



Frågor och svar kring SoulWork

Med Mikael Matthis

Vad är grunden i SoulWork?

En väldigt enkel och tydlig definition är, att SoulWork är en utvecklingsmetod för människor som vill ta ett nytt steg i sitt liv, som vill öka sin medvetenhet. SoulWork bejakar det friska, det som är hennes kärna av liv. Denna inre kärna finns inom alla människor, men den kan vara mer eller mindre dold eller upptäckt.

SoulWork kombinerar personlig utveckling med en inre själslig kontakt. Människans jag blir mer tydligt och frigjort för att kunna använda sin större inkoppling med ett expanderat medvetande. Detta sker i en mycket spännande och levande process som är unik för varje person. Samtidigt finns en hel del gemensamma riktlinjer och själsliga lagar som vi använder oss av i SoulWork. Det bildar en stadig grund och därmed trygghet.

Hur fungerar metoden?

Genom ökad kontakt med sitt genuina jag och därmed också med sin inre kärna, får man tillgång till ökad självkänedom, förståelse för sitt eget liv och vad som kan hindra det.

Dessa hinder utgörs av olika emotionella och intellektuella mönster som binder upp på ett negativt sätt, snarare än ger energi och ökad medvetenhet för jaget.

När hindren blir medvetandegjorda, bearbetade och på sikt omvandlade, ökar olika positiva livsflöden. Allmänt kan man som exempel ofta se att en människa landar mer i sig själv, blir mer tydlig. Kvaliteter som inspiration, förverkligande, handlingskraft, ökad hälsa på olika nivåer, tar plats. Det är ett ökat flöde av livskraft i kombination med inkoppling av människans specifika energier.

Vad händer när man går till en SoulWork-coach?

När en SW-coach tar emot sin klient går man först igenom de olika behoven klienten har. Ofta finns en grundfråga som utgångspunkt, som speglar eller tar upp något yttre behov.

Vi människor tenderar att lägga mycket utanför oss själva. Därför är sällan denna fråga eller detta behov själva problematiken i sig. Vägen går genom detta, som man kan kalla för processens ton eller färg. Och då visar sig istället snart

hur människan förhåller sig till sitt liv. Och vad som är hennes egen inriktning, hennes energier, hennes kvaliteter och möjligheter. Men också hur hon itne kan se eller använda dessa resurser.

Terapeutens (eller coachens) jobb är att skapa möjligheter för läkande, expansion, tillåtelse, stöd. Det sker på en nivå genom att stötta klienten att våga ta fram sitt utrymme, lita på sitt eget inre. Dvs vad som är verkliga behov, djupare in, och hur dessa kan frigöras. Vad som är hennes mer sanna uttryck, hennes vilja och väg i världen.

Då skapas mer utrymme för det genuina jaget. Sedan på sikt, eller ibland väldigt snabbt, det är olika, nås kontakt med olika nivåer av övergripande själsliga uttryck. Då framträder detta i människans liv som en integrerad kraft som skapar utveckling på ett mer medvetet sätt.

De inre kvaliteterna, eller det som här kallas för "själens energier", verkar här alltså ingå konkret i metoden, i processen för växande?

Det är just det som är det finurliga med SoulWork-metoden, kanske det unika, att här sker också ofta spontana inkopplingar. Det är "svar" eller impulser inifrån människans större medvetande, själen, hennes andliga dimension kan man kalla det för om man vill, som når uttryck.

Det vardagliga medvetandet, vanor, känslor, tankar, osv, blir alltmer tydligt och kan bearbetas. Samtidigt når också nya influenser in, *som är förnyande i sig själva*. De skapar verkligen nytt liv!

Dessa är helande instrument. Det är som läkande energi,

Det låter spännande det här med hur det "högre", vad man nu vill kalla det för, tar mer konkret plats. Jag kan se hur mitt inre blir mer frigjort, t ex genom att bearbeta känslor, mönster osv. Det är ju många som gör i terapier och metoder av olika slag. Men hur kopplas det högre in, menar du?

Allmänt sett bygger behandlingen på samtal, men också på processen av frigörelse. Detta leder sedan vidare i olika steg beroende på var människan är i sin utveckling till olika nivåer av insikt, förändring, expansion.

Det är som olika nivåer av uppvaknande, att känna igen sig själv i en större verklighet, ett större sammanhang.

