

Höfadderutskick nr.115



*”The best teachers are those
who show you where to look,
but don’t tell you what to see.”*

Alexandra K. Trenfor

Det etthundrafemtonde höfadderutskicket handlar om hästen **Funny**, som bor här under sommarhalvåret - och de hästar som omsorgsfullt plockar upp hennes minnestrådar.

Förra året fyllde Funny 30 år, och det ville hon gärna fira. Hon har alltid tyckt om kalas. Men så kom pandemin i vägen, så det fick bli ett trettioettårskalas istället. Och inte riktigt på rätt datum. Funny fyller år i början av sommaren, på Sveriges nationaldag för att vara exakt. Men hon ville hellre vänta med sitt firande, tills vi slutfört en del nödvändiga projekt på gården. Så att vi kunde fira med en viss belåtenhet.

Vi var kanske ett tjugotal människor som samlades under dagen. Arbetsuppgifter delades ut, för det var så Funny ville ha det. Först ger vi något; till en större helhet. *Vi ger av vår tid.* Lite som en påminnelse om det **Zintra** förklarade för ett tag sedan. När man föds in i detta livet tilldelas man två saker: en kropp, och en viss mängd tid.

När vi sedermera kliver ur tiden och lämnar kroppen, är det just dessa två saker vi inte längre kan behålla. Att ge av sin tid och använda sin kropp är således en mycket stor gåva.



Alldeles nyligen lyfte Funny ämnet om tid igen, i ett samtal med en av sina elever. Personen ifråga upplevde en stark inre stress, på gränsen till panik. Det var som om det fattades luft på något sätt, men det var svårt att beskriva. Enligt Funny fanns det en viktig tidsaspekt här. För det var som om människor i omgivningen krävde att få ta del av den här personens tid. Att ge av sin tid till någon, det är en sak, förklarade Funny. Men att ta någon annans tid - och att kräva att få göra det - det är någonting helt annat.

Därefter såg man en bild av flocken, som helhet. Det var inte längre bara Funny som höll i samtalstråden, utan det liknade mer ett hjul. Flera av hästarna förmedlade en bild av hur olika individer i flocken, vid olika tidpunkter i sina liv, uppnådde en slags fullbordan.

Det handlade inte nödvändigtvis om att man var som starkast, eller mest vital, rent fysiskt när detta hände. Det kunde lika gärna inträffa sent i livet, om det till exempel handlade om djupa, själsliga insikter. Det allra tydligaste i bilden var inte de personliga detaljerna, utan hur ljuset växlade. Ibland gav man plats åt någon annan, och backade upp den individens fullkomlighet. Vid en annan tidpunkt kunde det vara tvärtom.

Det väsentliga var flödet i växlingen. Hjulet, upprest, såg ut lite som ett pariserhjul - även om det också var mer som ett mångdimensionellt klot. Allting rörde sig i förhållande till vartannat. Och här fanns det mycket att lära för oss människor.

Vi kan inte hålla kvar varandras tid. I slutänden blir det omöjligt. Det snurrande hjulet handlade också om generationsväxlingar. Det påminde mig om de jordanska, hashemitiska hästarna och deras sju linjer. Den femte linjen; anpassning till nya omständigheter, tar upp det här ämnet. Förmågan att släppa taget om det man tillskansat sig och gjort till sitt. Allt vad man har lärt sig och erfarit, måste förr eller senare lämnas tillbaka till världen. Som den mest generösa av alla gåvor. Så att nästa generation kan föra historien vidare.

Om detta inte sker, uppstår stagnation. Man tillåts kanske inte att växa sig större än sitt ursprung. Om vi endast ser döden och åldrandet som ett oundvikligt slut, och ett smärtsamt förfall - då vill vi kanske inte släppa taget. Då försöker vi kanske hålla fast vid den andres tid. Och vi livnär oss på en framtid, som faktiskt inte tillhör oss.

Vers 50 i Tao te Ching, lyfter fram känslan i det här budskapet:

*"The master gives himself up
to whatever the moment brings.
He knows that he is going to die,
and he has nothing left to hold on to:
no illusions in his mind,
no resistance in his body.
He doesn't think about his actions;
they flow from the core of his being.
He holds nothing back from life;
therefore he is ready for death,
as a man is ready for sleep
after a good day's work."*

Vi konkurrerar om tiden. Människans hejdlösa förbrukande av planetens resurser blir en följd av detta. Vi stjälar andras tid och tränger oss före i kön, istället för att låta livet flöda igenom oss. Och när vi inte är beredda att ge av oss själva, kan vi aldrig få något tillbaka.

