



MIRAKELNYTT



En inspirationskälla för dig som är intresserad av
A Course in Miracles (ACIM) / En Kurs i Mirakler (EKIM)

Nr 3

Föreningen Nätverket En Kurs i Mirakler
Nätverket bildades 19 oktober 1993

År 2008

December 2008

I det här numret

Nätverket fyller 15 år, av Gunilla Wigerz	sid 3-5
Nätverksträff okt 2008, Idag städade jag trappan, av Anki Elenius	sid 6-7
Om lön för mödan, av Birgitta Norrbin	sid 8
Om Helande, av Camilla Clain Dikt, av Siv Karlsson	sid 9
Humor, av Albert Harloff	Sid 10-13
Gud tar sista steget, av Jane Cimmerbeck	sid 14
Anden min och jag, av Paulina Fredrikson Jag har varit här förut, Agneta M	sid 15-16
Annons, Studiecirklar	Sid 17-18
Dikt, av Siv Karlsson Aktuellt	Sid 19-20

Hej kära mirakelvänner och välkomna till ett nytt nummer av Mirakelnytt!

När jag första gången såg Birgitta Sjöqvists bok "Ljuset över jorden flödar" så kände jag igen mig. I EKIM står det "Att känna igen innebär att åter känna, och betyder att du tidigare kände". T-3.III.2:2

Jag har färdats i ljustrålen upp i ljuset. Jag har stigit ut i det varma, vänliga omslutande ljuset och känt mig hemma. Jag vet i mitt hjärta att det är sanningen. Det är ett heligt ögonblick när jag känner mig som ett med Gud och med alla mina medmänniskor.

Jag var med om en så kallad nära döden upplevelse för drygt sex år sedan, men jag kände mig inte död, jag kände mig så levande.

Jag fick ett budskap om att jag var på fel väg, att jag skulle lägga alla mina planer på hyllan och lyssna till Rösterna som talar för Gud. Under min sjukhusvistelse och rehabilitering så kände jag att Gud var med mig och jag var bara lycklig. / *Agneta Martin*

GUDS VILJA

Det finns en stillhet ~ bortom tiden ~ en frid och inre ro
omgiven av tusen änglars vingslag ~ och hållen skyddad genom Guds Egen Hand.

Den är till för var och en av oss. Ändock är det mycket få som har funnit den.

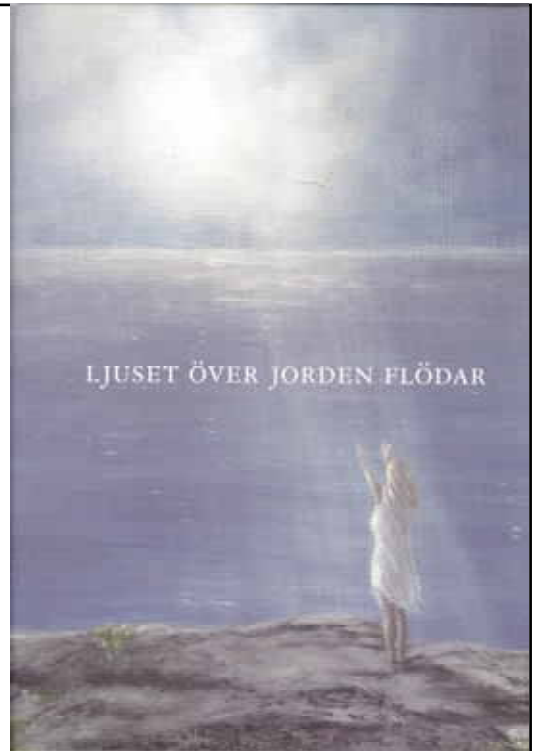
Den kommer att vänta på alla ~ som verkligen söker den
och alla av dessa kommer till slut att finna
denna skyddade hamn ~ dold för världen ~ och ändock i öppen dag!

Dess klarhet är bländande ~ men av ett slag som man sällan ser!
Dess rop finns där hela tiden ~ men kan knappast förnimmas!
Attack måste misslyckas med att finna den
Men inför kärlek ~ ger den ett ögonblickligt svar!

Här förmår man känna igen Guds Vilja ~ och här är den fortfarande hyllad.

Och det är här ~ som till slut ~ Guds Son kommer att förstå
att hans och Guds Vilja är densamma!

Ur Helen Schucman's "The Gift of GOD"
Översatt och tolkad av Hans-Jörgen Gerloff



Information om föreningen

FÖRENINGENS STYRELSE OCH ANSVARSOMRÅDEN

Agneta Martin, ordförande
Ansvarig utgivare av Mirakelnytt,
böcker och litteratur som berör EKIM
Insändare och frågor: Bromsvägen 2, 184 38 Åkersberga
Tel: 08-540 232 85
E-post: agneta.martin@mirakelkursen.org

Hans-Jörgen Gerloff, vice ordförande
Ansvarig för regionala och lokala grupper,
kontaktperson ang. studiegrupper,
kursverksamhet, utlandsbesök
Tel: 042/13 56 94, 070/170 65 33,
E-post: hans-jorgen.gerloff@mirakelkursen.org

Sören Fohlström, kassör
Ansvarig för ekonomi och medlemsavgifter
Tel: 0454/32 92 13
E-post: fohlstrom@mirakelkursen.org

Kerstin Roepstorff, sekreterare
Ansvarig för kontakter med nya medlemmar,
utskick av informationsmaterial
Tel: 035/662 35
E-post: kerstin.roepstorff@mirakelkursen.org

Sven Åkerlund, styrelseledamot
webmaster med ansvar för hemsidan
Tel: 040/23 27 38
E-post: webmaster@mirakelkursen.org

Sita Åhrberg, styrelsesuppleant
Tel: 0226-410 25
E-post: sita.ahrberg@mirakelkursen.org

Erik Åhrberg, styrelsesuppleant
Tel: 0226-410 25
E-post: erik.ahrberg@mirakelkursen.org

Pg 830 09 72-0 / Officiell adress:
Föreningen Nätverket En Kurs i Mirakler
Bromsvägen 2, 184 38 Åkersberga
Tel: 08-540 232 85
E-post: info@mirakelkursen.org
Hemsida: www.mirakelkursen.org
Sven Åkerlund: Teknisk support för hemsidan
E-post: webmaster@mirakelkursen.org

FÖRENINGEN NÄTVERKET EN KURS I MIRAKLER

Utdrag ur stadgarna tagna 2008-04-18:

Nätverket En Kurs i Mirakler är en ideell partipolitiskt och religiöst obunden förening som är till för dig som är intresserad av En Kurs i Mirakler (A Course in Miracles).

Syftet med föreningen är att vi som valt att öka medvetenheten inom oss själva, kan stödja och inspirera varandra till inre frid och därigenom sprida ljus och glädje vidare till andra.

Vi arrangerar nätverksträffar för alla medlemmar två gånger per år. Vi samtalar om tolkningar av Mirakelkursen och hur dess budskap kan levas i vardagen.

Vår tidning Mirakelnytt skall ges ut minst två gånger per år. Vi utvecklar en global verksamhet, kontakt med andra länder och nätverk.

Föreningen är informationscentral och kontaktorgan för:

- kurser, föredrag och studiegrupper i Sverige
- böcker och litteratur som berör En Kurs i Mirakler
- nyheter
- resurspersoner
- utlandsbesök

Medlemmar i föreningen godkänner att uppgifter om deras namn, adresser, telefonnr, e-post samt bilder från olika aktiviteter finns på Föreningen Nätverket En Kurs i Miraklers hemsida, www.mirakelkursen.org med medlemsinloggning.

Alla intresserade har en stående inbjudan att bidra med egna alster till vår gemensamma tidning Mirakelnytt. Alla översättningar från Kursen är fria tolkningar av A Course in Miracles.

Den som insänder material för publicering ansvarar själv för innehållet samt godkänner publicering på hemsidan. Välkommen att kontakta oss i styrelsen. om du inte redan är medlem, men gärna vill bli det!

Om du vill bli medlem i föreningen, betalar du in medlemsavgiften på f.n. 200 kr/år på pg: 830 09 72-0.

INFORMATION OM GÅVOFOND/STÖDFOND:

De som önskar stödja föreningen genom en gåva kan sätta in pengar på pg 830 09 72-0 och märka inbetalningen "Gåva". Bidrag används dels till gästföreläsare på våra träffar och dels till att subventionera medlemmars deltagande på träffarna.

Annonsspriser i Mirakelnytt fr o m nr 2/2006 för alla som tar betalt för sin verksamhet. I ett och samma nr av tidningen kan ingå annonser upp till totalt max 4 A4 sidor.
1/4 sida:125 kr, 1/2 sida:250 kr, 1/1 sida:500 kr

Nätverket En Kurs i Mirakler firar 15 år av Gunilla Wigertz

Inför Nätverkets 15-årsjubileum på Granhedsgården den 3 - 5 okt, blev jag, Gunilla Wigertz, uppringd av vår käre kassör Sören Fohlström. Han undrade om jag kunde skriva ihop något om Nätverkets historia. Så på lördagskvällen fick jag den äran att läsa upp min berättelse och samtidigt som jag läste upp de på träffen närvarande medlemmarnas namn (i fet stil nedan), välkomnade jag dem att stiga fram tillsammans med mig på "scenen". För mig var inte avsikten att göra någon "speciell" utan mer att synliggöra och få tacka de personer som har gjort sina insatser för En Kurs i Mirakler i Sverige och för själva Nätverket under åren som gått. Jag är medveten om att det finns många fler att tacka, andra aktiva nätverksmedarbetare och inte minst alla medlemmar som bidragit till Nätverkets utveckling genom att bli just medlemmar och kanske t o m bidragit med sig själva på de Nätverksträffar vi haft genom åren. Så varmt och stort tack till er alla i Nätverket! Här följer historiken, sedd ur min varseblivning:

Ulf Wählström startade världens första andliga politiska parti Enhet den 6 april 1990. Det blev redan från början en stor tillströmning och efter ett år bestämde sig medlemmarna för att skaffa en egen kursgård där medlemmarna skulle kunna utbilda varandra inom andlighet, personlig utveckling och inom politiska frågor.

