

Paradisets Port
- psykisk forvandling -

Paradiset Port. Psykisk forvandling.

af Tommy Falkeøje

© Copyright

Skriftet kan også fås som hardware ved at købe bogen på:

Forlaget Lynet 2021.

www.forlaget-lynet.dk

CVR nr. 26088798

Tlf: 4042 7554

lyn@forlaget-lynet.dk

ISBN 978-87-972921-1-2

Alle rettigheder forbeholdes.

Mekanisk, fotografisk eller anden gengivelse af denne bog eller dele deraf uden forfatterens skriftlige samtykke er forbudt ifølge gældende dansk lov om ophavsret. Undtaget herfra er korte uddrag til brug i anmeldelser.

Forord

Jeg har gennem 12 år i 1980'erne og 90'erne afholdt mange kurser i *Befri underbevidstheden*. Alle deltagerne var ofre for den europæiske opdragelse, propaganda og bevidsthedsindustri, sådan at de alle havde en splittet bevidsthed, hvor underlivet var projiceret udenfor *jeg*'et, sådan at de oplevede, at der her var noget, som de *havde*, men som de ikke *var*. Og de var også spaltet mellem deres højre og venstre side, sådan at de oplevede et *jeg* (den ene side), og også oplevede de andre eller en kæreste (den anden side), men hvor denne anden side altså var projiceret udenfor deres *jeg*, så de troede, at bevidstheden her ikke havde noget med dem selv at gøre, men at det var de andres eller kærestens bevidsthed.

Jeg kæmpede en lang sej kamp i håbet om, at jeg kunne få deltagerne til at indse, at de havde en stivnet og splittet bevidsthed, hvor store dele var undertrykt og projiceret ud på andre. Men det lykkedes aldrig for mig. Og til sidst opgav jeg.

I løbet af 90'erne opdagede og erkendte jeg, at der i vores kultur var kommet endnu en bevidsthedsspaltning, sådan at *jeg*'et nu befandt sig i hjernen, mens kroppen nu var blevet til noget fysisk eller materielt. Så i dag *er* man sin hjerne – og så *har* man en krop. Man oplever ikke længere, at kroppen har en bevidsthed. Jo, man føler en kropslig bevidsthed, hvor man kan mærke, om det *gør* ondt. Men at kroppen kan træffe beslutninger, vælge noget eller have sin egen *jeg*-bevidsthed oplever man ikke længere – og derfor kan man ikke forestille sig, at kroppen på den måde kan være bevidst.

Det er blevet meget lettere for magthaverne at styre og kontrollere befolkningen. Der er stadig en del grupper, som ikke fuldt ud er blevet ofre for den sidste bevidsthedsspaltning, og som mener, at de er vældig revolutionære, fordi de kun er stivnet i de to første bevidsthedsspaltninger. Der er også nogle få grupper, som kun er stivnet i den første bevidsthedsspaltning - og som opfatter sig mere revolutionære end dem, der er stivnet i både den første og den anden spaltning.

Jeg har haft meget svært ved at snakke med unge mennesker om det her, fordi de føler sig kritiseret, når jeg snakker om det. Men mit håb er, at der er flere og flere, som erkender, at de er ofre. Det er ikke deres skyld, at de har en delvis smadret bevidsthed. Og jo, enhver af os har dele

af bevidstheden, som vi klynger os til, og hvor vi stadig har værdighed og oplever en sandhed, vi gerne vil kæmpe for.

Det normale i vores samfund er, at man gennem opdragelse havner i en bevidsthedsmæssig labyrint, hvor man ikke kan finde udgangen. Som voksenalderen finder man så alligevel en slags udgang, men man fortsætter med følelserne fra labyrinten og leder stadig efter udgangen. Og derfor fortsætter man med sin gamle bevidsthed.

Udfordringen er så nu, at man skal slippe sin gamle bevidsthed – og i stedet finde ud af, hvordan vi skal ændre vores bevidsthed, så vi kan udvikle og forvandle os selv – og i fællesskab opbygge det familieliv og samfund, som vi gerne vil have.

Jeg har selv gået i terapi i over 35 år og arbejdet som terapeut i 12 år. Men jeg og andre terapeuter erkendte, at det, som vi lavede i 70-90'erne var forkert – og ikke gav den frigørelse, som troede og håbede på. Jeg har i de sidste 20 år revideret min opfattelse temmelig meget. Og jeg har især lært af andre kulturer – især gammel kinesisk kultur. Her er der meget dårligt, som jeg og vor tids kinesere tager afstand fra. Men der er også fantastisk meget godt, som jeg er helt sikker på, at vi bliver nødt til at lære, hvis vi vil frigøre og forvandle os.

Jeg har også skrevet bogen *Himlen på Jorden – revolutionær bevidsthed*. Det er en sociologisk og samfundskritisk bog, som giver en nødvendig forståelse for, hvordan fortiden har formet os, sådan at vi bliver i stand til at ændre fremtiden.

Nærværende bog handler så om det psykologiske og terapeutiske. Her bygger jeg ovenpå den første bog, sådan at jeg ikke behøver at gentage mig selv. Og her kommer jeg ind på det personlige.

Det er mit håb, at bogen kan fungere som et slags værktøj, som andre kan bruge til personlig befrielse, udvikling og forvandling. Jeg tror ikke, at man kan ændre sig selv ved at læse denne bog. Men hvis man kombinerer det med snak og handlinger i en lille gruppe af mennesker med tætte psykosociale relationer, kan det godt blive indgangen til en virkelighed, hvor vore håb og drømme kan realiseres.

Tommy Falkeøje
Efterår 2021

Indholdsfortegnelse

Blive hel	10
Polarisere sig og samle sig	12
Hvorfor er du polariseret – faktisk spaltet?	12
Samlings-energien	14
Enheds-energien	14
Hengivelses-energien	16
Modtager-energien	17
Terapi	18
Territorie-energien	21
Analyse-energien.....	21
Udlevelsens-energien	22
Skaber-energien.....	23
Organisation	23
Den europæiske kultur	25
Bevidsthedsspaltninger	25
Den første bevidsthedsspaltning	26
Undertrykkelse	28
Seksualitet	28
Slip den første bevidsthedsspaltning	30
Anarkisme og fascisme	30
Mandebevidsthed	32
Genvinde sin vilje.....	32
Hvordan slipper man en bevidsthedsspaltning?	33
Den anden bevidsthedsspaltning	33
Højre og venstreorienterede	35
Det socialdemokratiske Europa.....	35
Skjold	36
Psykiske oplevelser	37
Muskelspændinger	38
Fader Vor	39
Kultur revolutionen i 1970'erne.....	46
De venstreorienterede.....	47
Den tredje bevidsthedsspaltning	48

6-delt bevidsthed	49
Kroppen.....	55
Magt i samfundet	56
Hjerne og energilegeme.....	58
Politiske systemer	58
Naturligt fællesskab	68
Kæreste	70
Skifte energimønster	71
Fri energi.....	75
Naturlig kapitalisme	83
Naturlig socialisme	85
Den endelige revolution.....	86
Naturligt jordbrug	91
Naturligt fællesskab	92
Kvindefrigørelse	93
Mandefrigørelse	94
At polarisere sig	95
At samle sig.....	95
Livet og døden	115

Indledning

For nogle år siden var der på venstrefløjen nogle partier, som visualiserede at anderledes samfund, hvor der var menneskelighed og fællesskab. Men i de senere år har de store politiske partier i Folketinget kæmpet om sving-vælgerne – altså dem, der godt kan skifte mellem venstre- og højreorienteret politik. Og de har så delvis overtaget hinandens synspunkter; men først og fremmest har de undgået synspunkter, der ændrer noget grundlæggende, fordi disse sving-vælgere helst vil bevare det, som man har.

Det har så medført, at en del vælgere har skiftet til de yderliggående partier på de to fløje. Og disse partier har så også indstillet sig på kun at føre moderat politik, så mange vil tilslutte sig - og man kan blive et stort politisk parti.

De venstreorienterede partier, som tidligere var små, men som havde revolutionære programpunkter, er nu blevet store, men har overtaget midterpartierne politiske program. Og det har så medført, at unge mennesker i dag føler afmagt og håbløshed, fordi der ikke er nogle partier, der taler for et samfund med menneskelighed.

Måske er det derfor, at hver fjerde af de unge græder sig i søvn – og en tredjedel af dem tænker på selvmord. Den eneste måde at overleve på er så at spalte bevidstheden og fortrænge store dele af den, så man ikke mærker alt det ubehagelige. Men det giver også et liv, hvor man grundlæggende føler ensomhed, - har svært ved at mærke et *jeg*, - føler angst, - og hvor man hele tiden ligger på grænsen til en depression. Der er nemlig ingen steder, man kan gå hen og tilslutte sig et fællesskab, der kæmper for naturlig menneskelighed.

Jo da, vil mange mene. Der er faktisk mange grupper. Men det karakteristiske er, at de retter deres kamp mod politikerne – for at få dem til at ændre noget. Det, som der mangler, er grupper, hvor man i fællesskab skaber det nye. For det kan politikerne ikke. De er i virkeligheden lige så meget ofre for systemet.

Bevidstheden er nu spærret inde i en slags mental labyrint. Alle mulighederne forbliver indenfor systemets begrænsninger. Og her går det tydeligt i den forkerte retning. Men man kan ikke finde udgangen af labyrinten. For der er ingen udgang.

Men det *er* muligt at forvandle sin bevidsthed. Der skal bare ske noget andet. Vi skal genskabe ægte fællesskaber.

Til dig, som er ung, vil jeg gerne undskylde. Jeg har gemt mig og håbet på, at ærlighed og medmenneskelighed ville sejre, uden at jeg gjorde noget eller protesterede. Nu er det tydeligt, at alle eksisterende partier mere kæmper mod hinanden end for menneskeheden og kloden. Jeg har opført mig pænt og civiliseret. Jeg har talt med de gemene mennesker på en medfølelse måde i håb om at kunne overbevise dem om noget. Det er der ikke kommet noget ud af. Hvis vi skal redde os selv, hinanden og hele verden, bliver vi nødt til at bygge på os selv. Sådan har det altid været, hvis vi kigger i historiebøgerne. Det er ikke nyt. Men det er svært at påtage sig hele opgaven. En vanskelighed er, at vi gennem opdragelsen har fået skam og skyld, sådan at det er os selv, der har undertrykt os selv. Nu skal vi erkende, at vi er ofre. Det er ikke vores skyld, at vi er havnet her, hvor vi er. Vi behøver ikke skamme os. Vi kan tale frit med hinanden om alt det her – uden at bebrejde hinanden og os selv noget. Det bliver sikkert et langt sejt træk. Men der er ingen vej udenom. Hvis vi gør det rigtigt, kan vi undervejs både føle fremgang og have det sjovt. Vi skal tilgive alle dem, der har hængt fast i det gamle bevidstheds-system. De gjorde det så godt, de kunne. Hvis vi rækker dem en hånd og inviterer dem med på vores vej, vil mange af dem gerne følge os. Men vi skal også tilgive os selv. Det er det sværeste. Alle vore fejl og for-sømmelse. Alle vore mørke tanker. Had, hævn og trang til selv-destruktion. Lad os mødes med sårbarhed og åbenhed. Magthaverne har formået at splitte os i tusindvis af grupper, som kun kan se hinandens dårlige sider. Nu skal vi se de gode sider. Vi er alle forskellige. Vi ser alting fra forskellige synsvinkler. Men vi er gode nok, som vi er. Og vi kan kun udvikle os i en god retning, hvis vi går sammen og hjælper hinanden.

En mand fortalte mig engang en vittighed om, hvad forskellen var mellem socialisme og kristendom. Socialisme handler om: *Alt hvad der er dit, er også mit*. Kristendom handler om: *Alt hvad der er mit, er også dit*. Og så grinte han. Men det, vi står overfor, handler ikke om ejendomsret. Nogen mener, at man bare skal tænke brugsret i stedet for. Men det vi skal er at bruge os selv, og alt hvad vi har, til en proces, hvor vi bygger noget op, der er til gavn for vores lokale fællesskab. Selvfølgelig skal der også skabes en samfundsmæssig ”overbygning”, der kan koordinere det alt sammen. Men det skal starte med det lokale, inden der er noget at koordinere.

Det grundlæggende problem er, at mennesker i vores kultur er stivnet i et bevidsthedsmønster, hvor man er mere *inde* i bevidstheden end *ude* i verden. Det, som vi skal lære, er at kunne begge – og kunne skifte i løbet af en brøkdelen af et sekund. De fleste mennesker på jorden kan det. Og det er let at lære. Men det kommer ikke af sig selv.



Denne bog er en bevidsthedsmæssig nøgle, der kan åbne for, at vi kan noget mere og andet end det, vi længe har siddet fast i.

Bogen er en slags arbejdsredskab og instruktion i, hvordan vi kan skifte fra den nuværende individualisme og abstrakte tankegang – til en kollektiv og handlekraftig bevidsthed, hvor det, som vi snakker om, også er det, som vi gør. Og samtidig bliver det til en *vi*-bevidsthed, som egner sig til revolutionære handlinger, der kan forandre, forvandle og skabe det samfund og den verden, vi drømmer om, håber på, har visioner om og gerne vil skabe.

Der er en direkte sammenhæng mellem strukturen i vores bevidsthed og strukturen i samfundet. De skaber gensidigt hinanden. De fleste i dag tror, at vi skal bevare vores bevidsthedsstruktur, som den er – og så kæmpe for at ændre samfundet. Og man kan helt sikkert også opnå minimale forandringer. Men man fastholder dermed også strukturen i det nuværende samfund. Udfordringen er, at vi samtidig skal ændre både samfundsstrukturen og vores bevidsthedsstruktur. Og denne bog beskæftiger sig med det sidste – nemlig langsomt, men sikkert ændre strukturen i vores bevidsthed. Dermed vil vore aktioner også medføre, at vi langsomt, men sikkert vil ændre strukturen i samfundet.

Lære af gammel kinesisk visdom



I denne bog skal vi lære noget om bevidsthed. Og vi gør brug af gammel kinesisk visdom. Den bliver gennemgået i bogen *Himlen på Jorden. Revolutionær bevidsthed*. I den bog er det en overordnet sociologisk og teoretisk gennemgang. Den handler om vores fortid og fremtid, for det er nødvendigt at vide, hvorfra vi kommer, og hvad vi ønsker, der skal ske. Uden sådan en forståelse, famler man i blinde – og bogen giver en del eksempler på det.

I nærværende bog går vi så mere ind på det personlige. Her er der en psykologisk og terapeutisk analyse og vejledning. Formålet er, at vi skal lære, hvordan vi kan forvandle bevidstheden, så vi kan gennemføre de ændringer, som vi ønsker.

De små tegninger, der skal forestille et menneske, er gamle kinesiske symboler. Man ser personen forfra. Den kropsside, som man ser til venstre, er personens højre side – og den, man ser til højre, er så personens venstre side. Sort farve betyder høj elektrisk ladning på overfladen (kineserne brugte rød). Hvid farve betyder lav ladning (kineserne brugte gul eller gylden).

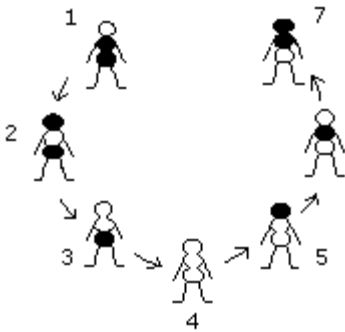
Blive hel

I Mellemøsten var der omkring år 0 en sammensmeltning mellem den græske og den jødiske kultur, sådan man i højre kropsside havde det græske energimønster og i venstre havde det jødiske energimønster.



De blev så projiceret op i hjernen, så man i venstre hjernehalvdel fik den græske bevidsthedsstruktur og i venstre fik den jødiske. På det græske universitet i Alexandria fandt man så på begreberne healing og terapi, hvor formålet var at forene de to sider energimønstre og få de to sæt bevidstheder til at blive til en fælles bevidsthed. Det mislykkedes totalt.

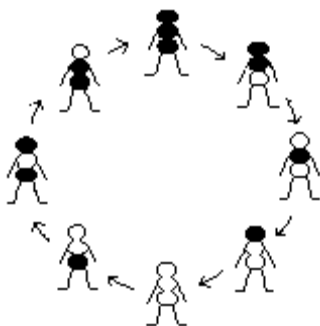
Det mest progressive var den Jesus-bevægelse, som opstod. Den medførte mange forskellige grupper. Én af dem blev til den kristne kirke, som fortsatte med ovennævnte dobbelte energimønster. Denne gruppe bestod primært af grækere, som naturligvis mest identificerede sig med højre side. Men så brugte de venstre side til en åndelig og spirituel bevidsthed og forestillede sig her en ny slags individuel sjæl. Denne kristne kirke har påvirket Europas kultur temmelig meget, så den kommer vi til at beskæftige os en del med.



En anden meget stor gruppe er senere blevet kaldet den gnostiske bevægelse. Den kombinerede den jødiske bevidsthed med den indiske bevidsthed. Det handler om en udviklingsvej, hvor man lærer de forskellige energimønstre og deres bevidstheder at kende. Nummer 2 og 6 på tegningen kendte man i forvejen, fordi de jo udgjorde det splittede energimønster, som man ellers var stivnet i. Nummer 2 var det græske

energimønster, som man havde i højre side. Og nummer 6 var det jødiske, som man havde i venstre side.

Her i bogen skal vi ikke gå tilbage til den tids problemer. Vi skal i stedet stræbet efter at forstå og udfolde alle energimønstrene og deres bevidstheder, og her kan vi lære meget fra gammel kinesisk kultur. Det handler om at udfolde sig med alle energimønstrene og tilhørende bevidstheder – nogle gange med et samlet energimønster i både højre og venstre side, og så oplevede man sig ”ude” i verden – andre gange med forskellige energimønstre i de to sider, og så oplevede man sig inde i tankerne.

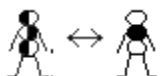


Kineserne havde flere forskellige ”skoler” med forskellige opfattelse af, hvordan man skulle bruge disse energimønstre og deres bevidstheder. Men der opstod 2 store skole, henholdsvis konfucianismen og taoismen. Konfucianismen gik ind for, at man skulle forstå alle energimønstres bevidstheder, men taoismen mente, at man bare skulle slappe af, fordi energimønstrene jo var medfødte evner.

Der kom dog en fælles forståelse for, at man i mange sociale situationer ville bevæge sig rundt i en cirkelproces, som det ses på tegningen.

Jeg har både med mig selv og med terapeutiske klienter samt i grupper arbejdet med de forskellige bevidstheder. Og jeg har nu adskillige års erfaringer i, hvordan man kan og bør bruge dem, hvis man ønsker frigørelse, forvandling samt opnå et godt familieliv og fællesskab.

Polarisere sig og samle sig



Man kan skifte mellem at polarisere sig og samle sig. De fleste europæere er altid polariseret – og har faktisk en spaltet bevidsthed. Men det vender vi tilbage til senere.

Når man er polariseret, er man indadvendt, idet den ene side kigger på den anden. Man kan godt projicere den ene side ud, sådan at man har et *jeg* i den ene side, som kigger på bevidstheden i den anden side, som modtager impulser via sanserne. Den samlede oplevelse er, at *jeg*'et kigger udad. Men hvis man kender oplevelsen, når man samler sig, ved man godt, at man med en polariseret bevidsthed oplever den ydre verden spekulativt. Og sammenlignet med den samlede bevidsthed, ser man med den polariserede bevidsthed verden mere 2-dimensionalt.

Når man samler sig, opdager man, at man har et *jeg*, der ikke er i hjernen, men er i kroppen. Og dette *jeg* kan beslutte, vælge og foretage bevidste handlinger.

I de fleste tilfælde vil bevidstheden i hjernen og bevidstheden i kroppen smelte sammen til et fælles *jeg*, men der kan også opstå situationer, hvor man klart oplever, at det kropslige *jeg* agerer hurtigere end det hjernemæssige *jeg*.

Hvis man er polariseret men ikke total spaltet – og kommer ud for noget farlig, sker der en ”kundalini” rejsning – kalder man det. I løbet af en brøkdelen af et sekund skifter man fra polariseret til samlet bevidsthed med høj ladning over alt. Og så opfører man sig som et vildt dyr.

Hvorfor er du polariseret – faktisk spaltet?

Jeg husker, hvordan jeg som far til 3 børn troede, at jeg kunne hjælpe dem, så de ikke blev spaltet i en fastlåst polarisation. Men påvirkningen fra hele samfundet var *for* massiv. Og mine børn havnede i sammen

bevidsthedsmønster som alle andre børn her i vores kultur. Jeg var også selv spaltet, da jeg var ung. Det er ikke noget, som man ønsker at være. Hvorfor sker det?



De fleste voksne - ens mor og far samt andre familiemedlemmer og pædagoger er alle stivnet i det europæiske energimønster. Dels opfører de sig polariseret. De har et *jeg* i den ene kropsside, som kigger på bevidstheden i den anden kropsside, som de projicerer ud på andre, når de snakker med andre. I bedste fald identificerer ens mor sig med sin venstre side – og ens far med højre side. Og så får bliver man påvirket til at indtage 2 bevidstheder. Men fra fødslen af kan man ikke lade være med at skifte rundt mellem alle energimønstrene. Nogle gange er man samlet og skifter man mellem 8 energimønstre:



Andre gange er man polariseret, og så kan man indtage alle 8 energimønstre i hver side. Her er vist nogle eksempler:



Når alle de voksne altid er polariseret og kun indtager 2 energimønstre, kan man ikke undgå at føle, at man er anderledes. Man trænger desperat til at få med- og modspil til alle energimønstrene, men får det kun til 2 af dem. Det giver en følelse af, at man er født forkert, eller at man er alene sammen med nogle mærkelige væsner, der kun er delvis levende.

Vestlige psykologer mener, at et nyfødt barn kun har en flydende bevidsthed. Barnet skal opdage sine hænder og får så en bevidsthed om hænder. Barnet skal opdage sine forældres ansigter og får så en bevidsthed om det. Og i takt med at barnet opdager mere og mere, dannes barnets bevidsthed.

De fleste jordmødre ved godt, at barnet fødes med en bevidsthed. Men ellers er den almindelige opfattelse i vores samfund, at barnets bevidsthed er som en tom sæk, som skal fyldes med bevidsthed.

Man kan have 8 energimønstre i hver kropsside, og tilsammen kan man have 64 forskellige energimønstre. De giver 64 forskellige bevidsthedsstrukturer i hjernen. Men de giver også 64 forskellige oplevelser af et selvbevidst *jeg*.

Lad os tage en runde gennem de 8 energimønstre og relatere dem til børn og børneopdragelse.

Samlings-energien



De fleste mødre kan det her. De fleste mænd har svært ved det, men kan godt lære det. Børnene kan det helt naturligt. Man får hele tiden nogle følelser. Og hele tiden sætter man så ord på sine følelser. Det fungerer kun, når man er sammen med en anden – og kun, hvis man er interesseret i at dele følelser og tanker med vedkommende. Vi tager et eksempel med barn og mor: (B) Se mor, der er en fugl. (M) Ja, nu kigger den på os. (B) Og nu hopper den. (M) Ja, den hopper; den går ikke. (B) Så, nu flyver den. (M) Den skal nok hen til de andre fugle. (B) Jeg kan godt lide fugle. (M) Det kan jeg også. (B) De er så søde. Og sådan fortsætter snakken. Der er ingen pauser. Man fortsætter, indtil man bliver træt. Eller indtil der er anledning til at skifte til et andet energimønster. Man kan skifte til et hvilket som helst andet energimønster. Men pædagogisk bør man sørge for, at barnet i det mindste ikke hele tiden fortsætter med modtager-energien, men gerne skifter til:

Enheds-energien



Her forsvinder tanker, og nu dominerer følelserne. Når der er lav energi i hoved og underliv, betyder det ikke, at de er uden energi. Så der kan godt være både tanker og dyrisk handlekraft; men kun på et lavt energiniveau. Enheds-energien giver en bevidsthed om at mærke sig selv i forhold til omgivelserne og andre mennesker. Det er en medfødt evne, så børnene kan sagtens. I vores kultur har kvinder også traditionelt lært at bruge energimønstret. De fleste mænd er opdraget til ikke at bruge det. Men når de kommer i desperate situationer, kan de sagtens. For det er jo en medfødt evne. Børnene bruger det spontant. De griner og græder samt skrider og råber, når de kommer ud for ekstreme situationer. Hvis der er gode sociale relationer i familien, kan børn også bruge det på en mere stille måde, hvor man bare udtrykker sine følelser. Problemet i vores kultur er imidlertid, at det ikke er tilladt at udtrykke følelser – med mindre man udtrykker de samme følelser som den, der dominerer.

Traditionelt er det moderen, der det meste af tiden befinder sig i enheds-energien, og som udtrykker følelser hele tiden. Og det karakteristiske er,

at vi har haft og har en massiv kvindeundertrykkelse, sådan at kvinder ude i samfundslivet skal opføre sig som mænd, og at de så føler hjemmet som et fristed, hvor de kan dominere.

Hvis man befinder sig meget i enheds-energien projicerer man energimønstret ud på hjemmet. Den høje ladning i brystet bliver så bevidsthedsmæssigt til boligen, mens de lave ladninger i hoved og underliv bliver til det, der er udenfor boligen. Og alt inde i boligen bliver så til en følelse, hvor der ikke kan være indre modsætninger. Det betyder, at moderen mener, at alle i familien har de samme følelser. Og hvis barn eller mand føler anderledes, irettesætter hun dem, som om de har følt forkert. Der skal være sammenhæng i følelsen. Hvis der flyder noget på gulvet, føler hun det som et problem; og hun kan kun genoprette den sammenhængende følelse ved at rydde op.

I forhold til børn kan hun ikke klare, hvis et barn har en anden følelse end den eller dem, hun selv har. Så begynder hun at irettesætte barnet, indtil barnet til sidst giver op og i det mindste lader som om at have den samme følelse.

Den gode brug af enheds-energi går ud på, at enhver af os frit udtrykker vore følelser. Og her er ”kunststykket”, at andre ikke skal kommentere, kritisere eller på anden måde irettesætte. Når barnet udtrykker en følelse, skal man blot lytte efter - og gerne vise, at man har opfattet, hvad barnet føler. Der er ikke brug for nogen snak om det. Alle har ret til at føle det, som man føler.

Når man først har indarbejdet det som en naturlig social udfoldelse – og altså vænnet sig til at alle udtrykker følelser, bliver det befriende og rart at være sammen. Så når du siger noget, som jeg synes er noget vrøvl, siger jeg spontant, at det er noget vrøvl. Og det kommenterer du ikke, man opfatter bare, at jeg synes, at det var noget vrøvl. Du kan selvfølgelig også udtrykke dine følelser. Så når jeg siger, at det var noget vrøvl, får du måske en følelse af, at jeg er nærtagende. Og så kan du udtrykke en følelse om det. Det kan så være at du siger: Ha-ha eller noget andet. Men du bør kommentere, kritisere eller argumentere. Det hele handler om, at det er godt at være i enheds-energien, hvor vi udtrykker følelser frit – uden at vi straks skal skifte til et andet energimønster og begynde at analysere og argumentere.

Børnene kan sagtens. Og voksne kan også, hvis vi bare tør. Jeg oplevede det i begyndelsen af 70'erne, hvor jeg ofte besøgte et lesbisk kollektiv. Vi sad rundt om sofabordet og snakkede. Og så sagde én noget, hvorefter en anden sagde, at det var noget værre vrøvl. Og det blev accepteret, sådan at den del af snakken sluttede. Og bagefter fortsatte snakken om andre emner, uden at der var kommet nogen dårlig stemning.

Når et barn udtrykker en følelse, skal man ikke kommentere. Man må gerne selv udtrykke en følelse. Selvfølgelig kan man skifte energimønster, så der sker noget helt andet. Men i de fleste tilfælde skal man bare lytte til hinandens følelsesudtryk

I forhold til børnene er det også nødvendigt, at de voksne demonstrerer det, når de voksne snakker sammen. Hvis man synes, at nogen udtrykker en tåbelig følelse, kan man nøjes med at smile eller bare sige nå-ja.

Man gider jo ikke bare blive ved med at udtrykke følelser, så derfor får man trang til også at udtrykke tanker. Her i Europa er vi opdraget til kun at have enheds-energien og analyse-energien – og derfor skifter de fleste over til analyse-energien, hvor man begynder at argumentere. Men det er dårligt, når man lige har været i enheds-energien. Det er betydelig mere konstruktivt at skifte til:

Hengivelses-energien



De lave ladninger i underliv og bryst medfører, at man ikke forfølger sin egen vilje eller lyst. Man er i højere grad tilskuer.

Man får heller ikke trang til at argumentere, for det kræver, at man skifter til analyse-energien, hvor der er høj ladning i hoved og i underliv, som så giver to adskilte bevidsthedspoler i hjernen, som er forudsætningen for, at man kan argumentere.

I hengivelses-energien føler man intet ansvar og ingen trang til at gøre noget. Men man får nogle tanker. Hvis man har udtrykt sine følelser frit i enheds-energien, er det måske disse følelser, som nu omsætter sig i ord. Men det er langt fra sikkert, at der er energi til at udtrykke ordene. Det bliver ofte bare til sætninger, som man har inde i hovedet.

Hvis man ikke har udtrykt sine følelser frit i enheds-energien, kan man her i hengivelses-energien få en tanke som gentager sig i det uendelige

oppe i hovedet. Og man kan let få hovedpine. Man kan også få hysteriske anfald, hvor man siger en hel masse, hvor der hverken er hoved eller hale i det, man siger. Og der kan være selvbefrejdelse. Og man kan få trang til at lægge sig under dynen i timevis.



Det kan være særlig grelt, hvis man er polariseret i for eksempel territorie-hengivelses-energien – og klynger sig til højre sides bevidsthed og forsøger at fortrænge venstre side. Så er man på vej til at få en psykisk lidelse, hvor man er i kløerne på psykiaterne og medicinal-industrien.

Hengivelses-energien handler grundlæggende om evnen til kærlighed til andre end sig selv. Man har trang til at følge andre. Og man ser sig selv som en slags tjener for andre. Man er parat til at ofre sig for andre.

Hvis man er med i et fællesskab, hvor det altid er mig, der skal følge andre, forvandler følelsen sig til afmagt og afstandtagen. Den gode følelse opstår kun, hvis det er gensidigt, sådan at andre i ens fællesskab også ind imellem indtager hengivelses-energien. Så det er dem, der følger mig.

I forhold til børn og unge – hvor der har været problemer med det her – skal man systematisk som forælder, pædagog og lærer skifte mellem hengivelses-energien og det modsatte energimønster, som er udlevelsens-energien. I hengivelses-energien er man én, der følger. I udlevelsens-energien er man én, der fører an og forventer, at andre følger – eller i det mindste tilpasser sig. Når barnet eller den unge opdager, at den voksne halvdelen af tiden tilpasser sig og følger, vil barnet eller den unge også acceptere, at den voksne halvdelen af tiden fører an. Man skal ikke forsøge at forklare eller begrunde noget. Man skal bare nogle gange føre an og andre gange følge.

Modtager-energien



Hvis man har udlevet samlings-energien, enheds-energien og hengivelses-energien og så overgår til modtager-energien, sker der en forvandling af ens bevidsthed.

Det sker jævnlige for børn. I en periode opfører de sig på én måde. Og så i løbet af nogle dage skifter de til at opføre sig anderledes. Man antager,

at de har gennemlevet nogle processer, der har givet dem nye erfaringer, sådan at de nu ser anderledes på alting. Efter sådan et skift opfører de sig igen på samme måde gennem lang tid. Og så sker der igen en forvandling af deres bevidsthed. Sådanne skift sker mest, når de er små; men det fortsætter helt op til, at de bliver voksne. I vores kultur er det så normen, at der ikke sker flere skift. Man beholder den voksne bevidsthed resten af livet. Selvfølgelig bliver man klogere og erfaringer hen i løbet af sit voksenliv, og så får man da også små ændringer i sin bevidsthed; men det er små. Og den grundlæggende bevidsthedsstruktur ændrer sig ikke.

Sådan var det også for mig, indtil jeg blev omkring de 40 år. Men i de følgende 30 år har jeg været igennem al slags terapi. Og i de år skete det samme for mig, som der sker for børn, at jeg i en periode opfører mig på en bestemt måde – men så via terapien ændrer mig – hvorefter jeg så i en lang periode opfører mig på en ny måde osv. Jeg har været igennem sådan 5-10 små og store skift. Og hver gang er det ikke kun min måde at opføre sig på, der er ændret. Det er også min kropsholdning, mine tanker, følelsen af mig selv mm. Hver gang var det, som om mit gamle jeg døde, og jeg blev genfødt med en anden bevidsthed.

Jeg har studeret fremmede kulturer og ved, at sådanne skift er helt normalt og selvfølgelig. Det er især i vores kultur, at det ikke sker.

Terapi

Vi skal lige se på de terapeutiske metoder, som florerede i 1970-90'erne. Hvordan fungerede de? Hvad var godt – og hvad var dårligt? Og hvis vi skal lære af erfaringerne – er det så nødvendigt med terapi? Kan vi voksne ikke bare gøre ligesom børnene?