Jag kanske har berättat den här historien förut, men den hör ändå hemma här. Den handlar om kålrötter och drömmar om en annorlunda värld.

Och om en vän till mig, som för många år sedan (minst trettio) fick en plötslig insikt. Han hade suttit på ett möte med en byteshandelsring, som han just blivit medlem i. Och som vanligt, när det handlar om ekonomi - oavsett i vilken form - handlade det om vinster. Om vikten av att inte förlora, eller göra en dålig affär. Och om rättvisa.

Min vän, som var intresserad av odling, hade det här året fått en ovanligt fin skörd av kålrötter. Dessa nyskördade gåvor hade han med sig till mötet, samlade i en stor påse.

Hans röst i telefonen var så ivrig att det till en början var svårt att höra vad han sade. "Nu förstår jag", utropade han. "Det handlar inte alls om vad man får tillbaka. Det enda väsentliga är att ge allt man har, och sedan får man vänta och se vad som kommer till en."

Med denna nyvunna insikt hade han sedan delat ut alla sina kålrötter till mötesdeltagarna, som sett något förvånade ut över denna oväntade gåva. Det handlar om att ge allt man har, utan att förvänta sig något tillbaka. Det handlar inte om att låta sig utnyttjas, eller att utnyttja någon annan. Det skulle vara raka motsatsen.

Det finns de som menar att den största gåvan man kan ge till den här världen, är den egna närvaron. Ens egen tid och den person man är ämnad att vara. Den gåva man fått - en kropp och en viss mängd tid - är man ämnad att lämna vidare.

Respekt och vördnad. Två begrepp, som mänskligheten behöver definiera och fördjupa sin förståelse av, enligt många andra arter. Då först kan vi ta ansvar för vårt eget varande och fullborda vår tid här på jorden, innan vi lämnar över stafettpinnen till nästa generation.



I morse, när jag som vanligt försökte hitta korna, i den stora kuperade beteshage där de just nu befinner sig - hände något märkligt. Jag gick längs med ån, nere i dalen, för att se om de kanske stod och vilade längst in i trädningen där ån kröker sig. De var inte där, men istället fann jag någonting helt annat. En rörelse i vattnet.

Plötsligt var ån en "någon". Det var en så tydlig närvaro att jag först vände mig om för att se om någon hade följt efter. Men hur kunde denna någon anta en form, när själva vattnet i ån ständigt var nytt? Det var inget avgränsat, stillastående vatten. Var det kanske platsens ande, som gjorde sig påmind? Men vad är i så fall definitionen av en plats?

Frågan *vem är du*, blev ytterst relevant. Svaret kom som en omedelbar visshet. Det som möjligtvis var besjälats här, var *rörelsen*. Vattnet kom sedan, som ett uttryck för detta flöde. Vattenkroppen var utbytbar, men rörelsen bestod. Eller i alla fall möjligheten till rörelse.

Det var så extremt verkligt och påtagligt när det hände, samtidigt kämpade min logiska hjärna med att hinna ikapp abstraktionen.

Om essensen av ett varande är det allra första som uppstår, när kropp och själ smälter samman; så som gnistan till en personlighet. Då var det tydligt att den här ån var genuint vänlig, till sin karaktär. Nästan lågmäld i sin omtänksamhet.

Det blev viktigt att förmedla att den påverkan på omgivningen, som kunde ske om vattnet exempelvis svämmade över, eller torkade upp - inte var ett uttryck för åns personliga vilja. Ån är välvillig och mycket generös. Den vill inte ställa till med något.

