

En reise blant mennesker på søken etter menneskeverdet



Øivinn Øi og Lisbeth Lind driver Aruna-Akademiet. I mer 30 år har de jobbet med selvutvikling, livsveiledning og spiritualitet. Vi besøkte dem for å høre mer om hva som ligger til grunn for deres mangeårige arbeid – og om hva Aruna-Akademiets InnerLife – konsept handler om.

Intervju ved Eirik Svenke Solum, Magasinet Visjon

Lisbeth og Øivinn – Aruna – har nærmest blitt en institusjon i det spirituelle miljøet i Norge. Med Aruna-Akademiet har de tilbudt hundrevis av mennesker kurs, livsveiledning og utdanning i InnerLife – konseptet.

Vi besøkte de to i deres lokaler i Oslo. Her har de tilhold i "Veveriet", som ligger rett ved Akerselva, i et historisk, ombygd fabrikkbygg hvor det for noen generasjoner siden jobbet mer enn 400 flittige vevere. Her tilbyr Aruna både kveldskurs og kafe hver lørdag med foredrag. Selve hovedsenteret har de flyttet til en flott gård på IIseng rett sør for Hamar.

Vi setter oss ned for en prat om hvordan Aruna kom til og hva de egentlig tilbyr sine studenter ved akademiet. Lisbeth slår tidlig fast at det er Øivinn som i starten var utgangspunktet for det som senere ble deres felles arbeidsplass.

– Du har jo vært innenfor det alternative helt siden du var 19 år, sier Lisbeth henvendt til sin kjære mann. På den tiden var det jo så nytt alt sammen!

– Hvordan ble du interessert i alt dette så tidlig, Øivinn?

Oppveksten min opplevde jeg som ganske utrygg og turbulent. Mor skilte seg da jeg var 1 år gammel og min far hadde jeg ikke så mye til overs for. Det ga meg nok en tidlig motivasjon til å lete etter mening. Jeg startet Themis bokkafe sammen med en venn, hvor jeg kom i kontakt med veldig mange søkende og interessante mennesker. Jeg ble nysgjerrig på alle mulige behandlingsformer og lærte meg irisdiagnostikk som jeg etter hvert holdt kurs i. Muskelkinesiologi ble også et viktig redskap på denne tiden.

Først var det ikke så mange som var opptatt av det alternative. Men på slutten av 70-tallet begynte ting å skje. En søken mot østlig mystikk blomstret opp og stadig flere ville lære av de innsikter man hadde i andre kulturer enn vår egen. Samtidig møtte jeg det som skulle bli min spirituelle lærer, Bob Moore fra Ringkøbing i Danmark. Og det var da Lisbeth kom inn i bildet, smiler Øivinn og titter bort på Lisbeth, som plukker opp tråden i fortellingen.

– Ja! Vi møttes ved at jeg holdt et foredrag i Sandvika kino om Maya – indianernes kultur. Jeg hadde studert sosialantropologi, og nettopp kommet hjem fra et forberedende feltarbeid i Guatemala. Øivinn var på fordraget og da han kom bort og snakket med meg etterpå, hørte jeg en stemme inni meg som sa at "dette er mannen i ditt liv". I det samme øyeblikket kjente jeg at

jeg ble forelsket – men i neste øyeblikk forsvant han jo opp trappen og var vekk! Jeg fant ham igjen 3 måneder etterpå på en fest på Lysaker. Siden har vi vært sammen.

På den tiden var jeg en intellektuell fra Blindern og ikke på noen måte opptatt av det åndelige. Jeg hadde meldt meg ut av statskirken som syttenåring og vært medlem av hedningforbundet i lang tid. Dette var høsten 1979 og Øivinn var dypt inne i arbeidet med Bob Moore. Allerede i januar møtte jeg Bob – det var et sterkt møte. Jeg kunne kjenne inni meg – i kroppen min – det han snakket om. Det var som jeg visste det fra før. Så jeg ble nok litt forelsket i Bob også – som i de neste fem årene skulle få stor innvirkning på mitt liv.