I Dagens Nyheter stod våren 1991 en annons om att Rinkesta Slott utanför Eskilstuna fanns att hyra. Ulf gick ut till medlemmarna med en förfrågan om ifall Enhet skulle hyra slottet. Medlemmarna sade JA! genom att skänka en 1000-lapp var som skulle täcka första årets hyra.

Slottet hade under 1900-talet varit ett hem för utvecklingsstörda och den första tiden på slottet, vintern och våren 1992, gick åt till att rusta, renovera och pynta slottet. Enhetsmedlemmarna **Gunilla Wigertz** och **Kerstin Heyman** var med på de första mötena på Rinkesta Slott och när Ulf uttryckte sin önskan om ideell arbetskraft, så var Kerstin och Gunilla bland de första som svarade JA! Kerstin tog på sig husfransvaret och ansvaret för städningen. Gunilla skulle verka som programansvarig för verksamheten på slottet.

Då slottet hade ett 30-tal rum, fick medlemmarna

välja sina egna rum att renovera och pynta upp såsom de själva ville ha dem. Tanken var att varje gång dessa medlemmar skulle komma till slottet, så skulle de få sina "egna" rum. Däremellan skulle rummen hyras ut till andra. Tanken var att använda Rinkesta dels som utbildningscentrum för Enhets medlemmar, men för att få ihop till hyran behövdes också utomstående som började använda Rinkesta som kursgård.

En Enhetsmedlem som valde rum och var med redan från början var den trogna **Maj-Lis Gustafsson** från Härnösand. Hon valde hörnrummet bredvid salongen som därmed kom att kallas "Norrländssviten" eftersom det låg så långt norrut... jämfört med Rinkesta i alla fall... I Norrländssviten bodde hon varje gång hon besökte Rinkesta antingen det var på Enhetsträffar eller sedermera Nätverksträffar för Mirakelkursen. När medlemmarna så småningom tröttnade på att renovera och pynta sina rum, tog Kerstin Heyman över och med sin oöverträffade energi och snabbhet hade hon på bara några veckor ställt i ordning hela slottet med möbler och gardiner. Detta skedde 1992, i maj när göken gol och Ulf tog semester i Spanien med en kompis! Sedan tog ju Kerstin även över köket och sedermera hela slottet, men det är en annan historia...

När nyhetens behag hade lagt sig och medlemmarna inte längre tyckte det var lika roligt att rädda världen genom att komma till Rinkesta och arbeta för Enhet, så återstod den krassa ekonomiska verkligheten. Ulf gick ut till medlemmarna för att fråga om de verkligen ville behålla Rinkesta eller ej. Responsen var inte mycket att hurra för. Ulf, Gunilla och två till av de kvarvarande Enhetsmedlemmarna på Rinkesta beslöt sig för att fortsätta driva Rinkesta Slott som en andlig kursgård, men utan att Enhet stod bakom som huvudman. Ulf och Gunilla utvecklade tidigt en relation och till slut blev det endast Ulf och Gunilla kvar som fortsatte driva Rinkesta. Under 90-talet kom Rinkesta att besökas av många människor. Många kursdeltagare, medlemmar i Enhet och medlemmar i Nätverket för Mirakelkursen. Dessutom kom det människor som under perioder bodde och jobbade på Rinkesta och hjälpte till med verksamheten.

Precis innan Ulf startade Enhet hade han både läst

A Course in Miracles och gjort lektionerna. Gunilla hade hört talas om A Course in Miracles, men tyckte det lät flummigt och brydde sig inte närmare. Men när hon fick veta att Ulf, denne smarte karl, läst Kursen, så förstod hon att Kursen måste vara något riktigt speciellt och ville veta mer!

Hon anmälde sig till en 10-dagars kurs på Ramsbergsgården och det visade sig vara **Hans-Jörgen Gerloffs** första kurs i A Course in Miracles! Gunilla fick en stark upplevelse på denna kurs. Hon kände att hon äntligen hittat "hem" och lovade sig själv att ägna sitt liv åt att sprida Kursens budskap.

Ulf och Gunilla bjöd Hans-Jörgen till Rinkesta för att hålla en helgkurs i A Course in Miracles för Enhets medlemmar. Till denna kurs kom bl a **Thorbjörn Eriksson**, som efter den helgen gick omkring på små rosa moln i två veckor och i sin tacksamhet sände ett stort fång med rosor till Rinkesta. Därmed var Thorbjörn "fast" och flyttade t o m till Rinkesta för att hjälpa till på kursgården som gårdstomt.

Ulfs, Gunillas och Hans-Jörgens samarbete växte och Hans-Jörgen valde ett eget rum på slottet och började redan 1992 hålla årskurser i A Course in Miracles på Rinkesta. Han och hans dåvarande assistent bilade varje månad upp till slottet och höll kurserna som bl a Maj-Lis gick. Ulf och Gunilla började också hålla egna kurser i ACIM både på Rinkesta och på andra orter i Sverige.

Kursen fanns då endast på engelska och för att underlätta för sina icke engelsktalande kursdeltagare, började Ulf och Gunilla översätta Lektionsboken med alla 365 lektioner. Det tog sammanlagt tre år. Hans-Jörgen fick tillgång till Curt Jonssons översättning av kapitel 1 - 8 i Textboken, men övriga kapitel i Textboken samt Handledningen för lärare återstod att översätta. En hängiven kursdeltagare till Hans-Jörgen vid namn Britta Zettmar började översätta återstoden av materialet och till sin hjälp att skriva hade hon den noggranna **Monica Lang**, som då hade fått ett tillfälligt projektjobb på kontoret på Rinkesta och hjälpte till med både A Course in Miracles och Enhet.

Mer än något annat ville dessa inblandade i översättningsarbetet att Kursen skulle komma ut på svenska, men ingen i denna grupp av "amatöröversättare" hade som ambition att bli den

officiella översättaren, för ett sådant uppdrag skulle säkerligen handla om ett arbete på säkert 8 - 10 år. Under tiden förmedlade Ulf och Gunilla hela den inofficiella och privata översättningen av Mirakelkursen mot kopieringskostnad till människor som behövde den på svenska för att kunna läsa och förstå den. Rykten gick om att det fanns andra människor i Sverige som dels jobbade med Kursen och dels höll på att översätta den. **Erik Åhrberg** höll visst på där borta på Stjärnsund i Dalarna? Och så fanns det en **Svend och Kerstin Roepstorff** utanför Halmstad som visst också var på hugget! Och hur var det med **Birgitta Norrbin** från Malmö... Hur låg det till med översättningen egentligen?

Sent i lampskenet en kväll på kontoret på Rinkesta när Gunilla, Ulf och Hans-Jörgen satt och pratade med varandra föddes idén:

"Vi söker reda på alla människor som jobbar aktivt för att sprida A Course in Miracles, vare sig de är kursledare eller jobbar med översättningen!"

Sagt och gjort: En inbjudan skickades till de personer runt om i Sverige som gruppen kände till. Syftet var främst att få reda på hur det låg till med översättningen men också att försöka samlas och enas kring en lösning till att få den översatt.

Inbjudan hörsammades av ett 20-tal kända och okända personer. Det blev en intensiv helg där egot på olika sätt gjorde sig hörd, men helt klart var även Helige Ande där och den på många sätt starka gruppen hade på söndagen enats om att träffas igen. Därmed var Nätverket för Mirakelkursen bildat och det var söndagen den 19 okt 1993!

Som lite kuriosa kan nämnas att till denna första träff kom **Kay Pollak** - som redan då skrev en slags studiebrevev baserade på ACIM. Ägaren till dåvarande East & West alternativa bokhandel i Stockholm, Jan Vintilescu, var också där. Jan kunde tillkännage att han av Foundation for Inner Peace fått det officiella översättningsuppdraget. Inom parentes bör dock sägas att Vintilescu kunde aldrig slutföra sitt uppdrag, då han gick bort den 9 augusti 1994 efter en kort tids sjukdom. Processen om översättningen fortsatte, tills en liten grupp på fem personer, bl a **Agneta Martin** och Gunnila Freudenthal från Stockholm gjorde en provöversättning och någon gång 1995-96 utsågs Gunnila till officiell svensk översättare.

Gunilla Wigertz tog på sig det administrativa ansvaret för Nätverket och administrerade det under de tre första åren från Rinkesta. Därmed blev det naturligt att de kommande nätverksträffarna också hölls på Rinkesta som också började kallas Mirakelslottet.

Som lite kuriosa kan utöver redan nämnda personer nämnas ytterligare några av Nätverkets första medlemmar: I en medlemslista från 1995 kan vi bl a hitta namn som Tomas Frankell, Alex Tancredi och hans Anna Norbäck som tagit hit David Hoffmeister till Sverige, Lars Solstråle och Ki Myrbäck, **Monica Segerberg**, **Ken Lentonsson** och **Maya Mejer**.

Medlemsantalet låg de första åren ganska konstant på mellan 100 och 130 medlemmar. Nätverket hade i början tre nätverksträffar varje år. Deltagarantalet på träffarna varierade; oftast lågt det på mellan 20 och 30 deltagare, men när nätverket fick välkomna "Mirakelkändisar" som Tomas Frankell och Göran Grip så var det t o m upp till 50 personer, d v s 50 % av medlemsskaran! (Som lite kuriosa kan nämnas att Nätverket i dag har 317 medlemmar.)

Efter drygt tre år behövde Gunilla skära ner på sina arbetsuppgifter och den Helige Ande visade då, 1997, fram en inspirerad själ vid namn Eva Tuvhav, Stockholm, och hon administrerade nätverket i ytterligare tre år och därefter, under hösten 1999 tog Berit Samuelsson över administrationen med hjälp av

Lena Jeppsson. Efter nästan tre år igen gick stafett-pinnen år 2002 över till **Carina Hansson**, som sedan dess i ca sex år varit nätverkets ordförande tills Agneta Martin i våras tog över.