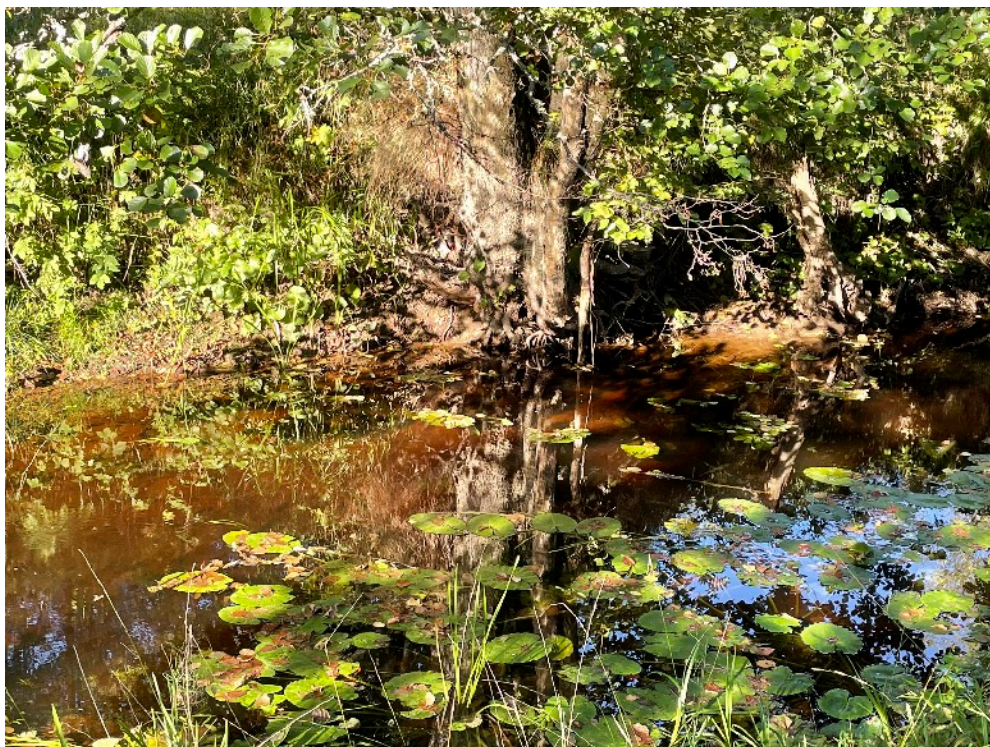
Jag tänker på vårfloden, och ibland de höga flödena på hösten, som i princip alltid drar med sig staketet som vi har satt upp längs med kanten. Vilket vansinne att ge ån ansvar för det skeendet, inser jag nu, och ber om ursäkt så gott det går.

Om ån inte kan ge omgivningen det, som den anpassat sig efter att få - då är det som om hela ån förvandlas till en bön om att det återigen skall upprättas en balans. *Ett besjälats flöde, som blir till en bön*. Det är något av det mest vördnadsfulla jag någonsin upplevt.

Är det så naturen fortlever? Det är kanske ingen naturlag, som gör att allt strävar efter någon slags grundläggande balans, där allt får plats att leva i samexistens. *Interbeing*. Jorden balanserar sig ständigt, genom en bön om välvillighet.

När jag står där bredvid ån och uppfylls av denna bön, minns jag också någonting annat. För tjugosju år sedan, när jag först flyttade hit, då var det exakt den här känslan som levde i mig. Innan jag kunde flytta in på Friskeröd bodde jag under en kortare period hos en vän, vars hus är beläget precis invid den här ån. Det var samma längtan, som skapade drömmen om den här platsen. Ett utrymme i världen, om än litet, där var och en skulle kunna leva i balans med sig själv och omgivningen - utan en skadlig, eller förminskande anpassning.

Kunde det ha varit så att vattnet ifrån den här ån passerade igenom mig - så att flödet av välvilja blev en del av mitt varande för en tillräckligt lång stund. En tillräckligt stor öppning i tiden, för att en sådan längtan skulle kunna manifesteras sig .. i en människa?



Samma genuina känsla av välvilja, genomsyrade också Funnys födelsedagskalas. Ifrån kökets öppna fönster kunde jag höra människor samtala med varandra - flera av dem hade aldrig mötts förut, och samtalen vidrörde en försiktig känsla av nyfikenhet. Det gick inte att höra orden. Men vänligheten gick det inte att ta miste på.

Ingen av oss som var där den dagen, hade någon som helst tanke på egen vinning. Ved staplades, en dörr byggdes, ladugården städades, staket lagades, vattenflottören rengjordes, logen röjdes, och i sadelkammaren hängdes grimmor och seltyg upp på sina platser. En liten groda tog sin in i köket och iakttog allt som skedde med en viss förundran. Hundvalpar, katter, grisar, höns och myskankor spatserade omkring. Och så Simon, givetvis. Angorageten, som lever helt och hållet på sina egna premisser.

