

Reinkarnations- *tanken* ger livet mening

Tanken på fortsatt liv på jorden ger Sören Grind mening och sammanhang. Vi får ett i går, ett i dag och ett i morgon, säger han. I sin bok "Livet – din spegel" utvecklar han tankarna om reinkarnation, och vad det betyder för varje människa.

Text Ragna Fahlander **Bild** Kjell Jansson, ColourBox



Medkänsla och musikalitet är egenskaper du kan samla på dig. Inte bara i detta liv, utan också i dem du redan levit. Martyrskap och bitterhet blir en börda, inte bara i detta liv, utan även i nästa.

- Det finns inga vetenskapliga bevis för att vi bara lever en gång, däremot massor av belägg för reinkarnation. Det säger psykologen *Sören Grind*, som trots eviga perspektiv vill hjälpa människor att lösa problem här och nu.

Vi träffas i Solsökehem. Här i Sunnansjö började *Sören Grind* och *Solveig Langkilde* bygga upp sin kursverksamhet för 24 år sedan.

- Vi brukar tala om insikt och utsikt, säger *Sören* när vi beundrar den vida vyn av sjön *Väsman* utanför fönstren.

Han och *Solveig* hamnade i Sunnansjö genom jobb på hälsohemmet *Tallmogården*. Där handlade det mest om nyttigheter för kroppen.

- Vi har ingenting emot morötter, men ville sätta fokus på den personliga och andliga utvecklingen, säger *Sören*.

I 17 år drev paret hemmet som kursgård med övernattnings, nu nöjer de sig med dagskurser. Den nya boken är *Sören*'s första. Tidigare har han författat artiklar, men han längtade efter mer utrymme. Under mer än sex år har han skrivit och skrivit om, putsat och nyanserat.

TANKARNA KRING REINKARNATION väcktes när *Sören* som 17-åring kom hem efter ett utbytesår i Texas. Till hans förvåning hade brodern *Erik* blivit vegetarian och börjat läsa *Martinus*, en dansk mystiker som undervisade om att allt liv i universum är en organisk enhet, att världsallet bildar ett allomfattande, tänkande och verkande väsen, som människor kallar Gud.

Sören började läsa han också. Nu ser han ett-livs-tanken som en märklig teori, alltså att livet tar slut när kroppen är utsliten. Han jämför kroppen med en radioapparat och själen med radiovågorna, innehållet.

- Jag tror ju inte att de som pratar sitter inne i radioapparaten, säger *Sören* och nämner kvinnan som drömmer om sin avlidne make några veckor efter hans död, och vaknar tröstad.

"Tanken på fortsatt liv på jorden ger mening och sammanhang."

Han berättar också om den gången han skulle ringa en vän han inte haft kontakt med på ett par år. När handen låg på luren ringde telefonen, och där var vännen. Sanndrömmar, telepati och nära-döden-upplevelser, allt visar på psykiska energier. Radiovågorna som når fram där det finns gemensamma frekvenser, det är själar som ger sig till känna.

- Berättar jag om sådant här så bidrar åhörarna alltid med egna exempel. Reinkarnationen ger förklaringen till så mycket, säger *Sören* som inte ser någon motsättning mellan sitt synsätt och naturvetenskapen. Han tror på evolution, utvecklingslära, även för själen. Alla erfarenheter blir som byggstenar i en lång läroprocess.

Därför tror han att vi återföds som människor, inte som andra djur. Tanken på fortsatt liv på jorden ger honom mening och sammanhang.

- Vi får ett i går, ett i dag och ett i morgon. Vi blir av med offertänkande som binder oss vid det förflutna och skapar rädsla och oro inför morgondagen. Då blir det meningsfullt för en 75-åring att börja plugga spanska, för hon ser inget slut utan bara en spännande fortsättning i nästa liv.

SÖREN TALAR OM hur viktigt det är att själv åstadkomma förändring, det gäller att bli närvarande och medveten om sitt eget ansvar.

