

Jeg har altid værdsat mit eget selskab, og havde faktisk de største og stærkeste barndoms-stunder med mig selv.

Jeg kan ikke helt huske, hvornår jeg startede med at bede til Gud, men jeg har været ganske lille. Det skete som en naturlig forlængelse af min farmors ritualer. Hun bad altid Fadervor.

Jeg har siden min barndom haft et stort, rigt indre univers, så det faldt mig helt naturligt at udmønte det i bønner. Det var ikke lige noget man delte med sine kammerater, men det var en levende del af min hverdag.

Bønnerne blev talt eller skrevet. Og i dag praktiserer jeg stadig at skrive bønner, men jeg siger dem også altid højt. Det er meget vigtigt ... at sige sine bønner højt. Du lytter selv med og du er mere fokuseret, på den måde er virkningen størst.

Vi ved rigtig meget om energi i dag. Vi ved, at energi aldrig forsvinder. Vi ved at vi møder hinanden i hinandens energier. Og med de energier kommunikerer vi gennem et usynligt sprog, der rækker langt. Det er en energi, der er fri sat tid og afstand ...

Inden for kvantefysikken beskrives universet som værende et kæmpestort net med en stærk matematisk orden og hvis du prikker til en streng i nettet på et bestemt punkt, vil det skabe en bevægelse et andet sted.

Af den grund: Hvis vi er tilstrækkeligt mange mennesker, der ønsker noget tilstrækkelig stærkt, så vil eksempelvis bøn, sætte en lavine i gang ...

Min mand sagde for nylig – jamen miraklerne opstår fordi du netop ser, det meste af livet som et mirakel ...

Og det er sandt; hvis man leder efter mirakler, så ser man mirakler.

Mirakler kan defineres ved at noget, der er statistisk usandsynligt alligevel sker. Men jeg læste engang, at mennesker der tror på mirakler også oplever mirakler i langt højere grad end dem, der ikke tror og i denne sammenhæng havde man sorteret alle disse små 'hverdags' iagttagelser fra, som jeg selv repræsenterer og det er da tankevækkende.

Mirakler er energi, det er svingninger vi sætter i gang, og hvis vi forestiller os at alt gerne vil finde sin helt egen plads i universet, og der er en orden, og den orden vil naturen, universet og det guddommelige altid forsøge at opretholde, så vil en bøn, der giver mening, sætte en proces i gang. Wow....

På den måde kan vi selv få indflydelse, gennem den energi, vi selv sender ud. Så hvad vil vi gerne holde liv i globalt set? Krig eller fred ...?

Det vi vander ... gror!

Jeg oplever, at vi befinder os i et frygtbaseret samfund, og af den grund er der så mange mennesker, der har det forfærdelig dårligt og modtager alle mulige former for hjælp, alene for at kunne klare deres hverdag. Vi fodres hver dag med smerte, sorg, død, sygdom og ødelæggelse... det bliver den energi vi giver næring og på den måde også en virkelighed vi selv er med til at fremkalde.

Ikke sært at 'fred' i sindet er en længsel, der er voksende i disse år. Vi har bare ikke forstået, at vi selv er med til at nære en dyb uro hver eneste dag.

Der er den korte bane og den lange bane, men vi tænker sjældent på den lange bane, kun på den korte.

Og på den korte bane, giver alt form for sensation, en umiddelbar indsprøjtning af adrenalin og dopamin. Lige i dette øjeblik glemmer vi vores egne trængsler, fordi der er nogle, der har det værre end os selv, men på den lange bane så bidrager det ikke til ro i vores indre.

Mange mennesker oplever en 'ro' hver eneste gang, at de laver et skift i deres liv.

Vi oplever, at vi forlader den smerte vi står med, fordi vi pludselig skal dealere med en masse praktiske og logistiske ting.

Så folk bliver skilt, går fra hinanden, bryder op og flytter i én uendelighed.

Jeg er selv et meget godt eksempel på lige nøjagtigt dette...

Hver gang vi flytter, skifter partnere og skifter jobs - for at opnå kortvarig ro, så forlader vi os selv.

For lige at vende tilbage til bønner, er noget af det bønner kan ... at give ro; man får artikuleret en række væsentlige ting.