I början av 1999 lämnade Ulf och Gunilla Rinkesta slott och Kerstin tog över verksamheten som hon en gång varit med och startat. Nätverket för Mirakelkursen fortsatte ha sina träffar där, men hösten år 2000 prövade styrelsen ett nytt grepp: Styrelsen hade en teori om att medlemmarna i Nätverket kanske tyckte att det blivit onödigt dyrt på Rinkesta. Dessutom ville en del medlemmar att nätverket skulle flytta runt sina träffar i landet. Den höstens nätverksträff hölls för första gången någon annanstans än på Rinkesta och valet föll på Markaryd i Småland. Nätverket prövade ytterligare några ställen, bl a på Örnberg-Östergötland och hos vännerna **Lars Dahlman**, **Olle Eriksson** och **Albert Harloff** i Stjärnsund-Dalarna, Hillesgård i Skåne, Hällungen i Bohuslän för att så småningom återvända till Kerstin och Rinkesta igen. Och eftersom Nätverket och Kerstin tydligen följs åt, så är vi sedan i våras och tills vidare på Granhedsgården utanför Flen.

Stort och hjärtevarmt tack till alla mina medpassagerare på denna livets Mirakelkurs!

Gunilla Wigertz, Östra Ryd (Norrköping)
www.gunillawigertz.se



Nätverksträffen på Grangården 3-5 oktober 2008

Det är torsdag morgon. Idag ska jag följa min längtan och resa till min första nätverksträff. Jag känner mig så lugn, borde jag inte vara nervös frågar jag mig. Jag tänker på den värme och omsorg som redan visats mig när jag anmälde mitt intresse för att delta. Det känns så rätt.

Öppnar EKIM läser dagens lektion 197 ”**Det kan bara vara min egen tacksamhet som jag förtjänar.**” Nu när jag sitter och skriver läser jag den igen och förstår att jag jobbat med den hela helgen.

Världen måste tacka dig när du erbjuder den befrielse från dina illusioner. Men dina tacksägelse tillhör också dig, för världens befrielse kan bara återspegla din egen. Din tacksamhet är allt dina gåvor behöver, så att de blir bestående gåvor från ett tacksamt hjärta, för evigt befriat från helvetet. W 197 III 1-3

Äntligen framme! Kaj Pollack möter i dörren. Han utstrålar kraftfull energi som han bara måste få ge uttryck för. Jag går in i samlingsalen och blir välkomnad som en efterlängtd syster och något märkligt inträffar. Känner inte jag dig? Har inte vi setts? Är frågor jag möts av. Under helgen inträffar detta flera gånger. Det händer något i hjärtat men jag lyckas inte fånga det. Men innan helgen är slut förstår jag. Det var inte kroppens igenkännande utan sinnets. Jag hörde till. Tack!

Kaj bara är. Vi pratar om hans film Så som i himlen. Hur den kom till, budskapet och rollfigurerna. Sen vill han att vi ska prata om den kommande filmen med arbetsnamnet Så som i himlen 2 med underrubrik Så ock på jorden. Vårt första grupparbete där vi växlar mellan att presentera våra tankar till honom och diskutera sinsemellan. Oj så mycket skratt, så mycket känslor. Vi talar senare om hans kraftfulla ställningstagande, Daniel är DÖD! Han är borta och det är INTE förhandlingsbart! Kursen lär oss att det finns ingen död. Vi har mycket roligt åt detta. Kvällen avslutas med nattbio. Så som i himlen förstås.

Jag är trött efter resan så jag väljer att avstå. Har sett den flera gånger tidigare. Men, jag kommer inte i säng förrän efter klockan 1 på natten för jag hamnar i samtal med en underbar kvinna i duschrummet av alla ställen. När hon går ger hon mig en mjuk och innerlig kram. Det kändes som att bli omsluten av

änglavingar. Tack! Jag får uppleva detta flera gånger. Tack alla som lyssnade och samtalande med mig när mitt uppdämda behov av att tala med den som förstod svämmade över. Att tala samma språk ~ Att ha samma mål ~

Det är en vacker trakt. Jag får uppleva en till höst med alla färger. I Kiruna är alla löv fälda och vintern står för dörren. Just nu är marken täckt av ett tunt lager vit ren snö.

Dagarna är fulltecknade. Programmet är väl genomtänkt och det går en röd tråd genom alla övningar. Min grupp är lite som en syskongrupp. Energierna är inte i fas men vi har alla hamnat i rätt grupp för det är här som just vi kan helas. Med kärlek och tålmod så uppstår en känsla av helhet och vi har alla lärt oss det som var menat. Vid samlingarna delar vi med oss av våra erfarenheter. Vi får höra om mirakler, om insikter som tänts som ljus och skingrat mörker. Det är underbart att dela glädje och känna sig som en del i en stor kärleksfull familj.

På lördagskvällen var det uppträdande med sång till gitarrspel, sagan, Flickan som trampade på brödet av HC Andersen, dikter och en sketch. Det var underbart vackert och underhållande och lockade till både skratt och en och annan tår. Tack alla ni som delade med er från hjärtat! Vi firade också att Nätverket fyller 15 år i oktober! Kvällen avslutades med filmen Truman show. Tänk att vi är så lättlurade!

Klockan är ett på natten när jag går till Hästhagen för att sova. Det är så mörkt! Alla gatljus är släckta så jag får lita till den Helige Andes vägledning för att hitta. Märkligt att gå som i tomma intet.

Söndag morgon. Dimman ligger tät, det är trolskt. Alla konturer suddas ut och utsikten från samlingsalens panoramafönster är som en tavla. När jag ser ut efter meditationen lyser solen igen. Vi går till dagens övningar.

Det är lite stökigt innan vi hittar arbetsron. Det blir en dag då ett förklarad sken lyser upp mångas ansikten. Jag lärde mig att en insikt är som ett frö som gro, att jag måste vårda och nära denna späda planta så att den växer och slår ut i blom. Jag har varit så ivrig att dela med mig att jag tagit blad från denna

Forts Nätverksträff.....

späda planta så jag har stört dess tillväxt och bitarna jag delat med mig har inte kunnat slå rot och växa. Jag förstår att jag måste vänta tålmodigt tills den går i blom och avslöjar sin skönhet. Sen kan jag ta och sprida frön som kan gro och växa.....

Vi står tätt tillsammans i gruppen och friden och lugnet sprider sig. Vi är ett. Vi bär det med oss när vi samlas alla för sista gången. Vi delar med oss och alla har något att säga till alla. Vi tackar alla som gjort denna helg möjlig, för all omsorg för att vi ska ha det bra. Efter änglatunneln som är en vandring Hem minglar vi runt och tar avsked.

I matsalen ser jag någon som jag inte tagit avsked av. Jag säger; till dig har jag inte sagt hejdå. Har du sagt hej frågar han. Nej, jag har sett stillheten omkring honom och varit rädd att störa den. Vi står en stund och lutar pannorna mot varann, nästipp mot nästipp och stillheten och friden omsluter mig. Tack för din gåva, jag vårdar den ömt.

På tåget ligger jag i mörkret, känner friden och stillheten inom mig. Jag har inget behov av att sova. Jag tänker på alla gåvor jag fått, frön som kan gro och växa, på avsked som inte var något avsked utan ett löfte. Tack!

Ord är bara symboler som inte till fullo kan åskådliggöra upplevelsen, så ni får läsa mellan raderna om Glädje, Kärlek och Tacksamhet. Amen
Välsignade äro vi alla som ett.

Anki Elenius



Idag städade jag trappan

I solljuset syntes dammet och sanden tydligt. Det såg inte roligt ut. Tänkte på de fyra familjer som bodde i denna trappuppgång. Såg dom inte eller brydde dom sig inte?

Var fjärde vecka var det min tur att städa. Det hade sett ut så här ganska länge nu. Jag hade också fuskat ibland, ja rätt ofta den sista tiden. Varför ska jag när inte dom.... Jag hade funderat på att upplysa mina grannar om att det minsann var deras skyldighet eller klaga hos hyresvärden när jag känt mig ilsken över att behöva städa efter andra. Jag fick heller ingen ro om jag lät bli att städa. Jag måste erkänna att det störde min sinnesfrid. Något måste göras!

Jag kom fram till att om jag stördes av att trappan var ostädad fick jag städa den. Inte för grannarnas eller besökares skull utan för min egen. För att jag ville ha det rent.

Jag satte igång. Lade ned lite extra energi på det. Det var ju åt mig själv jag gjorde det! Det gick lätt och var riktigt roligt. Jag kände mig nöjd när jag var klar.

En granne kom in. Mm det luktar gott! Sa han med ett leende och gick in till sig. Jag log och instämde.

Satte mig med en kopp kaffe och kände friden i mitt inre. Jag tänkte att nästa gång trappan behövdes städas skulle han kanske minnas detta ögonblick när det var rent och doftade gott och städa trappan. Om inte fick jag väl påminna om att så här behöver det inte vara. Men inte förrän om fyra veckor!

Anki Elenius

Jag är fri.

Jag är inte en kropp

Jag är fri

Jag använder inte kroppen i egots tjänst

För att dölja Ljuset i mig

Ljuset som Gud Självt lagt i mig

Jag har överlämnat kroppen till den Helige Ande

Som låter Ljuset flöda genom mig

Och omsluta mina bröder i Frid

För jag är som Gud skapade mig

Jag är ljus

Anki Elenius

”Om lön för mödan” av Birgitta Norrbin

Det kom ett anrop från Agneta där hon bad oss berätta om upplevelser av heliga ögonblick - "stora" eller "små". Och eftersom "alla uttryck för kärlek är maximala" så bör det inte vara någon egentlig skillnad på dem. Möjligen varierar min förmåga att acceptera miraklet från ögonblick till ögonblick.

Det första som jag av någon anledning kom att tänka på hände för många år sen nu - kanske det får illustrera att de heliga ögonblicken inte är begränsade av tid och rum. De sparas i "evighetsbanken", och den drabbas aldrig av vare sig kriser eller förluster och den omgärdas inte av murar. Alla är fria att ta del av innehållet närsomhelst.

Då/nu satt jag framför TVn och tittade på ett program från ett flyktingläger någonstans, något som kan kännas smärtsamt och förfärligt. Så riktades kameran mot en gammal man som satt framför en tältöppning, en bild av grå hopplöshet och förtvivlan. Han såg rakt in i kameran. Då kom tanken till mig att detta var ett rop på hjälp, ett rop på kärlek - och att det var mitt eget rop på hjälp och kärlek. Omedelbart ersattes den smärtsamma känslan av en kärlek och visshet så stor att den omfattade inte bara den gamle mannen, situationen och mig själv, utan allt. - Det känns lite valhänt att skriva om upplevelser av det här slaget, för i den stunden finns inga ord eller tankar. Det räcker egentligen med att säga att jag då mottog och gav fullkomlig kommunikation.