Och hela tiden den där känslan; vilsamheten och kontinuiteten i åns flöde. En gård, eller en trädgård blir aldrig färdig. Det finns alltid något att göra. Och med en gång det är gjort, är det någonting annat som behöver göras om igen. Ingen idé att kämpa emot.

Bättre att stanna upp, ta en kopp kaffe och titta på alla miljoner små gula plommon som hänger i varje liten gren ovanför hängmattan. Eller doften av en och annan kaprifol, som dröjer sig kvar i sensommarvärmen. Färdig blir man ändå aldrig.

Det finns vissa grundläggande levnadsprinciper, menade Funny, som den moderna människan tycks ha glömt bort. Ämnet kom upp i ett samtal med en elev, som upplevde en viss kulturkrock i förhållande till minnen av en tidigare (och mycket annorlunda) kultur. I denna tidigare kultur förekom det många orättvisor. Så som stora klassklyftor, förtryck och korruption. Och som ett resultat av detta, samlades grupper med människor som kämpade för att bevara sådant som inte var direkt synligt. Grundläggande värderingar, meningsfullhet som inte fick gå förlorad. Dessa människor vägrade ägas av någonting annat än det de allra innerst inne stod för.

De här djupare värderingarna är kanske inte så synliga i det moderna samhälle vi nu lever i. Dessa forntida stridskonstnärer behövs inte här. När tillräckligt många människor har det tillräckligt bra, inträder möjligtvis en känsla av bekvämlighet - som påverkar samhället i stort. Det blir viktigare med pengar och andra materiella ting.

Vad finns det egentligen i våra liv, just nu, som är så viktigt att vi är beredda att dö för att bidra till att bevara det? Eller som stoet **Kimba** en gång uttryckte det; vad finns det i mitt liv, som är så viktigt att jag hellre dör levande, än att inte leva alls?

Kimba går i Funnys fotspår. Och som anfallare är hon kapabel att följa en elev, eller vän, till det allra djupaste mörkret - både inom och utombords. Hon räds ingenting.

Fokus och skärpa. Det har kännetecknat försvarande individer igenom alla tider, och över alla artgränser. Kimba, liksom människorna i Funnys berättelse, baserar sina värderingar på ett antal osynliga begrepp. Som oskrivna naturlagar. Värderingar, som fortlöper genom tid och rum. Även om de stundtals glöms bort, så försvinner de aldrig helt.

Kimba upplever en stor vördnad och självrespekt inför sin uppgift att stå upp för en slags universell jämlikhet. Allt som lever har ett värde i och med sin existens. Det värdet är både omätbart och exakt jämlikt, på samma gång. Det spelar ingen roll hur stor eller liten, ung eller gammal man är. Livsgnistan är likvärdig. Ovärderlig.

Allt som inte kan skydda sig självt är värt att bevara. Så beskrev Funny det i sin berättelse. De jordanska hästarna kallar det för vikten av att skydda den inre och yttre sårbarheten i ett samhälle - och inom varje enskild individ. Det raseri som kan krävas för att man skall vara modig nog att ge sitt beskydd (och sitt liv) åt de som inte kan skydda sig själva, har ingenting med känslan ilska att göra. Det är mer som en naturkraft. Det är heller inte något artbestämt. Det handlar om en instinkt att skydda och bevara livsrummet för alla tänkbara livsformer. Det kan gälla skogar, djur, människor, växter och vattendrag.

Bevara betyder inte heller att ingen förändring får ske. Det skulle med tiden innebära en stagnation av vitalkraften. Bevarandet handlar mer om att autonomi, självständigheten får ett utrymme. Så många djur och andra arter talar om hur allt som lever har en naturlig strävan mot självständighet. Vi rör oss ifrån skaparen, i lika stor grad som vi längtar tillbaka till vårt ursprung. Precis som en ung person strävar efter att frigöra sig ifrån sina föräldrar. Som om livet självt längtar efter att uttrycka sin särart, genom oss.

Det finns också en känsla av vördnad här. Man kan aldrig äga någon, vare sig en annan individ, eller en del av naturen. Men man kan bidra till att upprätthålla livsrum.



