



Själens glädje

Nina Matthis 16 juli 2009

Vet du om att det finns en närvaro inom dig, som vill befria dig? Det kan verkligen vara en överraskning att upptäcka det. Det verkar nästan för bra för att vara sant. Du är kanske van att tro, att du måste kämpa för allt du vill ha, att du inte får något gratis i livet, att allting av värde kommer utifrån. Och så är det allra mest åtråvärda – din inre befrielse - en gåva från din egen själ!

Många människor vet inte om den där närvaron inom sig. Ingen som de känner har berättat om den. Och om någon hade gjort det, så kanske de ändå inte trott att det var sant. De tror på det som de redan tror på. De tror ofta att lyckan finns någon annanstans än där de just nu befinner sig. De tror att livet ska bli underbart om de köper ett nytt hus eller en stor motorbåt. Eller när de byter jobb, eller när de får råd att resa utomlands eller bygga om sitt gamla kök. Och det blir det förmodligen också. Ett litet tag.

De vet hur lyckan känns; den där tillfredställelsen som uppfyller dem någon dag eller några veckor ibland. Och de vill känna den igen. De tycks alldeles glömma bort dess flyktighet. De kanske tror att de kan fånga Den Sanna Lyckan just denna gång – att den faktiskt ska stanna kvar för alltid.

Men lyckan förändras, eftersom den till stor del är en känsla. Det som skapade den härliga lyckokänslan finns kvar (det nya huset eller köket), men nu har det blivit något vardagligt. Lyckokänslan är inte där som tidigare. Och i den stunden är det lätt att börja önska sig något nytt, som verkar lika underbart och nödvändigt som det andra gjorde nyss.

Närvaron liknar lyckan - men ändå inte, eftersom den inte består av en känsla. Närvaron är endast *sig själv*. Den behöver inga känslor för att finnas till. Den är din egentliga grund, den du är bortom de växlande känslorna. Och hos den finns en glädje som inte tar slut. Det är inte en glädje som gör dig ”glad” varje stund. Men en glädje som är besynnerligt fridfull och fri.

När du upptäcker den glädjen kan du märka att du inte behöver nya saker eller nya händelser för att bli glad. Du behöver inte ens ”bli glad”, för du upplever en glädje som är större än den sprudlande känslan. Det är själens glädje. Den glädje som inte kostar några pengar eller som finns att hitta någon annanstans. Den glädjen bor i Närvaron inom dig. Och i honom. Och i henne. Den bor i oss alla, och det enda den verkligen önskar är vår befrielse.