

En serie på syv artikler av en forretningsmann og ingeniør som møtte veggen og måtte endre sitt meningsløse liv for å kunne leve videre:

# Fra sykdom og desperasjon til helse og lykke

1. chakra: Vitalitet, energi, angst, frykt, kamp og utbrenthet

## Om forfatteren



Pål-Esben Wanvig er 41 år gammel og bor og arbeider sammen med sin kone Maria i skønne Weserbergland i Tyskland, omgitt av et utall eldgamle kraftplasser som gir inspirasjon og kraft. Han er en profesjonell spirituell lærer og healer innen Rainbow Reiki, White Feather Sjamanisme, Lemurian Tantra, Reinkarnasjonsterapi og Tre-Stråle-Meditasjon.

Pål-Esben holder seminarer og driver med behandling og veiledning i mange land, deriblant Norge. Hans livsoppgave er å hjelpe mennesker til å få et lykkeligere, sunnere og mer tilfredsstillende liv. **Kontakt:** [post@wanvig.no](mailto:post@wanvig.no) og [www.wanvig.no](http://www.wanvig.no)

**Har du problemer med for lite energi, seksuell vitalitet og arbeidskapasitet? Har du vanskeligheter med å takle stress, press og autoriteter? Grubler du ofte på dine problemer og sorger? Er du redd for at du ikke vil overleve morgendagen økonomisk? Da er denne artikkelen midt i blinken for deg!**

Etter en kraftig burnout i begynnelsen av dette århundret, endret mitt liv seg totalt. Jeg levde i en tilværelse der jeg ofret alt for karrieren, og hvor familie, samliv, fritid,

venner, søvn og helse kom i andre rekke. Det måtte alvorlig sykdom til – der jeg nesten mistet livet – før jeg innså hvor meningsløst det var å leve slikt.

Overgangen fra å være sivilingeniør innen data og telematikk til å bli en profesjonell spirituell lærer og healer har vært en lang og spennende vei fra sykdom og desperasjon til helse og lykke. I denne artikkelserien ønsker jeg å dele noen av mine erfaringer og håper at dette kan gi deg ideer, motivasjon og håp.

Min vei har vært preget av tre hovedpilarer som ligger til grunn for all min fysiske, emosjonelle, mentale og spirituelle utvikling. Disse pilarene ligger også som fundament for all ekte spirituell utvikling:

**1. Bevissthet (consciousness):** For å kunne løse et problem må man først være bevisst på problemet.

**2. Selvansvar (self responsibility):** Å ta kontroll og ansvar for sitt eget liv og sine egne problemer.

**3. Kjærlighet (love):** Våre handlinger, motivasjon og avgjørelser baseres på kjærlighet.

*En mer omfattende beskrivelse av disse viktige pilarene for ekte spirituell utvikling finner du her: [www.wanvig.no/3pilarer](http://www.wanvig.no/3pilarer)*

## Undertrykt sjel

Det har vært en fantastisk reise der jeg gjennom praktisk erfaring har lært og erfart så fenomenalt mye. Sjelen min som var undertrykt i så mange år, er endelig satt fri, og muren rundt mitt hjerte smeltet

da min fortryllende kone Maria ble den viktigste delen av mitt liv. Uten henne ville jeg antageligvis ikke ha vært her i dag.

For å strukturere noen av mine viktigste erfaringer i disse artiklene vil jeg sette fokus rundt temaene til våre syv hovedchakraer. Kunnskap om chakraene kan hjelpe deg til å forstå deg selv bedre, ditt liv og din utvikling, samt gjøre det mulig å omgås deg selv på en mer harmonisk måte.

Chakraene er våre subtile energisentre. Ordet chakra er sanskrit (indisk) og betyr blant annet sirkel eller hjul. Chakraene har vært kjent i tradisjonell asiatisk medisin i flere tusen år og brukes for diagnose og behandling av problemer på det fysiske, emosjonelle og mentale plan.

Hvert chakra representerer og gjenspeiler forskjellige hovedtemaer i vårt liv. I overskriften ser du eksempler på temaer som har med det 1. chakra å gjøre: lite energi, burnoutsyndrom, problemer med å takle stress og autoriteter, frykt, kamp og flukt. I tillegg er det 1. chakraet relatert til bein, knokler, blod, blodårer, blodets vitalitet, tenner og binyrer, og det er plassert nederst på ryggsoylen mellom genitaliene og anus og stråler ned mot bakken.

