

# Psykiske og fysiske symptomer, ved åndelig udvikling

Af Merete Gundersen  
Copyright ©



## Balance og ubalance

Der forekommer ofte både psykiske og kropslige smerter og ubalancer, når vi er under spirituel og åndelig udvikling. De fysiske ubalancer kan opstå overalt i hele kroppen. Hyppigst er der tale om allergier, eksemmer og stor sensitivitet overfor lyde og dufte. Der fremkommer ofte ubalancer i ryggen især over lænden, og der kan forekomme hovedpine og kvalme, nogle mennesker kan få migrænelignende anfald. Der kan være tale om stor overfølsomhed overfor lys, lyde og dufte og der kan være tale om at der opstår ubalancer i huden så som eksem og svamp.

En anden hyppig faktor kan være at der opstår svage tegn på "hjerteflimmer" eller svage smerter i og omkring hjertet.

Smerter i hele ryggen kan forekomme. I nogle tilfælde forekommer følelsen af at der "sendes" en usynlig elektrisk strøm igennem hele ryggen langs meridianerne. Dette føles som en overophedning af kroppen. I forbindelse med denne strøm kan der forekomme stor lykkefølelse, glæde og fred, men også en vis uro for spørgsmålet kommer meget hurtigt: Hvad betyder det? Denne form for "strøm" og varme er det vi kunne kalde en sund kundalini opstigning. Kundalini-energi er en elektrisk strøm, der bevæger sig fra korsbenet op igennem alle kroppens chakre og videre op igennem hjertet, derfra videre op til hjernen. Den beliver på sin vej frem centre i hjernen og strømmer videre ud og forbinder sig med et højere aspekt af alkærlig viden som er både sjæl, ånd og det guddommelige.

Denne Kundalini energi er udsprunget af den rene viljes energi. Altså det aspekt af viljen i mennesket som ønsker at leve i samklang med det GUDDOMMELIGE princip, som er alkærlig visdom i alle medmenneskelige relationer.

Mange fysiske smerter stammer fra vores følelsesliv og er forbundet fra tanken som input til hjernen der så genererer følelserne i de forskellige følelsescentre for derefter at sende eller fører balancen eller ubalancen ud i kroppen via merianerne. Næstekærlig tænkning giver balanceret udvikling og ufredens tænkning giver usund udvikling og usund fysisk krop.

Psykiske ubalancer kan vise sig som uro, angst, urolig og uregelmæssig søvn. Der kan også være tale om at høre stemmer og se syner. En følge af de psykiske ubalancer kan også give fysiske ubalancer.

Alle disse ubalancer er resultatet af intense forandringer i dit DNA niveau, – mens du finder ind til din egen indre guddommelige kerne, og mens din egen indre guddommelige kerne er ved at vågne i dig. **Ubalancerne er KUN forbigående, hvis du tør sige ja til forandring.**

Det er uhyre vigtigt at du søger læge hvis du føler dig usikker på din sundhedstilstand. Lægen, gerne homøopatiske læger, akupunktører eller andre alternative behandlere kan være til både livsnødvendig og uvurderlig støtte og hjælp under udviklingsprocesser.

### **Følgende kan præge din hverdag:**

**1. Gråd og en dyb indre sorgmodighed,** tilsyneladende uden grund, betyder at slippe gamle mønstre og sige farvel til fortiden. Spændingshovedpine, kvalme, træthed og almen utilpashed kan komme i kølvandet. Der kan opstå hjerteflimmer.

Det er godt og sundt at lade tårerne flyde. Det hjælper med at frigive bundet energi.

**Det behøver kun at være forbigående.**

**2. Pludselig ændring i arbejde og karriere er meget almindeligt.** Når du ændrer dig selv vil alt omkring dig også ændre sig. Vær ikke bekymret for om du kan finde det "perfekte" arbejde eller karriere lige nu. Du er i en overgangsperiode, og du må sikkert skifte job nogle gange, før du finder et, der passer til din passion. **Udfold din livs vision og lad den lede dig.**

**3 Du få et ønske eller et behov for at trække dig tilbage fra familiære forbindelser eller nære venner.** Du er forbundet til din familie og nære venner gennem gammel karma. Når du fjerner dig fra din karmiske cyklus, frigives båndene til de gamle forbindelser. Det vil føles, som om du driver væk fra din familie og dine venner. Senere vil du måske igen udvikle nye forbindelser med dem, hvis det er godt for dig, men de nye forbindelser vil blive baseret på din nye energi – uden den karmiske tilknytning. Et nyt samvær opstår. Men nye venner vil efterhånden også komme ind i dit liv. **Vær aldrig ultimativ- vær tro mod dig selv og dine følelser.**

**4. Ustabilt sovemønster.** Du vil muligvis være vågen mange nætter mellem kl. to og fire. Der foregår meget arbejde inden i dig. Du er ved at bryde din vanetænkning og nytænkning er sat i gang. Det forstyrrer også dine drømme, og det er ofte årsag til, at du vågner op for at "puste lidt ud". Vær ikke urolig. Hvis du ikke kan falde i søvn igen, så stå hellere op og lav noget i stedet for at blive urolig. **Det går over- sig ja til din forandring.**

**5. Urolige, påtrængende og forvirrende drømme.** Disse kan indeholde krige og kampe, forfølgelse og monstre, uhyggelige dyr.

De vil ofte være svære at tolke og det kan gøre dig urolig ligesom du ofte vil føle dig træt når du vågner, efter en lang nats søvn.