Skattekisten

– Og når ble ArunA grunnlagt?

– Det var 1. november 1984, så vi har nettopp hatt vårt 25-års jubileum! sier Lisbeth, før Øyvinn forteller om en drøm han hadde noen år tidligere.

– I drømmen satt jeg og en kvinnelig student av Bob foran en skattkiste. Jeg fikk se ned i skattekisten, og følte meg fylt av kjærlighet, undring og åpenhet. I denne kisten forstod jeg at det fantes liv og noen kvaliteter som jeg skulle hente opp. Men i drømmen klarte jeg ikke det. Da runget det opp en gudsaktig røst, som ropte "Aaaaruuuunaaa".

Da jeg våknet om morgenen ble jeg veldig opptatt av dette ordet. Jeg var ikke så bevandret i indisk tenkning, og undret meg når folk fortalte at det lignet på Arjuna i Baghavadgita. Men jeg visste at navnet var uten "j". Mange år senere, etter at vi hadde kalt senteret vårt for ArunA, møtte vi en irsk nonne som hadde samme navn på sitt senter i Irland. Hun fortalte oss at det var et keltisk ord, som betød: " Indre skjønnhet søker ytre skjønnhet". Det traff hjertene våre.

- Fortsatt kjente vi at vi ikke hadde funnet hele betydningen av navnet. Så en helg reiste vi til Lillehammer sammen med den kollegaen av Øivinn som hadde vært i drømmen om skattekisten. Den natten drømte Lisbeth at hun møtte en vis, gammel mann. Med en gang tenkte jeg, at jeg kunne spørre ham om hva ArunA betød. Da så han på meg med sine dype øyne, nesten litt smilende, som om han visste at jeg kom til å spørre ham om nettopp dette. "ArunA", sa han, er den feminine siden av bevisstheten, som mennesket må integrere, for å bryte ned barrierene som dere har satt opp mellom de forskjellige raser, kulturer og religioner i verden."

- Det varmet hjertene våre nok en gang. Vi hadde begge studert "Natur og menneske" hos Arne Næss og Sigmund Kvaløy og befant oss klart på venstresiden begge to. Kanskje var det min egen underbevissthet som svarte? Uansett ser vi jo at det som i dag er blitt til InnerLife – konseptet, i stor grad handler om solidaritet og menneskeverd, smiler Lisbeth.



Bjørk Gård, 2010

Jung og Hazrat Inayat Kahn

I 1985 hadde Lisbeth en erfaring som ble svært avgjørende for deres videre arbeid. Fortsatt fulgte de begge kurs hos Bob Moore.

– På vei til kurs hos Bob Moore i Danmark, hadde jeg en drøm på danskebåten: Jeg er en ung tjenestepike, med sorte klær, et lite hvitt forkle og en stor støvkost som jeg bruker til å feie støv av en kjempediger eikedør. Jeg hører at noen snakker innenfor dører og blir veldig nysgjerrig. Så nysgjerrig at jeg legger øret mitt tett inntil. Da skjer det, som gir meg den helt store skrekken; Døren glir opp og jeg ramler på knærne inn i rommet. Jeg kjenner en enorm frykt for å bli oppsagt. Det står to menn ganske langt inne i rommet, hvor den ene vinker meg til seg. Han virker veldig streng. Men isteden for å gi meg sparken, tar han meg i hånden og sier: "Jeg er Carl Gustav Jung. Og dette er Hazrat Inayat Khan. Det er fra oss skal du få din visdom". Så sluttet drømmen.

Den første dagen vi var på kurs, kommer Bob bort til meg og sier: "Jeg vet ikke hva som skjer med deg nå, men auraen din har tatt form som en stjerne. Så det er viktig at du nå fortsetter å jobbe slik du gjør nå." Men jeg var ikke i noe spesielt akkurat da, så jeg undret meg over det han sa.