- Har du lidit i detta eller tidigare liv har du lättare att visa medkänsla, har du förlorat någon kan du själv trösta, har du varit utbränd blir du mer tolerant mot andras sjukskrivningar. Humanitet och medkänsla kan man samla på sig, men man kan också träna martyrskap och bitterhet.



Sören Grind har skrivit sin första bok om reinkarnation.

Att *Mozart* var ett geni som barn berodde på att han tränat i tidigare liv, säger *Sören*. Men varför kom det inte då ett ännu större geni när *Wolfgang Amadeus* dog?

- Hans själ hade förmodligen nått mättnad när det gällde musik. Han kanske tyckte det var dags att öva upp sin sociala begåvning i stället, säger *Sören Grind*.

Hur kommer *Sören*'s psykologkollegor att uppfatta boken?

- Det blir spännande, säger han på sitt lugna vis.

Han tycker dock att klimatet blivit öppnare när det gäller andliga frågor. Insikten har ökat om att det materiella inte är vägen till lycka.

- Och att det är minst lika ovetenskapligt att bara tro på ett liv, som på flera, säger han.

Men är det inte lite fusk för en psykolog att tro på reinkarnation, att förklara problem här och nu med erfarenheter från tidigare liv?

- Som terapeut låter jag alltid klientens världsbild avgöra samtalens existentiella dimension. Att problem kan bero både på upplevelser i barn- domen eller i tidigare liv förändrar inte mitt arbetssätt, säger *Sören Grind*.

Han tar aldrig patienter tillbaka till tidigare liv, genom till exempel hypnos. Problemen finns i nutid, kroppsligt och känslomässigt, och kan bearbetas därifrån.

Fakta *Sören Grind*

Aktuell med: Boken "Livet - din spegel, om mänsklig utveckling i ett reinkarnationsperspektiv" (Världsbild förlag).

Familj: Maken *Solveig Langkilde* som kommer från Helsingör. De träffades 1976 i *Martinuscentret* på *Själland*. Dottern *Sara-Sofia* är 26 år och studerar i *Köpenhamn*.

Bor: I *Solsökehem* i *Sunnansjö*. Namnet på kursgården är en sammansättning av *Sol* som i *Solveig*, och *Söke* som var *Sören*'s smeknamn. Och så handlar det om att söka ljuset också.

Äter: Vegetarian, favoriträtten är ugnsbakade grönsaker och humus.

Gillar: Vandringar i bergen runt *Sunnansjö*.

Spelar: Slagverk, kongas och bongo-trummor.

SÖREN HAR KALLAT sin bok "Livet - din spegel".

- Den där spegeln reflekterar från gångna tider och framåt, men också i vardagen speglas det som finns i vår inre värld. Varje tanke du tänker påverkar dig själv psykiskt och fysiskt, och även dina medmänniskor.

Kärleksbudet är väglädande för *Sören*: Du ska älska din nästa såsom dig själv. Och talessättet "som du sår får du skörda" funkar också som en bra bild. - Den enda du kan ändra är dig själv, du måste ta ▶



*"Det lönar sig att vara god,
du mår bättre."*

ansvar för ditt eget tillstånd. När du inte ser partnern i samma rosen-skimrande tillstånd som under förälskelsen då är det inte hon eller han som förändrats, utan du och din projektion.

- Det lönar sig att vara god, du mår bättre. Vänliga och generösa människor blir bemötta på samma sätt. Det gäller att bli medveten om det och börja välja rätt riktning. Det är inget enkelt recept. Vi måste träna, tycker Sören.

