

Tilbake fra et møte mellom sinn og natur, og hvilken natur. Vi var over 20 personer en ukes tid på Gudfjelløya, et sted for bekreftelser, fordypning og gjennombrudd. Her er en rapport fra to av deltagerne etter en utesitting på et ladet sted.

"Som et skip på et innlandshav seiler Gudfjelløya stille over Tunnsjøen. Vi er i Nord-Trøndelag, midt mellom nord og syd i landet. Gudfjelløya er landets høyeste innlandsøy. Fra gammelt av et hellig sted i samisk tradisjon.

Bratte grønne lier stiger opp fra sjøen. Høyfjellet strekker seg mot toppen. På en flat odde har generasjoners slit ryddet plass til et gårdsbruk. Sau og lam beiter i lia. På den andre siden av sjøen vandrer bjørnen, ulven, gaupen og jerven i dype skoger. Her skal vi være en uke.

Vi slo leir på nyslått eng. På Gudfjelløya har også den dyrkede marken en sterk kraft fra naturen. Nedenfor teltplassen ligger rullesteinstranden og det klare vannet. I den myke augustkvelden på stranden fant jeg kraft til de kommende dagene. Den indre reisen kan begynne.

Utesitting. Tre dager og tre netter alene i naturen. En reise inn i meg selv. Tid til å stoppe opp. Tid til å puste. Tid til å lytte. Sansene skjerpes når jeg lytter til naturens lyder. Lytter til stillheten. Sansene åpner seg til mitt indre. Rolig pust gir tilstedeværelse i kroppen. Kraften fra naturen styrker livskraften.

På toppen av Gudfjelløya ligger det hellige stedet. Stien går bratt opp gjennom skogen som åpner seg i en frodighet av blomster, bregner og sopp. Gyldne kantareller lyser opp. Oppe i lia blir blåbærene mer sødmefylte. Sol og regn har samarbeidet godt.

Der oppe over skogen venter høyfjellet. Stien tar oss med videre oppover, langs kanten av stupet, inn over myke matter av lyng og mose. Røsslyngen maler sin lysende lilla farge over landskapet. Utsikten åpner seg i alle himmelretninger. Fjell bak fjell omkranser hele synsranden. Overalt styrter stupbratte skrenter ned i sjøen dypt der nede. Vi skuer utover evighetens strender.

Toppen av Gudfjelløya er som en høyfjellsskjærgård. Blankskurte svaberg stikker opp fra lyngmarken. Mykt gress innimellom. Små vann er omgitt av bratte bergvegger. Et paradisi av kraftfull natur. Hver lille myrflekk byr på gyldne multer, blåbærene er store og søte, selv blokkebær og krekling er saftige. Arktisk frodighet. Myrullen svaier i vinden – det ser ut som et lite dyr med hvit pels som løper forbi.

Lyset skifter hele tiden. Solglitter på vannet får oss til å stanse opp. En liten seng av lyng og mose gir plass til teltet. Perfekt teltplass med storslått utsikt. Stedet fant oss. Utesittingen er nå i gang. Regn og vind la seg over Gudfjelløya. Tid for å finne roen. Tiden i soveposen gir dyp avspenning så ny kraft og innsikt kan finne veien inn i kropp og sinn.

Vi vandrer til det hellige stedet, langt der oppe på fjellet. Et kraftsenter og offerplass for samene i tidligere tider. Langs bakken løper en lang revne fra dypet i jorden. Fjærlette bregner vokser langs kanten. Den store kraftsteinen som kommer til syne foran oss er kløyvd i to og åpner seg som et hjerte. Her strekker naturen seg mot himmelen, som et krone-chakra når kropp og sinn er i balanse. Naturens kundalini-kraft reiser seg mot lyset.

I gammel tid, sies det ble de gamle og syke sendt ut for stupet. I pulk bak reinsdyret suste de utfor på sin siste reise, over til den andre verden. Noen var klare til å forlate denne verden, de kunne sette sjelen fri og finne veien inn i lyset. Andre var nok ikke i stand til å gi slipp og ble hengende igjen som uforløste sjeler, ventende på hjelp til å komme inn i lyset. Hva de tenkte i dødsøyeblikket, avgjorde hvor de kom. Myter og sagn er preget av frykten for døden. Vi kan reflektere videre og erkjenne at vi møter døden slik vi møter livet. Da som nå. Bevissthet medfører ansvar. Uforløste sjeler trenger hjelp til å finne veien til lyset. Gammel frykt må renses vekk. Gudfjelløya skal skinne i sin fulle kraft og bevege våre hjerter.

Utesittingen er over for denne gang. Tiden gikk så altfor fort. Hjertet har funnet ro i naturens skjønnhet og kraft. Vi pakker sammen og vandrer ned til fellesskapet og gjensynsgleden. Ørret og røye blir fisket i garn og stekt på en flat stein over bålet til et felles måltid. Et glimt av forfedrenes liv.

Ny klarhet etter utesittingen gir nå kraft til det indre arbeidet. Meditasjon med fokus på Jeg. Det virkelige Jeg, livskraftens Jeg, er noe helt annet enn mitt snevre ego. Bevisstheten om Jeg arbeider seg innover i kroppen. En livgivende meditasjon. Så enkelt og så virkningsfullt. Det virkelige Jeg blir sterkere, dypt der inne bak identitetene som ikke er mitt egentlige Jeg, identitetene som stenger for mitt indre Jeg. Hvor ofte har ikke mitt virkelige Jeg blitt borte i vonde situasjoner. Jeg-tap forsterker sjeletap fra sjokk og traumer. Når jeg styrker Jeg'et, blir det trygt for sjelen min å bli værende i kroppen.

Bølgene mot stranden sier ubønnhørlig farvel. Vi må reise hjem. I skinnende morgenlys seiler Gudfjelløya videre mot evighetens strender. I våre hjerter".

Julie og Tom