

## EN GYLDEN UNDERSTRØM

## EN GYLDEN UNDERSTRØM

© Bjørn Herold Olsen og Griffle, 2020

Forfatter: Bjørn Herold Olsen  
Omslag, grafisk tilrettelægning  
og sats: Elin Steffensen  
Omslagsillustrationer er licenseret  
via Adobe og Shutterstock.

1. udgave, 1. oplag 2020  
ISBN: 978-87-93875-96-8

Griffle  
Nordlandsvej 90  
DK-8240 Risskov  
forlag@griffle.dk  
www.griffle.dk

Trykt hos Akaprint, Aarhus  
Printed in Denmark 2020

Kopiering fra denne bog må kun finde sted på institutioner, der har indgået aftale med CopyDan og kun inden for de i aftalen nævnte rammer. Bogen må citeres med tydelig kildeangivelse.

Bjørn Herold Olsen

# EN GYLDEN UNDERSTRØM

– om den livgivende skaberkraft midt i en Coronatid

# Indhold

<b>Forord</b>	7
<b>COVID-19 er en positiv game changer for menneskeheden</b>	8
<i>Mikroorganismer responderer på omgivelser og adfærd</i>	9
<i>Mikroorganismer er årsagen til, at vi fungerer som mennesker</i>	9
<i>Livet på jorden blev skabt af mikroorganismer</i>	10
<i>Gaya – eller 'Moder Jord'</i>	10
<i>Gaya sørger for at regulere livet på Jorden</i>	11
<b>1. kvante – Inspirationsbobler</b>	12
Den livgivende skaberkraft	13
<i>Elementernes værktøjskasse</i>	13
80-året for Danmarks besættelse	19
<i>Hvad er de skabende kræfter</i>	22
<i>Det indre rum</i>	27
<i>Udfordringerne</i>	31
<i>Min barndom i Afrika</i>	34
<i>Altings udspring</i>	37
<i>Det store eksperiment</i>	41
<i>Synkronicitet</i>	43
<b>2. kvante – Udvikling</b>	48
Alt er i forandring	49
<i>Løfteraket</i>	49
<i>Gearskifte</i>	51
<i>Transformation</i>	54
<i>Klarhed</i>	57
<i>Kalibrering</i>	61

<i>Afrunding</i>	62
<i>Mødet</i>	63
<i>Mødet i kropsterapien</i>	68
<i>At strømme</i>	71
<b>3. kvante – Drama</b>	76
Vækst sker i feltet mellem ydre modstand og indre kompetence	77
<i>Angsten fra fortiden</i>	77
<i>Oprydningsarbejdet</i>	81
<i>Udspændt i tid og rum</i>	84
<i>Løgne</i>	87
<i>Synergieffekt</i>	89
<i>Kunstneren</i>	94
<i>Spejlkabinet</i>	96
<b>4. kvante – Lys</b>	102
Livet på jorden er betinget lys	103
<i>Betingelser</i>	103
<i>Next step</i>	106
<i>Det indre tempel</i>	110
<i>Rejsen</i>	113
<i>At komme hjem</i>	117
<i>Det kreative liv</i>	120
<i>Overskudsdeling</i>	124
<b>5. kvante – Indre fylde</b>	128
Nærværet i alting	129
<i>Defragmentering</i>	129
<i>Det naturlige flow</i>	133
<i>Rigerne</i>	136

<i>Kærlighed</i>	139
<i>Oprøret</i>	142
<i>Ansvar</i>	146
<i>Den gyldne understrøm</i>	149
<i>Dramaet</i>	151
<b>Efterskrift</b>	154

# Forord

Foråret og sommeren 2020 satte det meste af verden på pause i kampen mod Covid-19 både sundhedsmæssigt, samfundsmæssigt og økonomisk.

For mig blev udfordringen vendt til en mulighed for, midt i pausen, at omskrive mine daglige tanker til en bog, sat igang af mit spontane blogindlæg på min hjemmeside inbody.dk om Covid-19.

Det blev til fem inspirationskvanter hen over to måneder. En inspirationskvanter er indre viden, som udfolder sig som et samlet hele. Forståelse og inspiration kommer ofte som indre bevidsthedsbobler, der rummer mange dimensioner på én gang.

