

Tidligere artikler i denne serien:

- Kunsten å skape et lykkelig parforhold (introduksjon) – Medium nr. 7/8-2010
- Kommunikasjon og respekt i parforholdet – Medium nr. 9-2010
- Hvorfor kommuniserer og handler du som du gjør med din partner? – Medium nr. 10-2010
- Nøkkelen til et lykkelig parforhold er å prioritere: Slik får du lidenskap og nærhet – Medium nr. 11-2010
- Erotikk og seksualitet i parforhold – Medium nr. 12-2010
- Skap et lykkelig parforhold: Delta i din partners liv – Medium nr. 1-2011
- Skap kompromisser! – Medium nr. 3-2011
- Sjalousi – en av de største utfordringene i mange parforhold – Medium nr. 4-2011
- Hemmeligheten bak mentoring – Kultivering av ditt parforhold – Medium nr. 5-2011

Alle tidligere artikler kan lastes ned gratis fra www.rainbowinstitutt.no

Det er mange misforståelser om hva sjelefamilie, sjelevenner og tvillingsjeler betyr. I denne artikkelen vil vi hjelpe deg med å forstå hva dette virkelig handler om, og gi deg ideer til hvordan du finner medlemmer av din sjelefamilie og forklare hvorfor dette er viktig for å skape et lykkelig og meningsfylt liv.

Kunsten å skape et lykkelig, kjærlig og langvarig parforhold

En praktisk artikkelserie med fokus på kjærlighet, parforhold og tantra for par og single. Par kan finne konkrete ideer til hvordan finne igjen lykken, samt hvordan forebygge problemer i parforholdet. Single kan lese om hvordan finne sin rette partner.

Artikkelserien passer godt for:

- **Alle par og single.**
- **Par som har problemer og ønsker å bli lykkelige igjen.**
- **Par som ønsker å forebygge fremtidige problemer.**
- **Single som ønsker hjelp til å finne sin rette partner.**



Dette er artikkelforfatterne

Pål-Esben Wanvig og Maria Jeanne Dompierre bor og arbeider sammen i Externsteine, som er en av de mest berømte kraftplassene i Europa. De er profesjonelle spirituelle lærere og healere innen Rainbow Reiki, White Feather Sjamanisme, Lemurian Tantra, Reinkarnasjonsterapi og Tre-Stråle-Meditasjon. Deres livsoppgave er å hjelpe mennesker å utvikle seg til å få et lykkeligere, sunnere og mer tilfredsstillende liv. De gir sin kunnskap og erfaring videre i kurs og utdannelser i flere land. De underviser på en slik

måte at deltagerne praktisk kan benytte sin nye kunnskap i sitt daglige liv på en enkel måte. For mer informasjon: tlf. 72 60 10 08, e-post: post@wanvig.eu
www.rainbowinstitutt.no

Slik finner du din tvillingsjel

Når vi veileder klienter, er sjelefamilie, sjelevenner og tvillingsjeler et av de sentrale temaene som vi møter ofte: *Hvordan finner jeg min sjelevenn? Hvordan finner jeg ut om min nåværende partner er min sjelevenn?*

De fleste har en dyp og indre lengsel etter å finne sin sjelevenn. Men siden mange ikke vet hva som karakteriserer en sjelevenn, er det vanskelig å vite hva man skal lete etter. Selv om man møter et nært medlem i sin sjelefamilie, vil man kanskje ikke gjenkjenne dette fordi man ikke vet hva man skal se etter.

Hva er vår sjelefamilie?

Stedet vår sjel eksisterer i mellom sine inkarnasjoner (liv på jorden), blir ofte kalt «lysriket». Der planlegger vi vår neste inkarnasjon (liv) sammen med våre venner og hjelpere. En sjel inkarnerer alltid sammen med disse vennene og helperne – aldri alene. Alle medlemmene av ditt «team» har en avtale mellom seg så alle hjelper hverandre med sine læretema og karma.

Denne gruppen kalles også din sjelefamilie. Du vil møte dem igjen i ditt liv her på jorden. De vil komme til deg i mange forskjellige former, som venner, familie, kolleger, lærere, barn, kjærester osv. De kan

også være din spirituelle lærer, terapeut og lignende. Dette betyr ikke at de trenger å være en del av din biologiske familie.

Hvordan gjenkjenne dem

Å møte et medlem fra din sjelefamilie er en intens og viktig erfaring som gir et dypt inntrykk. Tiden dere har sammen, kan være veldig kort – kanskje dere kun møtes én gang. Men dere kan også dele mange år sammen.