Når du siger din bøn højt, så lytter din hjerne med, det bliver indlejret og dit nervesystem følger trop.

Og i bønner er alting godt, fordi vi i vores indre liv har ubegrænset adgang til al positiv energi.

Måske mærker man det ikke første gang, man beder en bøn, men man mærker det, når man arbejder med bøn dagligt og øver sig, så mærker man at der opstår en indre ro, stort set hver eneste gang.

Man får sat ord på sine intentioner og man får sat ord på taknemmeligheden.

Der er 4 grund elementer i min bønnepraksis og man kan vælge at tage alle 4 med eller man kan fokusere på en af gangen.

Indledningsvist beder jeg altid Gud om at give os det vi ikke ved, at vi gerne vil have. Jeg bruger den sætning der hedder; Må du velsigne mig og gøre mit område stort.

Det betyder, at jeg overlader til det guddommelige at gøre det, der er godt for mig og at bringe de mennesker ind i mit liv, som er vigtige.

Det er dermed også Gud der bestemmer hvilke mirakler jeg skal være en del af.

Og derfor forventer jeg mirakler. Jeg er opmærksom på det og jeg ser, at ting sker i mit liv fordi jeg er vågen til det yderste.

Det næste element, er den manifesterende del og det er en del, man altid kan ty til.

Når man manifesterer noget, så taler man i nutid om det, man taler om at lige nu er alting godt, men man tager også de ting ind i sin formulering, som man mangler.

Hvis man er syg, kan man eksempelvis sige; tak fordi jeg er rask. Hvis man mangler kærlighed i sit liv, så kan man sige; Tak fordi jeg er elsket.

Hvis man mangler mod, siger man; Tak fordi jeg tør!

Man sender et signal afsted og man koder sig selv - downloader et software som bringer en tættere på at være det, man gerne vil være.

I den tredje del bønnen kan man bede om hjælp. Man rækker hånden ud og tillader sig selv at være skrøbelig og have det svært.

Til sidst er der bønnen om taknemmelighed og den del taler næsten for sig selv.

Taknemmelighed er livsforlængende. Det er svært at være tvær, ked af det og vred, når man vælger at fokusere på alt det, der skaber værdi.

Det er styrkende for både sind og krop at bruge bønnen. Bønner skaber fred og der er absolut ingen grund i hele verden til ikke at bare at bede en bøn. Jeg kan slet ikke forstå den forskrækkelse mange har - vi kan jo bare læne os op ad videnskaben.

Jeg har ingen intentioner om at omvende mennesker. Jeg tror at tiden arbejder... Jeg vil hellere kalde mig selv en inspirator og en fredsmægler. Jeg bringer fred og ro med mine bønner og så inspirerer jeg mennesker. Derefter kan de kan de vælge at praktisere det, der giver mening på deres måde, det der passer ind i deres liv.

Jeg har en spirituel uddannelse for entreprenører, der gerne vil have den spirituelle vinkel på deres forretning og på deres eget liv. Her prøver vi at samle op på alle mirakler løbende.

Med det samme, når man giver folk den lektie for, at de skal samle på mirakler, så bliver de pludselig opmærksomme på synkroniciteten i universet.

Jeg kan huske, jeg havde et opgør med Gud i teenageårene. Af den grund blev jeg ikke konfirmeret.

Dengang følte jeg at gudsbegrebet var en grov løgn og at det var hyklerisk at tro på en mand i himlen og jeg kunne ikke stå der i kirken og sige at jeg troede på Gud.

Gudsbegrebet har jeg siden udvidet, og som årene er gået, har jeg udforsket andre religioner.

Noget af det jeg har haft det sværest ved, er hele denne trussel om helvede... Jeg oplever det som et kontrolgreb, skabt af mennesker.

Hvis du ikke gør sådan og sådan... SÅ!!!

Vi har mindst 200 milliarder stjerner i vores galakse, og vi har over 200 milliarder galakser i vores del af universet... Vores klode er ikke engang et sandkorn i Sahara i forhold til den viden.

