

GAIA og MENNESKET



*mot en
lysere fremtid*

HENNING JON GRINI

GAIA og MENNESKET

*mot en
lysere fremtid*

HENNING JON GRINI



© 2016 Henning Jon Grini

ISBN: 978-82-690436-2-4 (PDF)

August 2016

Materialet i denne publikasjonen er
omfattet av åndsverklovens bestemmelse.
Ingen del av denne publikasjonen kan kopieres eller
mangfoldiggjøres uten tillatelse fra GaiaInnovations.

Omslag og layout: Henning Jon Grini
Coverillustrasjon: © Sergey Nivens - www.shutterstock.com
Trykket hos Lasertrykk

GaiaInnovations 2016
www.gaiainnovations.org



541-826
Svanemerket trykksak
LaserTrykk.no

*«Når jorden er syk og forurenset er menneskets helse umulig...
For å heale oss selv må vi heale planeten,
og for å heale planeten må vi heale oss selv.»*

– Bobby McLeod

INNHold

Forord.....	9
Mitt barndoms sommerparadis.....	13
Gaia – vår levende jord.....	17
Menneskets miljøpåvirkning.....	23
Sykluser – naturens læremestre.....	35
Menneskets syklus.....	39
Kjerneårsakene til våre problemer.....	49
Menneskelig og naturlig balanse.....	61
Maskulin og feminin balanse.....	71
Skap mer glede, lykke og bedre helse.....	79
Fremtidens økonomiske verden.....	89
Organisering i fremtiden.....	105
Levende fellesskap.....	113
Kraften i et positivt fokus.....	121
Hva kan du og jeg bidra med?.....	129
GaiaInnovations – for en verden i balanse.....	141
Bevisst transformasjon.....	151
Sluttord som peker mot en ny start.....	159

Forord

Gaia, vår vakre planet, er formet som en sirkel. Sirkelen har i uminnelige tider vært sett på som et evighetssymbol. Den har vært brukt i ritualer knyttet til religion og det man forbandt med trolldom og magi i gamle dager. I vår tid brukes sirkelen på mangfoldige måter. Som symbol brukes den bl.a. i form av en giftering. Rent praktisk er den genial og brukes for eksempel som hjul på biler eller til å generere strøm som i vindmøller eller vannturbiner.

Det ligger en større kraft i dette symbolet enn det man kanskje tenker over. I filmtrilogien Ringenes Herre, som gikk sin seiersgang på kino for ikke så mange år siden, hadde ringen makt til å styre hele verden. Jeg vil hevde at sirkelens betydning og prinsipp er mer viktig enn noen gang før. Sirkelen kan relateres til så mye, alt fra helhet til sykluser. Det kan bety enhet, evighet, resirkulering, kretsløp, holisme og integrering. Vi kommer til å ta for oss dette og hvordan vi kan implementere det i våre liv og i global sammenheng.

Som menneskehet står vi nå foran enorme utfordringer. I et miljøperspektiv ligger vi tilsynelatende tynt an sett i forhold til alle de miljøproblemene vi skaper. Men bare tilsynelatende. Miljøproblemene har vært nødvendig for å få oss til å forstå at vi må forandre oss og gjøre ting annerledes. Kontraster er nødvendig for utviklingen. Uten mørke ser vi jo ikke lyset.

Jeg har stor tro på at når menneskeheten først våkner opp og snur, noe vi er i ferd med å gjøre, vil vi kunne løse våre problemer. Potensialet er også tilstede for at vi kan snu raskere enn mange tror. Derfor har denne boken på mange måter et optimistisk og positivt syn på vår fremtid. For det *er* grunn til håp og optimisme, det vil man oppdage etter hvert som man leser.

For at dette skal skje kommer vi ikke utenom forandringer, både på et personlig og kollektivt plan. Det sier seg selv at måten vi har levd våre liv frem til nå ikke fungerer lenger. Veldig mye

av det vi mennesker befatter oss med er dysfunksjonelt. Når man får litt perspektiv på ting skjønner man at det er vi selv som har ført oss inn i disse onde sirklene. Derfor handler denne boken om å identifisere dem og finne de virkelige årsakene til at de har oppstått og hva vi kan gjøre med dem, slik at vi i stedet kan skape gyldne sirkler både for oss selv og menneskeheten.

Forandringene vi står ovenfor er helt nødvendige og går heller ikke an å unngås. Som menneskehet er vi under utvikling, vi vokser i forståelse, innsikt og visdom (gjennom kontraster) og dette kan ikke stoppes. Det er som et barn, du kan ikke hindre det i å vokse, verken fysisk eller mentalt. *Menneskeheten møter nå voksesmerter i form av våre globale kriser.*

Vi ser tydelig hvor dysfunksjonelt disse onde sirklene er når det gjelder miljøet og hvordan vi forurenser, det samme gjelder økonomisk ulikhet og hvordan det er med på å skape lidelse blant folk og samtidig gir grobunn for konflikter. Religioner, som på mange måter skulle føre mennesket nærmere det guddommelige, står som regel for gammeldagse og utdaterte livssyn som ikke bare skaper veldig store problemer, men også fjerner oss fra det guddommelige.

Andre områder er ikke bedre stilt. Vi kan nevne enorme helseproblemer, alt fra livsstilssykdommer i den rike del av verden til underernæring og sykdomsutbrudd i den fattige del av verden. Mye av maten vi spiser og det vi drikker er usunn og har betenkelige tilsetningsstoffer. På den politiske arena finnes det fremdeles diktatorer og vi står ovenfor absurd korrupsjon i enkelte land. Noen steder blir kvinner og mennesker som er annerledes fremdeles sett på som mindre verd og behandlet deretter.

Det som er tydelig er at vi har skapt disse problemene selv, men når vi har skapt dem selv kan vi også løse dem selv. Det er også gjerne slik at når man finner en løsning, og det må være på et dypt underliggende plan skal det være varig, skapes det en kjedereaksjon som forplanter seg opp gjennom lagene og videre utover til andre strukturer i samfunnet. Og det er dette som er den magiske formularen, som også mange andre har påpekt. Vi må finne de underliggende årsakene til at verdens tilstand er i

den forfatningen vi ser i dag. Først da vil vi ha mulighet for å løse alle de problemer verden står ovenfor. Disse underliggende årsakene finnes og de viktigste, etter min mening, presenteres i denne boken.

Når det gjelder miljøproblemer tror noen at teknologien alene kan løse dem. Det vil selvsagt hjelpe, men kan langt ifra løse alt. At verden har et enormt og stigende forbruk av kjøtt kan ikke teknologien gjøre noe med. Landbruket, som produserer kjøttet, står for en vesentlig del av klimagassutslippene. Her må det forandring til på et personlig plan slik at kjøttforbruket blir mest mulig begrenset.

Jorden er ubeskrivelig vakker. Jordens økosystemer er fantastiske systemer som er forbundet og sammenvevd med og i hverandre. Det hele er ufattelig kompleks. Vi mennesker er helt og holdent avhengig av dem. Tukler vi med dem får vi problemer, og det har vi fått. Problemene og krisene vi står ovenfor er både uoversiktlige og komplekse. De virker også på mange måter uoverkommelige, men det er ikke tilfelle. Dette skal vi også se nærmere på utover i boken.

Det er ikke jordkloden som trenger mest hjelp og healing, det er oss mennesker. Jordkloden greier seg fint uten oss. Den har også selvreparerende mekanismer. Dette kan vi mennesker støtte oppunder og hjelpe til med slik at repareringsfasen går fortere.

Det er vi mennesker som har påført jordkloden og dermed oss selv utallige problemer og kriser. Dette skyldes utdaterte tanker, trossystemer og holdninger. Så hjelpen vi kan gi oss selv er å identifisere og avprogrammere dem og så finne nye som vi kan integrere. Det er viktig her å presisere at det ikke er noe galt med oss mennesker. Slik jeg ser det er vi bare på et tidlig stadium av vår utvikling.

I tillegg bør vi lære hvordan naturen har organisert seg, vi må med andre ord forstå naturens språk. Naturen vil bli vår lærerester og den har mye å lære oss. Her står sykluser, kretsløp, samarbeid og symbiose sentralt. Naturen er fantastisk og har tatt i bruk dette på en genial måte.

Som menneskehet har vi rotet oss inn i mange onde sirkler.

Eller vi kan si at vi har viklet oss inn i dem. Vi har gjort det hele innviklet. For å komme oss ut av dem trenger vi å vikle oss ut. Vi trenger utvikling. Denne boken er en reise inn i mange av disse onde sirkene, slik at vi kan forstå dem og vite hvorfor de har oppstått. Og først når vi gjør det har vi mulighet for å bryte med dem og skape gylne sirkler slik at vi som menneskehet kan gå en lysere fremtid i møte.

Mitt barndoms sommerparadis

«Det er bare to måter å leve livet på. Den ene er som om mirakler ikke finnes. Den andre er som om alt er et mirakel.»

- Albert Einstein

I storbyen, hvor jeg bodde i utkanten som barn, var det mye asfalt, mennesker og bråk. I mitt barndoms sommerparadis på landet derimot var livet fredfullt og stille, men likevel fullt av liv. Der tilbragte vi noen uker hver sommer og vi gledet oss enormt til det hver gang.

På landet løp jeg utallige ganger ned den lange gressletten fra huset vi bodde i og forbi kuene og ned mot stranden som vi kunne se fra huset. Jeg elsket stranden og strandlukten. Og jeg løp fordi livet der og da var sorgfritt og fullt av små og store gleder, og ikke minst fordi det var så mye å utforske. Jeg elsket å lete etter liv langs stranden, spesielt etter krabber som gjemte seg under steinene og all tangen, men også småfisk som flyndrer som ikke var så lett å få tak i. Det var så mye fantastisk å utforske og oppleve. Jeg kunne tilbringe timevis der nede og når jeg var ferdig slapp jeg fangsten ut igjen i sjøen, men noen ganger tok jeg de med hjem for å vise hva jeg hadde fanget før jeg gav dem friheten tilbake.

Disse opplevelsene fra barndommens sommerparadis sitter som spikret. Utallige vakre og kjære minner har jeg derfra. Det var en flott tid, ikke bare for meg, men og for hele familien. Sommer, sol og ferietid hjelper godt på, men også slipestein og utedo ved løen. Utedoens vegger var forresten smykket med utallige bilder klippet ut av ukeblad. Og gjennom et lite hjerte ved døren strømmet lyset inn. Akkurat det med utedo holder riktignok ikke standard i dag, men jammen var vi lykkelig allikevel. Her

på landet bugnet det av frukttrær, stikkelsbær, rabarbra og andre vekster.

Å kunne våkne oppe på loftet til ferske rundstykker med hjemmelaget bringebærsyltetøy var noen av de «små» gledene jeg var så heldig å få oppleve. Eller alle de gangene da min bror og jeg la oss på kvelden og hviskingen og tiskingen ikke alltid gikk så stille for seg på rommet der vi sov. En gang vi fisket med båt fikk jeg en torsk som var nesten like lang som meg selv.

Av andre gleder kan nevnes alle de nydelige duftene som kom fra naturen rundt huset og de vakre rosene som stod langsetter husveggen. Og varmen fra solen som fikk bakken til å dirre. All kvitringen fra spurveflokken som jevnlig fikk mat, spesielt fordi min tante, som vi bodde hos kastet så mye brødsmuler til dem. Det store huset vi bodde i hadde både bakeri og landhandel. Og i landhandelen solgte de is og det stod utstilt et glasskap med sjokolade og andre fristelser. Jeg sier ikke mer...

Slik hadde vi det i årevis. Å så gøy jeg hadde det med mine søsken og venner. Her gjorde vi mye ablegøyer og kreativiteten blomstret. Vi dro på safari i en meget suspekt selvlaget flåte. Vi fikk hilse på dyrene i fjøset og ja, vi hoppet i høyet også. Det var ikke et sted å kjede seg for små (og store) barn for å si det sann.

Dette hadde ikke vært mulig uten den vakre naturen vi var omgitt med. Å kunne skue utover sjøen fra vårt sommerparadis var umåtelig vakkert. Selv om det var sommer kunne vi se snø på de høye fjelltoppene på den andre siden av fjorden. Det var rett og slett magisk.

Det er intet annet enn dette jeg ønsker fremtidens generasjoner overalt på kloden skal få oppleve. Livskraftig natur med trær, dyr, blomster, ren luft, nydelige dufter, gresshopper og kanskje litt mygg... Jeg ønsker at de skal få oppleve dette, ikke bare på landet, men og i mest mulig grad i byene. Det er der de fleste mennesker på kloden bor og flere og flere kommer til å gjøre det i fremtiden. Derfor er det viktigere enn noen gang å skape rom for at naturen kan tas tilbake i byene og bli bedre integrert der slik at de bokstavelig talt kan blomstre. Det ligger i sakens natur at vakre omgivelser vil speiles i den menneskelige psyke. Natur og

vakre omgivelser er som balsam for sjelen.

Hvis vi kan bevare sommerparadisene på landet og gjenskape noe av dette i byene også, ja da er vi kommet et godt stykke på vei. Og vi *er* kommet et stykke på vei allerede. Sakte men sikkert er luften i ferd med å bli enda renere ettersom flere og flere transportmidler går over til fornybare energikilder. Parker og grøntarealer blir prioritert og dukker nå opp flere steder og nye bygninger blir i de fleste tilfeller mer og mer miljø- og menneskevennlige. Utslippene fra industrien er blitt stadig renere. Bare det at alle disse prosessene er i gang gir viktige signaleffekter samtidig som de også virker selvforsterkende.

Om vi vil komme dit noen gang hvor fisken koser seg i byens rene elver, hvor grønne flotte parker er rett rundt hjørnet, hvor det er ren luft, hvor unaturlig støy knapt høres og der latter og glede er tilstede? Jeg er ikke tvil i min sjel om at vi vil. Men det hjelper så uendelig mye på dette skiftet at vi drar lasset sammen og gjør så godt vi kan. Og når vi først begynner å dra lasset sammen, kommer det til å gå fortere. Så ja, barndommens paradisi vil fremdeles kunne oppleves rundt om, ikke bare på landet, men også mer og mer i byene.

Gaia – vår levende jord

«Hvis noen spurte meg før reisen om jeg kom til å bli berørt av å se på jorden fra månen ville jeg ha sagt, «Ikke tale om». Men da jeg først så tilbake på jorden, mens jeg stod på månen, gråt jeg.»

- Alan Shepard, det femte mennesket som gikk på Månen.

Da astronautene dro ut i verdensrommet for å utforske månen gikk det opp for dem at det viktigste de endte opp med å utforske egentlig var jorden.

Vi mennesker er heldige som har fått være med på denne reisen med jorden. Vi trenger ingen billett for å bli med og alle er velkommen. Den har gitt oss alt vi trenger, som gratis mat og drikke, luft til å puste med og beskyttende atmosfære. Den har gitt oss fantastisk natur som kan ta pusten fra en. Det finnes vakre fjell omgitt med nydelige vann og elver. Man kan bade langs nydelige strender eller i fjellvann. Livet er umåtelig rikt og i uendelige variasjoner. Det er nesten for godt til å være sant, men det er det. Dette er intet mindre enn et paradys og dette paradiset er vår jord og vår hjemplanet - Gaia.

Solen er kilden som gir grunnlag for liv på planeten vår. Den gir oss varme og energi. Den er lys og gir oss lyse dager. Av månen får vi flo og fjære og poesi. Det er så mye å beundre, reflektere og være takknemlig over. Trærne produserer oksygen som vi mennesker bruker når vi puster inn. Det vi puster ut er karbondioksid, noe som trærne lever av. En genial symbiose som alle parter nyter godt av. Og symbioser er det flust av på planeten.

På 1970-tallet fremsatte James Lovelock sammen med Lynn Margulis den såkalte «Gaia-hypotesen», en antagelse om at jordkloden kan sammenlignes med en gigantisk selvhelbredende levende organisme og at vi er en del av henne. Ordet Gaia betyr jordgudinnen. Gaia var en gudinne eller guddommelig personifisering av jorden i antikkens greske religion og mytologi. Les

mer om Gaia hos *The Gaia Foundation* www.gaiafoundation.org.

Det er mange likhetstrekk mellom mennesket og jordkloden i forhold til at vi er levende organismer. Ser man jordkloden over Nordpolen gjennom et år konsentrert ned i et sekund og det hele gjentas så ser det ut som om jorden puster. Nordpolen, med sin is og snø, trekker seg sammen om sommeren og utvider seg om vinteren. NASA laget en slik animasjon for noen år siden basert på satellittbilder sett fra Nordpolen. Det ser virkelig ut som om jordkloden er levende og puster.

Mikrokosmos og makrokosmos speiler hverandre. Elvene og havstrømmene på jorden er som blodårene i et menneske. Og blodet bør helst være rent ellers blir vi syke. Elvene og havene er ikke lenger rene. Det vet alle som bor i byer der det er elver som renner gjennom dem. Dette er noe som smerter meg. I min ungdom elsket jeg å fiske i elver og vann etter ørret spesielt, men og laks. Da fløy tiden og jeg følte meg i ett med naturen. Å se forurensende elver i dag er vanskelig for meg. Jeg har stor sympati for alt det levende som eksisterer i en elv og overalt ellers i vår vakre natur.

En hendelse tidlig på nittitallet gjorde at jeg nesten aldri siden har fisket. I et blick stille vann var jeg alene vitne til et par ørret som lekte (eller paret seg) ved vannskorpen. De rullet rundt hverandre med grasiøse bevegelser. Dette pågikk en god stund og jeg stod ubevegelig for ikke å ødelegge øyeblikket. Det berørte meg å se dem boltre seg på en slik forsiktig og kjærlig måte. Det føltes som et hellig og magisk øyeblikk som jeg for all del ikke ville forstyrre. Det gikk plutselig opp for meg at fiskene jo har et liv. Jeg viste selvsagt at de hadde det fra før, men å være vitne til dette selv en stille og fredelig solskinnsdag helt alene i naturen var noe ganske annet. Jeg fikk en større respekt for ørreten og livet i naturen generelt etter den dagen. Jeg orket heller ikke lenger tanken på å dra opp fisker, med en krok inni munnen, for så å slå dem ihjel. Jeg misliker i dag å se fiskeoppdrettsanlegg. Fisken blir frarøvet et rikt og naturlig liv og det føles ikke riktig. Den samme følelsen får jeg når det gjelder dyr.

Denne respekten for naturen og det å se på den som hellig er

noe som har vært fraværende i alt for lang tid. Det er vel bare Island i vår del av verden som har en litt mer ydmykhet og respekt for naturen. Det kan muligens stamme fra deres mer utbredte tro på alver og naturånder. På den annen side ser vi heldigvis gryende tendenser til større respekt og ydmykhet også andre steder. Naturprogrammene til David Attenborough har vært en god hjelp her.

Som konsekvens av vår negative påvirkning på Gaia har den på en måte blitt syk. Den har blitt varmet opp, med andre ord, den har fått feber. Og viruset som forårsaker dette er mennesket. I et menneske vil feberen bli bekjempet av immunsystemet vårt ved hjelp av de hvite blodcellene. Også jordens virus kan bekjempes. Viruset er mennesket, men bekjempes samtidig av andre mennesker som tilsvarer de hvite blodcellene i et menneske. Vi er både årsaken til, men også løsningen på problemene. Akkurat som i menneskekroppen må de menneskelige "hvite blodcellene" bli mange og sterke nok til at de kan få overtaket, slik at jorden kan gjenvinne sin prakt. Dit er vi ikke kommet ennå, men vi er heller ikke så langt unna.

Det handler selvfølgelig ikke om å bli kvitt «viruset», men å transformere dem slik at de blir til «hvite blodceller» og på den måten bli en del av «medisinen». Hva er det som skal til for at Gaias menneskelige "hvite blodceller" kan bli mange og sterke? Et viktig moment er å forandre vårt syn på henne. Veldig mange mennesker ser ikke Gaia som levende. De ser Gaia og naturen både som atskilt fra oss og at det er vi som skal herske over den og alt det som lever der. Denne holdningen medfører atferd og handlinger som betyr at det er fritt frem for å utnytte henne med alvorlige konsekvenser til følge. Hvis vi derimot ser på Gaia som hellig og høyst levende snus situasjonen helt på hodet. «Viruset» blir transformert til "hvite blodceller". Når flere og flere får dette synet vil det medføre atferd og handlinger som støtter opp under Gaia med respekt og ydmykhet, noe som til slutt vil stoppe vår utnyttning av henne.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen hvor

Gaia sees på som dødende som kan utnyttes og gå over til en gyllen sirkel hvor Gaia sees på som levende og hellig.