**Her er noen eksempler på temaer for de andre chakraene som vil bli beskrevet i Medium fremover:**

2. chakra: seksualitet og livslyst
3. chakra: ego, makt og dominans
4. chakra: kjærlighet, romanse og familie
5. chakra: kommunikasjon, å uttrykke seg og karisma
6. chakra: å finne sin livsvei, intuisjon og clairvoyance
7. chakra: enhet og opplysthet

### Årsaken til problemet

Da jeg møtte min mentor og læremester Walter Lübeck for første gang i New York, ble jeg sjokkert over at han kunne «se» rett gjennom meg. Uten å ha truffet meg tidligere fortalte han de mest intime detaljer om mitt liv, hvem jeg var, og hvorfor jeg ble syk, bedre enn jeg selv kunne ha gjort det. I ettertid da jeg fikk lære hans hemmeligheter, viste det seg at en av metodene han brukte var aura-/chakralesing. Han hadde utviklet en unik metode der man kunne «lese» statusen til hver av chakraene i forhold til klientens problem. Ut ifra dette kan man på en oversiktlig måte finne ut grunnlaget og årsaken til et problem. I dag bruker jeg selv den samme metoden og er like overrasket hver gang over hvor treffsikker den er.

En av årsakene til at jeg møtte veggen så kraftig, var frykten for ikke å kunne overleve morgendagen økonomisk. Selv om jeg i mine «glansdager» var en rik mann materialistisk, men fattig innvendig, var ▶



frykten for ikke å ha nok penger neste dag like intens. Jeg kunne aldri nyte det jeg hadde – for man må jo yte nok før man kan nyte – en annet inngrodd preging som styrte meg. Det var aldri nok – jeg måtte hele tiden hige etter noe bedre.

I dag er jeg et levende bevis på at man ikke kan kjøpe lykke med penger. Jeg har aldri tjent mindre penger enn jeg gjør nå – og jeg har aldri vært mer lykkelig!

### Uten livsmot og energi

Alle mine klienter som har fysiske problemer, blir anbefalt å gå gjennom en grundig legesjekk. Selv om tradisjonell medisin har kommet langt de siste årene, er den fortsatt begrenset i vanskelige tilfeller som meg. Etter kollapsen var jeg gjennom de fleste to- eller trebokstavers tester og undersøkelser som var å oppdrive, samt et meget stort antall blodprøver. Og resultatet? De fant aldri noe feil med meg!

Jeg ble mer og mer desperat etter hver utredning. Jeg hadde feber som kom og gikk, hodepine og magesmerter og følte meg som en zombie uten livsmot og energi. Etter hver test håpet jeg at de skulle finne ut hva som var galt med meg. Legen min ble også oppgitt og skrev til slutt ut resept på psykofarmaka og sa at jeg skulle ta det med ro.

Ved hjelp av Walter Lübeck fant jeg en genial naturlege i Tyskland. Han fant Candida og andre skadelige soppkulturer i tarmsystemet som tappet meg for energi. Leveren var alvorlig syk – et av de viktigste organer for energiproduksjon – og nyrer og milt var ute av balanse. Han forklarte at mandlene mine (som ofte var opphovnet) stadig produserte streptokokker og stafylokoccker siden mitt immunsystem etter store mengder antibiotika ikke kunne produsere «motgift» mot streptokokkene. De gjenkjente dem ikke som «fiender». Han fant også flere resistente virus som førte til at kroppen min var i ulage. Jeg var over- eller hyperforsuret (pH-en i urinen var på rundt 5,5), forgiftet av kvikksølv og andre tungmetaller (amalgam i tennene) for å nevne noe av problemene han fant.

Hvorfor hadde ikke legene i Norge funnet ut av dette etter alle blodprøvene og undersøkelserne jeg hadde vært gjennom? Han smilte og sa at i tilfeller som meg er tradisjonell medisin begrenset. Med sine standardundersøkelser og blodprøver finner de ofte ingen ting. I tillegg blir man ofte møtt med arroganse om man kommer med problemer som ikke kan «måles» eller «sees». Kunsten er å se etter de rette tingene, ta de rette blodprøvene og gjøre de rette undersøkelsene. Etter 35 år har han hatt flere hundre tilfeller som meg og visste nøyaktig hva han skulle se etter.

