



Den stora Närvaron

Nina Matthis

Skrivet 8 okt 2009. Soul Word: 2 dec 2009

Den stora Närvaron lämnar dig aldrig. Den finns alltid inom dig, lika nära som dina andetag. Den är din andliga källa, din oförstörbara grund. Och det är därför som du söker den (om än omedvetet) och känner igen den när ni har kontakt: Kroppen blir lugn, andningen djup, inget kan för stunden rubba dig. Du njuter av att *vara du* - att vara *hemma i dig själv*. Vad som helst kan uppstå i den yttre världen, men du är ändå hel inom dig. Ingenting kan tas ifrån dig och ingenting mer behövs. Närvaron uppfyller dig, och du vet, helt tveklöst, *vem du är*.

Men vad händer sedan? En plötslig oro kan infinna sig; en viss händelse får dig att reagera och bli arg, sårad eller rädd. Personligheten (egot) letar upp sin sedvanliga vapengömma och försvarar sig instinktivt. Nu är du plötsligt någon annan! Kroppen är spänd, ansiktet liksom grått och tankarna har tagit sitt grepp om dig med en sådan kraft att du genast tror på dem. Orden som kommer ur din mun försvarar sig hej vilt. De skyller på någon annan eller på något annat utanför dig själv för den inre smärta som du upplever.

De ord som försar fram ur dig då, försvarar förstås inte *den du är*. De försvarar endast de tankar som gör dig spänd, vilsen och grå. De kämpar för personlighetens överlevnad - för den sorts lögn som egot lever på. De försöker bevara illusionen om att världen (vissa människor eller omständigheter) måste ändras, för att du ska slippa känna den inre smärtan. Egentligen upprätthåller de där tankarna och orden illusionen om separation - av jag och du, av vi och dom, av kärlek och hat, av liv och död. De bevarar en nivå av medvetande, som begränsar och döljer den du är.

Det är inte förbjudet att befinna sig i den illusionen. Du kan befinna dig där så länge som du tror att den gynnar dig. Men en vacker dag - jag lovar dig - har du fått nog av den där tröstlösa striden och *ger upp*. Du märker nämligen att den vägen inte leder någonstans, att den bara gör dig ensam, olycklig och förvirrad. Den vägen är som en evig labyrint, som till sist får dig att ge upp allt försvar och slänga dig ner och "dö"!

Men då sker det förunderliga. Döden infinner sig inte. I stället fylls du av den stora, ljuvliga Närvaron som du genast känner igen! Allt den väntade på var din inre kapitulation. Den hade aldrig lämnat dig. Inte ens när du skrek, grät eller hatade som mest. Den var *där* hela tiden - och väntade.

Den stora Närvaron är alltid HÄR. Den går ingenstans. Den låter dig leva och göra som du vill. Den lägger sig inte i. Den bara älskar, villkorslöst. Den vet att du en dag kommer att ge upp kampen - och det ser den verkligen fram emot! Den vet att du kommer ge upp din tro på

motsatserna; jag och du, vi och dom, kärlek och hat, liv och död, och uppleva ENHETEN och EVIGHETEN inom dig. Därför väntar den så vänligt, tills du tillåter den att fylla dig med frid.

© Nina Matthis