Vi mennesker er det eneste liv på planeten som jorden ikke har bruk for, men *vi* klarer oss ikke uten jorden. Sagt på denne måten høres det ut som vi mennesker ikke er til nytte, er unødvendige og bare til bry. Det skulle man jo nesten tro når man se på verdens tilstand og hva vi greier å stille i stand av problemer, både for oss selv og moder jord. Men vent litt, intet er lenger fra sannheten! Jeg vil snu det hele på hodet. Jeg er en av dem som hevder at alt er skapt av en grunn. Det ligger ufattelig intelligens, visdom og kjærlighet bak det hele. Kan intelligente, bevisste og skapende vesener som oss mennesker, og andre vesener rundt om i universet (å tro at det ikke finnes annet intelligent liv i universet er etter min mening som å tro at jorden er flat), være hovedgrunnen til at alt eksisterer? I så tilfelle er jorden til for oss. Jorden har kanskje tilsynelatende ikke bruk for oss, men samtidig eksisterer jorden nettopp på grunn av oss. Vi mennesker betyr noe, ja mer enn det, vi er viktige, vakre og kjærlighetsfulle vesener, alle som en, uten et eneste unntak. Vi er bare på et tidlig utviklingsstadium hvor det «mørke» i oss har fått alt for stor plass. Etter min mening er dette også hovedgrunnen til at vi foreløpig ikke er blitt inkludert i det «galaktiske» fellesskapet. Vi har potensial til å skape et paradys her på jord og andre steder i universet. Ja, jeg vil hevde det er meningen at vi skal skape et paradys, på sikt. Hvordan? Jo, som vi vet kan «mørke» bare bli fordrevet med lys. Og hvor er så dette «mørket»? Jo, det er i oss selv og det er der vi må lyse.

Hvis det er så at Gaia er levende, er det ikke da naturlig å se hele universet som levende? Hvorfor skulle det bare gjelde jordkloden og ikke det enorme universet? En som ser på universet som levende er amerikaneren Duane Elgin www.duaneelgin.com. I 2010 utkom på norsk boken *Det levende universet*. Her tar forfatteren opp sterke bevis som peker i retning av et levende univers, både sett ut fra vitenskapen og verdensreligionene. Duane Elgin forklarer utførlig hvordan forskjellen på det å se univer-

set som dødt, og hva det medfører, opp mot synet på universet som levende. I følge ham medfører et syn på universet som dødt fremmedgjøring og oppgitthet, mens synet på universet som levende medfører inspirerende og spenstige visjoner om en mer meningsfylt vei for menneskeheten. Jeg siterer fra boken:

Universet som dødt system: Universet er et goldt og ugjestmildt sted som nesten utelukkende består av ikke-levende materie og tomt rom. Liv er ekstremt sjeldent. På jorden har materien på et eller annet vis organisert seg på en svært kompleks måte slik at levende enheter er oppstått. Men ser man universet under ett, er det menneskelige foretak et ubetydelig unntak. Vår eksistens som mennesker virker meningsløs og uten hensikt – en kosmisk tilfeldighet som vil bli glemt. Et dødt univers har ingen hukommelse og forteller ingen historier. Når legemet dør, slukkes lyset og vi forsvinner, uten spor eller levninger, det være seg fysiske eller ikke-fysiske. Det som da betyr noe, er materielle eiendeler, materiell makt, materiell nytelse og materiell prestisje.

Universet som levende: Dette gir oss et univers fullt av usynlig energi og liv; innrettet på tålmodig fremvekst av en innholdsrik kosmisk hage. Innenfor et slikt paradigme blir vi mennesker, som bevisst livsform i helheten, svært verdifulle. Vi tjener en viktig hensikt for et univers som arbeider med å fremelske bevisste livsformer. Gjennom oss ser, vet, føler og lærer universet. Vi selv lærer å leve stadig mer bevisst. Det viktigste er ikke alltid materien, men det som ikke synes – det dypt levende i oss selv, i våre forbindelser og i verden rundt oss.

Alle mennesker må på et eller annet tidspunkt ta stilling til seg selv på samme måte. Er vi kun biologiske tilfeldige skapninger styrt av instinkter og som når vi dør forsvinner for aldri mer å eksistere? Eller er vi alle åndelige verdifulle vesener som eksisterer

midlertidig i en kropp og at det er en hensikt og mening med vår eksistens som også fortsetter etter vårt jordiske liv? Jeg er selv fullstendig overbevist om det siste. Jeg ble født inn i en familie som ikke hadde noen bestemt tro noe som frigjorde meg til å studere livets store spørsmål uten mye ballast å kvitte meg med. Jeg har vært opptatt av, studert, filosofert og jobbet med de store spørsmålene for det meste i mitt voksne liv, både privat og profesjonelt. Min konklusjon er at alt vibrerer med liv og syder av liv både på Gaia og i universet og at alt er besjelet.

Når du står på månen og ser jorden så ser du ikke nasjonenes grenser. Du ser ikke det som skiller oss, enten det er rase, religiøse eller språklige forskjeller. Vi er alle på reise *sammen* på denne herlige jordkloden, Gaia. Og det er her nøkkelen befinner seg. Det er det som kan åpne døren til paradiset. Fellesskapet, samhörigheten. Vi bør se på hele menneskeheten som *ett stort fellesskap* og inkludere Gaia og universet i dette fellesskapet og ikke se på oss, Gaia og universet som fragmentert og atskilt som nå. Når vi innser at vi er ett med alt, at vi er ett stort fellesskap vil vi behandle naturen som hellig, Gaia og universet som hellig og oss mennesker som hellig. Dette blir utmerket poengtert i filmen *Planetary* www.weareplanetary.com.

Jorden er så ubeskrivelig vakker at den kan transformere folks liv. Da astronaut Edgar Mitchell så jordkloden fra romstasjonen i 1971 ble han svært beveget. Opplevelsen var så sterk og Gaia så vakker at det transformerte hans liv. Det var som å få et glimt av det guddommelige:

«Plutselig, bak månens kant og med langsomme øyeblikk av umåtelig prakt, dukket en glitrende blå og hvit juvel opp. En lys, delikat skyblå sfære flettet sammen med sakte virvlende slør av hvitt, som reiser seg gradvis slik en perle i et mørkt hav av svart mysterium. Det tar mer enn et øyeblikk å fullt ut innse at dette er jorden... vårt hjem.»

- Edgar Mitchell, Apollo 14 astronaut

Menneskets miljøpåvirkning

“Først når det siste treet er hogd ned, den siste elven forgiftet og den siste fisken er død, vil mennesket oppdage at de ikke kan spise penger”.

- Indiansk ordtak

Vi er nå i 2016 over 7,3 milliarder mennesker på jordkloden og dette vil komme til å øke til ca. 11,2 milliarder i 2100 ifølge FN før det vil synke igjen. Befolkningen synker allerede i mange i-land. I u-land øker det, spesielt i Afrika hvor det aller meste av økningen vil komme, både fordi der fødes det mange barn og fordi folkene der vil komme til å leve lenger. Verdens befolkning kan og bør helst bli færre i 2100 enn det FNs prognoser antar, men da er det u-land som bør prioriteres. Hvis fattigdommen der kan reduseres, levestandarden økes, ulikheter bekjempes og man får styrket kvinnes utdanning vil automatisk antall barn pr. familie synke.

Med så mange mennesker er det ikke lenger et spørsmål om vi påvirker Gaia. Og siden vi vil bli enda flere i fremtiden er det desto viktigere å redusere denne påvirkningen. Det er derfor viktig å få litt innblikk i hvilke konsekvensene vår innvirkning har medført for Gaia. Senere i boken vil vi ta for oss hvorfor det har blitt slik og hva vi kan bidra med for å snu situasjonen.

Når det gjelder miljøet er forskere verden rundt så å si enige om at klimaendringene vi opplever i vår tid for en stor del er menneskeskapt. Vi påvirker klimaet ved å forbrenne kull, olje og gass, men også ved avskoging, landbruk og forskjellige industriprosesser, for å nevne noe. Dette medfører at atmosfæren får økt konsentrasjon av klimagasser, hovedsakelig CO₂, noe som fører til at vi får en kraftigere drivhuseffekt slik at jorden varmes opp. Dette igjen medfører at vi får mer vanndamp i luften, hvilket

forsterker drivhuseffekten ytterligere. Det er en ond sirkel.

Dessuten er det mange flere måter vi påvirker klimaet på. Vi forurenser havene, vannene og elvene med våre utslipp. Biler og transport sprer avgasser og støy. Jordsmonn forringes. I landbruket og i oppdrettsanlegg sprer vi kjemikaler. Vi overforbruker og utnytter naturens ressurser i øst og vest osv. Det er blitt foreslått å kalle den tidsperioden mennesket har påvirket jorden med sine aktiviteter for Antropocen. Dette fordi det vi mennesker gjør har så store konsekvenser for jordkloden.

Det er hevet over enhver tvil at mennesket har betydelig påvirkning på miljøet. Det finnes de som er skeptiske til at mennesker påvirker klimaet. Men selv klimaskeptikere kan ikke unngå å være enige i at vi har innflytelse. Det vet mennesker som bor i Beijing i Kina som må forholde seg til sterkt forurenset luft og hvor svært mange går med maske som beskyttelse i det daglige. Det vet også innbyggerne av enkelte norske byer som til tider må forholde seg til forurenset byluft. Det vet også mange av de som bor i California som opplever vannmangel grunnet ekstrem tørke, bl.a. forårsaket av varmere klima og minkende grunnvann, som igjen skyldes menneskelig forbruk til landbruk, industri, drikkevann og hagevanning osv. Vannmangel mange andre steder i verden vil øke på i årene som kommer. For mye vann er heller ikke bra. Tidlig sommeren 2016 opplevde halve Kina enorme vannmengder i form av flom som hadde konsekvenser for millioner. Noen hevder dette delvis skyldes overdreven utvikling som ikke har tatt hensyn til flomutsatte områder.

Økt tørke og betydelig varmere klima oppleves også spesielt rundt middelhavsområdet og i Afrika. Ja, en del forskere påstår at noen områder av Nord-Afrika og Midtøsten kan risikere å bli ubeboelige i fremtiden fordi det rett og slett blir for varmt å leve der. I den enorme skogbrannen som herjet området rundt Fort McMurray i Canada våren 2016 regner man det som sannsynlig at klimaendringene er medvirkende årsak. Det hadde ikke kommet nedbør på to måneder og de hadde nettopp satt varmere rekord. En professor i skogbranner, Mike Flannigan fra Universitetet i Alberta sier skogbranner i området har doblet seg siden 70-tallet.

De som bor nær Nordpolen, for eksempel på Svalbard, merker og ser det tydelig at temperaturen har økt. Vintrene er blitt kortere og deler av breene og isen har smeltet hvis man ser det over mange år. Ingen andre steder på kloden har temperaturen økt mer enn her og enkelte steder har temperaturen faktisk økt med flere grader. Romfartsorganisasjonen NASAs institutt *Goddard Institute for Space Studies (GISS)* har blant annet ansvar for å utarbeide globale temperaturtall. Deres beregninger viser at april 2016 var den syvende rekordvarme måneden på rad.

De som bor nær kysten, og det er mange, merker at havet har steget. Dette skyldes hovedsakelig at isen og breene på land smelter grunnet global oppvarming. Vann, som før var bundet opp på land, renner nå ut i havene og høyner dermed havnivået. Havene blir også varmere og når vann blir varmere ekspanderer det og trenger mer plass, noe som ytterligere bidrar til havstigning. Dette gjør mange tett befolkede kystområder i varmere strøk mer og mer utsatt for farlige sykkloner og oversvømmelser. Dette vet de godt de som bor ved kysten utenfor Bangkok. Der har grunnen sunket med ca. tre meter, mest fordi det er hentet ut for mye grunnvann, men også fordi havet stiger. På sikt kan mange kystområder bli ubeboelige. Mange av klimaendringene er i tillegg med på å skape unødvendige sykdommer.

Utryddelsen av regnskogen og artene der skjer i et skremmende tempo. Vi mister mye biologisk mangfold, som menneskeheten også har nytt godt av, for eksempel til medisiner. Regnskogen produserer dessuten oksygen og fungerer dermed som en del av jordklodens «lunger». Det er ingen god strategi å «skjære» bort biter av lungene som vi alle er avhengig av.

Havene fungerer også som jordklodens «lunger». De forbruker karbondioksid og frigjør oksygen. Oksygenet produseres av alger, slik planter og trær på land gjør det. Våre flotte og viktige hav har i alt for lang tid blitt sett på som vår søppelkasse. I tillegg tar havene, i likhet med atmosfærene, opp enorme mengder klimagasser. Det er som om havene skulle røyke og alle vet at røyk er skadelig for et menneske. Dette, sammen med temperaturøkningen, har enorm negativ skadelig innvirkning på livet i

havene. Mange korallrev for eksempel har dødd ut og andre er i risikosonen. Dør de ut har ikke det yrende livet der noe sted å leve. Vi mennesker er også avhengig av havet. Havet produserer mat, oksygen og det regulerer klimaet. Det gir oss også transportmuligheter, medisiner, energi og mye annet.

Gaia består av utallige utrolig komplekse økosystemer. Det er disse systemene vi bringer i ubalanse. For eksempel er villbiene (det finnes over 20 000 arter av bier i verden i følge Wikipedia) i ferd med å reduseres med den konsekvens at ikke alle blomstene blir bestøvet. Villbier og andre insekter er viktigere enn honningbier, som brukes i birøkt, når det gjelder bestøvning. Det igjen forhindrer planter i å gro, som igjen kan skape matmangel og sult. Tukler vi med et system påvirker det alle de andre. Dette viser hvor sterkt alt er sammenknyttet.

Det er en kjensgjerning at arter dør ut. Det er en naturlig prosess som og gir grunnlag for utviklingen av nye livsformer. Boken «Den sjette utryddelsen» av Elizabeth Kolbert www.elizabethkolbert.com tar for seg dette temaet på en grundig måte. I følge henne er det ikke bare enkeltarter som står i fare for å bli utryddet, men hele økosystemer. Boken tar for seg masseutryddelser opp gjennom jordens historie før menneskets inntreden. Den sjette utryddelsen, som foregår nå, er noe menneskelheten selv er ansvarlig for.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen hvor vi er ubevisste om vår påvirkning på Gaia og gå over til en gyllen sirkel hvor vi blir bevisste om vår påvirkning.

De verste miljøskader mennesket noen gang har påført jorden er kriger. De medfører miljømessige og ikke minst menneskelige negative konsekvenser som er uten sidestykke. I nyere historie er Syria dessverre et eksempel på dette. Det er nesten ufattelig og uforståelig at vi mennesker har utført så enorm mange kriger mot hverandre opp gjennom historien. Under en krig betyr na-

turen ingenting, og mennesker knapt noe de heller. Vi skal ikke gå noe særlig mer inn på dette omfattende temaet her da det er selvsynlig at konsekvensene og lidelsene er enorme. Et positivt aspekt oppi dette er at antall kriger og antall drepte i kriger i verden har jevnt og trutt gått nedover siden andre verdenskrig, med noen unntak innimellom. Nå i dag er det nesten bare interne kriger, altså borgerkriger, som utføres sett over en lengre tidsperiode. Vold og konflikter derimot er det fremdeles mye av.

Noe annet alvorlig mennesket har drevet med var prøvesprengninger med atomvåpen. Da snakker vi om atomvåpen langt kraftigere enn de to som ble sluppet over Japan på slutten av andre verdenskrig. Det hele føles ganske så absurd, ja sinnsykt at vi mennesker har holdt på med dette. Man testet altså hvordan disse ufattelige destruktive våpnene ville virke i krig. Disse testene påførte mennesket og naturen enorme konsekvenser og lidelser. Radioaktivt nedfall fra atmosfæriske atombombetester, som er påvist i store deler av verden, er beregnet å ville føre til minst 600 000 ekstra tilfeller av kreft innen år 2100 i følge svenske leger mot atomvåpen. Det er foretatt ca. 2055 prøvesprengninger, hvorav over 1000 av USA.

Atmosfæriske prøvesprengninger innebar at store mengder radioaktivt materiale ble spredt langveis i atmosfæren med påfølgende radioaktivt nedfall over land og til vanns. Allerede på slutten av 1950-tallet gikk hundretusenvis av kvinner og menn i mange land i protesttog og forlangte stans av prøvesprengningene. Til slutt ga atommaktene etter for presset, og i 1963 ble den første (begrensede) avtalen om prøvestans vedtatt, hvor alle typer prøvesprengninger unntatt underjordiske ble forbudt. Slike underjordiske sprengninger kan for øvrig danne revner i jorden som sprer store mengder radioaktivt forurenset jord og vann ut i omgivelsene. I tillegg kan store kratere under jorden senere åpne seg og frigjøre radioaktivt materiale. Kraftige underjordiske sprengninger kan også skape jordskjelv. En avtale om full stans av alle typer prøvesprengninger (CTBT) fra 1996 er underskrevet av 183 land, hvorav 157 har ratifisert avtalen.

Det skal ikke mye tankevirkosomhet til for å skjønne at menne-

sket er for umoden til å håndtere de nye kreftene vi er i besittelse av. Atomkraftverk er en særdeles betenkelig måte å skaffe energi på. I den forbindelse kan det nevnes de to kjente ulykkene ved atomkraftverkene Tsjernobyl og Fukushima. Tsjernobyl-ulykken i 1986 i tidligere Sovjetunionen (Ukraina i dag) hadde utslipp som var 400 ganger større enn utslippet i forbindelse med atombombene i Hiroshima og Nagasaki i 1945 under den andre verdenskrig. Det totale antall dødsfall som følge av ulykken er beregnet til opp mot 9000 mennesker (i følge en rapport fra 2005 ledet av Det internasjonale atomenergibyrået (IAEA) og Verdens helseorganisasjon (WHO)). Men ifølge ukrainske helsemyndigheter er omtrent 15 000 militære og sivile, av totalt 800 000 som jobbet med å begrense skadeomfanget i dag døde. Byer og store områder i nærheten er fraflyttet og vil komme til å bli det i uoverskuelig fremtid fordi strålingen har svært lang halveringstid.

Fukushima kjernekraftverk på nordøstkysten av Japan ble den 11. mars 2011 rammet av jordskjelv. Kjernekraftverket er bygget for å tåle jordskjelv, men det tålte ikke tsunamien som traff anlegget i etterkant. Det ble kort tid senere avsperrert et område med en radius på 20 km rundt kraftverket som det er ulovlig å oppholde seg i. 160 000 mennesker som bodde i dette området, måtte evakueres fra sine hjem. Flesteparten har fortsatt ikke fått flyttet hjem, fem år senere.

Det bygges og planlegges mange nye atomkraftverk rundt om i verden. De er sikrere enn de eksisterende og det forskes mye på nye generasjoner av atomkraftverk bl.a. thorium baserte kraftverk, men det er langt igjen før de er helt trygge, dessuten kan man aldri gardere seg for menneskelig svikt, terrorhandlinger og naturkatastrofer. I tillegg kommer en sikkerhetsrisiko dannet av biproduktet fra kjernekraftverkernes reaktorer. Der dannes det plutonium som er egnet for produksjon av atomvåpen. Det er også slik at atomavfall må lagres i tusenvis av år uten at man har funnet gode løsninger for langtidslagring. Det som er bra er at i-land vurderer å begrense eller droppe atomkraft, som Tyskland, mens det bekymringsfulle er at flere u-land vil bygge egne atomkraftverk siden mange av innbyggerne mangler elektrisitet og de

har økende behov for kraft.

Naturlige klimaendringer vil det alltid være. Noen ganger vil naturlige klimaendringer motvirke menneskeskapte klimaendringer, andre ganger forsterke dem. Det hersker i dag liten tvil om at vi i dag påvirker klimaet så sterkt at de menneskeskapte klimaendringene overskygger de naturlige endringene globalt sett. Vi er over 7 milliarder mennesker hvorav få lever i pakt med naturen. Det er ikke uten betydning.

En rapport fra London School of Economics, utgitt i 2016, estimerer at tapene etter ødeleggelsene av hyppigere naturkatastrofer, strengere klimatiltak og større global usikkerhet i verste fall vil tilsvare 17 % av verdens totale finansverdier. Det tilsvarer 24 000 milliarder dollar. Det forteller oss at jo fortere vi kan omstille oss fra fossil til fornybar verden jo mindre blir de økonomiske konsekvensene, for ikke å snakke om konsekvensene for mennesker og alt annet liv på planeten vår.

