

**Björg Langnes var «superkvinne»
med sjefsstilling i byggebransjen:**

Nå kanaliserer hun med penn og papir

Björg Langnes mottar beskjeder fra åndeverden via penn og papir. Automatskrift kalles dette. Det er ikke en medfødt evne, men noe alle kan lære. Medium fikk være med Langnes på kurs.

:: Tekst og foto: Julie C. Høie, julie@mediumforlag.no





Kort fortalt er automatskrift kanalisering fra den andre siden. Dette kan skje på to måter, da automatskrift spanner fra å være ren inspirert skrift i den ene enden til skrift der armen og pennen «går av seg selv» i den andre. Det krever for de fleste en del trening for å lykkes med den førstnevnte automatskriften, men den er også noe alle kan lære, ifølge mediet Bjørg Langnes. Hun er blant dem som både jobber og underviser i dette.

– Med inspirert skrift mener jeg der den som skriver mottar kanaliseringen som ord i hodet sitt, men selv bevisst fører disse ordene i pennen, smiler Bjørg Langnes varmt.

Selv har hun god erfaring også med den andre varianten der hvor armen og pennen «går av seg selv».

– Det er min spesialitet. Du kan forklare det som at åndeverden benytter elektriske impulser som de via armen din sender ut som et skriftlig budskap. Når jeg skriver, så er det guiden min som skriver via meg, jeg er bare en kanal, forklarer Langnes, og legger til at det også er mulig å skrive en blanding av inspirert skrift og varianten med den «selvgående» pennen.

Alternativ yrkesvei

Foruten å kurse folk i hvordan de skal lykkes med automatskrift, har Bjørg Langnes



flere ben innen det alternative. Blant annet jobber hun som lærer i Lightning Process, som NLP-coach, life coach og Reiki Master, i tillegg til å være medium. Hennes vei inn i det alternative er en historie som alene verdte å fortelle.

For ti år siden var hun nemlig langt fra å jobbe med kanalisering fra den andre siden. På begynnelsen av 2000-tallet var hun snarere superkvinnen med sjefsstilling innenfor både byggebransjen og teknisk sektor og hadde et stort ansvar på jobben.

I likhet med mange som brenner luntene i begge ender, gikk hun på en alvorlig

smell. I 2002 fikk hun sin første langtids-sykemelding, men ingen fant ut hva som feilte henne. Sykdomshistorien deler hun åpenhjertig på sine nettsider, og hun har valgt å bruke den som en styrke.

– I min søken etter hjelp havnet jeg borti reiki-healing. Jeg ble overtalt til å gi det en sjanse, for jeg trodde ikke på healing, ler Bjørg lett.

Den første healing-timen ble ikke hva hun forventet seg, det ble snarere en vei som åpnet for et nytt kapittel i hennes liv. Hun begynte sin vandring inn i det alternative med det første kurset i reiki. Dette ►

gjenåpnet hennes evner som medium, som hun mener å ha blitt født med. Dette er en evne hun hevder vi alle er født med, men som de fleste av oss «glemmer» hvordan vi skal benytte.

– Jeg har i dag et bein i yrkeslivet også utenfor det alternative ved blant annet å holde ulike fagkurs i tillegg til kurs innen personlig utvikling og ledelse. Jeg er veldig opptatt av å hjelpe folk til selvhjelp via ulike metoder. Automatskrift er en av metodene.

Spente deltagere

De spente deltagerne på automatskrivekurset som Langnes holder, består av en blanding av de som allerede jobber i det alternative, og de som bare er nysgjerrige på det alternative. Bjørg står smilende

foran gruppen, og er rask med å legge prestasjonsstærken flat.

– Vi skal nå i gang med en øvelse som kalles inspirert skriving. Dere skal bare fokusere på hvilke ord som dukker opp i hodene deres og så skrive dem ned på arket. Noen av dere vil erfare at dere trenger mye trening, andre ikke, så bare senk skuldrene og la skje det som skjer, oppmuntrer hun, mens hun deler ut ark og penn til alle.

Musikk hjelper

Mens folk holder pennene i spenn, setter Langnes på en CD med meditasjonsmusikk. Musikk er alltid en god metode for å komme i riktig stemning for å motta budskap. Alle deltagerne sitter konsentrert med lukkede øyne og utfører den første øvelsen som Langnes instruerer dem i. Målet er

først å komme i en tanketom tilstand. Alles penner ligger i ro, før noen plutselig begynner å skrive ned ord.

– *Hvordan kan du vite at du ikke bare finner på det du skriver selv?*

– Jeg forsto at det ikke var meg selv det kom fra da det kom fremmedord jeg ikke skjønnte, og budskap om andre jeg verken kunne tolke eller hadde kjennskap til, men som så viste seg å stemme. Jeg opplevde også å få en annen håndskrift enn min egen. Dette er svært vanlig, legger hun til.

Fokuser på ordene

Når folk begynner med dette, kommer det først gjerne bare skriblerier, sirkler og uforståelige bokstaver før det forvandler seg til tydelige ord og setninger med mening. Automatskrift vil alltid være et produkt av den som skriften kommer gjennom, og i begynnelsen var penn og papir et naturlig arbeidsredskap når Langnes mottok sine budskap. I dag kan hun også jobbe på PC når hun mottar kanalisering fra sin guide.

