

Afhængighed.

Du fødes med en krop og dette er den første afhængighed. Fordi du opfatter dig selv og identificerer dig med en fysisk krop, bliver dette den du er og dermed opstår den første afhængighed.

Det første åndedræt umiddelbart efter fødslen suges ind i lungerne og din næste afhængighed er nu luft, dernæst føde og nærhed osv....osv osv.

Du er en bevidsthed og din krop er et redskab på rejsen i den materielle virkelighed. Du er ikke din krop. Ud fra dette perspektiv får afhængighed en anden betydning.

Udover de mere åbenlyse afhængigheder som afhængighed af stoffer, alkohol, sukker, cigaretter etc. er der et uendeligt antal af måder at være afhængig, som på nogle planer er så stor en del af vores personlighed. Dette er fordi vi identificerer os med vores krop og dermed bliver den kemiske reaktion i vores krop og tilfredsstillelsen af kroppen så overskyggende at den er størstedelen af vores liv. Derfor identificerer vi os også med afhængigheden og den bliver også en del af den vi er. Dette er helt fint og når den tjener os der hvor i det øjeblik hvor vi oplever denne tilfredsstillelse, er det blot et skridt mod det at opleve nye sider af kroppen og dens kemiske fabrik.

Afhængighed er hverken godt eller skidt, det er blot endnu en oplevelse som udvider og skaber og omskaber dig i hvert eneste øjeblik. Du skal altid spørge dig selv. Tjener denne afhængighed mig i dette nu på en måde som bringer mig størst glæde og lykke? Dig og mange andre ville måske svare nej, men spørg dig selv en ekstra gang og vær ærlig.....vores afhængighed er altid noget som tjener os.....Når du er en krop og når du identificerer dig med din krop opstår utallige afhængigheder, da de fleste afhængigheder skaber en bestemt kemisk reaktion i kroppen. Denne reaktion kan dyrkes på utallige måder. Vrede skaber en bestemt kemisk reaktion som kan give afhængighed. Eufori kan give anden form for afhængighed. Jalousi er en følelse som du har identificeret dig med, og dermed skabt en afhængighed af denne følelse. Det kunne være at der under denne følelse lå følelsen af at være et offer og når denne følelse dyrkes, tjener den dig ved at du får opmærksomhed. Denne opmærksomhed skaber nye følelser og disse tilfredsstiller dig på andre måder.

Afhængighed er dualitet i bevægelse. Dvs. spændingen opbygges og gennem afhængigheden skabes en afslappethed når den tilfredsstilles. Spænding>>afslappethed. Som en orgasme der bygger sig op og derefter opleves ro og afslappethed indtil det næste øjeblik hvor en ny spænding opbygges.

Dette er den dynamik som for størstedelen af menneskeheden skaber og definerer vores virkelighed.

Tænk på drankeren som ikke må drikke mere. Hvor meget af vedkommendes personlighed tror du ligger i det at drikke? Jeg vil sige at dette er en temmelig stor

procentdel. Tænk at have en krop som kan bringe sådan en oplevelse gennem forgiftning af kroppen og hjernen.

Hvis målet med at leve har været at drikke og dette var det som denne uendelige bevidsthed gav sig selv, hvordan kan andre så dømme det som positivt eller negativt? I al evighed og uendelighed er dette blot en oplevelse som er unik og som udvider alt som er ind i større perspektiver og virkeligheder. Ud fra et mere ubegrænset perspektiv er dette storlået og uden sidestykke.

Dette er blot en oplevelse og der er intet rigtigt eller forkert i dette. Ligesom det ikke er mere rigtigt eller forkert at være afhængig af den rus som vrede giver.

Vrede er tør jeg gætte mig til, den største afhængighed som menneskeheden står ansigt til ansigt med lige nu. Hvad er det som aktiverer vrede i dig og hvad giver dig lyst til at gentage den. For er afhængighed ikke ønsket om at gentage en bestemt handling/følelse igen og igen? Afhængighed = gentaget følelse/kemisk reaktion.

Begrænser en afhængighed dig eller gør den dig mere ubegrænset?

Når du er klar til at definere dig selv i dig selv og ud fra din egen standard og væren og ønsker at opleve et mere ubegrænset perspektiv, så følg tanken og fantasien og lad den bringe dig steder hinsides det som du har oplevet indtil nu.

Det første skridt mod at opleve nye virkeligheder er at opleve følelser og tanker som du aldrig har oplevet før. Det er også at acceptere alt hvad du er, var og måske/måske ikke vil blive.

Gennem denne fulde accept oplever du ikke-dom over dig selv og gennem ikke-dom kan du se på dig selv med et nyt perspektiv. Dette udvider dig ind i noget som er mere ubegrænset.

På Inspire Academy giver vi praktiske og enkle redskaber som udvider dit perspektiv og den måde du ser på dig selv.

Et af temaerne på næste workshop vil være omkring afhængighed og hvordan afhængighed definerer din virkelighed. Når du kan se på hvordan du gentager dig selv i et bestemt mønster fordi at det tjener dig, kan du også se at alt er vel. Når alt er vel inde i dig slipper du dig selv fri. Denne frihed kan ikke defineres og skal opleves i nuet. Når du giver fuldstændig frihed til den struktur som du troede var dig, giver det plads til en omdefinering af dig. Du er nu fri til at være og opleve livet og være NU uden censur, uden dom og i et flow hvor du måske kun oplever flygtige afhængigheder og dernæst mere ubegrænset skabelse af det liv du ønsker dig.

Vi afholder stor workshop i begyndelsen af næste år. Vi vil informere om denne snart og ellers hold dig opdateret på inspireacademy.dk eller på facebook.

Link til facebook her: [Inspire Academy på facebook](#)

For yderligere kontakt skriv til: inspireacademy.mono@gmail.com

KH.

Inspireacademy.dk/v

Emilio og Nønne