Det er blandt andet perspektiver og visioner fra et langt liv, som får lov at boble op til overfladen og inspirere teksten. Inspirare er latin og betyder at indblæse livsånde eller at indånde, at få nyt liv.

Den underliggende, gyldne tråd i denne bog er en refleksion over de oversete, usynlige skabelsesenergi, der ligger bag ved den synlige verden, vi lever i.

Mesterenergi bag Universets mesterværk.

Rigtig god læselyst.

*Her er først mit blogindlæg fra 13. marts, to dage efter at statsminister Mette Frederiksen bebudede den første nedlukning i forbindelse med Corona-krisen. Blogindlægget blev på en måned læst af over 8.000 mennesker.*

## **COVID-19 er en positiv game changer for menneskeheden**

Aldrig i menneskehedens historie har så mange vidt forskellige dele af verdenssamfundet arbejdet sammen om et fællesprojekt med så stort fokus og drastiske tiltag som ved Covid-19 pandemien.

I Danmark ser vi alle offentlige myndigheder, samtlige politiske partier, virksomheder og private samt arbejdsgivere og lønmodtagere fokusere i enighed og respekt.

Det bringer de bedste egenskaber frem i os, hvilket beviser, at vi som menneskehed ved fælles indsats og fokus også vil kunne løse CO<sub>2</sub>-udledning, forurening, fattigdom, sult og krig samt den omfattende og endnu ikke anerkendte stråleforurening, vi selv skaber, bl.a. 5G og snart 6G.

Covid-19 virussen højner vores forståelse for liv og ansvarlighed – en lille mikroorganisme, som udspringer fra et område af verden, hvor menneskerettigheder, forurening, dyremishandling og magt har været dominerende i mange generationer.



## Mikroorganismer responderer på omgivelser og adfærd

I fugtige kældre opstår der råd, skimmel og mug. På træer og huse vokser der mug, alger og svamp, når vægge og plankeværker ikke vedligeholdes.

I jordbunden omdanner mikroorganismer derimod al nedfalden biologisk materiale til frugtbar muld, som planterne kan opsuge næringsstoffer fra gennem rødderne. Uden mikroorganismer i skovbunden kunne træerne ikke overleve. I dag ved man desuden, at træer kommunikerer indbyrdes via rødderne og mikroorganismene i jordbunden (Wood Wide Web).

De største organismer i skoven er faktisk kæmpe, underjordiske svampeorganismer, som gennemstrømmer hele skovbunden, og de små svampeformationer, der dukker op af jorden, er blot enkelte blomsterstande på de kæmpe, underliggende organismer.

## Mikroorganismer er årsagen til, at vi fungerer som mennesker

I de første uger og måneder af et spædbarns liv er det af største vigtighed, at barnet får opbygget en tarmflora, så tarmene bliver i stand til at optage de nødvendige næringsstoffer.

Alle voksne mennesker har mellem 1-2 kilo mikroorganismer i tarmene, hvis processer forbereder maden til optagelige næringsstoffer.

I vores blod og celler sørger millioner af mikroorganismer for, at kroppens funktioner bliver varetaget, og at bl.a. immunforsvaret fungerer. I øvrigt består menneskekroppen

af ca. 37,2 tusind milliarder enkeltceller (selvstændige mikroorganismer), som samarbejder.

## Livet på jorden blev skabt af mikroorganismer

Noget af det første liv i urhavet for 2,4 milliarder år siden var blågrønner, som bandt kulstoffet i  $\text{CO}_2$  til organisk materiale og frigav ilt. Mikroorganismene opbyggede alkoholer, aminosyrer, peptider, cellulose, fruktose og meget mere af jordens grundstoffer, ligesom planterne fortsat gør det i dag.

Det er livets værksted, som via solens livgivende stråler omformer kemi til biokemi.

Al den ilt,  $\text{O}_2$ , som blågrønnerne frigav gennem hundrede millioner af år, fyldte først verdenshavene. Senere fyldtes atmosfæren af ilt til ca. 20 %, så vi i dag kan trække vejret. I dag sidder blågrønnerne også i bladene – det er grønkornene, der via fotosyntesen binder kulstoffet fra  $\text{CO}_2$  og frigiver ilt til atmosfæren.