Andra upplevelser av heliga ögonblick jag gärna vill nämna är sådana som inträffat i samband med olika religioner. Jag har aldrig varit "religiös" i den bemärkelsen, men med kursen som bakgrund är jag naturligtvis inte heller någon "motståndare". För någon tid sedan följde jag med en väninna, som är katolik, till en mässa här i Malmö. Jag gick in för att göra som de andra och jag gick också fram till altaret för att få välsignelsen. I det ögonblick prästen lade handen på mitt huvud uppstod den "fullkomliga kommunikationen". Omtumlad, och kanske kan jag kalla det, förvånad, gick jag och satte mig igen. När mässan var slut gick vi runt lite i kyrkan och hamnade framför ett särskilt altare till helgonet St. Anthony. Jag var fortfarande inne i min djupa upplevelse och kände hans närvaro starkt, och utan åsikter av något slag. Senare hade jag vid ett par tillfällen känslan av att han var närvarande igen. Utan några tvivel och

helt naturligt. Jag hade berättat om händelsen för min väninna och hon antydde då, lite försiktigt, att jag kanske skulle bli katolik efter detta. Men nej, den tanken hade jag aldrig själv - jag ser det bara som en del av min förlåtelseprocess.

Liknande upplevelser har jag haft i andra sådana sammanhang. En gång i en moské i Indien, dit vi blev inbjudna som gäster. Även där till min egen förvåning, måste jag erkänna. I tempel och i andra "andliga" sammanhang har det kanske känts mera självklart, och även i protestantiska kyrkor.

Jag minns t.ex. en gång när jag gick omkring i domkyrkan i Lund tillsammans med en grupp människor som hade en annan andlig tillhörighet. Plötsligt "föll den Helige Ande över mig", för att uttrycka det så, och jag kände: "Här också!" - men utan ord.

Jag tänker mig att i kyrkor, tempel, moskéer m.m. har många människor samlats under tidernas lopp, och var och en med *sitt* hängivenhet och sin längtan sänt böner till någonting eller någon som ligger bortom den begränsade tillvaron i deras liv.

Rikliga tillfällen till heliga ögonblick av olika styrka och grad får jag naturligtvis också när jag läser kursen. Där finns en kommunikation som man bara behöver koppla in sig på och ta emot. Ibland blir alltsammans "för starkt", och då får jag ett behov av att gulla med ego-tanken ett slag. Det kanske är ett "försvar", det är möjligt, men häromdagen fick jag en bild av att egot bara ska smälta ner - om värmen blir för hög börjar det spotta och fräsa i pannan och brännas fast. Den varsamma vägen.- Ja, inte vet jag. Jag vet bara att jag under alla omständigheter måste vara obönhörligt uppmärksam på vad som pågår i det luriga sinnet.

När det där "behovet" tränger på, går det utmärkt att t.ex. sätta sig framför TVn. Där finns det alltid något att förfasa sig över eller låta sig distraheras av. Men inte heller där sitter man "säker" - det finns olika kanaler, 1:an och 2:an. Med ett lätt tryck på fjärrkontrollen kan man gå över från 2:an till 1:an. Det kanske är samma program, men skillnaden är himmelsvid vad gäller innehållet. Eller för att säga så här - på 2:an går det bara gamla repriser.

I mitt klassrum av relationer och vardagliga situatio-

Om lönen för mödan forts ...

ner ser jag också hur lätt de gamla repriserna spelas upp. Varför i himlens namn jag går med på att se dem igen och igen det fattar jag inte. Men jag **vet** att jag har valet och att det heliga ögonblicket alltid ligger inom räckhåll.

Tack för att ni alla är en källa till påminnelse!

Birgitta Norrbin

Om helande

Helande innebär att vara sig själv helt och hållet. Men vem är du? Vad är detta själv? Vad menas med det?

För att göra verkligheten begriplig för oss själva förlitar vi oss på omvärldens riktlinjer. Tidigt i livet lär vi oss att differentiera, skilja åt. Vi godtar dualitetens vedertagna tankegångar som de vuxna förmedlar till oss med en omedveten självklarhet. Jag och min mamma, vi är två olika individer med två olika viljor. Treåringen testar genast sin nyfunna identitet och hänger sig fullkomligt åt att tillämpa kraften i sitt nej. I varje situation stampar barnet ut sitt eget revir, sin givna plats. Det blir uppror och nekande oavsett vad det gäller. Jag är jag, punkt slut. Jag gör som jag vill. Det gäller att övertyga sig själv om att detta är en sanning. Om allt går väl lyckas barnet med denna uppgift och erövrar sitt ego. Tonåringen i sin tur försöker befästa det. Men vi går alla vilse när vi godtar dualitetens illusion och begränsning. Vi förlorar vår själ, kontakten med oss själva och förbindelsen med det hela och heliga.

Ofta tar det oss många år och otaliga besvikelser i livet innan vi åter igen börjar ifrågasätta riktigheten i antagandet att separation är vår enda verklighet. Där börjar vårt helande, vägen tillbaka till oss själva. Vägen till insikten att vi är ett med allt och att vår anammade uppfattning om vår särställning är endast en falsk övertygelse.

Barnet definierar sig själv genom opposition. Du och jag, där finns en skillnad. Det är en milstolpe i barnets psykologiska utveckling. Det är viktigt att det sker men det är lika viktigt att till slut vända tillbaka och överge denna inlärda attityd av strid och motsatser och inse att det finns en värld bortom själva psykologin, en andlig tillvaro där frid och fred kan existera samtidigt med mångfald och skönhet. Istället

”Om helande” av Camilla Clain

för antingen eller börjar vi tänka i termer av både och. Vänskap, samarbete, samvaro. Det är ingen idyll vi talar om, snarare blir det en MÖJLIGHET, ett annat sätt att betrakta livet. Det är det som är själva helandet, vi ändrar vår utgångspunkt och VARSEBLIR vår givna plats i helheten.

Vi uppfattar inte längre helheten som ett hot, som en uppslukande och förintande fara. Istället vilar vi i den.

Vi behöver göra denna resa ifrån och tillbaka till oss själva för att erövra medvetenhet om vårt sanna väsen. Rädslan kan finnas endast om separationstanken härskar i vårt inre. När vi medger att godheten, helheten är vår sanna natur så infinner sig en känsla av acceptans och avslappning, en sorts obeskrivlig tilltro till existensen oavsett hur den ter sig för oss i varje ögonblick. Vi räds inte förändringar. Vi är trygga i det som är, trygga i oss själva, trygga i vårt varande.

Med hjälp av mirakler lär vi oss ett annat synsätt än det som våra föräldrar en gång förmedlade till oss. Vi förstår att vi alla är guds älskade barn. Ljusets strålar som möts i mitten av det som är här och nu, bortom tid, bortom alla mentala föreställningar, bortom smärta och ofullkomlighet. Det är helande.

Vi vilar i vårt Själv och agerar utifrån denna källa av all visdom som finns i var och EN OCH likväl förenar oss. Och när vi gör det, sprider sig helande som en ström. Allt är inkluderat i sin totalitet. Inget hotas, inget fattas, inget är övertaligt. Vi är, allt är.

Camilla Clain

Låt din intuition söka vidare bortom gränsen för din förmåga.

Ta vara på dagen idag!

Lev om dagen så att du kan sova om natten.

Gör vad du fruktar och din fruktan kommer att dö.

Vandra blott, vägen vet vart du ska gå.

Du kan söka dig själv genom att leta goda sidor hos dig själv och andra.

Siv Karlsson

”Humor” av Albert Harloff

Hva er vel humor for noe? Og for et idiotisk spørsmål å stille, så snart jeg blir filosofisk i min tankegang så forsvinner jo humoren. Eller hva?

Jeg går en spasertur langs Grycken, den fine innsjøen som jeg er så heldig å bo i nærheten av. Vannet ligger speilblankt, og høstens gule og røde farger speiler seg i vannet. Det er stille, bortsett fra noen spurver som holder konsert i en bjørk lenger borte. Her finns ro og tid til å tenke, til å få orden på tankene. Det har blitt så mange av dem i det siste. Arbeidet med korrekturlesningen av den norske oversettelsen av Mirakelboken setter sine spor, en så sterk tekst får sine virkninger. Med hele Engla dramaet som bakgrunn pluss mye annet. En korrespondanse der utsagnet ”Skje Din Vilje” er kommet i fokus. Hva betyr det egentlig, og hvordan kan det knyttes sammen med Englas skjebne? Og nå, en skrivekurs med Richard Estreen, hva skal jeg skrive om?

Ja, slik går tankene mens jeg trækker meg fremover på stien langs med vannet. Det er noe eget med å vandre langs med vann. En slags renselse, som om de falske tankene kan bli skyllet bort og rensset ut.

Jeg har skrevet et svar på spørsmålet om hva betyr egentlig ”Skje Din Vilje” i den pågående korrespondansen. Et bra svar synes jeg, med referanse til Mirakelboken m.m. Likevel er det noe i meg som ikke er fornøyet. Svaret har for mye preg av å være en slags skolebesvarelse, den stemmer nok med boken, men hvor er jeg i dette? Kan jeg stå for det jeg har skrevet, tror jeg på det?

Både ja og nei. Det er jo ikke direkte galt det jeg har skrevet, og likevel, det er ikke rett heller. Og hvorfor ikke, spør jeg meg selv. Fordi det er for alvorlig, det blir en slags tvang i svaret. At jeg må tro på det fordi det står i boken, og den er jo mer autoritativ på området enn jeg. Også dette med alvoret, det minner meg om barndommen, der var det visse saker som var alvorlige. Karakterbok, læreren på skolen for å nevne noe. Jeg husker en episode med alvor og latter i full forening.

Vi skulle ha geografi time. Alle lærebøkene lå fremme på pultene våre, og vi ventet spent på hvem læreren skulle forhøre i dagens lekse. Han sto med

ryggen til oss og kateteret, opptatt med å dra ned en typ rullegardin som var festet over tavlen, og som inneholdt et verdenskart. Idet han drar i snoren så løsner festet, og hele gardinen med kartet ramler ned i hodet på ham. Hele klassen holdt på å brøle av latter, men i samme øyeblikk dukket hans hode frem bak kartgardinen for å se hvem som evt. skulle le. Vi visste jo alle hva som ventet om vi ble oppdaget, det var noen salige ørefiker og så et spark i ryggen og ut på gangen. Samtidig var det enda mer morsomt å se hans hode dukke frem på en slik måte. Jeg husker jeg stoppet hele lommestørklet i munnen og tittet ned i pulten for ikke å avsløre meg.

