

Utesitting i Hessdalen? Vil jeg dit for å studere lysfenomener på nattehimmlen? Jeg er ikke interessert i slike lysfenomener, egentlig. Grunnen til å dra til dette stedet er altså noe annet som lever i naturen.

Utesitting er en trening i å se både ut mot naturen og inn i egen psyke og mytologi. Når jeg sitter ute i naturen noen dager får jeg naturligvis kontakt med døgnets syklus og naturens skiftninger. Det er interessant nok å veve seg inn i naturens energi, de naturgitte former, de ville planter og i blant dyr som dukker opp.

Om kvelden og natten kan man kjenne på hva mørke skaper av reaksjoner. Er stjernene kalde eller varme? Er himmelrommet stum eller omfavnende? Å kunne veve seg selv inn i naturen og naturen inn i seg selv på et energiplan er en sjamankunst som nærmest har som mål å studere livets balanse og opprinnelse.

Jeg skulle ønske at også alle teoretisk orienterte økologer og verbalt innstille naturvernere dro på utesitting for å erfare dette nakne møtet hvor en selv blir knadd og omformet og det akkurat så langt som man tåler det og kan slipper erfaringen til.

Reaksjonene som kommer opp i møtet med natur og stillhet er naturligvis ens egne. De kommer ikke fra andre steder enn ens indre, fra enen kropp og eget sinn.

En utesitting gir tid til å gå inn arbeidet med små fysiske justeringer og psykiske nyanser som gjør at spenninger kan slippe og ny energi kan settes fri. Dette er et subtilt og befriende arbeid, en blanding av fokus, avspenning, hvile og innsikt, noe man kan oppnå i stillheten.

Det er ikke lett å legge skylda på andre for eget velvære eller ubehag og uro når ingen andre enn egne spøkelser er til stede i stunden. En utsitting kan være en snarvei til å oppdage de personene og stemmene man bærer med seg fra fortida, og så sette dem fri

Og fordi situasjonen er så naken og direkte skjer det ofte at bymennesket, altså de fleste av oss, får uventede selvinnsikter fra et ukjent dyp i løpet av disse dagene og nettene.

Naturen speiler tilbake den man er. Alt for å forstå. Den som er nær sitt eget hjerte, erfarer nærhet. Den som ikke er nær hjertet bringes ditt smått om senn. Som kjent kan det være en lang reise fra hodet til hjertet.

Naturen er ikke alltid smilende, heller ikke stille. Vind og regn kan kreve sitt. Men like full beskytter naturen en stillhet som er ukjent i asfaltjungelen, og ikke bare en stillhet, men også en livkraft og frodighet.

Om man kan slippe ordinære menneskelige mål og planer av syne for en stund kan man om man er heldig, kjenne dette bølgeslaget skylle mot stranden på den øya som er din din bevissthet.

Så noe annet: En utesitting er ikke bare gå ut i naturen for rekreasjon og personlig befrielse.

Det omfatter også gå dit for å studere den og lære hva vi kan bidra med. For artsmagfold desimere mens vi sitter der vi sitter, matkammerne forringes og jorden fruktbarhet og frodighet forringes. Det er oppskrift på katastrofe.

Jeg er redd det viktigste bidraget omfatter selvbesinnelse i ordets mest omfattende og krevende forstand. For dette gjelder ikke bare individuell selvbesinnelse, men en forandring som jeg håper kqn skje på det kollektive planet.

Ut fra bevissthet om en ny verdenssituasjon må vi som en **world wide tribe** skape ny mytologi, et nytt sinnelag der forståelsen av den opprinnelige relasjonen mellom natur og menneske må ligge i bunnen.

Gamle mytologier må transcendes, for mytologier skaper tenkning,

Det som teller nå, syns jeg, er om mytologiene gir rom til og inkluderer alle folkeslag, alle livsformer, for i den nye tiden er vi alle jordens barn.

En mytologi som fremhever en gruppe framfor en annen tilhører et annet sinn enn det sinnelag som trengs nå.

Transcender de gamle mytologiene, sier jeg, finn det nye sinnelaget, om det koster.

mvh ailo gaup