

Lykken i ikke at lykkes

Kan man tage noget med sig fra den mørkeste nat?

Afhænger kærlighed af at man er perfekt, eller er kærlighed netop noget som kan gro frem, når alt føles som en fiasko?

Læs min oplevelse her:

Silkeblødt.

Kun silkeblødt.

Men hvad er nu det? Der er noget, som kradser et sted.

Hvor er jeg? Nå, jeg ligger i min seng og sover.

Eller sov.

Nu må jeg tilbage til den silkebløde søvn. Og glemme alt om den tanke som kradser et sted.

Ikke tænke på at det er nu at tankerne plejer at holde mig vågen. Plejer at rive og kradse så jeg får ondt i hovedet. Og resten af kroppen.

Hvis jeg vender mig om på den anden side, så kan jeg nok falde ind i det silkebløde igen.

.....

Hvordan var det nu hun gjorde det, hende den clairvoyante coach, jeg læste om? Hun havde vist visualiseret at hun sov igennem hver nat. Hun havde styr på det. Det stod der i hvert fald. Og succes. Hun havde 2 års ventetid for nye klienter.

2 år!!! Jeg har ikke en gang 2 timers ventetid... Ja okay, her midt om natten har jeg nok lidt mere end 2 timers ventetid....

Hvad er klokken mon egentligt? Nej, ikke tænke på det, tilbage til det silkebløde. Jeg må vende mig om på den anden side...

Nå, nu kan jeg høre underboen står op, så er klokken sikkert 5. Og jeg har nok ligget vågen et par timer.

Klokken 5, det er også på tidspunkt, at hende yoga læreren står op. Det har jeg i hvert fald læst i hendes nyhedsbrev. Hvis jeg står op klokken 5 er det højest for at gå på toilettet. Ellers ligger jeg som en strandet hval, der ikke en gang kan ligge i Død Mands stillingen uden at få kramper i hele kroppen...

Jeg har ellers praktiseret yoga i 30 år....

Og mediteret.

Og det eneste mit hoved er fuld af lige nu, er de tanker, som jeg ikke skal tænke på. Ti tusinde hoppebolde som hopper rundt inde i mig og forsøger at holde styr på det hele.

Nå, men jeg ved jo, at jeg ikke er de tanker, det er bare nogle som jeg har. Så bare lad dem passere forbi som skyer på himlen....

Synes godt nok det er rimeligt overskyet lige nu...

Trafikprop i mit hoved her midt om natten og tilsyneladende ingen til at dirigere trafikken videre...

Nå, men det hjælper nok hvis jeg vender mig om på den anden side...

Hvornår er det egentligt, at jeg skal op? Shit! Jeg skal jo undervise i dag!! Så skal jeg snart op...
Hvordan skal jeg dog kunne stå foran eleverne om nogle timer og postulere, at jeg har styr på det, når jeg i virkeligheden er en strandet hval med kramper i hele kroppen og hovedet fuld af tanker, der river hele vejen ned til solar plexus??!!

*Men, Lars Henrik, er det ikke netop nu, at du skal rejse dig op?
Er det ikke netop, når stormen raser, at du skal søge stilheden?
Er det ikke netop nu, at du skal praktisere?
Er det ikke nu, at du skal tage yogaen ud af yogaøvelserne, meditationen ud af meditationsrummet, næringen ud af kostteoriene?
Et det ikke netop nu, at du skal møde dig selv?*

*Om ikke nu, hvornår så?
Hvis ikke her, hvor så?
Hvis ikke dig, hvem så?*

Nogle mennesker kan projektere deres ønsker op på stjernehimlen og tilsyneladende finde deres lykke. Andre skal rejse sig op, når stormen har raset, og alt tilsyneladende er revet op med rode og se, at uanset hvor meget det har stormet, så vil livet altid stå tilbage. Og med livet vil lykken og kærligheden også altid være der.

Kærligheden.

*Er det ikke netop nu, at du skal mærke kærligheden?
Mærke at der er en kær lighed mellem mennesker?
Mærke at den kære lighed er, at vi alle er uperfekte?
Mærke at vi alle, på hver vores måde, har strandede hvaler, fastlåste kramper og endeløse tanker, uanset hvad vi skriver på Facebook og fortæller på caféen?
Er det ikke nu, at du skal turde være det menneske, du er, fremfor den Superman, du tror, du skal være?*

Er det ikke netop strandede hvaler, fastlåste kramper og endeløse tanker, som har brug for at mærke kærlighed?

Flyvende delfiner, akrobatiske yogier og mindfulde munke skal jo nok klare sig selv.

Er det ikke netop inde i det tilsyneladende umulige, uduelige og ubrugelige at lykken er, hvis du tør møde dig selv, finde fred med det der er, og det du har?

Er det ikke netop når alle tingene synes at falde fra hinanden og intet tilsyneladende lykkes, at du kan se igennem illusionerne og mærke kærligheden, fordi ingen ting skygger for den?

Er det ikke?

Nå ja....!! Nu kan jeg se det.