I en analyse utført av professor Michael Brauer ved universitetet i British Columbia i Vancouver, Canada, sammen med flere internasjonale kolleger, konkluderte man med at 5,5 millioner dødsfall i 2013 relateres til luftforurensning. Det er spesielt befolkningsrike land som merker luftforurensningen mest. I Kina brukes det generelt mye kull og i India mye tre og gjødsel i matlaging og oppvarming. Alt dette skaper svevestøv og det er de eldre som er mest utsatt. I følge Brauer er luftforurensning den fjerde høyeste risikofaktoren for å død globalt sett.

Vi må alle bidra til overgangen fra fossilt til fornybart samfunn, det være seg enkeltpersoner, bedrifter og organisasjoner osv. Det er ikke slik at vi bare kan overlate miljøproblemene til det offentlig eller stole på at teknologien løser alt. Teknologien kan ikke løse det faktum at vi spiser kjøtt for eksempel. Landbruk og husdyrhold, direkte og indirekte, står for nesten 1/3 av de globale klimagassutslippene (tall hentet fra rapporten Meat Atlas fra The Heinrich Böll Foundation www.boell.de/en). De legger beslag på ca. 45 % av jordens areal. (Vitenskapsfolk fra University of Wisconsin-Madison beregnet det til 40 % ved å bruke satellittbilder. Men det var for mer enn 10 år siden.)

At det er mye areal vi mennesker legger beslag på kan man se selv når man er ute og flyr. Alle de gangene jeg selv har flydd over Sør-England for eksempel ser jeg knapt noe områder som ikke er blitt bearbeidet av oss mennesker. Men man trenger ikke å fly for å finne ut av dette, det er bare å bruke Google Earth og se selv. Landbruk og husdyrhold har også et enormt vannforbruk. Betydelig mer enn det som brukes av mennesker. Man skal huske på at det er hele 70 milliarder dyr som brukes i landbruket og i kjøttindustrien. Det krever enorme mengder vann, energi og korn til å brødfø alle disse dyrene. Bønder, som driver landbruk i liten skala, blir fordrevet over hele verden fordi dagens mentalitet favoriserer stordrift.

For multinasjonale selskaper som har jordbruk som et av sine virkeområder (Monsanto, DuPont, Dow, Syngenta, Bayer, BASF) er det hovedsakelig profitt som gjelder på bekostning av mennesker og natur. Lidelsene til dyrene, økologiske ødeleggelser og helseproblemer blir stort sett feid under teppet av disse store multinasjonale konsernene. Disse selskapene har riktignok blitt flinkere til å ta hensyn, men da helst etter press fra opinionen. Mesteparten av avskogingen i Regnskogen skyldes at det stadig trengs større arealer til landbruket og dermed kjøttindustrien. Regnskogen består av et ufattelig stort mangfold som har beriket mennesket betydelig bl.a. med viktige medisiner. En logisk konklusjon av alt dette er at mennesket burde spise langt mindre kjøtt og gjerne blitt vegetarianere eller veganere. Det hadde vært bedre for Gaias helse og for vår egen helse. Slik jeg har forstått det er stort inntak av rødt kjøtt helseskadelig på flere måter. Det er større fare for å dø tidlig fordi man er mer utsatt for bl.a. kreft, fedme, diabetes og hjerte- og karsykdommer.

Ifølge FNs klimapanel (IPCC) www.ipcc.ch har jordkloden blitt nesten 1 °C varmere siden 1880-tallet. Forskerne er usikre på hvor mye temperaturen vil stige fremover. Man jobber nå med å forhindre at den globale temperaturen overstiger 2 °C eller enda bedre at den ikke overstiger 1,5 °C. Alle land i verden møter nå konsekvensen av klimaendringer, noe som bare vil øke på i årene som kommer. Dette merker forsikringsselskapene godt

og vil komme til å merke det betydelig mer i årene fremover. Klimaendringer vil også føre til flere klimaflyktninger i fremtiden fordi det rett og slett vil bli tilnærmet ulevelig i deler av verden. Det *er* allerede områder som er ulevelige i dag som Tsjernobyl- og Fukushimaområdene nevnt tidligere i dette kapitlet. Øystaten Kiribati skal flytte befolkningen fordi klimaendringene (havstigning) gjør øyene ubeboelige. De første innbyggerne skal flytte vekk i 2020. British Royal Society estimerer at mellom 72 og 187 million mennesker på verdensbasis vil måtte flykte innen 2100 på grunn av stigende havnivå.

For å få oversikt over nøkkeltall i utviklingen av for eksempel global temperatur, CO₂-innhold i atmosfæren, klimagassutslipp og energi-produksjon er Klimavakten en god kilde:

www.energiogklima.no/klimavakten.

Men fortvil ikke! Krisene får fortgang i forandringene. De krisene vi opplever i livet på et personlig plan har den fordel at den gjør noe med oss. Hvem har ikke opplevd kriser for å så komme styrket ut av dem? Faktisk har mange i ettertid gjerne innsett at krisen fikk oss inn på et nytt spor. Den endret oss til noe bedre. Det er ingen grunn til at ikke dette også skal kunne gjelde på et globalt nivå.

Her kan The Solutions Project være en god inspirator. De har verdenskart som viser hvor langt hvert enkelt land har kommet mot 100 % rent fornybar energi:

www.thesolutionsproject.org

Et kjent eksempel på et miljøproblemet som mer eller mindre er løst var det store hullet i ozonlaget i atmosfæren, i all hovedsak oppe i stratosfæren (som begynner ca. 50 km over jorden). Det beskytter mennesker og dyr mot ultrafiolett stråling. Som konsekvens av denne strålingen kan mennesker utvikle hudkreft. En periode ble det innført offentlige anbefalinger om hvor mye folk skulle sole seg. Problemet oppstod ved utslipp av halon og klorholdige gasser (KFK), blant annet brukt i spraybokser, ved rensanlegg og i brannslukkings-apparater. Gjennom Montreal protokollen i 1989 forpliktet land seg til å slutte å bruke KFK og halon. Selv om nedbrytingen av ozonlaget er bedret, vil det ta

mange år før det kommer tilbake til normalt nivå fordi gassene har lang levetid. I følge en rapport utgitt i 2014 fra FNs miljøprogram (UNEP) og FNs World Meteorological Organization (WMO) hevder de at hvis man fortsetter med den positive utviklingen de siste årene vil ozonlaget være tilbake på 1980-nivå rundt år 2050. På den annen side er erstatningsstoffene kanskje ikke noe bedre, så i realiteten har man muligens bare flyttet problemet til andre områder. Uansett, selv om det er en lang vei å gå, viser vi vilje til å gjøre noe med de omfattende miljøproblemene vi står ovenfor, men som regel må vi føle det på tennene først, før vi endrer oss.

Et annet kjent eksempel på et miljøproblem som mer eller mindre er løst var problemet med sur nedbør som førte til fiskedød og skogskader, også her i Norge. I 1979 undertegnet mange land i vesten FN-konvensjonen om langtransporterte grenseoverskridende luftforurensninger. Dette gjorde at man fikk kontroll over utslippene fra industrien slik at luftforurensningen som kom via regn og snø til Norge, hovedsakelig fra Europa, ble sterkt redusert.

Nedenfor er det gjengitt noen forslag over hva som kan innføres lokalt og globalt fremover for å begrense forurensningen. Disse forslagene jobbes det med nasjonalt og internasjonalt.

Det meste av de ubrukte fossile energikilder bør bli liggende. Vi kan gi gode incentiver til fornybare energikilder og miljøvennlige produkter, slik som el-biler. Her står Norge frem som et lysende eksempel på at slike incentiver virker. Lignende incentiver burde økes mer enn dagens nivå ved for eksempel installering av solceller på tak. Nå finnes også takstein med integrerte solceller. Hele tiden kommer det til nye innovasjoner og oppfinnelser som er til gode for mennesket. Dette vil øke på i årene fremover og burde få betydelig støtte og oppmerksomhet. Ved å gi kraftigere incentiver til utvikling og bygging av elektriske ferger og andre miljøvennlige båttypen ville man fremskynde prosessen med overgangen fra fossilt til fornybart også til sjøs. Båttrafikken i verden forurenses langt mer enn alle verdens kjøretøy til sammen. Offentlig transport bør bli billigere og ikke dyrere og det bør vurderes gratis transport i byer hvor rushtrafikken er stor

for å motvirke den. Vi kan skattlegge fossil kraft som forurensere. Den tidligere NASA-forskeren og nå miljøforkjemperen James E. Hansen er spesielt opptatt av dette, han mener kraftige skatter og avgifter på CO₂ og andre klimagass-utslipp må til for å stoppe klimagassutslippene fort.

Det er gratis å forurense naturen i dag. Det burde det ikke vært. Forurensningen er en stor kostnad siden det påfører mennesker og natur både lidelser og ødeleggelse. Ikke bare det, subsidier er utbredt i mange forurensende bransjer (som oljebransjen) i både inn og utland. Dette er noe som absolutt bør stoppes. Forurensning og annen ødeleggelse av naturen bør beregnes inn i skatter og avgifter. Så lenge man ikke forstår på et dypt plan at man må slutte å forurense fordi det før eller siden skader oss alle trengs det regler, skatter og bøter m.m.

Det bør fremkomme klart og tydelig på produkter som selges hvor mye som gjenvinnes og forventet levealder. Og akkurat som mange velger økologiske matvarer, selv om de er dyrere, vil mange helt sikkert betale litt mer for et produkt om det står at en viss prosentandel av salget går til miljøtiltak. På produkter som bruker strøm bør livssyklus-kostnaden fremkomme.

De rike land, som i all hovedsak har bidratt mest til klimakrisene, bør bidra mer til de fattige landene slik at de kan omstille seg raskere. Mange av de fattige landene merker i tillegg mer til klimaendringer enn de rike.

Det jobbes også for å sikre juridisk bindende avtaler for reduksjoner av utslipp som gjøres progressive med årene.

Ønsker du flere forslag til løsninger og tiltak som kan begrense menneskets miljøpåvirkning kan boken *60 SOLUTIONS against climate change* anbefales. Boken ligger tilgjengelig gratis på Internett. Den trekker frem 60 løsninger som allerede er gjennomført for å motvirke miljøkrisene rundt om i verden. Boken er utgitt av *The GoodPlanet Foundation*. Den kan lastes ned her: www.goodplanet.org/en/60solutions. Franskmannen Yann Arthus-Bertrand, som grunnla *The GoodPlanet Foundation* står også bak kjente filmer som *Home* og den siste *Human* www.human-themovie.org. På deres YouTube kanal er det lagt ut utvi-

det versjoner av filmen. En annen film som anbefales er *Time To Choose* www.timetochoose.com. Den tidligere amerikanske visepresidenten Al Gore www.algore.com har et vel av løsninger og informasjon tilgjengelig. Også *Saving Our Planet* www.savingourplanet.net har løsninger å tilby og en mengde med filmer og annen informasjon relatert til miljøet. Aftenposten har en satsing på miljøet kalt Klodenvår. Der har de og miljøløsninger mm.aftenposten.no/kloden-var. E-boken *A Greener Future* er og verd å få med seg. Den er skrevet av Sven Åke Bjørke og Yannick Urs Schillinger og er fritt tilgjengelig på følgende webside www.agreenerfutureblog.wordpress.com.

Det er veldig mange flotte miljøorganisasjoner og forskningssinstitusjoner i dag som arbeider for å bevisstgjøre oss om miljøet og som er pådrivere for den nødvendige omstillingen som må til. Her nevnes noen norske med sine websider: www.naturvernforbundet.no, www.zero.no, www.bellona.no, www.framtiden.no, www.besteforeldreaksjonen.no, www.energiogklima.no, www.cicero.uio.no, www.bjerknes.uib.no, www.grida.no. Og en mengde organisasjoner ellers i verden som Greenpeace www.greenpeace.org og EcoWatch www.ecowatch.com. Kjendiser som Leonardo DiCaprio bidrar også via The Leonardo DiCaprio Foundation www.leonardodicaprio.org. Det er en gryende oppvåkning og bevissthet rundt våre problemer i befolkningen generelt. Og det er nettopp en økt bevissthet som skal til for å løse våre problemer. En bevissthet som transformerer de dypere lag, ikke bare symptomene. Det skal vi komme tilbake til senere i boken.

Spesielt de unge har forstått alvorret. De har innsett at dagens systemer ikke kan fungere i lengden. De er nå med på å skape utallige etiske, økologiske og miljøbevisste nyetableringer overalt i verden. Det er et veldig godt tegn som vil være med på å snu utviklingen.

Selv om vi står foran enorme utfordringer, er vi over 7 milliarder mennesker som utgjør en ufattelig ressurs. Hvis vi går sammen om å finne felles løsninger og har viljen til å ta dem i bruk finnes det ikke tvil i min sjel at vi kan løse våre problemer og dermed sikre våre kommende generasjoner en fantastisk fremtid.

Sykluser – naturens læremestre

«Se dypt inn i naturen, da vil du forstå alt mye bedre.»

- Albert Einstein

Naturen er bygget opp rundt sykluser. Sykluser er essensielt for alt liv. Det kan kort beskrives som prosesser som kommer tilbake til utgangspunktet for så å repeteres.

Naturen selv består av sykluser som er perfekte selvopprettholdende og selvregulerende systemer. Det reflekteres på mange måter, som for eksempel i årstider, hvor sommer etterfølges av høst, deretter vinter for så å gå over til våren. Dette gjentas i det uendelige.

Det samme med en blomst. Den blomstrer for så å danne frø. Dette sees tydelig hos Løvetannen som etter blomstringen danner en sirkelformet bukett med frø. Hvem har ikke plukket en slik fra bakken og blåst frøene avgårde en vakker sommerdag? Løvetannen visner tilslutt hen og blir til mat for andre levende organismer for så igjen bli omdannet til jord. Dette gir så grunn for nye blomster og andre vekster.

Sykluser finner vi også i utallige andre systemer på jorden. Et eksempel er vann og hvordan det blir dannet. Vann fordampes og stiger opp i atmosfæren for så å danne skyer. Når forholdene ligger til rette for det går skyene over til å skape regn som faller ned på jorden. Liv her på jorden er avhengig av vann for å leve. Naturen er så viselig innrettet at vi hele tiden får tilført resirkulert frisk vann. Dette konsumeres av alle levende vesener. Det som havner på landjorden blir ført ut i havet igjen via elvene. Et fantastisk system som gjentas hele tiden.

Jorden går rundt solen i et evig kretsløp og på grunn av at den heller litt til siden skapes årstidene. Om vinteren peker Nord-

polen bort fra solen, om sommeren er det motsatt. Siden jorden også går rundt sin egen akse får vi natt og dag. Månens gravitasjon gjør at vi får tidevann som gjør at vi får flo og fjære.

Blodet i kroppen vår er en form for syklus. Hjertet pump-er blodet gjennom blodårene rundt om i kroppen. Et nettverk av arterier og vener transporterer oksygenrikt blod fra hjertet til kroppen og returnerer oksygenfattig blod til lungene. Pusten vår, som også er syklisk, fører oksygen til lungene som igjen tilfører det i blodet. Det vi puster ut er Karbondioksid (CO_2).

De store havstrømmene er former for sykluser. De beveger seg gjennom havene i store sykliske strømmer som forgreiner seg i mindre strømmer slik at det blir sirkulasjon. Dette skaper bevegelse og bringer med seg varmt eller kaldt sjøvann samt næring. Liknende strømmer finnes også i atmosfæren som har tilsvarende store og små luftstrømmer.

Sykluser er evigvarende kretsløp. Ja selv universet kan regnes som en syklus. Fra universets startpunkt Big Bang ekspanderte det til dagens tilstand, slik denne teorien forklares. Universet fortsetter fremdeles å ekspandere, men forskerne antar at det på et vist tidspunkt vil stoppe opp og hele prosessen snu og at univ-erset deretter vil trekke seg sammen for så å gjenta det hele.

Slik det store universet er bygd opp minner det mye om hvor-
dan det er bygd opp i det små. Elektroner svever rundt atomk-
jernen i en syklisk bevegelse slik planeter svever rundt en sol.

I motsetning til vitenskapen, hvor mange tror at alt har oppstått ved en tilfeldighet, mener jeg at det er en dypere mening og intelligens bak alt. Flere og flere innen vitenskapen har begynt å tenke i de baner også. Naturen og universet er for vakkert og storslått, livet er for genialt og fantastisk og ikke minst mennesket og alt annet levende er et for stort under til at dette kan være en tilfeldighet.

I tidligere tider lærte man å leve i pakt med naturen. Verdens-
forståelsen var syklisk. Natursamfunn i dag, det som er igjen av
dem, lever fremdeles mer eller mindre i pakt med naturen. Vi har
kalt dem primitive, men når det gjelder hvordan de behandler
naturen har vi mye å lære. Natursamfunn, som lever i pakt med

naturen, har en dyp respekt for den og høster bare det de har bruk for ellers ødelegger de naturens balanse. De anser naturen som hellig og besjelet.

I dag har det moderne mennesket mistet mye av respekten for naturen. Det gjør ikke saken bedre at man har skapt mer eller mindre stygge megabyer rundt om i verden. Der lever man riktignok i en jungel, men den består av asfalt. Byene har blitt for store hvor mennesket for det meste har blitt avskåret fra naturen. Dette gjør også noe med den menneskelige psyke. Hvor finner man stillheten i en storby? Hvor finner man harmonien som råder i naturen? Hvor finnes alt det vakre som vi er omgitt av i naturen? Hvor i storbyene finner man naturens dufter, rent vann og klar luft?

Vi har et samfunn i dag som stort sett er basert på fossile kraftkilder som verken er fornybare eller sykliske. Men ting er på gang. Flere og flere har forstått at vi ikke kan fortsette på samme vis som nå. Vi har blitt mer og mer flinke til å ta prinsippet med sykluser i bruk. Resirkulering har blitt mer og mer integrert i samfunnsstrukturene. Det prinsippet har vi hentet fra naturen. Det avfallet naturen produserer går aldri til spille, men bli mat for andre organismer. Det er et godt stykke igjen ennå til vi får et mer syklisk samfunn, men prosessen fra fossilt samfunn til fornybart er godt i gang.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen som er basert på fossile (ikke sykliske) energikilder og gå over til en gyllen sirkel som er basert på fornybare (sykliske) energikilder.

Det er ingen grunn til å haste seg gjennom livet. Hastverk er lastverk som det heter. Hvis man tar det mer med ro er det lettere å nyte livet og man gjør færre feil og tenker klarere. Det gjør at man blir mer tilstedeværende. En sirkel, som er et symbol på sykluser, bare er, den er tidløs. Sykluser gjennomføres i sitt eget naturlige tempo. Mange i dag har en jobb som innebærer høyt

tempo og stress, noe som gir lite energi hjemme og som fører til at man ikke føler man lever et tilfredsstillende og harmonisk liv. Tvert imot kan det tappe en for energi. Undersøkelser har vist at mennesker som ligger ved døden skulle ønske de hadde jobbet mindre og heller brukt tid på det som virkelig betyr noe. Det er ikke uten grunn at slow-bevegelsene har blitt utbredt. Som Lao Tzu sa:

«Naturen haster ikke, allikevel blir alt gjennomført.»

Hvis du vil vite mer om slow-bevegelsene kan følgende to nettsteder anbefales:

www.slowmovement.com

www.theworldinstituteofslowness.com

Akkurat som et barn som skal lære å gå så vil det nødvendigvis måtte falle fra tid til annen, men det reiser seg igjen og går videre, litt flinkere for hver gang. Vi mennesker er som barn som faller, vi gjør våre feil, men vi lærer, reiser oss igjen og går videre. Som menneskehet skal vi ikke lære å gå, men lære oss å leve i pakt med naturens sykluser og... ikke minst... i pakt med oss selv.

Når vi forstår naturens sykluser forstår vi og at alt er sammenvevd på ufattelig vis og på fantastiske måter. Det er enkelt og komplekst på samme tid. Vi er i samme båt og båten er vår jord og den må vi ta vare på. Alt har en sammenheng og er flettet inn i hverandre. Det hele er ekstremt intelligent, vist og genialt lagt opp. Det er også så intelligent lagt opp at det ligger iboende i oss mennesker at vi med tiden har muligheten og potensiale til å klare utfordringene vi står ovenfor.

Naturen er utrolig tilpasningsdyktig. Men det finnes en grense for hvor mye den tåler av menneskelig påvirkning før vi får alvorlige problemer. Tukler vi for mye med naturen vil det igjen ha innvirkning på naturens sykluser som vi er så avhengig av. Det vi gjør mot naturen gjør vi til syvende og sist også mot oss selv, så la oss behandle den med dypeste respekt. Til det trengs det større kunnskap om naturens visdom og det trengs vilje til å ta denne visdommen i bruk ved å integrere den i vårt menneskelige samfunn. Dette ser vi flere og flere tegn på og det gir håp for fremtiden.

