

10 frågor

till Tomas Frankell

Deva Stockholm



1. Vad jobbar du med?

- Framför allt utbildar jag lärare i livsyoga och intuitionsträning. Livsyoga fick jag kontakt med för många år sedan genom *Yogi Bhajan* som berörde mig starkt. Jag inspirerades av hans undervisning i nästan femton år innan det var dags att gå vidare. I dag driver jag min egen yogaskola som kombinerar kundaliniyogas tekniker med medvetenhetsträning.

Sen är jag på gång med en helt ny utbildning i intuitionsträning till våren. Det är ett ämne som fascinerar mig mer och mer.

2. Varför valde du det?

- I efterhand känns det som att stigen på sätt och vis var klar att gå från början. Aldrig i livet hade jag som tonåring trott mig arbeta som lärare i personlig och andlig utveckling när jag fyllt femtio. Jag hade bestämt mig för att bli skådespelare eller en ny Gunnar Wiklund. Men livet vill annorlunda och det är jag djupt tacksam för.

Sedan kommer nog livet alltid vara en berg-och-dalbana. Just nu befinner jag mig i en period som känns rik och lite lugnare. Samtidigt ser jag hur oerhört mycket det finns att göra som är både kul och meningsfullt. Jag brukar säga att det inte finns någon arbetslöshet på själens nivå.

Om Tomas

Namn: Tomas Frankell.

Familj: Ja, en stor.

Bor: Birkastan, Stockholm.

Astrotecken: Tvilling.

Min guru: Nära möten.

Gör jag helst: Njuter av folk.

Bästa bok: "En kurs i mirakler" av Helen Schucman.

Motto: En dag utan skrott är en förlorad dag.

Hemlig talang: Simmar som en Gud.

Aktuell med: Boken "Intuition – själens intelligens", (läs mer på sidan 36).

Kontakt: www.devaneews.com

3. Vad ger det till andra?

- Först och främst verktyg. Som lärare eller inspiratör tror jag det är mitt främsta uppdrag. Kan jag ge vidare av de verktyg som betytt mycket för mig blir jag del i det som yogan kallar "the golden link". Sen hoppas jag som lärare inspirera människor att lita på sin egen vägledning. Jag håller helt med "En kurs i mirakler" som säger att vi varken behöver söka kärlek eller Gud. Vårt jobb är att undanröja det som ligger i vägen, resten fixar sig.

"Det finns inte någon arbetslöshet på själens nivå."

4. Lever du som du lär?

- Min främsta utmaning har nog varit att inte stänga av hjärtat mot människor jag känner mig sårad eller kränkt av. Att försöka se dem som speglar av de sår jag redan bär inom mig, mer än syndabockar att anklaga, det är en pågående lärdom. Men som sagt, det är ett konstverk i process.

5. Vad säger du om alternativ medicin?

- Jag ser det som ett hoppfullt budskap om att vi alla har självläkande krafter inom oss. Sen finns det väl mer eller mindre verkningfulla metoder även där.

6. Och om egenvård?

- Framför allt vill jag nog nämna integration. De flesta har behov att smälta det vi går igenom. Många konsumerar upplevelser. Det är idag ofta mer status i "upplevandet" än i pengar. Men att ge tid att landa är livsnödvändigt. Tyvärr möter jag ofta folk som haft andliga upplevelser, men helt tappat fotfästet och tror sig vara förmer än andra. Då har egot mer än hjärtat tagit hand om upplevelsen.

Inget blir meningsfullt förrän vi bearbetat det mot själens djupare skikt. Numera säger jag alltid på mina kurser: tro inte ett ord på vad jag säger. Prova det mot egen erfarenhet och bygg din egen självtillit. Förringa aldrig din egen auktoritet gentemot någon annans.

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

- Vi talar för lite om vår känsla av värdelöshet. Många springer runt i livet och viftar med sin navelsträng och undrar om vi duger. En del känner sig värdefulla, men på bekostnad av andra. Vissa avfärdar vi för att de tycks vara längst ned på värdestegen. Vi tänker inte med hjärtat utan med egot. Jag tror alla de metoder som handlar om känslomässigt ansvar och som leder till försoning mellan individer och folk är del av lösningen.

8. Vad är viktigt för dig?

- Det nära och det stora. För att jag skall fungera måste det finnas en liten och en större version av livet. Den lilla handlar om att ge tid till den andliga familj jag har omkring mig. Människor som jag älskar mer och mer för varje år som går. Vad skulle jag göra utan dem? Den större bilden i mitt liv handlar om att intuitivt lyssna till själens direktiv om vad mitt bidrag är. Jag försöker böja mig för denna djupare vägledning, även när det är obekvämt. Den balansen gör att jag behåller känslan av äventyr och mening i mitt liv.

9. Vad är kärlek för dig?

- Våldigt enkelt skulle jag vilja säga: frånvaron av rädsla.

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

Är du mer ömsint mot din egen mänskliga resa? Då tror jag du är på rätt väg.