Hva resten av klassen gjorde vet jeg ikke, men det må ha vært noe lignende for ingen latter hørtes. Det var alvoret i situasjonen, som vi alle var klar over, og som resulterte i vår beherskelse til tross for det urkomiske i det som hadde skjedd.

Og her ligger det noe, tenkte jeg videre. Det kan være farlig å ikke ta noe på alvor. Å ta humoristisk på en situasjon, det kan være alvorlig det. Jasså, han skjemter med alvorlige ting, han bør nok få seg en lekse. Og så holder jeg meg tilbake, lærdommen fra skolen sitter i, for all del unnvik å få en ørefik.

En annen gang hendte det noe hjemme. Vi hadde en seng som var konstruert slik at den om dagen var en divan som man kunne sitte på. Ved å dra opp ”divanens” ender ble den stående på et slags ”stativ”, kunne vendes slik at sengesiden vendte opp, med nedfelte hode- og fot-gjerder. Når rette enden vendte opp kunne man gjøre en liten hevning av henholdsvis fot- og hode- enden så falt hele sengen på plass.

Det var en gang min mamma holdt på å jobbe med å få snudd sengesiden og få opp divansiden. Hun jobbet med fotenden av sengen, dro den opp, men den ville ikke feste seg i øvre vendestilling. Hun kavet og forsøkte flere ganger uten resultat. Jeg ble mer og mer lattermild, noe som gjorde henne sterkt irritert. Og hun var nesten klar til å kile til meg da min pappa kom med en forløsende bemerkning. Jeg ble reddet av gongongen så å si.

Ja, noen ganger kan humor være den faktor som tar meg ut av alvoret, og andre også. Just i slike

strevsomme situasjoner kan det gjøre underverker om noen kommer med en forløsende bemerkning. Plutselig forsvinner Alvoret, stressen, og man forenes i en livgivende og smittende latter. Noe av det fineste, gledelige og morsomste jeg leste i Neale Donald Walsch bok Himmelske Samtaler (s. 68 i norsk utgave) er der Gud sier: ”Mener du at Gud er uten humor? Jeg sier deg, Gud oppfant humoren.” Takk og lov!

Solen glitrer i vannet. Ørsmå krusninger, snart vil den speilblanke flaten forsvinne og bli til små bølger. Her og der inne ved land kan jeg skimte bunnen. Ja, det gjelder å ikke bare se overflaten av tingene, tenker jeg. Skinnet bedrar.

Hva kommer det av at det finnes så lite humor i Bibelen, ja, også i Mirakelboken? Humoren er jo en slags livseliksir, eller gjæren i deigen som det så ofte heter. Kenneth Wapnick, redaktør og den fremste foreleser om Mirakelboken er full av humor, og gjerne i forbindelse med hva som står i boken. Ingen respekt, tenker vel noen. Nei, tvert om mener jeg. Han har distans til det som står der, han behøver ikke selge eller misjonere, han *vet* at det er sant og ikke behøver å forsvares. Dermed overbevises jeg.

Alle disse som bruker Alvoret som virkemiddel, det blir jo å spille på redsel. Og når redsel er utgangspunktet hvor blir det da av kreativiteten, det som skal til for å ta oss forbi Alvoret i en situasjon? Ja, dette er jammen alvorlige saker, tenker jeg og drar på smilebåndet av meg selv. En benk står fristende til ved en furu, med utsikt over vannet. Jeg setter meg og strekker på beina. Tar inn varmen fra solen, og høstduftene av jord fra marken. Hvorfor er jeg så opptatt av dette, hvorfor vil det ikke slippe taket i hodet mitt? Her sitter jeg midt i verdens fineste natur og kan bare nyte av det om jeg tillater meg det. Er det på tide å leke mer med tankene, ikke ta dem så på alvor? Ja, der var det igjen, dette med Alvoret.

Men her, med meg selv behøver jeg jo ikke ta det så alvorlig. Noen ørefiker har jeg ikke tenkt å gi meg selv, rent bortsett fra at det ikke skulle være så lett å få det til slår det meg. Jeg kan skøye med temaet så mye jeg vil, intet lærerhode kommer til å undersøke om jeg ikke tar situasjonen tilstrekkelig på alvor.

Plutselig får jeg en innsikt. Den tilstand av letthet hvor humoren sitter direkte på tungespissen, det er jo da jeg har det som best i livet. Ikke den sarkastiske humoren, eller skadefryden over andre mennesker. Nei, den frydefulle, gledelige lettheten som kan inntreffe når man er blant venner og kjenner seg trygg og glad og vet at en kan si praktisk talt hva som helst uten å bli nedsablet eller desavuert. Det må være dette som menes med ”freden som overgår all forstand”. For da er det ikke forstanden med sitt alvor som hersker. Da finns det en lekfulhet, med ord og assosiering, et nærvær i øyeblikket, kort sagt alt dette som Mirakelboken benevner ”det hellige øyeblikket”. Men selv i dette begrepet har jeg blandet inn Alvoret konstaterer jeg, pieteten og ærbødigheten for det guddommelige kan da ikke fylles med humor. Eller kunne ikke det, før nå?

Skulle det kunne gå an å legge litt humor inn i ”skje din vilje”? Skulle den viljen kunne inneholde humor? Ja, hvorfor ikke? Hele tilværelsen skulle kunne bli anderledes, gladere og lettere. Ikke det angrende for våre synder og hele det departementet. Nei, en gledelig fred som virkelig overgår all forstand. Mirakelboken inneholder en lignelse om hvordan denne verden ble til. Guds Sønn ble opptatt av spørsmålet: Finns det noe utenom kjærligheten? Den altomfattende himmelske kjærligheten? Og denne verden ble til fordi Guds Sønn glemte å le av dette spørsmålet og falt i søvn. Det tyder på at det må finnes latter i himmelen også, as below so above. Hvilken befriende tanke, Gud kan le!

Men hva da med Engla saken, mordet og alt det forferdelige som skjedde. Her kan da ikke finnes noen humor, noe å le av. Nei, i alle fall ikke når vi betrakter situasjonen herfra, fra vår verden. Og her kommer jeg inn på farlig grunn igjen, ja, rene minefeltet. For døden er da ikke til å spøke med, for ikke å snakke om mord og voldtekt. Og om noen tillater seg det, ja da må det jo være noen som er like korket i hode som morderen. Altså er det nok best å ikke tenke mer på den saken.

Men da blir jo ikke Alvoret forløst, redselen blir ikke borte, forferdeligheten gjenstår og Gud må i prinsippet være en grusom Gud som kan tillate slikt. Kanskje, nei mer en kanskje, nettopp her er det humoren trengs!! Nettopp her må det jo være dødsviktig å se dypere, se under vannflaten og dypere, tenker jeg mens jeg titter ned mot den

bunnen av Grycken som er synlig inne ved land. Men... – men hvordan kan det finnes noen humor her, hjelp, hva har jeg gitt meg ut på? Kan det virkelig finnes en annen måte å se det på? Og hva kommer folk til å tro når jeg skriver dette? At jeg er ufølsom overfor Englas mor og søster, ikke respekterer deres følelser. Ripper opp i saken på en ufyselig måte. Ja her ligger virkelig alvor og tungt, og med mye redsel for hva folk vil si og tro bak seg.

Likevel, det må finnes en annen måte å se dette på. En måte som jeg gjerne vil ha tak i.

Jeg reiser meg fra benken og vandrer videre. Stien går oppover en liten skråning bak kirken og frem til gjerdet langs kirkegården. Jeg fortsetter å gå i løvet langs med gjerdet, og kan se at døren inn til kirken er åpen. Kanskje et lite besøk i kirken kunne hjelpe; jeg går inn. Pianoet står som vanlig fremme i koret, nedenfor trappeoppsatsen. Jeg setter meg på krakken og begynner å spille intuitivt. Tonene fyller kirkerommet, en fin akustikk slo det meg. Slik er det jo i livet også, alt hva vi gjør skaper et ekko, har ringvirkninger.

Letingen etter Engla, alle mennesker som plutselig kom fra alle steder og hjalp til, donerte mat, gjorde hva de kunne for å hjelpe. At det her var mye kjærlighet og empati var det ingen tvil om. Men det forferdelige ved hendelsen ble jo ikke borte av den grunn, og humor var nå slett ikke inne i bildet. Forbønn i kirken, og senere begravelsen i SVT, mye som bidrog till fellesskap, men også mistenksomhet og splittelse fantes med. Men latter.... Gud forbyde!

Er det slik vi mennesker vil ha det? Alvor skal finnes der, og i visse saker som død og forbrytelser er der rene forbrytelser i seg selv å ta det bort. Den straffende Guden, han som har innstiftet det, skal forbli mest mulig inntakt. Hvem tør si at vi arme syndere kan fortjene noe bedre? Annet enn ved å bekjenne våre synder kan vi forbli syndfrie for en liten stund, men så samler det jo på seg igjen, frem til neste bekjennelse.

Musikken går i moll, dette var ingen oppløftende tanker. Hva med å legge om til dur? Skulle det kunne inngi litt gladere forestillinger? Tenk hvor lett det er å forandre stemning via toner og piano. Jeg tenker litt i andre baner, endrer på rytme og toneleie, dur eller moll, og vips så er situasjonen en

annen. En melodi som jeg har kalt Glede rullet frem mellom fingrene, og jeg blir glad av å både høre og spille den. Måtte tenke på noe jeg hadde fått høre av en person som hadde konsultert en synsk. Engla hadde det bra hadde hun fått vite, det forferdelige hadde ikke stått på så lenge. Og, at dette skulle hende var noe som var avtalt....

Nok en bit i puslespillet? Men så mye humor var det vel ikke i dette heller, selv om det kanskje kunne ta noe av brodden av hendelsen. Det handlet ikke om noen bevisst avtale, men noe dypere, ubevisst.

Hva kan det være jeg har glemt å le av? Hva er det seriøsiteten og alvor og dekkes over?

