

Hvorfor frykter vi forandringer?

... og lær hvordan DU kan endre deg!



Dette kan være ubehagelig å lese. Sannsynligheten for at du liker det du leser, er ikke så stor, men utbyttet av å lese artikkelen kan bli uvurderlig for ditt liv og din helse. Lær hvorfor vi mennesker unngår å gjøre forandringer selv om de kan gjøre livet vårt mye bedre. Finn ut hvordan du kan gjennomføre de største endringene som du trenger i ditt liv - og du vet vel at du trenger dem?

Det mest overfladiske svaret på hvorfor vi frykter forandringer, er: *«Jeg vet ikke om gresset er grønnere på den andre siden...»* Men er det virkelig slik? Min erfaring tilsier at svaret er mye mer spennende enn dette!

De siste årene har vi opplevd at venner og bekjente fikk kreft. Alle visste at vi hadde flotte resultater med komplementær behandling for kreft og kroniske sykdommer, og et par av dem spurte oss om råd om hva om de skulle gjøre. Vårt behandlingsprogram for disse typer sykdommer medfører omfattende endringer i blant annet livsstil og ernæring, samt et radikalt behandlingsprogram med intensiv avgiftning, intravenøse injeksjoner av naturlige spesialpreparater (vår «supercocktail») og helbredelse av årsakene til sykdommen, for at kroppens selvhelbredelseskrefter igjen skal bli sterke nok til at den helbreder seg selv.

Tre av disse hørte på hva vi sa, men ønsket ikke å gjøre noen omfattende endringer – de søkte heller etter «den magiske pillen». *«Det må da holde at jeg drikker grønnaksjuice, mediterer og trener yoga tre ganger i uken»*, var typiske kommentarer vi fikk. Erfaring viser at det sjelden er nok når man er alvorlig syk.

Fikk lungekreft

Vår gode venn Michael fikk lungekreft og visste godt hva det betød siden han kom fra en familie der alle var medisinere. Vi respekterte at han ønsket å gå sin egen vei gjennom det medisinske systemet med operasjoner, stråling og cellegift, som i hans tilfelle medførte ti prosent sjanse for å overleve de fem første årene. Han var absolutt ikke interessert i komplementær behandling eller endringer i tillegg til skolemedisinen. Han var heller ikke villig til å slutte å røyke, som var en av årsakene til at han hadde fått kreft.

To uker før han døde, satt vi sammen i hans stue der han resignerte og ba oss om vår hjelp til å bli frisk. Da hadde han fått vite av legen at videre behandling med cellegift og stråling var meningsløst.

Både jeg og min kone var fortvilet siden vi visste at vi ikke kunne hjelpe ham å snu sykdommen på et så sent stadium. Om Michael hadde valgt å gå begge veiene samtidig – skolemedisin og komplementær medisin – da han ble diagnostisert ett år tidligere, hadde han antageligvis vært i live i dag.

At et voksent og intelligent menneske heller velger å dø enn å gjøre de endringene som skal til, er for meg et av livets største paradokser.

Dør fremfor å gjøre endringer

Hva er det som gjør at mennesker i det mest ekstreme tilfellet velger å dø fremfor å gjøre grunnleggende endringer i sitt liv som kan helbrede deres sykdommer og problemer?

Hva er det som gjør at mennesker vil lide seg gjennom en tilværelse med et råttent parforhold, dårlig økonomi, håpløs jobbsituasjon, følelsen av å stange hodet i veggen hele tiden eller uten følelse av mening, istedenfor å gjøre de endringene som må gjøres?

Hvorfor all denne lidelsen når livet kan være så flott å leve? Sjelen vår har definitivt ikke kommet hit for å lide – det er noe som *vi selv bestemmer* bevisst og ubevisst!

Det finnes en løsning på alt

Selv var jeg livstruende syk etter mitt burnout i 2003. Legene var hjelpeløse. Da jeg kom til Tyskland i 2004, fikk jeg hele tiden samme tilbakemelding: *«Du er alvorlig syk, og vi undrer oss på hvordan det kan ha seg at du fortsatt er oppegående.»* Det er for omfattende å gå inn på alle detaljene om min daværende helsesituasjon – kort fortalt hadde jeg brent lyset i begge ender over for mange år, noe som hadde ført til fysisk og psykisk kollaps med alvorlige skader.