Han påpekar att barn förstår det här med reinkarnation. De brukar fråga: "Var var jag innan jag låg i mammas mage?" eller "Var är mormor

nu när hon är död?". Helt relevanta frågor för den som tror att vi föds igen och igen. ☺

Mer energi

"Livet – din spegel" Sören Grind, Världsbild förlag, 2008.
Hemsida: www.solsokehem.se

Utdrag ur "Livet – din spegel"

BEGÅVNING, MEDKÄNSLA OCH RÄDSLOR BERÄTTAR OM TIDIGARE LIV

Hjärnan är en uppkopplingsstation till medvetandet som är av elektrisk natur. Det är här vår begåvning finns lagrad i form av talangkärnor i övermedvetandet. Alla färdigheter vi tränar upp är därför oberoende av organismens födelse och död. När Mozart är en genial musiker och kompositör redan i barnaåren beror det på flera livs intresse och träning av hans musikaliska talang. Alla våra talanger, tankemönster och även laster har därför ofta en historia långt tillbaka till tidigare liv. Här finner vi också orsaken till en del av våra rädslor och fobier. Om vi simmar på djupt vatten i en skandinavisk insjö och känner av en otäck känsla av att en haj ska komma underifrån och dra ner oss i djupet, så berättar känslan om erfarenheter från tidigare liv. På samma sätt är det med vår medkänsla. Alla områden där vi har förmågan att leva oss in i och förstå andras upplevelser baseras på egna liknande erfarenheter från detta eller tidigare liv. Det är omöjligt att ha inlevelse på ett område där vi inte har några egna erfarenheter. Alla erfarenheter blir därför i längden ett plus, de ökar vår inlevelse och vår kreativa fantasi. Humanitet och önskan att hjälpa andra är alltid lidandets slutgiltiga frukt. Den humana människan har mycket lidande bakom sig. Medkänsla och villkorlös kärlek är den andliga utvecklingens förnämsta kännetecken.

VÅR TIDS STRESS – ETT NATURLIGT UTVECKLINGSSTEG

De allra flesta som i vår tid blir utmattade av långvarig stress kommer förr eller senare in i en existentiell kris. Vad är det för mening med detta ekorrhjul jag jagat runt i? Jag har inte hunnit med mina barn, vänner eller hobbyer. Känslolivet har senaste tiden varit stumt och avstängt. Vad är livskvalitet? Vad är meningen med mitt liv?

Denna våg av stressade och utmattade människor berättar om en livsstil och tankeklimat som vi inte längre tål.

Fyra avgörande orsaker till vår tids våg av onaturlig trötthet, stress och utmattning är:

1. den forcerade livsförvandlingen med ständiga krav på anpassning till nya förhållanden i ett alltmer pressat arbetsliv och ett instabilt familjeliv
2. den kraftigt ökade mängden information - ofta fragmentarisk - som vi tar in via fler och fler mediala och tekniska hjälpmedel
3. det offertänkande som i kombination med stress gör vår tankevärld negativ och försämrar våra relationer
4. en existentiell tomhet och brist på vägledande ideal.

"DANSEN KRING GULDKALVEN" MÅSTE MÄTTAS

Nutidens stress och tendens att fastna i negativa tankar är en naturlig konsekvens av en materialistisk världsbild och tankeklimat som alltfler av oss har vuxit ifrån. Om man bara lever en gång och döden är ett absolut slut så identifierar vi oss med vår kropp och våra prestationer. Värdet som människa blir då mätbart. Vi jämför prestationer, lön och status och tävlar om en plats i solen. Ångesten för att vara sämre eller hamna utanför ligger ständigt på lur. Pengarna upplevs som det primära medlet för att kunna tillgodose sina önskningar. Frågar vi människor om de tror att pengar kan göra dem lyckliga, svarar de flesta nej. Granskar vi vår nutida livsstil är den dock organiserad runt "dansen kring guldkalven". Så mycket av vardagen är bundet i tankar om pengar: vi vill tjäna så mycket som möjligt och betala så lite som möjligt, för maten, för elen, telefonen och så vidare. Ett ekonomiskt tänkande kan lätt besätta oss och utestänga alla högre tankar.

Många människors inre oro, ångest och depression beror delvis på en otillfredsställd existentiell hunger, en avsaknad av mening, en andlig näringsbrist. Hos många av mina klienter har deras utmattningsdepression fungerat som en väckarklocka som gett dem insikt om värdet av att sätta det medmänniska i fokus och att i sitt vardagsliv prioritera det som ger dem mening och glädje i livet.