

*Fra "UnLeashing Love" af JoAnne Dodgson  
"Embodying Beauty" – frit oversat*

At omfavne skønhed

Hvordan kan det være vi er nået dertil, hvor vi mener nogen mennesker er smukke og andre ikke?

Giver det virkelig mening, at badevægten, tøjstørrelsen og kalorietabellen har magten til at afgøre, om vi er værdige til kærlighed?

Hvad får os til at bruge utallige timer og kroner på at indfarve, modelere og skalere vores kroppe – igen og igen?

Hvorfor er skønheden i hvem vi er, blevet så svær at få øje på?

Moder jord har noget at sige om skønhed, som er frit for fordømmelse og ikke tynget af frygt. Ræve bekymrer sig ikke om størrelse på deres kroppe. Guldsmede er ikke frustrerede over bredden af deres vinger. Egetræer prøver ikke at ligne bøgetræer. Gribbene gemmer sig ikke bag en forestilling om, at de er noget andet end de er. Moder jord afslører sin skønhed ud fra en helhedsopfattelse, som fejrer den rige mangfoldighed i livets net.

Skønhed synger ud fra solnedgange og genlyder i vinden og regner ned fra månen og danser i havet og hvisker i vingerne og tuder med uglerne og spinder net med edderkopperne og hænger ud i duften af kaprifolier.

Skønhed råber fra bjergene og rumler med torden og sidder stille med firbenene og svæver med ørnene og skinner ud fra klipperne og summer med bierne og glitrer i det sprøde daggy.

Skønhed kommer til live i det frie, uhæmmede udtryk hvor vi er præcis den vi er. Skønheden er fejringen af det som er, en fest for livet i alle dets prægtige, mystiske, enestående former og fornemmelser og farver og formål og udtryk.

Moder jords overflod er en lokkende invitation til at åbne til vores egen naturlige skønhed. Skønheden findes i følelsen af hvem vi er, i essensen af vores livfuldhed, i erkendelsen af at være enestående. Sandheden om skønhed er overhovedet ikke viklet ind i sammenligninger og konkurrence. Ingen vindere og tabere. Ingen lidelse og opofrelse. Skønhed er simpelthen ikke særlig indviklet.

Skønheden er bare. Og bliver vibrerende af liv når der er accept i luften. Og eksisterer synligt i alle livsfasen, i vores forbindelser med hinanden, i den gensidige påskønnelse, inspiration og ærefrygt.

Husker du sidste gang du oplevede moder jords skønhed? Måske så du fuldmånen. Duftede til sommerregnen. Smagte på vilde bær. Indåndede frisk luft. Hørte frøernes kald midt om natten.

Kan du huske hvad du følte? Hvor fuld af skønhed du følte dig. Som det engelske ord – Beautifull – Beauti – smuk – full – fyldt – Fyldt af smuk!

Kan du huske hvor fyldt af skønhed du følte dig?

Skønhed genlyder i dig, og skaber bevægelser som ringe i vandet ud i verden, når du ærer andre væsner for at være præcis det som de er.

Skønhed skinner ud fra dit indre, når du helt enkelt er den du er, fyldt med klar bevidsthed og betingelsesløs kærlighed. Ikke noget med at gemme sig. Ikke noget med at lede et-eller-andet-fjernt-sted for en "officiel" godkendelse.

Så næste gang du skal til at se dig i spejlet for at se hvor meget skønhed du har, så ret i stedet din opmærksomhed på hvordan du har det indeni. Hvor som helst – og når som helst kan du fylde dig selv op ved at genkalde skønheden. Og du bliver omgående fyldt med skønhed (Beauti-full).

Du er naturligt smuk. Det er et valg, om hvor du retter din opmærksom hen og hvad du tillader dig selv at føle.

Skønhed trives med tolerance og frit selv-udtryk. Skønhed kommer til live når du naturligt er den du er, og elsker dig selv præcis som du er – her og nu. Føler skønheden. Er Kærligheden.