Alla har denna kärna inom sig, detta potentiella överflöd av liv, insikt och förverkligande, men många har glömt den. I vår tid väcks detta slags medvetande upp i expresstakt. Det är inte bundet till någon specifik tro eller lära, utan snarare en universell sanning som går igen inom all mänsklighet, alla mänskliga uttryck.

Det verkar som att kontakten med vår inre kärna är den mest fullständiga läkandekraft vi kan uppnå. Den banar sedan väg för högre former av transformation på sikt. För oss som människor verkar själskontakten med sina högre energier av ljus, visdom, kärlek, syfte, kunna förlösa och uppenbara så

enormt mycket. Den kontakten blir vår vägvisare, vår "tända lykta" som vi kan upptäcka och också omvandla vår värld med.

Detta är också verkliga redskap som vi tränar på rent konkret i SoulWork utbildningen. Där får människor genomgå sin egen växandeprocess och förstå den mer tydligt. Det gör att de sedan kan använda denna process själva i sitt eget liv, möta och hantera olika problem mer klart t ex.

Är det bara enskild behandling som gäller i Soulwork? Och vilka vänder sig metoden till?

SoulWork fungerar dels genom enskild coaching/terapi, dels genom kortkurser, dels längre utbildning.

SoulWork fungerar överlag mycket praktiskt. Vi utgår från människans behov i stunden. Folk kan komma med alla möjliga utgångslägen, t ex att de behöver komma loss, de har kört fast. Eller de vill öka sin utveckling, de önskar mer andlig energi eller mer insikt. Eller de har mer konkreta problem, en relation som inte fungerar, familjesvårigheter, hälsoproblem, utbrändhet, smärtor osv.

Vissa moment är mer direkt terapeutiskt inriktade, stärkande och utvecklande som främst personlig utveckling. Andra går mer direkt på det andliga området av energiinkoppling och vägledning. Båda dessa områden syftar till att förena olika sidor inom personligheten och överlag att stärka och klargöra jaget och dess position.

I SoulWork-utbildningen ges deltagarna möjlighet att utveckla och integrera sin personliga helhet i en större pågående process, som kan kallas själslig (eller en större existens, en större medvetenhet).

Denna process pågår också mellan utbildningstillfällena, vilket gör att det är en kraftfull "resa" som många upplever.

En viktig del av denna process är att hinder och motstånd belyses, utforskas och omvandlas, men utan att forcera.

Hur skapades denna metod?

SoulWork har framförallt skapats genom att lyssna på ett inre själslig behov genom mina egna erfarenheter av inre utveckling under många år, sedan tidigt 80-tal.

Den inre driften att vilja skapa mer omfattande redskap för människors utveckling har också varit en stark drivkraft, ja, egentligen det bakomliggande motivet.

Jag har länge haft med mig en bild och vilja om en god förändring, också i samhället, t ex inom de mer traditionella tolkningarna av psykologi och psykiatri. Jag tror samhället överlag kan göra enorma vinster på att ta in det själsliga perspektivet mer. Jag tycker också att jag fått se och lyssnat till så många skildringar där människors djupare sökande inte tagits emot så bra, eller att man inte kan förstå och hjälpa människor med olika existentiella behov.

Denna vilja ser jag också som en del av en större delaktighet och inkoppling, också överlag som hr grund i en större livsprocess på vår planet idag. Där blir människans mening, mål och utveckling förtydligat och belyst i ett större livsfält.

Hur man väljer att uppfatta och förstå detta är förstås olika och upp till var och en. Men att inse att alla bidrar genom att utvecklas, att omvandla sina hinder och motstånd, är en viktig grund. Detta leder till att vi ökar vår delaktighet och medkänsla, vår inlevelse och förståelse för hur allt liv hänger samman.

Det skapar ett ökat "miljö-tänk", som också inkluderar inre värden, den inre utvecklingen. Vi förändrar inte världen och "räddar jorden", genom att enbart byta ut glödlampor och inte köra så mycket bil. Det handlar snarast om en medvetandeförändring, att inse och uppleva sin egen plats och människans plats i en större helhet. Detta skapar *naturlig utveckling*.



Vad har SoulWork för rötter annars, vilka influenser finns med i metoden? Hur ser historien ut?