Fra 2004 har jeg viet livet mitt til å finne løsninger på alle mine sykdommer og problemer. Jeg har brukt meg selv som forsøkskanin for mange ulike terapier og medikamenter – alt selvfølgelig holistisk og naturlig. Det har vært en reise med mange oppturner og enda flere nedturner, der min



Pål-Esben Wanvig er sjaman, entreprenør og sivilingeniør. De siste 25 årene har han hjulpet mennesker til et bedre liv. Etter et katastrofalt burnout i 2003 valgte han å gå en sjamanistisk vei. I dag tilbyr han sine klienter og studenter det beste fra to verdener: ingeniørens pragmatisme søken etter konkrete målbare resultater og sjamanens mystiske verden med verktøy som kan bringe deg tilbake til din sjels visjon. Han gir sin omfattende kunnskap og erfaring videre i seminarer og utdannelser i flere land, deriblant Norge. Pål-Esben er utdannet og lisensiert Grandmaster & Linjebærer innen Rainbow Reiki og White Feather Sjamanisme. Han er utdannet lærer innen Lemurian Tantra, Rainbow Feng Shui, Reinkarnasjonsterapi og Tre-Stråle-Meditasjon gjennom et intensivt 9-årig studium hos Walter Lübeck.

Ta gjerne kontakt på telefon

72 60 10 08, e-post: post@wanvig.no, videoblogg: www.wanvig.no, Twitter: [@WanvigNO](https://twitter.com/WanvigNO) og [Facebook](https://www.facebook.com/WanvigNO).

erfaring viser at mer enn 80 prosent av det som finnes innen alternativ medisin, ikke gir virkningen som blir lovet.

På min ferd for å bli frisk har jeg brukt masse penger og ti år av livet for å finne naturlige løsninger på selv de mest komplekse sykdommer og problemer, motivert og inspirert av ønsket om å bli helt frisk

igjen. Istedenfor å kjøpe hus investerte jeg pengene i mitt eget liv og min egen helse – det beste valget jeg noensinne har gjort!

I dag kan jeg konkludere med følgende: *Det finnes en løsning på de aller fleste sykdommer og problemer – og løsningen sitter ofte rett foran oss. Problemet er at vi ikke vil ha den løsningen som blir presentert – siden den ofte krever for mye innsats og endringer av oss.*

De neste ti årene vil jeg vie til å hjelpe andre til å finne løsningen på sine sykdommer og livsproblemer uten at de trenger å investere store summer og mange, mange år for å oppnå det livet sjelen har kommet her for å leve.

Vår sjels lengsel

Det som er viktig å forstå, er at du og alle mennesker har en essens – en sjel – som er et fantastisk vesen med et voldsomt potensial.

Etter unnfangelsen starter vår sjels reise. Gjennom livet (spesielt de første leveårene) blir vi preget intensivt fra våre foreldre, fra omgivelsene og samfunnet. Mange av disse pregningene blir lagret som automatisk negativ adferd (ANA) i vår underbevissthet.

I voksen alder styrer denne adferden tanker vi har, hvordan vi ser på verden og oss selv, hvilke avgjørelser og handlinger vi tar, og de resultatene vi får i vårt liv – *uten at vi er bevisst over hvilke ubevisste mekanismer som egentlig styrer mesteparten av vår adferd.*

Om sjelen og livet vårt er et skip, så er denne automatisk negative adferden rusten, skjellene, algene og forurensningen som setter seg på baugen under vårt livs seilas.

Alt som har klebet seg til baugen, har ingenting med vår essens og sjel å gjøre. Det er ting som kun har med vårt ego og vår materielle eksistens å gjøre. Et alvorlig problem oppstår *når du tror at du er det som henger på din baug.*

Ubevisst valg om å lide

En viktig del av rusten på baugen er den dogmatiske påvirkningen fra religiøse institusjoner gjennom de siste 2000 årene. Religiøse institusjoner har siden de oppsto prøvd å kontrollere menneskene med sine dogmer og trossetninger. Oppfinnelsen av helvetet og djevelen for å skremme oss til å følge kirkens ledere, det ødeleggende synet på kroppen vår, nytelse, lidenskap og seksualitet, at vi er syndere, har et nedverdiggende syn på kvinner, og så videre, er ødeleggende dogmer som har absolutt ingenting å gjøre med vår sjel og essens, men de har stor innflytelse på vårt liv!