De psykiske problemer opstår som en proces gennem flere trin. Først er der en eller flere sociale situationer, hvor man ikke bare kan udfolde sig frit. Man prøver sikkert på det; men andres magt er for stor, så man underordner sig. Og det sker oppe i hjernen, hvor ens bevidstheds stivner. Næste trin er, at man indskrænker sit åndedræt, fordi man begrænser sig, sådan at man ikke har brug for lige så meget ilt som tidligere, hvor man havde en større udfoldelse. De dele af sig selv og de muskler, som man så ikke bruger helt frit mere – er også der, hvor der ikke kommer lige så meget ilt som tidligere. Det medfører, at musklerne her begynder at blive

overspændte eller underspændte. Man snakker om, at der i disse muskler sætter sig en gestalt eller en undertrykt følelse. Man kan altid diskutere, om denne følelse befinder sig i musklen eller i hjernen. Men der går nervetråde mellem musklen og hjernen, så bevidsthedsmæssigt sidder følelsen både i musklen og hjernen. Oplevelsesmæssigt mærker man det i musklen. Og hvis musklen vækkes mere til live, får man oplevelsen af den eller de situationer, der startede de psykiske problemer.

En overspænding giver en hård og øm muskel. En underspænding giver en slatten og livløs muskel.

I perioden 1970-90 var der 3 slags terapier: kropsterapi, psykoterapi og åndedrætsterapi. Kropsterapierne handlede om at bruge eller behandle musklerne, så der kom mere liv i dem. Man antog så, at åndedrættet ville blive større. Og så ville man komme i kontakt med de indespærrede gestalter eller følelser. Og fordi man ikke længere var udsat for undertrykkelse, kunne man nu befri sig selv – og forvandle sin bevidsthed.

Psykoterapien gik ud på, at man via samtale eller rollespil skulle komme i kontakt med den eller de situationer, som havde startet ens problemer. Og fordi man ikke var undertrykt mere, kunne man nu frigøre sig – og så kunne man slippe de over- og underspændte muskler og få et større åndedræt.



Både kropsterapeuter og psykoterapeuter var godt klar over, at de psykisk syge – og hele samfundet mere eller mindre – var havnet i et splittet energimønster. Man brugte højre side som et slags skjold mod andre og mod samfundet. Og i venstre side havde man så et indre *jeg*, der gemte sig i brystet omkring hjertet. Og så forestillede man sig, at terapien ville forene de to sider, sådan at man kunne blive *hel* - og få gang i alle muskler på en fri måde.

Det knob dog med at få klienterne eller patienterne til at få et større og frit åndedræt. Og derfor opstod åndedrætsterapi. Der var flere forskellige teknikker. Men fælles for dem var, at man forestillede sig, at man skulle starte en terapi lektion med at få et større åndedræt. Og fordi den psykisk syge ikke længere var undertrykt, mente man, at vedkommende nu ville tillade sig selv at få ilt ind i de over- og underspændte muskler, så de ville blive frie. Og så ville man i forlængelse heraf opleve, at ens

bevidsthed ikke længere hang fast i de oprindelige sociale processer, der havde medført undertrykkelsen.



Undervejs i disse år blev det klart for de mere professionelle terapeuter, at det ikke var nok, at man bare antog, at man endte op som mere *hel*. Man blev nødt til – allerede fra start – at blive bevidst om, hvad det var for en bevidsthed, der rummede ens problemer, og især hvad der var for en bevidsthed, som man gerne ville havne i. Udtrykt på en anden måde: Man skulle være bevidst om processen.



Dengang var der nemlig mange, som gik meget i terapi og også oplevede, at de blev mere *hel*, men det varede bare nogle måneder, inden man igen havde i det bevidsthedsmønster, som man troede, at man skulle befri sig for.

Sagen var, at man dengang intet vidste om energimønstrene. Men i dag ved vi, at de alle er gode. De giver alle sammen en konstruktiv bevidsthed. Problemet er, hvis man stivnet i et energimønster, sådan at man altid bruger det i alle situationer. Så går det galt.

Et andet problem dengang var, at man lavede individuel terapi, fordi man troede, at der var noget galt med hjernen, musklerne og åndedrættet. Men det største problem var, at der var noget galt med familien, gruppen, arbejdspladsen, fællesskabet. For alle problemerne opstod jo socialt.

Så derfor vil vi vende tilbage til en gennemgang af energimønstrene. Vi har allerede gennemgået de 4 energimønstre, hvor der er lav ladning i underlivet. De bliver traditionel kaldt for de kvindelige energier. Men man kunne også kalde dem for de modtagende energier. Nu skal vi se på de 4 energimønstre, hvor der er høj ladning i underlivet. De bliver traditionelt kaldt for de mandlige energier. Men man kunne også kalde dem for de givende energier.

De kvindelige energimønstre har været i fokus i terapi. Og langt de fleste, der gik i terapi, var kvinder. De mandlige energimønstre var dengang i fokus på managementkurser, og her var det mest mænd, der deltog. Kvinderne ”arbejdede” med de kvindelige energimønstre. Mændene ”arbejdede” med de mandlige energimønstre.

Territorie-energien



Når man indtager dette energimønster, opstår der to psykiske territorier i ens tanker og følelser. I begge oplevelser mærker man sit dyriske *jeg* tydeligst. Men så oplever man også en primærgruppe og en sekundærgruppe. Primærgruppen udgøres af 2-10 personer, og det kan være den nære familie eller en arbejdsgruppe eller en lille gruppe venner. Sekundærgruppen kan være landsbyfællesskabet, fodboldklubben, ens politiske parti eller den forening, som man er meget aktiv i. I ens bevidsthed er det konkrete mennesker, som man oplever.

Fænomenet *vilje* knytter sig til territorie-energien. Det er en dyrisk eller kropslig bevidsthed. I dag benytter man ofte ordet vilje til noget andet. Og det skyldes, at stort set alle europæer fortrænger det dyriske i sig selv.

Hvis man har haft en proces med de modtagende (kvindelige) energimønstre, hvor man har været igennem samlings-energien, enheds-energien, hengivelses-energien og er blevet forvandlet i modtager-energien, opstår der så her i territorie-energien en ny *vilje* i underlivet, som så via nervetrådene også giver en bevidsthed i hjernen.

Man kan godt mærke, at der er noget nyt, som man vil. Men det svarer til at man gerne vil gå en tur, men ikke kan finde ud af andet end at tage nogle tilfældige første skridt. Det, som man vil, handler altid om at ville noget i enten primærgruppen eller sekundærgruppen. Og når man har mærket grundig efter, skifter man til:

Analyse-energien



Det, som man mærker i underlivet, omsætter sig nu til nogle tanker i hovedet. Man bliver bevidst om, hvad man vil. Her i Europa, hvor man er opdraget til at fortrænge det dyriske i underlivet, klynger man sig til hovedets bevidsthed. Og så mener man, at det er andre primitive mennesker, der oplever det dyriske i sig selv. Så den bevidsthed, som man har i underlivet, er projiceret ud på andre. Disse andre kan være kriminelle eller uintelligent idioter. Det kan også være mennesker fra andre kulturer, som jo alle sammen er meget eller mindre dyriske – ifølge europæisk tankegang.

Når en europæer så skal finde ud af, hvad han eller hun vil, kører tankerne rundt i hovedet. Men man finder egentlig aldrig af noget. Det er mest forvirring. Og så vælger man måske noget, som ikke er helt gakk-gak. Når europæerne så sidder sammen og skal finde ud af, hvad de vil i fællesskab, opstår der alle mulige analyser, forklaringer, teorier og planer. Men det er alt sammen fantasier og forhåbninger.

Det konstruktive er, at enhver får bevidsthed (hoved) om, hvilken vilje (underliv) man *selv* har – og at man så kommunikere det til andre. Det vil sikkert vise sig, at alle har forskellige viljer, og at man ikke kan blive enige om noget. Men det skal man heller ikke. Det progressive er, at man så overgår til:

Udlevelsens-energien



Her slipper man sine tanker om, hvad man vil – og begynder at koordinere sig med andre i sin primær og/eller sekundærgruppe.

Man har med analyse-energien fortalt de andre, hvad man vil. Og nu oplever de, at man gør det, som man har sagt, at man gerne vil. Men fordi man allerede i territorie-energien knytter sig til ens primær og sekundærgruppe, slipper man her i udlevelsens-energien sine tanker (hoved). Nu handler det om, at man socialt og arbejdsmæssigt finder ud af, hvordan man kan få det, som man selv vil, til at passe sammen med det, som de andre vil. Det er ikke noget, som man kan snakke sig til eller beslutte. Det er noget, som opstå hen ad vejen. Det handler om, hvad jeg kan gøre for dig, så du lykkes med dit. Og hvad du kan gøre for mig, så jeg lykkes med mit.

Det ender som oftest med, at man tilpasser sig hinanden. Men det medfører også, at man ikke bare bygger på sine egne kræfter, men også har gavn af det, som de andre er i gang med. Og når det lykkes, yder man også gerne en indsats til noget af det, som ingen egentlig vil, men som er nødvendigt, hvis noget skal lykkes.

Det er vigtigt at forstå, at man koordinerer sig via praktiske handlinger. Hvis man forsøger at beslutte noget, er man tilbage i analyse-energien, hvor man samtidig fortrænger underlivets vilje. Og så hænger man fast i den europæiske organisationsmodel med intriger og magtkampe.

Skaber-energien



Når de forskellige mennesker i ens primær- eller sekundærgruppe har koordineret sig med hinanden og udført det, som man vil, ender det jo med, at man har skabt noget nyt. Alle de involverede er glade. Man får lyst til at holde en fest og fejre det, der er lykkedes. Hvis nogen forsøger at fortælle eller skrive ned, hvad det er, som man har opnået, vil man opdage, at der er stor uenighed. For alle ser det ud fra deres egen synsvinkel, som har sit fundament i den vilje, som man oprindeligt havde.

Man kan godt snakke om, hvad man har opnået. Man skal bare være klar over, at alle oplever det forskelligt.

Organisation

Progressive organisationer og virksomheder har i de sidste 30 år gennemført en organisationsmæssig udvikling – svarende til det, der lige er gennemgået. I familier og foreninger samt i stat og kommuner hænger man stadig fast i det gamle europæiske energi-mønster, hvor man bruger analyse-energien til det organisatoriske og enheds-energien til personalepleje.



Territorie-energien. På det personlige plan viser det sig, at cirka en fjerdedel af os går mest op i, hvordan vores oprindelige vilje kan påvirke vore fællesskaber. Denne fjerdedel går meget op i poesi, teater, musik, sang, former og farver og al anden kunstnerisk udfoldelse. De mener, at det er ”kultur”, der gør os til mennesker. Og her er provokationer og overraskelser en del af udfoldelsen.

Sagen er, at territorie-energien ganske vist har den dyriske vilje (underliv) som den tydeligste energi, men bevidsthedsmæssigt er det mere bevidstheden fra bryst og hoved, der dominerer. Og det handler om det organisatoriske, kulturelle og gruppe-identitet.



Analyse-energien. En anden fjerdedel af os går meget op i, at vi skal være bevidste om, hvad vi gør. Det handler især om, hvordan vi forholder os til det omkringliggende samfund. Rent praktisk handler det om at forstå noget om økonomi, skattevæsen, myndigheder mm. - men også om, hvordan vi bruger og påvirker, hvad der ellers sker omkring os.

Analyse-energien giver to bevidsthedspoler i hjernen, sådan at vi hele tiden har to tanker samtidig. Den ene kan være ens *jeg*, mens den anden så er det, man tænker på. Hvis man er polariseret, kan man have sit jeg i den ene kropsside og ene hjernehalvdel, og så kan man i den anden side have analyse-energien to bevidsthedspoler, hvor man så har 2 emner, som man kan analysere.



Udlevelsens-energien. Så er der en tredje fjerdedel af os, der bare går i gang – og mener, at det er de praktiske handlinger og fysiske resultater, der er alt afgørende for, om vore individuelle og fælles projekter lykkes.

Her handler det ikke om at beslutte noget eller blive enige. Her går det ud på at koordinere sig med hinanden i praksis.



Skaber-energien. Og endelig er der en fjerde fjerdedel af os, der har fokus på, om vi alle fungerer godt i vores sociale fællesskab, sådan at der er plads til forskellighed og omsorg for den enkelte.

Man kan faktisk inddele mennesker i ovennævnte 4 typer. Ideelt skal vi selvfølgelig beherske alle 4 energimønstre. Men der er en tendens til, at enhver af os mest fokuserer på én af de 4.

Mens de 4 ”mandlige” energimønstre således handler om noget gruppe-mæssigt eller organisatorisk, er de 4 ”kvindelige” energimønstre mere personlige og individuelle.

Men indenfor kirken eller andre religiøse fællesskaber udgør de en slags åndelige organisation.



Samlings-energien. I den arabiske forestilling er vi mennesker (hoved og bryst) en slags overbygning på noget fælles gud-dommeligt (underliv). Vore kroppe er Allahs templer.



Enheds-energien. I den kristne kirke styrer Gud i Himlen (hoved), mens Satan (underliv) styrer på Jorden.



Hengivelses-energien. I Indisk tankegang er kroppen en inkarnation af fortidens processer frem til ens fødsel. Og man har derfor et ”karma”, der styrer ens handlinger.



Modtager-energien. Her oplever man, at vi først og fremmest modtager den energi, der får os til at leve. Og at vi er afhængige af den, sådan at den både giver muligheder, men også begrænsninger for, hvad vi kan på lang sigt. Hvis vi modarbejder denne energi, vil det altid gå galt.

Den europæiske kultur



Her i Europa – men også hos Demokraterne i USA – er vi stivnet i analyse-enheds-energien. I højre side er der det gamle græske energimønster. Og i venstre side er der det gamle jødiske. Koblingen af de to sæt bevidstheder skete i Palæstina et par hundrede år før år 0, fordi der kom store folkevandringer af grækere, der bosatte sig blandt jøderne, sådan at halvdelen af befolkningen var grækere og halvdelen var jøder.

Dengang og stadig i dag blandt terapeuter er der bestræbelser for at samle de to sider til en sammenhængende bevidsthed.

Hos de europæiske filosoffer er der derimod meget udviklede filosofier om, hvordan vores bevidsthed er. Og når de snakker eller skriver om det, kan vi mærke, at de har ret. Og så tror mange af os, at det er biologisk naturligt. Man tror, at sådan er bevidstheden. Man ved godt, at den er anderledes i andre kulturer. Men det er bare, fordi de de er underudviklede – tænker de fleste.

Bevidsthedsspaltninger

Den meget opdelte bevidsthed giver nogle modsætninger, som vi ikke kan holde ud. Og det har medført 3 bevidsthedsspaltninger. Den første kom i 1400-tallet og handlede om at projicere underlivet udenfor *jeg*'et, sådan at bevidstheden i underlivet var noget, som man oplevede, og noget som man altså *havde*, men det var ikke noget, som man *var*. Denne bevidsthedsspaltning kalder jeg alienation.

Den næste spaltning blev beskrevet omkring 1860'erne. Det var en spaltning mellem højre og venstre kropside, sådan at man efter spaltningen opfattede sit *jeg* i den ene sides bevidsthed, mens den anden sides bevidsthed blev projiceret ud på andre. Det typiske er så, at man i venstre side har et *jeg*. Og i højre side har man en særlig bevidsthed om fællesskabet og samfundet. Denne bevidsthed handler ikke om nogle *jeg*'er. Det er en abstrakt bevidsthed, der er blevet ”samfundsmæssig-

gjort”, sådan at den er blevet lige så konkret som levende mennesker. Denne bevidsthedsspaltning kalder jeg reifikation.

Den tredje spaltning er opstået i løbet af de sidste 35 år. Jeg oplevede det tydeligt i midten af 1980’erne. I starten forstod jeg ikke, hvad det egentlig gik ud på. Men i løbet af de sidste 20 år er det blevet tydeligere og tydeligere. Det handler om, at *jeg*’et er flyttet fra hjertet til hjernen. I dag mener de fleste, at bevidstheden er i hjernen, og at kroppen er en slags biologisk maskine. Ligesom det gjaldt lige efter de første to bevidsthedsspaltninger, er der i dag mange, der mener, at den nye bevidsthed, som opstod i 1980-90’erne er et fremskridt, som åbner op for mange nye muligheder. Men der er betydelig flere, som i dag lider under det – og oplever angst, depression, fortvivlelse, håbløshed og afmagt. Denne bevidsthedsspaltning kalder jeg deperdution.

Alienation

Den første bevidsthedsspaltning



Som al anden undertrykkelse starter det i hjernen med, at man kæmper imod, men til sidst opgiver. Så nedsættes åndedrættet, og man stivner i nogle muskler. På tegningen er tegnet en streg mellem bryst og underliv. Denne streg symboliserer de stivnede muskler. I lænden er det overspænding af musklerne. Og i mavemusklerne er det underspænding. Nogle mænd laver så megen muskeltræning, så deres mavemuskler også er overspændte.

Men det starter, når et lille barn er ½-1 år gammelt. Det falder sammen med pottetræningen, hvor barnet skal lære at blive renligt. Det tager 1-2 år, inden barnet til sidst får over- og underspændingerne af musklerne og fortrænger sin *jeg*-følelse i underlivet. Den bevidsthed, som barnet stadig har i underlivet, er ikke mere noget, som man *er* - men noget, som man *har*. Og det er noget, som man skal tage afstand til. Det er ikke noget, som barnet har *gør* frivilligt. Men barnet oplever, at forældre forventer og kræver det barnet. Og for at blive accepteret, opgiver barnet til sidst at have et levende *jeg* i underlivet.

Senere i livet får barnet samme opfattelse som forældrene, at der er *andre* mennesker, som ikke har formået at gennemføre denne bevidst-

hedsspaltning, og de er farlige, fordi de jo er ofre for deres dyriske instinkter.

Sagen er nemlig, at når man først har fået denne spaltning, oplever man det gode i hovedet og det onde i underlivet. Man oplever, at dyrene og naturen er ond. Og man føler, at man hele tiden skal opretholde sin spaltning, så man ikke falder ned i det dyriske igen, for så bliver man ond. Men når man projicerer denne ondskab uden for sit *jeg*, indebærer det, at man oplever det onde hos andre. Her forsøger man så at holde sin familie til det gode, mens man så mener, at der er andre mennesker, familier og grupper i samfundet, som har et onde i sig. Og mennesker i andre kulturer, som slet ikke har gennemført sådan en bevidsthedsspaltning må nødvendigvis have ondskaben i sig.

Det var en almindelig antagelse i 1500-tallet, at al udvikling var startet med, at europæerne havde hævet sig op over dyret i sig selv – og at alle andre kulturer ikke havde gennemgået nogen udvikling. Denne antagelse præger os stadig i dag, idet vi taler om de udviklede lande – og det er os i Vesten. Og så er der de underudviklede lande – og det er de andre kulturer.

Med alienationen mister man også sin dyriske kraft. I den europæiske litteratur kan man læse, at det er det gode ved vores kultur. Vi tilpasser os og underordner os. Og det gør, at vi bliver ”kærlige” – er opfattelsen. Mennesker i andre kulturer kan ikke styre sig selv. Hvi der opstår en konflikt, reagerer de som vilde dyr, der går til angreb – er opfattelsen.

I virkeligheden er det snarere omvendt. Når man spalter underlivet udenfor sit *jeg*, har man hernelde en undertrykt vilje. Og fordi den er undertrykt, indeholder den vrede, had, hævn og aggression. Når en vesterlænding er blandt andre vesterlændinge, nøjes man med et ”smil”, der er en projektion af spændingerne mellem underliv og bryst. Men hvis man kommer i konflikt med fremmede, kommer man i kontakt med det ”onde”, som dog er projiceret udenfor *jeg*’et – og som derfor hos de andre. Og derfor må man forsvare sig. Og ikke bare mod enkelte mennesker – men mod alt det onde, som totalt kan ødelægge kærlighed og civilisation.

Undertrykkelse

Hvis vi kigger på de gamle landsbyfællesskaber, var kvinder stort set ligestillet med mænd. Men det lykkedes adelen at smadre disse fællesskaber. Så kom den borgerlige revolution, hvor den mest reaktionære del af adelen fik hovedet hugget af. I mere end 50 år bølgede revolution og kontra-revolution frem og tilbage, indtil kapitalisterne vandt og satte sig på magten. De udgjorde den del af adelen, som ved revolutionens start huggede hovedet af dem, der bare ville opretholde deres magt, og som ikke ville omstille sig til at udnytte slaver og jordens fattigste lande.

I løbet af 1800-tallet kom der en religiøs vækkelse, hvor man mente, at kvindefællesskaber skulle forbydes. En kvinde var en mands ejendom, og hun skulle lave mad til ham og adlyde ham. Hendes underliv kunne nemt blive besat af Satan, og derfor skulle hendes mand mindst hver tredje uge slå Satan ud af hende. I England brugte man spanskrør. I Tyskland brugte man læder remme. Og her i Danmark brugte man birkegrene.

Seksualitet

I de sidste par hundrede år, har man i europæisk litteratur haft et gennemgående tema om, at mænd har så meget seksualdrift, at de som barn og ung ikke formår totalt at undertrykke det onde i sig. De skal derfor ”løbe hornene af sig”. De skal afreagere deres medfødte ondskab, indtil de til sidst bliver tamme og bløde. Så kan de blive en god og kærlig ægtemand. Helt at fjerne det onde kan nok ikke lade sig gøre. Og det får man også brug for, hvis man skal sende mænd i krig. Men til fredstid skal mænd opretholde deres selvundertrykkelse af underlivets energi – er den traditionelle opfattelse.

Selv i dag er der i ellers frigjorte og revolutionære kredse en opfattelse af, at mænd skal tilbageholde deres underlivsenergi, for ellers dominerer og undertrykker de kvinder. Så lad os lige se lidt på forskellen mellem mænd og kvinders underliv. En mand får hver halvanden time cirka 10 minutters pres i nosserne, hvor der produceres sperm. Vi har alle sammen sådan et inder ur. Men det ses tydeligt hos mænd. Om natten har vi alle denne rytme med 80 minutters dyb søb og 10 minutters let søvn. I den lette søvn har alle øjenbevægelse fra side til side, men mændene har samtidig stiv pik.

I USA er der virksomheder, hvor lederne har deres eget kontor, og hvor de efter 80 minutters intensivt arbejde ved deres computer, skifter over til en pornoside, mens de onanerer 10 minutter. Og så klarer de 80 minutters arbejde igen osv.

Jeg havde engang en kæreste, som sagde, at mænd altid tænkte på sex, hvortil jeg svarede, at det kun var 10 minutter hver anden time. Og det måtte hun jo give mig det i. Og så spurgte jeg hende, om det ikke var sjovt og spændende. Og jo, det var det da, svarede hun.

En kvinde har en anden rytme, som indtræffer to gange om måneden – ved ægløsning og menstruation. Her i Europa, hvor de fleste kvinder er totalt underspændt i bækkenbundsmusklen, opstår der smerter ved menstruation. Men i frie kulturer har de fleste kvinder lyst til 2-3 dages sex både ved menstruation og ægløsning.

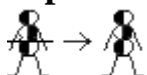
Hos mænd starter sexlyst hver anden time. Det starter lige pludselig og slutter lige så pludselig, og det varer kun 10 minutter. Hos kvinder er der sexlyst to gange om måneden, og følelsen varer 2-3 dage. Nu er det her jo nogle gennemsnitlige tal. For den enkelte mand og kvinde kan det godt være anderledes.

Denne forskel mellem kønnene kan godt give anledning til at tro, at mænd har en drift til at dominere og voldtage kvinder. Og der er da også mange eksempler på sådan en adfærd. Og vi kender også til samfund, hvor det faktisk er normen. Men hvis man undersøger det nærmere, handler det om mænd, der har været udsat for alienationens bevidsthedsspaltning, hvorved deres underliv er projiceret udenfor *jeg*'et. Og når og hvis disse mænd begår kvindeundertrykkende handlinger, sker det, når de ikke kan fastholde deres egen undertrykkelse af deres underliv. De bliver fyldt med underlivets bevidsthed, og her oplever de nogle følelser, som er udenfor deres *jeg*. I situationen bliver kvinden derfor også et *jeg*-løst objekt.

Hvis vi går til samfund, hvor der ikke er en norm om, at mennesker skal gennemføre alienationens bevidsthedsspaltning, ser vi en helt anderledes social adfærd. Her får mændene selvfølgelig stadig en seksuel impuls hver halvanden time. Men de oplever også territorie-energiens bevidsthed om primær og sekundærgruppe, sådan at det er i disse grupper, at man udlever sin energi. Og det indebærer, at det er en social energi, og at det både er mænd og kvinder, der ligeværdigt afgør, hvad der skal ske.

Den traditionelle europæiske opfattelse, at mænd skal undertrykke deres seksualitet og tilpasse sig kvinders seksualitet, er derfor forkert. Og den har blot medført en masse prostitution. Og den er sandsynligvis også årsag til, at der stadig i dag er vold i cirka hvert tredje parforhold.

Slip den første bevidsthedsspaltning

 Mange tror, at vi bare skal befri underlivet – men fortsætte med den gamle europæiske bevidsthedsstruktur.

 Men det var den gamle europæiske bevidsthedsstruktur, som i høj grad var årsag til bevidsthedsspaltningen.

En befrielse handler især om at slippe den fastlåste polarisering, hvor vi har den gamle græske bevidsthed i højre side – og den gamle jødiske bevidsthed i venstre side. Og så skal vi lære at kunne skifte rundt mellem alle energimønstrene og deres bevidstheder.




Selvfølgelig skal vi stadig kunne skifte mellem at polarisere os og samle os. Det er muligt at skifte fra et hvilket som helst energimønster til at hvilket som helst andet.



Når det drejer sig om frigørelse af minoritetsgrupper med anden etnisk baggrund og dermed også hudfarve, er det vigtigt at forstå, at det ikke bare er i vores egen kultur, at vi er stivnet i et bestemt energimønster og dets bevidsthed – men at det også gælder for alle andre store kulturer. I stedet for at mene, at de skal lære at tænke og opføre sig ligesom os, kan vi lære af dem, så vi lettere kan skifte rundt mellem energimønstrene og deres bevidstheder.

Anarkisme og fascisme

 Anarkister beskæftiger sig traditionelt ikke med familiebevidstheden i venstre side. Man fokuserer på samfundsbevidstheden i højre side. Og siden 1400-tallet har der været en massiv

undertrykkelse af underlivets bevidsthed. Kirken mente, at et menneske her var ondt og kunne blive besat af Satan. Adelen betragtede fattige mennesker som dyriske, som man skulle holde nede.



Omkring år 1840 opstod anarkismen med en ideologi om at have en bevidsthed, hvor der ikke var nogen undertrykkelse af underlivet, men at man skulle kombinere bevidstheden her med den sociale bevidsthed i brystet – og samtidig forkaste den styrende bevidsthed i hovedet.



Men efter 1860'erne var fokus mest på en kritik af magthaverne (hoved) som undertrykkere.



Og strategien for befrielse blev, at man (underliv) skulle bekæmpe magthaverne.

Efter 1872 opløstes den revolutionære bevægelse i en intern magtkamp mellem anarkister og marxister. Anarkisterne fortsatte deres magtkamp i Syd-Europa, mens marxisterne fortsatte i Nord-Europa med en politisk bevægelse.



Anarkisterne oplevede, at de var undertrykte (underliv) – og forsøgte ihærdigt at bekæmpe magthaverne (hoved).



Det medførte, at der opstod en fascistisk bevægelse (hoved), som oplevede at de havde en civiliseret bevidsthed, og at det var nødvendigt at bekæmpe anarkisterne (underliv), der havde en dyrisk bevidsthed.



Den oprindelige anarkistiske idé, som også havde været en vigtig bevidsthed i revolutionen i slutningen af 1700-tallet – forsvandt i Europa. Emigranterne, der rejste til USA, tog den med sig og dannede det Republikanske parti, hvor man ønsker afskaffelse af staten, og at man bare skal udfolde sig spontant med sin dyriske (underliv) og sin sociale (bryst) energi.



Men når man forbliver konstant i ét bestemt energimønster, medfører det en undertrykkelse, så man til sidst polariserer sig og får det modsatte energimønster i den anden siden. Det Republikanske

parti er således delt i to – svarende til de venstreorienterede og de højreorienterede i Europa. Præsident Trump stod for den oprindelige anarkistiske energi, hvor det er totalt ligegyldigt, hvad man siger. Der er kun opmærksomhed på de kropslige energier i bryst og underliv. De mere konservative Republikanere står for en holdningsstyret bevidsthed (hoved), hvor der bare skal være lov og orden.

Mandebevidsthed



De fleste progressive europæiske mænd, som ikke bare undertrykker deres dyriske *jeg* og underordner sig samfundsmagten, har i dag en mere fleksibel bevidsthed, men hænger dog fast i analyse-energiens bevidsthedsstruktur.

Ganske mange af mellemlagenes kvinder har også lært at identificere sig med denne bevidsthed.

Analyse-energien har høj ladning i hovedet og i underlivet, og de bliver via nervetrådene overført til hjernen, hvor der opstår to adskilte bevidsthedspoler, så man hele tiden har to tanker samtidig.

Så kan man bruge den ene til at lytte til de argumenter, som ens samtalepartner kommer med, mens man samtidig bruger den anden til at tænke over, hvad man selv mener. Når man så har hørt 2-3 sætninger, afbryder man og kommer så med sine egne meninger. De to parter skiftes sådan til at komme med 2-3 sætninger, hvor man hele tiden kritiserer modparten, fordi vedkommende jo kun har begrundet temmelig lidt. Men efter kritikken kan han så komme med lidt flere argumenter, som man så også lige kommenterer og kritiserer. Man plejer at kalde denne form for samtale, at *man slår hinanden i hovedet*. Det er meget sjældent, at der kommer noget ud af samtalen – ud over, at man bliver irriteret på hinanden.

Genvinde sin vilje

Set fra magthaverne synsvinkel er alienationens bevidsthedsspaltning vældig god, fordi folk ikke kan finde ud af, hvad de dybest set vil med deres liv. Derfor kan man let styre og kontrollere dem. Man skal bare tale til deres forstand.



Set fra vores – de undertryktes – synsvinkel er det helt nødvendigt, at vi slipper alienationens bevidsthedsspaltning. Og vi skal især lære territorie-energien at

kende, hvor vi kommer i kontakt med vores dyriske vilje.

Når vi så snakker, skal vi ikke sige ”vi” eller ”man”, men sige ”jeg”. Og vi skal ikke lede efter nogle af vore tanker, men i stedet mærke efter, hvad ”dyret inde i mig selv vil”.

Nogle tror så, at vi er egoistiske og asociale. Men det er lige omvendt. I territorie-energien oplever man, at det, som er bedst for ens primær- og sekundærgruppe, også er det bedste for mig.

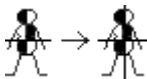
Hvordan slipper man en bevidsthedsspaltning?

Det er meget let. Vi gør det mange gange hver dag. Vi skal bare slappe af og tillade, at vi er, som vi er. Spaltningerne opstår, når vi er i en social situation, hvor vi tror, at det er nødvendigt at spalte bevidstheden og fortrænge noget af den. For det er det, som vi har lært i vores barndom. Dengang kæmpede vi imod, så godt vi kunne. Men overmagten var for stor. Og til sidst opgav vi. Og så spaltede vi bevidstheden og fortrængte noget af den eller projicerede noget af den udenfor vores ”jeg”. Og så opdagede vi, at forældre, pædagoger, lærere mfl. ikke længere kritiserede os – men ligefrem roste os. I dag gør politiet, psykiaterne, politikerne det samme. Der er en konstant bevidsthedsindustri, hvor vi hele tiden får at vide, hvordan vi skal tænke, føle og opføre os. Hvis vi ikke gør det, bliver vi kritiseret. Hvis vi gør det, bliver vi rost. Og så længe vi opretholder bevidsthedsspaltningerne, kan vi ikke mærke, hvad der er rigtigt at gøre.

Jeg husker en ung kvinde, som sådan besluttede at slippe bevidsthedsspaltningerne. De første par gange fandt hun det meget pinligt og barnligt. Men så begyndte hun at grine i stedet for. Hun syntes, det var sjovt – sådan bare at være naturlig. Der gik det meste af et halvt år, inden hun holdt op med at grine. Så havde hun vænnet sig til det. Og så skiftede hun bare rundt mellem alle energimønstrene.

Reifikation

Den anden bevidsthedsspaltning



De fleste børn har allerede, når de er blevet 2 år, opgivet deres medfødte frihed – og så påtaget sig den første bevidsthedsspaltning, hvor underlivet er projiceret udenfor jeg’et, sådan at de har svært ved at finde ud af, hvad de vil. Men indimellem slipper de spaltningen – og kan så godt mærke deres oprindelige

vilje. I 3-4 års alderen foregår der så i en traditionel familie en magtkamp, hvor barnet kæmper desperat. Barnet vil gerne udfolde alle energimønstre, men forældrene kan kun acceptere analyse-energien og enheds-energien, som de selv har i henholdsvis højre og venstre side. Det ender med at barnet opgiver. Forældrenes magt er for stor. Til sidst orker barnet ikke mere. Først indtager barnet den første bevidsthedsspaltning, hvor viljen undertrykkes, og så påtager barnet sig en spaltning mellem højre og venstre kropsside. I den ene side får barnet et *jeg*, og i den anden får barnet en bevidsthed om forældrene. Når barnet bliver lidt større, bliver den anden sides indhold alle andre end barnet selv. Dermed har barnet opnået en individualisme, hvor barnet identificerer sig med et *jeg* i den ene side, mens andre opleves i den anden side. Senere når barnet er kommet op i den alder, hvor seksualiteten presser sig på, ændrer oplevelsen sig, så barnet har et *jeg* i den ene side og nu oplever sin anden side som et tomrum, der gerne skal udfyldes af en kæreste.