Jag ser den främsta källan till detta arbete som den energiprocess som alltfler människor idag får möta, på olika nivåer och med olika effekter. Bakgrunden till detta kan man finna i vår planets utveckling, ett större andligt eller helhetsmässigt perspektiv.

Det är något som sker spontant, i alla fall var det så för mig. Många kommer dock in i dessa processer genom en tro, en metod, genom att möta någon fysisk lärare, kanske en "guru", eller genom en kris. Sedan finns det fler steg, att inse att det är en större rörelse som egentligen hör ihop med vårt själsliga väsen, som tar plats inom oss själva, genom vårt uppvaknande.

Min fru Nina, vårt möte och vår familj med barnen och hela vårt växande i det vardagliga - samtidigt som vi genomgått så mycket omvandling och starka inre processer av förnyelse ihop - har varit och är en ständig källa till inspiration och stöd för mig. Nina har varit med och lett SoulWork-utbildningen till och från, och är nu med stadigt. Hon har hjälpt mig på otaliga sätt och skapat mycket inspiration överlag för utbildningen, inte minst genom sin speciella kärleksenergi.

Samtidigt är det förstås en rad goda influenser och inspirationer som jag hämtat stöd från på vägen. Detta gäller även om de metoderna inte direkt ingår i SoulWork-arbetet.

Under 80-talet mötte jag grundaren av Reikihealing metoden i Sverige, Wanja Twan, som då hade precis introducerat detta arbete i Sverige. Från henne fick jag vissa väldigt fina inspirationer som hjälpte mig mycket då.

Jag träffade också flera andra inspiratörer, som gav mig mycket stöd och lärdomar, framförallt inom energiarbete, inkoppling, integrering osv. Norman Stevens, över 90 år då, var viktig för mig. Även miljön där han levde på Stjärnsunds stiftelse.

Senare kom mötet med Marina Munk och vårt kommande samarbete under många år att vara väldigt betydelsefullt och givande för mig.

Jag har också fått mycket stöd och inspiration genom Tibetanens undervisning, "den tidlösa kunskapen" i olika former, som presenterats i en stor mångfald.

Åren runt 1999-2000 fick jag mer inkoppling till det direkt terapeutiska. SoulWork i sin praktiska-terapeutiska form bygger på en anda från den humanistiska och transpersonella terapin, även om detta säger ganska litet.

Vi använder inspiration från den läkande relationsmetoden Familjekonstellationer, som Bert Hellinger skapat, också en del från Gestaltmetoden. Vissa av Psykosyntesens tankar har senare kommit att fungera som en bekräftelse för mig till viss del.

Ändå är dessa metoder inkompleta sett i ett större själssammanhang. Inte att de är "fel" i sig, utan mer att alla psykiska metoder överlag kan utvecklas och gå vidare, men att många ändå stannar där de är när de nått en viss nivå.

Så det finns både andliga, eller själsliga, influenser, men också de mer renodlat terapeutiska. Kan man säga att SoulWork ändå är en psykoterapeutisk metod?

Nej, det är inte riktigt, rent formellt sett. Det finns inslag i samtalsmetodiken i SoulWork som har liknande utgångspunkter rent metodiskt som många vanliga former av samtalsterapi. Samtalet är ett viktigt, grundläggande arbetsredskap och en naturlig utgångspunkt i mötet med varje klient. Men det psykoterapeutiska står inte i förgrunden som begrepp, eftersom denna form har mycket tung belastning med sig i bagaget. Dels från Freud, dels överlag från vad många anser inte skapar effektiv terapi, dvs vad som verkligen ger ökad utveckling och hälsa för människor.

SoulWork är snarast en utvecklingsform, ett större rum där man kan mötas och arbeta med sin utveckling. Dels där man sitter fast, men framförallt i lusten och viljan till ett steg vidare. Att undersöka men också skapa det nya, det som för mig framåt, som jag kanske längtar efter, det jag vill förverkliga. Det är också ett rum där andlighet och själskontakt på olika nivåer kan få finnas och uttryckas, samtidigt med den personliga och ofta frigörande, terapeutiska processen.

© Herkules Utb. Januari 2008 (uppdaterat okt 2009, sept 2010).

Mer information:

Herkules Utbildning: www.herkules.nu Tel: 070-749 60 88