Menneskets syklus

Følgende inskripsjon står på Benjamin Franklins gravstein (Han hadde selv bestemt hva som skulle stå i god tid før han døde i 1790, 84 år gammel):

Her ligger kroppen til Benjamin Franklin, boktrykker. Som omslaget til en gammel bok, er innholdet revet ut og fjernet for all pynt og innbinding. Den ligger her, som mat for ormer, men arbeidet skal ikke tapes. For det vil komme igjen nok en gang i en ny og mer elegant utgave, revidert og korrigert av forfatteren.

Vi har nettopp vært inne på temaet om sykluser som viste at alt i naturen er syklisk. Sykluser er også noe som foregår med mennesker. Da tenker jeg ikke på kroppens syklus, altså menstruasjonen som skjer en gang i måneden hos kvinner i fruktbar alder. Nei, jeg tenker på reinkarnasjon, altså gjenfødelse, som er en utbredt forestilling i Østen hvor over halvparten av menneskene har den overbevisningen. Også her i Vesten er det i dag en vanlig oppfatning som har blitt mer og mer utbredt.

Det er egentlig forunderlig at så mange tror at det bare er naturen som har tatt prinsippet om sykluser i bruk. Ja, kroppen vår resirkuleres som del av en syklus (fra jord er du kommet til jord skal du bli), men jeg tenker på noe annet, nemlig bevisstheten vår. Den blir ikke til jord, for å si det sånn. Vi går fra å sove til å være våken, fra å leve til å dø. Ja, noen kaller det å sove for den lille død, men vi våkner jo opp igjen? Hvis alt er syklisk, hvorfor skulle vi ikke våkne opp igjen etter den store død? Hva og hvem er det som våkner opp igjen etter en natts søvn? Jo, det er oss, bevisstheten vår som gir liv til kroppen. Uten bevisstheten er kroppen bare et skall. Hvis kroppen ikke lenger kan brukes vil bevisstheten dra tilbake dit den kom fra før den ble «en del» av kroppen. Og da er vi inne på et særdeles interessant og viktig tema som menneskeheten har grublet på i uminnelige tider. Re-

inkarnasjon.

Mange går gjennom livet uten å ha tenkt noe særlig på de store tankene eller stilt de store eksistensielle spørsmålene før livet nærmer seg slutten. Noen av disse spørsmålene kan for eksempel være; Hvem og hva er jeg, *egentlig*? Hvor kommer jeg fra? Hvorfor er jeg her? Fantes jeg før dette livet? Finnes det et liv etter døden? Er jeg noe mer enn bare kroppen min? Hva er meningen med livet? Hva er det som virkelig betyr noe? Hva er en følelse? Hva er frykt og hva er kjærlighet? Hvorfor eksisterer det motsetninger?

Det virker også som om mange ikke tenker noe særlig selv egentlig, man bare følger andre. Følger man en religion blindt, tenker man ikke selv, men har latt andre mer eller mindre tenke for seg. Sannheten er fastlåst, og da skapes det grobunn for dogmer.

Det er skummelt om en sekt eller religion (religioner kan også betegnes som sekter) kommer på «ville veier». Ordet sekt kommer forresten av ordet sektor, som bare representerer en del av en sirkel. Med andre ord så ser en sekt bare en større eller mindre del av helheten eller sannheten. Et sånt begrenset syn kan da komme til å resultere i fundamentalisme, noe som ikke akkurat fører noe godt med seg. Frykt er noe som det spilles mye på i enkelte religioner og sekter og det skaper grobunn for fundamentalisme. Frykt virker sammentrekkende, mens kjærlighet virker ekspanderende.

Når det gjelder reinkarnasjon regner jeg det som helt reelt og helt naturlig. Hvis man tror man bare lever ett liv kan forklaringsproblemer fort dukke opp. Her er noen spørsmål en kan reflektere over i den forbindelse;

- Hvorfor tenker og handler noen mennesker så til de grader på seg selv og sitt, mens noen kan vie hele sitt liv for å hjelpe andre mennesker?
Skyldes det bare oppveksten og miljøpåvirkning? Eller kan det være at alle livene er med på å utvikle oss som menneske?
- Hvorfor er noen mennesker født inn i svært forskjellige

livsvilkår, noen er født ekstremt fattige, mens andre blir født inn i enorm velstand?

- Hvorfor er noen født syke eller med store fysiske eller psykiske handikap, mens andre er mentalt og fysisk friske?
- Hvorfor har noen svært korte liv?

Hvor er logikken her? Skyldes det bare tilfeldigheter? Er det bare uflaks?

- Hvorfor har noen en unaturlig høy vannskrekk eller andre fobier, mens andre igjen er ubemerket av det?
- Hvorfor opplever noen det man kaller nær døden opplevelser, hvor mange beskriver at de kan se den fysiske kroppen sin mens de selv er utenfor den, og de kan beskrive hva som skjer et helt annet sted og gjengi hva som er sagt der?
- Hvorfor opplever noen mennesker det man kaller *déjàvu*, en følelse av å ha vært på stedet før og en er gjerne lommekjent i området uten noen gang ha vært der i det nåværende livet?
- Hvorfor er det slik at noen mennesker og barn hevder de kan huske tidligere liv?

Det er mer logisk at vi har mange liv enn bare et, spør du meg. Og hvis reinkarnasjon er reelt, så må jo det bety at det er *noe* som overlever døden. Dette «noe» er bevisstheten vår, det mange kaller sjelen, som enkelt kan beskrives som et høyere aspekt av oss selv. Det er oss, men samtidig mer, mye mer. Menneskelivet er så kompleks og erfaringene vi gjennomgår så omfattende at vi neppe kan oppleve alle aspektene av menneskelivet i løpet av bare et eneste livsløp.

Slik jeg ser det blir et menneske født, lever så livet inntil sjelen forlater den fysiske kroppen for så å returnere til de åndelige sfærer. (PS! I følge tilbakemeldinger fra de som har hatt nær-døden opplevelser, som er mange, er døden ingenting å grue seg til, snarere tvert om, for å si det forsiktig! Mange beskriver) Her vil sjelen oppholde seg i kortere eller lengre «tid» avhengig av bl.a. sjelens bevissthetsnivå, ønsker og mål før den igjen vil forberede seg til en ny inkarnasjon, som den selv er med på å bestemme.

Dette foregår ikke i det uendelige, men inntil sjelen har lært å mestre den fysiske verden, med alle dets aspekter.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen som er basert på tanken om at sykluser bare er noe som hører naturen til og gå over til en gyllen sirkel som innebærer en forståelse av at alt, også menneskelivet, går i sykluser.

Hvis du er en person som forholder deg til vitenskapen kan det hende du rynker litt på nesen av å lese alt dette om reinkarnasjon. Vitenskapen har bragt oss fantastiske suksesser på så mange felt og det skal vi være takknemlig for. På den annen side har selv vitenskapen blitt dogmatisk. I følge Rupert Sheldrake www.sheldrake.org sier han i boken sin *Vitenskapens vrangforestillinger – 10 veier til friere forskning* at underliggende trossystemer styrer vitenskapelig tenkning. De baserer seg på århundregamle ideer og antagelser. Dermed er ikke vitenskapen så åpen og fordomsfri som den egentlig skulle vært. Noen av de viktigste trossoppfattelsene vitenskapen forfekter er at alt liv essensielt er mekanisk og at all materie er uten bevissthet. Poenget Sheldrake vil frem til er at disse oppfattelsene egentlig er antagelser, men at de nå blir tatt for gitt som sannheter. I boken stiller han spørsmål ved disse og flere andre dogmer i moderne vitenskap. Han viser at disse antagelsene ikke er bevist, man har for eksempel ikke belegg for at liv og bevissthet kan forklares bare ved hjelp av fysikk og kjemi. Vitenskapen må med andre ord erkjenne at de ikke har svarene på alt og at noen svar ikke nødvendigvis er korrekte.

Reinkarnasjon er et enormt viktig tema av mange grunner. Hvis man antar at reinkarnasjon er en realitet, hvilke konsekvenser vil ikke det da kunne få for vårt syn på og oppfattelse av livet? Man kunne for eksempel få en ny sjanse til å gjøre det bedre i et annet liv. Det ville bety at det ikke er noe som haster egentlig, livet fortsetter jo sin eksistens. Det kan gi en større mening med livet, at ikke alt bare er en tilfeldighet. Kan det ha konsekvenser

i miljøsammenheng? Kunne man tenke seg at menneskene ville behandlet naturen annerledes om man viste at det var vi selv som ville bli født på ny igjen en gang i fremtiden og dermed møte konsekvensene av våre egne valg fra tidligere liv?

Det er litt av den samme problemstillingen som når man har barn, og jeg har tre av dem. Man blir bekymret for deres fremtid og de kommende generasjonene når man ser hvilken verden vi har stelt i stand, både på miljøfronten og mange andre fronter. Vi vil jo helst overlate barna våre en best mulig verden. Vi kan anta at en forståelse om at vi selv sannsynlig ville komme tilbake hit i fremtiden ytterligere ville forsterke det ønsket.

Her kan vi trekke en liten parallell til hippiebevegelsen som var sterkest på slutten av 60-årene og begynnelsen av 70-årene. Hippiebevegelsen oppstod nøyaktig en generasjon etter annen verdenskrig og babyboomen som kom rett etter. Det er som om reinkarnerte sjeler fra den krigen hadde lært leksen sin og fått nok av krig og annen elendighet som mennesket forårsaket (på den tiden var Vietnamkrigen aktiv, noe det var stor motstand mot). Dette er spekulasjoner, men kanskje noe å reflektere over? Hippiene hadde som regel langt hår som en demonstrasjon mot soldater som hadde kort. De ble gjerne kalt blomsterbarn da de ofte hadde blomster i håret som tegn på fred og harmoni.

Det finnes utallige mennesker som kan huske tidligere inkarnasjoner. Jeg vil påstå at det er like mye bevis for reinkarnasjon som det er for påstanden om at klimaendringer i overveiende grad skyldes mennesker. Hadde forskningen rundt reinkarnasjon fått tilført like mye ressurser som det forskning på klimaendringer får hadde konklusjonen vært udiskutabel mener jeg.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen som er basert på tanken om at døden er slutten på livet og gå over til en gyllen sirkel som innebærer en forståelse av at døden bare er en overgang til en annen form for liv.

I boken *Livet etter døden* av Deepak Chopra www.deepakchopra.com skriver han om forskningen til Ian Stevenson og Carol Bowman som begge har forsket på barn som husker tidligere liv. Stevenson, som døde i 2007, hadde hele 3000 saker i arkivet sitt. Bowman www.carolbowman.com har bl.a. skrevet bok om emnet. Chopra har i boken et lite utdrag fra et barn som husker sitt tidligere liv. Vi tar det med her:

Barnepsykologer er på det rene med at det finnes en kritisk periode, vanligvis fra spedbarnsalderen og frem til åtte til ti års alder, da enkelte syntes å huske tidligere liv. Et ferskt og meget omtalt eksempel på det er en gutt som ble helt besatt av jagerfly fra annen verdenskrig. Han ønsket å dra til flyplasser for å se dem, han klippet ut bilder av dem, og da han kom over en bok om det voldsomme luftslaget over Iwo Jima mot slutten av krigen i Stillehavet, hevdet han overfor foreldrene at han hadde dødd den gangen.

Foreldrene ble meget forbauset over guttens absolutte overbevisning i denne sammenhengen, men regnet med at det hele var et resultat av en frodig fantasi, helt til sønnen deres kom til et punkt der han begynte å nevne navn på mennesker og datoer. Han husket sitt tidligere navn og det øyeblikket da et japansk maskingevær skjøt ned flyet hans. Foreldrene sjekket hendelsen og oppdaget at det virkelig var en pilot ved det navnet som var blitt skutt ned slik det var beskrevet; overlevende i Flyvåpenet kunne bekrefte de detaljene sønnen hadde husket.

Chopra skriver i boken sin at det i India er vanligere med barn som husker tidligere liv fordi det er en generell tro på reinkarnasjon der, mens for oss her i vesten holder man gjerne slike historier for seg selv.

To andre forskere på barn og reinkarnasjon det kan være verdt å få med seg er PMH Atwater www.pmhatwater.hypermart.net og Jim B. Tucker www.jimbtucker.com.

Det er generelt veldig mye bøker om reinkarnasjon i dag. I Norge er det spesielt bøkene til Margit Sandemo som har gjort begrepet kjent. Kort kan og nevnes «*Barna fra mitt forrige liv*» av Jenny Cockell, «*Reinkarnasjon*» av David Christie-Murray, «*Bare kjærligheten varer evig*» og «*Samme sjel, mange liv*» av Brian L.

Weiss, «*Sjelens Historie*» av Per Henrik Gullfoss, «*Livets magiske vev*» av Rune Amundsen, «*Sjelereiser*» og «*Livet mellom livene*» av Michael Newton og «*Dine mange liv*» av Mira Kelley m.m.

Det disse bøkene viser oss er at livet går videre, vi får nye sjanser og vi vil treffe våre kjære igjen. Videre at alt er besjelet og at virkeligheten er mer enn bare vår fysiske tilværelse. Sett i dette lyset gir livet mening og vi får en større forståelse.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen som er basert på tanken om at ingenting i universet er besjelet og gå over til en gyllen sirkel som innebærer en forståelse av at alt er besjelet.

Et ungt menneske er uerfarent, men etter hvert som det blir eldre opparbeider det seg normalt visdom. Slik er det også med sjelen vår. Etter som vi har hatt flere liv opparbeider vi oss visdom. Akkurat som noen mennesker er unge og noen er gamle har noen sjeler opparbeidet seg mer forståelse, visdom og empati enn andre. Her er det viktig å presisere at alle er like viktig og verdifull, det er kun snakk om at man er på forskjellig nivå, slik det er på en skole. En voksen er ikke mer viktig enn et barn, man er bare på forskjellig nivå. Også land har forskjellige nivåer av bevissthet avhengig av det samlede bevissthetsnivået til de som bor der.

Som samfunn går vi gjennom forskjellige faser som i mange tilfeller verken tjener oss eller naturen. Kriger og erobringer er eksempler på det som vi nå er i ferd med å vokse av oss. Dette er i ferd med å skje på mange andre områder, som for eksempel overdreven materiell konsum. Her er det mange i den vestlige verden som har oppdaget tomheten i dette. Derfor ser man en økende oppslutning rundt alternative måter å leve på. Disse kontrastene og erfaringene menneskeheten opplever gir oss den nødvendige visdom og bevissthet som er forutsetningen for å skape noe nytt og nye måter å fungere sammen på. Målet må være å oppnå mest mulig visdom og vekst med minst mulig lidelse.

Mer enn noen gang er det derfor viktig for mennesket å ek-

spandere sin bevissthet, ikke bare når det gjelder å forstå hvordan naturen fungerer, men også hvordan vi fungerer, spirituelt sett, nettopp fordi det vi holder som sannheter har enorm innflytelse på mennesker, natur og miljø. Reinkarnasjonssyklusen er – slik jeg ser det – en viktig brikke i denne sammenheng.

Reinkarnasjon viser oss at det er større ting på gang. Vi er mer forbundet med hverandre enn vi tror. Reinkarnasjon hjelper oss med å respektere hverandre. Vi får en forståelse av at livet har en dypere mening. Og når vi gjør det vil vi også respektere naturen, livet og oss selv mer enn noen gang før. Og vi vil handle deretter.

Steve Jobs var gründer, styreleder og toppsjef i Apple, som har gitt verden mange banebrytende produkter bl.a. iPhone. Han døde i 2011 etter å ha vært kreftsyk og slitt med andre helseproblemer i lang tid. Da slutten nærmet seg, tilkalte han hele familien til hjemmet sitt i Palo Alto i California for å ta farvel. Rett før han døde så han på alle i familien sin før han kikket over skuldrene deres og sa:

«Oh wow. Oh wow. Oh wow».

Hva Steve Jobs så rett før han døde kan man jo spekulere i. Jeg for min del er overbevist om at han fikk et glimt av hva som ventet ham etter døden. Slik jeg ser det finnes det ingen død, bare overganger til en annen form. Slik energi ikke kan forsvinne, men bare endre form. Slik vann ikke kan forsvinne, men bare forvandle seg til vanddamp eller is.

Vi er omgitt av usynlige former. Vi ser ikke luften vi puster inn. Hvis vi beveger hånden raskt gjennom luften kan vi merke at noe er tilstede. Det samme gjelder for lukt eller varme. Sitter du foran et bål så kjenner du varmen som strømmer mot deg, men du ser den ikke. Enda mer spesielt blir det når man kan merke stemningen i det man kommer inn i et rom. Hva er denne stemningen for noe? Det er jo ikke noe man kan se, men bare noe man kan føle, en slags vibrasjon som noen kaller det. Vi har alle mulighet til å kjennes andres vibrasjon eller stemning. Mange har og utviklet en god intuisjon, eller magefølelse. Hva er det og hvor kommer det fra?

Det er ingen god strategi å avvise noe på svakt grunnlag eller

fordommer. Reinkarnasjon blir møtt med til dels stor motstand av både vitenskapen og religioner som bl.a. kristendommen. Det rokker ved fundamentet deres. Dette minner meg om utsagnet til Arthur Schopenhauer: *«All sannhet går gjennom tre stadier: Først blir den latterliggjort. Så blir den møtt med kraftig motstand. Til slutt blir den akseptert som en selvfølgelighet.»*

Mange tar for gitt dagens moderne teknologi. Vi kan ta inn all verdens tv- og radiosignaler nesten hvor som helst, men vi ser dem ikke. Hadde du nevnt at dette var mulig for et par hundre år siden hadde du nok blitt sett på som merkelig og i verste fall gal. De som i dag hevder de kan se inn i en annen virkelighet og for eksempel se energier som tidligere avdøde mennesker, blir gjerne sett på som rare i dag. Men dette er i ferd med å endre seg. Det samme vil skje med reinkarnasjon. Jeg tror det en gang vil bli sett på som helt naturlig og som en selvfølgelighet.

*«Menneskets sjel er som vann;
Fra Himmelen den kommer
Til Himmelen den drar
For så å komme tilbake til jorden,
For alltid vekslende.»*

- Goethe

Kjerneårsakene til våre problemer

«Den verden vi har skapt er et produkt av våre tanker. Den kan ikke forandres uten å forandre våre tanker.»

- Albert Einstein

Einstein tok det på kornet med sitatet sitt ovenfor. Det er våre tanker som har skapt verden vi lever i. Hvis vi ønsker oss en ny verden som reflekterer våre beste drømmer må vi fornye tankene våre. Så enkelt og så vanskelig. For å gjøre det må vi identifisere de bakenforliggende tankene som har skapt vår dysfunksjonelle verden. Vi må med andre ord forbi symptomene og inn til kjernen slik at vi får identifisere kjerneårsakene – eller kanskje vi skal si kjernetankene. Først da kan vi transformere dem.

Går vi til legen kan vedkommende fortelle oss hva som er galt med oss, men ikke nødvendigvis hva som har gjort at problemet oppstod i utgangspunktet. Går vi til tannlegen kan vedkommende fikse et hull, men årsaken til at hullet oppstod er ikke fikset. Brenner det et sted kan brannmannskap slukke det, men det er ikke nødvendigvis sikkert at de finner ut av eller får gjort noe med årsaken til at brannen oppstod.

Det er selvfølgelig viktig å ha samfunnsstrukturer på plass som kan håndtere akutte problemer som beskrevet i forrige avsnitt. Men det sier seg selv at den største samfunnsnyttien er å forebygge ved å finne frem til kjerneårsakene og løse dem slik at problemene ikke skjer i utgangspunktet. Det vil spare samfunnet for enorme summer og ikke minst enkeltmennesket for mye lidelser og problemer i fremtiden.

Hvis et menneske har gjort noe negativt som har medført konsekvenser for andre er det klokest å gjøre noe med årsaken til at vedkommende har oppført seg negativt. Ellers er det jo en

risiko for at det hele kan gjenta seg. Det er litt som med en alkoholiker, du kan fjerne flasken, men du fjerner ikke problemet av den grunn. Det er en årsak til at man begynte å drikke eller gjorde noe kriminelt i utgangspunktet.

