



Essay BB (uddrag)

1. Hvad har BB betydet for mig i min personlige udvikling?

1.1. Karriereskift

På en meget konkret måde blev mit møde med BB også starten til et karriereskift og en introduktion til en ny og bedre verden. Det blev et gensyn med en verden af fyldt af følelser og spirende spiritualitet, som jeg tidligere havde forladt i forbindelse med at jeg trådte ind i universitetsmiljøets hellige haller i den sidste halvdel af mine tyvere, blot for at opdage, at der ikke var meget lykke og glæde at hente der.

I mit forsøg på at være rigtig, at gøre noget rigtigt, noget, der skulle validere og legitimere min gang på jorden valgte jeg noget, der på det tidspunkt var uforeneligt med den spirende spiritualitet, som jeg følte mig tiltrukket af.

Og måske mistede jeg i virkeligheden kontakten til den verden på et meget tidligere tidspunkt i mit liv - alt imens jeg langsomt og metodisk blev dompteret til at synes, at jeg ikke var god nok, ikke kunne noget, ikke var noget værd, en klods om benet etc. etc.

Mange behandlinger på briksen har resulteret i gråd, grin, kulderystelser, bundløs sorg og stærke indsigter.

Men der er tilbagevendende møde i næsten hver session til en stor kærlighed, både inde i mig til mig og til mine nærmeste. En uforklarlig følelse af en behagelig tyngde og tilfredshed i kroppen samtidig med en vægtløshed i sindet. En ikke forklarbar men alligevel påtrængende fornemmelse af kærligheden som et håndgribeligt fænomen – og noget, der nærmest kan beskrives som en “naturlov”, når bare vi giver naturen lov.

Een gang er et tilfælde, to gange er held, men hver gang møder noget, der er større end mig. Men tilgængeligt, når jeg opsøger det og giver mig selv lov til at tage imod.

Ikke mindst bekræftelsen i det gentagne møde med en uendelige fred, at kunne stå oprejst midt i orkanens øje, trods uvished og manglende løsninger på diverse udfordringer – og egentlig noget overrumplet og skudt til hjørne af den en fornemmelse af total lykke og total tillid til, at alting nok skal gå.

En bekræftelse af udsagnet; ”Hvis du kan se enden af vejen, så er det nok ikke din vej.”

1.2. Æstetikken og sansningen

AT se skønheden i ethvert menneske og hele tiden forfine mine egne sanser og sansninger har været en stor del af det personlige arbejde, der for mig har været omkring BB.



Mange mennesker er deres egen bedst bevarede hemmelighed.

At se, hvordan et menneske først smuldrer som en småkage under en skosål, for derefter at blive hel, blød og lydhør over for deres egen krop, sansninger og indlejrede visdom, er noget, der giver stor ydmyghed og tro på, at vi nok skal klare os.

At løsningen på meget smerte og ulykke egentlig er så simpelt som at lægge et par varme indfølelse hænder på det andet menneske. Næstekærligheden er inden for rækkevidde for alle, og den næste er den, der ligger på briksen.

Det har krævet en stor disciplin for mig, at vende tilbage til mit eget sanseapparat, modtage og bearbejde informationerne nøgternt og loyalt, og tilbagevise sindets forsøg på at forstå, regne ud og analysere, både, når jeg modtager behandling som klient, og når jeg selv arbejder med et andet menneske.

1.3.Overgivelse, hengivelse, tålmodighed, taknemmelighed

1.3.1.Overgivelse

At overgive sig er en kamp for de fleste. Det var det også for mig. Både i at modtage kærligheden fra et andet menneske i en form, som ikke var kendt. Men også at modtage informationer i arbejdet med den næste, og ikke længere skulle være klog, vidende og at regne den ud. At hengive sig til det abstrakte i arbejdet med det konkrete – det var overgivelse.

1.3.2.Tålmodighed

Tålmodighed er en dyd.

Jeg har hørt udtrykket mange gange, og jeg har nok også selv brugt det et utal af gange, men altid med en sælsom fornemmelse af, at det dækkede over noget mere. At det var blevet brugt forkert. At der var noget jeg ikke forstod.

Små børn glæder sig til juleaften, til deres fødselsdag, til den største is henne i isbutikken, og til at komme på weekend hos mormor og morfar.

Tålmodighed er og bliver ikke små børns spidskompetence - og langsomt lærer man sig, at glæden sig til og glæden sig over ikke er ok, for det er ikke tålmodigt. Tålmodigheden bliver på den måde en slags begejstringens modsætning.