Kanskje la Bob opp noe av kurset for å utforske denne stjerneformasjonen i auraen min, for det var åpenbart at han oppfattet det som veldig spesielt. Og aldri før hadde jeg følt meg så hjemme på noe kurs, som denne gangen. Tidligere handlet kursene veldig mye om det astrale, å gå ut av kroppen, trening på å se auraen og chakraene – men nå begynte Bob å undervise mer om livskvalitet og den kausale auraen. Den kausale auraen kan best forklares som vår indre åndskraft. Den ligger som en bred vifte over hodene våre og antyder de viktigste verdiene i et menneskes liv.

Tidlig en morgen ville Bob lære oss en helt ny type meditasjon. Vi skulle sentrere på seks energipunkter rundt hodet, som skulle binde denne mentale auraen sammen i en form for seksstjerne. Så skulle vi avslutte med å sette en seksstjerne inn mot det tredje øyet i pannen.

Da skjer det at jeg tror at jeg faller bakover i stolen, hvorpå jeg plutselig faller fremover igjen. Så blir alt mørkt – helt svart - og jeg kjenner noe veldig mykt som presser seg inn mot hele kroppen min. I ettertid tenker jeg at det var det eteriske legemet som trakk seg sammen, for å presse meg ut av kroppen. Jeg kjenner et snev av frykt, men det går raskt over, for nå ser jeg en film foran øynene mine – en film av mitt eget liv, bakover i tid. Jeg ser en rekke vonde episoder i forhold til min far. Jeg skjønner at han har vært veldig sjalu overfor min mor og søster og latt det gå ut over meg. Jeg forstår at alt hans raseri og kritikk av meg har med de to andre å gjøre – og at det ikke var min skyld at han alltid var så sint.

Sannsynligvis har det eteriske nå trukket seg helt opp til nakkepunktet, Medulla, som har mye med vårt indre seende å gjøre – den delen av gammelhjernen som skaper de indre bildene i menneskets sinn. Så blir alt mørkt igjen og jeg får en klar fornemmelse av å fly gjennom luften, i en utrolig fart, liggende med hodet fremover. Det går raskere og raskere, inntil jeg mister bevisstheten og kastes ut i et enormt lys fylt av Guds uendelige kjærlighet. Deretter blir jeg gjennomstrømmet av en altomsluttende takknemlighet fordi jeg var et menneske.

– Alt dette skjer mens du egentlig sitter på en stol sammen med alle andre?

– Ja, jeg sitter ved side av Øivinn og mediterer. Og med ett hører jeg at noen i kursrommet gråter høylytt. Jeg er ikke klar over at det er meg selv, som skriker så voldsomt.

– Var det dramatisk, Øivinn?

– Det var i hvert fall en dyp, dyp gråt. Krampegråt. Flere rundt oss følte seg ganske så forstyrret i sin meditasjon, for vi visste jo ikke hva som hadde skjedd.

– Da jeg til slutt åpnet øynene, oppdaget jeg at Bob satt rett foran meg og hadde sett på det hele, forteller Lisbeth. Da kjente jeg på en merkelig skam, som jeg i ettertid ikke skjønnte. Jeg hadde jo opplevd Guds lys og kjærlighet og så skammet jeg meg? Først de siste par årene har det kommet frem forskning som forteller oss at skammen er en av de mest grunnleggende følelser i mennesket sammen med frykt. Det ser ut til at skammen omgir den delen av bevisstheten vår som ennå ikke har erkjent forbindelsen til sitt guddommelige opphav.

I det jeg kommer tilbake til kroppen og min daglige bevissthet, møter jeg den skam som har omgitt meg et helt liv – mest på grunn av alle plagene min far hadde påført meg. Men det var den siste gangen jeg kjente på skam.

Bob forklarte litt dagen etter hva han hadde sett. Stjerneformasjonen i auraen min hadde oppløst seg til gullstøv. Og han mente, at nå var tiden inne for å slutte hos ham. Han ville at jeg skulle stå på egne ben og utvikle den erfaring jeg hadde hatt og gjøre den til min egen innsikt om livet. Og det vil du holde på med resten av ditt liv, sa han.