Hvis barnet er en dreng og har sit *jeg* i højre side, hvor man i vores kultur har en mandebevidsthed, trænger han til at blive forenet med venstre side, hvor man i vores kultur har en kvindebevidsthed – og derfor bliver han heteroseksuel. Hvis han derimod har sit *jeg* i venstre side, bliver han homoseksuel. Tilsvarende med omvendt for en pige.

I de sidste 30 år – efter den tredje bevidsthedsspaltning, som vi kommer til senere – er der opstået mange forskellige former for *jeg*-identifikation og dermed også mange forskellige kønsidentiteter.



Reifikationen opstod i midten af 1800-tallet. Da Karl Marx (1818-83) i 1850'erne skrev sin første store bog om samfundet, er det tydeligt, at der ikke var sådan en spaltning. På det her tidspunkt havde de revolutionære frigjort sig fra første bevidsthedsspaltning og genvundet deres vilje. Og Marx og alle andre teoretikere analyserede så menneskets bevidsthed. De kunne tydeligt mærke deres energimønstre. De var ikke interesseret i de lave energier, som gav åndelige og spirituelle oplevelser. De mærkede de høje ladninger. I hovedet var der abstrakte tanker om samfundet. I underlivet var der en materiel bevidsthed om jord, arbejde og teknik. Og i brystet var der en følelsesmæssig bevidsthed, hvor man havde et *jeg*, der kunne forholde sig til bevidsthederne i hoved og underliv, og som så var en revolutionær kraft, der kunne sætte forandringer i gang.

Men i løbet af 1860'erne skrev Marx bogen helt om, fordi han havde opdaget, at mennesker var blevet reificeret. De var spaltet mellem højre og venstre side. Højre side blev til en samfunds- og arbejdsbevidsthed. Og venstre side var blevet til en familiebevidsthed.

På dette tidspunkt havde mange arbejdere og revolutionære også stort set opgivet. Kapitalisterne havde vundet magten.

Højre og venstreorienterede

Efter 1860 og op til nu, hvor den tredje bevidsthedsspaltning er ved at overtage hele samfundet, har vi haft to politiske grupperinger, hvor cirka halvdelen af befolkningen identificerer sig med deres højre side og er blevet politisk venstreorienteret, mens den anden halvdel af befolkningen identificerer sig med deres venstre side og er blevet politisk højreorienteret.



De venstreorienterede mener, at den korrekte bevidsthed består af analyse-energien. Vi kommer fra aberne (underliv) og udvikler os op til stadig højere bevidsthed (hoved). Lige nu er der arbejderklassen (underliv) og kapitalistklassen (hoved).

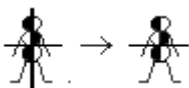


De højreorienterede mener, at den korrekte bevidsthed består af enheds-energien. Vores *jeg* befinder sig i hjertet (bryst). Vi *har* ikke en bevidsthed (hoved). Vi *er* bevidste.

De venstreorienterede mener, at venstre sides bevidsthed er kunstigt skabt af kapitalisterne. Og den højreorienterede mener, at højre sides bevidsthed er skabt, fordi der dels er brug for nogle til at udføre det hårde arbejde, og fordi disse arbejdere ikke forstår at hæve sig op over det materielle.

Det socialdemokratiske Europa

Den revolutionære bevægelse i Europa brød sammen efter 1870-80. Og arbejderbevægelsen dannede så de socialdemokratiske partier, der har domineret politikken helt frem til den tredje bevidsthedsspaltning i 1980-90'erne.



Man har ikke forsøgt at slippe den første bevidsthedsspaltning – snarere tværtimod. Der var nede i bunden af samfundet nogle usle voldelige og kriminelle

mennesker, som man tog afstand fra, og som man mente skulle passiviseres – enten som psykiatriske patienter, der skulle ”hjælpes” med medicin, eller som fanger i fængsler, hvor de skulle lære at indordne sig.



De ”gode” mennesker havde hævet sig op over det dyriske. Men der var et problem med modsætningen mellem samfunds- og arbejdsbevidstheden i højre side og familiebevidstheden i venstre side. Og den socialdemokratiske politik handlede om at få disse modsætninger til at gå op i en højere enhed.



Man kan diskutere, om det er lykkedes – eller om det i højere grad har givet anledning til den tredje bevidsthedsspaltning. Men vi har fået millionvis af love og paragraffer, der i mindste detalje forsøger at regulere alt, sådan at det hele passer sammen, og hvor kroppene i dag mere er en slags maskine, mens bevidstheden nu er rykket op i hjernen.

Der er dog en stor gruppe i samfundet, som stadig hænger fast i spaltningen mellem højre og venstre side. Og det er de åndelige eller spirituelle. Efter at reifikation brente sig i samfundet i midten af 1800-tallet, fik vi en religiøs bevægelse, som indebar, at de troende oplevede et legemligt *jeg* i højre kropsside - og oplevede en udødelig sjæl i venstre kropsside. Og de begyndte at tro, at sjælen levede videre efter døden og kom op i Himlen. I dag tror præsterne, at de kristne altid har haft denne tro, men den blev først udbredt i midten af 1800-tallet.

Det er lykkedes at få denne gruppe til at indgå i den socialdemokratiske samfundsmodel, fordi det sjælelige ikke længere er noget samfundsmæssigt, men en individuel relation mellem menneske og Gud. Ifølge dansk statistik i dag tror 23 % på spøgelse, og 27 % tror på et liv efter døden.

Skjold

Psykisk bruger eller brugte folk højre side som et arbejdsredskab, men samtidig som et skjold, hvor man beskyttede sit inderste *jeg* i venstre side. I højre side havde man forstanden (hoved), og nede i underlivet, som man projicerede udenfor *jeg*'et var der en vrede mod kriminelle, svindlere og rebeller. I venstre side skulle man så finde lykken. Og det skulle man opnå ved at gifte sig, få børn og danne en kernefamilie. Des mere materiel velstand man fik, des mere velfærd troede man, at man også fik. Op til omkring 1950 blev befolkningen

sundere i takt med udviklingen. Men derefter voksede både fysiske og psykiske sygdomme mere og mere – og denne udvikling fortsætter i dag. Det ses ikke så tydeligt, fordi medicinindustrien og hospitalsvæsenet er vokset i samme takt. De fleste danskere har konstant ømme muskler og jævnlig hovedpine. De fleste over 60 år vågner med smerter. Og i dag kommer en gennemsnitsdansker på hospitalet hvert år. Medicinforbruget er steget med over 1000 procent de sidste 10 år – og det stiger fortsat.

Psykiske oplevelser

Psykologer og psykiatere beskæftiger sig med sindssygdom eller sindslidelse, som det nu kaldes. Det er alle de psykiske problemer, der opstår på grund af stagnationen i det europæiske energimønster. Det er spaltningerne i bevidstheden, der udgør problemerne.

Sygdommene har fået navne. Det kan være personlighedsforstyrrelse af borderline typen, hvor man ikke har opnået et trygt *jeg* i den ene side. Det kan være Asperger's syndrom, hvor de to sider ikke er ordentlig adskilte. Eller autisme, hvor den ene side er person-løs. Eller skizofreni, hvor man mærker begge sider og ikke kan skelne mellem det indre og det ydre i bevidstheden. Det kan være ADHD, hvor underlivet ikke er tilstrækkeligt fortrængt. Neuroser eller depressioner, hvor man oplever angst, fordi ens *jeg* ikke er tilstrækkelig adskilt fra andet. Det er alt samme politiske sygdomme. Det er det europæiske energimønsters sygdomme. Og behandlingen går altid ud på at styrke splittelserne i bevidstheden, så patienten bliver ”normal”.

Jeg går ind for det modsatte, at man slipper spaltningerne – og det kan de fleste let, fordi man bare skal slappe af og tillade, at der kommer de tanker og følelser, som der gør. Der er 2 problemer, hvis man har været fastlåst i et bestemt energimønster. Første problem opstår, når man forsøger at skifte første gang. For så kan man få en oplevelse af, at man dør. Og det kan give så meget angst, at man ikke tør. Det er ens gamle energimønster og det bevidsthed, der dør. Men straks efter havner man i et andet energimønster og tilhørende bevidsthed. Men fordi man ikke kender det, virker det mystisk og mærkeligt, og så tror man måske, at man er ved at blive sindssyg – og så skynder man sig tilbage til det, som man kender. Men hvis man tør, skal man bare slappe af og opleve det nye. Så vil man lære, at det giver andre tanker, andre følelser – men også en anden lyst og vilje. Sagen er, at alle energimønstrene har forskellige

tanker, følelser, kropsholdninger, seksuelle lyster, social opførsel osv. Der er ikke nogen af energimønstrene, der er dårlige. De er alle gode og konstruktive. Når man har lært et nyt energimønster at kende, vil man også erfare, at der er bestemte sociale situationer, hvor dette energimønster passer godt – og at der er andre situationer, hvor det ikke gør.

Muskelspændinger

En muskel kan være overspændt, så den er hård og øm. Den kan være overspændt, så den er slatten og livløs. Og så kan den have en naturlig spændstighed, hvor den enten er parat eller aktiveret.

Hvis man gennem flere år har været stagneret i et bestemt energimønster, opstår der permanente spændinger. I det europæiske energimønster sætter de sig mellem underliv og bryst – og som oftest med overspænding i lænden og underspænding i mavemusklerne. De sætter sig også mellem bryst og hoved – og som oftest med overspænding i nakke, skulder og kæbe samt med underspænding i de små muskler i det øverste af brystet. Derudover forplanter spændingerne sig ofte ud i arme og hænder samt i ben og fødder. Og spændingerne projiceres op i hovedet, så spændingerne mellem underliv og bryst sætter sig omkring munden, mens spændingerne mellem bryst og hoved sætter sig omkring øjnene.

De fleste over 30 år får så kraftige overspændinger, at de giver daglige smerter. Og heraf bliver nogle sygemeldt og skal have medicinsk behandling. Det drejer sig om 23 %, der har for voldsomme smerter i lænden - og 15 %, der har for voldsomme smerter i nakken. Den almindelige opfattelse er, at det skyldes dårlige arbejdsstillinger eller for lidt eller for meget fysisk udfoldelse. Men det rammer også mennesker, der egentlig passer godt på deres krop. Problemet er, at man *har* en krop. Den er som en ting. Og problemerne er startet som psykosocial bevidsthedsmæssig selvundertrykkelse, hvor man fortrænger det levende i kroppen. Den er blevet til et stykke mekanik.

Den norske psykiater Lillemor Johnsen (1920-1997) var klar over, at der ikke kun kom muskelspændinger, men at åndedrættet altid blev mindre, inden muskelspændingerne satte sig fast. Og hun gav navne til forskellige grader af spændingerne.

En muskel kan være mere eller mindre overspændt: spændt, stram, sej, hård, benet. Men da hun mest lyttede til, hvor meget åndedrættet var med i disse muskler, beskrev hun derfor hellere skalaen sådan: forventning, aktiv, modstand, blokeret, barriere.

På samme måde beskrev hun spændingsstyrken ved underspændte muskler: slap, mat, sej, dvask, løs. Men hun fokuserede altså mere på: mættet, mobiliserbar, eftergivende, fjern, opgivet.

I begyndelse af begge skalaer er musklerne med i åndedrættet - i slutningen ikke. I de overspændte muskler kunne hun ikke fremlokke en reaktion. Men det kunne hun i de underspændte muskler, der ikke var helt fjern eller opgivet. Det handlede om at støtte den psykiske opvågning, og så voksede åndedrættet hen ad vejen.

Når det drejer sig om unge mennesker, er deres muskler i begyndelse af Johnsens skalaer. Og så er det forholdsvis let at vågne op, få et større åndedræt og slippe muskelspændingerne. Men hos voksne, der er kommet lidt op i årene, er deres muskelspændinger i midten af Johnsens skalaer eller måske helt til slut, så musklerne er benet og en barriere for bevægelser (overspænding) eller løs og giver en følelse at have opgivet (underspænding).

Spændingerne projiceres op i ansigtet. Og des ældre en europæer bliver, des mere tydeligt ses disse spændinger. Og så tror vi, at det er naturligt, at ældre mennesker skal se sådan ud. Til sammenligning er der i Østen mennesker, der lever ude i naturen og bliver 120 år, mens de stadig ligner én, der kun er 20.

Inden for erhvervslivet har man erfaring med, at de fleste mennesker under 40 års alderen stadig kan udvikle og tilpasse sig - mens dem, der er ældre er groet fast – både kropsligt og bevidsthedsmæssigt.

Min erfaring som terapeut er, at alderen ikke betyder noget. Men når jeg ser en gennemsnitsdansker, der går som et stift bræt, og som har et minimalt åndedræt, og hvor musklerne i ansigtet er total fastlåste i over- og underspændinger – indser, at det kan blive meget svært at gøre vedkommende levende igen.

Fader Vor

Når man er polariseret med analyse-energien i højre side og enheds-energien i venstre side, får man to forskellige bevidstheder. Når man er

permanent spaltet mellem de to sider, bliver de to bevidstheder brugt i 2 forskellige situationer, sådan at de ikke opleves som modsætninger.



De kristne bruger analyse-energien til samfundet, hvor forstanden (hoved) skal styre det dyriske (underliv).



Og så bruger de enheds-energien til det religiøse, hvor man oplever Gud (hoved), Jesus (bryst) og Satan (underliv).

Når de så læser i Biblen, er der nogle gange, hvor de bruger analyse-energien til at forstå teksten – og andre gange, hvor de bruger enheds-energien, når de skal mærke efter, hvad teksten handler om.

I Matthæus evangeliet er der en bøn, som Jesus beder, og som hedder Fader Vor. Inden jeg kommer nærmere ind på den, vil jeg lige repetere noget om alt det, som Jesus igen og igen sagde til folk.

1) For det første er Gud ikke i himlen. Det er en græsk tro, at guderne er i himlen. Jøderne mente, og det gjorde Jesus også, at Gud er åndelig kraft, som findes i menneskene og i alt liv.

2) Jesus tog afstand fra den tro, som også var udsprunget af græsk forestilling, at man kunne nævne et navn på en person, og så ville man hermed påkalde personens kraft. Grækerne mente, at et ord er skabende. Det mente Jesus og jøderne ikke.

3) Jesus tog afstand fra datidens astrologi, hvor mange mente, at planeterne styrede alt – og at det var Guds redskab til at styre menneskene. Men Jesus og de rettroende jøder mente, at Gud styrede alt, og at Gud primært styrede med en direkte bevidsthedsmæssig kraft, fordi Gud også var i alle mennesker.

4) Jesus bad ikke. Der er historier om, at han gik alene ind i en lund eller et andet sted – og så står der i skriften, at han bad. Men da der ikke var nogle til at se det, ved ingen, om han bad. Til gengæld han man læse adskillige steder i Det Ny Testamente, at disciplene siger til Jesus, at han skal lære dem, hvordan man beder. Men han afslår.

5) Jesus gik ind for den gamle jødiske praksis, at man skulle eftergive al skyld og gæld senest i helligåret, der var hvert 7. år. Men det var man holdt op med på Jesus's tid.

6) Jesus mente ikke, at der var nogen ond Satan. Der var kun mennesker og Gud.

Hvis man læser i Biblen i Det nye Testamente, fremgår det, at Jesus's disciple mange gange opfordrer Jesus til at lære dem, hvordan man skal bede. Det var nemlig på mode dengang, at man skulle bede til Gud. Og så en dag blev det for meget for Jesus, at hans disciple blev ved med at opfordre ham til det, kom han med denne bøn, som hedder Fader Vor.

Fader Vor, du som er i himlene; helliget blive dit navn, komme dit rige, ske din vilje som i himlen således også på jorden; giv os i dag vort daglige brød, og forlad os vor skyld, som også vi forlader vores skyldnere, og led os ikke ind i fristelsen, men fri os fra det onde.

Hvis vi anlægger en psykoterapeutisk analyse af Fader Vor, får vi følgende: *"Vor Fader, du som er i himlene! Helliget blive dit navn, komme dit rige, ske din vilje som i himlen således også på jorden."* Her programmerer man sin bevidsthed til dels at have Gud uden for sig selv, og dels til, at Guds rige ikke skal være nu, men engang ud i fremtiden. Den dag kommer imidlertid aldrig, for man bliver ved med at programmere den længere ud i fremtiden.

"Giv os i dag vort daglige brød." Her programmerer man sig til, at man kun får sit daglige brød, hvis der er en overmagt, der sikrer det. Og alle steder i den kristne kultur sikrer man sig med enorme overskudslagre af fødevarer til mange år frem i tiden.

"Forlad os vor skyld, som også vi forlader vore skyldnere." Her programmerer man sig til, at man *kun* kan forlade andre deres gæld, hvis Gud også gør det. Vi kan godt give lån til udviklingslande; men det er næsten umuligt for os at eftergive noget af deres gæld.

"Led os ikke ind i fristelse, men fri os fra det onde." Her programmerer man sig til at tro, at Gud kan finde på at udsætte os for fristelser, så vi begår onde handlinger, men at man så kan bede ham om ikke at gøre det.

Derfor anser den kristne kultur det for selvfølgelig og naturligt, at der eksisterer ondskab. Og derfor er det også naturligt at gå i krig og dræbe.

I de senere år har man i forskellige kirkesamfund forsøgt at lave andre "oversættelser", som i virkeligheder bare er kildeforfalskninger.

I en ny oversættelse fra 2002 *Ny Testamente på hverdagsdansk* er Fader Vor totalt omskrevet, så det passer til nutidig tankegang.

I stedet for "*Forlad os vor skyld, som også vi forlader vore skyldnere*" – er det blevet til "*Tilgiv os, hvor vi har svigtet, ligesom vi selv har tilgivet dem, der har svigtet os*". Altså noget helt andet end den oprindelige tekst.

I flere engelske oversættelser er "*forlad os vor skyld*" – er det blevet til "*forlad os vor synd*". Altså ikke noget med penge, men noget psykisk.

Pave Frans, som blev pave i 2013, fandt på at ændre Fader Vor i 2017, fordi han mente, at det kunne misforstås. I stedet for at oversættelsen "led os ikke i fristelsen", ville han have en oversættelse "*lad os ikke gå ind i fristelse*". Argumentet var: "*Det er ikke ham (Gud), der skubber mig ind i fristelse for at se, hvordan jeg falder.*" Men igen er der tale om kildeforfalskning. For det, som Jesus siger, er præcis, at Gud frister os til at begå syndige handlinger.

Det mærkelige er, at man kun læser Fader Vor – og ikke de to kapitler, hvor Fader Vor er en indledning. For resten af de to kapitler handler om det samme som Fader Vor, men med stik modsatte holdninger. De handler om, hvordan Jesus mener, at vi skal forholde os til Gud og mennesker.

Fader Vor er selvfølgelig en vittighed, og Jesus har sikkert stået og grint, mens han sagde "bønnen". Lad os lige gå den igennem.

Fader Vor, du som er i himlene

Det er jo præcis det modsatte af, hvad Jesus prædikede. I himlen kan man se de astrologiske mønstre; men Gud er en åndelige og spirituel bevidsthed, som findes i alt levende.

helliget blive dit navn

Og nej, Guds navn er ikke helligt, mens alt andet ikke er det. Alt er lige helligt. Eller rettere, der er ikke noget, der er helligt.

komme dit rige

Men det er jo meningsløst, at det skal komme, når det allerede er her, ifølge Jesus.

ske din vilje som i himlen *således også på jorden*

Altså, alt her på jorden skal foregå lige så mekanisk som planetbevægelserne. Det er det modsatte, Jesus mente.

giv os i dag vort daglige brød

Igen er det lige modsat af, hvad Jesus havde sagt. Man skal ikke bede Gud om noget. Gud er altid sammen med os og gør alt det, der kan gøres for os.

For at gøre sætningen meningsfuld har moderne oversættelser ændret ”*i dag*” til ”*hver dag*” eller ”*dag for dag*”; men det er forfalskning af kilden. En bedre oversættelse ville være: ”*Giv os noget at spise i dag*”.

forlad os vor skyld, som også vi forlader vores skyldnere

I den kristne og vestlige kultur har vi fået følelsen ”*skyld*”, som handler om splittelsen mellem de to kropssider. Men på Jesus’s tid handlede skyld om at skyldte penge. Og det er jo ganske morsomt, når Jesus her siger, at Gud skal eftergive os de penge, som vi skylder ham. Det er totalt absurd. Når Jesus så siger: ”*som også vi forlader vores skyldnere*”, er det jo netop en kritik af, at man var holdt op med at eftergive gælden hvert syvende år - sådan som det var jødisk tradition, og som Jesus mente, at man skulle fortsætte med at gøre.


led os ikke ind i fristelse


Her er vi inde i den forestilling, som herskede i et par hundrede år omkring år 0, at der var ”ånder”, og at der var en engel (Satan), der

kunne friste. Men Jesus tager netop afstand fra denne indre splid i de guddommelige kræfter.

men fri os fra det onde

Det kan også oversættes med ”*fri os fra den Onde.*” Men det bliver det ikke bedre af. Jesus har altid vendt sig mod den græske opfattelse af, at livet består af en kamp mellem de gode og det onde. Det onde eller den Onde opstår kun, hvis man spalter underlivet fra ens øvrige energilegeme.

 Disse tanker og følelser får de kristne dog aldrig, når de beder, for de skifter altid over til enheds-energien, så snart de begynder at bede – og her passer bønnerne præcis til enheds-energiens opdelinger. For her oplever man Gud i hovedet, sig selv i brystet, og Satan i underlivet. Gud trækker én op til det gode. Satan trækker én ned til det onde. Og Satan var og er oprindelige en af Guds engle.

 Når man så læser resten af de to kapitler, skifter man til analyse-energien, hvor der er logik og forstand. Her indtager man hovedets bevidsthedspol – og kigger ned på underlivets bevidsthedspol, hvor man så kan undersøge og analysere forskellige emner. Og det sker så i de to kapitler.

Man skal bare kigge på fuglene. Gud har sørget for, at hele den økologiske balance er i orden, og at der er en biodiversitet, der tilfredsstiller alle. Og derfor er der mad til fuglene. På samme måde har Gud sørget for at der er mad til mennesker. Man skal derfor ikke bede om daglig brød. Det har Gud sørget for.

Og man skal ikke bede Gud om noget som helst. Han har allerede gjort det så godt som muligt. Han har skabt alt for alle levende væsner. Både for mennesker, dyr, insekter, bakterier, vira og alt andet levende. Der er brug for det alt sammen. Vi lever med og af hinanden. Og hvis vi bruger vores forstand – og ikke ødelægger og misbruger det naturlige – får vi et godt liv. Og hvis du er sulten, skal du bare – står der i teksten – gå hen til nogle, der har mad og bede om noget. Og selvfølgelig vil de give der noget, hvi de har Gud i deres hjerter.

Det interessante er, at Fader Vor er blevet til kirkens vigtigste bøn. Man beder den hver søndag i kirken. Og mange børn lærer at bede den hver aften. Det er jo Jesus selv, der har lært os, at vi skal bede sådan, tror man.



Men når man skal analysere den kristne kultur og det vestlige menneske, har de højre side som et udvendigt psykisk skjold med fornuft og forstand – men en indre psyke i venstre side, som afspejler deres inderste forestilling om, hvordan man skal opføre sig, og som de tror, at Jesus ønsker af os. Og den er det stik modsatte af, hvad den historiske Jesus stod for. Den passer til kapitalisme og imperialismen. Den passer til den hvide mands hærgen af kloden.

Det er på høje tid, at man holder op med kildeforfalskninger om omfortolkninger. Det skal være slut med at misbruge gamle religiøse tekster til at fortsat at smadre og ødelægge alt liv her på jorden.



Vi skal tilbage til den problemstilling, der var i tiden omkring år 0, hvor man på universitetet i Alexandria erkendte, at man i Mellemøsten havde en splittet bevidsthed med den gamle græske bevidsthed i højre side og den gamle jødiske bevidsthed i venstre side. De to bevidstheder trak i modsatte retninger – og på en måde ophævede, ødelagde og mistolkede hinanden. Udfordringen var, hvordan man kunne få de to sider til at smelte sammen til en fælles bevidsthed. Det lykkedes aldrig. Og hele den vestlige kultur har siden bygget på denne dobbelte og spaltede bevidsthed.



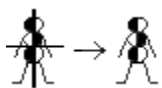
For overhovedet at kunne rumme det med Satan og det onde, blev man nødt til (i 1400-tallet) at projicere underlivets bevidsthed udenfor *jeg*'et.



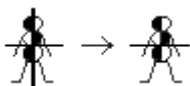
Og for at rumme modsætningen mellem forstand og religion, blev man (i 1800-tallet) nødt til at fortrænge sammenhængen mellem højre og venstre sideres bevidstheder.

Man kan til enhver tid slippe disse spaltninger. Og det gør man, når man slapper af og tillader sig at være naturlig og oprindelige. Det er, når man konfronteres med ”normerne” i samfundet, at man straks spaltes bevidstheden, sådan at man passer ind i systemet.

Kultur revolutionen i 1970'erne



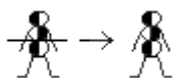
Det var et oprør imod både alienationens og reifikationens bevidsthedsspaltninger, men en forbliven i det gamle europæiske energimønster og det bevidsthed.



Det mest udbredte var ophævelsen af spaltningen mellem højre og venstre side. I de år erkendte samfundsforskerne, at strukturen i bevidstheden og strukturen i samfundet var to sider af samme sag. Ændrede man det ene, ændrede man også det andet. Og under parolen ”det private er politisk” begyndte folk i progressive kredse at snakke om deres privatliv. Splittelsen mellem højre og venstre side var også en splittelse mellem det mandlige og det kvindelige. Kvinderne skulle ikke længere kun have bevidstheden i venstre side, hvor de konstant var i deres følelser. De skulle også have bevidstheden i højre side, hvor de kunne tænke ligesom mænd og deltage i produktionen. På samme måde skulle mændene ikke kun have en analyserende bevidsthed, men skulle også kunne vise følelser.

Den to-somhed, som der var tidligere i kernefamilien, hvor manden gik på arbejde, og kvinden gik hjemme og passede børn og lavede mad, skulle man nu lægge bag sig.

Opdelingen mellem et arbejds-*jeg* og et familie-*jeg* distancerede man sig også fra. Og der opstod en del produktionskollektiver, hvor arbejdsplads og familie bestod af de samme mennesker.



I de progressive kredse ophørte man også med undertrykkelsen af underlivet. Børn var ikke længere født onde. De skulle ikke have lussinger og spanskrør i skolen. Og voksne skulle befri deres seksualitet. Mænd var ikke længere nogen vilde dyr, der voldtog kvinder. Og kvinder var ikke længere nogen, der kun mærkede deres bryst – og ikke kun få orgasme. Nu var de ikke længere perverse, hvis de følte sexlyst. Nogle flyttede i kollektiver, hvor man havde sex med flere end sin kæreste. Man stoppede også med at opfatte naturen som ond. Dyrene var ikke længere nogle, der kun havde instinkter. Nu havde de også følelser. Og planterne og jorden var

ikke bare noget materielt, som man kunne udsætte for kemikalier og gift. Så derfor startede nogen med økologisk dyrkning.

Langt de fleste opretholdt den polariserede bevidsthed med analyse-energien i højre side og enheds-energien i venstre side. Og det var nok også en væsentlig årsag til, at kulturrevolutionen kun varede i cirka 10 år. Så standsede forandringsprocessen i samfundet. Der var heldigvis sket meget. Børn skulle ikke længere lære salmevers udenad. Der kom en humanistisk pædagogik, hvor børnene skulle føle trykthed i skolen. Kvinderne blev mere frigjorte, men ikke frie. Det nye var, at de kunne opføre sig og få samme rettigheder som mænd.

De venstreorienterede

Der var dengang en masse græsrodsbevægelser omkring, natur, miljø, energi, køn osv. De bestod af selvstyrende lokale grupper, som prøvede at skabe det nye samfund i praksis.

Samtidig var der vækst i de venstreorienterede politiske partier. Og her indførte man det, som de kaldte dobbelt-organisering. Man skulle dels være med i en eller flere græsrodsgrupper – og så skulle man samtidig være med i partiet. Og når man deltog i møder og aktioner i græsrodsgruppen, skulle man overbevise de andre om, at det ikke var nok bare at være aktiv for en enkelt sag som for eksempel miljø. Man skulle forstå, at det var hele samfundet, der skulle ændres. Og derfor skulle man også være med i et parti.



Disse venstreorienterede mente, at der kun var én korrekt bevidsthedsstruktur, og det var analyse-energien. De gav den ikke noget navn. Det gør man jo kun, hvis man mener, at der er andre end kun én.



De havde dog også en anden bevidsthed – nemlig enheds-energien. Men den var projiceret udenfor deres *jeg* – og befandt sig i deres venstre side. Det var den borgerlige og højreorienteret bevidsthed, som efter de venstre-orienteredes mening var kunstigt skabt af kapitalisterne for at undertrykke arbejdere og kvinder.

De venstreorienteredes politiske kamp handlede primært om en kamp for analyse-energiens bevidsthed og imod enheds-energiens bevidsthed. Og i de fleste græsrodsgrupper, hvor man mere eller mindre bevidst kæmpede for at udleve andre energimønstre end disse to, opstod der et misforhold

mellem dem, der bare var græsørdder, og dem, der også og primært var medlem af et venstreorienteret parti.

Der var også mange venstreorienterede, som var klar over, at den egentlige revolutionære proces var at komme ud af den europæiske bevidsthedsstruktur - og dermed også den eksisterende samfundsstruktur. Men man mente, at man primært skulle bruge folketingets talerstol til at kritisere det gamle system og visualisere et nyt og anderledes.

Deperdution

Den tredje bevidsthedsspaltning

I midten af 1980'erne kom så den sidst mulige spaltning, hvorefter man har sit *jeg* i hovedet – og sådan, at man *er* sine tanker, mens resten er en krop, som man *har*. Der er ikke andre, der har givet navn til denne spaltning, så det gør jeg nu - og kalder den deperdution.



Det skete selvfølgelig ikke fra det ene år til det andet, men var en lang proces. Men i årene 1982-87 oplevede jeg en masse forskellige ting, som viste dette skift i bevidstheden. For eksempel kan jeg huske en plakat, der hang på mange togstationer. Den viste et foto af en ung kvinde, og så var der en tekst: ”Spring ud i livet”. Det var jo meget sødt. Men når man kiggede på pigens ansigt, så man et menneske, der havde taget sig sammen til at springe ud. Ansigtet lignede én, der stod på 12. etage på en balkon og netop havde besluttet, at hun ville springe ud. På den ene side var hun dødsens angst. Det så man tydeligt omkring munden. På den anden siden undertrykte hun frygten. Og det så man omkring øjnene. Man kunne se på hendes ansigtsudtryk, at hun var totalt uvindende om konsekvenserne af at springe ud, og at hun godt var klar over, at hun aldrig ville blive det samme menneske igen. Men samtidig havde hun besluttet sig for at gøre det i en blind tro på, at hun ville havne et eller andet sted, hvor hun ville blive en stærk kvinde, der kunne ændre verden – først og fremmest sig selv. Egentlig drejede det sig om et skift fra at føle sit *jeg* i hjertet – til at føle *jeg*'et i hjernen. Før 1980 antog man nemlig, at menneskets *jeg* befandt sig i hjertet. Og man havde ofte hjernedøde mennesker liggende resten af deres liv på særlige hospitaler. Men efter 1985 er man begyndt at opfatte hjernedød som den egentlige død. Og et hjernedødt menneske med et levende hjerte

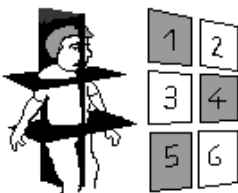
er blot et præparat, som man kan udtage organer fra og transplantere til andre mennesker.

Når man er deperduteret, kan man i kroppen enten ingenting mærke – eller også kan man kun mærke træthed, stivhed og smerte. Et billede på deperdutionens følelse er, at man befinder sig på en tømmerflåde (hjernen) midt ude på havet (kroppen). Man kan regne ud, at man må have været på et skib, der er gået ned. Men man kan ikke huske det. Man er grundlæggende set alene. Og man aner ikke, hvor man flyder hen. Et andet billede er, at kroppen er en maskine eller en robot, og at hovedet (hjernen) er en computer eller kommandocentral. Man sidder oppe i hovedet og kan ikke mærke sin krop, som nu er det, der er under halsen.

Det egentlig levende føler man i hjernen i hovedet. Resten er bare noget mekanik, der skal virke. Man er ikke i kontakt med sin vilje, som er en kraft, der knytter sig til underlivet. Men man har omdefineret begrebet, så det nu betyder et valg mellem flere muligheder. Man er heller ikke i kontakt med det åndelige eller med visioner. Så udvikling er ikke længere en skabelsesproces; det er blevet til noget, der kommer, når man arbejder med det. Alt levende er således blevet til processer, der er så døde, at en computer i princippet kan overtage dem – og udføre det samme.