Nøglen til Gud findes inde i os selv og vi skal forvalte vor tid på jorden, på den bedst tænkelige måde, til gavn for hinanden og den store sammenhæng. Vi skal være generøse og kærlige, passe på kloden, naturen, hinanden og de svage...

En af nøglerne for mig, er at bruge alle aspekter af mig selv, i netop den sags tjeneste, og være tro mod mit sind og min skaberkraft.

Jeg har en psykolog, som jeg holder meget af og hun har udredt mig. Udover Asperger er ADHD en del af mig, på godt og ondt.

Når jeg vågner om morgenen, så vågner jeg altid med hjertebanken og den sindssygeste uro og ofte vågner jeg og føler mig meget træt. Det er fordi min hjerne også arbejder på fuldt tryk når jeg sover. Der er aldrig ro.

Derfor vil du opleve, uanset hvilket tidspunkt på dagen du besøger mig i mit hjem, at der er tændt stearinlys og røgelse. Det er mine små ritualer...

Bønnen har jeg praktiseret i dag og jeg rullede yogamatten sammen lige inden du kom.

Mit liv ser sådan ud, fordi det er bygget op om kompensationer og strategier, for at kunne være i dette voldsomme flow af tanker.

Jeg har alle mulige principper og ritualer jeg gennemfører for at stoppe denne strøm og for at være i ro.

De fleste mennesker, der taler med mig og oplever mine bønner, de vil også opleve denne dybe ro.

Dem der oplever mig undervise, kan godt møde den maniske side af mig, og det maniske har hjælper mig, når jeg skal præstere, fordi jeg bliver så engageret. Det kan også være ret magisk for mennesker at være en del af, fordi de derved får rigtig mange informationer på kort tid.

Når jeg slipper alt, opstår der et flow. Det føles som om at himlen åbner sig. Alt kommer til mig som ord, og så lader jeg det hele flyde uden filter. Det maniske var også en gave da jeg lavede talkshows. Jeg bemærkede alt omkring de mennesker jeg talte med. Deres måde at sidde med fødderne på, deres indre tilstand, deres behov for at gøre sig umage og deres sårbarhed.

Jeg har ikke søgt at blive udredt for at forstå ADHD'en, men primært for at kunne blive medicineret rigtigt.

Jeg kan godt være i verden uden medicin, men det vil være en verden, som ville være rigtig meget præget og styret af lidelse.

Jeg er kunstneren der skærer et øre af.

Smerten har jeg brugt til at mærke verden, mærke andre menneskers smerte. Smerten kan åbne et univers, som er fuldstændig unikt.

Jeg kan bare ikke tåle at være i det hele tiden.

Derfor har jeg heller ikke været let at leve sammen med, jeg har haft tunnelsyn, og det betyder at mine mænd har været i anden række, tredje og fjerde række i lange perioder.

Jeg har været meget heldig med mine kærlighedsrelationer og dem er der jo nogle stykker af, fordi jeg har den alder jeg har i dag. De har ca. været i 10 år, hver især.

De har alle været, og er stadig, fantastiske mænd og jeg har følt mig meget elsket, men jeg har også følt at jeg har skulle være en anden end 'mig' til tider, - at der har været nogle forventninger, som ikke passede til den jeg er.

Jeg er bla. ikke særlig god til fysisk nærhed. Det der, med at ligge og nusse, i arm, i timevis og røre ved hinanden, den opmærksomheds del er jeg ikke så god til.

Det hører sammen med mine Aspergers, og det har min nuværende mand sat rigtig mange ord på. Han har været god til at forstå, at det ikke handler om hvorvidt jeg elsker ham, men at det bare er svært for mig at have tæt, fysisk kontakt.

Dem der er kommet tættest på mig, er mine børn. Der sker en eller anden biokemisk sammensmeltning mellem forældre og børn, så dem har jeg rørt ved, holdt om, sovet med og alt muligt. Mine børn har fået alt det mine ægtefæller og kærester aldrig rigtig har fået.

Jeg tror at mine mænd har det til fælles, at de har haft et savn og derfor så har utroskab også været et tema i et par af forholdene.

Sex har jeg ingen problemer med, det er den lange, tætte kropskontakt det kniber med. Så den del har de simpelthen søgt andre steder.