Her kan en psykolog være god å ha. Når en psykolog skal finne årsaken til et problem spørres og graves det som regel helt til årsaken blir funnet, hvis den blir funnet, for det er mange lag i en løk. Kommer man frem til kjerneårsaken har man en gyllen mulighet for at problemet ikke vil oppstå igjen. Da kan man bryte en ond sirkel og heller skape en gyllen sirkel, men det er helt opp til den det gjelder å forandre seg.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen hvor problemer løses på symptomnivå, som ikke er varig, og gå over til en gyllen sirkel hvor problemer løses på årsaksnivå, som er varig.

Det handler om å se dypt på ting og finne frem til de egentlige årsakene. Og årsakene er de samme enten det gjelder enkeltpersoner, land eller globen som helhet. En amerikansk forfatter, Neale Donald Walsch www.nealedonaldwalsch.com, hevder at verdens problemer ikke kan løses med politiske, økonomiske eller militære midler, selv om det tilsynelatende virker som om det er de rette midlene. Det er vårt verdenssyn vi må se på.

Han hevder, og mange med ham, at verdens problemer egentlig er spirituelle av natur og nettopp av den grunn kreves det spirituelle løsninger. I denne sammenheng defineres alt det vi har av verdenssyn som trossystemer (livssyn), myter, holdninger, verdier, overbevisninger og moral inn under begrepet spiritualitet. Spesielt boken hans *Stormen før stillheten* tar for seg dette temaet, men alle hans bøker (hvorav over ti er oversatt til norsk) berører det på en eller annen måte. Trilogien hans *Himmelske samtaler* har i tillegg en mengde forslag til mentale endringer og hvordan vi kan løse og organisere livene våres på en mer bærekraftig måte.

Man kan bruke politiske, økonomiske og militære (symptom) løsninger, men de løser ikke de underliggende problemene da de er spirituelle av natur. Og når de underliggende problemene ikke blir løst vil problemene bestå eller dukke opp igjen før eller siden.

Siden dette er så viktig å forstå gjentar vi det en gang til. De egentlige årsakene, altså kjerneårsakene til menneskenes pågående konflikter, kriser, lidelser og miljøproblemer skyldes til syvende og sist hvilket syn vi har på verden, altså tankene vi alle har rundt våre mest grunnleggende trossystemer (livssyn), myter, holdninger, verdier, overbevisninger og moral, altså det vi i denne sammenheng definerer som vår spiritualitet. Dette fordi problemene har sin årsak i de dype lag av menneskets psyke. Disse problemene er basert på våre bevisste eller ubevisste tankemønstre. Det er dette dype laget som er det egentlige og helt avgjørende og styrende moment for hvordan man er, handler og oppfører seg utad i verden. Og det er disse tankemønstrene som må forandres hvis vi ønsker oss en verden i balanse uten alle problemene.

Vi har alle tanker som skaper meninger og trosmønstre. Alle har noe de tror og mener om livet, om det finnes en større mening og en høyere kraft bak alt eller ikke, om seg selv, om andre mennesker, om samfunnet osv. Det vi tror på viderefører vi til våre barn, barnebarn, familie, venner, slektninger og videre ut i samfunnet. På den måten skapes det kulturer. Skal vi skape en ny kultur hvor verden er i balanse må vi endre det vi tror på. Dvs. vi må derfor endre våre tanker, om det meste. Sagt med andre ord så må vi høyne bevissthetsnivået og her kommer spiritualiteten inn som det dypeste laget av bevisstheten.

Siden store deler av verden tror på en eller annen høyere makt er det ikke overraskende at trossystemene, hovedsakelig religioner og sekter, har hatt og fremdeles har sterk innflytelse på kulturene rundt om. Disse trossystemene har, spesielt før, utstedt lover og regler for hvordan mennesket skal oppføre seg fordi det står nedskrevet i tekstene deres, gitt av en eller annen «guddom», at det er slik. Dermed formes vår moral, etikk, skikker og vaner osv. av disse religionene og alle blir den dag i dag mer eller mindre

påvirket av dette. Men når det kryr av trossystemer og retninger, hvilken skal man da velge? På den annen side, trenger man å velge noen av dem i det hele tatt? Kanskje man heller burde stole mer på sin egen indre kilde enn å basere seg på en ytre kilde som jo religioner representerer?

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen hvor man stoler på ytre kilder og gå over til en gylden sirkel hvor man stoler på sin egen indre kilde.

For å gjenta; problemene menneskeheten står ovenfor ligger ikke på det politiske, økonomiske eller militære nivå, men det er nettopp ut fra det ståstedet vi prøver å løse våre problemer i dag. Så lenge de har spirituelle årsaker, kan de bare bli ordnet med tilsvarende spirituelle løsninger. Så det vi må se på og transformere er menneskenes trossystemer som skaper våre overbevisninger og vår moral.

Et typisk eksempel er konflikten mellom Israel og Palestina. De har ikke tatt tak i de egentlige underliggende årsakene (de gamle trossystemene deres), derfor er det en pågående konflikt som blusser opp igjen og igjen. Dette er noe begge parter burde tatt tak i, spesielt Israel som er den sterke part og den som utøver mest destruktiv makt. De må på begge sider også være villige til å respektere hverandre og rett og slett åpne hjertene for hverandre. Dette krever mot, men er en forutsetning for å komme videre og løse opp i de dypereliggende kjerneårsakene. Den primitive og gammeldagse øye for øye, tann for tann politikken (eller rettere en tann mot ti andre i mange tilfeller) gjør bare situasjonen verre og hatet større og burde vært skrotet for lengst.

Historien viser at det kan være utfordrende og vanskelig å se på og stille spørsmål ved trossystemene som de aktuelle samfunn er bygget på. Det er nesten blitt slik at man ikke kan stille spørsmål ved dem i det hele tatt fordi det er sannheter som ikke skal rokkes ved fordi de er påstått gitt av en eller annen guddom eller profet. Hvis man skulle finne på å gjøre det kan det fort oppstå problemer og man kan bli stemplet som blasfemisk eller det kan skje

langt verre ting. Og det er nettopp det som skjer.

Et grelt eksempel er trossystemet til nazistene. Det er ikke uten grunn at nazistene forbød bøker som hadde et annet syn enn det de selv forfektet. For å hindre at de ble lest brente de dem rett og slett på bålet. Nazistene var selvfølgelig redde for at man fikk andre ideer og oppfatninger enn det de selv hadde. Da risikerte man at man begynte å tenke selv og stille spørsmål rundt hele trosfundamentet nazistene hadde bygget samfunnet sitt på.

Vi bør forlate ideen om at vi mennesker vet alt som er å vite, at vi innehar all kunnskap og informasjon og at vi kjenner til alle sannheter. Da er det bedre å ekspandere våre nåværende trossystemer til å inkludere nye tanker og konsepter, men det er vanskelig og tidkrevende å forandre på noe som allerede eksisterer. Hva med å støtte opp under den nye spiritualiteten som vokser frem? Der er ikke sannheten slått i stein. Den er heller ikke autoritær og man står fritt til å tenke selv. Ulempen er at bevegelsen ikke er organisert og den mangler derfor kraft og myndighet på nåværende tidspunkt til å få noe særlig gjennomslagskraft.

Som samfunn bør vi gå for langsiktige løsninger. Den vanligste måten å prøve å skape en bedre verden på er ved å prøve å endre måtene man oppfører seg. Det blir som å straffe noen som har gjort noe galt uten å ta tak i de underliggende problemene. Dette er en kortsiktig løsning. Et eksempel er USA som har 2,2 millioner av sine innbyggere, hovedsakelig menn, i sine fengsler. Det er 10 ganger så mange som i Norge i forhold til folketallet. Dette viser helt klart at USA har betydelige underliggende årsaker som ikke er tatt tak i.

Kortsiktige løsninger er allikevel nødvendig, for eksempel for å slukke en brann, men det er jo fint å finne ut årsaken til at brannen oppstod slik at det ikke skjer igjen. Problemet med kortsiktige løsninger er at de ikke løser årsakene, de behandler som regel bare et symptom som egentlig peker mot en dypere underliggende årsak. For menneskeheten som helhet må man derfor gå i dybden og fokusere på hva vi tror på, hva vi mener, hvilket synspunkter og overbevisninger vi har. Endrer vi dette vil det igjen automatisk endre hvordan vi oppfører oss. Da snakker vi om

langsiktige løsninger.

Et eksempel på dette er troen på mennesket som jordens herskere, at jorden på en måte er underlagt oss og at den står til vår disposisjon som vi kan gjøre hva vi vil med. I Bibelen kan man finne et slikt syn; i 1. Mosebok 1:28 står følgende: *«Og Gud velsignet dem og sa til dem: Vær fruktbare og bli mange, fyll jorden, legg den under dere og råd over havets fisker og himmelens fugler og over alt levende som rører seg på jorden».*

Dette kan forstås slik hen at her er det fritt frem. Her kan vi gjøre hva vi vil med jorden (legge den under oss), altså utnytte det vi kan. Dette er ikke akkurat en form for spiritualitet som er bra for jorden eller mennesket. Vi har dessverre ikke fart pent med jorden opp gjennom årene med vårt jag etter profitt. Det er nok å nevne overbeskatning av jordens ressurser. Vi skjønner at dette ikke kan fortsette i lengden. Da ender vi opp med tilstander som i de futuristiske og apokalyptiske Mad Max filmene, og det er ingen hyggelig fremtid.

Det er godt at vi har organisasjoner som prøver å få en stopp på utryddelsen av regnskogen for eksempel, men vår tro på oss selv som «jordens herskere» vil neppe bli endret permanent av den grunn. Det er derfor det er viktig å finne kjerneårsakene til at vi mennesker gjør som vi gjør. Det er denne type trossystem vi må endre hvis vi skal kunne oppleve permanent endring.

Denne tanken om at vi kan gjøre hva vi vil med jorden skyldes at vi tror vi er atskilt fra den og at vi er atskilt fra hverandre og alt annet. Denne dualitetstankegangen påfører oss og naturen enorme problemer. Det vi gjør mot naturen vil til slutt slå tilbake på oss selv. Det vi forurenser naturen med og som naturen ikke klarer å bryte ned selv ender til slutt opp i mennesket igjen. Forurenser vi naturen forurenser vi oss selv samtidig. Ødelegger vi naturen vil vi også ødelegge for oss selv. Først når vi får et nytt syn på oss selv, at alt er en helhet, at alt er forbundet med hverandre, at alt er besjelet, at alle andre er vår neste, at alt er ett, at alt er hellig, at vi ikke er atskilt fra naturen, andre mennesker eller alt annet liv, ja alt som eksisterer, da er det håp, da er vi på vei dit vi ønsker å komme!

I 2016 utkom det på norsk en bok av dansken Jens André Herbener. Boken heter *Naturen er hellig - klimakatastrofe og religion* som poengterer nettopp at det er en sammenheng mellom klimaproblemene og det vi tror på. Her er utdrag fra boken som omhandler monoteistiske religioner, i dette tilfelle kristendommens påvirkning:

«Det er noe nedslående ved å se kristne misjonærer belære pygmeer og hottentotter om at Gud ikke fins i skogens liv, at Guds ånd ikke fins i morgengryets dis, elvens strøm eller i hyenenes skrik.»

Disse bekyrmrende ordene om kirkelig misjon er skrevet av lektor ved Roskilde Universitet, ph.d. Aksel Haaning, som er spesialist i natursyn.

Videre står det:

Kirkefedrenes avvisning av naturens guddommelighet medførte uunngåelig en nedvurdering av den. Det fikk en hel syndeflod av konsekvenser. For det første ødela kristne misjonærer i stor stil førkristne hellige skoger og trær, om de så var hundrevis eller tusenvis av år gamle.

For det andre oppfattet de kristne naturen som en hindring menneskene skulle overvinne for å nå sitt himmelske fedreland. Menneskene på jorden var nemlig bare «pilegrimsreisene». Det paradisiske endemål lå hos Gud, utenfor verden. Ifølge Haaning ligger kimen til det mekaniske verdensbilde i alt dette. Han betegner det som «kronen på verket, en fullbyrdelse av et grunnleggende kristent prosjekt, nemlig å drenere naturen for ånd...»

Fremveksten av naturvitenskapen på 16-1700-tallet står dermed ikke i motsetning til kristen tenkning, men springer ut fra den. Noen av dens viktigste opphavsmenn, Som René Descartes og Isaac Newton, oppfattet seg da også som kristne og det mekaniske verdensbilde som kristent. Dermed har kristendommen levert noen av de avgjørende mentalitetshistoriske mulighetsbetingelser for den moderne utnyttelsen av naturen. Og dermed også for dagens globale klimakrise.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen som er basert på en dogmatisk og trangsynt åndelighet som

skiller og gå over til en gyllen sirkel som innebærer en åpen, inkluderende og kjærlig åndelighet som samler.

Vi mennesker har repetert våre problemer i hundrevis av år uten at vi har kommet noe særlig vei fordi vi har prøvd å løse våre problemer ut fra det vi ser på «overflaten». Vi har ikke gått i «dybden» for å finne de virkelige årsakene. Fremdeles er narkotika og andre rusmidler et stort problem, fremdeles drives det kriger, fremdeles er prostitusjon utbredt, fremdeles finnes fattigdom og sult osv. Albert Einstein forstod dette veldig klart og jeg tar med nok et sitat fra ham som poengterer det som er sagt her:

«Ingen problemer kan noensinne løses på samme bevissthetsnivå som skapte det.»

Verdens religioner har mye flott å bidra med, men samtidig har de doktriner som med fordel burde blitt avskaffet, slik som doktrinen om at vi er separate (mennesket er atskilt fra hverandre, og det guddommelige er «der borte» mens vi er «her»). Annet som med fordel kunne bli avskaffet er tankegangen om at vår religion har rett (vår vei er den eneste rette og den eneste veien) og troen på en sint, sjalu og straffende Gud som ser gjennom fingrene bruk av vold som konfliktløsning. Her er det fort gjort å skjønne at det er vi mennesker som har skapt Gud i vårt bilde.

Når man har glemt å tenke selv og lar religioner og sekter styre tankene og valgene våre kan det føre galt av sted. Det er jo også en form for hjernevask og en livsløgn. Den opprinnelige intensjonen bak læren har nok vært god, men budskapene har blitt utvannet og forvrengt opp gjennom århundrene av egoistiske og maktsyke mennesker, hovedsakelig menn. Jesus grunnla heller aldri religionen kristendommen, dette var noe som ble dannet lenge etter av andre.

At homofili er synd og at kvinner er mindre verd enn menn er grelle eksempler basert på utdatert feilaktig lære fra gammel tid. Religioner skaper ateister og agnostikere på løpende bånd og jeg skjønner det godt. Tenk selv er et godt råd. Vær allikevel åpen for at det er mer mellom himmel og jord og at vi ennå vet svært lite. Dette på tross av alle de vitenskapelige innsikter som er gjort de

siste århundrene. Det skapte univers er så fantastisk bygd opp og så vakkert at det ikke er noen grunn til at ikke de store spirituelle sannhetene og verdener/dimensjoner bortenfor vår er likedan eller, slik jeg mener det er, ennå mer fantastisk og storslått enn her i vår virkelighet.

En transformasjon begynner innenfra og arbeider seg så utover. Det er ikke uten grunn at det er blitt sagt at for å endre verden må en begynne med seg selv. Og på en måte er det dette som er i ferd med å skje. Svært mange mennesker har fått et nytt syn på seg selv, sin neste og verden generelt. Dette er virkelig noe å støtte opp under! For når vi mennesker forandrer våre utdaterte trossystemer og overbevisninger, vil vi også forandre vår måte å oppføre oss på. Vi vil skape nye kreative levemåter og vi vil oppføre oss mye mer kjærlig mot hverandre og alt annet levende. Da vil vi kunne se en helt ny verden dukke opp over horisonten.

Slik jeg ser det er vi udødelige vesener. Vi har vært i live i all evighet. Vi er del av et naturlig livssystem som «resirkulerer» seg selv endeløst. Dette naturlige livssystemet, eller selve livet, er det samme som det mange kaller Gud og som noen kaller universet. Med andre ord er Gud/Livet/Universet ikke noe som er utenfor oss, men noe som *er* oss. Vi er alle sammen Guder i miniatyr, skapende vesener og likeverdige aspekter av alt som er, dvs. alt som eksisterer. Vi *er* selve livet og samtidig er vi også de som *erfarer* livet. *Med andre ord er vi bokstavelig talt Gud som utforsker og utvider seg selv gjennom oss og dermed gjennom deg og meg.* Det er også derfor det er sagt at du ikke trenger å lete etter Gud utenfor deg selv, du finner alt inni deg, det er fordi du er et aspekt av det mange kaller Gud. Det er som et hologram. Hvert eneste punkt på hologrammet inneholder informasjon om hele det avfotograferte objektet.

For min egen del har de såkalte nær-døden opplevelsene vært det som åpnet mine øynene mot en større forståelse. Jeg nevner det her siden det kanskje kan være en døråpner for andre også. Jeg kjenner personlig flere som har hatt slike opplevelser og har hatt samtaler med dem om det. Der lærte jeg at døden egentlig ikke eksisterer og absolutt ikke er noe å være redd for. Det er bare

en overgang til en annen eksistens. En eksistens vi bevisst valgte å glemme da vi ble født inn i denne verden vi nå lever i. Ved overgangen tilbake til den eksistensen vi var i før vi ble født (den mange kaller himmelen) går vi fra å glemme til å huske igjen. Ikke bare vil du møte alle dine kjære igjen, men du vil og legge fra deg dine tunge bærer i form av bekymringer, sykdommer og begrensninger. Ikke så å forstå at det livet vi lever her og nå er en jammerdal vi er tvunget til å leve i, langt der ifra. Vi har selv valgt å komme hit frivillig, ikke bare for å vokse som sjel, men og for å leve og nyte den fysiske eksistensen. Full forståelse av og meningen med vår fysiske eksistens og de gaver den har gitt oss fås lettest når vi har kommet tilbake til den andre siden.

Min skepsis da jeg begynte å studere disse fenomenene for lenge siden gjorde at jeg systematisk leste mange bøker om fenomenet. Jeg leste bøker av de som forsket på fenomenet og en mengde bøker som omhandlet personlige beretninger. Bevisst valgte jeg ut personer fra forskjellige samfunnslag og kulturer. Dermed begynte det å tegne seg et klarere bilde med mange likhetstrekk. Et eksempel er at man gjennomgår det livet man nettopp har levd (livsrevy), og av den grunn forstår man på et dypere plan konsekvensene av sine tanker, ord og gjerninger og hva de har medført av konsekvenser for andre. Faktisk så er du *ett* med de andre i den fasen, og på den måten merker du selv (til en hvis grad) følelsene på godt og ondt som du selv har påført andre. Dette fordi du i den ultimate virkelighet *er* den andre personen også. Et bilde på det er cellene som er en del av deg, men du er og en del av noe større igjen. Et annet eksempel er det man opplever rett etter overgangen. En stor del av opplevelsene i den fasen er farget av kulturelle, religiøse eller andre trosoppfatninger som en er i besittelse av. Det er unikt for hver enkelt og variasjonene i opplevelsene er uendelig. Tror man sterkt på Jesus eller Buddha er det muligheter for at man vil bli møtt av en lysskikkelse som fremtrer i den formen. Allerede her lærer nær-døden opplevelser oss noe viktig. For det første at den fysiske kroppen vår ikke er den vi egentlig er, men noe vi har som vi midlertidig er i besittelse av. For det andre at vi heller ikke er tankene våre, altså vårt sinn. Det

vi tror på former våre opplevelser rett etter døden, fordi det er det som befinner seg i vårt sinn. Vi bærer med oss en bråte mer eller mindre usanne oppfatninger og trossystemer fra livet på jorden som avprogrammeres i vedkommendes eget tempo. Egentlig er det en reidentifikasjon med hvem du er. Du husker igjen hvem du egentlig er innerst inne. Når du gjør det er det ikke hva du tror på som bestemmer dine opplevelser, men, slik jeg har forstått det, hva du ønsker.

Videre lærte jeg av disse opplevelsene (samt av møter og samtaler med flere som har hatt slike opplevelser) at vi lever i en verden av mer eller mindre kontraster, som er en vesentlig grunn til at vi vokser som menneske og sjel. Når vi har nådd et vist utviklingsnivå er ikke kontraster så nødvendig for vår utvikling lenger, slik jeg har forstått det. I den verden vi er i nå har vi blitt atskilt (denne atskiltheten er egentlig en illusjon) fra helheten, som er der vi alle egentlig kommer fra. I døden går vi fra atskilthet tilbake til enhet med alt og alle. Det *er* vi også i denne verden (ett med alt og alle), vi har bare ikke helt lært og forstått det ennå, som jo for øvrig er litt av poenget med vår reise her i jordelivet. Det hele kan sies å være en gjenerindringsprosess. I det hinsidige eksisterer ikke kontraster, tvert imot, alt er forbundet med alt i en hav av kjærlighet. Det er ikke uten grunn at det er blitt kalt himmelen. Vår jobb her er ikke å komme til himmelen (vår verden og ellers alt det skapte i vårt fysiske univers er allerede en del av denne «himmelen»), men å skape den (bringe himmelen ned) her på jorden.

