

Mødet med det feminine

Det var godt jeg ikke vidste, hvad jeg gik ind til, den dag kontakten til det feminine gik fra at være ubevidst til at være bevidst. Så havde jeg helt sikkert sagt tak, men nej-tak.

Jeg var inviteret til de andalusiske bjerge for at modtage undervisning af en lærer, jeg aldrig havde mødt, ej heller hørt om. Jeg var der udelukkende på grund af tillid til hende, der havde inviteret.

Jeg anede ikke, at kroppen kunne åbnes på den måde. Jeg anede heller ikke, at der sidder en latter i hofterne, som kan sætte kvinden mere fri, end jeg havde oplevet nogensinde før. Jeg anede ikke, at der var så meget liv indeni mig, når jeg vækkede den feminine energi. Måske anede jeg, eller rettere håbede, at der var så meget liv i mit underliv, men at det havde effekt på hele mit system overraskede mig, og det glædede mig i en sådan grad, at forundringen blev en stor del af oplevelsen. Som at opleve noget for første gang.

Men. Når man hele livet har været en pæn pige, skulle jeg også en tur forbi skammen for at tillade alt det liv indeni, og det på trods af at selve øvelserne var ganske uskyldige. Det var, hvad de fremkaldte i mig, der aktiverede skammen. Og frygten.

Det var fantastisk og frygtindgydende. Det føltes som om jeg fandt noget, jeg havde ledt efter altid.

Det var også sorgfyldt. At have ledt så længe efter noget, som viste sig at være lige der.

At have lidt og grædt, for selv om det lyder dramatisk, så var det præcis, hvad jeg havde gjort.

Jeg havde aldrig følt mig så let, så lattermild og så sexet. Så enkelt var det. Det var noget af en transformation. 5 dage med 5 andre kvinder i de andalusiske bjerge havde vist mig en side af mig selv, jeg aldrig før havde kendt.

Jeg havde fået kontakt til det feminine.



Det havde jeg – som beskrevet – prøvet før, men forskellen var, at denne gang, var der én som satte label på, så jeg forstod at dette var en energi, som jeg bevidst kunne arbejde med, og en måde at være i verden på.

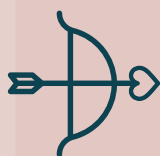
Den første bevidste label jeg fik sat på det feminine, handlede om tempoet. Jeg husker, at jeg sad på madrassen på fliserne med udsigt over vinmarkerne til den første session, og tænkte: "Hvis det skal gå så langsomt de næste 5 dage, dør jeg en langsom og stille død. Kom nu i gang!". Det var næsten pinefuldt at skulle dykke ind og ned i det ukendte, når jeg kom fra storby, travlhed og ting, der skulle gøres.

Det handlede selvfølgelig også om min usikkerhed og uvidenhed. Ikke at vide, hvad jeg havde sagt ja til. Det høje tempo og utålmodigheden er genkendelige skjold, som jeg sætter op, for ikke at skulle mærke utrygheden ved noget nyt.

Jeg smiler af mig selv nu, for jeg husker også min oplevelse og tanke på retreatets sidste dag.

For på samme madras med samme udsigt 5 dage senere sad jeg med den største tilfredshed og glæde i min krop, nærmest som var jeg en anden. Jeg var i kontakt med en nydelse så stor ved at sidde lige der og en fornemmelse af, at jeg ikke behøvede at gøre noget som helst resten af livet for at være glad. At jeg faktisk bare kunne sidde på den madras, nyde, og ikke havde lyst til andet.

Den næste bevidste label var det åbne hjerte. Overgivelsen, blødheden, blidheden og hengivelsen, der lå som en understrøm i alle øvelser. Selv om det føles som en floskel at beskrive det sådan, så var det kærlighed. Kærlighed i alt hvad jeg gjorde, sagde og var. Jeg følte, at jeg langsomt smeltede dag for dag. Jeg smeltede ind i mig selv og sammen med andre og med livet. Dette er netop nøglen. At smelte. Slippe skjold, bekymringer og kontrol, for at overgive sig til det, der allerede er og strømmer inden i.



Den mest overraskende, men også mest livsgivende, label jeg fik sat på, var kontakten til mine hofter og mit underliv. Jeg får varme kinder blot ved at skrive om det, for der er en grund til, at der har været så stille i det område. Det er igen historien om det ukendte, og om hvordan vi sætter forskellige former for beskyttelse og facader op overfor det, vi ikke kender. Og så er det historien om skam. En skam jeg ikke vidste boede i mig.