Du frigiver bogstavelig talt den gamle energi. Det vil gå over, og de vil blive erstattet af nye drømme, der er lettere at tolke, og disse nye drømme vil være præget ind i din hukommelse, når du vågner. **Sig ja til din forvandling.**

**6. Fysisk desorientering.** Til tider vil du føle dig lidt "svævende," – du vil opleve en følelse af, at du ikke har fast grund under fødderne, eller at du befinder dig mellem to verdener. Når din bevidsthed bevæger sig ind i den nye energi, kan din krop somme tider ikke følge med. Brug mere tid i naturen og dyrk motion, for at hjælpe med at grundlægge den nye energi inde i dig. **Det vil gå over.**

**7. Brug mere tid på dig selv og på at søge indad.** Du vil pludselig opdage, at du ofte taler til og med dig selv! Du opdager pludselig, at du har sludret løs med dig selv – i de sidste 30 min. Der er et nyt niveau af kommunikation inde i dit væsen du træner i at stole på din egen indre stemme - din sjæls stemme. Samtalen vil øges, og den vil blive mere flydende, sammenhængende og mere indsigtfuld. **Du er ikke ved at blive skør, du er ved at lære dig selv at kende på en ny og bedre måde. Meditation er et værdifuldt redskab.**

**8. Ensomhedsfølelse - selv i selskab med andre.** Du føler dig måske alene og fjern fra andre. Du ønsker måske at undgå grupper og trængsel. Du vandrer en indre hellig og ensom vej, og ensomhedsfølelsen kan gøre dig urolig. Det er nogle gange vanskeligt at relatere til andre. Ensomhedsfølelsen er også forbundet med det faktum, at du føler, dine guider er væk. De har været hos dig på alle dine rejser, i alle dine liv. Det var tid for dem at trække sig væk, så du kunne fylde dit rum med din egen guddommelighed, så nye mere guddommelige guider kunne træde i front i dit liv. **Tomheden i dig vil blive fyldt med kærlighed og energi og vil blive opfyldt af din egen indre Kristusbevidsthed.**

**9. Forvirring og mangel på passion.** Du kan føle dig totalt uinteresseret, med et lille – eller slet intet ønske om at gøre noget som helst. Det er OK, og det er kun en del af processen. Tag dig tid til at gøre "ingenting," som for dig kan være det samme som at gøre alting lige nu. Kæmp ikke med dig selv, for dette vil også forsvinde. Du har brug for at koble af for at få ny inspiration ind i dit liv og for at lære dig selv at kende på en ny og bedre måde. **Det vil gå over hvis du arbejder med og ikke imod din egen udvikling.**

**10. At høre indre stemmer og se syner kan være en del af rejsen.** Det er ikke godt kun at fordybe sig helt og holdent i denne nye verden, der åbenbares. Her behøves viden, indsigt og udveksling for at opnå balance. At være i en gruppe i denne overgangsfase er en god udviklingsmulighed og kan være en god støtte. **Der skal trænes i skelneevne og man skal søge indsigt.**

**11. En dyb længsel efter at "komme hjem"** Dette er en af de sværeste stadier at være på, og et af de meget svære symptomer at håndtere, men det lader sig gøre. Du føler måske et dybt og overvældende ønske om at forlade Jorden og "tage hjem" Det er ikke en egentlig selvmordstanke, som er baseret på vrede og frustration. Du ønsker ikke at gøre et stort nummer ud af det eller at lave

et drama for dig eller andre. Der er en stille del af dig, som ønsker at ”komme hjem”. Roden til det er meget simpel.

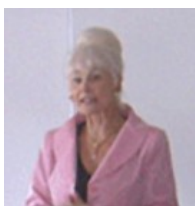
Du har fuldendt din karmiske cyklus. Du har opfyldt din kontrakt for denne livstid. Du er parat til at begynde på et nyt liv, mens du stadig er i din fysiske krop. I løbet af overgangsprocessen har du en erindring om, hvordan det er at være på den anden side. Er du parat til at påtage dig endnu en rejse her på jorden? Er du parat til at påtage dig udfordringerne – og bevæge dig ind i den nye energi?

Du er nu kommet så langt og efter mange, mange liv på jorden, ville det være en skam at gå før afslutningen af den store film! Desuden, Spirit behøver dig her til at hjælpe andre ind i den nye energi. De vil behøve et menneske som guide – en som dig, der har taget rejsen fra den gamle energi ind i den nye. Vejen, du går netop nu, giver erfaring, der sætter dig i stand til at blive lærer for det Nye Guddommelige Menneske. Så ensom og mørk din rejse somme tider kan være, så vær udholdende og **husk at du aldrig er alene!**

Der kan også være en anden årsag nemlig den, at du har haft eller har fået så mange nye åndelige/spirituelle oplevelser og indsigter, og at du måske nu er blevet så forbundet med din spiritualitet, at du ønsker dig tilbage til denne - den anden verden. Men dit liv på Jorden er helt unikt, og du har en mission. **Følelsen af, og ønsket om at komme hjem, vil altid være forbigående.**

**12. Smerter i ryggen og fornemmelsen af stærk varme i hele kroppen.** Det kan føles som om der strømmer en ild-agtig varme gennem hele kroppen som tilsyneladende kommer fra en kilde du ikke kan styre med din bevidsthed. Din indre Kristusbevidsthed vågner og din åndelig udvikling går nu over i en helt ny fase som viser dig vejen til fred med livet, og balance i din fysiske krop. Du er blevet din egen og andres healer. Du bliver visionær, nytænkende, nyskabende, og alkærlig. **Du lærer dig selv og verden at kende på en ny og anderledes måde. Du er den du virkelig ER.**

**Hvis du vælger at blive stående ved et af punkterne, stopper din udvikling DER.**



**Merete Gundersen er forfatter til syv bøger om den spirituelle intelligens og holistisk psykoterapeut. Se mere på: [www.siqintelligens.dk](http://www.siqintelligens.dk)**