En annan osynlig värdering i Funnys historia, handlade om *att alltid låta den som talar få berätta färdigt*. Att tala till punkt. Att få lov att uttrycka sig till fullbordan.

Tussen, en annan av Funnys vänner - en livlig valack - har fördjupat detta begrepp. Tussen var en av de första som tog upp Mios minnestrådar, i det ögonblick han lämnade kroppen och klev ur tiden. Det är spännande att en så aktiv och rastlös häst som Tussen, talar om vikten av låta fullbordan ske i stillhet, genom *den empatiska blicken*. Ett tillstånd av empatisk närvaro, som inträder när man möter den andre i full närvaro och utan minsta spår av fördömande. Vid ett kurstillfälle gav han sina elever en övning i detta.

Han förtydligade att den empatiska blicken inte handlar om medlidande, tvärtom. Den är inte heller sympatisk, eller ivrigt påhejande. I första hand är den **tillåtande**.

Tillbaka till de jordanska hästarna. När de tolkar Mios principer lyfter de fram principen om tillåtande, som en av de allra mest grundläggande. *The creator created this creation by allowing it to be*. Att låta någon vara/existera. Att låta något vara - att låta det få vara som det är. Att inte kontrollera varandet. Skaparen skapade skapelsen genom att låta den vara. Att ge den andre utrymme att ta form, att blomma ut, att fullbordas - i ett fullständigt tillstånd av villkorlös kärlek och medkänsla.



Detta kräver också mod. Den empatiska blicken bidrar till att överbrygga vägen mellan individen och den större helheten. Indirekt påverkar den individens självbild. Den empatiska förnimmelsen bidrar till att man kan uppleva sig själv i sitt fulla ljus. Därmed skapas också en kontrast till hur man såg sig själv innan. På så vis väcks kanske en längtan mot någonting större, hos samtliga inblandade. En längtan som går både inåt, mot det egna jaget - och utåt, mot allt på samma gång.

Den empatiska blicken kan, utan ett enda ord, förändra ett helt möte.

I övningen, som Tussen gav oss den där morgonen, skulle vi gå en sträcka mellan två beteshagar. Och längs den vägen skulle vi stanna upp, gärna många gånger, för att möta växter och djur i omgivningen i ett sådant här empatiskt tillstånd. Genom att göra det, menade Tussen, kommer den andre att växa fram. Liksom jag själv, i mötet oss emellan.
Jag låter dig vara. Jag låter mig vara.



På vägen mellan hagarna möter jag grässtrån, stenar, insekter, kirskål, hallonsnår och ett gammalt äppelträd. Och jag förstår inte varför jag någonsin ägnar mig åt någonting annat än just detta? Att få lov att finnas i världen; vad kan vara större än det? Vad skulle kunna vara mer meningsfullt? Att låta någon tala till punkt. Att ge utrymme för fullbordan.



Bilden av en alldeles normal vardagssituation. En matlåda i mikrovågsugnen, samtidigt som man tittar på telefonen. Samtidigt som teven står på i bakgrunden. Samtidigt som man tänker på någonting helt annat. Det finns ingenting som talar till punkt här.

Att låta någon berätta färdigt handlar om att låta saker och ting klinga av, förklarade Funny. Låt oss säga att man bär in en hög med ved. Då går man inte vidare till nästa uppgift förrän den har talat färdigt. Det kanske tar ett par dagar.

Man påbörjar inte nästa uppgift förrän den tidigare har klingat av. Men man kan också ha parallella uppgifter pågående samtidigt. Att laga middag tar till exempel kortare tid än att måla huset. Man kan både äta middag och måla huset. Och för att göra det kan man ha delmål, som får lov att klinga av vart och ett för sig. Men om huset målas samtidigt som middagen lagas, är det inte längre någon som talar till punkt.

Man lassar in en massa saker som aldrig får processas, eftersom det blir alldeles för få tomrum. Det enda tomrummet blir sömnen, men det räcket inte. Sömnen är inte till för att vara istället för de här tomrummen, förtydligade Funny. Man kanske inte har tid med detta. Och i så fall finns det kanske saker som måste prioriteras bort. Men kvaliteten och närvaron i upplevelsen, gör att känslan av att inte hinna med kanske försvinner?

