

Veveriet Lørdagskafé

"Å våge å være"



Artikkel i magasinet Medium, feb. 2007

Tekst: Journalist Elisabeth Hægeland



«Andre steder kommer man gjerne for å få noe. Her kommer man for å våge å være.»

Lisbeth Lind, gründer og hovedlærer på ArunA-Akademiet.

Det er en blanding av skepsis, sosial usikkerhet og nysgjerrighet som preger følelsene idet vi besøker lørdagskafeen på Veveriet for første gang. Hvem er egentlig disse alternative menneskene, som er så opptatt av å møte sine egne og andres sjeler?

Så snart vi er innenfor døra blir vi møtt av vennlige, rolige og åpne mennesker. Atmosfæren er fredelig, og det er nesten som å komme inn i ei stor stue. Akkurat som i et vanlig hjem, må vi ta av på beina og henge fra oss jakka ved ytterdøra.

Synes du mennesker i alternativbransjen virker svevende og mystisk, er det en idé å bli kjent med noen. På den alternative lørdagskafeen i regi av ArunA-Akademiet i Oslo, har du muligheten akkurat det, for den er ikke helt som andre kafeer.

De smilende menneskene som møter oss er studenter og lærere ved den fireårige terapiutdannelsen på ArunA-Akademiet. De jobber frivillig med å servere kaffe, kaffelatte, te og kaker, og introduserer gjestene for hverandre. Det er også deres oppgave å dra i gang gode samtaler om det som beveger seg mellom himmel og jord.

- De fleste kommer til kafeen for å møte folk man kan snakke med det spirituelle om, sier gründer og hovedlærer ved akademiet, Lisbeth Lind. Hun startet lørdagskafeen på Veveriet selvutviklingscenter høsten 2005 for å skape en døråpner mellom samfunnet og alternativbransjen.

Et sted for å bli sett

Lind vet at mange vegrer seg for å bevege seg mot «den alternative verden» enten fordi de er skeptiske, fordomsfulle eller redde. Samtidig har hun en oppfatning om at det er mange flere enn vi tror som er sosialt usikre.

- Det finnes én ubehagelig side ved lørdagskafeen, for det er mange som er engstelige for å bli sett. Dette er et sted hvor man blir sett, og derfor er det mange som unngår å gå alene hit. Det er helt greit, samtidig som jeg vil oppfordre folk til å gå alene, for da er det lettere å bli kjent med nye mennesker, råder Lind.

Lørdagskafeen er ingen vanlig kafé, hvor du kan gå inn uten å måtte snakke med andre enn de bak disken. Her er det liten sjanse for at du blir sittende alene. Du blir møtt av åpne mennesker som vil lytte, prate og fortelle. Er du usikker eller redd, så er det helt greit. Vær deg selv, vis deg selv og stå i det du er. Det er ArunA - Akademiets første bud.

- Bruk eventyrånden, og besøk kafeen med et åpent sinn uten å ha noen spesielle planer om hva du skal gjøre eller oppleve. Tenk at menneskene du møter er et speil av deg selv. Se hva som skjer. Det handler om å våge å møte det ukjente, forklarer Lind.



Massasje og gratis foredrag

Hver lørdag er det en halvtimes stille stund for de som ønsker det før gratis foredrag kl. 14.30. Man kan også bare sitte i kafeen og lese aviser. Hvis du har en bok om kosthold, selvutvikling eller filosofi, har du mulighet til å gi den videre eller bytte den bort med en annen bok. Bestiller du time i forveien, kan du også få avspenningsmassasje i forbindelse med besøket på lørdagskafeen.

Har du lyst til å utfolde deg på et lerret, kan du også bestille lån av atelieret. Hvis du ønsker det, kan du få veiledning mens du maler. Mange tilbud til tross – grunntanken bak lørdagskafeen er å invitere folk til å tørre by på seg selv i møtet med andre.

- Andre steder kommer man gjerne for å få noe. Her kommer man for å våge å være. Samtidig kommer man hit for å lære noe, spesielt siden vi har gratis foredrag her hver lørdag, sier Lind. Foredragene holdes som oftest av lærere og psykoterapeuter som er utdannet på ArunA - Akademiet. Målet fremover er fornyelse på foredragsfronten, ved å ta inn flere foredragsholdere utenfra.

Denne lørdagen ble foredraget holdt av Torun Katarina Linge, som leder Maleskolen Sareptas Krukke på Veveriet. «Hvordan intuitiv maling bringer deg i kontakt med sjelens tapte budskap» er tittelen. Linge er utdannet kunstmaler fra Kunstakademiet i Bergen, og er kunstpedagog og kunstformidler.



Like før jul var det godt fremmøte på foredraget ved Dagfrid Kolås, som snakket om helbredelse av kreft. Andre foredrag som har vært er «Hvordan nattens drømmer forbereder deg på å skape et meningsfylt liv!» av Lisbeth Lind, og «Mannens rolle i et spirituelt parforhold» av Øivinn Øi.

- Lørdagskafeen er en flott mulighet til å åpne dørene, møte mennesker og være sammen. Her blir folk møtt og tatt i mot. Man blir sett og virkelig lyttet til, sier Linge. Hun har arbeidet tett med gründerne Lisbeth Lind og Øivinn Øi siden de startet ArunA som kurscenter i 1985 og som ideell forening fra 1993.

Alternativ, men jordnær

Det er noe trygt og godt som møtte oss på denne spesielle kafeen. Man blir tatt godt i mot av åpne mennesker som er glade for å se oss, selv om de aldri har møtt oss før. Den sosiale usikkerheten forsvinner raskt idet man blir møtt med smil, gode håndtrykk og varme klemmer.

Skepsisen forsvinner også fort, for man finner ut at disse menneskene er helt vanlige og jordnære mennesker. Dette er et sted hvor folk snakker fra sjelen, så man må våge å ta i mot, lytte og la ting komme frem uten å dømme det. Alle har lov til å være der de er, samme hvor glade, triste eller sinte de er.

Filosofien bak InnerLifeTerapi er nettopp å bli kjent med følelsene sine, få ut det som ligger inne og er vondt, og finne veien til sjelens indre verdier og gode kvaliteter. Denne grunntanken har vokst ut fra Lisbeth Linds studier av Carl G. Jung og Bob Moore, og hennes erfaring som psykoterapeut i 20 år. Utdannelsen på ArunA og kursene på Veveriet er i stor grad basert på Linds konsept om vår indre åndskraft og menneskeverd.



All utdanning, kurs, terapi og veiledning her går under navnet InnerLifeExperience®. Dette er et dybdepsykologisk konsept som er utviklet på akademiet, og går ut på å skape en god kommunikasjon mellom kropp, sjel og tanker. På lørdagskafeen kan man høre om hvordan det er å gå på en slik utdanning, og hvordan det er å gå i terapi og på kurs.

Menneskene på lørdagskafeen kommer for å være sosiale, snakke og kose seg med andre som er interessert i spirituelle og sjelelige tema. Ingen står over eller under noen. Alle går ved siden av hverandre. Dette er overhodet ikke en gjeng autoritære psykoterapeuter som synes synd på folk og overvurderer seg selv. Dette er helt vanlige mennesker som har evne til å være nysgjerrige, lytte og åpne opp for ulike syn.



Er du en sosial og eventyrlysten person, står døra på Veveriet åpen annenhver lørdag fra klokken 13.00 til 17.00. På ArunA - Akademiets hjemmesider, www.aruna.no, kan du lese mer om kafeen, kurs, utdanning, terapi, massasje og Maleskolen Sareptas Krukke.

