

## Svante – liv och livshistoria

*Come now and now my love,  
and leave your dying desert to the rain.  
Give up your treasured wounds,  
let go the tempting memory of the pain.*

Buffy Sainte-Marie

**D**et tog mig 34 och ett halvt år att inse skillnaden mellan liv och livshistoria. Men när det väl skedde kom insikten lika plötsligt och oväntat som en blixtnedslag från klar himmel. Visserligen hade jag någon vecka tidigare fått diagnosen ”kundalini-resning” av en andlig healer och befann mig redan i ett ytterst obalanserat tillstånd, men just den där avgörande insikten kom ändå plötsligt och oväntat. Och på ett relativt stillsamt sätt.

Jag minns att jag stannade upp på min väg från ett hus till ett annat på Holma College of Holistic Studies, en experimentell internatskola i Skåne där jag vid denna tid bodde och levde tillsammans med en grupp internationella studenter. Det var natt och jag tittade upp mot månen. *Detta är allt*, insåg jag plötsligt med full klarhet. Det spelar ingen roll om jag lever i 70 år till eller dör i morgon, för detta är allt. Alla drömmar jag drömmer om min framtid har ingen betydelse. Det spelar ingen roll om de slår in eller inte, för *det kommer inte att förändra något*. Alla världsbilder, vetenskapliga eller andliga, är bara versioner av samma sak. Ingen av dem är sann, eller kan någonsin vara. För *detta är allt*. Resten är bara idéer, drömmar och tankar. Livet är detta som är just nu, just här, och detta är allt som finns.

Insikten väckte kalla kårar i mig. Jag ville inte acceptera den. För den tog bort alla illusioner jag dittills baserat mitt liv på. Den kastade mig ut ur mina rosa tankar in i Verkligheten. Men samtidigt kändes den befriande. För jag hade just insett skillnaden mellan liv och livshistoria; mellan alla de idéer som mitt sinne var så fullt av och det liv som ingen av dessa idéer kunde fånga eller någonsin skulle kunna fånga. Jag hade fått en glimt av Sanningen. Och Sanningen befriar. Här och nu.

Sedan gick veckorna och månaderna och jag gled successivt tillbaka in i min livshistoria. Jag fångades av illusionen igen. Jag *lät mig* fångas. För jag såg inget annat alternativ. Och jag längtade efter något. Något som fattades i min insikt. Jag vet nu, snart sju år senare, att det jag längtade efter var *kärlek*. Den kärlek som gör det möjligt att älska Sanningen, trots att den klär av oss alla våra illusioner, roller, idéer och identiteter. Jag längtade efter den kärleken och visste ingen annan väg än att låta mig snärjas av illusionen igen.

Men något hade verkligen förändrats. Jag kunde aldrig mer helt gå tillbaka till en lika omedveten tillvaro som jag levde i innan. Jag kunde aldrig innerst inne tro att min existens i grund och botten hade något att göra med min livshistoria. För jag visste att min existens var direkt och essentiellt kopplad till livet självt. Det liv som inte låter sig vidröras av alla de tankar och berättelser som löper längs en imaginär tidslinje och separerar en imaginär individ från en annan. Det liv som finns *här och nu i vilket ögonblick som helst*. Det som är det medium vi möts genom när vi låter våra berättelser om oss själva och varandra falla till marken. Jag visste att min egen existens var oupplösligt förenad med *detta* och endast skenbart hade med min livshistoria att göra. Jag visste mer än de flesta tror sig veta, men inte mer än det alla innerst inne vet.

Min riktning har från och med den insikten varit ett sökande efter att ”förverkliga livet via min livshistoria”. För livshistoria och liv går alltid hand i hand. De är två sidor av samma mynt. För oss alla. Det som betyder något är bara vad vi identifierar oss med. Att förverkliga livet via sin livshistoria handlar om att kunna *vila bortom sin livshistoria* medan den utvecklar sig naturligt och fritt. Inte alldeles olikt en blomma som gror, växer, blomstrar och fröar av sig utan att det i denna process finns någon identifikation med processen...

Jag är ingalunda framme. Jag vet inte om det finns någonstans att komma fram till och jag vet inte om det finns någon som kommit fram. Men jag vet – och fråga mig inte hur jag kan veta det – att vilka mänskliga mål vi än söker så är det aldrig formen för målet som är det avgörande utan *essensen*. Den essens som genomsyrar *alla former* och samtidigt finns bortom alla former. Den essensen är livet självt, det som lever dig och mig, här och nu. I livet självt finns inga problem för det finns ingen där som ”har” dem; ingen identifikation med någon livshistoria eller livssituation; känsla eller tanke. När jag låter livet flöda fritt genom mig, är därför dess frihet min frihet.

Konsten är bara att inte fastna i min livshistoria. Och fastnar gör jag i varje ögonblick jag inte lever totalt. I varje ögonblick jag sopar en känsla, en tanke eller ett tillstånd under mattan. Jag vill inte fastna. Jag vill låta mitt liv vara en bön om att få nåden att leva totalt – utan att klamra mig fast vid någonting alls som varande ”mitt”. För att leva totalt är att leva i nåd är att leva i kärlek är att vara fri som livet självt. Mitt i vardagens alla göromål, här och nu.

Att döma, bedöma, värdera; att säga gillar och gillar inte; att känna åtrå och aversion – allt detta är en del av livet som det lever sig självt genom oss alla. Det finns inget problem med det. Så länge som vi inte fastnar i det, utan i stället säger *tack*. Först när jag upplever ett äkta tack till allt som uppstår i mitt medvetande (i det inre och det yttre) så lever jag totalt, i livets egen frihet. När jag välkomnar *helheten av allt som finns i detta nu*, fastnar jag inte längre i någon identifikation med min åtrå och aversion, mina känslor, tankar, planer och idéer. Då låter jag alla livets uttryck strömma fritt genom mig. Då accepterar jag livet precis som det är. Och min livshistoria precis som den utvecklar sig. Såväl de gånger ”jag” får som ”jag” vill som de gånger ”jag” inte får som ”jag” vill. En sådan acceptans är ren livsglädje.

Det finns mycket mer att berätta. Om min barndom och uppväxt. Om mina personlighetsdrag. Om min livsstil och livssituation. Om alla de öden och äventyr som tilldragit sig längs den tänkta tidslinje som skulle kunna kallas ”Svantes liv”. Men som inte är det. För allt detta handlar bara om att berätta historier byggda av tankar och ord. Jag skulle kunna fortsätta berätta min egen version och alla som någon gång träffat mig skulle kunna berätta sina. Det skulle kanske ge en fylligare och mer komplex bild av ”Svante” och berättelsen ”Svantes liv” skulle måhända bli intressantare att lyssna till. Men det skulle *inte tillföra något essentiellt*.

Livets syfte är att vakna upp till sig självt här och nu. Och det kan aldrig ske genom våra historier, det kan bara ske via dem – *genom oss själva*. Det kan bara ske genom ett totalt ja till våra livshistoriers utveckling i fullständig visshet om att inga tankar, känslor, eller tillstånd vi någonsin upplever har ett enda dugg med verkligheten, sanningen eller kärleken att göra. För verkligheten, sanningen och kärleken är *det medium som du och jag möts genom*. Och det behöver jag inte berätta för dig, för du vet det lika väl som jag. Bortom alla de sinnets historier som skenbart separerar oss. Här och nu.

*Svante, 080822*