«Desto mer du lider, desto større sjanse er det for frelse etter døden», er et av credoene som går igjen. Det betyr med andre ord at dette livet ikke handler om glede, lykke,

lidenskap, læring og mening som sjelen vår har kommet for å oppleve.

Selv om du ikke har hatt noe som helst å gjøre med religiøse institusjoner i dette livet, er din underbevissthet like mye preget som de som har det. Stort sett hver gang jeg introduserer dette temaet til mine klienter og studenter, er det få som tror at de har et problem med dette. Som regel tar de alle fleste feil!

En av de enkleste metodene for å avsløre hvordan religiøse dogmer og negative trossetninger virker inn på deg gjennom din underbevissthet, er å utføre en kinesiologisk armtest. Jeg har en liste på mer enn 80 trossetninger som jeg tester med, og her er noen utsagn du kan la en som er utdannet teste deg med:

- *Kun den som lider, kan håpe på frelse.*
- *Glede, nytelse og lidenskap er djevelens verk.*
- *Kroppen er ondskapsfull siden den kan føle begjer.*
- *Om du helbreder andre, er du ond.*
- *Om du prøver å komme i kontakt med det guddommelige, havner du i helvete.*

Favorittverktøy

Selv om man ikke direkte har noe med religion å gjøre, er det sjokkerende og skremmende å oppleve at mange tester «positivt» på disse trossetningene!

Med andre ord er vi så preget av religion og samfunn at lidelse er en dyd. Det betyr med andre ord at *all forandring til det bedre er en trussel.* Når denne type adferd i tillegg opererer dypt nede i vår underbevissthet, er det ikke rart at mennesker frykter forandringer som pesten og har store problemer med å gjøre dyptgripende positive endringer i sitt liv fra lidelse til glede og mening.

Få hjelp av en kvalifisert lærer eller veileder til å identifisere disse destruktive trossetningene som styrer mye av ditt liv på autopilot. Først når du har identifisert dem, kan du slette dem. Uten å gjøre denne jobben blir det en like stor utfordring å gjøre endringer de neste ti årene som det har vært de siste ti.

Mitt favorittverktøy for å slette slike negative programmer heter «*Falayna Say*», som læres bort i Rainbow Reiki 2. grad. Her fjernes negative trossetninger effektivt med synlige og varige resultater.

Men det er dessverre mange flere fallgruver som støtter og forsterker vår motstand mot alle typer endringer. Her er de fire største fallgruvene til å mislykkes på sin vei for å finne tilbake til sunn helse og lykke i livet.

1: Søken etter enkle løsninger

Historien har vist at søken etter raske og enkle løsninger ikke fungerer så veldig bra.

Vi er opplært til at andre skal ordne opp i våre problemer uten at vi selv trenger å ta ansvar. Når vi er syke, går vi til legen og forventer en pille som skal ordne opp i sykdommen. Om legen sier vi må forandre livsstil, gå ned i vekt og begynne å trene, blir vi negative eller ignorerer det legen sier, og finner heller en annen lege som gir medikamentene uten at vi trenger å gjøre noe selv. Vi forventer at legen ordner opp i problemer vi oftest har forårsaket selv gjennom livsstil og tankesett.

Jeg har ikke tall på hvor mange som har forsvunnet fra meg de siste årene når jeg forteller dem at de må ta ansvar for sitt eget liv og gjøre endringer. De forventer at jeg skal fikse alle problemer med én behandling. Sjelden opplever jeg at mennesker med denne type innstilling er i stand til selv å finne veien til å bli friske.

Her handler det med andre ord om å ta ansvar for eget liv. Kun gjennom dette kan vi ta makten tilbake over eget liv og designe det livet sjelen vår har kommet her for å leve. Om jeg hadde lagt makten over min helse i hendene på legene, ville jeg ikke levd i dag.