6-delt bevidsthed


Jeg hørte for et par år siden et radioprogram, hvor nogle unge forskere blev spurgt om, hvordan det moderne menneske er i dag. Og der blev svaret med et *vi*. Vi identificerer os ikke kun med én rolle – som for eksempel ”jeg er slagter”, eller ”jeg er læge”. Vi har også en rolle i familien. Og så har vi en tredje rolle sammen med vennerne. Seksuelt har vi måske en rolle, hvor vi går i swinger klub lørdag aften. Og så har vi måske en religiøs rolle, hvor vi om søndagen går i kirke og skrifter til en præst.




Sagen er, mente forskerne, at vi i dag kan vælge en masse. Vi har mere frihed end nogensinde, mente de. Rollerne bliver defineret af dem, der er med i de sociale fællesskaber. Og det enkelte menneske er bare glad for, at man kan bruge mange sider af sig selv. Der er også en

forventning fra samfundet om, at man deltager i mange forskellige aktiviteter.



De fleste mennesker under 45 år har i dag en 6-delt personlighed. En del handler om politik, samfund og intellektuelt arbejde. En anden del om mobil og internet. En tredje om café, fællesskab og kultur. En fjerde om familie. En femte om krop og natur. Og en sjette om sex. De 6 bevidstheder lever hvert deres eget liv. Enhver af dem hænger sammen med noget ude i den sociale virkelighed. Og derfor føler man noget meningsfuldt. Men der er ingen sammenhæng inde i det enkelte menneske.

 Inden deperdutionen var der en energimæssig sammenhæng mellem hoved og bryst. Den høje ladning i hovedet gav en politisk samfundsbevidsthed, og den lave ladning i brystet gav en moralsk bevidsthed. Det gjorde, at man kunne analysere og vurdere samfundsforhold følelsesmæssigt.

 Det kan de unge ikke mere. Den politiske bevidsthed (hoved) består nu kun af et sæt tanker. Der er ikke længere nogen spirituel bevidsthed (bryst) forbundet med den. Når unge akademikere derfor i dag er ansat i den offentlige administration og skal finde på politiske løsninger, kan de kun tænke kvantitativt. Alt skal kunne måles. Enten er der for lidt eller for meget. De har ikke evnen til at tænke kvalitativt, hvor det handler om indholdet eller måden, som noget fungerer på.

Den moralske eller spirituelle del (bryst) af samfundsbevidstheden, som man havde tidligere, er nu løsrevet og har fået sit eget helt isolerede indhold. Det handler om musik, teater, kunst, café, og stand-up, men også om deltagelse i samtalecaféer, fødevarefællesskaber og lignende. Hvis de unge ikke deltager i sådan noget, vil de opleve et tomrum i deres bevidsthed.

Begrebet moral eksisterer stadig hos den lidt ældre generation, som så mener, at det moralske er devalueret og nu bare betyder, at man føler sig som et godt menneske. Men det er splittelsen i energilegemet, der er den egentlige forandring.

socialister  konsensus
kapitalister 

Det interessante er, at der er flere af de nye ungdomsorganisationer, der er dukket op omkring økologi og bæredygtighed, som tager

afstand fra den måde, som socialister og kapitalister træffer beslutninger på. I stedet træffer man, hvad man kalder konsensusbeslutninger, som går ud på, at man kun beslutter det, som man kan tale sig frem til og blive enige om. Det karakteristiske ved disse nye organisationer er også, at de netop knytter bevidstheden til den del af energilegemet, der udgøres af brystet, og hvor der er lav ladning. Deres viden (hoved) om folkelige erfaringer angående organisation er stort set fraværende. Og praktiske erfaringer omkring natur og fødevarer er nærmest nul. Alle kan komme lige ind fra gaden og deltage i at træffe konsensusbeslutninger. På ét møde snakker man sig så frem til én beslutning. På næste møde snakker man sig frem til at ændre beslutningen lidt. På tredje møde kommer der nogle helt nye deltagere, og her træffer man igen beslutninger, der ændrer, hvad man tidligere har besluttet. Inderkredsen, der deltager i alle møderne, kan godt følge med. Men hvis man kun er med til nogle møder, vil man opdage, at det som man beslutter, kun har gyldighed, indtil der er nogle andre, der på et andet møde beslutter noget nyt. Der er sikkert nogle af disse organisationer, der gør det anderledes; men ikke nogen af dem, jeg kender.

I Holland er der kommet en lidt anderledes udgave af det samme, som har fået navnet sociokrati. Her skal man ikke lave konsensusbeslutninger, men alle skal have mulighed for at gøre indvendinger mod beslutningsforslag, inden de vedtages.


Mange af de unge mener, at dette nye kan sammenlignes med ungdomsbevægelserne i 1960-70'erne, fordi det er noget helt nyt. Men dengang handlede det om at ophæve bevidsthedsspaltninger. Denne gang handler det om at få en ekstra bevidsthedsspaltning.


Hvis man for eksempel vil lave et fødevarefællesskab efter de revolutionære ideer, som der var i 70'erne, skal man ikke bare have et fællesskab (bryst). Man skal kombinere det med en samfundsanalyse (hoved), så man er med til at udvikle samfundet. Man skal også kombinere det med indsigt i økologi og fødevarerproduktion (underliv), så man er med til fremme en reel økologisk udvikling. Og man skal også kombinere det med familiebevidstheden (venstre side), så man ikke kun forsyner en snæver kreds, men også børnefamilier, ældre og andre. Men med den splittede bevidsthed har man ikke evnen til at gøre noget af det.


Det karakteristiske er også, at inderkredsen (nogle ganske få) ikke har nogle meninger om noget af det, som fællesskabet træffer beslutninger om. De føler sig som formidlere af beslutningsprocessen. De mener, at

det er nødvendigt med sådan en formidler, når der skal træffes beslutninger. Han eller hun skal ingen meninger have selv. Alle tilstedeværende har lige meget at sige. Det passer godt med, at man stort set intet ved om det, man snakker om. De gange, hvor jeg har været med, holder de *vidende* mund, mens der er en masse *uvidende*, der diskuterer intenst, og hvor det ofte er ligegyldige detaljer, der totalt dominerer snakken.

Det er også helt i modsætning til 60-70'erne, hvor dem, der dominerede snakken, i det mindste forsøgte at koordinere en viden om samfund, produktion, familier mm.

 Inden deperdutionen var familiefølelsen (bryst) koblet sammen med en etisk bevidsthed (hoved). Hvis et menneske eller en familie kom i klemme mellem paragrafferne i en lov, kunne embedsmændene godt være fleksible og lade det etiske råde.

 Men i dag går det ikke mere; det betragtes som korrupcion og magtmisbrug. I dag skal man følge loven. Og hvis et menneske kommer i klemme, er det bare ærgerligt. Etikken er forsvundet. Oppe i hovedet har vi i stedet fået en virtuel bevidsthed. Vi sidder og kommunikerer med vores computer, og vi kommunikerer med vores mobiltelefon. Denne form for kommunikation indeholder ikke grimasser og anden kropssprog. Den er også begrænset til de muligheder, som teknikker giver os. Og den er med til at ændre hele den måde, vi kommunikerer på. Hvis de unge ikke konstant bruger deres smartphone, føler de et indre tomrum. Kommunikationen er blevet til små overfladiske sætninger. Til gengæld foregår den næsten uafbrudt.

 virtuelle guder Vi har både i vores egen og i andre kulturer set, hvordan kropsdele med lav ladning på et tidspunkt skaber en oplevelse af guder. I dag er det bedre at bruge begrebet *bevidsthedsmæssig kraft* i stedet for ordet gud. Og det handler om en kraft, der er udenfor én selv, men som påvirker bevidstheden lige så meget, som man selv gør. Lige nu er det uskyldigt, for det er ret nyt, og det er stadig styret af mennesker. Når vi ser en speaker på TV, ved vi, at det er et levende menneske. Men inden for få år vil det være billigere at programmere sådan en speaker. Så ser det ud som et menneske, men er blot avanceret programmering. Når vi i dag går ind på en nyhedsside på internettet, dukker der en masse reklamer op. Men

de er alle sammen tilpasset mig. Det, som jeg har søgt efter på nettet, men endnu ikke har købt, er der masser af reklamer om. Og det, som passer til mine øvrige interesser, er der også mange reklamer om. Alle andre reklamer kommer ikke på skærmen, for det hele er programmeret til mig. Om få år vil det samme gælde nyhedsudsendelser. Hvis jeg interesserer mig for naturkatastrofer, vil jeg se en masse af dem. Hvis jeg interesserer mig for sportsstjerners skilsmisser, vil jeg se en masse af det. Jeg vil også selv kunne vælge, hvordan nyhedsværten skal se ud. Skal det være en mand eller kvinde. Skal vedkommende have lyst eller mørkt hår. Skal vedkommende været sexet og fræk eller provokerende og barsk. Alt det her er stadig styret af mennesker. Men allerede nu er der på internettet robotter, der undersøger mine vaner og interesser. Og det vil snart være muligt for disse robotter at kortlægge hele min personlighed, så de kan få kendskab til, hvor der er "huller" i min bevidsthed, eller hvor jeg har svaghed i min tankegang. Og så vil alle robotterne få nogle overrobotter, der styrer det hele ud fra nogle værdier, som selvfølgelig bygger på noget i menneskets sind – ligesom de gamle guder gjorde – men som vil få deres eget liv – ligesom de gamle guder.

Hvis man tror, at det her bare er noget med et nyt og anderledes indhold i bevidstheden, er det jo ret uskyldigt. Men det problematiske er, at det udgør en sjettedel af personens grundlæggende identitetsstruktur – altså nu efter deperdutionens bevidsthedsspaltning. På et ubevidst plan lægger det rammerne for ens vilje og lyst – ligesom det ubevidst giver en særlig mening med livet.

Lidt efter lidt bliver det samfundsmæssiggjort. Menneskenes bevidstheder påvirker det sociale fællesskab, og det sociale fællesskab påvirker menneskenes bevidstheder. Og på lang sigt er det med til at omdanne mennesker, så vi mere og mere kommer til fungere som robotter. Vi får en tankegang, som er lineær, og som svarer til, hvad en programmør laver, når han programmerer en robot.

Det uhyggelige er, at det allerede sker så småt. Man kan ikke vælge det fra. Den sjettedel af bevidstheden, som knytter sig til hovedet i venstre side, kan man ikke bare slukke. Man har her en lav ladning, der gør, at bevidstheden er modtagende i stedet for skabende. Og fordi den ikke er i kontakt med andre dele af bevidstheden, lever den sit helt eget liv. Når jeg ser, hvordan unge mennesker bruger deres smartphone og Facebook eller lignende hjemmesider, er der en lille del af det, der virker meningsfuldt og fremmede for kommunikation og et godt socialt liv,

men langt over halvdelen virker mere nedbrydende end opbyggende i socialt henseende.

Når der er to kropsdeles bevidstheder, som er i kontakt med hinanden, opstår der det, som udgør et *jeg*. Der er en retning, en relation, et mål eller lignende. Der er noget, som man vil. Med deperdutionen er der ikke sådan noget *jeg*. Det er mere rigtigt at kalde det for 6 *mig*'er. Man zapper rundt fra det ene *mig* til det andet *mig*. Hvis der ikke er aktivitet nok med det ene *mig*, skifter man til et af de andre.

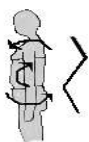
Den splittede bevidsthed er ved at blive samfundsmæssiggjort. Det vil sige, at samfundet er ved at blive 6-delt. Delene hænger ikke sammen inde i det enkelte menneske. De hænger heller ikke sammen ude i samfundet. Men til enhver del i bevidstheden er der en tilsvarende del i samfundet. Med den ene delbevidsthed forsøger vi at skabe fornuft. Med den anden del overlader vi det til enhver at klare sig selv. Med den tredje del etablerer vi familie. Men den fjerde del dyrker vi vores krop. Med den femte del søger vi sammen. Og med den sjette del sidder vi foran computeren det meste af tiden. I hver af de 6 bevidstheder finder vi en "logik" og sørger for at agere konstruktivt. Men alle 6 trækker i hver sin retning.

Indholdet i hver af de 6 delbevidstheder er bestemt af det sociale fællesskab, der knytter sig til denne delbevidsthed. Hvis denne delbevidsthed ikke bruges, vil man føle et indre tomrum.

Der informeres mere og mere. Der kommunikeres mere og mere. Og især informeres og kommunikeres der om, hvordan man skal kommunikere.

Ligesom der ikke er nogen forbindelse mellem de indre 6 *mig*'er, er der reelt heller ingen forbindelse mellem mennesker. I én sammenhæng bruger man den politiske del af bevidstheden, når man snakker med andre, som så også bruger den politiske del af deres bevidsthed. I en anden sammenhæng bruger man sin computer/mobil bevidsthed sammen med andre, som så også bruger deres computer/mobil bevidsthed. I en tredje sammenhæng bruger man sin café-bevidsthed sammen med andre, som så også bruger deres café-bevidsthed. Man kommunikerer ikke med hele mennesker. Man kommunikerer fra en sjettedel af sig selv og til en sjettedel af andre mennesker.

Kroppen



Ikke nok med at der er muskelspændinger mellem underliv og bryst samt mellem bryst og hoved; de tre kropsdele er også drejet frem og tilbage i forhold til hinanden, så kroppen danner et zigzag. Psykisk handler det om, at kroppen holder på sig selv.

Det tydeligste er den underspændte mave, som de fleste har. Kun få unge mænd erstatter den med overspændte muskler. Det øverste af brystet er totalt underspændt, så der ikke foregår nogen bevægelse i musklerne her. For kvindernes vedkommende medfører det, at der kommer for lidt ilt til brysterne. Og når forsyningen af ilt kommer ned under 40 % af det naturlige, opstår der kræft.

I lungerne opstår der kræft, hvis man ryger, fordi der lægger sig tjære rundt om nogle celler, så de ikke får ilt nok. Rundt om i kroppen aflejrer der sig giftstoffer og forurening, så der her heller ikke kommer ilt nok til nogen celler. Men hvis der sker en masse bevægelse, skylles de fremmede stoffer ud. Men dér, hvor der er permanente muskelspændinger, er der ikke sådanne bevægelser, og så opstår kræft. Det sker i halsregionen, mave-tarm, underliv og bækkenbundsområdet. For 10 år siden var det cirka 25 %, der fik kræft. I dag er det over 35 %. Om 10 år er det 45 % - forudser europæiske læger. I USA forudser man over 50 %. Det europæiske menneske har en bevidsthedsstruktur, der slår én ihjel. Spændingerne giver hovedpine og smerter i de spændte muskler. Depressioner er blevet helt normale. Og forbruget af nervepiller er steget over 1000 % i løbet af de sidste 10 år. Men hvis man spørger, hvordan folk har det, aner de det ikke. For der er ingen af de 6 del-bevidstheder, der bruges til at mærke sig selv.

De 6 delbevidstheder trækker alting i forskellige retninger, sådan at der opstår sociale problemer. I fjernsynet var der for 5 år siden en masse programmer, hvor folk fortalte om deres problemer. Det sker stadig. Men modsætningerne i dagligdagen er blevet så groteske, at de fleste kun magter at grine ad dem. I fjernsynet er der nu massevis af programmer, hvor man griner hele tiden. Det kan være konkurrencer, quiz eller andet. Og man inviterer kun dem i studiet, som hele tiden formår at grine. Som oftest er der ikke noget at grine af. Men så laver man lidt mimik – eller tilføjer et par skøre ord - og så griner alle voldsomt. Vi er glade og har det sjovt.


En dag gik jeg forbi en kiosk med et stort skilt, hvorpå der stod 164 millioner kroner. Man behøver ikke mere at skrive, hvad det handler om.


Det er ugens gevinst, hvis man spiller lotto. Tidligere var det normalt kun at vinde nogle tusinde kroner. Det kan man stadig; men det er ikke nok. Der skal også være en gevinst, der er så stor, at hele ens liv forvandler sig. Man har ganske vist 6 bevidstheder, der hver for sig giver en mening. Men man har en *følelse* af, at det alt sammen er meningsløst.

Denne følelse kan man undgå at føle, hvis deperdutionen er fuldt gennemført. Så føler man ikke noget mere. Så har man bare en hjerne med 6 forskellige og uafhængige bevidstheder, som man kan skifte imellem.

Bevidsthedsspaltningerne sætter sig som permanente overspændinger i lænd og nakke. Der er også underspændinger med slatne muskler, men dem mærker man ikke. De fleste over 30 år får så kraftige overspændinger, at de giver daglige smerter. Og heraf bliver nogle sygemeldt og skal have medicinsk behandling. Det drejer sig om 23 %, der har for voldsomme smerter i lænden - og 15 %, der har for voldsomme smerter i nakken. Den almindelige opfattelse er, at det skyldes dårlige arbejdsstillinger eller for lidt eller for meget fysisk udfoldelse. Men det rammer også mennesker, der egentlig passer godt på deres krop. Problemet er, at man *har* en krop. Den er som en ting. Og problemerne er startet som psykosocial bevidsthedsmæssig selvundertrykkelse, hvor man fortrænger det levende i kroppen. Den er blevet til et stykke mekanik.

Magt i samfundet

 Ind imellem er man jo i stand til at slippe spaltningerne i bevidstheden, og så oplever man den gamle opfattelse af, at der er en ledelse (hoved), der styrer folket (underliv). Det har indtil nu medført, at forskellige folkelige grupper, der ønsker forandringer, fortsat forsøger at højne bevidstheden, så alle – inklusive politikerne – indser og forstår noget mere, og at det politiske system så skal løse de problemer, som der er.

politik →  Men bevidsthedsstrukturerne bliver også til samfundets strukturer. Den sjettedel af befolkningen, som beskæftiger sig med samfundets ledelse, er politikere, journalister, forskere og teknokrater. Og de styrer én del af samfundet. Der er andre, der styrer de andre 5 dele. Og hvis man objektivt ser på, hvad

politikerne formår – bortset fra store kriser, hvor alle kan blive enige - er det stort set kun at supplere de bevidstheder, som de øvrige dele af samfundet beskæftiger sig med. Det er blevet til politik for politikens egen selvretfærdiggørelse. Og mange i dag diskuterer, om vi ikke skal afskaffe hele det politiske system – og at vi så alle sammen bliver gladere.

Begrebet *unge demokratier*, bruges om de lande, hvor europæerne har siddet på magten og smadret deres kultur – og senere har frigivet dem for slaveri, men på økonomiske vilkår, som de ikke har kunnet sige nej til, og hvor de nu er ofre for kapitalismen.

Der er så forskellige grupper i disse lande, hvor hver har en general og nogle soldater, der sidder på en lokal magt. Og de slås så om at erobre landets centrale magt. Der foregår en omfattende korrupsion, hvor disse krigsherrer får store penge beløb af vestlige lande og firmaer, mod at man til gengæld kan sikre sig råstoffer og fødevarer, som kan transporteres til Vesten. Nogle gange indsætter Vesten en regering, som er ”demokratisk” valgt, men som kun kan opretholde magten med Vestens militære hjælp og med økonomisk støtte til ”regeringen” – mod altså at sikre sig ”fri” handel, hvor Vesten massivt udnytter og udplyndrer de fattige lande.

Ved at kalde disse lande for ”unge demokratier”, snyder vi os selv til at tro, at der kun er én form for udvikling, og at vi er foran, mens de andre halter bagud.

Inden deperdutionen gav alienationen og reifikation en vrede og had imod ”det”, som man havde projiceret ud. Det onde og dårlige i sig selv oplevede man så hos de ”andre” – altså de politiske modstandere, samfundets kriminelle smat mennesker i andre kulturer.

Med deperdutionen er alt projiceret udenfor *jeg*'et. Vi sidder inde i vores hjerne. Vreden og hadet er lige så meget rettet mod vores egen krop som mod andre. Men hvor det tidligere var en kropslig følelse, er det nu en hjernemæssig tanke.

Deperdutionen medfører også, at vi godt kan mene noget; men reelt har vi opgivet vores egen kraft og magt, som jo er kropslige evner. Og så tror

vi, at vi skal overbevise nogle andre kraftfulde og magtfulde menneske om vore indsigter, så de kan løse problemerne.

Vi tror, at det handler om, at vi skal blive klogere og klogere – og udnytte stadig nyere teknologi. Så skal det nok gå alt sammen. Vi skal blive mere og mere unaturlige. Vores oprindelige bevidsthed duer ikke mere. Vi skal fortrænge kroppen. Det er hjernen, der skal styre.

Hjerne og energilegeme

I Kina mener man, at det er energilegemet – altså de elektriske spændinger på overfladen – der er det egentlige levende. Energilegemet kan selv skifte energimønster. Og der er 64 forskellige kombinationer med høj og lav ladning i hoved, bryst og underlig i højre og venstre side. Energilegemet rummer også følelser. Her er der vilje, lyst og opmærksomhed. Og fra alle dele af energilegemet går der nervetråde op til hjernen, som er et mere passivt føleorgan.

I Vesten i dag mener man, at bevidstheden befinder sig i hjernen. Man kan ganske vist ikke forstå, hvad det er, som styrer hjerneprocesserne. Men man tror, at forskningen før eller siden finder ud af det. Kroppen er blot noget materielt. Det er hjernen, der styrer alt.

Jeg tror, at hjernen er et organ ligesom andre organer, og at nervetrådene forbinder alt, sådan at bevidstheden befinder sig overalt. Jeg oplever, at jeg med mit energilegeme kan træffe beslutninger – hurtigere end min hjerne kan følge med. Men jeg kan også med min hjerne træffe beslutningen, som energilegemet ikke ”forstår”.

Her i Vesten mener man, at kineserne har et undertrykkende system, der truer hele klodens fremtid. Jeg tror, at det er Vestens system, der er på vej til at ødelægge alting.

Politiske systemer

I 1800-tallet førte de europæiske lande krige mod hinanden. De kæmpede om at skaffe sig territorier rundt om i verden, så alle lande uden for Europa blev til kolonier. I 1900-tallet fik vi Første Verdenskrig, der handlede om, at Tyskland manglede kolonier – og Anden Verdenskrig,

der handlede om, at Tyskland ville herske over hele verden. Bagefter kom den kolde krig, hvor Sovjetunionen ville lave socialisme over hele verden. Men amerikanerne vandt, og de har så skabt et globalt økonomisk system, som alle lande på jordkloden er tvunget til at være med til.

Lad os se lidt nærmere på den kolde krig. Amerikanerne lagde en økonomisk blokade rundt om Sovjetunionen, så der ikke kunne foregå nogen handel mellem Sovjetunionen og andre lande. Samtidig førte amerikanerne krig i Vietnam, som gjorde oprør mod amerikanernes kolonisering. Alle lande i Sovjetunionen overførte store pengesummer og militært udstyr til vietnameserne, så der ikke var råd til velfærd i egne lande. I Vest-Europa sørgede man for, at arbejderklassen fik en stadig stigende velstand med fjernsyn, bil og sociale ydelser. Og i Øst-Europa var der ingen penge til nogen udvikling, sådan at arbejderne i øst blev misundelige på arbejderne i vest. Både i Nato og i Sovjetunionen fik man flere og flere atomvåben. Og det trak op til Tredje Verdenskrig. Nato var militært og økonomisk overlegen. Så den eneste mulighed for Sovjetunionen var at opføre sig som tusindvis af rotter, der besætter et hus. De havde så mange soldater, at de kunne besætte hele Vest-Europa, uden at Vesten kunne forhindre det. Og det vidste begge parter godt. Vestens plan var så at omlægge sit militær, så det var mere mobilt. Og hvis Sovjetunionen besatte hele Vest-Europa med soldater, ville Nato føre sin krigsmaskine østpå og totalt udslette Moskva og andre store byer. Og bagefter ville de så omringe Vest-Europa med en militær ring – på samme måde som man havde gjort med Sovjetunionen. Der ville så komme materiel mangel i Vest-Europa, fordi man ikke kunne importere råvarer. Og det ville knække befolkningen politisk. Denne plan kendte man godt i Sovjetunionen. Men det var en gammel erkendelse i Sovjetunionen, at socialismen kun kunne overleve, hvis de europæiske rige lande også deltog. Og Sovjetunionens plan var så, at alle de sovjetiske soldater skulle aflevere deres våben til de europæiske arbejdere, som så kunne indføre ”proletariatets diktatur” og dermed starte en udvikling mod socialisme. Denne plan kendte Nato godt til. Man kendte godt hinandens planer. Sovjetunionens atomvåben var rettet mod Amerika og skulle skræmme dem – og bruges som gengældelse. Nato fik en masse små ”taktiske” atomvåben, som kunne bruges til at bombe en by i Vest-Europa, hvis det var nødvendigt. Men man udviklede også en

brintbombe, som kunne springe højt oppe fra, at alt levende døde, men hvor jorden ikke blev radioaktiv forurennet.

I både Nato og Sovjetunionen var der nogen, der ville gennemføre krigen – men lige så mange, der ikke ville. Og det endte med, at der i Sovjetunionen kom en konfrontation mellem stalinisterne, som sad på statsapparatet og militæret – og leninisterne, der udgjorde det politiske parti. Leninisterne vandt, hvorefter hele Sovjetunionen nedlagde sig selv.

I de senere år har Rusland så brugt deres sidste kræfter på at skabe og udbygge nogle atomraketter, der kan affyres i Rusland og ramme USA. Det skal afskrække amerikanerne, så de ikke tør gøre hvad som helst.

Amerikanerne har efter den kolde krig især sørget for at have kontrol med hele Mellemøsten. Det har handlet om olie. Hele den vestlige industri har været afhængig af olie. Og Mellemøsten har haft og har stadig masser af let tilgængelig olie. Amerikanerne har ikke direkte besat Mellemøsten. Men de har støttet flere af de store regimer med både militær og penge. De har også direkte modarbejdet regimer, der enten var lidt socialistiske eller islamistiske. Og da Irak leder, der tidligere var støttet af amerikanerne begyndte at optræde mere selvstændigt, gik man i krig mod ham – med påskud af, at han havde masseødelæggende våben. Man bombede og besatte landet, myrdede lederen og overgav oliefelterne til vestlige firmaer. USA har over været i krig i Afghanistan i 20 år. Men det er slut nu. Amerikanerne har opfundet en metode, der kaldes fracking, hvor man hjemme i USA kan pumpe olie op fra små lagre i egen jord, så de er ikke længere afhængig af olie fra Mellemøsten. De amerikanske styrker er ude af Afghanistan i efter året 2021. Og fordi USA nu har olie nok fra egen undergrund – og at de hastigt er ved at omlægge til grøn energi, vil amerikanerne ikke længere besætte Mellemøsten. Og det er næppe realistisk, at europæiske lande kan fortsætte besættelsen.

Adskillige af arabiske terrorgrupper har udtalt, at de vil vedblive med terror, indtil Vesten er ude af Mellemøsten. Indtil det sker, vil de optrappe terroren mere og mere. Europæerne er også i gang med omlægning til grøn energi. Så der er håb forude.

Kineserne har gennemført nogle 20-års runder med store forandringer. Særlig kendt er 1-barns politikken. Hver familie må kun føde 1 barn. Og i løbet af 20 år halverede man befolkningsantallet. Hermed udryddede man

sult. I de sidste 20 år har man så i mindste detalje efterbet Vesten. Man har kopieret alle industrielle produkter. Man har bygget enorme mængder af højhuse (som nu står tomme). Man har efterbet Vestens økonomiske system. Og man har opbygget et militær, som på mange måder ligner Vestens. Nu står man overfor en ny 20-årig periode – og de kinesiske magthavere har bekendtgjort, at man så vil udforske og udvikle noget andet, så man bliver mere alsidig. Hvad der er? – og hvad det bliver, vil vise sig.

Men både industrielt, økonomisk og militært ser det ud til, at Kina i løbet af de næste 20 år overgår Vesten i styrke. Amerikanerne ser det som optakten til en ny kold krig, idet man tror, at kineserne vil være lige så imperialistiske som Vesten. Men selvom kineseren satser på et større global samarbejde, er det tydeligt, at de tænker og handler anderledes end Vesten.

Det nye interessante er, at der ikke længere kun er én supermagt (USA), der alene kan styre og kontrollere den globale økonomi og handel. Men at der indenfor få år er to lige stærke supermagter.

I de fattigste lande boede 80 % af befolkningen omkring år 1980 på landet, hvor de ejede en smule jord og var selvforsynende. Men siden har de været tvunget økonomisk til at sælge deres jord, så de nu bor i slum rundt om storbyerne. De har solgt jorden til Vestlige firmaer, som nu har store marker, hvor de producerer palmeolie, biobrændsel og foder, der transporteres til Vesten. Overførslen af råvarer og fødevarer stiger år for år.

På en international ulandskonference i 2005 i Paris erkendte man, at ulandshjælpen i de sidste 20 år ikke havde hjulpet de fattigste. Det meste af hjælpen var gået til jernbaner og havne, så råvare og fødevarer kunne transporteres fra landet ud til havnene, hvorfra det så kunne sejles videre til Vesten. 90 % af alle jordklodens råvarer og fødevarer overføres fra ulandene til Vesten. Vi, der bor her i Vesten, har et overforbrug, der er ved at ødelægge hele planeten. Havene bliver fulde af plastik. Forureningen far vores industri ødelægger naturen og luften. Vores industri udleder mere og mere CO₂, så den globale opvarmning fortsætter.

Med al denne overflod får arbejderne i Vesten mere og mere isenkram, plastik, elektronik, biler og madvarer. Og forbruget af alkohol og euforiserende stoffer er enormt stort. Det samme er forbruget af

lykkepiller og nervepiller. Stress, depression og en lang række af psykiske sygdomme har ramt os. Og der bliver bare mere og mere af det alt sammen.

Med den tredje bevidsthedsspaltning – deperdutionen – har folk fået 6 *mig*'er, der er optaget af 6 forskellige bevidstheder. Men der er intet *jeg* eller *mig*, der forholder sig til, hvordan vi vil leve livet.

Det har medført, at de rigeste uden nogen som helst modstand har raget mere og mere til sig. Afstanden mellem rig og fattig vokser hele tiden.

1 % af jordens befolkning ejer nu 99 % af alle værdier. Og politikerne hopper med på vognen og sørger for, at de også hele tiden tjener mere end den almindelige befolkning. Der skal hele tiden ske en vækst i produktion og økonomi. Økonomerne forholder sig kun pengestrømme. Og så ser det ud som om, at der er ubegrænset muligheder for yderligere vækst.

Men jordkloden er begrænset. Hvis de fattige skal op på Vestens levestandard er der brug for 4-5 jordkloder for at skaffe råvarer nok. Hvis de bare skal lidt ad vejen, er der måske kun brug for 2 jordkloder. Men vi har kun 1. Og den lider allerede under den nuværende belastning.

Noget andet er, at folk i de fattigste nu har fået smartphone og kan følge med i, hvad der sker. Og de vil ikke fortsat affinde sig med, at kloden smadres, og at de skal være ofrene. Så i den kommende tid er der grund til at tro, at de fattige vil kræve, at store dele af deres råvarer og fødevarer skal gå til befolkningen i deres egne lande – og ikke fragtes til Vesten, som det sker nu.

Den kapitalistiske økonomi er kørt helt galt. Frem til 1970 havde en virksomhed kun én regnskabschef, og man tjente de fleste penge på at producere og sælge varer. Men i stedet for at investere i produktion, kunne det nu bedre betale sig at investere i finanser. Hvis man købte aktier, der handlede om at producere noget, kunne man få 10-20 % i rente, og så vidste man, hvilken produktion aktierne handlede om. Men så kunne man i stedet købe andre aktier, der gav 30 % i årlig rente. Her kunne man ikke få at vide, hvad pengene gik til. Men det var en meget sikker investering. I de år fik de fleste fattige lande et stort militær – uden at nogen spurgte, hvor pengene kom fra. I finanscentrene tjente spekulanterne godt. Og år efter år har de tjent mere og mere. En virksomhed i dag har stadig en regnskabschef, som styrer produktionen. Og måske tjener man også lidt på at producere. Men nu har man også en

kassemester, der spekulerer med virksomhedens penge. Og han tjener mange gange mere, end hvad virksomheden kan opnå ved at producere. For 10 år siden kunne en finansmand tjene et par millioner om året. Men i dag er det mere normalt, at han tjener over 50 millioner om året. Udelukkende ved spekulation. Nogle har undersøgt, hvem disse spekulanter er. Og de er selvfølgelig meget forskellige. Men et flertal af dem tager dagligt kokain og drikker sig fulde. Og de har et stort forbrug af prostituerede. De låner penge ud til virksomheder, der bygger huse, der er for dyre. Og de låner penge ud til folk, der vil købe disse huse, selv om de ikke har råd til at betale gælden tilbage. Og gældsbeviserne sælger finansfolkene til andre mindre kloge spekulanter, der så går fallit. Man griner rigtig meget i disse kredse. Og under den finanskrisen, som Vesten var igennem i årene efter 2008, har disse spekulanter øget deres indtjening ganske meget. Alle venstreorienterede, socialister og marxister kan indse, at det ikke kan fortsætte. Men alle kapitalister mener, at man ikke kan ændre det økonomiske system. Der er ganske enkelt ingen alternativer. Og selv under den nuværende økonomiske krise har kritikerne ikke kunnet komme med et eneste forslag til forandring.

