

## Anbefaling af E-bog:

### Jes Dietrich: "Hjerte og solar plexus chakraet"

Overstående er en E-bog, som kan hentes på nettet:

<http://www.kundskabet.dk/Hjertet%20og%20solar%20plexus%20Jes.pdf>

Artiklen fortæller om, at vi mennesker udviklingsmæssigt befinder os i en fase, hvor vi konfronteres med de forskellige energier og impulser, som solar plexus og hjertet står for. Dette opleves af mange mennesker som en higen efter noget nyt og samtidigt en angst for at udleve dette. Dannelsen af solar plexus energien, som bl.a. omfatter dannelsen af "solar plexus egoet", er og har været en nødvendig del af vores individualiserings proces, men nu er vi ved at træde ind i en ny fase, hvor vi som individualiserede væsener skal løftes op over vores eget ego. Hvor tids store udfordring er derfor at integrere solar plexus og hjerte energier i os på bedst mulig måde.

Solar plexus lægger som oftest kortsigtede planer, som har til formål at skabe hurtig tilfredsstillelse af egoet. Dette, at kunne overskue konsekvenser af sine handlinger, giver en nødvendig tryghed for solar plexus.

For hjertet handler det ikke om at skabe kortsigtet tilfredsstillelse men om at gavne vores udvikling som menneske på bedste måde. Dette er meget angstprovokerende for solar plexus, som jo er vant til at kunne overskue konsekvensen af handlingerne, hvilket ikke er muligt, når det gælder vores udvikling.

Denne store forskel imellem de to chakraer skyldes, at solar plexus har en grundlæggende ensomheds følelse i sig. Dette er en ubærlig følelse for os mennesker, og derfor forsøger solar plexus konstant at finde beviser for, at det ikke er alene ved at styrke sit ego. Solar plexus opbygger altså en tillid til livet ved at styrke sit ego og derved undgå at mærke sin ensomhedsfølelse. Hjertet behøver ikke at opbygge en tillid, da det ved, at det ikke er alene. I stedet nyder det at give magten fra sig og hengive sig til afmagten.

Udviklingen fra solar plexus til hjerte svarer til udviklingen, som skete for menneskeheden, da det blev klart, at jorden ikke er universets eller vores sol systems centrum. Det er solen, som er det virkelige centrum. På samme måde vil en begyndende kontakt til hjertet afsløre, at vi og vores solar plexus ikke er verdens centrum men en del af noget større. At turde se og mærke denne frygt, som det medfører og give det vores tillid, er det som udviklingen mod hjertet handler om.

Jes Dietrich skriver meget spændende om overstående emne. Til tider er artiklen skrevet i et lidt svært tilgængeligt sprog fuld af gentagelser. Der er dog megen viden og forståelse at hente ved at læse den. Måske kan du genkende nogle oplevelser fra dit eget liv og sætte dem ind i en større sammenhæng. At åbne mere og mere op for hjertets energier er en himmerigs mundfuld fuld af angst, fryd og selvfølge. Artiklen er en god guide på vejen.