Selv var jeg ikke sterk nok til å gjøre dette i min desperate situasjon med sykdom og fortvilelse etter mitt burnout. Derfor søkte jeg hjelp av en kvalifisert lærer/veileder som kunne fortelle meg akkurat det jeg måtte gjøre og hvilken vei jeg skulle ta. Det jeg var villig til, var å gjøre akkurat det han fortalte meg.

2: Jeg har ikke penger

Et annet argument jeg ofte blir møtt med, er at man ikke har penger til behandling eller hjelp som ikke dekkes av staten. Jeg vet hvordan det er å leve uten penger og leve på ris i et år, så jeg har stor forståelse for hvordan det oppleves å leve i en vanskelig økonomisk situasjon.

På den andre siden har mange råd til røyk, cola og potetgull selv om de er økonomisk vanskeligstilt. Min kone jobbet i mange år med vanskeligstilte og uteliggere i Tyskland. Det å røyke en 20-pakning om dagen var som regel ingen problem selv om det koster mer enn 2000 kroner i måneden. Det å benytte penger på noe som burde dekkes av staten (for eksempel helse), er utenkelig for mange.

Ofta har det ikke noe å gjøre med mangel på penger – men hvordan pengene blir prioritert og benyttet. Når mennesker søker hjelp av meg og sier de ikke har penger, finner jeg bestandig betalingsløsninger for dem om de selv vil. Jeg setter dem i gang med mitt økonomitreningsprogram «*From Poor to Rich*» som gir en intensiv opplæring i hvordan man restrukturerer økonomien sin på en effektiv måte. I noen tilfeller er

økonomien så prekær at man trenger hjelp, men om helsen og livet er så viktig, kan hvem som helst slutte å røyke i seks måneder eller slutte å drikke mineralvann – da har de råd til en komplett utdannelse hos meg eller andre steder.

3: Tiggere er ikke takknemlige

Dr. Mikao Usui, som innførte den populære og i dag verdensomspennende japanske healing-metoden Reiki i 1922, hadde tre prinsipper for alle typer helbredelse:

1. Først skal du helbrede ditt sinn.

2. Deretter skal du helbrede din kropp.

3. Tiggere er ikke takknemlige.

Første og andre punkt er enkle å forstå, men det tredje prinsippet kan ved første øyekast virke underlig. Det dr. Usui mente med «tiggere er ikke takknemlige», var at de som hele tiden vil grabbe til seg alt og ikke gi noe tilbake, har liten sjanse til helbredelse. Telefonen min ringer ofte med forespørsel om å sende healing. Jeg spør bestandig hva de er villig til gjengjeld, som ikke trenger å ha noe med penger å gjøre, og hva de er villig til å forandre i sitt liv for å bli friske. I mange tilfeller blir folk sure og slenger på røret. Da prøver vi heller neste på listen hvor jeg kan få noe gratis. Med en slik type innstilling er det minimal sjanse for helbredelse og fremgang.

Det samme gjelder i alle andre aspekter av livet. Man går til arbeidsgiveren og forlanger lønnsøkning uten å tenke gjennom at arbeidsgiveren betaler deg for den verdien du bringer inn til selskapet. Hva har du gjort for din bedrift som har øket dens inntjening det siste året? Først da er du i mine øyne kvalifisert for en lønnsforhøyelse.

Problemet er at vi er opplært til å kreve før vi gir. Først gir du meg mer lønn, så vil jeg kanskje yte mer... En viktig årsak til at jeg har kommet så nær alle mine mentorer, er at jeg først var villig å gi før jeg forventet å få noe. Jeg spør først: «Hva kan jeg hjelpe deg med?» Det jeg har fått igjen i livet mitt for denne type innstilling, er uvurderlig. Dette må ikke forveksles med hjelpersyndromet, som er en sykdom.

4: Latskap dreper muligheter

Latskap er den ultimate killeren som tar nuven av alle muligheter. Med latskap har du absolutt ingen sjanse – uansett om løsningen på alle dine problemer ligger foran dine føtter.