Her er et par anbefalte relativt nye bøker for de som vil studere disse nær-døden opplevelsene nærmere:

Døden ga meg livet av Anita Moorjani www.anitamoorjani.com.

En sterk historie som også sier noe om meningen med livet samt gir oss et innblikk i hennes prosess fra sykdom til helbredelse.

Himmelen finnes av Eben Alexander www.ebenalexander.com.

Som nevrokirurg baserte han seg på vitenskapen og trodde at nær-døden opplevelser kun var fantasi. Etter syv dager i koma kunne han fortelle en annen og fantastisk historie.

En anbefalt webside generelt om disse opplevelsene er Near

Death Experience Research Foundation www.nderf.org.

Trossystemer og religioner skaper så mye lidelse og elendighet for mennesker og natur at dette er noe vi må ta tak i og konfrontere. Det er bare å se filmen *Religulous* av Bill Maher som ligger på Netflix. Den viser hvor ekstrem religioner og trossystemer kan være. Gamle religioner hører til en annen tid, folk, verdier og levesett. Å støtte seg til dem er å gå bakover, ikke fremover. Å skape større forståelse, respekt og harmoni mellom religionene er en fin ting og organisasjonen *The Parliament of the World's Religions* www.parliamentofreligions.org jobber med det. Man kan selvsagt jobbe for å endre dem, det er fullt mulig, men krevende. Hvis vi ikke utfordrer disse trossystemene, kommer de til å utfordre oss! Og det gjør de allerede. Dette ser vi for eksempel når det gjelder endel terroraksjoner, som den i Paris i 2015, Nice og Tyrkia i 2016 og mange andre steder ellers i verden. Det er mye snakk om terrorisme i vår tid, men til syvende og sist er det ikke andre mennesker som terroriserer oss, det er våre egne overbevisninger som gjør det.

Det hele koker ned til å forandre hva vi mennesker tror på og ikke så mye hva vi gjør. Fordi hva vi gjør er basert på hva vi tror og det er det som må forandres. Når kjernen i vår spiritualitet er at vi er hverandres bror og søster, at det vi gjør mot andre gjør vi også mot oss selv, at vi alle er ett, at våre liv rommer tilgivelse, aksept, toleranse, åpenhet, enhet, felleskap og kjærlighet, og dette følges i praksis, vil alt på vår planet forandre seg. Økonomisk ulikhet vil forsvinne, utnyttning av natur og mennesker vil opphøre osv. På denne måten har vi mulighet til å komme der vi alle drømmer om å komme: til en verden med ubegrenset fred, kreativitet, glede, kjærlighet, harmoni og feiring av livet.

Menneskelig og naturlig balanse

«Vi arver ikke jorden fra våre forfedre – vi låner den fra våre barn.»
- høvding Seattle

Hvordan skal vi få til en balanse i det menneskelige samfunn som gjør at alle kan få et godt liv? Rudolf Steiner, som grunnla antroposofien, har her noe å bidra med. Han mente at i et opplyst og sivilisert samfunn ville det forekomme en naturlig utfoldelse på tre områder:

Økonomi, Politikk og Kultur.

Disse områdene av samfunnet burde bli gitt lik viktighet og tilstrekkelig uavhengighet. Først da ville samfunnet fungere harmonisk. Ingen av disse tre områdene burde dominere over de andre.

Problemet er at det er nettopp det som har skjedd over store deler av verden. Her er eksempler:

- Økonomi: I USA har det økonomiske området dominans over de andre to områdene. Materialistisk kapitalisme har sterk innflytelse over amerikansk politikk ved for eksempel utstrakt bruk av lobbyvirksomhet og sterk innflytelse over deres kultur.
- Politikk: Kommunisme (Sovjetunionen) hvor staten (politikken) dominerte over det økonomiske og kulturelle området.
- Kultur: I mange land i Midtøsten dominerer det kulturelle (i form av religion) over det økonomiske og det politiske.

Vi ser at det ikke er heldig at noen av disse tre områdene av samfunnsorganisering dominerer de andre. Her til lands har vi forstått at vi burde skille stat og kirke (religion). Både for å forhindre en

bestemt religiøs innflytelse på de andre områdene, men også fordi det er innlysende at en bestemt religion ikke bør ha forrang i forhold til andre religioner og livssyn. Dessuten er det uheldig at religioner i det hele tatt er sammenfiltret med staten siden de er basert på særegne regler og dogmer.

Det er ikke bare i USA hvor økonomien dominerer over de andre to områdene. Også i Norge har det økonomiske aspektet gjort seg sterkere gjeldene de siste tiårene. Dette gjør at naturen har fått unngjelde til fordel for profitt. Det samme gjelder de kulturelle, spirituelle og sosiale aspektene av menneskelivet. Det optimale må være en form for balanse mellom disse tre samfunnsområdene som Steiner foreslo i utgangspunktet. Da har vi mulighet for å skape et menneskelig samfunn i balanse.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen hvor noen av de tre områdene (økonomi, politikk og kultur) dominerer og gå over til en gyllen sirkel hvor disse områdene er i balanse.

Når det i samfunnet er turbulent, kaotisk og vanskelige tider rop-er man ofte etter en sterk leder, noe som kan resultere i fremvekst av ekstreme høyrekrefter som Trump i USA og Le Pen i Frankrike. Et sinne og fryktbasert fokus som disse kreftene ofte bruker (som å skylde på andre for sine problemer, fremmedfrykt osv.) lukker både hjerte og sinn og medfører at vår egentlige essens (sjelen) får dårligere kår. Ved derimot å ha et kjærlighetsbasert fokus som for eksempel forstå og se andres perspektiver uten fordommer frem-mer man sjelens essens noe som både åpner hjerte og sinn.

For å skape en verden fri for unødvendige menneskeskapte problemer og kriser er vi også avhengig av å skape balanse mellom mennesket og natur. Naturfolk har allerede gjort det. Vi kan lære av dem og overføre deres kunnskap til vårt moderne samfunn. Vi kan også ta i bruk naturens prinsipper som så genialt vises via syklusenes prinsipper.

Jeg er ikke en sterk tilhenger av å redusere vårt energiforbruk

og gå tilbake til huleboerstadiet, for å sette det på spissen. Slik verden er organisert i dag ser jeg riktignok store fordeler av å redusere vårt energiforbruk siden det er så mye basert på fossile kraftkilder. Men på sikt når kraftkildene blir mer og mer fornybare eller basert på fri energi kan vi jo bruke så mye energi som vi vil. Men spørsmålet er jo om det er nødvendig og om det bidrar til økt livskvalitet?

Et stykke inn i fremtiden er jeg sikker på at vi vil ha tilgang på ubegrenset energi. Jeg er også sikker på at menneskeheten da vil ha modnet såpass mye at unødvendig bruk av energi knapt forekommer. Her er naturen ekspert. Den lille trekkfuglen Sivsanger for eksempel flyr fra Norge til Afrika om vinteren. Den kan fly rundt 4000 kilometer uten pause, ja det har blitt påstått at den kan fly hele veien til Afrika uten pause. Den veier 23 gram ved starten av reisen og kun 9 gram når den kommer frem.

Derimot er jeg større tilhenger av redusert materielt forbruk både nå og i fremtiden. I dag er konsumet for stort. Det trenger ikke å reduseres så mye at vi får en dårligere livskvalitet, men det kan bringes i balanse, slik naturen er innrettet. Da vil også flere mennesker ta del i godene. Det finnes mer enn nok av alt til alle, det er bare et spørsmål om å dele på godene og finne måter å gjøre det på.

Rikdom, materielle eiendeler og forbruk gjør ingen mennesker varig lykkelig. Du får ikke redusert livskvalitet av at du ikke eier en stor luksusyacht. Å eie en luksusyacht er mer et symbol på stort ego vil jeg si. Hvis man veldig gjerne vil cruise rundt med en slik båt kan jo en løsning være at en slik båt eies i fellesskap, og at man kan bytte på å bruke den en uke om gangen for eksempel. Det vil være en mye bedre økonomisk bruk av båtene (og mange andre av våre eiendeler), som jo for det meste av tiden ligger ubrukt uansett, samt at flere mennesker vil få glede av dem.

Du kan være aldri så rik og berømt, men uten venner og uten noen eller noe å dele rikdommen med blir det et tomt liv i lengden. Dessuten står man i fare for at eiendelene vil eie deg. Og da er man plutselig ikke så fri lenger. Hvilken frihet er det hvis man bekymrer seg for mye over dem og bruker for mye tid på dem og

ikke på det som virkelig betyr noe?

Du ser gjerne færre smil i ansiktene på mennesker i den vestlige verden kontra mennesker i fattigere land? Hvorfor virker de så lykkelige og glade? Hvordan kan det være mulig når de på langt nær er så materielt rike som oss i den vestlige verden? En ting vi kan slå fast med en gang er at man ikke kan kjøpe seg til lykke, det er det nok mange som har oppdaget. Lykke kommer innenfra og ikke utenfra. Lykke kan ikke kjøpes. Det er litt som med kjærlighet og sex. Du kan kjøpe sex, men du kan aldri kjøpe kjærlighet.

I boken *Framtidsfrø - spirer til en bedre verden* som Vidar-Rune Synnevåg og Rolf Erik Solheim var redaktører for skriver Solheim følgende om ytre (materialistiske) verdier og indre (etiske) verdier:

Vår sosiale identitet formes av våre verdier og holdninger. Disse styrer i sin tur vår handling og atferd, hva vi skriver og hva vi sier...

De ytre handler om status, og om å hevde seg selv. Folk med sterke ytre verdier, fikserer på hvordan andre ser på dem, og vil helst være rike og berømte. Indre verdier handler om vennskap, familie, lokalsamfunn, om sinnsro og selvtillit. Folk med sterke indre verdier er ikke avhengige av ros og påskjønnning fra andre i samme grad som de med ytre verdier. Mennesker med indre verdier har oppfatninger som går utover ren egeninteresse.

De fleste mennesker har en kombinasjon av ytre og indre verdier. Men forskning i mer enn 70 land viser et tydelig mønster: Nemlig at finansiell suksess ofte er knyttet til mindre medfølelse, sterkere manipulasjonsevne, orientering mot hierarki og ulikhet, sterke fordommer mot fremmede og tar mindre hensyn til menneskerettigheter og miljø. De med sterk selvtillit har ofte mer empati, er mer opptatt av menneskerettigheter, miljø og fordeling av samfunnsgoder. Men indre og ytre verdier er i konflikt, og trenger hverandre unna. Det betyr at jo sterkere de ytre motivene er, dess svakere er de indre mål.

Slik er det ikke fakta som bestemmer vår atferd, men våre holdninger og verdier. Derfor vil våre beslutninger i mindre grad avgjøres av kjensgjerninger, disse som ofte overkjøres av våre verdsett. Har man et sterkt ytre verdsett, hjelper det lite hvilke fakta om miljø eller klima som man blir presentert.

COMMON CAUSE FOUNDATION www.valuesand-frames.org sier om seg selv at de er *et nettverk av mennesker som arbeider for å rebalansere kulturelle verdier for å skape et mer rettferdig, bærekraftig og demokratisk samfunn*. De mener det eksisterer mye bevis for at balansen mellom forskjellige verdier har betydelig innvirkning i å forme den sosiale og miljømessige adferden. Videre at varig og proporsjonal respons på dagens sosiale og miljømessige utfordringer krever at medfølelse verdier prioriteres over egoistiske motiver.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen hvor ytre verdier dominerer og gå over til en gylden sirkel hvor ytre og indre verdier er i balanse.

Vi skal forvalte denne verden på best mulig måte. Da kan vi ikke drive rovdrift på naturressursene. Vi har en tendens til å fokusere på kortsiktig gevinst. Problemet med det er at det som regel fører til langsiktig tap for både mennesker og natur. Kan hende vi i fremtiden vil bli kalt for kortsiktighetsgenerasjonen?

Naturen har allerede løst mange av de problemene vi strever med. Jeg ser ikke bort fra at den kan løse det aller meste av våre problemer hvis man bare leter nok. Et eksempel; Sopper og mycelium (den delen av soppens egentlige kropp som danner nettverk under jorden) har forbløffende egenskaper. De kan rense giftig avfall, absorbere olje, bidra til nye medisiner og mye annet. Mycelforskeren Paul Stamets hevder de til og med kan absorbere radioaktiv stråling. Studenter ved Yale universitetet i USA har funnet en sopp i Amazonas som spiser polyuretan plast. Dette er nå ytterligere forsket på av bl.a. universitetet i Utrecht og Livin Studio og de har greid å fremstille en sopp som kan nedbryte plast og gjøre det om til spiselig biomasse.

Biomimetikk er en relativt ny vitenskap. Det kan kort beskrives som innovasjoner inspirert av naturen. De beste ideene har naturen i løpet av millioner av år allerede kommet opp med. Dyr, planter og mikrober er de fullkomne ingeniører. Naturen

er ekstremt kreativ. Etter milliarder av år med forskning og utvikling har den hatt nok av tid og anledning til å prøve og feile, fininnstille og perfektionere. Mennesket har alt blitt inspirert av naturen på utallige måter, spesielt innen design, arkitektur og mekaniske innretninger. Som samfunn kan vi lære av naturen på andre områder også. Det er ikke tvil om at den fremdeles har hemmeligheter som venter på å bli avslørt og tatt i bruk av oss. En organisasjon som arbeider med å opplyse om biomimetikk heter AskNature www.asknature.org. De har verdens mest omfattende katalog over naturens løsninger på menneskets utfordringer, spesielt når det gjelder design. I Norge finnes et nettverk som også jobber med å spre informasjon om biomimetikk www.biomimicrynorway.com.

Indianerne høstet fra naturen bare det de trengte. Når de felte dyr takket de dyrets ånd for at dette ble gitt dem. De brukte ikke bare kjøttet til mat, men tok og vare på bl.a. skinnen som de brukte til mange formål. Alt indianerne gjorde var selvsagt ikke like bra, som mange brutale kriger dem imellom, men de levde i balanse med naturen og behandlet den med dyp respekt.

Byen Seattle i staten Washington i USA er oppkalt etter høvding Seattle. I 1854 holdt han en tale i forbindelse med at den hvite man ønsket å kjøpe land av dem. Høvding Seattle kunne ikke engelsk og det ble bare tatt notater av deler av talen. Talen ble holdt på lokalt indiansk stammespråk og oversatt til et annet indiansk språk for så å bli oversatt til engelsk igjen. Først i 1887 ble talen publisert i en lokal avis av Dr. Henry A. Smith basert på notatene han selv tok den gangen høvding Seattle holdt talen. Før den ble publisert ble flere eldre indianere fra forskjellige stammer konsultert av ham (siden høvding Seattle ikke levde lenger), så essensen som indianerne ønsket å formidle er nok fremdeles bevart i talen. Siden har denne talen blitt endret og modifisert flere ganger. Derfor vil det være feil å si at høvding Seattle skrev den nåværende teksten. Jeg har likevel valgt å ta den med da den beskriver på en glimrende og vakker måte mange av de poengene jeg prøver å få frem. Den som er gjengitt nedenfor er den mest kjente versjonen utarbeidet av Texas professor Ted Perry i forbin-

delse med et filmprosjekt i 1972. Og hvem vet om ikke høvding Seattle hadde en hvis påvirkning på Terry fra de evige jaktmarker da han jobbet med å revidere talen? Vurder selv. Talen er oversatt av Ragnar Frislid og stod på trykk i "Norsk Natur" nr. 1 fra 1974.

Hvem eier luftens renhet og glitteret i vannet?

Den store høvding i Washington har sendt bud om at han ønsker å kjøpe vårt land. Den store høvding forsikrer oss også om sitt vennskap og sin godvilje. Dette er vennlig av ham, ettersom vi vet at han ikke trenger vårt vennskap. Men vi vil tenke over ditt tilbud, ettersom vi vet at hvis vi ikke gjør det, da vil den hvite mann komme med våpen og ta vårt land. Den store høvding i Washington kan stole på det høvding Seattle sier, like sikkert som våre hvite brødre kan stole på årstidens vekslinger. Mine ord er som stjernene – de blekner ikke.

Hvordan kan du kjøpe eller selge himmelen – varmen fra jorden? Tanken er fremmed for oss. Vi eier ikke luftens renhet eller glitteret i vannet. Hvordan kan du da kjøpe det av oss? Vi bestemmer bare i vår tid. Hele denne jord er hellig for mitt folk. Hver eneste skinnende barnål, alle sandstrendene, hvert slør av dis i de mørke skogene, hver eneste lysning og alle de summende insektene er hellige i mitt folks tradisjoner og bevissthet.

Vi vet at den hvite mann ikke forstår vår levemåte. Det ene landområdet er for ham likt det andre. For han er en fremmed som kommer om natten og røver fra landet alt han trenger. Jorden er ikke hans bror, men hans fiende, og når han har pint den ut, drar han videre. Han etterlater seg sin fars grav uten dårlig samvittighet. Han røver jorden fra sine barn. Han tar ikke hensyn. Fedrenes graver og barnas rett blir glemt. Hans grådighet vil utarme jorden og legge ørkener bak seg.

Det er ingen fred å finne i den hvite manns byer. Ikke noe sted der man kan høre løvet sprette om våren eller

raslingen i insektvinger. Men, kanskje fordi jeg er en villmann som ikke forstår – er larmen i byene for meg en hån mot øret. Og hva er det for slags liv hvis ikke mennesket kan høre nattravnens stemme eller froskens samtale ved en dam om natten? Indianeren foretrekker vindens milde hvissing over et vannspeil og selve lukten av vinden, renses av middagsregnet og med en duft av furu. Luften er dyrebare for den røde mann. For alt levende ånder i den samme luften – dyrene, trærne, mennesket. Det ser ikke ut til at den hvite mann bryr seg om den luften han puster i. Lik en døende mann er han ufølsom for stanken.

Hvis jeg bestemmer meg for å akseptere, vil jeg stille en betingelse. Den hvite mann må behandle dyrene som om de var hans brødre. Jeg er en villmann og forstår ikke at noe annet kan være riktig. Jeg har sett tusenvis av bison ligge råtnende på prærien, etterlatt av den hvite mann som skjøt dem fra toget. Jeg er en villmann og forstår ikke hvordan den rykende jernhesten kan være mer verdifull enn bisonen, som vi indianere dreper bare for å oppholde vårt eget liv. Hva er mennesket uten dyrene? Hvis alle dyr var borte, ville mennesket dø av åndelig ensomhet, for alt som skjer med dyr kan også ramme mennesket. Alt henger sammen. Alt som rammer jorden, rammer også jordens sønner.

Å skade jorden er å vise forakt for dens skaper. De hvite vil også forsvinne, kanskje raskere enn andre stammer. Fortsett å forurense din egen seng, og du vil en natt bli kvalt i ditt eget avfall. Når alle bisoner er slaktet og alle villhester temmet, når de hemmelighetsfulle skogene stinker av menneske og når de bugnende bakkene er fulle av skvaldrende kvinner – hvor er da villmarkene? Borte. Hvor er ørnene? Borte. Det som står igjen er å ta farvel med tårnsvalen og jakten, slutten på livet og begynnelsen på kampen for å overleve.

Den hvite manns drømmer er skjult for oss. Og fordi

de er skjult, må vi velge vår egen vei. Hvis vi samtykker, er det for å sikre reservatene du har lovet oss. Der kan vi kanskje leve våre siste dager som vi ønsker. Når den siste røde mann er borte og minnet bare er skyggen av en sky som seiler over prærien, vil mitt folks ånd fremdeles leve i disse skogene og strendene, for vi elsker landet som den nyfødte elsker sin mors hjertelag. Hvis vi selger deg vårt land, elsk det som vi har elsket det.

Maskulin og feminin balanse

«Akkurat som fugler trenger to vinger til å fly med, trenger et samfunn kvinner og menn å lede sammen for å kunne utvikle seg til et høyere nivå.»