Denne opplevelsen har ligget under og vært helt avgjørende for hva Innerlife – konseptet senere utviklet seg til. Jeg satt igjen med en sterk opplevelse av forbindelse, likeverd og en gjensidig relasjon til det guddommelige. Alt dette er blitt veldig sentralt i Innerlife.

Opplysning og opplysthet er to vidt forskjellige ting

– Mange er svært opptatt av opplysning, hva det er eller ikke er, og hva som skal til for å komme dit. Hva tenker du om det – har erfaringene du beskriver noe med opplysning å gjøre?

– Ja, det er klart at det var en opplysning – så til de grader. Men jeg synes det er noe ganske annet enn å kalle seg opplyst. Jeg reagerer ganske negativt på at folk kaller seg opplyste, for det er som om de tror at de er ferdige med sitt ego. For meg er det slik som i Buddhismen: Før opplysning går du over bekken for å hente vann og ved. Etter opplysning går du over den samme bekken for å hente vann og ved. Noe er helt det samme som før. Noe er helt nytt og annerledes.

Når folk hevder å være opplyste, har de faktisk identifisert seg med opplevelsen. Men identifikasjon gir ingen frihet. Identifikasjon fører alltid til et bestemt rollemønster og i denne sammenheng som gjelder opplysthet, gir det selvfølgelig høy status. Men så er du faktisk fanget i ditt nye rolleunivers, sier Lisbeth.

Etter denne opplevelsen begynte jeg å lese auraen til mine kursdeltagere og ble etter hvert veldig god på å holde foredrag og inspirere. Jeg er sikker på at jeg kunne ha satt meg ned med beina i kors og sagt at jeg var opplyst – og tjent godt med penger på det. Folk vil ha det. Men her hadde jeg med meg min marxistiske ballast – å gjøre seg selv til mer spesiell enn andre, var meg svært fremmed.

Det handler om en opplysning inne i meg, - en prosess hvor jeg, i de 25 årene siden denne desembermorgenen i 1985, har trasket gjennom livet på en reise sammen med Øivinn og en mengde mennesker som har oppsøkt oss. Og min søken har handlet om det underet som heter menneske. Personlig søker jeg ikke mot Gud – for den guddommelige intelligens er inni meg, som den er i deg. Jeg søker mysteriet om mennesket. Hva vil vår indre Logos med oss? Hva er vår frie vilje og hva er tillært? Hva er den åndelige bagasjen vi har med oss inn i dette livet, som jeg kaller for Livsmønsteret. Hva skaper livssmerten og ondskaper? Og hvordan utvikle et menneskes egenverdi og menneskeverd?

– Men hva kan andre lære av dine erfaringer?

Andre kan ikke lære av min erfaring. Det mest sjelsettende i denne opplevelsen, var takknemligheten som jeg ble gjennomstrømmet av – takknemligheten fordi jeg var menneske. Det åpnet øynene mine for at kanskje den høyeste form i vårt univers handler om mennesket som søker bevissthet om det guddommelige i sitt eget indre. Og da er det ikke snakk om noen egotripp, men hardt arbeid gjennom et langt liv, for å oppdage den likeverdige og gjensidige avhengigheten mellom Gud og mennesket.

Lysopplevelsen satte meg i kontakt med en form for inspirasjon og en evne til å forstå sammenhengen mellom energi, psyke og bevissthet. Det er som om jeg veldig lett kan forklare et fenomen – dets eksistensielle funksjon, om jeg får bruke et slikt ord. Men da er det gjerne slik at jeg ser sammenhenger på en helt annen måte enn det vår kultur forteller oss om virkelighetens vesen.