Det finnes ingen kur og ingen hjelp mot latskap. Det er noe som hver enkelt må ta fatt i selv. Det hjelper lite å få råd om å reise seg fra godstolen om man ikke gidder å reise seg.

Siden du har lest denne artikkelen så langt, er latskap sannsynligvis ikke ditt

problem! Om du har vært lat på vegne av din egen helse og fremtid, har du ikke gidder å benytte 79 kroner på Medium og langt ifra lest denne artikkelen så langt.

Jeg gratulerer deg siden du er en av de få! Dette er din styrke og din mulighet! Om du velger å tygge på det jeg har skrevet, og kanskje ta et par av rådene, samt søke hjelp, kan ditt liv se helt annerledes ut om et år!

Jeg håper du tilgir meg for å utbrodere ubehagelige temaer – men jeg gjør det av respekt og kjærlighet for deg og din sjel. Livet kan bli akkurat det du ønsker – selv om du ikke tror det pr. i dag.

Løsningen

For å overkomme de negative programmene trenger du i starten en god porsjon motivasjon, mot og disiplin. Problemet er at selv om du har alt dette, så vet du ikke hvor du finner løsningen på dine problemer og nøyaktig hva du trenger å endre for å komme i mål. Her er mine tips om hvordan finne løsningen på et hvilket som helst problem eller sykdom:

1. Ha en positiv og konstruktiv innstilling til at det finnes løsninger på dine problemer. Gjennom historien er det mange før deg med lignende type problemer som har løst dem. Med andre ord: *Det finnes en løsning – men jeg vet ennå ikke hva den er!*

2. Finn en lærer eller veileder som har masse erfaring og topp resultater med å løse dine typer problemer, og som kan hjelpe deg med å helbrede årsakene til at dette skjedde. Fokuset her er å helbrede årsakene og ikke symptomene. Ved å finne kvalifisert hjelp kan du spare mange år og mye penger og frustrasjon da du ikke trenger å finne ut løsningen selv, som ofte tar mye ressurser og tid.

3. Utvid din bevissthet slik at du forstår hva som er årsakene til problemet. En god lærer/veileder vil alltid ha fokus på å hjelpe deg med å forstå dette slik at det ikke skal gjenta seg videre. Hvis du ikke helbreder årsakene til problemet, vil de høyst sannsynlig komme igjen – ofte i en verre form. Årsaken til at så mange krefttyper kommer tilbake etter en tid, er at moderne medisin ikke gjør noe for å helbrede årsaken til at kreften oppsto. Våre klienter er gjennom mer enn 80 timer med trening for å hjelpe dem med å forstå hvorfor de har kommet til denne tilstanden i sitt liv, og hva som skal til for at de kommer ut av den. Da har de også en optimal sjanse til å helbrede sine problemer.

4. Vær villig til å gjøre alt det som er nødvendig for å løse dine problemer.

En halvhjertet innsats hjelper ikke. Gjør eksakt hva læreren/veilederen din anbefaler – han eller hun har stor erfaring om hva som skal til. Dette gjelder også om du ikke liker svarene du får!

5. Jobb på daglig basis med din selvtilitt og ditt selvbilde. Hvis du ikke har nok tro på deg selv og at løsningen finnes, hjelper selv ikke den beste lærer eller veileder! Jeg har laget et gratis treningsprogram for selvtilitt som virker. Du kan se treningen gratis på www.wanvig.no/selvtillit.

Mine egne resultater og flere hundre klienter og studenter de siste årene har overbevist meg om at dersom du bruker en dyktig lærer, veileder eller terapeut (i mitt tilfelle Walter Lübeck) og er villig til å gjøre jobben som må gjøres, finnes det en løsning på stort sett alle typer problemer og sykdommer!

Gratis videoseminar

Jeg har laget et gratis videoseminar for deg med tittelen «Hvorfor frykter vi forandringer som pesten?» hvor jeg går dypere inn i dette temaet og gir deg flere råd og tips. Du finner videoseminaret på www.wanvig.no.

Livet kan være godt å leve om vi velger det selv! Jeg ønsker deg lykke til på din vei mot helse, glede, lykke, et fortryllende liv og en sunn selvtilitt!