Sammen med et medlem fra din sjelefamilie har du en dyp forståelse uten at dere trenger å bruke mange ord. Selv om dere ikke har hatt kontakt på mange år, er det som tiden har stått stille når dere møtes igjen.

Medlemmer av din sjelefamilie vil være rundt deg hele livet. Men for å kunne være nær dem, må du følge din livsvei. Å følge sin livsvei betyr å leve sitt liv ifølge egne og ikke andre sine standarder, samt å akseptere hva du virkelig er og gjøre det som passer for deg, ikke hva andre forventer av deg.

Den rette livsvei

Når vi snakker om den rette livsvei, mener vi en *spirituell livsvei* og ikke en vei som er styrt av oppvekst, samfunn og ego. En

spirituell livsvei tar hensyn til alle delene av oss – både det fysiske, mentale og sjelelige. Den er en rød tråd som viser oss hvor vi kan vandre for å lære og erfare det vi er kommet for i dette livet.

Det er ganske enkelt å finne ut om du går på din rette spirituelle livsvei:

- Er du lykkelig med det livet du lever nå?
- Gleder du deg til å stå opp om morgenen og starte en ny dag?
- Føler du at livet ditt har mening og er meningsfylt?
- Føler du deg lykkelig og tilfreds sammen med din partner?
- Har du en jobb som er meningsfylt og tilfredsstillende som du gleder deg til hver dag?
- Føler du at du får brukt og uttrykt dine evner og talenter?
- Har du gode venner som er der også i vanskelige tider?

De fleste kan sette OK foran ett eller flere av disse punktene, mens andre gremmer seg over å lese listen. Uansett er det håp – *vi har alle en fri vilje og kan selv velge om vi vil forandre vårt liv.*

Et typisk tegn på at du ikke går på din



livsvei, er at du føler deg fremmed og ensom selv om du har mange venner og en stor familie rundt deg. En del av ditt hjerte er tomt, og du har en lengsel etter noe som er vanskelig å definere hva er. Jo nærmere du er din livsvei, desto flere medlemmer av din sjelefamilie vil være rundt deg.

Viktig å være nær sjelefamilien

Om din viktigste livsoppgave i dette livet var å bestige Mount Everest, ville det vært meningsløst å gjennomføre oppgaven alene. Du trenger et sterkt team som støtter deg, forstår deg og som du kan arbeide tett sammen med. Ditt team trenger blant annet spesialkunnskap om klatring, helse, utstyr, logistikk og styrke til å bære utstyret, samt praktisk erfaring med å klatre i høye fjell. Selv om din livsvei og dine livsoppgaver (læreoppgaver i dette livet) ikke er noe så drastisk som å klatre Mount Everest, er dette en modell på hvordan det fungerer. Kanskje du er i stand til å gjennomføre noen livsoppgaver i ditt liv uten din sjelefamilie, men utfordringene du møter, er mye større og vanskeligere. Du vil ha mye frustrasjon i ditt daglige liv, og det vil føles som om du sliter og kjemper hele tiden.

Du kan arbeide gjennom dine læretema og karma på en mye mer harmonisk og konstruktiv måte om du gjør dette sammen med ditt team – din sjelefamilie. Dette skaper også fundamentet for et lykkelig og meningsfylt liv.

En sjelevenn

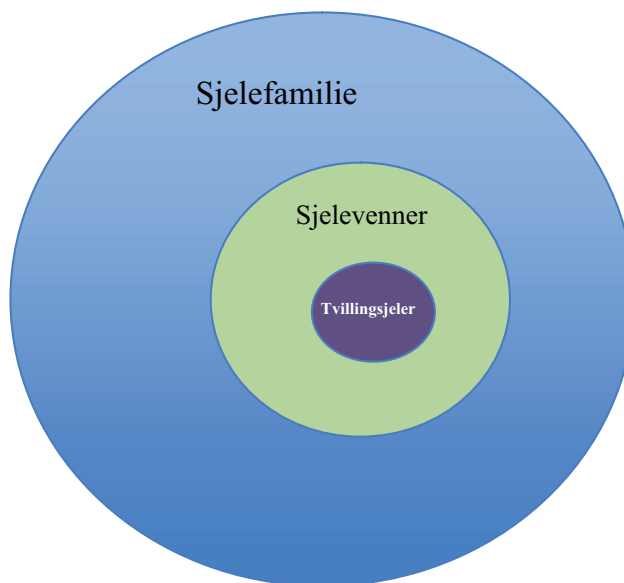
Om du følger din spirituelle livsvei og kommer nærmere din spirituelle visjon – selv om du kun gjør dette for et bestemt tidsrom – vil du møte dine sjelevenner. Det å dele dine drømmer og følelser med dine sjelevenner er enda bedre enn med din sjelefamilie, og forståelsen mellom dere er dypere.