### Her er mine råd til deg:

1. Gå gjennom listen over 1. chakra-temaer i starten av artikkelen, og finn ut hvilke problemer som du finner igjen i ditt liv. Gi hvert tema en karakter fra 1 til 10, der 10 betyr meget problematisk. Dette hjelper til med å bli *bevisst* på dine viktigste problemer, noe som er første steg i en healing-prosess.

2. Bestem deg for å ta ansvar for din situasjon (*selvansvar*), og bestem deg for å gjøre ditt beste for å finne en løsning, selv om alle medisiner har sagt et det ikke finnes noen løsning. Min erfaring er at det er løsningene for det meste om man bare bestemmer seg for å søke på de rette stedene. På Internett, Gule Sider og i litteraturen finnes det mange løsninger for de fleste problemer. Vi tror ofte at leger er allvitende – hva med å ta ansvar for din egen helse selv?

3. Som hjelp til å skape ressurser i ditt 1. chakra (fyll litt bensin på tanken) slik at det blir lettere for deg å gå i gang og lete etter løsninger, kan du bruke:

- healingsteiner: rubin, rød granat, hematitt, karneol og achat

- Bach blomsteressenser: Larch, Hornbeam, Mimulus, Rock Rose, Wild Rose, Olive og Gentian (maks 3 samtidig)

*Dette vil ikke løse dine problemer, men gi deg ressurser til å finne løsninger.*

4. Vårt 6. chakra/tredje øye er ansvarlig for å vise oss vår rette livsvei og hjelper oss med å finne ressursene vi trenger for å kunne gå vår rette livsvei (mer om dette i artikkel 6). Følgende steiner og essenser kan hjelpe deg til å finne egnet informasjon (ref. punkt nr. 2):

- healingsteiner: grønn fluoritt, ametyst, kvarts krystall og månestein

- Bach blomsteressenser: Clematis, Wild Oat, Scleranthus, Chestnut Bud og Cerato (maks 3 samtidig)

*Se [www.wanvig.no/medium1](http://www.wanvig.no/medium1) for beskrivelse av steinene og essensene samt tips om hvordan du bruker dem på en optimal måte.*

5. Om du har problemer med energimangel og slapphet, kan det være en god idé å se etter følgende: destruktive soppkulturer i tarmsystemet (Candida), hyperforsuring (lesetips: «pH-mirakelet» av Robert O. Young) og kvikksølv- og tungmetallforgiftning (amalgam). Er du belastet med stråling/elektrosmog? Sover du på springfjærmadrass? Har du mobiltelefon eller andre elektriske artikler på nattbordet? Har du høyspentlinjer, mobilmaster, WLAN eller DECT-telefoner i nærheten av deg? Drikk du nok vann (35 ml pr. kg kroppsvekt pr. dag)? Er vannkvaliteten god nok? Drikk du mye kaffe, svart te, cola eller vann med kullsyre? Lever du på junkfood eller biomat?

Alle disse faktorene er viktige for vår helsetilstand og helbredelse. Det er en av årsakene til at jeg bruker mye tid på dette på mine basisseminarer i Rainbow Reiki. Det skaper problemer om vi har en bensintank som lekker som en sil.

### Vårt energisystem

Første chakra er roten og fundamentet til vårt energisystem. Det er ansvarlig for å gi energi til resten av oss. Om roten er i ubalanse, kan dette føre til problemer i andre deler av vårt energisystem, som igjen kan resultere i et utall problemer og vanskeligheter. Første chakra er også en viktig energikilde for vårt 6. chakra/tredje øye, som blant annet er dirigenten i vårt energisystem. Uten en funksjonerende dirigent er det vanskelig for symfoniorkesteret å spille harmonisk.

I neste artikkel tar jeg for meg det 2. chakraet, som handler om erotikk, seksualitet, glede i livet, fleksibilitet, kreativitet og forhold til vår egen kropp.

Lykke til på veien mot bedre helse, glede og et fortryllende liv!

Ta gjerne kontakt med meg på e-post om du har forslag, kommentarer eller spørsmål. ■