Øivinn kommer inn med et smil. Han er åpenbart stolt av sin livspartner og opplever en veldig gjenkjennelse i det hun forklarer. Men i etterkant av lysopplevelsen opplevde jeg at den kunne skape en avstand i forholdet mellom oss. Det var ikke bare lett å være oppdratt til en mansrolle som skulle være likeverdig med kvinnen, men likevel være et lite hakk foran. Nå eide Lisbeth noe jeg ikke eide og som kom til å prege vårt felles liv og hverdag. Det måtte vi jobbe en del med.

Lisbeth har utviklet en egen teori og terapeutisk metode for hvordan man kan jobbe med seg selv eller utvikle sin bevissthet. For bevisstheten har sine grunnleggende lovmessigheter som gjelder for alle mennesker, uansett hvor vi i verden vi bor eller hvilken tidsepoke vi lever i, hevder hun. Om et menneske søker sin kreativitet, sin intuisjon, evnen til empati eller rettferdighet, ligger det guddommelige til grunn, sier Lisbeth. Og med dette er hun godt i gang med å beskrive hva Arunas InnerLife-utdanning handler om.

En lære for livet

– InnerLifeExperience er utviklet på Aruna, til tross for sitt engelske navn. Det ble bare slik. Vi opplevde ikke at Din indre Livsopplevelse gav den riktige klangen. Kanskje fordi vi hadde en engelsktalende lærer, finner vi ofte mer dybde i det engelske språket når det gjelder vårt indre liv og spiritualitet.

InnerLife handler nok mer om bevissthetsutvidelse enn psykologi, selv om utdannelsen er rettet mot terapi og livsveiledning. Det psykologiske aspektet blir et redskap for bevissthetsutvidelsen. Dypest sett handler det om at hvert menneske går sine helt unike, små skritt.

Ethvert skritt hvor man opplever seg selv innenfra, for deretter å sette den indre erfaring ut i handling over sine medmennesker, er en bevissthetsutvidelse. Bevissthet er et spenningsfelt – en bro mellom vår indre og ytre verden. Bevissthet kan aldri handle om meg alene. Bevissthet er evnen til å oppleve mitt indre i lys av mine handlinger overfor et annet menneske. Det er den positive mellommenneskelige erfaring som former vårt menneskeverd.

Bevissthetens utviklingstrinn

I InnerLife snakker vi om fire ulike bevissthetstrinn, hvor vi utvikler oss etter visse lovmessigheter. Utdannelsen som går over fire år, følger de fire trinnene.

I første fase legger vi vekt på å innse hvor kulturelt påvirket vi er, hvordan de tillærte tankemønstrene preger måten vi tenker om oss selv og hvordan vi tar valg og utfører våre handlinger etter andres forventninger. De fleste mennesker vokser opp med svært liten bevissthet om deres verdi som individ og menneske. Vårt naturlige selv blir gjennom oppdragelsen stengt inne bak tykke vegger av krav og forventninger fra omverden. .

Første bevissthetstrinn handler om å oppdage dette, gjennomskue maskene vi skjuler oss bak – masker som vi overtok fra våre maskerte foreldre. Øivinn opplever at mange av studentene, modne, voksne mennesker som de er, likevel ikke ser skogen for bare trær. De er ofte blendet av sin tillærte identitet, på godt og vondt. Det å plukke skallet av løken må gjøres på deres premisser. Da tar det tid, for egoet har stor motstand mot forandring, selv når det lengter etter frihet og å gjøre hva det vil.

- Videre skal vi på det første trinnet lære å trekke tilbake våre projeksjoner, slutte å mene så mye om mangt, men gradvis ta ting som de er. Aksept av egne og andres skyggesider er en svært viktig læring på første trinn.

Andre trinn

– Andre bevissthetstrinn handler om å ta følelsene på alvor. Jo mer vi gjennomskuer oss selv på første trinn, så kommer sårbarheten og følelsene. Det å utvikle en kontakt med Harasenteret, slik at man kan stå som en klippe når de smertefulle bølgene kaster seg inn mot land – det vil si romsterer i kroppen vår – det er en krevende prosess, sier Øivinn.