## Gaya – eller 'Moder Jord'

I oldtidens Grækenland kaldtes gudinden for Jorden og alt liv for Gaya. I følge Gaya-teorien, udformet af den britiske forsker James Lovelock i 1970'erne, er alt liv og hele atmosfæren styret af livet selv.

Da de første satellitbilleder for 50 år siden viste skiftende scenarier fra jordens overflade, kunne man følge, hvordan  $\text{CO}_2$ -indholdet steg i atmosfæren ved løvfald under efterår og vinter. Så opstod der samtidig store, mælkehvide banker i Atlanten og Stillehavet, som viste sig at være mægtige for-

mationer af kiselalger, som optog kulstoffet fra CO<sub>2</sub> i luften og dermed opretholdt iltbalancen i atmosfæren.

Efter atomreaktorudbruddet i Tjernobyl i 1986, hvor søndenvinden førte radioaktiviteten mod Finland og Sverige, så man, at der overalt på Nordkap begyndte at brede sig kæmpe tæpper af lav, som man ikke havde set tidligere. Det viste sig, at netop denne type lav kunne optage radioaktivitet fra luften, ligesom de tonsvis af nye svampe, der myldrede frem af jorden omkring Tjernobyl.

På det seneste har man også fundet en ny bakterieart, som kan nedbryde plastik, fx i verdenshavene.

## Gaya sørger for at regulere livet på Jorden

Man kan sige, at Covid-19 virussen lige nu højner den menneskelige adfærd til samarbejde, og der forurenes nu mindre end nogensinde pga. mindre trafik både i luften og på jorden.

I Beijing ser man lige nu solen klart for første gang i mange år pga. nedsat os fra biler og fabrikker.

Måske er Covid-19 en lille reminder fra naturen om, at vi som menneskehed skal vokse i evolutionen og komme væk fra dyrisk grådighed, magt og strid og i stedet finde vores egentlige menneskelighed frem, nemlig samarbejde, empati og fælles respekt i hensyntagen til hinanden og naturen.

Det er det, vi så småt er vidne til nu. Og på tide!

Det redder os måske i virkeligheden fra noget, der er meget værre end influenza/lungebetændelse, nemlig vores egen, ukontrollerede grådighed, magtsyge og krig.

# 1. KVANTE

Inspirationsbobler

3. april 2020

## Den livgivende skaberkraft

Den største afstand er fra 0 til 1. Fra det ikke-skabte til det skabte. I dette rum ligger hele potentialet til den verden vi lever i, og hvor gentagelse på gentagelse opbygger elementer, strukturer og former. Samtidig bestemmer det mindste ofte udfaldet af det største, og på den måde er mikroorganismer opbyggende, styrende og udviklende enkeltfaktorer neden under helheden.

### Elementernes værktøjskasse

Forestil dig et kæmpe, veludbygget Legoland med bygninger, bjerge, havne, gader, figurer og biler – og forestil dig, hvor mange forskellige typer klodser, der skal til for at skabe alt dette.

Klodserne, der kan fylde mange containere og lastbiler, skal desuden først udbringes til de mange designere, der kreativt konstruerer og opbygger Legoland.

I denne smukke verden, med alle de energier, former og strukturer, der interagerer rundt om ørerne på os, er der en bagvedliggende, kæmpe symfoni af elementer, som står til rådighed for livet på jorden. Vi tager ofte det hele for givet – sådan er det jo – men jeg betages mere og mere over alt det, der spiller sammen i tid og rum, som administrerer elementerne gennem stabilitet og forandring, igennem liv, udvikling og fornyelse.

På de gader og veje, som jeg har kørt og vandret ad i årevis, står husene der stadigvæk trofast, oftest velrenoverede og udbyggede gennem generationer, og træerne vokser ufortrødent og yndefuldt i deres majestætiske styrke og livfuldhed. Himlen er også i dag krystalblå og kunstnerisk og foråret lige dramatisk og gennemgribende som altid. Mødre og små børn pibler frem fra alle husene.

Alt er urgammelt og dugfriskt på én gang.

Under Corona-krisen, foråret 2020, blev alt stille og luften ren. Menneskene blev tavse, påpasselige og opmærksomme, men himlen var stadig lige blå, og byer og landskaber lå smukke som altid i deres stille, indforståede og mirakuløse fremtoning i tid og rum. Jeg kørte eller gik hver dag en tur i skoven eller i de mennesketomme gader i byens centrum, hvor luften var rensset og alting stille. Aldrig havde forårs-solen fået så meget plads, og der var mange flere duer end mennesker på Kgs. Nytorv.

