4Q?view_as=subscriber

Takk for at du klikket deg inn.

Jon

