



En ny frihet

Nina Matthis

Skrivet: 10 mars 2010. Soul Word: 25 mars 2010

För några år sedan träffade jag en man som berättade för mig, att hans sambo var djupt olycklig. Hon var en ensamsegelare som flera gånger hade seglat själv på världens hav. Men så fort hon kom hem från de långa seglatserna blev hon allvarligt deprimerad. Det enda som höll henne uppe var tanken på att hon kunde åka ut på havet igen. Så hon var "aldrig riktigt hemma", som han sa. Hon var hela tiden "på väg". Hon kunde bara känna sig lycklig och fri i en båt ensam på havet. Så länge som friheten och lycka alltid har en baksida eller ett slut, kan man fråga sig vad verklig frihet och verklig lycka är.

En hel del människor har upptäckt att den verkliga friheten finns inom dem. De har fått kontakt med sitt sanna jag och förstår att de är fria att utvecklas mot den frihet som är bestående. Det är en frihet som inte tar slut, eftersom den är vad de är. Dessa personer har insett att det är deras egna stressfyllda tankar och känslor som håller dem fångna och gör dem olyckliga. Därför påbörjar de en annan slags resa. En existentiell resa. En andlig resa. Jagets resa mot ljuset.

De märker att det inre utforskandet för dem framåt på den resan. Och de tar bara med sig det allra nödvändigaste på resan, som så många resenärer gör. De tar i stort sätt bara med sitt mod, sin kärlek och sin vilja att befrias. Allt onödigt lämnar de, eller inser att de måste lämna under resans gång.

Dessa personer finner på sikt friheten i Närvaron, där friden på ett förunderligt vis lever och flödar. De märker också att friheten hör ihop med glädjen att ge, när de upplever sig vara en länk mellan "en större källa" och andra människor. Dessa inre resenärer upptäcker, förr eller senare, att sann frihet inte är en vidsträckt utsikt utan att det är vidden av kärlek i deras hjärtan.

Känslan av frihet, som vi kan uppleva ibland, är en glimt av den frihet som är vårt sanna jag. Vi får en glimt av oss själva. Känslan leder oss till den upplevelsen. Men om vi fullkomligt ska uppleva den sanna friheten kan inte känslan ta överhanden. Känslan av frihet kan vara fantastisk, men den är inte friheten. Därför kan vi segla jorden runt utan att bli fria och lyckliga människor, eftersom känslan av frihet är förgänglig.

När du blir medveten om att du är fri att resa igenom de tankar och känslor som begränsar dig, kan du börja befria dig på riktigt. Då kan du mycket väl resa utomlands eller köpa ett hus vid havet, men du vet samtidigt att den verkliga friheten

finns inom dig själv. Då kan du sitta i flygplanet på väg till ett nytt land eller i fåtöljen i ditt nya hus och samtidigt uppleva friheten hos ditt sanna jag.

Så kommer en dag då du kan befinna dig var som helst och vara lika fri som någon annanstans. Du kan gå ut med hunden, sitta i bilkö, duscha, laga mat, klippa gräset, betala räkningar, gå på föräldramöte och hela tiden uppleva friheten. Det finns inget avbrott, ingen ände på den inre friheten. Den friheten *känns* inte, men är ändå helt underbar. Den är ditt naturliga livsrum.

© Nina Matthis mars 2010