

Våre ulike bevissthetsnivåer - Isberg analogien

Forestille deg landskapet rundt Nordpolen, der det dype blå havet brytes av isfjelltopper i alle størrelser som stikker opp gjennom overflaten. Du sitter i en liten båt og lar blikket gli over dette mektige landskapet. Bare spissen av isfjellet bryter vannflaten, mens det aller meste skjuler seg dypt under deg. Vi kan ane omrisset av isfjellet rett under vannflaten, men det som ligger i dypet – og om det kanskje er forbundet med andre isfjell – forblir usynlig fra vårt perspektiv i båten. Dette bildet kan hjelpe deg å forstå de ulike delene av ditt eget sinn og gi et klarere inntrykk av våre forskjellige bevissthetsnivåer. Isfjellmodellen brukes også i mange andre sammenhenger for å tydeliggjøre deler av en sak som er mer åpenbare enn andre.



The conscious mind – Vårt bevisste sinn

Toppen av isfjellet symboliserer den delen av oss som er bevisst.
Her finner vi alt vi føler, tenker og gjør med fullt nærvær – alt vi legger merke til i øyeblikket.

The subconscious mind – Vår underbevissthet

Under vannoverflaten finner vi underbevisstheten.
Lar vi blikket gli ned i vannet fra båten, kan vi så vidt ane konturene av isfjellet under overflaten.
Når vi bestemmer oss for å se bevisst på noe vi ikke har sett på før i eller rundt oss selv, kan vi oppdage noe vi ikke var bevisste på tidligere, men som blir bevisst når vi vender blikket dit.
Denne delen av sinnet kaller vi underbevisstheten.

The unconscious mind – Vårt ubevisste sinn

Dypt nede i havet ligger deler av isfjellet vi verken kan se eller ane, uansett hvor lenge vi stirrer ned i vannet.
For å utforske denne dypere strukturen trenger vi helt andre metoder.
Denne delen av sinnet vårt er fullstendig ubevisst.
Vi aner ikke hvilke følelser og tankemønstre som skjuler seg der.
Den største delen av kroppens funksjoner foregår også helt ubevisst – vi opplever ikke bevisst hvordan cellene i kroppen vår utfører arbeidet sitt eller hvordan de har det.
Først når vi møter symptomer – fysiske, emosjonelle eller mentale – kan vi bevisst oppfatte at noe ikke er helt som det skal. Emotion Code – Body Code – Belief Code-metoden sporer opp ubalanser i denne ubevisste delen av sinnet ditt og forløser disse ubalansene.

Collective unconscious mind – Samfunnets kollektive ubevissthet

Alle mennesker bærer med seg disse ulike lagene av bevissthet.
Tenk deg nå at noe av isen helt nederst i isfjellet begynner å smelte.
Da flyter denne delen av ditt ubevisste sinn inn i det som kan kalles den kollektive ubevisstheten – et felt av felles normer, overbevisninger og tidens paradigmer.
Når vi arbeider med den ubevisste delen av «ditt isfjell», vil du ikke bare oppleve forandring i ditt eget liv – du bidrar også til forandring i den kollektive bevisstheten.

Dette er potensialet som ligger i de tre kodene:
Healing the world by empowering you.