- Michelle Bachelet

Det er mye som ikke er i balanse i verden i dag. Et eksempel på dette er ubalansen mellom det maskuline og det feminine. Spesielt det maskuline er mer dominerende og det reflekteres tydelig i dagens samfunn. Kvinner blir ikke sett på som like verdifulle mange steder i verden og i alt for mange tilfeller blir de sett på som en salgsvare. Kvinners seksualitet selger og det er som regel menn som tjener på det. Et annet eksempel er at typiske kvinneyrker blir mindre verdsatt da lønnen er lavere enn mannsdominerte yrker. Menn jobber ofte i privat sektor, mens kvinner jobber ofte i helse, omsorg og utdanning i offentlig sektor.

Den dominerende maskuliniteten kan sees ganske tydelig i store byer. Det skal for eksempel ikke mye fantasi til for å forestille seg hva en skyskraper representerer. Det samme kan sies om kirkespir også, de strekker seg mot himmelen som en maskulin fallos. Kristendommen har også vært en særdeles mannsdominert religion, i likhet med Islam. At kvinner ikke har vært regnet som likeverdige med menn opp gjennom historien her i Vesten er usedvanlig diskriminerende og må i all hovedsak tilskrives kirkens utdaterte og gammeldagse lære. Det igjen viser hvor viktig våre trossystemer er. De ligger som regel i bakgrunnen og trekker i trådene.

Skal vi få noen forandring her i verden er det disse trossystemene vi må se på og gjøre noe med. Det er, som vi har tatt for oss i et tidligere kapittel, vår spiritualitet (som trossystemene

er en del av) som er kjerneårsakene til problemene vi strir med. Utdragene nedenfor påpeker dette, de er hentet fra Det nye testamente i Bibelen:

«De gifte kvinner skal underordne seg under mennene sine som under Herren selv. For mannen er kvinnens hode, slik Kristus er kirkenes hode...

Liksom kirken underordner seg under Kristus, skal en kvinne underordne seg under sin mann i alt.»

Utdraget er fra brevet til efeserne, 5, 22-24. Vi fortsetter med et nytt utdrag:

«Mannen må ikke dekke hodet, for han er Guds bilde og ære. Men kvinnen er mannens ære.

For mannen ble ikke til av kvinnen, men kvinnen av mannen.

Mannen ble heller ikke skapt for kvinnens skyld, men kvinnen for mannens.»

Dette er hentet fra Paulus 1. brev til korinterne, 11, 7-9.

Selv i dag, i Norge, merker vi ennå noe ettervirkninger av disse kvinnediskriminerende utsagn, selv om de er nesten 2000 år gamle. De har sittet klistret til sinnene våre som lim og har vært vanskelig å bli kvitt. Nå har det heldigvis skjedd en god del i kirken siden både biskoper og prester kan være kvinner i dag. Men hvor mye har ikke kvinnene lidd i alle disse årene? Og hvem har skrevet Bibelen? Jo, menn. Aner noen en sammenheng her?

Andre land rundt om i verden henger langt etter. I Irans nye nasjonalsamling er det nå 18 kvinner (mai 2016). Det er fremskritt fra forrige valg, men den skjeve ubalansen er betydelig når resten av de folkevalgte (totalt 290) er menn. Denne troen på menns overlegenhet, som ikke har rot i virkeligheten, har ført til at menn har følt seg mer verdt og bedre enn kvinner. Kvinner har ikke vært ansett som skikket til å inneha høye posisjoner innen for eksempel religion, politikk og forretningsliv. Det er i hvert fall ikke tvil om at det vi tror på skaper vår virkelighet. Heldigvis kan våre trossystemer forandres, de er fornybare.

Det er intet problem å finne utsagn som er like ille eller verre enn dette i Bibelen, og sikkert også i Islam og andre religioner. Faren oppstår når mennesker tar sånne utsagn helt bokstavelig,

fordi de tror at det kommer direkte fra en eller annen guddom. Det at kvinner og ikke minst homofile, lesbiske og andre litt annerledes mennesker er blitt undertrykt og diskriminert skyldes nettopp slike forvrengte utsagn. At Gud blir framstilt så smålig er nesten uforståelig, og ennå mer uforståelig at folk i det hele tatt tror på det. Det er på tide å innse at det er vi som skaper Gud i vårt bilde! Det finnes faktisk flere tusen store og små trossystemer i verden. Så å si alle har skapt sitt eget bilde av Gud. Å hevde at min religion er den eneste rette, at mitt folk er guds utvalgte folk, er arrogant og har mang en gang ført til krig og konflikter.

Alle mennesker inneholder både de maskuline og de feminine krefter i seg. Noen har integrert begge disse kreftene på en balansert måte, andre har ubalanse i den ene eller andre enden enten de er kvinner eller menn. Slik jeg ser det har vi alle hatt liv som både kvinner og menn. Hvor balansert vi er av maskuline og feminine krefter avhenger da mye av hvor godt man har integrert disse kreftene fra sine tidligere liv.

Jeg ser det som en mulighet for at en av hovedgrunnene til at de som har homofile eller lesbiske tendenser kan være at de siste livene de levde var for eksempel som mann. Når man da skal begynne å erfare og leve liv som kvinne kan de gamle naturlige tendensene hvor man søkte etter kvinner igjen gjøre at man interesserer seg for kvinner, selv om man er kvinne selv. Ingenting galt ved det så lenge alt er av fri vilje og kjærligheten får fritt spillerom og forholdet er til gjensidig glede. Dette gjelder uansett hvilke type forhold det er snakk om. Kanskje dette kan være en grunn til at noen mennesker ønsker å skifte kjønn fordi de føler seg mer som det andre kjønn? Men dette er et stort tema og årsakene kan være flere som at man som sjel rett og slett ønsker å utforske nye grenser og sider ved seg selv eller føle på hvordan det er å være et menneske som er annerledes.

I alt for lang tid har denne verden vært styrt av maktsyke, egosentriske mennesker og da hovedsakelig menn. Hvis man ser på kriger i verden opp gjennom historien har de vært utallige. Det er ikke mange kvinner som har stått i spissen for dem, for å si det sånn. På den annen side er det nok en del kvinner som har

oppildnet og manipulert sine menn, så helt uten innflytelse har de ikke vært. Men statistikk over lengre tid, som vi har nevnt tidligere, viser at kriger er på retur, med noen unntak enkelte steder. Noe av dette skyldes nok at det har kommet flere kvinner inn i styre og stell, men og at mennesker har fått større feminin og maskulin balanse i seg selv. Det er noe som skjer naturlig ettersom man har hatt flere liv, for da begynner man å få såpass erfaring at man legger vekk umodne ting som jo kriger er.

Det er viktig å gå litt inn på den historiske biten når det gjelder matriarkalske samfunn (kvinnestyrte) og patriarkalske samfunn (mannstyrte). Det kan fortelle mye om når, hvor og hvorfor menn gradvis fikk større betydning på bekostning av kvinner. De aller fleste samfunn på jorden i dag er patriarkalske. Arkeologiske utgravninger derimot viser at det har eksistert kulturer som har vært matriarkalske før i tiden. Der har de dyrket gudinnen og det var kvinner som regjerte. På Malta og på Kreta bl.a. er det funnet gjenstander som ikke er relatert til vold eller krig og man antar at det har vært kulturer der som har levd fredelig i veldig lang tid. Arkeolog Marija Gimbutas hevder å kunne bevise at disse samfunnene, som eksisterte i Det gamle Europa for flere tusen år siden, var fredelige. Ved hjelp av utgravninger og forskning fant Gimbutas ut at i Det gamle Europa eksisterte det samfunn som i årtusener levde i fred og der den høyeste guddom var feminin, og at samfunnene varte i flere tusen år. Hvis du ønsker mer informasjon om dette kan du kjøpe boken *Gudinnens fortellinger* av Ingvild Forbord og Marit Clementz www.kvinneakademiet.no. Også bøkene til Anne Geitanger tar opp temaet det maskuline og det feminine og det historiske aspektet. Hennes bøker *Pistis Maria* og *I kamelens øye* tar utgangspunktet i forholdet mellom Jesus og Maria Magdalena og hvordan man fra deres ståsted kan forstå verden vi lever i.

Før i tiden erobret menn ved hjelp av kriger for å bli store og mektige med enorme lidelser som resultat. I dag sees det på som forkastelig utført av despoter, diktatorer og tyranner og de har derfor ikke så gode «levevilkår» som før.

I dag erobrer hovedsakelig menn markeder ved hjelp av prof-

itt uten særlig tanke på konsekvensene det har for mennesker og miljø. I fremtiden vil det sees på som forkastelig og man vil forundre seg over hva det var vi drev med før i tiden. Heldigvis er det mange som ser dette allerede i dag. Situasjonen *er* i ferd med å bedre seg. Firmaer i dag tar mer og mer hensyn til miljøet og viser samfunnsansvar, bl.a. gjennom sosialt entreprenørskap. *Wisdom 2.0* www.wisdom2summit.com jobber med å bedre dette ved å arrangere konferanser, møter og seminarer om temaet.

Akkurat nå kunne verden ha godt av mer femininitet som mykhet, omsorg og empati som kan være en motvekt til det kalde og machopregede samfunnet vi har skapt. Vi har bruk for den mannlige handlekraften, det impulsgivende og det skapende, men også for den kvinnelige mottageligheten, det som bevarer, holder og nærer. For å bringe disse to likeverdige kreftene i balanse (om man føler det er ubalanse den ene eller andre veien) kan man gjøre en god del selv. Man skal være obs på at dette ikke nødvendigvis er kjønnsrelatert. En feminin mann kan ha godt av å jobbe litt mer med sin maskulinitet og en maskulin kvinne kan ha godt av å jobbe litt mer med sine feminine sider. Hvis man blir bevisst på sine egne mønstre og ubalanser på dette feltet (og andre felt for den slags skyld) har man større mulighet for å endre dem. Men vi er som regel avhengige av andre for å se dette og for dermed å kunne utvikle oss. Så forhold til andre, uansett hvilken form de har (for eksempel parforhold), fungerer både som spill og er en utmerket måte å vokse på.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen hvor det maskuline dominerer og gå over til en gylden sirkel hvor det maskuline og det feminine er i balanse.

Når det gjelder arkitektur så ser man en forskyvning mot en mer menneskevennlig retning hvor sirkler og andre myke former tas i bruk i stor skala rundt om i verden. Det legges også større vekt på å skape skjønnhet og mer menneskevennlige omgivelser i form av for eksempel parker. Å ha det vakkert rundt seg er berikende. Alt dette er nok et tegn, og et synlig tegn, på at det feminine er

på fremmarsj.

Skyskraperne på den annen side er mer maskuline og hierarkiske i sin form der det å holde til på toppen av skyskraperen er regnet som best. Det kan nesten virke som om jo mer mannsdominert et samfunn er, jo mer ønsker de å framstå som store og mektige, og jo høyere blir skyskraperne. Men som sagt, ting er i ferd med å snu. Et eksempel er Apples nye hovedkontor i California som for tiden er under bygging. Hele det massive hovedkvarteret er formet som en stor sirkel. Det skal bli interessant å se om Apple, som et av de rikeste firma i verden, i fremtiden vil vise større samfunnsansvar enn det de hittil har gjort. De har i hvert fall blitt flinkere til å ta hensyn til miljøet de seneste årene.

I følge *The Global Gender Gap Report 2015* er det Island som topper listen over land med høyest likestilling basert på økonomi, utdanning, helse og politiske indikatorer. De andre nordiske land ligger også svært høyt på listen rett bak Island. Det har ikke alltid vært slik. Island og andre lands kvinner har måtte kjempe for sine rettigheter, hvor de som hadde makten, menn, ikke ville slippe sine selvpålagte privilegier så lett. En dag i oktober 1974 gikk 90 % av kvinnene på Island ut i streik og lammet dermed hele landet. En av grunnene til streiken var at de fikk dårligere betalt enn menn, bare fordi de er kvinner. De nektet å gjøre husarbeid og gikk dermed ut av hjemmene og forlot jobbene sine, hvilket fikk mennene til å innse betydningen av kvinners arbeid. Fire år senere fikk Island verdens første kvinnelige president. Det er fremdeles ikke full likestilling (kvinnene på Island streiket på nytt i 2010), men trenden er klart bedre etter som årene har gått.

Er det ikke påfallende at de land i verden som har høyest likestilling og likeverd, som de nordiske land, også er blant de landene hvor det er best å leve i? Mange land bruker også Norden som eksempel på en modell for et idealsamfunn. Det er nok et stykke frem til idealsamfunnet, men tatt i betraktning det som ellers eksisterer rundt om i verden er det slettes ikke så verst.

De nordiske land har lang tradisjon for mer likeverd mellom kjønnene enn de fleste andre steder i verden. Kvinnene under vikingtiden hadde mye sterkere posisjon og flere rettigheter enn

hva kvinner ellers i Europa hadde på den tiden. De kunne blant annet bli volver, som er en slags prestinne eller sjaman og de kunne utføre seidmagi. Noe av grunnen til det kan nok skyldes større ansvar når mennene var på reiser og de måtte styre. Den norrøne mytologien innehar også veldig mange kvinner. Den mentaliteten vi har tatt med oss fra den tiden har antakelig siddet så dypt og så godt i vår psyke at den har vært vanskelig å bli kvitt, noe kristendommen prøvde på da den kom til Norden. De lykkes bare delvis, men nå har tidevannet snudd. Feminine verdier er på vei tilbake. Og godt er det. For uten balanse mellom det feminine og det maskuline får vi problemer, noe dagens samfunn og ikke minst historien har vist oss. Det at det feminine er på fremmarsj betyr at det vil bli bedre balanse mellom det feminine og det maskuline og at vi dermed kan gå fremtiden lysere i møte.

Skap mer glede, lykke og bedre helse

«Det vi er i dag, stammer fra gårsdagens tanker, og det vi tenker i dag, bygger på morgendagens liv: Livet vårt er skapt av bevisstheten vår.»

- Dhammapada

I dag er det blitt normalt at folk har mye helseproblemer, både fysisk og psykisk. Så mye at det nærmest har blitt epidemiske tilstander. Slik trenger det slettes ikke å være. Folk ble selvfølgelig syk før i tiden også og de levde kortere, men i dag har bedre hygiene, mindre fattigdom, høyere levestandard, kortere arbeidstid, mer variert kosthold, utvikling av legevitenenskapen osv. økt levetiden mye. Og når man blir eldre er det større risiko for at det kan oppstå helseproblemer.

I tillegg har det kommet frem nye momenter som man ikke hadde før. Suspekke tilsetningsstoffer i mat, en passiv livsstil hvor kropp og sinn ikke blir stimulert i tilstrekkelig grad, stråling som vi blir utsatt for både inne i hus, bygninger og det vi får utenfra. Forurensning som bl.a. forårsaker dårligere vannkvalitet og luftkvalitet osv. Siden endringene har pågått over lang tid tenker man ikke så mye over det enn om det plutselig hadde blitt en dramatisk forverring på kort tid.

Når vi observerer alle problemer verden strir med kan man på en måte si at samfunnet er sykt. Og når samfunnet er sykt blir også vi syke. Ikke fordi vi mangler kontroll over vår egen helse, men ofte fordi vi lar oss rive med av kollektive strømninger i samfunnet. Og de er det mange av; vi spiser junkfood og får problemer med fedme, vi konsumerer negative nyheter og risikerer å bli deprimerte over verden og livet. Samfunnets fokus på det overfladiske livet som junkmedia representerer medfører

at mange ikke finner noe dypere mening med livet og misforstår hva som egentlig betyr noe. For mye fokus på ytre skjønnhet og lite på indre skjønnhet gjør at mange sliter med selverdet. Manglende fellesskapsfølelse og inkludering gir grobunn for konflikter og gjør folk ensomme, noe som forkorter livet og gjør det vanskelig å finne glede og lykke i livet.

Hvis vi hadde løst mange av samfunnets problemer ville også den psykiske og fysiske helsen til folk bli betraktelig bedre. Lykken og gleden over livet ville også økt. Alt hører sammen.

Den gode nyheten er at vi alle på et individuelt plan har muligheten og kraften i oss til å gjøre oss selv friske, selv om samfunnet er «sykt». Til syvende og sist må ansvaret for vår egen helse i stor grad tilskrives oss selv, med andre ord har vi muligheten for å snu trenden. Vi har valget. Livsstilssykdommer skjønner man jo er selvskapt. Man vet at fysisk inaktivitet – mangel på mosjon – fører til helseproblemer og man vet at en del av det man tilfører kroppen også fører til helseproblemer, som alkohol, stoff, røyk, inntak av mye sukker og salt, usunn mat og mye rødt kjøtt osv. I dag er det så mye tilsetningsstoffer i maten, samt at man finner rester av sprøytemidler på både frukt og grønnsaker at å gå over til renere mat, som økologisk og bruke mindre ferdigmat er det beste for kroppen på lang sikt. Det er også mer næring og vitaminer i økologisk mat i forhold til det som er industrielt dyrket. EAT Foundation www.eatforum.org jobber for å bedre verdens mat-system mot en mer bærekraftig retning.

Noe som er enda viktigere for vår helse, etter min mening, er hva vi har av sinnstilstander. Det er med andre ord bevisstheten vår som har størst innflytelse, ikke bare over vår helse, men og over den lykke og glede vi opplever i livet vårt. Med andre ord har våre bevisste og underbevisste tanker og følelser enorm innvirkning på oss. Et eksempel er at du kan sabotere din egen lykke ved å la gamle negative hendelser som har skjedd i fortiden fremdeles påvirke livet ditt i dag. Bærer du nag til noen er det vanskeligere å la lykke og glede strømme gjennom deg. Det er

ingen vits i å bære nag til noen, universet ordner opp før eller siden uansett. Jo mer du greier å kvitte deg med gammelt nag (eller annet tilsvarende som svirrer rundt i underbevisstheten), jo friere og lettere blir du til sinns. Og siden alt henger sammen vil også gleden og lykken bli større og helsen forbedres.

Det som forårsaker bekymringer og negative følelser kan godt være inngrodd vanemønstre og ikke minst at sinnet vårt er fylt med gamle tanker og grums fra fortiden. Det er som regel ubevisst, men det kan omprogrammeres (transformeres). Greier du å omprogrammere dette har du gjort en god og viktig jobb, ikke bare for deg selv, men også for verden (fordi alt hører sammen og du da er med på å heve vår felles kollektive bevissthet).

En vei å gå er bevisst å ta kontrollen over sinnet, altså være bevisst og ikke handle og reagere på autopilot. På den måten kan man styre hva man fokuserer på og også velge følelser og hvordan man vil reagere på hendelser som skjer en i livet, for det er også bevisste valg. Bare spør en skuespiller. Mange av dem er dyktige til å leve seg inn i den de skal spille og deres situasjon. Følelsespekteret deres er rikt og tankene som forestillingene deres kommer fra er det som skaper dem.

Den tyske forfatteren og spirituelle læremesteren Eckhart Tolle www.eckharttolle.com, sier at negative følelser forgifter kroppen og forstyrrer dens balanse og harmoniske funksjon. Han sier og at følelser er kroppens reaksjon på våre tanker. Videre snakker han om at vi alle bærer på noe han kaller smertekroppen som er en opphopning av gamle følelser og emosjonelle smerter. Så lenge alt dette ikke er bearbeidet og frigjort skaper de problemer for oss. Han nevner at man nå begynner å erkjenne at stress og negative følelser som engstelse og sinne er en av hovedårsakene til degenerative sykdommer som kreft- og hjertelidelser.

Hvis negative følelser har innvirkning på helsen vår må jo nødvendigvis det samme gjelde for positive følelser også. Å jobbe bevisst med å fremkalle positive følelser er en god strategi. Å føle taknemlighet for alt en er og har og det som skjer en i livet er en god metode. Og hvis man fokuserer på løsninger heller enn problemer og det positive heller enn det negative, skapes det mer

sunne vaner. Å bruke humor og le ofte er definitivt en god måte å bedre helsen.

Positive tanker, holdninger og følelser er med på å styrke immunforsvaret vårt. Her kan visualiseringsøvelser være til stor hjelp. Ved å visualisere seg frisk og sunn har det innflytelse over cellene og kroppen. For øvrig kan dette brukes på andre områder av livene våres som vi ønsker å forbedre. Det kan ikke gjøres på en overfladisk måte, men må være ektefølt, altså virkelig se for seg og *føle* at en er frisk og sunn. Visualiseringen blir med andre ord en form for bekreftelse. For noen kan det være vanskelig, da kan det være bedre å begynne i det små, som å si til seg selv; *jeg blir snart bedre, det ordner seg, dette er en midlertidig tilstand* osv. Har man stor tillit til prosessen kan man takke for at problemet allerede er løst. Skal dette ha noen funksjon må denne bevissthetstilstanden opprettholdes. Det nytter ikke bare å fortelle seg selv dette *en* gang og så gli tilbake til gamle mønstre og håpe på det beste. Universets mekanismer fungerer hele tiden. Så å trene seg opp til å holde fokuset på positive følelser og tanker og ha tillit til at det fungerer er det som skal til. Det er ikke uten grunn at mentaltrening brukes av bl.a. toppidrettsutøvere. Hvis det kan brukes innen idrett så må det og kunne brukes for å forbedre helsen.