Det er også lykkedes spekulative økonomer at få folk til at spare op til deres egen pension. Økonomer ved godt, at opsparing gør os fattigere. Og man kalder det for ”opsparingsparadokset”. Men sagen er, at det skal være almindelige mennesker, der sparer op, sådan at de rige kan bruge deres penge. Så hver gang du indbetaler til pension, går dine penge til at udplyndre kloden endnu mere, så der kan overføres stadig flere råvarer og fødevarer fra de fattigste lande til os i Vesten.

Ganske vist har vi så nogle magtforhold i vores samfund, så dem, der har indbetalt til udplyndringen, får udbetalt ”pension”, når de bliver gamle. Det gælder dog kun, hvis der foregår en stadig større overførsel af materielle goder. Da økonomerne for 40 år siden udtalte sig om pensionsopsparing, grinte de og sagde, at et rugbrød ville koste en million kroner, når man blev gammel. Men den massive udbygning af de fattige lande har medført negativ inflation og negative renter.

Når det kommer til virkeligheden, er det altid den arbejdende del af befolkningen, der ”betaler” til samtidens gamle. Det er en illusion, at man kan gemme rigdom til senere brug.

Danmark er et landbrugsland. 60 % af al jord er marker. Og på 80 % af markerne dyrkes foder til kødproduktionen. Derudover importerer vi meget store mængder af foder fra Syd-Amerika, hvor man afbrænder junglen, så man kan flere marker, hvor der kan dyrkes foder. Vi producerer så store mængder af kød, at langt det meste eksporteres. Landmændene overlever kun, fordi de får økonomisk støtte fra EU og den danske stat, og fordi de har taget enormt store banklån. Globalt set står kødproduktionen for halvdelen af CO2 udslippet. Men danske politikere har stort set fredet landbruget. Det skyldes selvfølgelig, at de selv elsker kød og trænger til det.

Det var den lille istid, som satte gang i kødproduktionen. Temperaturen begyndte allerede at falde i 1300-tallet. Men i 1600-tallet var sommertemperaturen faldet 10 grader i forhold til tidligere. Og så kunne man ikke producere korn og grønsager nok. Halvdelen af europæerne døde af sult. Og de overlevende begyndte at spise kød i store mængder. Allerede i slutningen af 1800-tallet begyndte temperaturen at stige igen. Og efter 1920 kan man igen producere rigeligt med korn og grønsager.

Menneskets mave-tarm system er ligesom de planteædende dyrs. Hvis vi spiser ½ kylling, tager det over 3 uger at fordøje den. I disse 3 uger er der så syreoverskud i blodet. Det medfører, at vi får huller i tænderne. Blodårerne ætzes indvendigt, så der flyder hudflager rundt i blodet. Og knogler og led ætzes langsomt, så de fleste over 60 år skal have kunstige hofter og/eller knæ.

Når man alligevel spiser kød, er det, fordi det giver en behagelig oplevelse. Det føles, som om man har taget en nervepille eller en lykkepille. Man bliver slap i kroppen. Syren påvirker hjernen, så man bliver sløv. Det er lidt af den samme oplevelse, som en narkoman føler, når man har sprøjtet heroin eller morfin ind i blodet. Bare i mildere grad. Man bliver ikke fysisk afhængig af kød. Men psykisk er de fleste afhængige af den afslappende rus, som kommer efter måltidet.

Man ser derfor husdyrene som kød. De har ingen rettigheder. De skal leve deres liv i en slags kød fabrikker. Vi har magten over dem – ligesom vi tidligere havde magt over afrikanske slaver, der arbejdede for os.

De fleste europæere kan ikke forestille sig en verden efter kapitalismen og imperialismen. Man kan kun forestille sig, at det nuværende system fortsætter.



Den grundlæggende samfundsbevidsthed i vores kultur handler om, at vi hele tiden bevæger os fra noget dyrisk op til noget mere forstandigt. Og alle de problemer, som vi støder på, kan kun løses, hvis vi får endnu mere viden og endnu mere styring og kontrol – tror vi. Men der er noget nyt på vej.

Kulturmønstre

Omkring årtusindskiftet boede jeg helt alene, havde ingen kæresten, havde droppet tidligere venner – og arbejdede som sproglærer for flygtninge. Her fik jeg nye venner, der alle var muslimer. Det var meget interessant, fordi de og jeg tænkte forskelligt, og vi havde adskillige diskussioner om mange emner. Der var så et halvt års tid, hvor jeg udelukkende var sammen med og snakkende med disse venner fra den arabiske kultur. Og jeg husker tydeligt, hvordan jeg de første par måneder blev mere og mere imponeret over den store visdom, der er i Islam. Også socialt blev jeg overrasket over, hvor frie og kærlige de var – i sammenligning med mine tidligere danske venner. Og især kom det bag på mig, at kvinderne var meget mere frie end europæiske kvinder. Men så begyndte det langsomt at vende. Jeg opdagede lidt efter lidt det ene problem efter det andet. Og så indså jeg, at der ud over visdommen også var nogle sociale og bevidsthedsmæssige forhold, som var dybt problematiske - og efter min bedste overbevisning afslørede nogle ret reaktionære og menneskefjendske indstillinger. Til sidst efter ½ år blev det klart for mig, at den arabiske kultur havde lige så meget dårligt, som den havde visdom.

De følgende år var jeg meget i Syd-Indien og boede ude i kasteløse (dalit) landsbyer eller stammelandbyer. Og her gik det på samme måde. De første par år opdagede jeg en visdom, som overgik alt, hvad jeg kender her fra Vesten. Men så vendte det. Og så erfarede jeg, at der også her var lige så meget dårligt som godt. Jeg har siden mest dyrket kineserne og afrikanerne. Og jo, mønstret var det samme.

I dag ved jeg, at alle kulturerne for et par tusinde år siden opdagede noget visdom. Og i dag ved jeg, at der i hver kultur er sådan en visdom, men også at der lige så meget dårligt. Lad mig starte med vores egen kultur.

De gamle grækere stivnede i analyse-energien. De gamle jøder stivnede i enheds-energien.



Og de kristne stivnede så i analyse-enheds-energien. Der er en stor visdom i disse energimønstre. Med analyse-energien kan vi udtænke planer, men vi kan også styre og kontrollere os selv. Og med enheds-energien har vi fokus på det enkelte menneskes værdi, så vi går ind for de såkaldte ”menneskerettigheder”.



Så har vi nogle venstreorienterede, der identificerer sig med analyse-energien – og kan se alt det dårlige hos de højreorienterede, der identificerer sig med enheds-energien.



Og tilsvarende har vi nogle højreorienterede, der altså identificerer sig med enheds-energien – og kan se alt det dårlige hos de venstreorienterede, der altså identificerer sig med analyse-energien.

Det gælder for både de venstreorienterede og de højreorienterede, at de overordnet kan se, at vi i vores kultur har en visdom, som andre kulturer ikke har. Men vi (venstreorienterede og højreorienterede) kan også se, at der er en masse dårligt i vores kultur. Men det skyldes bare de politiske modstandere – tænker vi. De venstreorienterede mener, at vi kun ville have visdom, hvis de højreorienterede ikke fandtes. Alt det dårlige skyldes de højreorienterede. Og tilsvarende mener de højreorienterede, at vi kun ville have visdom, hvis de venstreorienterede ikke fandtes. For alt det dårlige skyldes de venstreorienterede.

Sandheden er ganske enkelt. Alle energimønstre giver en bevidsthed med visdom. Men hvis man stivner i kun ét energimønster og bruger det i alle sammenhænge, opstår det modsatte af visdom. Så bliver man reaktionær.

Når europæere så kigger ud i verden og ser, at forskellige kulturer er stivnet i bestemte energimønstre, ser vi alt det dårlige og reaktionære. Men hvis vi kommer tæt på menneskene, opdager vi, at de også har en visdom, der er lige så stor som vores egen.

I den arabiske kultur kigger man også ud i verden og oplever, at alle de andre kulturer har dårlige og reaktionære bevidstheder. Og når de kigger ”indad” i deres egen kultur har de det ligesom her i Vesten, hvor vi har venstreorienterede og højreorienterede der kan se hinandens ”dumheder”, og sin egen visdom.



I den arabiske kultur har vi shia og sunni. Jeg har studeret dem så meget, at jeg kan indse, at begge grupper er stagneret i territorie-samlings-energien, hvor den ene gruppe identificerer sig med territorie-energien – og den anden gruppe identificerer sig med samlings-energien. Men ligesom her i Vesten har de to grupper begge siders energier og bevidstheder i sig.

Det er endnu ikke lykkedes for mig helt at forstå, hvorfor de to grupper ”hader” hinanden – og hvad den enkelte gruppe egentlig identificerer sig med. Det skyldes nok, at jeg også har svært ved at forstå vores egen kulturs venstre- og højreorienterede.

Jeg synes, at både territorie-energien og samlings-energien rummer meget stor visdom. Men jeg kan også godt se, at det let bliver vendt til dumhed, hvis man kun identificerer sig med et af disse energimønstres bevidstheder – og altid bruge det i alle sammenhænge.



Vi ser noget lignende i USA hos Republikanerne, hvor man er stivnet i udlevelseshengivelses-energien. Her er også 2 fløje. De fleste fattige Republikanere samt præsident Trump identificerer sig med udlevelseshengivelses-energien. Og de mere velhavende Republikanere identificerer sig med hengivelses-energien. De to fløje kan se hinandens dårlighed. Men begge fløje kan se, at Demokraterne og alle andre kulturer er endnu mere reaktionære.

I Kina har vi haft 20 år, hvor de velhavende har dyrket den europæiske bevidsthed med analyse-enheds-energien – og ”afprøvet” kapitalismens lyksaligheder fuldt ud. Men de kinesiske myndigheder har i de seneste par år argumenteret for, at man også skal dyrke andre bevidsthedsmønstre.

Det karakteristiske for kinesisk kultur er, at man har tradition for at skifte rundt mellem *alle* energimønstre – uden at dyrke et eller et par af dem. Men det har også vist sig historisk at være lige så dårligt som at hænge fast i kun *ét* energimønster. For så når man aldrig i dybden med noget som helst.

I Afrika er det gået endnu værre. Dels skifter man rundt mellem alle energimønstre og deres bevidstheder. Men som vi har set det i Europa siden 1400-tallet, kan man også spalte sin bevidsthed, så man kan have forskellige bevidstheder i højre og venstre side samt i underliv, bryst og

hoved. Og mange afrikanere har så gjort ligesom os, nemlig identificeret sig med én af de bevidstheder, som man kropsligt har – og projiceret andre ud, som så er blevet til andre stammer, ånder eller dyriske kræfter. Og så er det sket flere gange, at mennesker i én stamme har følt, at mennesker i en anden stamme er onde, og at det er nødvendigt at slå dem ihjel.

På den måde ligner afrikanerne os europæer, som også har gået i krig for at slå andre ihjel, når de er blevet besat af en bevidsthed, som er anderledes end den bevidsthed, som vi selv identificerer os med.

Psykologisk handler det om, at vi inde i vores kropslige bevidsthed har en del, der er projiceret udenfor vores *jeg*, og som vi altså oplever hos andre – samt at denne bevidsthed er fuld af vrede og had over at være projiceret ud – samt har et desperat håb om at blive genforenet med resten af vores bevidsthed. Men denne genforening kan vi ikke opnå – tror vi – så længe der er nogle ”derude”, der har sat sig på denne bevidsthed og dermed forhindrer genforeningen.

De vestlige politikere, journalister, samfundsforskere og andre kultur-elitære vesterlændinge kan godt se, at den vestlige kultur med analyse-enheds-energien ikke længere dominerer udviklingen. Men de kan kun se alt det dårlige i andre kulturers energimønstre og tilhørende bevidstheder. De kan kun se forfaldet. De kæmper for at bevare analyse-enheds-energiens bevidsthed, fordi de mener, at det er den eneste rigtige bevidsthed.

Naturligt fællesskab

I gamle dage i Europa havde man kendskab til alle de 8 roller, som de grundlæggende energimønstre kunne danne. Der er 4 manderoller og 4 kvindroller.



Den vilde mand var ikke vild, som nogle drenge er i børnehaven eller skolen. Han var stille og rolig. Han havde forladt civilisationen og levede ude i skoven. Måske havde han haft nederlag i forhold til andre mennesker; men det var ikke sikkert. Man han havde fravalgt den styrende forstand, som andre havde i hovedet. I stedet lod han naturen styre; og så fandt han sig selv (underliv) som en del af naturen. Engang imellem kom han ind i landsbyen. Og mange kvinder syntes, at han var god at have sex med, for han var dyrisk og ligefrem.



Faderen eller soldaten er idealet for en mand i Europa. Med forstanden (hoved) kan han styre og kontrollere dyret (underliv) i sig selv, så han kan blive en civiliseret og en beskyttende fader. Og når der er brug for det, kan han blive en soldat (underliv), der adlyder og gør, hvad en befalingsmand, officer eller general beordrer ham til.



Krigeren adlyder ingen ordrer. Han har et spirituelt mål (hoved). Og så bruger han sin krop til at nå målet, som enten kan være fredeligt og opbyggende eller voldeligt og nedbrydende.



Herskeren er én, der samler fællesskabet. Han kan være blid og beskyttende og give plads til alle, så de kan udfolde sig frit. Men han kan også være en tyrann, der undertrykker alle, så de følger hans vilje og lyst. Der er mange eksempler på, at han i starten mest er den blide og beskyttende, men at han ender som en tyrann, som folk frygter.



Heksen er blevet beskyldt for, at Satan har taget bolig i hendes underliv, sådan at hun her har en ond kraft, der er skjult. Hun kommer i konflikt med mænd, fordi hun hele tiden blander følelser og forstand – og ser alting på en anden måde, end mænd gør. Hun accepterer ikke deres form for videnskab, men har en mere intuitiv opfattelse af, hvad der er sandhed.



Moderen har ømhed og medfølelse. Hun er sine følelser (bryst) og er hele tiden i kontakt med familien. Samfundet og forstanden (hoved) er mindre væsentlig. Og seksualiteten er mest noget med at få børn. Disse mødre havde og har svært ved at få orgasme.



Luderen ser (hoved) sig selv (bryst og underliv) udefra. Hendes krop er et redskab for mænd. Hun føler sit ydre som sit *jeg*. Og hun hengiver sig og underkaster sig mænds vilje og lyst.



Tjenestepigen var mest én, der lavede mad, serverede, var til pynt, ryddede op og gjorde rent; men man kunne også have sex med hende, hvilket dog ikke var særlig morsomt, fordi hun aldrig gav udtryk for følelser, men bare affandt sig med alt.

Der er ingen af disse roller, der er frigørende. Det frigørende opstår, når man udfolder alle 8 i en sammenhæng. I stedet for at opleve rollerne, skal man opleve den psyko-energi, der er fundamentet for rollerne. Når man først én gang har erfaret denne oplevelse, kan man let mærke de forskellige energimønstre og deres tilhørende bevidsthedsstrukturer. Og så kan man ikke lade være med at skifte rundt, sådan at man indtager det energimønster og den bevidsthedsstruktur, som passer til den sociale situation, man befinder sig i.

Kæreste

Når man tænker på at få en ny kæreste, som man gerne vil bo sammen med, gør man sig sikkert følgende overvejelser.



Det skal være en kæreste, der er i kontakt med sin vilje, kraft og seksualitet.



Kæresten skal have intellektuel formåen. Men de seksuelle energier fra underlivet skal også kunne rejse frække fantasier.



Det skal være en kæreste, der ikke på forhånd tager hensyn og er pæn. Der skal være en aktiv krop, og seksualiteten i underlivet skal blande sig med hjertet i brystet, så det frække og kærlige går op i en højere enhed.



Det skal være en person, der ikke kun skal have en partner til egen tilfredsstillelse, men som bruger kraft på at koordinere sig med sin kæreste, så man får en fælles energi.



Det skal én, hvor man kan sludre løs og grine om alting.



Det skal være et menneske, der kan og vil udtrykke og vise sine følelser.



Det skal være kæreste, der tør slippe kontrollen og hengive sig.



Og det skal være et menneske, der ikke hænger fast i fortiden, men tør udvikle og forvandle sig.

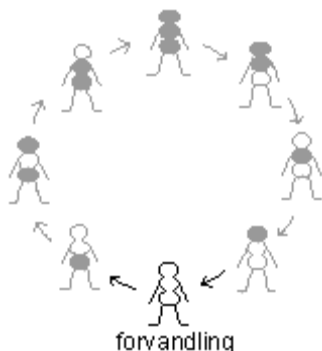
Det ligger dybt i os, at vi selv og vores kæreste – og gerne alle andre – skal kunne udfolde alle 8 energier frit.

Skifte energimønstre

Ligesom i 1700-tallet før den borgerlige revolution kom der i slutningen af 1960 også en inspiration fra Indien.



Det var udlevelsens-energiens bevidsthed om at tage afstand fra topstyring – og at man var god nok, som man var, hvis man bare koblede underlivets dyriske kræfter sammen med brystets kærlighed. Men der kom også en inspiration fra Kina om at bruge andre energimønstre og dermed andre bevidstheder. Det var først i 1990'erne, at jeg blev helt bevidst om det. Men nu skal vi se lidt nærmere på disse andre energimønstre og deres bevidstheder.



Når man kigger på det enkelte energimønster, kan man godt beskrive en kropsholdning, nogle følelser, en bestemt måde at fungere på socialt osv. Hvis man er stivnet i et energimønster, så man bruger det hele tiden uden sammenhæng med andre energimønstre, giver det en bestemt bevidsthed, som ofte er ret reaktionært. Det er i sammenhæng med andre energimønstre, at det bliver progressivt. Modtager-energien, hvor der lav ladning i både hoved, bryst og underliv kan bruges til

meditation. Så tænker man ikke på noget. Man føler ikke noget. Man vil ikke noget. Man oplever bare tomhed. Og det kan selvfølgelig være rart, hvis man ellers er fortravlet og gerne vil slappe lidt af. Men hvis man ønsker at revolutionere sig selv og verden, handler det ikke om at slappe af. Det progressive ved modtager-energien er, at der sker en forvandling af ens bevidsthed, hvis man bruger energimønstrene i sammenhæng. Præcis hvad der sker, ved jeg ikke. Men jeg ved, at man efter sådan en forvandling har svært ved at huske alt fra før forvandlingen. Og der er nogle af ens gamle tanker og følelser, som man ikke har mere, mens der er nye tanker og følelser, som er dukket op. Jeg tror, at de hvide blodlegemer har ædt nogle hjerne-celler og nervetråde, og at der er dannet nye hjerne-celler og skabt nye nervetråde mellem nogle af hjerne-cellerne. Det er ikke påvist videnskabeligt. Og det kan man måske slet ikke. Men

hjerneforskerne forestiller sig heller ikke, at der overhovedet kan ske sådan en forvandling.



Der var engang en dygtig virksomhedsterapeut (kaldte han sig), som fik en gruppe arbejdere til sådan at skifte bevidsthed. Med virksomhedsledelsens accept samlede han hver uge i et par måneder en arbejdergruppe til en times møde.

Til at begynde med tog de fleste arbejdere det bare som et hvil, hvor de fik løn uden at lave noget. Men lidt efter lidt overraskede han arbejderne, fordi han ikke snakkede om de bevidstheder, der knytter sig til normal ledelse eller forhold mellem ledelse og arbejdere. Han tog fat på de bevidstheder, der knytter sig de 4 viste energimønstre, hvor det enkelte menneske bearbejder bevidsthed og forvandler sig.



En bevidsthedsmæssig opvågning starter med enheds-energien. Hvordan har du det? Hvad føler du? Havde du en god morgen? Hvad tænker du om din familie? Er du tilfreds med dit liv? Føler du noget kunne være anderledes? Er der noget i dagligdagen, du føler er irriterende? Er det rart med en times hvil med løn? Er det godt, at vi kan snakke sammen? Terapeuten dyrkede enheds-energien meget grundig de første 3-4 møder. Til første møde var der kun et par stykker, der sagde noget. Til næste møde var der nogle flere, der også deltog. Arbejderne undrede sig lidt over, at de ikke skulle snakke om andet end sig selv; men terapeuten beroligede dem og sagde, at det kommer senere.



Så begyndte terapeuten at snakke om fortiden, idet han fokuserede på hengivelses-energien. Hvordan havde det været for 20 år siden? Hvad var det sket i de senere år? Havde der været nogen forandring? Hvad havde det medført? Nu kom der pludselig indhold i snakken. Men det interessante var, at terapeuten igen og igen forklarede noget om det at være menneske. Med hengivelses-energien kigger man (hoved) på sig selv (bryst og underliv). Man er jo et produkt af historien. Det er fortiden, der har medført, at man er den, som man er i dag. Men der er faktisk 2 bevidsthedsoplevelser. For ind imellem kan man ikke lade være med bare at føle sig selv som én, der sidder passivt og kigger på andre eller på omgivelserne. Og det betyder, at man cirka halvdelen af

tiden ikke er opmærksom på det, som de andre snakker om, men at man bare sidder og kigger tomt frem for sig og mærker sig selv.

Hvis man derfor skal bruge sådan en arbejdergruppe til at snakke ud fra sig selv – og ikke ud fra fikse idéer, som nogen manipulerer én til – bliver man nødt til at acceptere, at man er menneskelig, og at man altså halvdelen af tiden ikke hører, hvad de andre siger - og i øvrigt er ligeglad, fordi opmærksomheden er inde i sig selv.

Det betyder også, at man ikke kan følge en logik i den fælles snak. For lige pludselig er der én, der har siddet og tænkt på sig selv, og som nu siger noget, der slet ikke passer til det, som de andre lige har sagt. Og hvis de andre så synes, at det er pinligt, og at vedkommende skal koncentrere sig og følge med i snakken, fjerner man sig fra det, som er hele idéen - nemlig at finde frem til at snakke ud fra sig selv.

I denne fase af forløbet var der mange af arbejderne, der følte, at de lige pludselig blev accepteret, sådan som de var. Og så begyndte de langsomt at snakke ud fra sig selv.



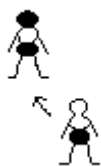
Terapeuten fortalte så om modtager-energien bevidsthed. Her hører man ikke, hvad de andre siger. Man tænker heller ikke over noget. Bevidstheden er bare væk et stykke tid. Og terapeuten spurgte alle, om de ikke kendte til det. Og jo, det gjorde de alle. Og så fortalte terapeuten, at det ikke bare var normalt, men at det var helt nødvendigt for at få nogle tanker og følelser, der voksede op indefra.



For det sker så helt af sig selv her i territorie-energien. Egentlig er det forvirring, der kommer inde i bevidstheden, for hverken tanker (hoved) eller følelser (bryst) er særlig klare eller bevidste. Men der vokser noget frem inden i én. Det er en kraft og en vilje, der tager udgangspunkt i én selv. Kun ved at gennemføre processen gennem de 4 energimønstre, sker det. Hvis man ikke har gennemlevet sådan en proces, vil ens tanker og følelser svæve forvirret rundt, hvor man ikke ved, hvor meget disse tanker og følelser handler om sig selv.

Ifølge venstreorienteret forestilling, der knytter sig til analyse-energien, er bevidstheden (hoved) altid et produkt, der er social skabt (underliv). Og det er da rigtigt, hvis man er stivnet i analyse-energien. Men de bevidsthedsprocesser, der drejer sig om ovenstående 4 energimønstre,

skaber i territorie-energien en bevidsthed, der er opstået inde i den enkelte.



Virksomhedsterapeuten havde bragt arbejdergruppen frem til en bevidsthedsmæssig opvågning. Og næste trin var så, at arbejdergruppen gik videre til analyse-energien, hvor de formulerede ønsker og krav (hoved) til ledelsen. Det interessante var, at mens de tidligere havde brugt analyse-energien til at opleve sig som ofre (underliv), der var underlagt en ledelse (hoved), formulerede de nu visioner (hoved) ud fra deres egne behov (underliv).



Og bagefter kæmpede de for at få det gennemført. Og her brugte de udlevelsens-energien, hvor de blev ved, lige indtil visionerne (hoved) var virkeliggjort, og de kunne slippe tankerne. Det var første gang, de nogen sinde havde udført en kamp for at ændre noget. Men det var ikke sidste gang. De havde lært noget om sig selv. De havde lært noget om bevidsthed. Og nu vidste de, at de selv skulle være i centrum, hvis de ville ændre noget.

Virksomhedsledelsen var meget glad for resultaterne. Én ville gerne møde ½ time senere om morgenen, fordi vedkommende havde et barn, der skulle i en børnehave, der ikke åbnede så tidligt. En anden ville gerne have en lampe hævet 30 centimeter, fordi han havde lidt svage øjne. En tredje svedte meget og ville gerne have noget mere udluftning. Så ville de alle sammen gerne høre mere om, hvad direktionen snakkede om. Alt sammen blev gennemført. Og ledelse og medarbejdere fik et meget bedre samarbejde, hvor man opfattede hinanden som partnere.

I en revolutionær forandringsproces handler det også om at få passive mennesker ud af deres fastlåste energimønster og stivnede bevidsthed. De har ikke brug for store teorier og analyser. De har brug for et socialt fællesskab, hvor de laver noget for hinanden, og hvor de begynder at snakke ud fra sig selv.

Det handler derfor ikke om at gå på barrikaderne og kritisere magthaverne, men sammen lave noget, som opbygger bevidstheden. Det kan være fællesdyrkning af grønsager, bygge et ungdomshus, tage på fælles ferie, opføre en revy, lave sjovt volleyball, hvor bold godt må røre

jorden én gang, og man gerne må slå til bolden mange gange. Det skal være noget, som bygger fællesskabet op. Fokus skal altså ikke rettes mod at nedbryde det bestående, men at opbygge noget nyt. Og den drivende kraft er, at enhver skal komme i kontakt med sin dyriske vilje – og det sker via en proces gennem flere energimønstre.

Der er nogen, der kæmper politiske kampe for at redde et naturområde eller for at ændre klimapolitikken eller folk patientrettigheder. Det er udmærket, men det bidrager ikke til nogen revolutionær handlekraft. Det bliver i højere grad til kollektiv afmagt, fordi magthaverne jo mener og tror, at de ved bedre og varetager befolkningens interesser.

Fri energi

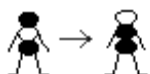
Nu vil vi se på, hvordan man kan anvende flere af energimønstrene. Hvis man evner at bruge dem alle sammen, kalder jeg det at have *fri energi*.



At skifte fra enheds-energien til hengivelses-energien kan være svært, fordi der er tale om en afladning. I enheds-energien føler man ansvar og selvværd (bryst). I hengivelses-energien mister man denne evne. I enheds-energien føler man sig oppe på en vis standard, som man sætter pris på. I hengivelses-energien falder man ned fra denne ”piedestal” og havner ligesom i skidtet. Det kan man forsøge at skjule med makeup, læbestift, smart frisur og lækkert tøj. Men hvis man ikke gemmer sig bag alt dette, føler man sig nøgen og grim. Man mister sin værdi i hengivelses-energien. Hvis man prøver at holde fast i sig selv, bliver man bare hysterisk, og ens tanker kører i ring hele tiden, mens man får hovedpine. Man kan ikke finde ud af at tage sig af sine børn. Man kan ikke selv gennemføre noget. Man føler, at man er en tom skal, og at der ikke er noget *jeg* indeni. Man har ikke vilje (underliv) til noget som helst. Man føler ikke lyst (bryst) til noget.

Og dog er dette skift noget af det smukkeste og mest kærlige. Ja, uden dette var fællesskab og kærlighed næppe muligt. Det passer ikke til et individualistisk samfund, hvor enhver af os hele tiden skal præstere noget og iscenesætte os selv. Derimod passer det perfekt til et kærligt forhold mellem mennesker. Det handler om, at man giver sig hen til dem, man har fællesskab sammen med.

Det virker kun, når man er i en social sammenhæng, hvor alle udfolder energimønstrene frit. Her skal man ikke være bange for, at ens energi aflades. De andre er der jo. Og de skal nok tage sig af én. Selvom man psykisk mister energi, betyder det ikke, at man mister sine kropslige kræfter. Det betyder bare, at man ikke kan følge sig selv. Nu skal man følge de andre. Man ser sig selv udefra. Ser sig selv med de andres øjne. *Hvordan tjener jeg fællesskabet? Hvad kan jeg gøre for dem? Hvordan styrker jeg enhver af de andre? Hvordan kan jeg være noget for dem?*



At skifte fra analyse-energien til udlevelsens-energien er der mere prestige i. Man slipper tankerne (hoved) og bliver krop (bryst og underliv). Man bliver mere mand; men desværre bliver det meget ofte misforstået, så man tror, at man skal kunne kæmpe mod nogle andre. Det vanskelige, men også konstruktive er, at man skal lære at tage kontakt til sin kæreste eller de andre i fællesskabet og fastholde kontakten. Man skal være noget for dem hele tiden; og man skal hele tiden – igen og igen – få de andre til at følge ens lyster. Man må meget gerne få ens kæreste og de andre til at yde helt ud til grænsen af, hvad de magter. Men man må ikke presse dem til at gå ud over deres grænser. Det vigtige er, at man ikke viser hensyn på forhånd. De andre skal opleve, at man er hæmningsløs. Og så er det deres opgave at bremse op, hvis man overskrider deres grænser.

De skal ikke bremse én med forklaringer og begrundelse (analyse-energien). Der må godt komme ord. Men det skal helst være med hengivelses-energien, for selvom denne energi mest handler om at følge andre, er det også en energi, der giver feedback og godt kan protestere.

Hvis man ikke får sin kæreste eller de andre ud på deres grænser for, hvad de magter, vil man bagefter føle, at det gik dårligt. Så føler de andre, at man ikke tør bruge deres evner. Og man føler sig selv som en kujon, der ikke tør satse fuldt og helt. Energiene bliver ikke gennemlevet, og man kan så ikke udvikle sig videre til andre energimønstre.



De to ovenstående skift handler om at begynde at bruge hinanden mere forpligtende. Og det skal man selvfølgelig kun, hvis man er med i et gruppefællesskab. Det bliver etableret med territorie-energien. Det handler ikke om, at man har samme idéer (hoved) som de andre. Man skal heller ikke have samme psykosocial adfærd (bryst). Det

er en kropslig og dyrisk energi. Den indebærer seksualitet. Men man behøver ikke at have sex med alle i gruppen. Til gengæld skal man gerne have det med mindst én. Bevidsthedsmønstret danner to psykiske grænser – omkring ens primær- og sekundærgruppe. Primærgruppen er den nære familie. Jeg kalder det en *gruppefamilie* – for at skelne den fra en kernefamilie. Sekundærgruppen kan være en forening, et landsbyfællesskab eller lignende. Jeg kalder det en *storfamilie*. Man oplever disse grænser sådan, at man tænker på nogle mennesker. Hvis det er primærgruppen, tænker man på 2-8 konkrete mennesker, som kan være ens kæreste, børn, familie, nære venner. Når man tænker på sekundærgruppen, tænker man på sit bosted, nogle møder, arrangementer, lejre og lignende, hvor man er sammen med en del mennesker, som man sympatiserer med og igen og igen indgår forpligtende samarbejde med. Det vigtige med territorie-energien er, at man holder sig til sit fællesskab. Man kan godt gå på arbejde. Man kan også godt have forbindelse til sin gamle biologiske familie. Man kan godt have nogle venner omkring en bestemt aktivitet osv. Men principielt skal man lave alting sammen med sin gruppefamilie eller storfamilie. Man spiller bold sammen. Man tager på ferie sammen. Man passer hinandens børn. Man går i byen sammen. Man spreder ikke sin energi til andre. Man anvender ikke et deperdureret bevidsthedsmønster, hvor man har 6 *mig*'er, hvor hvert af dem deltaget i noget socialt, men hvor det er 6 forskellige sociale fællesskaber. Man holder sig til ét fællesskab, hvor man udfolder alle energimønstre.



Når man skal danne en gruppefamilie eller få én mere med i gruppen, kan det selvfølgelig ske på mange måder. Men det er vigtigt, at man lærer at snakke med samlings-energiens bevidsthed. Begrebet *kommunikation* knytter sig til en proces, hvor man sammen med én eller flere kommer igennem alle 8 energimønstres bevidstheder. Så aflejrer resultatet af kommunikationen sig både som tanker, følelser og dyrisk bevidsthed på alle de måder, som der er mulige. I samlings-energien foregår snakken ved at kombinere tanker og følelser. Der er ikke noget bestemt, som snakken skal munde ud i. Det går ikke ud på at overbevise den anden om noget. Snakken skal ikke munde ud i, at man efterfølgende gør noget sammen. Det går udelukkende ud på at mødes. Hvis A snakker med B, skal A's tanker mødes med B's følelser, og B's tanker skal mødes med A's følelser. Og inde i hver person skal tanker og følelser mødes.