Jeg har reflekteret over, at netop dette udsagn også er blevet brugt imod mig, for at tone mig ned, for at undertrykke en spontant begejstring, løssluppenhed, livsglæde for at kvæle en livsglæde, de andre for længst havde lukket inde sig selv og smidt nøglen væk.



Arbejdet med kroppen bringer nyt liv og ny indsigt til ordet tålmodighed. Kroppen er langsom i sin opfattelse, i sin tagen informationer til sig, og den forstår det kun, hvis de information, der overføres kan gives i et tempo, som kroppen kan forstå og absorbere.

Kroppen er den menneskelige konstitutions dovendyr, eller koalabjørn.

Men den er også den vilde mustang, der ikke vil fanges ind, eller den lille kattekillling, der lå nederst i papkassen, da den blev født. Den må mødes med tålmodigheden for at blive mødt i sig selv – eller blive mødt med anti-tesen til sit vibrationsniveau.

Med uendelig tålmodighed opnår vi øjeblikkelige resultater.

1.3.3.Taknemmelighed

Taknemmelighed er en skabende kraft.

Det vi kan være taknemmelige over, danner en frekvens hvor mere af det samme kan følge efter.

At forstå min egen krop som et reservoir, når bare jeg er blevet mødt i min krops fortælling, er en erkendelse, der giver mig ærefrygt og en taknemmelighed over at have fået en krop.

Samtidig er det med den viden, at der ikke skal meget til - at det er nærværet, intentionen og kærligheden, der løser båndene til fortiden, til smerten og det er både ligeså simpelt og storslået, men aldrig nemt.

Jeg takker samfundet for den uddannelse, jeg har fået, men jeg takker BB for at tænde lyset inden i mig, så jeg kunne finde vej hjem til mig selv.

2.Hvad har BB lært mig fagligt om arbejdet med krop, berøring og bevidsthed?

2.1.Kloge hænder

Mattias Tesfeye skriver i sin bog "kloge hænder" at filosofen Anaxagoras fra antikkens Grækenland hævdede meget rammende, at det er menneskets hænder, der gør os til det mest intelligente dyr.

Et eksempel på det er Stradivari, der indtil sin død i 1737 havde nået at skabe over tusind strengeinstrumenter, der endnu den dag i dag med alverdens viden og teknologi ikke har kunnet gøres efter, og disse er fremdeles i høj kurs både kunstnerisk, æstetisk og økonomisk.



Hvad var det han kunne? Han kunne sanse og arbejde med sine hænder. Han kunne mærke sig frem, til kvaliteten, og hvornår instrumentet var rigtigt. Han kunne noget, ikke engang hans sønner kunne gøre efter.

2.1.1.BB-hænder

BB-hænder er kloge hænder. Med en finfølelse og samtidig en kraft i vores hænder er de både fintfølelse og livgivende kraftværker på en og samme tid. Det er den faste form og det er den flydende energi.

2.1.2.Det (be)rørerende møde

Det har været en stor gave og fornøjelse at møde andre mennesker med mine hænder, og bruge min krop og hænder til at forløse dem. At få nervesystemet til at falde til ro, få musklerne til at sitre og kulden til at forlade kroppen. At mødes med hænderne i sig selv er en gave, en stemning og en beroligende fornemmelse.

2.2.Bevidsthed er opdrift

At forstå rollen som BB-facilitator har for mig været det sværeste at forstå. Hvad er det for en rolle jeg påtager mig, når jeg går ind og gør noget for dette andet menneske?

At lade det andet menneske være som det er, ikke at skulle ændre, lave om, fixe, hjælpe, tage over, tage ansvaret for osv.

At træde ind i arbejdet uden dagsordner, mål, fixpunkter, men at facilitere den iboende kraft i ethvert levende væsen og derefter lade naturen klare resten. Og at alle mennesker har deres egen

Bevidsthed giver opdrift i menneskers liv, når det søger at nå bag det, vi tror, der er galt med os og finder ud af, at vi er intakte, hele og helt perfekte som vi er. Bevidsthed er opdrift i ethvert menneskes liv.

Følelsen af opdrift opstår netop, når tyngden og bevidstheden, når kroppen, og lykkefølelsen netop skal høstes i kroppen.

Der bliver en slags omvendt tyngdekraft – at den tunge og veltilpassede krop åbner op for sindets lethed og opstigen, for lykke er en følelse, der kan mærkes i kroppen. Ikke en tanke.

Enkelt men ikke nemt....