På kurset er det kun penn som benyttes som arbeidsredskap foreløpig. Etter å ha pratet litt om hva deltakerne fikk ut av sin første øvelse, hvor noen kun fikk noen få ord mens andre fikk mange ord, leder Langnes dem videre. Neste øvelse handler om å prøve å la hånden gå av seg selv uten å

Reiki-healing

Reiki er en spirituell metode for healing som ble utviklet i Japan av buddhisten Mikao Usui. De som jobber med denne healing-metoden, er av en overbevisning om at de overfører den universelle energien i qi, som da overføres til pasienten via deres hender. Dette vil sette i gang en selvhaling hos pasienten. Reiki-behandlingene deles i tre ulike grader og to ulike retninger, en vestlig og en tradisjonell japansk Reiki. Vitenskapelige miljøer stiller seg skeptiske til om Reiki har noen effekt, blant annet fordi det ikke kan bevises at qi eksisterer.

Lightning Process

Det var den britiske osteopaten og NLP-terapeuten Phil Parker som i 2000 presenterte teknikkene bak systemet han har kalt The Lightning Process. Det handler enkelt forklart om hvordan hjernen påvirker oss. The Lightning Process er et system bestående av konkrete teknikker eller verktøy som hjelper oss til både å forstå og se sammenhengene mellom kropp og sinn.



fokusere på ordene i hodet.

– Bare la hånden leve sitt eget liv. Ikke vær redd for om det ikke kommer noe. Har du sittet en god stund og det ikke skjer noe med armen og pennen, legg merke til hvilke ord som kommer i hodet ditt og skriv ned disse, oppmuntrer Bjørg. For da kan det være at talentet ligger nærmest inspirert skrift på «skalaen» for automatskrift.

– Å starte med å skrive ordene kan over tid også føre til at pennen etter hvert går mer av seg selv, forsikrer hun de spørrende ansiktene.

Råd og vink fra ånde verden

Ved å benytte automatskrift kan du få veiledning, råd og vink, men mange søker også kontakt med dem som har gått bort.

– Når du først lykkes med automatskrift og budskapene kommer, er det veldig givende, sier Bjørg, som har begynt å jobbe med dette i stadig større skala.

Det er foreløpig et stykke igjen til kursdeltagerne denne dagen kan begynne å jobbe med automatskrift, men de er stadig like motivert som på den første øvelsen.

Den andre øvelsen er i gang, men pennene ligger i ro, helt til noen plutselig begynner å skrive i vill fart. Andre tegner rolige sirkelbeviser over arket. Når øvelsen avsluttes, sitter noen igjen med knapt en krusedull,

mens andre gleder seg over en full side med skribling.

Ulike talent

Bjørg underviser ofte med automatskrift på medium- og klarsynkursene hun holder, og det hender også noen ganger at hun bringer det inn som øvelse på mediumsirkler hun arrangerer.

– Jeg har også på trappene et eget kurs eller en workshop i automatskrift, avslører hun, og legger til at hun også skriver kanaliseringer på bestilling for de som ønsker det.

– Det hender også at jeg benytter dette som del av personlige veiledningstimer, skyter hun inn.

– De som kontakter meg for å få kanaliseringer, er ofte de som er åpne for at denne formen for kontakt med ånde verden er mulig. Det er ellers alle typer mennesker, men det er helt klart en overvekt av kvinner, men også noen menn, forteller Langnes, mens hun kikker på deltagerne ulike «meldinger».

Kanalisering fra flere

Hvem som står bak og kontakter henne fra ånde verden, er en annen historie. Her kan det variere hvem hun mottar kanaliseringene fra.

– Som regel er det en av mine guider som «fører pennen» på vegne av det jeg opplever å være guider, hjelpere eller avdøde slektninger og venner av den jeg skriver kanaliseringen til. En sjelden gang kan det være at en annen enn min guide fra ånde verden kommer inn og «fører pennen» selv, men det er ikke så vanlig.

Ikke alle kundegruppene hennes er like åpne for dette, så det er ikke noe hun benytter til alle.

Deltagerne på kurset Medium får være med på, er desidert av det åpne slaget – de ser ut til å like dette godt. Praten blir stadig mer ivrig mellom hver av øvelsene Bjørg fører dem inn i.

Den tredje og siste oppgaven er en fri øvelse for å se hva som faller mest naturlig for deltagerne av inspirert skrift og automatskrift hvor pennen går helt av seg selv.

Bjørg benytter imidlertid gjerne automatskrift også til egen nytte.

– Det er en god hjelp for å få innspill til meg selv, og jeg føler at ånde verden er veldig støttende. Min opplevelse og erfaring er at alle som ønsker det, kan lære å mestre en av disse variantene et sted på skalaen. Hvor den enkeltes talent ligger, er individuelt, og det ene er ikke bedre eller dårligere enn det andre, smiler hun til slutt. ■

InnerLife - en vei til åndelig oppvåkning!

SAMLIVSKURS for par 7 – 9. februar

GRATIS INTRO-HELG 8 – 9. mars

PÅSKE-RETREAT 17 – 20. april

SOMMER-RETREAT 1 – 6. august

VENDEPUNKTET 1-år, 25 – 28. oktober

LIVSVEILEDER-UTDANNING 2-år, 4 – 7. okt



Vendepunktet
Din vei til åndelig
oppvåkning!



Kursledere: Lisbeth Lind og Øivinn Øi

Les mer: WWW.aruna.no