I gamle dage var der, hvad mænd kaldte kællinge-snak. Så sad 2 kvinder og snakkede på denne måde. De havde egentlig ikke noget at snakke om. Der var hverken mål eller retning i snakken. De snakkede bare. Når den ene sagde noget, fik den anden en følelse, som hun straks omsatte til nogle tanker, som hun sagde. Og så fik den anden en følelse, som hun også omsatte til nogle tanker, som hun sagde. Og sådan foregik det hele tiden. Hvis den ene fik øje på en fugl, sagde hun straks: *Se, der er en fugl.* Og så fik den anden måske en følelse om fuglenes frie liv, og det gav en tanke, så hun sagde: *Jamen, de lever da også frit.* Og det gav en følelse hos den første og dernæst en tanke, og så fortsatte snakken: *Jørgen lever også sådan. Nå, der gør Peter ikke. Der var også en fjernsynsudsendelse om sådan noget. Var det med hende den lyshårede journalist. Mener du hende, der altid har en sort kjole på. Ja, det er altså også sørgeligt, som de unge klæder sig in dag. Da jeg var barn, gik vi altid med blomstrede kjoler. Ja, det er der kun på mit tapet i soveværelset. Har I fået udskiftet den gamle seng? Ja, det er længe siden. Nu mangler jeg bare at få en ny røremaskine til at lave dej. Har du hørt det med kanelsnegle? Der er 2 slags kanel, ikke? Nå, det kender du. Jeg har i øvrigt fået en ny bluse. Ja, det har jeg altså ikke råd til. Jamen, du fik da nye bukser i sidste måned. ...* Når de så havde snakket en times tid, var de blevet trætte, og så standsede snakken.

Efter kvindefrigørelsen i 70'erne oplevede jeg, at sådan en snak blandt de unge kvinder var lidt anderledes: *Nå, hvordan går det? Det er ok. Jeg lyder lidt træt. Det er ikke så slemt. Har Henrik oppet sig på det sidste. Han har været ude og spille fodbold. Skulle han ikke lave håndvasken? Jo, men det har han ikke fået gjort endnu. Ole ligger og snorker inde på sofaen. Skulle han ikke til Polen i denne uge? Det er vist udsat. Jeg var jo i drømmegruppe i går. Hvordan gik det? Jo, jeg fortalte om en drøm om nogle hunde, der sloges. Hvorfor drømmer du om det? Jeg synes altid, at jeg kæmper. Ja, hvis man ikke konstant gør noget, bliver man løbet over ende. Har I for resten snakket om den kommende weekend? Ja, vi vil gerne med...*

Det er tydeligt, at der nu er mere mål og retning i snakken. Sådan en snak bølger frem og tilbage over adskillige emner. Men igen og igen kommer kvinderne tilbage til de sociale udfordringer og problemer, som de er

engageret i. Det skyldes selvfølgelig, at de nu er med i samfundslivet og produktionen, samt at de har en ligeværdighed i deres parforhold.

Problemet i dag er mændene. De har ikke lært at snakke sådan. Og det skal de nu til at lære. Kunststykket er at kunne slippe sin vilje (underliv). Resultatet af sådan en snak er, at man finder ud af, hvad man tankemæssigt og følelsesmæssigt kan sammen med den eller dem, man snakker med. Det er nemlig fundamentet for at kunne danne et fællesskab og vedligeholde det. Man skal ikke bagefter gøre noget sammen. Det kan være, at den ene går i gang med at passe børn, mens den anden går i gang med at spille musik. Det, der er fælles for dem, er, at de gør det i samme sociale kontekst, nemlig deres gruppefamilie eller storfamilie.

Den snak, som der skal ske med samlings-energiens bevidsthed handler om et *konkret* fællesskab af *konkrete* mennesker, der allerede *gør* noget sammen, og som nu handler om, hvad og hvordan de skal fortsætte med det, som de gør sammen. Her kommer følelserne og de sociale relationer til at spille en afgørende rolle i snakken.



Nu skal vi se på en proces fra udlevelsens-energi til skaber-energi og videre til samlings-energi. Udfordringen er, at skaber-energi bruges på en måde, så man havner i samlings-energi – og vanskeligheden er at gå fra en opladning til en afladning. Det handler om at skabe et fælles *vi*, hvor der er direkte sammenhæng mellem tanker og følelser. Det bliver ikke min vilje, der sejrer. Det bliver heller ikke andres. Det bliver til noget helt tredje. Viljen sidder energimæssigt i underlivet. Og når man gennemlever processen – og dermed mister energien i underlivet – kan fællesskabet fortsætte. Ellers ophører den fælles energi.

Derfor skal man bruge skaber-energi sådan, at man koordinerer hinandens energier. Man skal ikke blive enig. Man skal give plads til forskelligheder, og de skal så koordineres.

Og når man kommer til samlings-energi, skal man slippe sin vilje (underliv) – og blande tanker (hoved) og følelser (bryst) med hinanden, indtil man finder et fælles *vi*. Det handler ikke om, at man skal ind-

skrænke sig selv. Det handler om at finde frem til, hvad man kan bruge hinanden til.



Lad os se på processen frem mod koordinationen. Det starter i analyse-energien, hvor man har to adskilte energipoler, og dermed får to sæt tanker, som kan bruges til et *jeg*, der har en *idé*. Og så melder udfordringen sig: *Hvordan får jeg nu de andre med på idéen?* Traditionelt forbliver man i analyse-energien,

hvor man forsøger at overbevise de andre; men nu skal man gøre noget andet. I de sidste mange år har jeg siddet i grupper, hvor man har forsøgt at finde sådan en fælles energi, så man kunne udføre noget i fællesskab – uden at det bliver til ego'ernes kamp mod hinanden. Og her har man troet, at man skulle holde sit ego tilbage for at give plads til andre.

Jeg husker især en musiker, som fortalte, hvor fantastisk det er at få en fælles energi. Han havde oplevet det, når han var sammen med nogle andre musikere, og de spillede sammen. I starten lyttede de til hinanden og rettede sig ind efter hinanden. Men pludselig skete der det, at alle *jeg*'erne forsvandt. Det var, som om de var blevet et fælles *vi*. Det var én samlet bevidsthed, der spillede.

I starten brugte de analyse-energien til individuel præstation – og til sidst havnede de i skaber-energien med en fælles bevidsthed. Og historien blev så brugt til at mene, at hvis man skal gå fra analyse-energien til skaber-energien, skal man igennem en midterfase, hvor man tilsidesætter sit ego.

Jeg har deltaget i mange grupper de sidste par år, hvor folk sådan har forsøgt at kue sig selv. I alle disse grupper er det dog ikke lykkedes at komme frem til skaber-energiens fælles bevidsthed. Og hvis vi lige skal tilbage til musikeren, var det da heller ikke sådan, at de var i en mellemfase, hvor de tilsidesatte deres eget ego og præstation. Tværtimod. De var i en mellemfase, hvor enhver hæmningsløst udfoldede det bedste de overhovedet kunne uden at tage hensyn til andre.

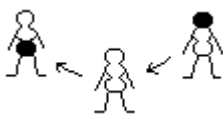


Mellemfasen udgøres af udlevelsens-energien, hvor man ikke tager hensyn til andre eller begrænser sig. Man giver alt, hvad man har i sig – uden nogen selvkontrol. Det er den eneste måde, hvorpå andre kan finde ud af, hvad man magter, og hvordan de kan supplere og komplementere. Og det er først, når alle har udfoldet sig i udlevelsens-

energien, at man i fællesskab kan skifte over til skaber-energien og opnå en fælles bevidsthed.

I det traditionelle samfund er der egoisme og fællesskab – og de to er modsætninger. I en gruppefamilie og storfamilie er der *ego* og *kollektiv*. Og de to er ikke modsætninger. De er forudsætningen for hinanden.

Kun når man har oplevet, hvad en anden kan og vil præstere – og man har set (eller hørt), hvordan det har påvirket kollektivet, kan man udnytte skaber-energien til at opnå en fælles energi, og det er baggrunden for at snakke på samlings-energiens måde.



Ovennævnte er at *toppe* – og lad os nu se på det modsatte, som jeg kalder at *bunde*, hvor man skifter fra hengivelses-energien til modtager-energien og videre til territorie-energien. Det handler altså om at skifte fra afladning til opladning. Processen går ud på, at man slipper sine tanker, forvandler sig - og kommer frem til, at der rejser sig en ny energi og vilje, der er total individuel.

Det centrale er selve forvandlingen. Der sker noget oppe i hjernen. Store områder i hjernen kan helt ændre sig. Forbindelsen mellem hjerneceller ophører eller dannes. Jeg tror, at det er de hvide blodlegemer, der æder de celler og nervetråde, som ikke skal bruges mere. Og så danner hjernecellerne nye nervetråde til andre hjerneceller, som hermed begynder at samarbejde. Hvis man aldrig skifter energimønster, sker intet af det. Så kan der kun komme hjernesvulster, blodpropper eller døde områder i hjernen. Og man kan blive senil demens, få hjerneflimrer mm. Men hvis man udfolder alle energimønstre, får man en aktiv hjerne. Og så er det i modtager-energien, at forvandlingerne sker.

I hjernen kan der både dannes nye forbindelser mellem hjerneceller, og det opleves som en slags bevidsthedsmæssig udvidelse – og en afbrydelse af forbindelser mellem hjerneceller, og det opleves, som om man siger farvel til noget og åbner sig for noget andet.

Det naturlige er, at man jævnlige gennemgår sådan en forvandling. Men i det nuværende samfund er det normalt, at man ikke gør det. Her er idealet, at man forbliver i den samme bevidsthed hele livet.

Ligesom når et barn fødes, ved man ikke, hvad der kommer. Man tager imod barnet, sådan som det er. På samme måde er det med den

personlige forvandling. Man ved ikke, hvad der kommer. Man bliver nødt til at tage imod det nye uden at kunne styre og kontrollere det. Hvis man er ydmyg overfor livet – og tror, at det altid er gode kræfter, der er på vej, lader man bare processen ske. Hvis man derimod tror, at naturen er farlig, evolutionen er tilfældig, og man er på vej til at degenerere, kæmper man imod. Så vil man ikke ind i modtager-energien. Og så bremser man hele sin energiprocess – og havner hurtigt i et stivnet energimønster og dets bevidsthed.

Hvis man bruger sin hjerne meget på den gode måde, skal man have rigeligt at spise – især sukkerstoffer. Og man skal sove meget, fordi forvandlingerne mest sker under den dybe søvn. Når jeg arbejder meget med at forvandle min bevidsthed, sover jeg 10 timer i døgnnet. Ellers kan jeg nøjes med 6-7 timers søvn.



At skifte fra territorie-energien til analyse-energien handler om, at man skal blive bevidst (hoved) om, hvad ens *nye* vilje (underliv) går ud på. Inde i sig selv overføres energien fra underliv til hoved, så man får nogle billeder, man kan sætte ord på. Når man skal holde møde, skal man ikke starte med en dagsorden, for den knytter sig altid til problemer og udfordringer i fortiden. I mange effektive virksomheders bestyrelser har man erkendt det. De første 15 minutter af et møde skal man snakke om, hvad der rører sig af *nyt* inden i én selv. Og det kan godt medføre, at man aldrig kommer til nogen dagsorden, fordi der er noget helt nyt, som alle kræfterne skal bruges til. Det giver for eksempel ingen mening at snakke om at effektivisere produktionen af en vare på et bestemt marked, hvis der på dette marked er kommet en vare fra et andet firma, og denne vare er lige så god, men billigere. Og i en storfamilie er der ingen grund til at snakke om at lave køleanlæg til sit grønsagslager, hvis et flertal har tanker om at flytte. Der er altid et eller andet, der er helt nyt og uforudsigeligt, men som er vigtigt at snakke om.

Meget ofte er det kun små bevidsthedsmæssige fænomener, som er nye, og som der skal snakkes om. Men det er helt nødvendigt, at man gør det. For ellers bremser og forhindrer man processen gennem energimønstrene.



At skifte fra samlings-energien til enheds-energien handler om at slippe tankerne (hoved) – og udtrykke følelserne (bryst) frit. Og det skal selvfølgelig være de *nye* følelser. Hvis andre kun får ens *gamle* sædvanlige følelser, føler de det bare trættende.

Det skal ikke være sådan, som jeg hele tiden hører fra kvindelige terapeuter: *Snak nu fra dit hjerte!* Dels kan de ikke tåle hovedets eller underlivets energier. Og dels er de – når de snakker fra brystet - altid kærlige og medfølede. Nu skal man komme med følelser, der nogle gange er medfølede og kærlige – og andre gange er fortvivlende, desperate, tryglende, håbende og meget mere. Hele idéen er, at man med sine følelser giver spontan feedback. Og det skal ikke pakkes ind i ord og forklaringer. Det skal komme som et tågehorn eller skrig i natten – eller som et vandfald eller vulkan. Der skal ske med glød og kraft i stemmen, for det er følelserne i ordene, man kommunikerer til andre.

Det er vigtigt at gøre sig klart, at alle energimønstrenes bevidstheds-mæssige egenskaber er medfødte – og at det er noget, som alle kan, hvis vi bare tillader os at slappe af og lade det ske. Det er ikke noget, man styrer og kontrollerer. Og det er ikke noget, som man kan lære intellektuelt. Alligevel er det min erfaring, at det er befordrende, hvis man kender noget til energierne – og også bliver klogere på dem hen ad vejen.

Naturlig kapitalisme



Med det stivnede europæiske energimønster går man på arbejde med højre side, hvor der er en ledelse (hoved), der styrer ens arbejdskraft (underliv), Og i fritiden anvender man så venstre side, hvor det handler om at finde lykken (bryst).

Fordi kapitalismen hele tiden svinger mellem op- og nedture, skal man også hele tiden kunne skifte mellem at ansætte og afskedige nogle arbejdere. Der skal derfor gerne være en arbejdskraftreserve af arbejdsløse, som man hurtigt kan ansætte, hvis der kommer et opsving, så man (kapitalisten) opnå en stor profit. Og når der så igen kommer lavkonjunktur, skal man fyre nogle arbejdere, som så overgår til arbejdskraftreserven.

Men denne betragtning handler jo kun om noget positivt – set fra kapitalistens synsvinkel. Nemlig at det går sådan nogenlunde – og at der så kommer højkonjunktur, hvor man kan sælge mere i en periode, hvorefter salget igen kommer ned på det jævne niveau.

Virkeligheden har imidlertid vist, at der lige så ofte kommer noget modsat. Nemlig at der opstår en ”krise”, så man ikke kan sælge, hvad man plejer. Og så må man indskrænke produktionen. Og det bliver som oftest til en nedadgående spiral, hvor køberne har færre penge og sparer på dem, som de har. Dermed falder salget yderligere. Og man må så afskedige flere arbejdere. Og dermed mindskes købekraften, så der købes mindre. Og så skal man igen indskrænke produktionen osv.

Det har vist sig meget svært at bremse sådan en krise. Løsningen er ofte, at staten pumper penge ud til folk på den ene eller anden måde, så der kommer mere købekraft. Og det virker også, hvis produktion og afsætning fungerer godt. Men ofte handler en krise om, at det netop ikke fungerer. Og hvad gør man så?

Nogle amerikanske kapitalister og økonomer har så udtænkt, hvad de kalder naturlig kapitalisme. I stedet for at have en arbejdskraftreserve, der ingenting må, men bare skal sidde og vente på, at de kan blive ansat – er det bedre, hvis er aktive med en basisproduktion af daglig fornødenheder.

Idéen går ud på, at op mod en fjerdedel af befolkningen flytter på landet og laver kollektive landsbyer, hvor de producerer organiske byggematerialer, så de kan bygge deres egne boliger, - de producerer og hør og hamp, så de kan have en produktion af tekstiler til at lave tøj, - og så skal de producere grønsager, korn, frugt og andre fødevarer.

Meget af det, som de laver, er ikke konkurrencedygtigt med industrier, der laver det samme. Men landsbyerne skal primært bare være selvforsynende. I praksis gør det ikke den store forskel, om de lave gulerødder til sig selv – eller laver dobbelt så mange. Og her er idéen så, at de udgør en basisproduktion, som virker ligesom et sikkerhedsnet under hele den samlede økonomi. Når industrien har højkonjunktur, vil nogen af dem gerne have et midlertidigt job for at tjene lidt ekstra. Og når industrien har lavkonjunktur, går de glade tilbage til deres hjemlige

produktion. Set fra samfundets synsvinkel virker denne lokale produktion som en bund eller støddæmper for en nedadgående økonomisk spiral. Og den lokale økonomi virker også som en stabil del af den samlede økonomi, sådan at den er med til at vende en nedadgående spiral til en opadgående.

Når man kalder det naturlig kapitalisme, er det, fordi man sammenligner med naturen. Et lyn slår ned og afbrænder en skov. Men skoven evner at genopbygge sig selv. Der er i naturen sådanne kræfter, at en nedtur "automatisk" medfører en optur – uden at vi mennesker skal udføre et kæmpestort arbejde.

Naturlig socialisme

Hvis man anlægger en anden betragtning, hvor man ser virkeligheden fra den arbejdende befolknings synsvinkel, er der også mange i byerne, som enten mistrives på arbejdsmarkedet eller som er arbejdsløse – og som gerne vil flytte på landet og deltage i et selvforsynende landsbyfællesskab. Her kan man have marker med piletræer til tagkonstruktion, langstrået rug til stråtag, industrihamp til mure – og så kan man bygge organiske huse uden at skulle tage lån i banken. Og der er sikkert nogen, der gerne vil lave tøj af hør, hamp og uld, så man også ser selvforsynende med det. Og der kan være bærbuske, frugttræer og anden smuk bevoksning. Og så kan man lave korn og grønsager i rigelige mængder.

Det var sådan at de første socialister visualiserede det gode liv. Så skal man have børnehaver, skole, bibliotek, svømmebassin, dansehal, badehus, værksteder og meget andet. Man vil helt sikkert ikke tjene mange penge, men man har heller ikke brug for det. Engang imellem er der så et konjunkturopsving i den industrielle produktion, og så er der mulighed for at få midlertidig ansættelse og tjene nogle penge til det, som man ikke selv kan producere. Og andre gange er der økonomiske kriser, hvor andre mennesker ikke kan rejse ud i verden, men så kan de komme på kroferie i ens landsby. Og hvis samfundsøkonomien stagnerer helt, kan fyrede industriarbejdere komme ud i landsbyen og sørge for, at der produceres meget mere af dagligdagens fornødenheder.

Selv begreberne kapitalisme og socialisme opstod samtidig – og de vil også overgå i historiebøgerne samtidig. Det nye – sammenlignet med nu – er, at vi skal have nye landsbyfællesskaber. I takt med at kødproduktionen indskrænkes, vil der blive land til rådighed. Og her bliver der så

en oplagt mulighed for at genoprette naturen, opnå 100 % biodiversitet, undgå forøget CO2 udslip og skabe harmoni mellem mennesker og dyr.

Den endelige revolution

Der er en gammel indianervision om den endelige revolution; og den går ud på, at børnene kan løbe rundt på jorden på bare fødder. Det tog mig mange år, inden jeg forstod det; men det er ganske simpelt. Nu skal jeg forklare det.

I slutningen af 70'erne rejste min kæreste og jeg rundt et par år for at arbejde på økologiske, organiske og biodynamiske gårde; og bagefter slog vi os ned på en gård for at producere sunde fødevarer. Den første vinter sendte vi bud til 5 af de gårde, vi havde arbejdet på og bad dem om at sende os nogle gulerødder. Og en dag sad min kæreste og jeg så og gennemførte et forsøg. Jeg lagde 5 gulerødder på bordet, én fra hvert sted, hvor vi havde arbejdet. Og så skulle min kæreste smage på dem og fortælle, hvordan de var dyrket. Og det kunne hun godt. Denne her har fået komøg, men mangler lidt kompost. Denne her har kun fået plantekompost, men den mangler nogle stoffer osv. Så byttede vi rundt, og hun lagde også 5 gulerødder, som jeg så skulle gætte, hvordan de var dyrket. Det var ret let. Denne her er lidt saftig, men den mangler noget sukker. Og denne her dufter kun af nogle få stoffer osv. Nå, men vi havde altså lært, hvordan man kan dyrke på forskellige måder, så planterne kommer til at smage forskelligt. Og i løbet af et par år fik vi lært at producere en gulerod, der var saftig, så den mindede om et æble, olieholdig, så den mindede om en avocado, krydret, så den mindede om en krydderurt, sødlig og dog basisk. Jeg læste en masse om dyrking, og fandt ud af, at guleroden var fremavlet for over 600 år siden af munke, som brugte den som medicin. Og jo, det prøvede jeg også på flere syge mennesker. 5 store gulerødder om dagen i en uge var lige så kraftig som penicillin.

På vores rundrejse erfarede vi, at de fleste eksperimenterede med at arbejde med hest, fordi de havde fundet ud af, at det var mere effektivt end traktor. Det kom lidt bag på os; men da vi startede vores eget jordbrug, anskaffede vi så en hest og hesteredskaber. Der var naboer, som på det tidspunkt var over 80 år, men som i deres unge dage havde arbejdet med hest; og de kunne godt forstå vores valg. Traktorer og alle

andre landbrugsmaskiner havde aldrig været nogen effektivisering. Det eneste positive havde været, at man kunne slappe af om vinteren, fordi man ikke behøvede at fodre traktoren.

Om foråret gik jeg bag min hest og harvede. Det gik utrolig langsomt. Naboen kørte med sin traktor. Hans mark var meget større, men han kom igennem hele marken meget hurtigt. Men hans dyrkningsmetode tvang han til igen og igen at komme tilbage og køre over marken. Og da jeg var færdig med min eneste tur over vores mark, måtte han igen ud og køre på hans mark. Han kørte hurtigt; men jeg blev færdig før ham. Jeg skal ikke komme ind på metoderne, men blot nævne, at jeg kun bearbejdede de øverste 10 centimeter, så jeg ikke ødelagde livsbetingelserne for planterødder, biller og bakterier nede i jorden; mens han rodede op i det hele og var i konstant kamp mod naturen.

Den jord, vi havde overtaget, var reelt en ørken. Så jeg fandt et sted i en skovkant, hvor jorden duftede helt rigtigt; og her fyldte jeg en spand med overfladejord. Den var fuldt af livskraftige og sunde bakterier. Jeg lagde denne jord som en stribe på 2 meter ved siden af vores hus. Og jeg lagde en masse døde planterester blandet med jord overpå, så bakterierne havde noget at spise. Og herefter vandede jeg, så de havde noget at drikke. Ovenpå lagde jeg noget halm som en dyne, så de havde det lunt. Efter 2 måneder havde de spist det hele, og de havde formeret sig ganske meget. Jeg lagde dem så ud i en ny stribe på 5 meter. Dækkede det med mange forskellige sunde planterester, kom jord på og vandede. Og bakterierne formerede sig yderligere. Det fortsatte i over et år. Jeg var meget opmærksom på, at bakterierne skulle have alle grundstoffer i deres ernæring, så jeg fodrede dem også med vilde planter. Resultatet var, at jeg fik skabt en stambesætning af sunde jordbakterier. Dem værnede jeg om på samme måde, som min nabo værnede om sine køer.

Hver år opformerede vi nye bakterier, og hver år spredte vi dem ud på et markestykke, hvor vi havde sået forskellige græsarter. Græs er jo karakteristisk ved, at det hele tiden danner mange tynde rødder, der kun lever i 3 uger, hvorefter de bliver til føde for bakterierne. Vi behøvede derfor ikke strø så mange bakterier ud. Der skulle bare være nogle; så ville de formere sig selv, fordi der var rigeligt at spise.

Jeg bemærkede så, hvordan naturen ”helbreder” sig selv. Først kom der nogle planter i overfladen af jorden, som dannede vandrette stængler. Det er det værste ukrudt, som landmænd kender. Og de bruger maskiner og gift til at fjerne det med. Men jeg lod det være. Det næste, der skete, var så, at der kom nogle vilde planter, der sendte pælerødder dybt ned til grundvandet. Det betragtes også som noget af det værste ukrudt, som landmænd bekæmper. Men nu sugede disse rødder vand op til overfladen. Det næste var, at der kom vilde planter, der sugede forskellige grundstoffer op til overfladen. I starten var vores jord ret kalkfattig. Men der kom en masse ukrudt, som netop trak kalk op nedefra og aflejrede det oppe i de øverste jordlag. Efter 2 år var der kalk nok, og så kom der andre ukrudtsplanter. Det varede 4 år, inden der var en jævn blanding af alt ukrudt. Det interessante var, at de første slags ukrudt, som havde dannet et tæt lag af vandrette stængler i jorden, forsvandt af sig selv, da der ikke var brug for dem mere.

I løbet af 4 år hævede jorden sig langsomt 30 centimeter over naboernes jord. Hvert forår gik naboerne og samlede sten på markerne. På vores jord forblev stenene ned, så der aldrig var en eneste sten på overfladen. I disse 4 år gik jeg rundt og samlede ting op på jorden. Jeg havde en meget stor lomme på brystet; og så samlede jeg alt det op, som mennesker havde efterladt. Det var nøgler, søm, plastikstykker, porcelæn, legetøjsstumper, værktøj og meget andet. Ofte samlede jeg et halvt kilogram op hver dag. Efter 4 år havde jorden rensat sig. Så kom der ikke mere.

En af mine store fornøjelser var at lægge mig på maven på en græsmark. På hver kvadratmeter var der mindst 15 forskellige biller, der vandrede rundt i alle retninger. De havde alle mulige former og farver. Når jeg tog en spade og gravede et hul i jorden, faldt jorden ikke sammen ned i hullet. Der var så mange rødder og stængler, at de holdt sammen på jorden. På hullets sider kunne man så se, hvordan der var nede i jorden. Der var gange, hvor billerne vandrede rundt. Der var revner oppe fra overfladen ned gennem jorden, så når det regnede, løb vandet helt ned til grundvandet med det samme. Og så var der masser af levende og døde rødder, som trak vandet op nede fra grundvandet og fordelte det til alle de mindre rødder i den øverste meter. Der så tørt ud. Men hvis jeg tog en klump jord og pressede den min hånd, løb vandet ud af den.

Vi dyrkede på skift $\frac{3}{4}$ af markstykkerne med grøntsager og korn; og her startede sæsonen med at vælte alt ukrudt med en harve. Så spirede der bare noget nyt ukrudt, og det væltede vi så igen. Og så spirede noget nyt ukrudt, som vi så væltede. Men vi bearbejdede kun de øverste par centimeter af jorden. Så efter et par uger var alle ukrudtsfrøene spiret og væltet. Og så såede vi vore egne frø.

Gift-industrielle fødevarer indeholder 25-40 grundstoffer. Økologiske fødevarer indeholder 40-50 grundstoffer. Nogle biodynamiske fødevarer kan indeholde helt op til 60-70 grundstoffer. Men vore indeholdt samtlige grundstoffer. Det giver en forskel. Almindelige kartofler og korn i dag består af stivelse. Og når man spiser det, omdanner kroppen det først til en sukkerart, og dernæst kan man fordøje det. Energimæssigt betyder det, at man først bruger energi til at omdanne det fra stivelse til sukker, og bagefter får man så lige så meget energi ud af det, når man forbrænder dette sukker. Men kartofler og korn hos os dannede direkte sukker. Og det var en meget speciel form for sukker, som smagte meget godt. Jeg har i Syd-Indien også smagt korn, der mere eller mindre bestod af sådan noget sukker.

Engang på et marked uddelte jeg smagsprøver. Jeg skar en skive brød, delte den i nogle stykker og delte så ud. Overfladen så olieholdig, at man kunne tro, at der var kommet et lag smør på. Nogen spurgte, om det var rugbrød, fordi det var så mørkt. Men det var hvedemel. Andre spurgte, om det var kage, fordi det havde en fantastisk sødme. Men nej, det var rent mel.

Folk blev raske af at spise vore fødevarer. En kvinde, som havde haft astma i 30 år, blev helbredt i løbet af et par dage. Vore tvillinger havde en medfødt sygdom, fortalte lægerne. De ville aldrig være i stand til at producere hudfedt. Nå, det var vi nu ligeglade med. Det tog et par uger, inden fedtproduktionen startede.

For et par år siden var jeg på restaurant sammen med nogle venner. Vi skulle have en meget dyr bøf. Den havde hængt og var blevet mør. Og stegt på overfladen. Og jo, den smagte virkelig godt. Den kom næsten op på højde med de selleribøffer, jeg spiste dengang, jeg var landmand. Selleribøffen var næsten lige så fast i kødet som oksebøffen. Den var dog mere saftig. Den duftede betydelig bedre. Og den havde en fantastisk

smag. Jeg har aldrig smagt noget så vidunderligt. Det sker, at jeg i dag køber en selleri; den smager som en mellemtung mellem pap og vat.

Når jeg i sin tid gik ud over marken en sommerdag, var det som en orgelkoncert. Så fløj der en sværm på over tusinde fluer forbi, og de baskede med vingerne og lavede en bestemt tone. Og bagefter kom en anden sværm forbi med en anden tone. Og rundt om i forskellige retninger kom mange forskellige toner i forskellige styrker. Fuglene havde rigeligt at spise og fløjtede fornøjet. Der var et år, hvor hele egnen blev hærget af en bestemt larve. På alle nabomarkerne blev planterne ædt, indtil larverne ikke havde mere at spise, og de døde af sult. På vores mark blev hønsene og fuglene meget tykke. Når jeg så på en kålplante, var der mindst 30 ædende larver på den, og så blev jeg i tvivl om, hvorvidt den overlevede. Men jo, alle vore planter overlevede. Der var også et år med tørke, så alt det, landmændene havde sået, døde. Og først senere, da det havde regnet, måtte de begynde forfra. Deres planter havde brug for regn fra oven. Vore planter derimod fik vand nedefra. Det blev suget op fra grundvandet. Den øverste meter var som én stor svamp fuld af vand. Og vore planter manglede aldrig vand.

Efter et par år eksperimenterede jeg med et mindre markstykke, hvor jeg droppede hesten og kun arbejdede med hænderne og håndredskaber. Her kunne jeg sætte planterne meget tættere, fordi der ikke skulle være rækker, som hesten kunne gå mellem. Og her opdagede jeg, at det var lige så let og effektivt at arbejde med hænder som med hest. Min erfaring var, at det tog lige lang tid at dyrke en bestemt mængde grønsager, hvad enten man brugte maskiner, hest eller håndarbejde.

Jeg besøgte flere andre landmænd, som havde oplevet nøjagtig det samme som mig. Og jeg begyndte at læse om naturforskere, der havde underøgt den vilde natur. Her viser det sig, at det ikke bare er den øverste meter, der er fuld af liv og vand. I tørre områder er der også vandårer, der ligger vandret ned i jorden, og som fører vandet omkring. Der er ligefrem underjordiske floder, hvor vandet føres ud i tørre områder, hvor det så fordeler sig i mindre vandårer, så der kommer vandforsyning overalt. Og her er det især træernes rødder, der suger vandet op til overfladen. Men der er også store ukrudtsplanter, der kan sende rødder meget dybt ned og tække vand op.

Hele jordkloden har sandsynligvis engang haft sådan en "hud" af liv. Men så har mennesker ødelagt det. De begyndte at dyrke jorden og lave landbrug. Måske opfattede de planterne som levende. Men de behandlede jorden, som om den var død. Og dermed dræbte de den.

I de sidste 40 år har man kigget i mikroskop på jordbakterier fra markerne. Der er færre og færre bakterier. De få, der er tilbage, bevæger sig langsomt. Mange af dem er deforme, og mange kan ikke formere sig. For hvert år går det mere tilbage. Vi er ved at udrydde det første led i fødekæden. Der er områder, hvor insekterne også uddør. I store landsbrugsområder er der ikke flere bier til at bestøve planterne; så nu kan der kun dyrkes afgrøder med vindbestøvning. Ørkendannelse breder sig. Engang var det nordlige Afrika et frugtbart område med blomstrende kulturer. De er nu væk. Den "hud", som skal beskytte kloden og holde på livet, er væk. Fødevarerne er blevet dårligere år for år. De smager også dårligere. De er nu så ringe, at de angribes af fremmede bakterier, som også angriber mennesker og gøre os syge, så vi kan dø af det.

Men man kan faktisk genskabe den "hud", der skal dække jorden. Og jo, det er en dejlig følelse at løbe rundt med bare fødder på sådan en græsmark. Det øverste lag er som et tæppe. Der er ingen sten. Og nedenunder er der et netværk af stængler og rødder. Når man så løber rundt, giver jorden efter på en fjedrende måde. Det er den endelige revolution.

Naturligt jordbrug

Indtil år 1600 dyrkede europæerne fødevarer, der var naturlige, sådan at maden indeholdt alle grundstoffer. Man dyrkede jorden i 3 år, hvorefter den lå brak i mange år, og så kunne man dyrke jorden igen. Men så opfandt man en ny dyrkningsmetode. Man opdagede, at hvis man hvert 4. år havde kløvergræs på et jordstykke, kunne man fortsætte med at dyrke på det samme jordstykke igen og igen. Sagen er, at kløver (og andre tilsvarende planter) samler kvælstof fra luften og frigør det til andre planter. Og kvælstof er en vigtig næring for at planter kan vokse.

Men i de følgende 300 år opstod der så flere og flere plantesygdomme, som også medførte forskellige menneskesygdomme. Sagen er, at planterne fik færre og færre grundstoffer i sig, fordi man ikke forstod,

hvordan man skulle genopbygge det organiske liv i jorden. Og i dag indeholder traditionelle fødevarer kun 25-40 grundstoffer. Det giver astma, allergi, sukkersyge mm. Men først og fremmest medfører det, at man aldrig bliver mæt. Vi spiser mere og mere og bliver tykkere og tykkere. Lige gyldigt hvor meget vi spiser, føler vi sult. Kroppen får ikke de stoffer, som den har behov for.

