

10 frågor

till Irene Ahlberg



1. Vad jobbar du med?

- Jag står just nu vid en korsväg och måste hitta nya vägar. Mina gamla jobb har släppt mig, eller jag dem. Jag har jobbat som journalist sedan 1989, de senaste nio åren som frilans inom medicin och hälsa i ett mycket brett perspektiv. Nu vet jag inte vad jag ska göra och är öppen för allt.

2. Varför valde du det?

- Journalistiken valde mig. Min tanke efter min fil kand. var annars en karriär i förlagsbranschen. Men jag älskar att skriva, förmedla och kommunicera, så jag har stannat kvar och allt har naturligtvis blivit som det ska. Dessutom är journalist ett ypperligt yrke när man är nyfiken och vill utvecklas och lära sig hela tiden. Man kan vara "hoppjerka" utan att det märks!

Om Irene

Namn: Irene Ahlberg.

Familj: Dottern Jonna 28 och sonen Daniel 25. Föräldrar, bror och massor med morbröder, mostrar och kusiner. Sonens sambo Malin. Plus hela min "utökade" familj med själsfränder och Tawantinfamiljen, som är alla mina paqovänner runt om i världen.

Bor: Stockholm.

Astrotecken: Kräfta.

Min guru: Livet och alla de utmaningar och möten som finns.

Gör jag helst: Läser, tänker, skriver, träffar människor, reser – gärna samtidigt.

Motto: Har inget. Men om jag ska välja något så skulle det kunna vara "lyssna". På dig själv, på andra, på livet. På naturen.

Bästa bok: Oj, omöjligt att välja. Jag läser alltid. Skön- och facklitteratur, poesi.

Aktuell med: Nyligen utkomna boken "Säga ja till livet – Om att bejaka inkas andliga uppenbarelser".

Kontakt: irene@eiarimay.com
www.inkaspirit.com

3. Vad ger det till andra?

- Förhoppningsvis har jag bidragit till nya kunskaper, perspektiv och infallsvinklar på olika saker. Och gjort lite skillnad för alla dessa underbara människor som jag mött.

4. Lever du som du lär?

- Ja. Det är därför mitt liv, och mitt yrkesliv, ser ut som det gör just nu.

Att följa sitt hjärta och sin själ är inte alltid den enklaste vägen man kan ta.

5. Vad säger du om alternativ medicin?

- JA. Det är att säga "ja till livet". Vi behöver en helhetssyn på människan och också på henne hälsoproblem liksom på vad som gör att hon är i balans, mår bra och håller sig frisk. Därför förespråkar jag samarbete mellan olika synsätt, samarbete mellan höger och vänster hjärnhalva.

6. Och om egenvård?

- Samma sak här: JA! Egenvård är en självklarhet.

7. Vilken är den viktigaste hälso- eller livsfrågan just nu?

- Att släppa egot och säga ja till hjärtat.

Att lyssna – på allvar, till vad hjärtat säger, och följa det.

8. Vad är viktigt för dig?

- Frihet, gemenskap, integritet, naturen, ensamhet och närhet. Stimulans och utmaningar.

Att utgå från hjärtat och vara sann. Och att göra något som är "bra för mänskligheten".

9. Vad är kärlek för dig?

- En grundläggande kraft, en energi som genomsyrar allt och som binder samman allt. Kontakt med den gör att vi känner gemenskap med allt och alla. Det är så man kan känna när allt är harmoni.

Jag kände det otroligt tydligt när jag var med i en övning där vi använde energiarbe-

te samt Hellingers familjekonstellation och där jag representerade energin "våld". Det var en enorm energi, som verkligen påverkade mycket, men när vi ändrade konstellationen en liten aning så ändrades också energin mellan människorna, känslan av våld transformerades till en känsla av kärlek. Det kändes en enorm förändring i hela rummet.

"Att följa sitt hjärta och sin själ är inte alltid den enklaste vägen."

För mig som representerade energin blev det också en enorm upplevelse, inte minst för att jag in i varenda cell, och i hela min bubbla kände transformationen, och hur nära dessa två uttryck ligger varandra. Då förstår man hur viktigt det är att vara i kontakt med denna kärlekens energi från hjärtat, och inte från egot där våld, maktkamp, rädsla, avundsjuka och så vidare har sitt ursprung.

Kärleksenergi är viktig i allt vad vi gör och är. Det är den som behöver ligga till grund för det som vi vanligtvis kallar kärlek - relationer, omtanke, omsorg, engagemang och så vidare. Och hur vi ser på och bemöter allt och alla.

10. Vilken fråga önskar du helst att Energivågens läsare bör ställa sig?

- Lyssnar jag på och följer jag mitt hjärta och min själs önskan eller lyssnar jag till lockropen från omgivningen eller egot?