- All smerte kommer tydeligvis fra det indre sviket – barnet som måtte forlate sitt naturlige selv og tilpasse seg mor og far for å oppnå kjærlighet og trygghet. Derfor er de smertefulle følelsene like viktige som de gode. Det er vår erfaring, at i smertens sentrum ligger det glemte skjult. I smertens forløsning, som avhenger av en stor grad av aksept og toleranse for det vonde, fødes det som i lang tid har ligget gjemt, glemt og fortrent.

På det andre trinnet trenes studenten til å gå inn og ut av følelsen, å ikke tro på det som følelsen får oss til å tenke. Det høres lett ut, men her kreves det lang trening. Gevinsten er at med smertens forløsning, begynner det å skje forandring i livene våre. Trangen til å skifte jobb, gå inn i en ny type forhold eller avslutte en relasjon. Andre trinn kan derfor være turbulent. For det skal mot til å kaste seg utfor forandringens bratte skrent. Men så utrolig godt det oppleves, når du endelig tar ditt første skritt på vegne av ditt eget liv.

På Aruna legger vi liten vekt på søken etter åndelige opplevelser. Det finnes så altfor mange mennesker som går der ute i mangel av et verdig liv. Hvis de kommer på kurs og blir forespeilet både engler og mestre, kan denne type kontakt lett bli en kompensasjon for den ubevisste, lave selvfølelsen.

"Jeg vil ut av kroppen" eller "jeg vil inn i lyset", kan lett bli et begjær. Vi tenker at den direkte kontakten, slik Lisbeth flere ganger opplevde det på åtti – tallet, kommer av seg selv og med en grunn som vi mennesker ikke kan råde over. I mellomtiden kan vi utvikle vår bevissthet om et mer kvalitativt liv.

Tredje trinn

Våre studenter lærer derfor å jobbe nøkternt og jordnært. Gjennom det tredje studieåret handler det om å våge nærhet i relasjoner, det vi kaller for den erotiske livskraften. Menneskets seksuelle livsenergi handler ikke først og fremst om sex, men er faktisk kilden til både død og fødsel. Den seksuelle livsenergi er selve bærebjelken som følger oss hele livet. En av dens kvaliteter er seksualitet, en annen er den erotiske livskraften – denne sterke opplevelsen når to eller flere er samlet, og hjertet åpner seg.

Et menneske som trener det tredje trinnet, søker full oppmerksomhet i sin hverdag. Vi søker det. Det betyr ikke at vi alltid er til stede. Bevissthetstrening handler om å prøve og å feile hele tiden, sier Øivinn med et smil. Aruna er kjent for å ha det høyt under taket.

- Vi trener på å la pusten trenge gjennom forstandens logikk og tankens begrensning, for å tillate en dybde som aldri kommer utenifra, men som inntreffer gjennom den sjelelige tilstedeværelsen. Treningen på nærhet i relasjoner er vanskelig. De fleste stopper et eller annet sted der. Vi lever i en norsk kultur som viser veldig lite nærhet. Vi skal ikke vise følelser, vi ikke ta på ukjente.

Kan det å jobbe dypt med sin egen, personlige prosess gjøre det vanskeligere å leve i et godt, nært og langvarig parforhold?

– Vel, du ser jo på oss. I 30 år har vi vært sammen nesten daglig, arbeidet, kranglet og elsket. Nei, det er ikke dybden som får et parforhold til å sprekke. Men oppdagelsen av at man kanskje har flyttet sammen med en som passet til de andres forventninger, det kan føre til splittelse.

På Aruna er vi opptatt av verden. En student tar InnerLife-utdannelsen for å finne andre måter å hjelpe og forstå sine medmennesker. De er opptatt av at det offentlige ikke klarer å ivareta menneskeverdet. De har selv blitt utbrent i en type jobb, hvor verken de selv eller deres klienter har blitt sett "innenfra og ut". Nå vil de tenke nytt, se ting på en ny og samfunnsnyttig måte, skape nye muligheter både i eget liv og for andre. På den måten er ikke Aruna så veldig

"alternativt" lenger, selv om vi benytter alternative metoder som drømmearbeid, auresning og storytelling.