Hvis vi genskaber et naturligt jordbrug, vil hele den øverste meter jord blive fuld af organisk materiale. Det dannes, når en plante suger CO₂ til gennem bladene. Planten beholder kulstoffet og giver ilten tilbage til luften. Det vil være den mest effektive måde at formindske CO₂ indholdet i atmosfæren. Og så er hele klimakrisen løst.

Naturligt fællesskab

I de senere år er der opstået mange nye økologisk landsbyfællesskaber. Jeg kender de fleste. Jeg var selv med til at starte det første her i Danmark. Og jo, der er da også små miljømæssige forbedringer – sammenlignet med andre områder. Men det er minimalt. Hvor gang et nyt økologisk landsbyfællesskab etablerer sig, har man møder, hvor man visualiserer, hvordan man kan yde et væsentligt bidrag til at redde kloden, miljøet, biodiversiteten, atmosfæren, vandmiljøet osv. Og man har også mange beslutninger om at skabe et fællesskab, hvor alt det sociale fungerer betydeligt bedre end i det traditionelle samfund.

Men skal jeg være helt ærlig, er det gået meget anderledes end de smukke drømme og forhåbninger. De fleste ender om med noget, der stor set ligner et villakvarter på landet – dog med et fælles spisehus.



Al bevidsthed, kommunikation og organisation passer præcis til det gamle europæiske energimønster og dets splittede bevidstheder. Og deltagerne ved ikke, at det kan gøres anderledes. Det hele ender op i kernefamilier, ejendomsret, nabostrid – og så en gang fællesspisning, hvor man forsoner sig.

Men vi kan lære meget fra de progressive grupper i USA, som gennem de sidste 20-30 år har opnået mere og mere erfaring med at bruge energimønstrene og deres bevidstheder frit.

Kvindefrigørelse

Man taler om, at der har været 4 bølger af feministisk frigørelse. Første bølge var i 1920'erne mellem de to verdenskrige. Her lykkedes det for kvinderne at få valget, adgang til uddannelse og arbejde – og juridisk blev de ligestillet med mænd.

Den anden bølge kom sammen med kulturrevolutionen i 1970'erne, hvor børn ikke længere skulle have lussinger og spanskrør i skolen, og samfundet generelt blev mindre autoritært. Det var især Rødstrømpebevægelsen og lesbisk bevægelse, som brød med de gamle patriarkalske normer. Og der opstod nogle kvindegrupper og kvindeforskning, hvor fællesskab og fortællinger erstattede individualisme og gammeldags mandeforskning. Under sloganet "Det private er politisk" kom der fokus på kvinders privat liv. Volden i hjemmet og kvinders selvhad kom til diskussion – og antallet af skilsmisser steg. Kvinder fik ret til abort. Og mænd begyndte at tage del i det huslige arbejde og børneopdragelse.

I 90'erne kom så den tredje bølge. Det var mest en akademisk bølge, hvor man også snakkede om frigørelse i forhold til hudfarve, nationalitet, religion og livsstil.

Og omkring år 2008 kom så den fjerde bølge, som byggede videre på tredje bølge, men med fokus på kamp mod undertrykkelse af mennesker, uanset om de er kvinder, mænd, transkønnede, homoseksuelle og handicappede.

I 2017 startede MeToo-bevægelsen, hvor især mellemlagskvinder i ikke-ledende stillinger gør oprør mod sexchikane. De vil ikke længere finde sig i at høre sjofle vittigheder om kvinder, blive gramset på eller blive tvunget til seksuelle ydelser, hvis de skal blive forfremmet.

Det har tvunget mænd til at bidrage til et kulturskifte, hvor mænd skal undertrykke sig selv. Det ligger helt i forlængelse af den religiøse bevægelse i 1800-tallet, hvor unge mænd skulle "løbe hornene af sig", så de kunne blive voksne og kærlige ægtemænd.

Det handler ikke om, at mænd skal holde op med bevidsthedsspaltninger, hvor de undertrykker dele af sig selv – og får indespærrede seksuelle fantasier, som bliver projiceret ud på kvinder. Alt det med at ophæve bevidsthedsspaltninger er slet ikke på programmet.

Det handler mere om, at mænd skal fortrænge deres indespærrede energier yderligere, så de på arbejdspladsen og i det offentlige rum bliver aseksuelle væsner.

Mandefrigørelse

Jeg synes, at mænd skal begynde at frigøre sig selv. Det er bevidsthedsspaltningerne, som får mænd til at opføre sig kvindeundertrykkende. Jeg har aldrig fortalt sjofle vittigheder om kvinder – og kan slet ikke forstå det sjove ved dem. Jeg har aldrig flirtet med kvinder, men altid fortalt dem, hvis de tændte mig seksuelt. Jeg har aldrig haft sex med en kvinde, uden at vi begge har sagt, at vi gerne ville. Og jeg har altid synes, det var synd for mænd, at de var så undertrykte, at de ikke kunne snakke frit med kvinder om, hvad der rørte sig i dem.

Vi har brug for en ny kulturrevolution, hvor det private igen bliver politisk. Løsningen er ikke at fortrænge underlivet. Vores natur er, at vi kærlige og omsorgsfulde. Og når der er gensidig accept, er vi også frække, sjove og spændende. Og det er både mænd og kvinder.

Det er ikke kvinderne, der alene skal kæmpe for denne frigørelse. De skal selvfølgelig modsætte sig overgrebene. Det er mændene, der skal i gang med en frigørelse. Og det handler om at slippe bevidsthedsspaltningerne.

I 1990 udkom bogen *Iron John: A book About Men* skrevet af Robert Bly (1926-). Oprindeligt var Iron John et af Grimms eventyrer. Iron John er en ung mand, som rejser rundt for at finde sig selv. Han kommer igennem 8 trin eller faser, som passer til de 8 energimønstre og bevidstheder, som jeg har beskrevet tidligere. I mandegrupperne i 90'erne læste vi bogen og snakkede om disse roller, men mest som 4 manderoller og 4 kvinderoller; men vi har alle 8 i os. Sådan som jeg oplever mænd i dag, udfolder de kun én eller to af de 4 manderoller.

På de fleste mandekurser i dag klynger man sig til kun at skifte fra at være traditionel (analyse-energien) til at være kriger (udlevelsenergien), men det er helt utilstrækkeligt. Jeg tror, at mænd vil have rigtig godt af at frigøre de kvindelige energier i sig selv – som et middel til også at frigøre det mandlige i sig selv.

Det vigtigste for en mandefrigørelse er at skabe fællesskaber, hvor parforhold er en del af et større fællesskab. Det meste af det, som mandeenergieerne egner sig til, kan ikke udfoldes i et snævert parforhold.

At polarisere sig

Det er fint at polarisere sig. Så har man én bevidsthed i den ene kropsside og den ene hjernehalvdel – og en anden bevidsthed i den anden kropsside og den anden hjernehalvdel. Så kan man snakke med sig selv. Eller studere et emne. Man kan også bruge det sammen med sin kæreste. Traditionelt identificerer en mand sig med højre side og projicerer venstre side ud på sin kæreste. Og en kvinde identificerer sig traditionelt med venstre side og projicerer højre side ud på sine kæreste. Så føler man *inde* i sig selv, at man har sig selv og sin kæreste.



I Europa befinder manden sig traditionelt i analyse-energien og kvinden i enheds-energien. Han mærker sin pik (underliv) og har en seksuel fantasi (hoved). Hun mærker ømhed og kærlighed.



Manden kan også indtage territorie-energien, mens kvinden indtager samlings-energien. Kropsligt egner det sig mest til blowjob, hvor kvinden er den aktive.



Så kan manden indtage udlevelsens-energien, og kvinden indtager hengivelses-energien. Og det egner sig kropsligt til dominans-underkastelse og sadisme-masochisme.

Men man kan indtage 56 forskellige polariserede energimønstre, og de kan både bruges kropsligt og kommunikationsmæssigt.

At samle sig

Her indtager man samme energimønstre i begge kropssider. Og så kan man skift rundt mellem 8 forskellige energimønstre, der hver har en bestemt kropsholdning, følelse, opførsel, seksualitet osv.



Erfaringen er, at man kan opnå et velfungerende fællesskab, hvis man lærer at bruge disse energimønstre og deres bevidstheder frit. Og det

handler om ens nære familie eller ens storfamilie, hvor man internt opfører sig anderledes end flertallet i samfundet gør nu.

I USA er der mange grupper, der således er bevidst arbejder med at bruge, hvad de kalder den nye bevidsthed. Et sted har jeg læst det opsummeret sådan:

”Man inddrager ikke en ny elsker - uden først at være enig med ens nuværende elsker(e) om det. Man er hudløs ærlig - også selvom det gør ondt. Man bruger meget tid på gensidig omsorg. Man laver aftaler - og holder dem. Og man respekterer hinandens grænser. Er man indledningsvis splittet og stagneret, skal man være indstillet på en lang udviklingsproces, hvor man ændrer sig. Man skal begynde at dele følelser med andre. Man skal kunne leve med forvirring. Kunne have andres intense og ekstreme følelser tæt på uden at blive usikker. Også andres særheder tæt på sig. Man skal kunne koordinere sit ego med andre. Kunne fungere uden fælles beslutninger om interne forhold. Være seksuel i stedet for kun at have sex. Man skal turde markere sit ego - også i modsætning til gruppen. Man skal kunne tænke som et vi.”

Jeg vil i det følgende gå mere i dybden. Det handler alt sammen om at turde udleve de naturlige energimønstre og deres bevidstheder.

I overstående citat fokuseres der et par gange på sex. I de europæiske revolutionære fællesskaber omkring Berlin området har man en lidt anderledes forståelse.



Her mener man, at det er naturligt at have en kæreste, hvor man polariserer sig, sådan at man oplever en inderlighed og tryghed. Det erotiske og kærlige betyder så mere end det frække, sjove og spændende. Og man mener – og det mener jeg også – at hver gang man polariserer sig og tænker og sex, erotik og kærlighed, dukker den samme person op i en bevidsthed – nemlig ens kæreste. Så har man sig selv i den ene sides bevidsthed, mens ens kæreste dukker op i den anden side.

Det er altså ikke sådan, det er forskellige personer, der fra gang til gang dukker op. Det er den samme person hver gang. Det er også derfor, at parforhold knytter sig til ét andet menneske.

Men det naturlige er, at man kun er polariseret noget af tiden, og at man på andre tidspunkt indtager et samlet bevidsthedsmønster, hvor man altså i begge kropssider har det samme energimønster. Og her er det, at man kan skifte rundt mellem 8 forskellige. Nogle er meget jeg-orienteret, Andre er vi-orienteret. I forhold til kærlighed er der nogle, der er meget erotiske, og andre, der er meget seksuelle.

I de tyske revolutionære grupper siger man, at vi både har brug for en kæreste, men også brug for noget spændende sex med andre end kæresten.

I tilsvarende grupper i USA siger man, at man har brug for en primær kæreste – og nogle sekundære.

Men det fælles er, at man har lige så meget brug for en (primær) kæreste som til nogle andre (sekundære) kærester eller sexpartnere.

I mine kærlighedsforhold til kvinder har jeg udlevet alle 8 forskellige energimønstres form for seksualitet. Jeg har altid ønsket, at en kvinde kunne mere end ét energimønsters seksualitet, men min største kærlighed gik til en kvinde, der kun kunne udfolde enheds-energiens seksualitet, hvilket jo er den europæiske kulturs kvindemønster. Jeg har så haft nogle andre kærester, der både kunne enheds-energiens seksualitet samt ét mere. Det blev så til både enheds-energiens og samlings-energiens sex. Det gav mig større seksuel tilfredsstillelse. Men jeg fandt det til sidst for kedeligt, at det kun skulle være sådan. Og så fandt jeg en anden kæreste, som både kunne enheds-energiens og hengivelses-energiens sex. Og det tændte igen noget spænding – min blev i det lange løb også kedeligt. Så fandt jeg en kæreste, som kunne bruge de fleste mandeenergier på en seksuel måde. Og det vakte også noget spændende og sjovt; men så savnede jeg en kvinde, der også kunne udfolde sig seksuelt med de kvindelige energimønstre.

I polyamory kredse siges det ofte, at man har brug for forskellige kærester eller sexpartnere, så man får brugt alle sider af sig selv. Det handler om, at man har brug for at udfolde alle 8 energimønstre seksuelt.

I overstående amerikanske tekst er der dog noget helt centralt: *”Man inddrager ikke en ny elsker - uden først at være enig med ens nuværende elsker(e) om det. Man er hudløs ærlig - også selvom det gør ondt.”*

Det handler om jalousi. Det er en følelse, som opstår, når man er polariseret. For så oplever man sig selv i den ene side – og kæresten i den anden. Og hvis kæresten ikke er til stede, og man ikke ved, hvor han eller hun er, opstår der en naturlig bekymring.

Den ”sunde” udgave heraf er, at man gerne vil vide, hvor kæresten er, - hvem han eller hun er sammen med, - og hvad der sker. Hvis man ikke ved det, føles det som om, man mister halvdelen af sig selv. Så bliver man urolig, ængstelig og får tanker om at miste kæresten.

Den dårlige udgave, at man bliver desperat og fortvivlet – og at man oplever et stort tomrum inde i sig selv, hvor man oplever tilintetgørelse.

Der skal man altid fortælle sin eller sine elsker om de andre personer, som man har sex med. De første par gange kan man føle, at det gør ondt at få sådan noget at vide. Men når man har vænnet sig til det, opstår den modsatte følelse. For det viser sig, at ens parforhold forstærkes af, at man har haft sex med andre. Dels har man fået afreageret noget speciel sex, som man nu ikke mere tænker over. Men når man møder sig kæreste igen, fyldes man af en følelse af, at han eller hun er den bedste kæreste. Måske ikke den sjoveste, frækkeste og mest spændende. Men den bedste.

I ovenstående amerikanske tekst står også: *Være seksuel i stedet for kun at have sex.*



Det er en kritik af den europæiske og Demokratiske form for mande-seksualitet, hvor man *er* i hovedet – og *har* seksualitet i underlivet.

Jeg vil dog mene, at analyse-energiens form for seksualitet også er god. Her har man hele tiden en fantasi kørende i hovedet, mens man med underlivet udfører den seksuelle handling. Fantasien kan være et billede af ens kæreste. Men det kan også være et billede af nogle bryster. Nogle har et billede af en fetish genstand. Det kan være høje hæle, korset, pisk eller hvad som helst andet, der stimulerer fantasien.

Det afgørende er, at man ikke kun har sex på denne måde, men også har sex, hvor man udfolder de andre energimønstres form for seksualitet.

For tiden er der i USA og Europa også en debat om samtykke ved sex. Det er også en kritik af analyse-energiens mande-seksualitet. Oppe i hovedet har man tanker om biler, computere, filosofi, politik mm. Og nede i underlivet har man en seksuel trang, som presser sig; men den er

uden ord. I stedet flirter man. Man smiler, opfører sig lidt tosset, nærmer sig osv. Og så lige pludselig lægger man en hånd på dens andens lår. Og hvis det accepteres, går man videre i at befamle den anden. Og til sidst gennemfører man en seksuel handling, uden at partneren har sagt noget.

I stedet for at flirte skal man lære at snakke om sex. Hvis man føler seksuel lyst til person, skal man sige det i klart sprog. Jeg synes, at man også skal sige noget rosende – inden man kommer til det seksuelle.

Hvis jeg synes godt om en person, siger jeg noget i retning af: Jeg kan lide dig. Du er sød, spændene, interessant, dejlig – eller noget lignende. Og hvis jeg så får noget lignende igen, ved jeg, at de er gensidig sympati.

Senere kan jeg finde på at sige: Jeg synes, du er lækker. Dig vil jeg gerne have sex med. Og hvis vedkommende så siger det samme til mig, har vi en aftale – og så venter vi bare på en passende lejlighed.

Måske allerede inden først omgang sex – eller også senere i forløbet – er det nødvendigt at tale om forskellige former for sex – svarende til de forskellige energimønstres seksuelle udfoldelser. Hvad er det, man har prøvet? Og hvilke fantasier har man?

Nogle gange handler det bare om et engangs-knald, hvor man viser hinanden, at man gerne vil være helt tæt på – men egentlig ikke er interesseret i et forhold. Og så er pik i kusse eller noget lignende det, der skal ske. I andre tilfælde, hvor man har snakket mere frit om sex, kan det være helt andre seksuelle handlinger, som man skal udføre sammen. Det afgørende er, at man har snakket om det – og er enige om, hvad man skal gøre.



Det er vigtigt at forstå territorie-energien, hvis man altså ikke vil være spaltet og projicere underlivets bevidsthed udenfor *jeg*'et. Uden spaltninger oplever man to psykiske territorier. Det ene er den nære familie. Den består måske af 5-8 personer, og her kan man både have en kæreste og måske også noget sex med en eller flere af de andre. Det andet psykiske territorium består af storfamilien. I gamle dage var det landsbyfællesskabet. I dag kan det være noget andet. Men man vil altid have sådan en oplevelse i sin bevidsthed om et større fællesskab

med mennesker, som man samarbejder med og deler skæbne med. Det er i de to grupper – den nære familie og storfamilien – at man skal udfolde sig seksuelt. Hvis man har sex med fremmede, vil man spalte sin bevidsthed, og så er man en reaktionær kraft, der splitter fællesskabet.

Det helt væsentlige er, at man skal holde op med at knytte sig til mennesker, der ikke er med i ens familiegruppe eller storfamilie. Selvfølgelig kan man godt sige pænt goddag til andre og deltage i et møde samt passe et arbejde. Men man skal ikke identificere sig med dem.



Hvis man gør det, har man sit *jag* i hovedet og opfatter sin krop som et slags redskab. Så kan man også deltage på de sociale medier, hvor ens hjerne udgør *jag*'et, og hvor man forestiller sig, at det er progressivt at kommunikere med andre hjerner rundt om i samfundet og verden. Men så bidrager man også til at "samfundsmæssiggøre" analyse-energien, så det er den, der styrer og strukturerer samfundet. Det vil i givet fald medføre, at vi får et samfund, hvor vi tænker mere og mere som en robot, og at robotterne før eller siden tager over, så det er dem, der styrer os.

I stedet skal man bruge analyse-energien modsat. Man skal opdage, at man har et *jag* i underlivet. Det er et dyrisk *jag*. Men det interessante er, at man her har en vilje. En europæer har allerede inden 2-års alderen gennem opdragelsen fået denne vilje projiceret udenfor sit *jag*, idet underlivets følelser og bevidsthed er fortængt. Overmagten var for stor; men det var én selv, der undertrykte denne del af *jag*'et. De fleste ved derfor ikke, at der er et levende *jag* her. De kan kun opleve, at *jag*'et er i hjernen. Men det er et af de væsentligste skridt i en revolutionær proces at vække dette *jag* til live igen.



En af de måder, det kan ske på, er at træne sig i at indtage territorie-energien. Her føler man et *jag*. I starten kan man måske ikke mærke, at det er i underlivet. Men man kan godt mærke, at det er noget dyrisk, der befinder sig "nede" i kroppen.

Når man så indtager territorie-energien, opstår der i ens bevidsthed en oplevelse af, at man nogle gange er et *jag* i den nære familie – og andre gange er et *jag* i ens storfamilie. Hvis man oplever andet end ens familiegruppe eller storfamilie, har man forladt territorie-energien og skiftet over til et andet energimønster og dets bevidsthed.

Man kan så træne og øve sig selv og hinanden ved at bremse op, hvis man kommer til at snakke om andre end familiegruppen og storfamilien.

Til gengæld er der tusindvis af nødvendige opgaver og projekter, som er blevet forsømt i flere generationer, og som skal vækkes til live for at få familiegruppen og storfamilien til at fungere og trives igen.

Disse to familiestørrelse fungerede i gamle dage, kind til kapitalismen tog over med en massiv undertrykkelse. Vi skal ikke tilbage til datidens forhold. Men vi skal frem til en social struktur, hvor vi udfolder vores medfødte og naturlige bevidsthed.

De nuværende magthavere mener, at vi skal være hjerner. Samfundet består af individer. Og alle skal kunne kommunikere med alle. Det er ligegyldigt, om du bor på Mors eller på Lolland. Alt på Mors skal fungere præcis som på Lolland. Der er dygtige fagfolk og teknokrater, der har udtænkt alt, hvad der skal ske. Lokalt skal folk bare uddannes, så de kan modtage hjernemæssige argumenter og instrukser. Og så skal der lave love med millioner af paragraffer om, hvordan alt skal fungere. Så får man det gode liv – forestiller magthaverne sig.

Hvis man overlader det til folk selv at bestemme, går det galt – og det er der tusindvis af eksempler på. Men det er, fordi disse mennesker er stagneret i analyse-energien, hvor de så ikke kan lade være med at herske over hinanden, indtil vrede bryder ud og ødelægger alt.

Derfor skal vi ikke bare overgår fra et centralt styre til et lokalt styre. Vi skal skifte fra en central magt, til at magt går til storfamilier og familiegrupper. I dag har disse to sociale størrelse ingen magt. Man anerkender kun samfundets styrende magt – og så anerkender man også individets magt. Familiegrupper og storfamilier er noget, som man havde i 1700-tallet, mener sociologerne. Og vi har siden hævet os op på et større civiliseret niveau, sådan at vi i dag bare skal kommunikere med hjerne, der sidder for en computer et eller andet tilfældigt sted.

De sociale fællesskaber er gradvis ødelagt under kapitalismen. I nyere tid har man ødelagt landsbyerne. Først nedlagde man biblioteket. Folk protesterede. Så nedlagde man landsbyskolen. Folk protesterede. Så

nedlagde man børnehaven. Folk protesterede. Så nedlagde man vejordningen, hvor kommunen skule vedligeholde de lokale veje. I takt med at man har nedlagt det meste, er folk flytte til storbyerne, hvor de nu sidder i deres egen bolig og kommunikere med deres computer, mens de ikke aner, hvem deres nabo er. Man kalder det demokrati.

Løsningen er ikke at flytte tilbage til landsbyerne, selvom der nu er en bevægelse den vej. For folk i landsbyerne har også fået ødelagt deres bevidsthed, så de nu er stagneret i analyse-energien, hvor de mærker deres hjerne, fortrængt deres vilje og kun kan forholde sig til andre individuelle hjerner, der heller ikke kan forholde sig til hverken gruppefamilie eller storfamilie. Man løser altså ikke problemerne ved at skifte kulisse.

Hvis du vil deltage i opbygningen af et menneskevenligt samfund, skal vi arbejde på at befri vores bevidsthed samtidig med at vi etablerer fællesskaber. De to går hånd i hånd – og er forudsætningen for, at der sker en progressiv udvikling.

Det flyder for tiden med ”terapeuter”, der vil løse tiden problemer via individuel terapi, hvor du skal erkende noget. Og samtidig laver de grupper, hvor du skal sidde med fremmede, så I kan udtænke noget socialt.

Det flyder også med aktivister, der samler sig i grupper, hvor man ”kæmper” – kalder det de – om at skabe sociale forandringer, idet de tror, at bevidstheden så ændrer sig automatisk hen ad vejen. Det gør den ikke. Det er der masser af historiske eksempler på.

Der er ingen vej udenom. Du/vi skal finde sammen i en familiegruppe og/eller storfamilie, hvor vi arbejder med at befri vores bevidsthed samtidig med, at vi opbygger fremtidens sociale virkelighed.

Den største fejl, som desværre bliver begået igen og igen, er, at man forbliver i analyse-energien, hvor man tror, at vi skal blive enige om noget. Det er europæisk ”sygdom” sådan at forsøge at blive enige. Det bliver vi aldrig. Det er et forsøg på at fortræng den dyrisk vilje i vores underliv, komme op i hjernen, og så snakke indtil hjernerne bliver enige. Den del kan måske lykkes – især for de meget snakkende og intellektuelle. Men så snart man overgår til noget kropsligt, falder alle planer omkuld.



Vores kropslige vilje skal ikke blive enig med andre om noget. Men vi skal lære at koordinere os med andre. Og her får vi brug for udlevelsens-energien. Den individuelle dyriske vilje i underlivet skal kobles med den sociale følelse i brystet.

Det er vigtigt at slå fast, at det ikke går ud på, at man sin hjerne skal koble sin dyriske vilje med sine sociale følelser i brystet. For så er man igen i analyse-energien. I de amerikanske revolutionære grupper snakker man om, at man skal lære at leve med uforudsigelighed. *Man skal kunne leve med forvirring.*

Jeg kender mange danske håndværkere, der mestrer det her. De koncentrerer sig om det, som de er i gang med. Men de kan godt dele værksted og maskiner med andre. Og ind imellem ser de også en fordel ved, at de udfører noget, som de ikke selv behøver, men som andre har brug for. De ved nemlig, at andre – der også magter at være i udlevelsens-energien – så vil gøre det samme, og dermed gøre noget, som man selv har brug for, men som andre udfører for én.

I USA er mindst halvdelen af Republikanerne stivnet i udlevelsens-energien. Præsident Trump var også. Han passede på ingen måde ind i Præsident embedet, som passer til analyse-energien og Demokraterne. Disse Republikanere vil gerne afskaffe hele magtapparatet – og erstatte det med lokalt selvstyre. Og her mener de ikke et lokalt parlament. De lokale Republikanere befinder sig i små familiegupper. Ganske vist er det ofte ens biologiske familie, men det er mere end en kernefamilie. Der er alle generationer. Og der er også onkler, tanter mm. Og så indgår de også i en slags storfamilie på egnen. Statistisk set er deres familiestruktur under opløsning. Og de har lige så meget brug for at lære territorie-energien at kende som vi europæer.

I mandebevægelsen her i Europa, hvor mænd er stivnet i analyse-energien, har der været mange mandekurser, hvor mænd skulle lære af blive en kriger (udlevelsens-energien) i stedet for en soldat (analyse-energien). En soldat der en dyrisk krop, hvor hjernen adlyder, hvad en leder befaler. En kriger er en dyrisk krop (underliv), men samtidig et medfølelse menneske (bryst) – og krigeren kæmper for det, han tror på. I hovedet er der lav ladning i udlevelsens-energien, så der er ikke mange tanker. Måske kæmper man for noget, hvor man kan dø undervejs. Men

det tager man med som en risikabel mulighed. Det får ingen indflydelse på, hvad man gør. Man kæmper måske mod en overmagt, der er så stor, at det virker håbløst. Men det får ingen indflydelse på ens handlinger. Måske vil ens handlinger først lykkes efter flere generationers sociale kampe. Men det gør ikke, at man begrænser sine mål og sine handlinger. Det er udelukkende ens dyriske vilje og ens medfølelse med sine medmennesker i familiegruppen og storfamilien, der betyder noget.

Man stræber ikke efter at blive kendt eller få en position – hvilket passer til analyse-energien. Man arbejder ikke top-down, men bottom-up. Man bygger op nedefra – og så koordinerer man hen ad vejen med andre.

På nogle af kriger-kurserne opfordrer man mænd til at ”angribe”. En kvinde vil normalt være passiv og afventende – mener man. Og hvis der skal ske noget frækt og spændende, skal man ”tage” hende og gøre noget ved og med hende. Ellers sker der ikke noget.

Det er ganske vist et skift fra analyse-energien til udlevelsens-energien. Men det er et spring fra den ene grøft til den modsatte grøft. Udlevelsens-energien er lige så dårlig som analyse-energien. Og analyse-energien er lige så god som udlevelsens-energien. De er begge lige gode. Men hvis man kun er stagneret i ét energimønster og dets bevidsthed, skifter det gode hurtigt til noget dårligt. Det, som vi skal lære, er at udfolde alle energimønstrene. Og hvis en mand vil noget med en kvinde, skal han først bruge analyse-energien og sige til hende, hvad han gerne vil. Og hvis hun så vil det samme, kan han skifte til udlevelsens-energien. Her handler det ikke om at angribe, men mere trække kvinden med i det, som man har aftalt, hvis hun altså er lidt tilbageholdende.

Det *er* svært for en europæer - der er vant til analyse-energien - at leve med forvirring i sin familiegruppe og storfamilie. Der foregår hele tiden noget, som man ikke forstår, og som man ikke kan overskue. Og med analyse-energien skal man (hoved/hjerne) hele tiden vide, hvad der kropsligt (underliv) foregår. Men når man har lært udlevelsens-energien at kende og vænnet sig til den, er det dejligt befriende bare at slappe af og se, hvad der sker. Og så bliver man hele tiden overrasket over, hvad andre finder på. Og man bliver glad for det nye, som jo ikke er andres ejendomsret, men som er skabt til familiegruppen og storfamilien - og dermed også for én selv.

Her kan man også øve sig sammen med andre. Hvis nogen foreslår, at vi skal gøre noget bestemt – er det bedste svar: *Tag og prøv det – og se, hvad der sker.* Man skal ikke deltage i en samtale, hvor man skal finde ud af, hvad der er godt at gøre for fællesskabet. Men det er godt med en samtale, hvor man hjælper en anden med at finde ud, hvad vedkommende skal gøre.



Med den europæiske og Demokratiske bevidsthed bruger man analyse-energien til fællesskabet og enheds-energien til individet. Hvis man er god til analyse-energien, opfattes man social. Hvis man er dårlig til analyse-energien, er man asocial. Hvis man bruger enheds-energien i fællesskabet, er man egoistisk. Fællesskab og egoisme er modsætninger. Der er én norm for fællesskabets udfoldelse – og en anden norm for individets udfoldelse.

Med den nye bevidsthed, hvor man er i stand til at skifte rundt mellem alle energimønstrene og deres bevidstheder, består fællesskabet af individer. Og de normer, der er for fællesskabet er de samme normer, som gælder for individet. Derfor bliver det uinteressant at bruge ordene fællesskab og individ. I stedet passer det bedre at bruge ordene kollektiv og ego.



I praksis viser det sig, at des mere man styrker sit ego, des mere styrker man kollektivet. Og des mere man styrke kollektivet, des mere styrker man ego'erne. Og det bliver tydeligt, når man udfolder udlevelsens-energien.



Man laver aftaler - og holder dem. Og man respekterer hinandens grænser.

Her handler det om, hvordan man bruger analyse-energien på en god måde. Hvor man i Europa siden 1400-tallet har projiceret underlivet udenfor jeg'et, sådan at det er noget, man *har* – og ikke *er*, skal man nu og så være sit underliv.

De kropslige ladninger i analyse-energien overføres jo til hjernen via nervetrådene, så der opstår to bevidsthedspoler i hjernen. Og den traditionelle europæiske bevidsthed går så ud på, at man bruger den ene pol til et *jeg*, der så forholder sig til noget, som man *har*.

NU skal man gøre det modsatte. Man skal opleve sin dyriske vilje fra underlivet, som noget man er – og det tankemæssige i hjernen som, noget man har.



Man kan bruge analyse-energien på 3 måder. Nu skal vi lære at snakke ud fra vores dyriske vilje.

Det vigtige er, at man i sin familiegruppe og i sin storfamilie fortæller, hvad man vil. Og her skal man ikke lede efter nogen tanker eller analyser eller overvejelser, eller hvad man mener, der er brug for, eller hvad der kunne være godt osv.

Man skal fortælle om sin dyriske vilje. Og den skal man selvfølge først komme i kontakt med. Når man så fortæller, ved de andre, at man vil udføre det, som man har sagt. Der er så overensstemmelse mellem det, som man siger – og det, som man gør.

Man kan så lave aftaler – og så overholder man det, som man har aftalt.

Hvis andre i en familiegruppe eller storfamilie hører en masse snak om overvejelser, muligheder osv. Går det nok, hvis man kun er 2-3 personer. Men ellers drukner alle ordene og bliver til bevidsthedsmæssig støj.

Hvis andre derimod hører en klar tale om, hvad man vil, ved de, hvad de kan forvente – og så har de mulighed for at koordinere sig med én.

Der er også noget, som man *ikke* vil være med til. Og det skal man også fortælle klart. Det handler om, at man har nogle grænser, som andre skal respektere. Og hvis det siges i klar tale, hvor man udtrykker sin dyriske vilje, forstår andre det godt – og retter sig efter det.

Nogen gange kan det være svært at sige sin mening, fordi den er i modsætning til, hvad de fleste andre mener. Men det er sådan, at al udvikling starter. Og vi skal gå fra en situation, hvor magthaverne har undertrykt os så meget, at vi stort set tænker ens – til en naturlig og fri situation, hvor det viser sig, at vi alle samme tænker forskelligt og har helt individuelle meninger om alting.

Det afgørende er ikke, hvad vi tænker. Det vigtige er, at vi mærker vores dyriske vilje, lyst og handlekraft.

Jeg oplevede engang en festlig aften, hvor vi var 3 kvinder og 3 mænd, der dansede til noget musik. Kvinderne var tætte veninder, og de kaldte sig *vølver* efter gammel nordisk mytologi. Og så husker jeg en episode, hvor en af mændene gjorde noget, som en af kvinderne ikke ville have. Hun sagde det til ham i klar tale. Men kort efter gjorde han det igen. Og mens hun dansede rundt, stak hun ham en hård lussing, smilte til ham – og så var det overstået.