Jeg reiser meg fra pianokrakken og går ut av den tomme kirken. Min Gud, min Gud, har du forlatt meg i forferdelighetens alvor og ensomhet, langt borte fra deg og din humor! Og hvordan påvirker all denne forferdeligheten Engla der hun nå måtte være? Alt det negative som vi er så flinke til å holde liv i her på jorden kan jo ikke være så oppløftende for henne, selv om de nok er ledsaget av alle mulige gode ønsker for hennes sjel.

Jeg vandrer tankeful hjem. Her trengs det en spasertur til. Det er lettere å tenke ute i den frie naturen, det er som nærheten til mennesker bare forsterker alvors-faktoren.

Samme kveld leser jeg ut Sture Johannsons (Ambres) bok: Jehosuas Berättelse, med undertittel: En bok om Jesu liv (Stures Forlag, www.sturegaarden.se). Utrolig hvordan akkurat de hjelpemidler som trengs dukker opp i rett tid må jeg si. Jeg fikk låne boken av min nabo forleden dag, og den er jo rene bønesvaret på ønsket om hjelp!

Boken gir en noe uvant vinkling på Jesu liv, og den vil nok kunne vekke mye forargelse blant de som er fast forankret i bibelens og kirkens offisielle syn på kristendommen. Og for meg, just her og nå, gir den meget gode ”forklaringer” og perspektiv på Jesu gjerninger. Boken opererer med flere Guddommer. Og Jesus er dels ”besatt” av Israels Gud, Jahve, den straffende, egosentriske Guden som er opptatt av egen makt og å bli tilbedt. ”Fristelsen i ørkenen” episoden handler om Jesu oppgjør med denne Guden og de fristelser Han tilbyr.

Den andre Guden er den altomfattende kjærlighetens Gud som Jesus kaller for Moder/Fader Gud. Israels Gud er den som seirer, det er Han som fortrykker kvinnen, helbreder syke og vekker opp døde, for egen vinnings skyld! Jesu korsfestelse er denne Gudens måte å straffe Jesus på, og det er denne Guden som jeg kan se går igjen i dagens kristendom. Ja her var mye stoff til ettertanke!

Vandringen neste dag blir også langs Grycken. Den ligger ikke like speilblank som igår, litt småbølger skvalper langs stenene ved vannkanten. Og bunnen skimtes nå bare så vidt innved land. Det er som dette livet, slår det meg. For det meste ser jeg bare det som hender i denne verdenen, men aner at det må finnes noe bakom, noe mer virkelig. Her og der stikker toppen av stener opp i vannflaten. Det er som de glimt av lys og glede som viser oss at livet stikker dypere enn bare den overflaten vi ser.

Tankene fra boken jeg leste ut igår kommer og går. Kan det virkelig være så at den Guden jeg har operert med er synonymt med Israels Gud i boken? Da er jo Han likeverdig med EGOet i Mirakelboken. Takket vare Han er verden blitt til, og våre kropp. Og det er jo nettopp denne verden og våre kropp som hele tiden opptar min oppmerksomhet her. Det går liksom ikke å komme bort fra det. Og dødens alvor blir så å si siste spikeren i kisten, tro ikke at du kan slippe unna!!

Her har jo mirakelboken gitt et annet perspektiv. At hele tilværelsen her er en drøm, en fata morgana som jeg "for tiden" ikke vil gi slipp på. Og, at EGOet egentlig er meg som Albert, i form av et fiktivt "sinn", adskilt fra mitt Guddommelige Sinn, Kristus. Så hele begrepet Israels Gud er egentlig meg selv i noe som i virkeligheten bare er en kamuflasje, innsatt i kroppen Albert, og hellig forvisset om det er denne kroppen som er virkelig og ikke Kristus identiteten. Hei sann, her er jeg visst inne på interessante tankebaner!

Jeg finner en plaststol ved vannkanten og setter meg. En hakkespett hamrer løs på en trestamme litt lenger borte. Liksom meg, tenker jeg, som hamrer løs på et tankeskall som har holdt meg bundet i livet helt til nå. Og navnet på dette tankeskallet er Gravens Alvor. Tenk å leke med slike alvorlige ting som forbrytelse og død. Og kalle kirkens Gud

for EGO! Og at det kjennes skjönt til og med!

Nå kan jeg forstå hvorfor Moder/Fader Gud kan le. Om alt det som hender her bare er en stor illusjon, et spill mange ganger mer sofistikert enn det mest avanserte PC/internetspill; om min ekte identitet er trygt forvart i Himmelen, ja da er det ikke så rart at han kan le av alle de "fordervelser" som vi fullt og fast tror er virkelige. Men, som den andre Guden, Israels Gud, stadig påminner meg om: Det er alvorlig å ikke ta det seriøst! Han er "avguden" som jeg har forvekslet med den virkelige Guddommen, og som bibelen betegner som djevelen i historien om Jesu 40 dager i ørkenen slik det er beskrevet i Sture Johannsons bok.

Jeg reiser meg. Ser ut over Grycken. Kanskje en dag vil jeg kunne se hele bunnen, og ikke bare vannspeilet. Som å se inn i den virkelige verdenen bak det vannspeilet som er denne verden tenker jeg og går videre. Nå har jeg kommet nærmere humoren, endelig. Dumme, dumme meg som trodde at denne verden er virkelig, at det er mulig å drepe noen, utradere dem bare fordi kroppen ikke lever lenger! Det virkelige livet finnes ikke i denne verdenen. Jeg er ikke meg! Høres kokko ut, men likevel, så er det. Skal bare fortsette å være "meg", Albert, en liten stund til, mens jeg lærer meg litt mer om humor og latter, som erstatning for alvor. Og må jeg så få "dø" med et smil om munnen, tenker jeg, og går hjem og setter på en kopp te. Fortsättning følger

Albert Harloff



”Gud tar sista steget” av Jane Cimmerbeck

Planering, planering och planering. Det var vad det handlade om dagarna innan nätverksträffen i oktober. Carina och jag hade båda varit strängt upptagna med arbete, barn, djur och familj tiden före träffen, och hade en del kvar att planera. I bakgrunden lyssnade jag ständigt på låten **I'm Yours av Jason Mraz**. Han sjunger ”open up your plans and damn you're free!” (öppna upp dina planer och du är fri!) Jag håller fullständigt med honom – och **fortsätter** planera både dag och natt. Inte bara för träffen, utan för hela livet! Barn skall skjutas, läxor skall göras, gårdsarbetet måste flyta på mellan arbete och familj. Jag inbillar mig ihärdigt att jag kan kontrollera allt det här. Så jag planerar på.

Och visst kan det vara bra att planera – bara man inte **låser** sig till sina planer! Planerna skall vara öppna, som han sjunger, för då är man fri! Lektionen fortsatte på Granhedsgården då hela vår planering för fredagen skrotades. Vår gäst Kay Pollak hade egna idéer visade det sig. Och tack för det! Det blev förstås en jättekul kväll, energinivån var på topp och både Kay och vi njöt. Maya utmanade Kay på sin höga stol, och kvällen fördes i spontanitetens anda. Jag som är van vid att se mig själv som en spontan och flexibel person fick stå med skägget i brevlådan och upptäcka att allt är relativt! Jag behövde träna på öppna planlösningar så att säga! För denna lektion är jag evigt tacksam emot mina bröder som delade helgen med mig. Jag tränar varje dag hemma nu – två steg fram och ett tillbaks. Men jag har ju inte bråttom, eftersom tiden är verktyget med vilket jag tar mig hem.

Jason Mraz låt har titeln **I'm Yours (Jag är din.)** Jag funderade en hel del över innebörden i de små orden. Även här låg en lektion och väntade på mig. När Svend Rasmussen på lördagskvällen så målande berättar om den lilla fågeln i sin monolog, så väcktes en undran i mig. Den lilla fågeln grät vid himlens port. Den grät över en liten elak flicka som blivit fördömd till underjorden. Tänk att stå vid himlens port – vid tröskeln till sin befrielse, och gråta över dem som inte kan komma med – det var en medkänsla jag längtade efter att känna.

Grupparbetet på söndagen gav mig det svaret jag hade glömt. Vi var flera i gruppen som menade att vi vågade oss nästan helt fram till kanten av Guds rike,

men vi vågade inte ta sista steget. Vi vågar låta Gud kontrollera 99 % av vårt liv, men en liten bit vill vi själva styra över! Med insikten om att antingen så har man tagit steget fullt ut, eller så har man inte tagit det alls, så samlades vi i en stående bön där vi höll om varandra. Vi bad Gud om hjälp att våga ta det sista steget. Och sedan var det där – det heliga ögonblicket. Jag fylldes av en enorm kärlek till mina bröder som övergick allt jag tidigare upplevt. Mitt hjärta fylldes av den lilla fågelns sång, och dens tårar var inte ledsna – vem kan vara ledsen som känner sin broder? Jag ville bara sjunga till Gud att se och ta till sig dessa underbara människor. Det blev viktigare för mig att de skulle komma till Gud än att jag skulle göra det. Det var då jag förstod att jag stod med Gud – där och då. Han hade tagit sista steget. Jag kände Guds kärlek till alla omkring mig, och mitt jag var upphävt. Och ändå försvann jag inte! Detta har förstås många förstått före mig. Säkert många av er som läser detta. Och fågeln i sagan av H.C. Andersen. Och kanske Jason Mraz som sjunger till alla sina bröder: **I'm Yours**.