Ofta kan de som er mest identifisert med New Age, være vanskeligst å jobbe med. De kan være proppfulle av idealer og ideer om det åndelige, som nok er mer lengsel og ønsketenkning enn en indre realitet. De kan bli rasende på meg, når jeg forteller at jeg ikke er noe opptatt av reinkarnasjon, som jeg mener kan forklare på en helt annen måte enn den tradisjonelle: "Jeg var nonne i mitt forrige liv".

Når du har tatt inn en mengde ideer om det åndelige, tar det lenger tid å våge å stå naken, sier Øivinn. Vi oppfatter åndskraften som menneskets livspotensiale. Det vi ennå ikke vet om oss selv. Det som vi ikke har manifestert av vårt indre Livsmønster. Derfor er det viktig å ha minst mulig oppfatning av noe vi uansett aldri vil kunne gripe fullstendig.

Indre erfaring må skje på en naturlig måte. Når vi skaper oss bilder av det åndelige og begynner å hige etter det, kan vi aldri vite om det vi opplever er sant. Derfor handler det fjerde trinnet mye om å gi slipp på det gamle gudebildet, så vel som de mange forestillinger vi har plukket opp innefor de alternative miljøene.

- Noen ganger tenker jeg at New Age er blitt en fantasifull forlengelse av den patriarkalske kristne kirken, bryter Lisbeth inn.

Kropp og avspenning

– I InnerLifeTerapi legger vi stor vekt på å avspenne kroppen med pust og en sakte, rytmisk massasje før vi veileder klienten inn i det psykiske landskap, forteller Lisbeth. – Vår erfaring er at hvis kroppen er avspent, er det langt mindre problematisk å la klienten gå inn i fortidens smertefulle eller traumatiske opplevelser.

Vi møter på psykiatere som spør om vi ikke er redde for å retraumatisere klienten. Men det skjer, hvis kroppen ikke er klar for å ta imot den vonde opplevelsen. Hvis kroppen er anspent og sier nei til en hvilken som helst erfaring, på terapibenken eller i hverdagen, vil opplevelsen bli sittende igjen som en indre konflikt. Kroppen tilsvarer vår dagsbevissthet – der vi er, det vi tror på, slik vi orienterer oss i livet. En av mange lovmessigheter er at når kroppen er med, flyter livet. Når kroppen sier nei, går livet oss i mot.

Gjennom 30 års erfaring, prøving og feiling opplever vi å ha satt sammen metoder som kan hjelpe en klient – et medmenneske til å komme i dypere kontakt med sin egen åndskraft – sine egne, indre ressurser, som nettopp gjør oss til et unikt og betydningsfullt menneske.

Når vi bruker våre ressurser, er det guddommelige til stede! hevder Lisbeth.

Intuisjonstrening

Lisbeth poengterer at intuisjonstrening er en sentral del av undervisningen på ArunA. Men hva er egentlig intuisjon?

– For meg er det vår egen guddommelige intelligens, Logos, som på ulike måter taler til oss. Det kan være alt fra "nå har jeg glemt noe" idet vi går ut av døren, til plutselige innfall som kan snu retningen på resten av vårt liv. Jeg pleier å si "takk være intuisjonen så fungerer livet. Det er ikke du som var smart, det var intuisjonen som hjalp deg." Å bli mer bevisst på dette kan gjøre at folk tar mer sensitive valg, og kanskje blir litt mer takknemlige også, sier Øivinn.