I den nutida människotillvaron finns det en risk att allt man gör talar i munnen på vartannat. Och då uppstår frustration. Den moderna människan är frustrerad. Vi lever i ett samhälle med så hög frustration, menade Funny. Att hålla många bollar i luften blir helt poänglöst om de inte är just bollar. Segment. Avgränsade, fullbordade enheter som cirklar kring varandra. Man kan hänga tvätt, och den får tala till punkt. Det kanske bara tar några minuter, eller sekunder. Men det kommer att betyda mycket för nästa sak man gör.

Det kan lätt bli så att man springer in med tvättkorgen, fylld med annat som inte har fått tala till punkt. Tillsammans med tvättkorgen har tankar på middagen, ett möte på jobbet, tio obesvarade sms och en och annan tv-serie åkt in. Till slut blir det fullt.

Att bevara minnen och kunskap, handlar inte om att dokumentera dem och stoppa undan dem i en låda. Detta var Funny tydlig med. *Att bevara är att omsätta i praktiken.*

Vilket förde henne vidare till nästa uttalade princip. Det är inte enkelt att hitta ord för något med hjälp av ett språk, som formats av en kultur som inte innehåller minnet av denna tankegång. Men kanske skulle man kunna beskriva det som *respekt för turordningen*.

Funny förmedlade en bild som liknade vänskap, utbyte av erfarenheter. Hur man kan utvidga jaget till att innefatta mer än en själv, och samtidigt bevara samtligas integritet. Respekt för turordningen. Inte respekt för någon form av hierarki, under- eller överordning.

Turordningen rör sig som ett vindformat flöde. Gräset böljar sig försiktigt, med en subtil exakthet. Man kan inte bara rycka loss ett grässtrå, och lyssna till en enskild berättelse.

Man kan göra det, men då går helheten förlorad.

Om jag kliver in i en skog, av ren nyfikenhet, för att lyssna på träden. Då kommer det träd som är först i turordningen att göra sig påmint - på ett eller annat sätt. Historien sprider sig sedan runt dungen. Det betyder inte att det första trädet är viktigast, eller det mest relevanta i sammanhanget. Men precis som vinden drar igenom gräset, så finns det en turordning. Alla dessa grässtrån kommer att påverkas av vinden, som en historia berättas varsamt och exakt. Följer man den berättelsen, blir den fullbordad/fullkomlig.

Följer man den inte, blir historien lösryckt. Lite på måfå och i stundens ingivelse, sätter man samman alla dessa fragment. Kanske gör man dem till sanningar.

Funnys råd till oss nutida människor var att i första hand ta emot dessa berättelser genom kroppen, hjärtat, förmågan till inlevelse. Precis som hon förmedlade till Scenstudions grundare, när de lite oroligt undrade över framtiden. *Bara ni går genom kroppen kommer det att gå bra.* Tid. Inlevelse. Vi behöver ta till oss innebörden av den naturliga turordningen. Annars blir vi sjuka. Samhället insjuknar. Och det vet man ju hur det är, påminde Funny, med svårt sjuka individer. Man måste gå varsamt fram.

Med stor medkänsla får man ta med sig sin människa ut i världen. Och långsamt, med ett steg i taget, utvidga medvetenheten om den väv som omger oss. Om det stora liv, som vi är en liten del av. *We carry inside us, the wonders we seek outside us.* Rumis ord.

Kanske är det empatiska tillståndet det vi innerst inne består av. Själens medvetande, som ser allting utan att döma. Den omedelbara konsekvensen av vårt handlade blir uppenbart, när jaget innefattar allt. Då upphör illviljan och alla idéer om personlig vinning.

Det gemensamma arbetet under dagen då Funny firade sin födelsedag, övergick under kvällen i ett knytkalas. Människor och djur delade på mat och dryck. Därefter sånger och ceremonier, ur olika kulturer och traditioner. Mot slutet fick vi möta vår egen längtan. Vad vill vi ha med oss framåt, och vad kan vi lämna bakom oss? Alla dessa människor, som samlats för att fira en liten ponny, som på olika sätt bidragit till att förändra våra liv. Det fanns en hoppfullhet i det, som inte liknade något annat. Kanske kan vi mötas, som art, i samexistens med resten av världen? Om vi övar, tålmodigt. Precis som Funny gång på gång lyssnar till våra berättelser. Så att vi varsamt vaknar; som ur en dröm, i en dröm.



Tack Funny