Det som jag varit så rädd för blev det underbaraste jag upplevt. Veckorna efter träffen njöt jag bara av den nya samhörigheten med mina medmänniskor. Jag kände att jag hittat något jag glömt. Sedan har känslan mattats av, och jag får svårt att hålla mig kvar på den medvetandenivån. Men jag har fått en glimt av himlen. Som Mraz sjunger: **Look into your heart and you'll find the sky is yours (Kika in i ditt hjärta och finn att himlen är din.)**

Mr Mraz menar att det är meningen att vi skall göra oss av med vår fåfänga och flyta med livet. Vårt namn (Guds Son) är vår dygd. Jag vet inte om låtskrivaren tänker i dessa baner, men den Helige Ande har än en gång använt sig av drömmens verktyg för att varsamt väcka mig. Jag tackar av hela mitt hjärta. Jag tackar Gud för att han är sanningen och inte jag. Jag tackar alla mina medmänniskor som lyser upp min väg hem. Utan er vore jag inget. Jag har förstått det nu:

I'm Yours./Jane Cimmerbeck



”Anden min och jag” av Paulina Fredrikson

Och ett litet PS från Jason Mraz:

*Well open up your mind and see like me
Open up your plans and damn you're free
Look into your heart and you'll find love
Listen to the music of the moment
People dance and sing
We're just one big family
And it's our God-forsaken right to be loved
Love loved love loved*

Anden min och jag

*I mittens rike
här och nu*

*i mellantiden
inte då och sedan*

*i navet mitt i hjulet
i stundens ögonblick
och stormens stilla öga*

*i vakenhet ej sömn och dvala
i kärnan utav frukten*

*i nuet innan oron väcks
för morgondagen*

*här och nu där allt är
stilla så stilla*

*där inga tömmar
drar och sliter*

*här just här och nu
och ingen annanstans
finns vila för din själ*

**Vad du tjarar
det vet jag väl!**

*Vet men känner inte
känner ej igen
erkänner ej*



Håll tyst! Du bara pratar på! Se så, iväg! Jag vill ej ha dig här! Du bara ställer till besvär för mig och mina likar. Predikar så man blir smått galen, som om du fått fnatt och måste säga allt det där igen. Ta om och repa upp det alla vet. Det är ingen hemlig-

het om du nu trodde det. Det är välbekant för var och en och förresten, vem är du som tar till orda så du nästan spyr av din egen svada. Du måste vada upp till både knä och lår av dina egna substantiv och konsonanter. Du går ju på som om du allena visste det som alla vet är visst och sant.

*Det tycks mig som om du
en smula är på kant med det
som alla vet är sant. Som
om du ändå inte tål att höra
det igen och helst vill stöta
bort den sanningen ifrån dig
innan den nått fram och lagt
sin hand emot din panna.*

Ja visst! Jag har ingen lust att stanna upp och vänta på att något, någonting jag inte bett och bjudit in ska komma nära mig. Nej, då backar jag en meter eller två för endast så kan jag bevara mitt sinne kallt och sköta allt det som jag har tagit för mig på mitt bord.

*Det är ord och inga visor
som kommer från din mun.
Kanhända är ändå din stund
på jorden här och nu när du
ska sjunga ut och sätta melodi
till orden som nu sväller på
din tunga. Om du vågar lära
känna mig så kan jag hjälpa
dig med det. Jag kan stämma
dig till mångahanda ljud så
andra lockas av din klang och
färg. Jag kan ge ditt tal en ton
som inte stöter bort men
talar till de människor som
du vill närma dig. Om du inte
var så snar att låsa om dig,
stänga in och blunda, om du
bara ville lyssna till mitt tal
och låta saven tränga in och
genomsyra dig. Om du bara
ville kännas vid, erkänna att det
är din egen sanning som jag
kommer med, här och nu,
den som du törstar efter. Du
glömde bort att svälja, låta den
passera genom dig och bli*

Anden min och jagforts

berörd. Din näsa kände inte doften, din tunga inte smaken och innehållet blev för dig okänt fastän du kunde läsa innantill receptet. Du ville inte laga maten till dig själv och smaka om den dög, om det var gott det som du kokat hop. Du ville inte pröva din stund på jorden.

Tig, du plågar mig med det jag redan vet. Jag trodde du var mild och god men du är grym med det du kallar sanningen.

Inte jag men du är grym som hållit sanningen ifrån dig i så många år.

Nog nu! Inte mer, jag ber! Jag ger mig! Jag tillstår: det ligger någonting i det du säger. Mitt tålamod är kort och jag är snar att visa bort det som du ger mig. Min öppenhet är ej så öppen som den borde och vad beträffar orden som kommer ifrån andra sidan borde jag väl lyssna bättre. Lika gott erkänna. Jag ville bara ge, ej ta emot, ej kännas vid och bli berörd. Det gjorde alltför ont. Jag stängde dörren, byggde upp ett starkt försvar som ingen människa och ingen gud förmådde bryta.

Jag blev en fånge i mitt eget fängelse, jag hade kunnat öppna dörren, ge mig av, jag hade egen nyckel men ville inte gå. Jag var rädd för livet här på jorden. Jag gömde mig i orden och lät dem skydda mig när andra kom för nära. Beröringen och känslorna som hör till den var minnen från en tid jag ville vara utan. Men det jag stötte bort kom nära och den tid som gått blev innehåll i nuets mitt.

För att komma undan sprang jag fortare än tiden och lät mig dväljas i den framtid ingen ännu sett. Jag förlorade mitt vett av rädsla för det som redan varit, det som redan skett.

Tack för att du satte stopp. Jag känner att jag sprungit alltför fort, att jag gått för långt och fångat ord i flykten som jag inte bort. Jag lugnar ner mig, saktar farten, vilar ut en stund på jorden. Här och nu, i mittens rike.

Jag har varit här förut, av Agneta

*Tack min vän för att du ville lyss till orden. Jag ger dig friden nu att sprida över jorden. Sträck ut din hand och fatta tag i min. Den är blott en vink från Anden din.
Paulina Fredrikson*

Jag har varit här förut

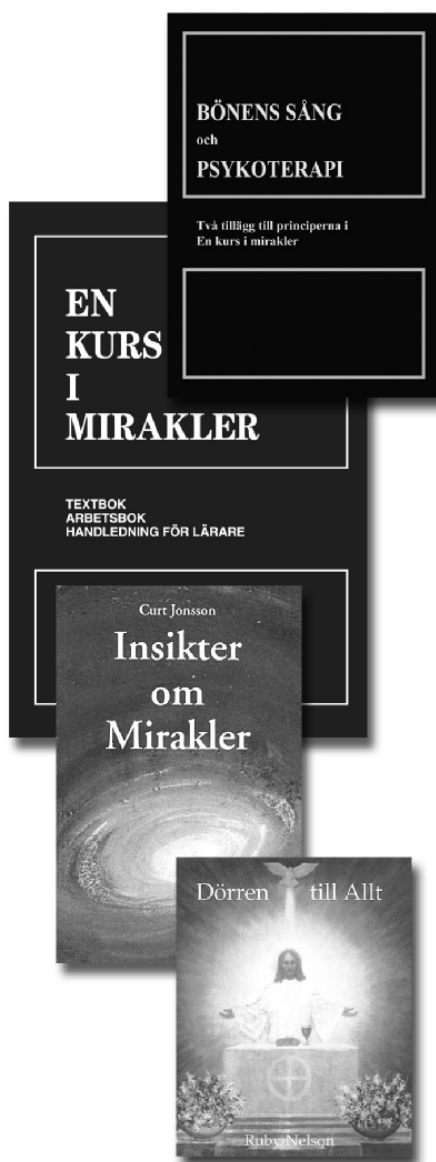
Jag vaknar en tidig morgon. Jag är på en kurs på Stora Karlsö, ”kärlekens mirakler”. Jag går ut, jag är den enda som är vaken. Jag går dit jag blir ledd. Först mot sydväst. Där möter jag stora, enorma, svarta moln med åska och regn i. Jag kan se dem på avstånd. Jag går rakt emot dem, jag vet inte varför, jag kan inte styra mina steg. Vägen går uppför en brant trappa, förbi fyren mot den plats där alla fågelungarna hoppar utför en brant klippa på våren. Jag är inte rädd, jag bara står i de annalkande molnen.

Då är det något/någon som ber mig göra en helomvändning. Jag vänder näsan mot nordost och tittar mot en annan del av ön. Där skiner solen från en klarblå himmel. Jag går mot ljuset. Jag är så ivrig. Det är en bra bit att gå, genom många buskage och staket. Jag kommer fram till en stor äng eller snarare en stor plåtå där en massa får betar. Jag är egentligen rädd för får, men inte nu. Några av dem kommer fram till mig och ser mig in i ögonen. Deras ögon är blå, milda och vänliga. De är mina kompisar. De följer mig på vägen.

Jag är nu uppe på den högsta punkten på ön. Jag är framme vid stupet som går rakt ut i havet. Jag sätter mig ner i det karga, gyllengula och varma gräset. Jag ser ut över himmel och hav, det finns ingenting annat och jag ser hur de går ihop med varandra och jag känner mig som ett med allt. Jag är hemma, jag känner igen mig, jag har varit här förut. /Agneta Martin



Specialerbjudanden till Nätverksmedlemmar:



Bönens Sång och Psykoterapi

Den stora nyheten! Dessa två supplement är utvidgningar av Kursens principer, som de dikterades till dr. Schucman kort efter det att hon fullbordat "En kurs i mirakler". De ingår numera i den fullständiga engelska utgåvan och är de enda tillägg som auktoriserats av dr. Schucman.

Bönens Sång – Bön, förlåtelse och helande ser på förlåtelse och helande i förbindelse med sann bön och beskriver vad sann bön är.

Psykoterapi – Syfte, process och utövande sätter förlåtelse och helande i relation till vad psykoterapi är, sett utifrån Kursens perspektiv.

94 sid. häftad - 90 kr.

En Kurs i Mirakler

Verket i tre delar, samlade i en volym.

1364 sid. inbunden - 360 kr.

Insikter om Mirakler

En bra introduktion till Mirakelkursen av Curt Jonsson.
203 sid. häftad - 140 kr.

Dörren till Allt

En djupgående betraktelse, helt i mirakelkursens anda av Ruby Nelson. 200 sid. inbunden, endast 60 kr.

Varorna beställes enklast genom förskottsinsbetalning på Regnbågsförlagets PG 13761-2 eller BG 102-1211. Skriv vad du önskar på talongen så skickar vi portofritt!
PS. Märk gärna beställningen med "Nätverket"

Regnbågsförlaget AB
Byvalla
774 68 HORNDAL
Tel & Fax: 0226-410 05
Hemsida: www.regnbagsforlaget.com
E-post: kontakt@regnbagsforlaget.com



Studiegrupper/cirklar ~ Mer info: www.mirakelkursen.org under Studiegrupper/

Arvika

Finns det några i Arvika med omnejd som är intresserade av att delta i en EKIM-grupp? Hör av er till Mira Wigström, tel.nr. 0570-464146, eller mira@levailjus.nu

Gotland

Vi har en studiegrupp på Gotland varannan söndag. För info kontakta: Inger & Patrik cvon Corswant, Stafva Gård, tel: 0498-310 05.