En aften efter mørkets frembrud mødtes vi i en cirkel på én af de mange smukke terrasser med udsigt. Månen stod højt på himlen og inviterede til at give os hen, så det gjorde vi. Vi dansede vores hofter og underliv frie. Det var ikke kun frisættende, det var også grænseoverskridende, men da jeg overgav mig til dansen og månen skete der noget. Jeg begyndte at grine. Jeg grinede, så jeg græd og følte mig mere fri, end jeg nogensinde havde gjort før. Jeg følte mig i live. Jeg følte min lyst. Der var ikke noget frækt eller spor sexet ved det, og det var måske den største læring den aften. At lysten ikke kræver andet end bevægelse. Det er ikke nødvendigt at være løssluppen, som en gammel, sippet tante måske ville kalde det. Det er ikke engang nødvendigt at føle sig fri. Det eneste, det kræver, er en åbenhed. En villighed til at udforske.

Den latter den aften under stjernerne, vil for altid stå som noget særligt. Det var så passende at stå der under månen i en cirkel af kvinder og tage livet ind. Noget i mine hofter blev sat fri den aften.

Måske netop derfor vækkede det også skammen, som havde ligget i dvale i mig i mange år. Døde hofter betød, at skammen kunne læne sig tilbage. For jeg var så pæn en pige – oven i købet én af de piger, som aldrig rigtigt havde forstået, hvad der egentlig var så fantastisk ved “det der sex”. Det var som en fest, jeg ikke var inviteret til. Det var nemmere blot at lukke af for den del, end at begynde at bede om en invitation. Havde jeg gjort det sidste, havde jeg nok mødt skammen tidligere. Nu mødte jeg den i et lokalt supermarked i en lille, hvid andalusisk bjergby.

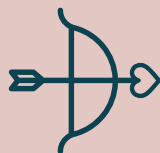
Fra det øjeblik vi trådte ud af bilen i den lille by, var det som om alt stoppede omkring os. Vi var magnetiske og alle – uden undtagelse – vendte blikkene mod os. Vi blev set, naturligt nok, sådan som vi strålede og lo, men det var ikke så vigtigt som den følelse indeni: følelsen af at være i live.

Da vi nåede den lille slagter-afdeling i supermarkedet, stillede vi os op og blot nød den smukke, spanske slagter med dybe, brune øjne og en usædvanlig pæn kropsbygning. Vi beundrede ham og var helt sikkert både fjantede og fjollede. Et øjeblik senere løftede han blikket og så direkte på mig. Verden stoppede. Jeg blev helt alene. Alle lyde om mig forsvandt. Og nej, dette er ikke begyndelsen på en romantisk ferieflirt og kærlighed ved første blik.

Det var alvor. Jeg stod som naglet til gulvet og så hørte jeg en stemme over min højre skulder. En dyb, rungende og dømmende stemme, som hvædede i mit øre: “Hvad bilder du dig ind?”. Jeg slog øjeblikkeligt øjnene ned. Alt liv forlod min krop, og da jeg langsomt vendte tilbage til supermarkedet, var de andre kvinder danset videre. Men jeg dansede ikke nogen steder. Jeg stod som naglet til gulvet af den skam, som netop havde overtaget hele min krop. Jeg var helt alene. Og fuldstændig kold indeni.

Der gik et øjeblik, før jeg forstod hvad det var, der havde ramt mig. At det var skam i sin reneste form. Uden at jeg helt forstod hvorfor, hvem og hvordan. Jeg forstod faktisk ingenting.

I dag forstår jeg. Jeg forstår, hvorfor mine hofter har været så stille og døde. Noget har gjort al det liv skamfuldt. Måske endda nogen. Men jeg ved stadig ikke hvem eller hvornår. Min lærer mente, at det måske var en skam, som var passeret ned gennem flere generationer af kvinder i min familie. Et overgreb, ikke på mig, ej heller på min mor, men måske min mormor eller oldemor. Det kan mit hoved på ingen måde kapere at forstå. Men den dag min lærer sagde det i en fortrolig session, i skyggen under et træ i de andalusiske bjerge, følte jeg dyb genkendelse – og medfølelse – i min krop. Det gav mening i mine celler.



Mere behøver jeg ikke at forstå, men jeg behøver at tage mig af den skam. For skam æder sjæle op. Skam adskiller os, når det vi længes mest efter, er forbindelse. Skam slukker alt levende. Det opdagede jeg den dag i supermarkedet og det vil for altid markere et før og et efter. For skam kan kun leve i mørket og i ensomheden. Når vi tager det ud i lyset og finder modet til at kigge på det, og endnu vigtigere deler det med andre, er vi allerede i gang med heling af de dybe sår, som skam er på vores sjæl.