Jeg er ikke den jaloux type, og derfor har det aldrig været et kæmpe issue for mig. Jeg har fået snakket med mine mænd om det på en fuldstændig voksen måde, og nok derfor har jeg også helt udramatiske brud bag mig.

Min nuværende mand har aldrig mødt en, der har så lidt behov for berøring, som mig. Men til gengæld så er jeg jo enormt verbal i mit kærlighedssprog.

Jeg øver mig i at røre mere ved ham og det reagerer han jo på spontant på, så jeg kan mærke, at jeg kan jo skrue op og ned for hans ømhedskraft ved at røre ved ham.

Jeg lærer rigtig meget sammen med ham, men og han er også den første, der har stillet spørgsmålstejn til mine manier, min arbejds-mani, min struktur, mine skemaer og mit fuldkommen altopslugende tunnelsyn.

Når der er et eller andet der interesserer mig, så er der ikke plads til noget som helst andet.

Jeg kan ikke tage telefonen, jeg kan ikke svare på mails, jeg kan ikke betale regninger.

Det er også på grund af mit tunnelsyn, at jeg har fået skrevet bøger, selvom jeg har siddet i tunge stillinger.

Det var sindssygt, for jeg sov i perioder kun 2 og 3 timer om natten; jeg var simpelthen så fuldstændig opslugt.

Den opslugthed er der ingen andre end mine børn, der har kunne trænge igennem.

Min mand laver ikke om på mig og han har ikke nogen krav til mig. Han siger til mig: Når du gør sådan, og sådan ... så reagerer jeg sådan, Vi har begge reaktioner og følelser, som vi gerne må have. Vi prøver ikke at gøre hinanden forkerte.

Eksempelvis har han lært mig, at lave aftaler, ... så vi har mange aftaler. Vi har blandt andet en aftale om ikke at såre hinanden, hvis vi kan undgå det.

Vi har også et kodeord vi bruger, hvis vi kommer til at udtrykke os uhensigtsmæssigt. Så behøver man ikke at skulle forklare sig hver gang. Man tænker sig lige om: Kunne jeg sagt det på en anden måde??

Vi er dog meget ens med hensyn til hvordan vi bor; Vi ønsker ikke at bo i en minimalistisk hotel-inspireret bolig. Vi har begge en boligkatalog aversion. Derfor kan du heller ikke pege på noget i den her stue, der ikke har en historie.

Sofabordet har min søn lavet af gamle planker og vores sofa er vel 15-16 år gammel.

Jeg elsker den sofa. Der er ingen grund til at skifte den ud, og når puderne bliver ødelagt, så får jeg dem bare ombetrukket efterhånden, som de er blevet slidt.

Der er dog rigtig mange andre ting, vi ikke er enige om. Her møder vi hinanden nysgerrigt og åbne, så hver gang der er en uenighed, bliver det aldrig til et skænderi...

Vi har aldrig haft et skænderi.

Jeg kan være mig selv sammen med ham. Jeg kan være introvert, jeg kan være knudret. Og han spørger bare om han kan hjælpe med noget, eller lader mig være, når jeg er mentalt fraværende.

Nogle gange pakker han rygsækken og tager på eventyr, og på den måde er der plads til os begge.

Jeg har en overbevisning, at hvis han skulle finde en anden en dag og han virkelig bliver forelsket, så vil jeg tage afsked med ham i kærlighed og ønske ham det allerbedste og jeg ved han vil ikke holde op med at elske mig, han ville bare elske mig på en anden måde.

Jeg elsker ham så meget, at jeg ønsker alt det bedste for ham hver dag, og han elsker mig så meget at han ønsker alt det bedste for mig hver dag.

Det er da at elske ultimativt.

Det er kærlighed for os og jeg oplever, at han har det på samme måde.

Jeg har sat ham fri og han er sat mig fri ...

Vi har fundet vores egen måde at være sammen på, som virker for os.

Vores spilleregler er baseret på ærlighed, plads, kommunikation, og at virkelig se hinanden uden at lave hinanden om.

Det har nu varet i 7 år og det bliver stærkere og stærkere på alle planer, både fysisk, mentalt og åndeligt, for hver dag der går.