Göteborg

Behöver du hjälp med att komma igång att läsa boken, eller vill du veta mer om den? Välkommen till en introduktionskurs, där vi träffas några gånger i grupp för att prata om bokens innehåll, kopplat till vilken praktisk användning man kan ha av den i livet. Kontakta Monica Frank 031-241094.

Halmstadtrakten

Vi är en grupp som träffas ca 2 ggr/mån hemma hos varandra och studerar A Course in Miracles. Vi har startat en nybörjarkurs i Halmstad. Alla intresserade kan vända sig till 035-105484 för närmare besked.

Helsingborg

Studiecirkel i ACIM varannan vecka på kvällstid i Helsingborg.

Helsingborg/Ängelholm

Vi träffas en gång i månaden och var fjortonde dag och arbetar mycket med den praktiska tillämpningen av EKIM i vardagen. Mycket välkommen alla – nybörjare och du som redan studerar! Kontakta Ulla Wallin, tel. 042-20 67 33, 070-309 38 56, www.levandeigladje.se

Högsby/Oskarshamn/Mönsterås

Välkommen att delta i en studiegrupp i En kurs i Mirakler/A Course in Miracles. Vi träffas varannan onsdag och fördjupar oss i Kursens budskap. Kontakta Carina Hansson, tel.0491/224 11, 222 11 carina.hansson@mirakelkursen.org

Höör

Vi är en liten grupp som läser EKIM tillsammans. Varannan torsdag ojämn veckor mellan kl 19 - 21 utanför Höör. Vill du vara med, så är du hjärtligt välkommen. Ursula, tel.070-2385209, www.solvallen.org

Kalmar

Kvällsträffar i EKIM-anda. Kontakta Siv Karlsson, tel. 0480/229 59

Kalmar

Är du intresserad av att vara med i en grupp som studerar EKIM? Kontakta Ki Myrbäck 0485-660188

Norrköping/Söderköping

Vi har en ACIM-grupp med samling varje söndag och du hälsas varmt välkommen! För mer info www.enkursimirakler.nu eller ring 011-172500

Sala

Studiecirkel startar när 5 deltagare har anmält sig. För mer information ring Gunilla 0768200074

Stockholm

Föreningen Clearmind Sweden startar nya studiecirklar i EKIM när tillräckligt antal intresserade deltagare finns. Info & anmälan: info@clearmind.se eller Bill Eneqvist, tel.070-317 17 32.

Stockholm

Nystartad cirkel som träffas torsdagar i udda veckor 18.00—21.00. Kontakta Lena Lehtinen 08-883758.

Stockholm/Åkersberga

Varannan vecka udda tisdagar. Vi träffas hos varandra och läser just nu textboken. Kontakta Agneta Martin 08-54023285, agneta.martin@telia.com

Tukholma

Suomenkielinen
Ihmeiden Oppikurssi
Anna-Maija Pantti
Puh.08-6125125, 073-701 20 11
annamaija@telia.com

Valje

Vi har tre olika EKIM-grupper i Valje. Vi träffas varannan vecka enl. följande. Månd. ojämn veckor, onsd. ojämn veckor, torsd. jämn veckor. Medlemmarna kommer från hela Blekinge och östra Skåne. Kontakta Ken Lentonsson, tel.0456-21815,

Örebro

Vi är en liten grupp som studerar EKIM. Vi träffas varannan onsdag 18.00-21.00. Kontakta Bengt Fridstråle för mer information 070-5889537.



"Repetition är kunskapens moder!"

Då har jag frågat mig!
Vad är det vi ska repetera?

Är det rädslan eller kärleken?
Är det våldet eller kärleken?
Är det lögnen eller sanningen?
Är det tystnaden eller kommunikationen?
Är det stängda dörrar eller öppna dörrar?

Väljer du att bryta samman eller
väljer du att bryta igenom?
Väljer du separation eller väljer du Enhet?
Väljer du stagnation eller väljer du utveckling?
Väljer du tystnaden eller väljer du öppenheten?

När du väljer rätt så är det lätt!
För mig är valet lätt
jag har upplevt allt av detta!

Själv väljer jag att repetera kärleken,
för det är kärlek vi alla är.
när vi vågar öppna oss för livet!
Siv Karlsson



Nyheter från David Hoffmeister

Endags workshop med David Hoffmeister 7 februari 2009 utanför Höör i Skåne

Välkommen att höra av dig till: Ursula & Svend Rasmussen: 070-6633005, 070-2385209, solvallen@hotmail.com.



Nu finns alla Davids besök här i Sverige inspelade på nätet. Det är helt underbart att i lugn och ro få lyssna till dessa helande stunder där David och alla hans vänner ger oss så mycket av kärlek och gemenskap i ett enda heligt syfte, att vi alla skall känna igen vem vi är.

Här är länken: <http://miracleshome.org/MP3/europe2008.htm>

Besöket i Kattarp är utmärkt tolkat till svenska och innehåller många höjdpunkter i avancerad undervisning!



Vi håller på som bäst att planera Davids besök nästa sommar 2009. Håll utkik i kommande nyhetsblad, på hemsidan och i kommande nummer av Mirakelnytt. Redan nu vet vi att han kommer att besöka Åkersberga, Göteborg och Oslo.

Gåvor av Albert Harloff för utlåning!

Följande CD-skivor, Mp3-skivor och böcker har vår käre Albert donerat till Nätverket för utlåning bland våra medlemmar. De är alla utgivna av Kenneth Wapnick. Jag har redan förmedlat lån till två av våra medlemmar och jag hoppas att du tar tillfället i akt att navigera bland dessa guldkorn.

Kontakta Agneta Martin, tel 08-54023285 eller maila agneta.martin@telia.com så skickar jag det du önskar. Du behöver endast betala för portot tur och retur.

Dessa alster finns att låna:

Mp3 The Body, an engine of destruction
Mp3 Love, dark night and Living Flame
Mp3 The pathway of ACIM

CD Lessons of ACIM, nr 6
CD The decisionmaker
CD An overview of ACIM

CD-box On the Three Metamorphoses, Nietzsche
CD-box The Ghost of Caesar
CD-box Art and ACIM

Bok Parents and Children, del 1
Bok Parents and Children, del 2
Bok The most commonly asked questions about ACIM
Bok "The Gifts of God"
Bok A Vast Illusion, Time according to ACIM
Bok Life, death and Love

Studiecirklar att växa i

Folkbildningen och studiecirkeln är unika. Tillsammans med andra kan du lära dig saker du vill veta mer om, utveckla dina intressen eller hitta nya sätt att uttrycka dig på. Det ger självförtroende. En studiecirkel kan också betyda mycket för självkänslan. Ni kanske studerar områden som handlar om oss människor och hur vi fungerar eller så är ni duktiga på att bekräfta och stödja varandra.

Jantelagen

Jante är en dansk småstad i romanen "En flykting korsar sitt spår" av Aksel Sandemose. Staden och dess invånare beskrivs i romanen i tämligen negativa ordalag. Staden Jante har gett namn åt Jantelagen.

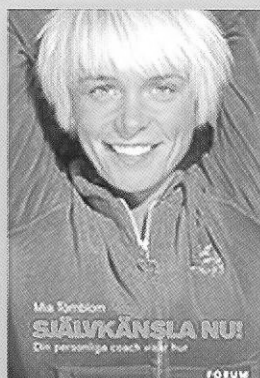
Jantelagen formulerar i ord den oskrivna lag som i Skandinavien säger att man inte får sticka upp och tro att man är bättre än andra. Om man ändå skulle anse att man är det får man inte låta någon märka det.

Jantelagen på svenska:

Du ska inte ...
 ... tro att du är något.
 ... tro att du är lika god som vi.
 ... tro att du är klokare än vi.
 ... inbilla dig att du är bättre än vi.
 ... tro att du vet mer än vi.
 ... tro att du är förmer än vi.
 ... tro att du duger till något.
 ... skratta åt oss.
 ... tro att någon bryr sig om dig.
 ... tro att du kan lära oss något.

Här är några frågor:

Hur mycket av Jantelagen bär vi med oss?
 Varför gör vi det?



Starta en studiecirkel runt Mias populära bok.

"Vi blir vad vi tänker att vi är"

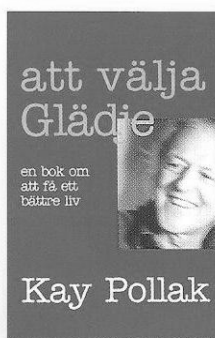
Hur påverkar det självkänslan?
 Varför räcker det inte med självförtroende?
 Vilka följder får en låg självkänsla?
 Är det svårt att tala om självkänsla?
 Är dålig självkänsla typiskt kvinnligt eller manligt, eller är det lika mellan könen?

Uppgift

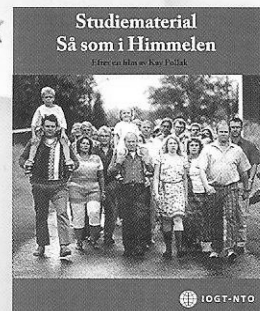
Det här är en övning som är bra för att stärka varandras självkänsla. Alla deltagare i cirkeln ska säga två positiva saker till var och en av de andra i gruppen, till exempel du är modig, omtänksam eller spontan. Börja med att arbeta enskilt så att alla hinner tänka efter vilka positiva saker de vill säga. Gå sedan varvet runt så att alla får säga sitt till alla. Alla deltagare får då höra flera positiva egenskaper att bära med sig vidare.

Mer om självkänsla

Varför inte gå en cirkel på Mia Törnbloms bok Självkänsla nu! som NBV har gjort en studieplan till. Ni kan också ha en studiecirkel på Kay Pollaks film "Så som i Himmelen" med tillhörande studieplan.



Regissörens bok i levnadskonst.



Studieplan till filmen Så som i Himmelen.

Kära Mirakelvän!

Jag reser just nu runt i Sverige för att introducera dessa studiecirklar med temat "att växa som människa". Vi söker cirkelledare och deltagare bland Nätverkets medlemmar. Tveka inte, utan kontakta mig för mera information. Sören Fohlström, tel: 0454-329213, 0733-838350, fohlstrom@mirakelkursen.org