Det, som hun først gjorde, var at ”bunde”. Det starter med at hun får en dårlig følelse – og derfor skifter hun over til enheds-energien, hvor hun fuldt ud og kun mærker denne følelse i sit bryst. Så skifter hun til hengivelses-energien, hvor hun kommer op i hovedet og bliver klar

over, at hun har sagt fra overfor manden. Når hun så skifter til modtager-energien, oplever hun ikke noget. Men der sker et skift. Fra at være den modtagende skifter hun nu over til at blive den givende, idet hun indtager territorie-energien. Og her mærker hun sin vilje.



Så skifter hun til analyse-energien, hvor hendes vilje fra underlivet omsætter sig i hovedet, som noget hun vil gøre. Og når hun så skifter til udlevelsens-energien, giver hun ham en lussing. Og bagefter kommer hun så til skaber-energien, hvor hun indtager en grimasse og et smil – svarende til det, som han havde, dengang han gramsede på hende – uden nogen vrede, men bare som en selvfølgelig refleks: *Du gør noget overskridende ved mig, jeg gør noget overskridende ved dig, nu er vi kvit og gode venner.*

Hele processen blev gennemført i løbet af 2 sekunder. Og det positive var, at hun og han ikke havde noget dårlige tanker bagefter.

Når man gennemfører sådan en proces, at det ikke noget, hvor man med sine tanker skal tage et skridt ad gangen. Det hele foregår i energilegemet. Når man først har lært at bruge sit energilegeme, viser det

sig, at energilegemet har vilje, lyst, beslutsomhed, handlekraft og kan en hel masse – uden at man behøver at tænke undervejs.

Hvis man indledningsvis er splittet og stagneret, skal man være indstillet på en lang udviklingsproces, hvor man ændrer sig. Det er meget svært at gennemføre alene, eller hvis man kun er to. Det er meget lettere, hvis man er tre. Og endnu lettere, hvis man er flere. Man skal hele tiden gøre sig klart, at man med fri energi kobler sin bevidsthed til en nær familiegruppe og til en storfamilie. Det er især i den nære familie, at man kan støtte og hjælpe hinanden til at befri hinandens bevidstheder. Men det er ofte i storfamilien, at man bliver inspireret, ser hvad andre kan, opdager og erkender nye muligheder osv.

I de fleste storbyer i USA er der foreninger, hvor man har månedlige møder, weekender, sommerlejre, seminarer mm – og hvor man fokuserer på at give hinanden eksempler fra hverdagen om, hvordan man kan udfolde fri energi, hvor man anvender alle energimønstrene og deres bevidstheder.

Det drejer det sig om, hvad og hvordan man gør i sin familiegruppe, og det er som oftest det letteste. Noget sværere er det, når man forsøger at have fri energi, mens man er sammen med ”almindelige” mennesker, der er stivnet i et enkelte energimønster, som de opfatter som den eneste sande bevidsthed. Men så er det, at man kan fortælle hinanden om, hvad der skete, hvad man gjorde, hvad man sagde – hvad der *så* skete og hvad der kom ud af det.

Det er meget svært at snakke med mennesker, der kun udfolde et enkelt energimønster. Og endnu sværere er det at snakke med mennesker, der altid er polariseret med to stivnede energimønstre i deres to kropssider. Der er en særlig vanskelighed, når man snakker med mennesker, der har fortrængt bevidstheden i deres underliv – eller projiceret den ud på andre. Og lidt sværere at snakke med mennesker, der også har en spaltet bevidsthed, hvor de bruger deres højre og venstre sider til to helt forskellige ting – og gør det på to vidt forskellige måder. Helt svært er det, når man snakker med mennesker, der har spaltet kroppen fra hjernen, sådan at de tænker som en computer – og opfatter deres krop som en slags maskine. Og det er så lige dér, vi er i dag.

Men heldigvis er det alligevel ikke så svært. For det viser sig, at alle splittelser, stagnationer, fortrængninger, projektioner og klyngen sig til et enkelt energimønster eller to..... kan forsvinde i løbet af et par minutter, hvis man slapper af og føler tryghed. Det er kun, når man forsøger at leve op til samfundets forventninger og normer, at man påtager sig alle dårligdommene.

Man skal lade som om, at vi - hokus pokus – befinder os et par hundrede år ude i fremtiden, hvor kapitalisme, imperialisme, fængsler, militær, politi og al anden form for social undertrykkelse og kontrol ikke er nødvendig og derfor er afskaffet.

Og så er der lige nogle problemer, hvor vi hænger fast i fortiden. Og så skifter vi – hokus pokus – tilbage til nu, hvor vi lige skal have løst de problemer, inden vi kan realisere paradiset på jorden.

De fleste ”normale” mennesker snakker om, at det er nødvendigt med mere politi, flere fængsler, mere militær, mere styring og kontrol osv.



Det passer til den samfundsbevidsthed, som man har, hvor man hele tiden skal bevæge sig mere og mere op over det dyriske og kropslige.

Og med den bevidsthed kan man kikke tænke anderledes. Hvis vi siger noget til dem – og det knytter sig til andre energimønstres bevidstheder, oplever de ”normale” det som om, at man er mental syg og tror, at man kan skrue den historiske udvikling mange hundrede år baglæns – eller at man har helt urealistiske syn på menneskers natur. For ifølge de ”normale” er menneskets natur præcis analyse-energien, hvor man har nogle onde og dyriske energier (underliv), mens man har en forstand og fornuft (hoved) til at styre sine handlinger. Og de mener, at det har taget flere tusinde år for menneskeheden at gå fra det dyriske op til det forstandige, som vi har i dag. Og denne udvikling er sket via sociale og politiske magtkampe. De ”normale” mener så, at det har været en retlinet udvikling, hvor vi hele tiden er blevet klogere. Og i fremtiden skal vi videre ad den samme kurs og hæve os endnu mere op over det dyriske i os.

Alle de problemer, vi står overfor – klimakrise, biodiversitetskrise, miljøkrise, økonomisk ulighedskrise osv. skal løses via forhandlinger og aftaler – forestiller man sig.

Men her er det, at jeg tror noget andet. Jeg er enig med dem, der for 3.000 år siden - da krigene om territorier og magtkampe begyndte – visualiserede, at der vil komme en dag ude i fremtiden, hvor mennesker vil erkende, at man kan fortsætte med at smadre alt liv på kloden – men at man også kan indse, at man kan gøre denne klode til en smuk planet, hvor der er fred, retfærdighed, lokal selvbestemmelse samt harmoni mellem alt liv, sådan at mennesker også tager ansvar for dyr og planter trivsel.

Sådanne idealer havde man dengang, om man kaldte det at leve i Paradisets have. Små tusinde år senere fik man myten om, at mennesket blev smidt ud af Paradisets have, fordi de havde brudt med den visdom, der var nødvendig. Og så omkring år 0 fik man troen på, at menneskeheden engang i fremtiden ville erkende deres fejl og genskabe Paradis på jord.

Vi står nu ved en skillevej. Hvis vi fortsætter ad samme kurs, som vi har fulgt meget længe, overskrider vi det punkt, hvor der ikke er nogen vej tilbage. Så smadrer vi kloden skridt for skridt. De nuværende magthavere tænker så, at mennesket i fremtiden skal blive halv robot, og at vi skal flyve ud i verdensrummet – og de synes, at fremtiden ser spændende ud.

Men vi er mange – og stadig flere, der kan se an anden vej fremad. Vi kan vælge den nu. Hvis vi venter 10-20 år er det for sent. Det er nu, at vi har muligheden. Det handler ikke om at overbevise de nuværende magthavere om noget, for de vil ikke kunne forstå noget som helst. Det handler om, at vi skal koordinere os med hinanden. Vi skal bygge fremtidens samfund op nedefra.

Den danske forfatter H.C. Andersen, som levede i 1800-tallet skrev engang eventyret ”Kejserens nye klæder”. Nogle skræddere overbeviste kejseren om, at de havde noget meget smart tøj, som kun de forstandige kunne se. Alle de dumme kunne ikke se det. Og en dag gik kejseren så forbi folket i sit nye tøj. Men en lille dreng råbte så: *Han har jo ikke noget tøj på.*

Eventyret passer godt på vor tid. Vi har nogle ”skræddere” – mange teknokrater med mange smarte idéer. Og de overbeviser politikerne om, at idéerne er åh så fantastiske, hvis man altså er ”klog”. Alle de dumme

kan ikke indse det. Og så stiller politikerne op og proklamerer alle de smarte idéer. Indledningsvis tier folk, for de vil ikke afsløre, at de er dumme. Men så er der en lille dreng, der udbryder: *Der er jo ingen realiteter i noget af det alt sammen.* Og så bryder folk i grin.

Vi skal finde sammen lokalt i små familiegrupper og i storfamilier – og så skal vi forlige os med naturen. Vi vil skabe en smuk klode. Det er muligt, hvis vi vil.

Luge nu er de fleste af os spærret inde i en mental labyrint, hvor vi ikke kan finde nogen udgang. Men der er en stor udgang. Den hedder Paradisets Port. Den er så stor og åben, at de fleste skynder sig forbi den – og tænker, at det er umuligt. Men prøv at stande op. Den er lige foran os. Prøv at kigge ud gennem porten. Det er et fantastisk smukt syn. Og tag så et par skridt ud i paradiset. Det er helt ufarligt. Her opdager du en lettelse og en befrielse. Her er det ikke alles kamp mod alle. Her trives kærligheden mellem mennesker.



I de amerikanske revolutionære grupper snakker man om, at man skal begynde at dele følelser med hinanden. Man har været vant til at dele tanker med hinanden. Nu skal man også dele følelser. Det skal ikke forstås sådan, at den ene råber bæææh, mens den anden skriger og græder åhhhh. Der skal ord på. Med samlings-energien udtrykker man tankemæssige følelser og følelsmæssige tanker. Her blander man hovedets og brystets energier, sådan at man sætter ord på sine følelser. Det fungerer bedst, når man kun er to til at snakke, men det kan også foregå mens hele ens familiegruppe er samlet.

Den progressive brug af det her handler ikke om, at man skal afreagere sine gamle følelser fra barndommen. Det er også fint at gøre. Men idéen er, at man jo skal lave en hel masse sammen – og at der så kommer noget ud af det. I én ud af 10 tilfælde er man heldig, så der sker det, som man ønskede sig. Men i de 9 andre sker der kun delvis det, man arbejdede for. Og et giver en masse følelser. Nogen jubler, fordi noget lykkedes. Andre er kede af det, fordi det vigtigste ikke lykkedes. Alle har forskellige følelser og tanker om det, der er sket. Hvis man ikke får det ”bearbejdet”, blokerer man sig for sin egen energi – og samtidig splitter man fællesskabet, fordi alle sidder med uforløste følelser.

Hvis man bruger samlings-energien på en god måde, opstår følelsen af et *vi*. Det handler ikke om at blive enige. Det handler i højere grad om at kende til, hvad de andre tænker og føler – samt at få fortalt, hvad man selv tænker og føler. Det tager lang tid at gennemføre sådanne snakke. Man skal tale om det alt sammen. Og man skal ikke bare tale med én eller to om det. Man skal snakke med alle i sin familiegruppe. Det siges ofte, at det sådan en snak, der sætter grænser for, hvor mange man kan være i en familiegruppe. Mange er derfor kun 3 eller 4 i den nære familie. Andre klarer at være 5 eller 6 – og det kræver *meget* snak. Kun nogle få meget snakkede grupper kommer op på 7 eller 8. Derudover kan der godt være børn i familien. De skal ikke deltage i denne snak.

Når man har snakket færdig for en stund, skal nogen også fortælle storfamilien, hvad man har snakket om. Det hele handler om, at fællesskabet samler sig om en *vi*-følelse.



Når man har snakket det hele grundigt igennem, behøver man ikke mere at sætte ord på sine følelser – nu kan man nøjes med at føle det, som man føler.

Det det ”normale” samfund skjuler man sine følelser. Hvis man alligevel kommer til, at vise nogle af dem, skynder man sig over til analyse-energien, hvor man undskylder, forklarer og begrunder, hvorfor man følte, som man gjorde. Det indebærer, at man gør det umuligt at samle sig til en handlekraftig gruppe.

I en progressiv gruppe skal man kunne have andres intense og ekstreme følelser tæt på uden at blive usikker. Man behøver ikke forstå de andres følelser. Og man skal heller ikke snakke mere om dem – det gjorde man jo med samlings-energien, så det er overstået. Nu handler det om at acceptere, at man føler det, som man føler – uden at man skal forklare noget – og uden at andre bliver usikre.

Det vanskelige opstår, når én udtrykker en følelse, som kan være politisk ukorrekt, uigennemtænkt, blandet med gamle fordomme eller bare nogle tomme ord, der hænger i luften. Og så er der en anden, der bliver trigget – og kommer med en slags modfølelse. Én siger måske: *Vi sku’ have omfavnet dem, vi mødte*. Og så siger en anden: *Det er da fuldstændig idiotisk*. Hvis man nu er en ”normal” vesterlænding, tror man, at de to

personer nu skal argumentere og begrunde deres følelser. Men det nye er, at det skal man ikke. De to udtalelser skal blot have lov til at blive udtrykt. Alle, der hører det, får så en indsigt i, hvad de to personer føler. Og det er meget befriende. Både for dem, der udtrykker deres følelser – og for dem, der lytter med. Man skal ikke gå og skjule sine følelser, for så distancerer man sig for hinanden. Man skal heller ikke kritisere hinandens følelser, for så skubber man de andre fra sig.

Til gengæld skal man bruge megen tid til omsorg for hinanden. Det handler om at være sammen. Holde i hånd. Lytter til hinanden uden at stille spørgsmål. Gøre noget rart sammen. Hjælpe hinanden.

Når man så har forliget sig med sine følelser og er blevet accepteret, som man er, skal man opføre sig som et fyrtårn, der sender lys ud i alle retninger – for at andre kan pejle og orientere sig. Man skal ikke sende lys ud, men følelser. Ikke for at genere de andre og forsøge at sende dem i en bestemt retning – men stille og roligt stå ved det, som man føler, sådan at alle kan spejle sig i hinanden.



Hvis man har udlevet alle følelser i enheds-energien, kan man slappe af i kroppen – og overgår til hengivelses-energien, hvor man stort set kun betragter, hvad der sker – og følger det, som andre sætter i gang. Man føler ikke noget ansvar. Man tager ingen initiativer. Men der dannes sig nogle såkaldte *holdninger*. Det er den høje ladning i hovedet, som danner en tilsvarende bevidsthedspol i hjernen. Det er ikke tanker, som man kan diskutere. Der er heller ingen argumenter. Det er en slags erkendelser, som ligner følelser.

Med dette energimønster og dets bevidsthed hviler man i sig selv. Man kan godt have mennesker tæt omkring sig, som opfører sig meget anderledes end én selv. En ”normal” europæer har brug for sit eget værelse, hvor man kan lukke døren bag sig. Men med hengivelses-energien kan man godt sidde midt blandt andre – og have samme følelse, som om man sidder i et eget værelse.

En ”normal” europæer vil godt have, at der er nogle fælles beslutninger omkring madlavning, oprydning, opvask, musik og meget andet. Men med hengivelses-energien er man bare til stede i det, som sker. Det kan

skifte fra øjeblik til øjeblik. Pludselig fungerer alting på én bestemt måde – og lidt senere fungerer alting på en anden måde. Og med hengivelses-energien sidder man bare og kigger på. Nogen gange nyder man, at der sker noget mærkeligt. Andre gange undrer man sig. Hvis nogen beder én om at hjælpe sig, gør man det gerne. *Tag lige denne skål og sæt den over på bordet* – er der én, der siger. Og det gør man gerne uden at tænke nærmere over det.

En ”normal” europæer tænker, at det er vist meget svært. Og det er ikke noget, som man har lyst til. Og det er sandsynligvis, fordi man er i analyse-energiens bevidsthed. Men når man har lært hengivelses-energien at kende og skiftet over til den, skifter ens bevidsthed. Og så er det lige pludselig behageligt og selvfølgelig bare at se, hvad der sker – og følge det, som de andre foretager.



Modtager-energien handler om bare at være til uden tanker, følelser eller vilje. I Syd-Amerika er der nogle indianerstammer, hvor man respekterer, at mennesker har brug for nogle gange at have det sådan. Og hvis en person sætter sig på en stol ved bålet eller et hvilket som helst andet sted – og slapper af... er det *meget* forbudt at henvende sig til vedkommende. Man må ikke sige noget til personen. Man må ikke spørge om noget. Vedkommende skal have lige så meget fred, som hvis han eller hun sad inde på sit eget værelse.

Alle mennesker har ind imellem brug for sådan en total afslappelse. Nogen kalder det at meditere. Andre kalder det at kontemplere. Og det kan foregå på mange forskellige måder. Men det handler om at lukke for alle sanseindtryk.

Når man gør det, sker der en slags oprydning i hjernen. Nogen celler og nervetråde bliver ædt af de hvide blodlegemer. Affaldet bliver skyllet bort med blodet. Og nye celler og nervetråde dannes. Når man så ”vågner op” og er social igen, er man blevet psykisk forvandlet – og er klar til at deltage i endnu et skridt i evolutionen – hvor man bidrager til at skabe udvikling på en opbyggende måde uden at ødelægge noget.



Mange sociologer mener, at europæerne i 1700-tallet og før da var gruppemennesker – uden nogen individuel bevidsthed. Jo, de kunne godt mærke smerte. Og de kunne også mærke, hvis nogen kritiserede dem. Men når der drejede sig om, hvad man ville og skulle,

tænke man som et *vi*. Disse sociologer mener så, at det er et stort fremskridt, at vi i dag er individualister. Og de mener, at man enten er det eller det andet. Dengang var man et gruppe-menneske. I dag er man individualist.

Men med skaber-energien får man en *vi*-oplevelse. Det er samtidig en *jeg*-oplevelse, idet *vi* og *jeg* hører sammen. Sociologer tror, at oplevelsen svarer til, at alle oplever det samme. Men det gør man ikke. Men kan godt opleve alle *jeg*'erne, og at de er forskellige - og trækker fællesskabet i forskellige retninger. Men selvom nogen påvirker i én retning, og andre gør det i en anden retning, oplever man dog, at fællesskabet hænger sammen. Og når det enkelte menneske gør noget for fællesskabet, tænker vedkommende *vi* og ikke *jeg*.

Livet og døden

Det er ret utroligt, at der på denne golde planet opstod liv. Engang størknede overfladen, og der kom nogle store kontinentalplader, som flyder rundt på jorden overflade. Én plade er det amerikanske kontinent. En anden plade er Afrika. Og sådan er der et antal plader, der støder sammen. Ved sammenstødene opstår jordskælv og vulkaner. Og når to plader presser sig mod hinanden, opstår bjerge. Når det regner, lægger noget vand sig i sprækkerne i bjergene, og om vinteren fryser det til is, hvorved isen sprænger noget af klippen i små stykker. Disse stykker føres med vandet ned ad bjerget i bække, åer og floder – og undervejs slibes de ned til runde sten. De føres så ud i havet og skyller op på strandene. Undervej bliver de slidt ned til små sten og sand. Sandet føres med vinden ind over de lave området og danner den løse jord.

På denne jord lever vi. I starten var her kun små encellede planter og dyr. Men alt liv lever af hinanden. Planterne blev større og dækkede landet med skov. Dyrene blev større og blev til kæmpe dinosaurer. Men så skete der noget. De store dyr uddøde. Og i stedet kom der mindre dyr, der var meget specialiserede. Nogle fik vinger og kunne flyve. Andre fik gifttænder. Og aberne begyndte at rejse sig på bagbenene. En abe rejste sig fuldstændigt op og blev til mennesket. Halvdelen af os består nu af nogle store lange ben. Og mennesket vandrede ud over hele kloden og slog sig ned alle steder. Vi formerede os også meget. Når vi går og står, er vore kønsdele forrest, og det meste af vores hår er forsvundet, som vi

er meget følsomme. Vi specialiserede os også i at få hænder og en stor hjerne.

Så erkendte vi, at verden ikke kun består af ting, men at der også er kræfter. Nogle af dem blev siden kaldt guder og Gud. Men vi erkendte også, at vi selv har sådanne kræfter og kan ændre alting og skabe noget helt nyt. Det har vi så gjort i de sidste par tusinde år. I starten handlede det mest om at påtage os opgave med at hjælpe alt liv til harmoni, så alle planter, dyr og mennesker kunne leve på en paradisisk måde – kaldte nogen det. Men mere og mere er det blevet til, at vi udrydder flere og flere planter og dyr, ødelægger mikrolivet i jorden, udrydder insekter, fører krige og myrder hinanden. Vi har besat det meste af jorden. Og dermed er befolkningstilvæksten de fleste steder stoppet. Kun i Afrika, hvor der stadig er rigelig med land, vokset antallet af mennesker.

Lige nu ”ejer” 1 % af jordens befolkning 99 % af alle værdier. Og 10 % af verdens befolkning (nemlig os i Vesten) forbruger 90 % af kloden råvarer og fødevarer. Denne ubalance opretholdes med militær og økonomisk dominans. De rigeste bliver meget rigere hvert år. Og de allerfattigste bliver fattigere hvert år. De rige vil have mere og mere. Og hele det nuværende økonomiske system bryder sammen, hvis der ikke er en årlig vækst i økonomien. Vestens industri forurener havene, luften og jorden. Hvis vi fortsætter, ødelægger vi jorden så meget, at der ikke kan bo mennesker her om et par hundrede år. Men de rige forestiller sig, at vi til den tid flyver rundt i rummeligheden og bosætter os på andre planeter, som vi så også kan ødelægge.

Men undervejs i menneskeheden udvikling er der også opstået visdom. Og der er opstået forskellige kulturer, som hver har fået deres egen visdom. Ved at dyrke den, har de skabt meget godt. Men fordi deres bevidsthed er stivnet i sådan en visdom, er den også blev til dumhed, der har ødelagt og ødelægger meget.

Vi lever nu i en tid, hvor kulturerne støder sammen. I første omgang ser vi de andres dumheder og vores egen visdom. Og mennesker i de andre kulturer ser også deres egen visdom og andre kulturers dumheder. Men på lang sigt, vil vi lære af hinanden.

Vi *kan* vende udviklingen, hvis vi vil, men vi skal handle nu – ellers er det for sent. De sidste par tusinde år med krige og ødelæggelse af jorden kan godt standse. Det er ikke menneskets natur at være destruktiv.

Så lad os genskabe paradiset, hvor alle mennesker lever i kærlighed – og hvor vi opfører os på Jorden gartnere, hvor vi hjælper og regulerer alt andet liv, så der også en altomfattende harmoni.

De nuværende magthavere anser det for barnligt, naivt, komisk og latterligt og totalt urealistisk. Og i givet fald vil de også miste deres magtposition.

Men alle de store religioner – og os almindelige mennesker – har drømme, håb og tro om, at det kan lade sig gøre. Det bliver sikkert svært. Og vi vil begå fejl. Og det er ikke sikkert, at alt lykkes. Men det er i den retning, at vi gerne vil udvikle os.

Vi har ikke lyst til at blive en halv robot, der skal flyve ud i verdensrummet og lede efter planeter. Vi vil hellere leve her på jorden. Og så en dag vil vi dø. Menneskeheden vil uddø. Alt liv på jorden vil dø.

Det er så svær en tanke for de nuværende magthavere, at de skal dø. De satser på, at forskerne kan finde på metoder, så man kan leve evigt. Men vi andre vil gerne dø. Vi er dybt taknemmelige over at have fået et fantastisk liv på denne klode. Og det gælder alt i universet, at det fødes og dør. Og når vi engang er døde, er der sikkert andet liv, der fødes. Men det er ikke os mennesker, der skal skabe det liv. Vi kan kun med taknemmelighed tage imod de muligheder, vi har fået. Vi kan bruge dem. Eller vi kan ødelægge dem. Vi kan være oprindelige og naturlige. Eller vi kan ødelægge os selv. Det er en udfordring til enhver af os. Hvad vil du?

Index

- abe 116
 adelen 29
 ADHD 38
 adlyde 29
 Afghanistan 61
 afladning 77;80
 Afrika 68
 afskaffe staten 32
 aftaler 106
 aktier 63
 Alexandria 11;46
 alienation 26
 Allah 25
 analyse 42
 analyse-energien
 75;77;81;83
 anarkisme 32
 Anden Verdenskrig 59
 angst 38
 ansvar 17;76
 arabisk 25;66
 arbejdergruppe 73
 arbejdskraftreserve 84
 arbejdsstilling 39
 Asperger's syndrom 38
 astma 90
 astrologi 41
 atomvåben 60
 autisme 38
 bakterier 88
 bare fødder 87
 befolkningstilvækst ... 117
 befrielse 31
 Berlin 97
 bevidst 83
 bevidsthedsindustri 34
 bevidsthedspol 25
 Biblen 41
 biller 89
 biodiversitetskrise 110
 birkegrene 29
 bjerge 116
 blive enig 103
 blodet 65
 blokade 60
 blowjob 96
 Bly 95
 bolig 16
 borderline 38
 brak 92
 brintbombe 61
 bunde 82
 bækkenbund 30
 bøf90
 bølge 94
 bøn 46
 børn 18
 civilisation 28
 dagsorden 83
 dele følelser 112
 Demokrater 104
 den kolde krig 60
 Den vilde mand 69
 deperdution 27
 depressioner 38
 dinosaurer 116
 dobbelt-organisering ... 48
 dominans 96
 dominere 30
 dum 111
 dyrisk jeg 101
 dyrisk vilje 108
 dyrkningsmetode 92
 dø 118
 ego 81;82
 egoisme 82
 encellede 116
 endelige revolution 87
 energilegeme 59;108
 energimønstre 14;31
 enheds-energien
 15;73;76;84
 etik 53
 evig 118
 Fader Vor 41
 familie 100
 fascisme 32
 feedback 84
 feminisme 94
 fetish 99
 finanser 63
 flirt 100
 flygtninge 66
 føder 65
 folkevandring 26
 fordøje 65
 forvandling 18;73
 forvirring 104
 fracking 61
 fri energi 76
 frigørelse 94
 fristelse 42
 fugle 45
 fyrtårn 114
 fælles energi 81
 fællesskab 82
 fængsler 110
 fødevarer 87;117
 følelser 112
 Første Verdenskrig 59
 general 58
 gestalt 20
 gnostisk 12
 Grimms eventyr 95
 grine 56
 grundstoffer 90;92
 gruppefamilie 78
 gruppemenneske 115
 grænse 77
 græsk bevidsthed 11
 græsrodsbevægelse 48
 grøft 105
 Gud 25
 gulerødder 87
 gæld 42
 gård 87
 H.C. Andersen 111
 handlekraft 108
 harmoni 117
 havne 62
 healing 11
 heksen 70
 hel 21
 hellig 44
 hengivelses-energien .. 17
 hengivelses-energien
 73;76
 herskeren 70
 hest 87
 heteroseksuel 35
 Himlen 25;37
 hjerneceller 82
 hjernedød 49
 hjernen 25;59;82
 holdning 114
 homoseksuel 35
 hovedpine 18;38;76

hud	92	kollektive landsbyer	85	læder remme	29
hudfedt	90	kolonier	59	lænden	39
hudflager	65	kommunikation	78	lån 42	
hugge hoved af	29	kommunikere	55	magthavere	102
husdyr	65	konfucianisme	12	makeup	76
hvide blodlegemer	82	konsensus	52	mandebevidsthed	35
hysterisk	18;76	kontakt	77	mandekurser	95
højkonjunktur	85	kontemplere	115	manderoller	69
højreorienterede	67	kontinentalplader	116	marked	90
højreorienteret	36	kontrol	110	Marx	35
håndarbejde	91	koordinere	80	marxisme	32
hård	20	korn	90	masochisme	96
ilt 19		korruption	58	Matthæus	41
inderlighed	97	krig	59	mave	65
indianerstamme	115	kriger	95	medicin	38
indianervision	87	krigeren	70	meditere	115
Indien	66	krigsherre	58	Mellemøsten	61
Indisk	25	krise	85	menneske	116
individualisme	35	kræft	56	menstruation	30
individualist	116	kultur	24	mental labyrinth	112
individuel terapi	21	kulturer	117	MeToo	94
investering	63	kundalini	13	militær	110
Iron John	95	kurs	111	miljøkrise	110
istid	65	kvantitativ	51	moderen	70
jealousi	99	kvinde	29	modtager-energien	
jernbaner	62	kvindebevidsthed	35 18;72;74;115	
Jesus	12;41	kvindeforskning	94	moral	51
Johnsen	39	kvinderoller	69	musiker	81
jord	116	kylling	65	muskler	19;27
jordbakterier	92	kællinge-snak	79	muslimer	66
jordmor	14	kæreste	71	nakken	39
jordskælv	116	kærlighed	96	narkoman	65
junglen	65	kærlighedsforhold	98	Nato	60
jødisk bevidsthed	11	kødproduktion	65;86	naturlig kapitalisme	85
kapitalisme	63;86	kønsdele	116	naturlig socialisme	86
kapitalister	29	labyrinth	112	nervepille	65
karma	25	landbrug	65	Neuroser	38
kartofler	90	landsby	102	nosser	29
Kejserens nye klæder	111	landsbyfællesskab ..	29;93	nøgen	76
kernefamilie	37;78	lavkonjunktur	84	olie	61
kildeforfalskning	43	leninister	61	omsorg	114
Kina	59;68	lesbisk bevægelse	94	ond	28
kineserne	61	lesbisk kollektiv	17	opgiver	27
kirke	12;25	ligestillet	29	opladning	80
klimakrise	110	livløs	20	opsparingsparadoks	64
klog	111	lokal magt	58	opsving	84
kløvergræs	92	luderen	70	orgasme	47
knogler	65	lussing	47;108	orgelkoncert	91
kokain	64	lussinger	47	overforbrug	62
kolde krig	60	lykkepille	65	overspændt	20;40
kollektiv	82	lyst	108	Palæstina	26

Paradisets have	111	seksuel fantasi.....	96	tam.....	29
parforhold.....	31	sekundærgruppe.....	22;78	taoisme	12
Pave Frans	43	selleri	90	tarm	65
pension	64	selvforsynende.....	62;86	teknokrater.....	111
pervers	47	selvværd	76	tempel.....	25
pedestal.....	76	sexlyst.....	47	terapi.....	11;19;103
plakat.....	49	shia	68	territorie-energien	
polarisere.....	13;31	sindssygdom.....	38	74;77;83;100
politi	110	sjæl	12	terror	61
polyamory.....	98	skaber-energien	80	tjenestepigen.....	70
pornoside.....	30	skal	76	toppe.....	82
port	112	skillevej	111	Tredje Verdenskrig.....	60
pottetræning.....	27	skizofreni.....	38	Trump.....	33;104
prestige.....	77	skjold	20;37	tryghed.....	97
primærgruppe	78	skræddere	111	tænder.....	65
primær-gruppe.....	22	slatten	20	tøj 111	
produktionskollektiv....	47	slum.....	62	tømmerflåde.....	50
programmere	42	slå 29		uddø.....	118
proletariatets diktatur...60		smagsprøver	90	udlevelses-energien	
prostitution	31	smartphone.....	63	72;75;77;80;81
psykisk problem	19	smerte	30	udvikling.....	118
psykiske territorier.....	100	smarter.....	38;39	udviklingsproces.....	109
psyko-energi.....	71	smil.....	28	udødelig sjæl.....	37
psykolog	14	socialdemokratisk.....	36	uforudsigelighed	104
psykologisk.....	11	socialisme	60;86	ukrudt	89
reaktionær.....	67	sociokrati	52	ulandskonference	62
regnskabschef	63	sociologisk.....	11	ulighedskrise.....	110
reifikation	27	soldaten	70	underkastelse	96
reinkarnation.....	25	soldater	58	underspændt.....	20;40
religioner	118	Sovjetunionen.....	60	undertrykkelse	27
religiøs vækkelse	29	spaltning	28	USA.....	68;97
Republikaner	68	spanskrør	29;47	velstand.....	60
Republikansk.....	32	spekulation	64	venner.....	66
revolution	29	sperm	29	venstreorienterede.....	67
Robert Bly	95	spiral	85	venstreorienteret	36
robot	50;111	spisehus	93	verdensrummet	111
rolle	50	spontan	84	Vietnam	60
Rusland.....	61	sproglærer.....	66	vilde mand	69
Rødstrømperne	94	spændende sex.....	98	vilde planter.....	89
råvarer	62;117	stalinister	61	vilje.....	28;34;101
sadisme.....	96	sten	89;116	villakvarter	93
samfundsmæssiggjort ..55		stiv pik	29	virksomhedsterapeut....	73
samle	13;31	stivelse.....	90	visdom	67
samlings-energien		storfamilie.....	78;100	vision	87
.....	15;78;80;84	styring.....	110	vittighed.....	43
samtale.....	33	sukker	90	voksne.....	19
samtykke.....	99	sult	65	voldtage	30
sand	116	sunni	68	vulkaner	116
Satan	25	supermagt	62	vækst	63
seksualdrift	29	synd	43	vølver	108
seksualitet.....	98	syreoverskud.....	65	zappe	55

zigzag 56
ægløsning 30

ægtemand 29
økonomi 63

øm20
åndedræt 19;27