Kanskje du lever i et parforhold sammen med et medlem i din sjelefamilie eller en sjelevenn der dere har det godt og lever mer eller mindre lykkelig sammen. Selv om dere har det godt sammen, føler du kanskje at det likevel er et eller annet som mangler, og at du er ikke helt tilfreds og lykkelig. Du mangler noe veldig viktig, en kjærlighet som du ikke kan definere eller forklare, noe du kun kan erfare sammen med en tvillingsjel.

Tvillingsjeler

De sjelene som er nærmeste deg i din sjelefamilie, kalles *tvillingsjeler*. For hver enkelt finnes det et stort antall tvillingsjeler.

For å gjenkjenne en tvillingsjel trenger du å ha akseptert den du er og din livsvei. Om du er langt borte fra din spirituelle livsvei, er det høyst sannsynlig at du ikke



vil gjenkjenne dine tvillingsjeler selv om de står rett foran deg.

Her er noen kjennetegn på en tvillingsjel:

- Du er nært emosjonell tilknyttet – du kan ofte lese den andres tanker og følelser selv om det er stor distanse mellom dere.
- Dere forstår hverandre på et dypt plan. Dere trenger få ord for å uttrykke dere for hverandre.
- Det er få misforståelser i kommunikasjonen mellom dere.
- Det ser ut som dere passer perfekt sammen.
- Det spiller ingen rolle hvor du er – om din tvillingsjel er til stede, er det fantastisk uansett hvor dere befinner dere.
- Din tvillingsjel deler alle gleder og sorger med deg uten å gi opp sine egne behov og personlighet.

Alle disse punktene har du kanskje erfart allerede med enkelte mennesker. Med en tvillingsjel erfarer du alle disse punktene konstant over et lengre tidsrom.

Du kan ha tvillingsjeler som er dine venner, kolleger, din familie og partner og lignende. Jo flere tvillingsjeler du har nær deg i de ulike delene av ditt liv, desto mer lykkelig og beriket vil ditt liv være. I stedet for å slite med læretema og erfare dem som problemer har du ressurser til å håndtere dem på en konstruktiv måte. Hver gang når du har lært noe nytt, vil du ta et nytt steg videre på din livsvei.

Om du klarer å skape et parforhold med en av dine tvillingsjeler, vil du kunne erfare det skjønneste og mest meningsfulle livet et menneske kan oppleve. Du vil ha den høyeste livskvaliteten, og sammen kan dere skape et paradisi i denne verdenen.

Her er hva du kan gjøre for å tiltrekke deg flere i din sjelefamilie:

- Finn ut hva som er din livsvei og ta en avgjørelse om å følge den. Du trenger kanskje hjelp til dette, så det kan være en god idé å finne en spirituell lærer som passer for deg.
- Om du er på leting etter din perfekte partner: Gå gjennom våre ni tidligere artikler som beskriver fundamentene for et spirituelt parforhold. Jobb med dine problematiske aspekter der du føler du trenger mer kunnskap og erfaring.
- Om du har en sterk følelse av hva din livsvei er, men ikke tør å følge den, er det en god idé å finne en terapeut, healer eller spirituell lærer som kan hjelpe til med å skape det lykkelige og meningsfulle livet du har kommet her for å leve.
- For å gjenkjenne sjelefamilien, sjelevenner og tvillingsjeler trenger du et klart sinn. Den mest effektive metoden for å skape et klart sinn er gjennom meditasjon. Det må være en meditasjonsform i ordets virkelige betydning for å *skape stillhet* i sinnet, som for eksempel zen, TM eller Tre-Stråle-Meditasjon, og ikke meditasjonsformer som guidede meditasjoner, drømmereiser og lignende som er ment som avslapningsøvelser.

Vi håper vår artikkelserie om kunsten å skape et kjærlig, lykkelig og meningsfylt parforhold har inspirert deg og gitt deg noen praktiske tips for ditt liv. For oss har det vært en stor glede å skrive, og vi er veldig takknemlige for alle de flotte tilbakemeldingene vi har fått. Vi håper at vår felles reise gjennom disse utfordrende temaene har vært givende for deg, og vi ønsker deg det aller beste i din søken etter et lykkelig liv! Du er hjertelig velkommen til å diskutere disse temaene med oss på vår blogg. ■