Opmærksomheden blev vendt indad – vi blev introverte i vores isolation. Den største hemmelighed ligger gemt i nærværet, hvor alting samler sig i øjeblikket. Er vi trygge eller urolige? Dette er et kropsligt anliggende – ikke et mentalt.

Jeg selv blev lykkeligt beruset af den ufrivillige pause – en erhvervsaktiv pensionist med frihedens luft under vingerne og nu med tid til en indre fornyelse uden sidestykke.

Vi lukkede vores kursuscenter af i fire måneder for klienter og elever som følge af regeringens og Sundhedsmyndighedernes råd og påbud. Den glæde ved at være i tilladt non-doing mode, var det bedste officielle påbud, jeg nogensinde havde fået.

Lige fra skolealderen havde alle samfundskrav været at overrule min medfødte glæde ved stille kontemplation, kreativitet og fantasirejser, fordi man jo skal være igang og til nytte og blive anerkendt af samfund, netværk og familie.

I nuet og nærværet – i åndedraget – er skaberkraften tilstede og afslører sig selv på en ikke-fysisk eller ikke-mental måde. Det er en fornemmelse og en kropslig, indre bekræftelse, hvor hele menneskekroppen bliver brugt til at fatte Universets grundliggende energi. Åndedrættet er som en gylden tråd besat med perler af nyt liv. Et stille smil bag ved alting.

Inde i vores krop findes et væsen uden form, som kan kommunikere med naturen og universet omkring os, men som tilhører uendeligheden og alle elementerne i skabelsens værktøjskasse. Når vi falder ind i os selv i kærlig tillid, kan vi forbinde os med den bagvedliggende skaberkraft og alle elementerne, som denne fysiske verden er opbygget af – uden at hænge fast i enkeltdele, fordi vores sansesapparat og mentale bevidsthed er sat fri af de fysiske elementers tiltrækningskraft. Den største udfordring er vores menneskelige jegs sult efter at eje og beherske det, som tager sig ud for vores sanser og fantasi.

Tænk at ingenting, tomrum og pause rummer så megen næring. Det mest lægende og nærende system i kroppen er søvn, ro og hvile. Så oser kroppen af nærvær, energi og glæde.

Vores krop og bevidsthed næres af åndedraget, som er beskedent og næsten usynligt. 90 % af den energi vores krop har brug for, kommer fra den ilt vi indånder. Og åndedraget kommer ca. 20.000 gange i døgn af sig selv som en gave.

Det er ikke noget vi gør, men noget som sker. Når åndedraget ophører, ophører livet, og kroppen bliver til fysisk materiale: jord og støv. 1-2 kg efter kremering. Kroppen består over 99 % af kun seks grundtoffer: Ilt, brint, kulstof, kalk, fosfor og kvælstof. Ganske få 'Legoklodser'.

Resten er dynamikker og energiprocesser, som er de formende og livgivende elementer, de usynlige 'Legoklodsbyggere' i kvantefysikkens usynlige urhav.

Atomerne i vores krop – i grundstofferne – er mest ingenting. Elektronerne er 'kvantefysiske sandsynligheder' i tilknytning til atomets næsten ikke-eksisterende fysiske kerne, og der er uendelig meget mere afstand end egentlig materie i atomets opbygning. Tager man alt det egentligt fysiske materiale i samtlige menneskekroppe på jorden, fylder det ikke mere end en sukkerknald.

**Vi er lyd- og lysbølger, som er gjort langsommere  
– et bundt omvandrede frekvenser, som er i sam-  
klang med kosmos. Vi er sjæle iklædt biokemiske  
dragter, og vores kroppe er de instrumenter,  
gennem hvilke vores sjæle spiller sin musik.**

Albert Einstein

1879-1955, tysk teoretisk fysiker

Den største præstation, et menneske kan udføre, er at lade sin bevidsthed flyde med kroppens energifelt i samklang med åndedraget og dermed forbinde sig med energifeltet i hele universet og således blive en dråbe, der forbinder sig med havet.