– En lærer kan aldri vite helt sikkert hvor en elev skal gå, selv om man kan lese auraen deres. Her må vi vise ydmykhet. Da er det til stor hjelp å jobbe med drømmer, som er et svært viktig verktøy på utdannelsen. Intuisjonen og våre drømmer er jo to typer indre veiledning som vi alle er utstyrt med. Nei, vi ble nok kastet ned på jorda uten noen som helst form for bagasje. Problemet vårt er at vi ikke lærer å bli kjent med intuisjonen vår og drømmene våre allerede i barnehagen.

– *Hva skal til for å begynne på InnerLife-utdannelsen? Må man ta den 4-årige utdannelsen, hvis man skal begynne hos dere, eller har dere noe som er litt lettere å gå i gang med?*

– Vi har enkeltstående kurs, som drømmekurs, kvinnekraftkurs, intuisjonskurs og parkurs, forteller Lisbeth, for folk som ikke er interessert i noe så omfattende som en utdanning. Utdannelsen består av fire ukerskurs i året, i tillegg til studiegrupper og metodetrening. En del av studentene ser utdannelsen som en form for pensjonsparing. Å utvikle bevisstheten om eget liv og sine medmennesker, er en måte å sikre både den psykiske og fysiske helsen. Det er en måte å bringe livskvalitet inn i eget og andres liv.

Å like hverandres retning

Lisbeth og Øivinn deler på innholdet i undervisningen. Det er Øivinn som tar seg av morgentimene, hvor han utfordrer studentenes trange tankeformer og livsinnstilling gjennom jobbing med pust, rebirthing, uttrykk, dans og bevegelse

– De første årene konkurrerte jeg med Lisbeth. Jeg skulle ha den samme mentale klarheten som henne, som jeg slett ikke hadde. Jeg er den kreative, opptatt av musikk, rytmer, følelsmessig uttrykk og matlaging. Jeg elsker å bruke musikk som kan spille studentens ulike følelser. Rytme og pusteøvelser som kan få det daglige jeget til å vike til side. Så kan Lisbeth komme inn etterpå og forklare og fordype våre erfaringer.

Slik utfyller vi hverandre. Vi er to så forskjellige personligheter at studentene ikke blir sittende fast i noe stereotyp bilde av oss. Øivinn aktiviserer folks følelser, det emosjonelle, berøringen og er mer fysisk. Jeg berører gjennom mine forelesninger, hvor studentene får være med på en reise inn i energiens allmektige rom. Jeg forstår rett og slett verden best, når jeg får tenke energi.

– Vi får ofte spørsmålet om hvordan vi får ekteskapet til å fungere parallelt med arbeidet vi gjør. Og nå er det 30 år siden vi møttes. Jeg pleier å si at du må like dretingen på din partners liv, dersom dere skal leve sammen. Tross alt følger man jo hverandre ad, og da er det dumt å følge en retning man ikke liker, sier Øivinn.

Jeg liker svært godt retningen til Lisbeth. Jeg blir aldri lei av delingene hennes eller det hun er opptatt av! Hun skaper det vakkert rundt seg og tar vare på sine medmennesker. Og jeg synes Øivinn fortsatt er verdens flotteste og kjekkeste mann, smiler Lisbeth. Det at vi er så veldig forskjellige, kan være litt slitsomt til daglig, men jeg tror det har holdt oppe spenningen mellom oss. uforutsigelig, som gjør det mer spennende, sier hun.

– Begge har vi mye temperament, noe som kommer fram under kursene. Vi får mange positive tilbakemeldinger på at vi viser oss slik vi er og at vi ikke skjuler våre skyggesider. Det skaper nok en tillit! sier Øivinn.

– *Dere har jobbet med dette sammen i mange år, får dere aldri lyst til å gjøre noe helt annet?*

– Nei! svarer begge unisont.

– Dette er vårt liv, sier Lisbeth, en fantastisk spennende vandring blant mennesker. Dessuten er det ikke bare oss to lenger. Vi har flotte ansatte, lærere og terapeuter rundt oss. Jeg elsker det! sier Lisbeth Lind. Det gjør virkelig jeg også! sier Øivinn Øi.