Skolemedisinen har mye for seg og har gjort mye godt og er flinke på veldig mange områder, for eksempel ved akutte ting som benbrudd og ved brannskader eller ved alvorlige sykdommer, men når det gjelder å se helheten skorter det. Når leger skal behandle pasienter går det som oftest på symptombehandling med lite tid og omsorg til pasienten. Sykdommen behandles, men man glemmer å behandle selve mennesket. Løsningen blir i alt for mange tilfeller å skrive ut medisiner, som stort sett bare demper symptomene, men sjelden helbreder selve årsaken. Hva med for eksempel ektefellen som mistet livsledsageren sin etter et langt samliv? Det er et kjent fenomen «widowhood effect» at noen av dem dør kort tid etter hverandre. Det er en sorgfull og stressende prosess å miste ektefellen sin og man blir derfor mer utsatt for sykdommer i kropp og sinn. Kroppen kan behandles, men å behandle kroppen leger ikke et knust hjerte. Mange leger

og sykepleiere har skjønt alt dette i dag og praktiserer det, men de befinner seg i et system som er vanskelig å endre.

Når leger og sykepleiere har anledning til å gi bedre omsorg, ta seg mer tid til pasienten og prøver å se helheten får man muligheten til å kunne avdekke og nøste opp i dypereliggende problemer. Det er paradoksalt at ikke dette er forstått og integrert innen helsevesenet fordi det hadde spart samfunnet for enorme kostnader og ikke minst redusert folks lidelser betydelig. I dag kan det virke som det er et kappløp med tiden for å behandle flest mulig på kortest mulig tid. Hvis det er budsjettet og det å korte mest mulig ned på utgifter som er det viktigste har ikke samfunnet skjønt mye. Med den mentaliteten blir man ikke sett og får heller ikke noe særlig sjanse til å forebygge. Som vi alle vet er det mye dyrere å reparere enn å forebygge. Alternative behandlere oppnår i mange tilfeller bedre resultater. En av grunnene til det kan jo være at de nettopp har bedre tid til den de behandler og at de prøver å se helheten i situasjonen og i livet til vedkommende.

Det virker på meg som om cellegift, den metoden skolemedisinen bruker for å bekjempe kreft, ikke er rett metode, det er bl.a. veldig belastende for kroppen. For de som ønsker å bruke skolemedisinen har jeg større tro på det nye som kalles immunterapi, som kombinerer to forskjellige medisiner og som nå er under forskning og implementering. Immunterapi viser seg å ha bedre virkning enn cellegift og med færre bivirkninger.

Formålet med medisiner må jo være å hjelpe og forsterke kroppens egne selvhelbredende mekanismer. Det samme må jo legens oppgave være og alle andre som jobber innen helsevesenet, altså stimulere, hjelpe og oppmuntre den indre legen i alle mennesker. Likeledes må dette gjelde for de som driver innen alternative behandlingsmetoder. I filmen *Levende Helse* utgitt av New Paradigm Films er dette sentrale emner som tas opp samtidig som den belyser viktigheten av et helhetlig perspektiv.

Det er ikke vanskelig å tenke seg at negative følelser som bekymring, hat, frykt, grådighet, bitterhet osv. har innflytelse på vår helse, både fysisk og mentalt. Som allerede nevnt er det noen som kaller det gift for kroppen. Over tid, om det ikke bearbeides

og avtar er risikoen til stede for at det materialiserer seg i form av sykdomssymptom. Hvis man ikke tar de signalene på alvor kan det så materialisere seg til en eller annen sykdom. Det sier seg selv at alt dette også stenger for vår egen lykke, livskvalitet, glede og velvære i livet.

Mange har sikkert hørt uttrykket; du skaper din egen virkelighet. Jeg er overbevist om at det er en realitet. Mer og mer tyder på det når det gjelder vår egen helse. Tankens kraft er betydelig. Her er Placeboeffekten et eksempel på hvilken makt vår egen bevissthet har. Hvis vi har så stor kontroll over vår egen helse, hvorfor skulle ikke det da også gjelde for vår lykke og glede i livet? Marcus Aurelius skal en gang ha sagt følgende:

”Lykken i livet ditt avhenger av kvaliteten på dine tanker”.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen hvor vi tror helse, lykke og glede er avhengig av autoriteter eller andre ytre momenter og gå over til en gylden sirkel hvor vi forstår at vi selv er denne autoriteten og at vi selv styrer og er ansvarlig for vår egen helse, lykke og glede i livet.

I boken *Sinnet styrer din sunnhet – vitenskapelige bevis for at du kan helbrede deg selv* av Lissa Rankin www.lissarankin.com sier hun at kroppen fra naturens side er koblet slik at den skal helbrede seg selv, og at bevisstheten styrer dette selvhelbredende systemet. Videre sier hun at mens placeboeffekten viser kraften i positive tanker, forventninger, forhåpninger og omsorgsfull pleie, viser noceboeffekten (altså det motsatte) kraften i negative holdninger. Hun sier om placeboeffekten at hvis du for eksempel forteller pasientene i et klinisk forsøk at de skal få en pille som vil lindre smertene, er det store sjanser for at smerten vil forsvinne selv om de bare får en sukkerpille. Men hvis du advarer dem om at behandlingen kan medføre kvalme og oppkast, er det stor grad av sannsynlighet for at de kommer til å kaste opp, selv om de aldri fikk den faktiske medisinen.

Dette betyr med andre ord at det ikke er selve placebopillene som har noen betydning, men ordene og omsorgen (eller mangel på omsorg) som ligger bak når placeboen blir gitt. Bevisstheten til mottakeren er dermed den som bestemmer hvor mye kraft ordene som blir gitt skal få. Leger har en høy anseelse og autoritet i samfunnet slik at man legger stor vekt på det de sier. Dermed er legen i seg selv en placebo, eller i verste fall en nocebo. Her gjelder det med andre ord å være bevisst på hva man sier som lege eller annen autoritetsperson, selv om det til syvende og sist er mottakerens egen bevissthet som avgjør.

For å få en dypere forklaring på hva som foregår rent fysiologisk i kroppen ved endrede bevissthetstilstander intervjuet Lissa Rankin cellebiologen og forfatteren dr. Bruce Lipton www.bruce-lipton.com. Her er et lite utdrag fra boken hennes:

Da jeg spurte hvordan tro kan forandre cellenes miljø, forklarte Lipton at hjernen er sansning, men bevisstheten er tolkning. Alt handler om hvordan bevisstheten tolker en hendelse i livet. Du kan for eksempel åpne øynene og se en person. (Dette er hjernens objektive sansning.) Bevisstheten din gjenkjenner kanskje denne personen som et menneske du elsker. (Dette er bevissthetens tolkning): Da frigir hjernen oksytocin, dopamin, endorfiner og andre positive kjemikalier som skaper et sunt cellemedium for alle kroppens celler via blodet.

Hvis du derimot åpner øynene og ser en person (sansingen), og hjernen din tolker denne personen som skremmende, frigir hjernen stresshormoner og andre frytkjemikalier som skader cellene. Lipton sier: «Når vi forandrer bevissthetens tolkning av sykdom fra frykt og fare til positive holdninger, reagerer hjernen biokjemisk, blodet forandrer kroppscellenes kultur, og cellene forandres på et biologisk nivå.»

Det er det samme prinsipp som gjelder for å løse verdensproblemer som det er for å løse våre egne helseproblemer. Finn de bakenforliggende tankene, de dype feilprogrammerte troene i deg selv og som du har om deg selv. Hvis man greier å omprogrammere dem til noe positivt er mye gjort.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen hvor bevisstheten vår har lite å si for vår helse, lykke og

***glede og gå over til en gyllen sirkel hvor bevisstheten
vår har mye å si for vår helse, lykke og glede.***

I filmen *Mannen fra Snåsa* som gikk på kino i begynnelsen av 2016 ser vi den kjente healeren Joralf Gjerstad behandle flere personer. Vi ser at enkelte der og da får reaksjoner på at noe skjer mens Gjerstad behandler dem. De blir spontant bedre. Det som foregår, etter min mening, er at Gjerstad (og healere generelt) aktiverer selvhelbredende krefter i dem de skal hjelpe. Deres trossystem er ikke sterk nok til å gjøre det på egenhånd og Joralf Gjerstad (og hjelpere fra den andre siden) fungerer dermed som mellommenn fordi de tror at det må en kraft til utenfor dem selv som kan bedre helsen deres. Og det må det jo på en måte, så lenge man ikke har funnet denne kraften i seg selv. Healere *vet* at de har kraften til å helbrede.

Det er mange momenter vedrørende vår helse som spiller inn. Å være ute i naturen gir positiv helseeffekt, noe vi lenge har visst. Forskeren Gregory Bratman ved Stanford University i California har påvist at selv korte turer i naturen har en målbar og positiv effekt og at nærhet til grønne omgivelser og havets brus faktisk forandrer hjernen og demper bekymringer.

Noe som gir negativ effekt er ensomhet. Dette er et betydelig problem i dag at mange føler seg atskilt og isolert fra fellesskapet på en eller annen måte, noe som kan føre til svekket helse og større mottakelighet for sykdom. I kapittelet *levende felleskap* står det mer om hvilken innvirkning ensomhet og felleskap har for helsen.

Et annet felt som er svært lite berørt av helsevesenet er hvilket livssyn man har. Det er selvsagt helt opp til den enkelte hva man vil tro på eller ikke tro på. Det jeg vil poengtere er at det har innflytelse på psyken og helsen. Hvis man har et trossystem som er fryktbasert, f.eks. at man er redd for å dø og for å bli dømt i etterlivet har det en helt annen virkning på psyken enn om trossystemet er basert på trygghet, kjærlighet og at man ikke er redd for å dø. Likeledes er synd og skam heller ikke noe godt utgangspunkt for helsen eller for lykken og gleden i livet, eller for en følelse av

mening med livet for den slags skyld.

Nok et moment som er mer eller mindre fraværende i dagens helsevesen er hvilken innflytelse tidligere liv har. Jeg mener, og mange med meg, at også opplevelser vi drar med oss fra tidligere liv kan ha innflytelse på oss nå. Noen mennesker har problemer som ikke er så lett å forklare rent rasjonelt. Dette kan være en utfordring å finne en forklaring ut fra dagens verdensbilde. Her kan reinkarnasjon være en mulig forklaring. Jeg er selv overbevist om at dette er en realitet og det er det flere og flere som gjør i den vestlige verden i dag. Regresjonsterapi har av den grunn blitt mer vanlig og kan være noe å prøve ut om man føler det er noe som kan stikke dypere enn det nåværende livet og som har negativ innflytelse på livet.

God helse bør basere seg på en helhet der kropp, sinn og ånd er i balanse. Hvis man gjør alle tingene riktig på et felt, trener og spiser sunt for eksempel, men sliter med mange negative tanker eller aspekter ved livet sitt, er man allikevel i ubalanse. Mistriivsel på jobb for eksempel sliter på den psykiske helsen og kan gi seg utslag i fysiske sykdommer senere. Det er viktig at man finner arbeid hvor man får brukt sine evner og som føles meningsfylt, spesielt fint er det om det er noe som har større betydning enn ens eget liv. Noe som kan hjelpe andre eller noe som bidrar til helheten på en eller annen måte. Det gir et godt utgangspunkt for et mer tilfredsstillende og lykkelig liv. Mange er de som har oppdaget gleden og lykken ved å gi og dele med andre.

Bevissthetsmedisin, energimedisin, kvantemedisin og naturmedisin bør få en mer fremtredende plass i fremtiden. Mange alternative/komplementære behandlingsmetoder likeså og mange av dem faller også innunder disse kategoriene.

Det å fokusere for mye på fortiden eller fremtiden har direkte innvirkning på vår velvære som lykke og glede. Det å være tilstede her og nå gjør at man har større mulighet for å være oppmerksom på livet og dets mirakel. Dette er en tilstand hvor du bare er, en værentilstand. Meditasjon kan anbefales for å styrke tilstedeværelsen og komme nærmere din egen indre kilde. Det er også noe som fremmer helsen.

Mange tror at glede og lykke er noe som bare skjer, at det er noe som kommer utenfra. Men det hele er avhengig av hvordan din bevissthet tolker og reagere på det som skjer. Det er helt individuelt, noen kan glede seg over et eller annet, mens for en annen kan det oppstå helt andre følelser. Ekte glede og lykke kommer ikke utenfor en selv, men oppstår innenfra. Vi har alle opplevd at det skjer noe positivt og vi gleder oss over det. Vi har for eksempel kjøpt oss noe og det gir oss glede, men denne gleden varer ikke nødvendigvis så lenge. Kunsten blir å finne denne gleden og lykken i seg selv og ikke være avhengig av andre eller hendelser som skjer i livet. For all del, selvfølgelig skal man glede seg over og nyte alt det som skjer i den ytre verden, det er jo en av grunnene til at man har kommet hit til denne verden. Å finne en balanse her er fint, glede seg over alt i den ytre verden, men vite at det er forgjengelig og at ekte glede og lykke kommer innenfra. Her passer det med et sitat fra Sri Chinmoy:

«Fordøm ingenting og du vil bli lykkelig. Tilgi alt og du vil bli lykkeligere. Elsk alt og du vil bli lykkeligst.»

Filmen *Happy* www.thehappymovie.com er en praktisk og jordnær dokumentarfilm om lykke og dets natur og hvordan man kan få mer av det i livet.

Det er utrolig mye vi mennesker ennå ikke vet. Jeg mener og at det sannsynligvis er store deler av hjernen som man ennå ikke har forstått betydningen av. Hjernen er et redskap for bevisstheten. Vi er skapende vesener som bruker bevisstheten til å forme livene våre. Bevisstheten vår har utrolig kraft, det er ikke uten grunn det sies at tro kan flytte fjell. Det er ihvertfall liten tvil om at bevisstheten vår har stor innflytelse på helsen, lykken og gleden i livet vårt. Og siden bevisstheten jo er oss så er det vi selv som egentlig kontrollerer hvor mye vi vil ha av alle disse godene. Og vi vil ha mest mulig, vil vi ikke? Det tror jeg alle vil og det er også fullt mulig å oppnå og vi fortjener det.

Fremtidens økonomiske verden

«Å være den rikeste mannen på kirkegården er ikke noe poeng for meg. Å legge seg hver kveld og vite at vi har gjort noe viktig og betydningsfullt er det som betyr noe.»

- Steve Jobs

Konkurransesementaltet og Survival of the fittest er utdaterte tankeganger. Det motsatte er tilfelle. Igjen kan vi trekke paralleller til naturen. De fleste dyr og fugler lever i flokker eller parforhold og klarer seg derfor best når de samarbeider og deler. Trær for eksempel overlever også ved hjelp av gjensidig samarbeid og deling. Professor Suzanne W. Simard ved University of British Columbia fra Vancouver i Canada forklarer hvordan trær er mer komplekse enn vi noen gang har trodd. Hun hevder at trærne, akkurat som dyr, kommuniserer og deler informasjon med hverandre og overfører «arven» til neste generasjon. Det blir, som en del forskere kaller det, et «Wood Wide Web».

Videre forklarer hun at ved hjelp av et enormt nettverk av sopper under bakken kan trærne fordele viktige næringsstoffer «avhengig av hvem som trenger det». På den måten sikres det at skogens økosystem gir og mottar akkurat den mengden som trengs for å holde trærne friske og sunne. Det tilsvarer litt hvordan den menneskelige hjernen og våre nerveceller fungerer. Døende trær flytter dessuten ressurser, som viktige mineraler, inn i unge trær før de dør. Vil du vite mer kan du se hennes foredrag hos www.ted.com *How trees talk to each other*. Den tyske forfatteren Peter Wohlleben beskriver lignende forhold i sin bok *Trærnes hemmelige liv*.

Vi mennesker kan ikke fortsette med «business as usual» lenger, noe må forandres. Vårt økonomiske system i dag fungerer ikke.

Det er et konkurransesystem basert på mest mulig profitt som forsterker og favoriserer de få som allerede har mye, og dermed skaper ulikhet, fattigdom, konsentrert makt til noen få og i tillegg tar lite eller intet hensyn til miljøet. Hvis man reflekterer litt over ordene konkurranse og den sterkeste overlever er det nesten ikke til å unngå at ordet egoisme dukker opp. Egoisme fører til atskillelse og splittelse og mange andre problemer for samfunnet. Det gjør at man blir mer opptatt av sitt eget beste heller en samfunnets beste. Jo mer sjelen får strømme gjennom personligheten jo mer opererer det ut fra ønske om det beste for alle.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen som er basert på konkurranse og gå over til en gylden sirkel som er basert på samarbeid.

Slik systemet fungerer nå blir de rike bare rikere og fordeler som regel den opparbeidede rikdommen, arven, videre til sin egen familie. Det er som et monopolspill hvor de som har sikret seg de beste eiendommene kan håve inn penger fra de andre og dermed stadig øke sin egen rikdom, mens de andre havner lenger og lenger etter og blir desto fattigere. En situasjon det er vanskelig å komme ut av fordi systemet (monopolreglene) forhindrer det. Kanskje det er på tide å endre samfunnets spilleregler?

Et gammelt ordtak sier at penger er roten til alt ondt. Dette er ikke riktig. Penger i seg selv er helt nøytralt. Det er heller ikke noe galt i å ha penger. Et fattig person kan være et fantastisk menneske, men det kan og en rik person være. Vi må grave dypere skal vi finne roten. Det man kan stille spørsmål ved er mengden, fordelingen og bruken av dem. Det er mer etiske og moralske spørsmål og da er vi igjen inne på kjerneårsakene til våre problemer som vi tok for oss i et annet kapittel i denne boken. Hvis menneskene så alle andre som sin neste, samt fullt og helt som del av sin egen familie (hvilket vi egentlig er i den ultimate virkelighet), ville man aldri tolerert at mennesker sulter og lever i fattigdom. Man ville delt rikdommen sin, gladelig. Det handler rett og slett om å være solidariske mot hverandre. En økonomi

basert på profitt og konkurranse burde heller blitt byttet ut med det vi kunne kalle «solidarisk økonomi». Høye etiske prinsipper bør bli vektlagt mer i fremtidens økonomiske verden. Med andre ord; den gamle og avleggse bunnlinjen med fokus på mest mulig penger og makt bør byttes ut med en ny som er langt mer solidarisk mot mennesker og natur.

Det finnes bedrifter som drives på det viset. Et eksempel er Mindvalley www.mindvalley.com. Det er en futuristisk arbeidsplass som ønsker å forandre verden. De har ca. 200 ansatte. Opprinnelig holdt de til i USA, men har nå flyttet til Malaysia. Et av Mindvalley sine største ønsker er å gi tilbake til planeten. Innen 2050 er målet å gi bort 1 milliard dollar til sosiale formål verden rundt. I tillegg har de som mål å forbedre utdanning for millioner av mennesker globalt sett. Mindvalleys prioriteringsliste er som følger:

1. Planeten først
2. Kundene
3. Ansatte
4. Profitten til sist

Et tankekors man kan lure på er hvorfor de som har mye, ja selv latterlig mye, i de fleste tilfeller allikevel ikke føler de har nok. Hvorfor er det slik at enkelte aldri føler de har nok? Kan det være at mange av dem kompensere for manglende rikdom i sitt indre ved å skaffe seg rikdom i det ytre? Det at noen har sterkt behov for å vise sin rikdom og status kan være et utslag av dette.

De som har opparbeidet seg enorme summer har gjort dette på bekostning av andre, hovedsakelig fra de som ikke har så mye, slik analogien med monopolspillet viste. Ofte får de på toppen i en bedrift store lønnsutbetalinger og bonuser. Og et sted må jo pengene komme fra. Det blir som et omvendt Robin Hood prinsipp, altså å ta fra de som har mindre for å gi til de som har mer. Produktet eller tjenesten de selger kunne vært billigere og de ansatte kunne fått høyere lønn slik at forskjellene ble mer utjevnet. Eller de kunne gitt pengene til samfunnsnyttige tiltak. Mange bedrifter har innsett og tatt tak i dette, noen har startet med sosial entreprenørskap og noen gir tilbake til samfunnet på

andre måter. Organisasjonen Conscious Capitalism www.consciouscapitalism.org arbeider nettopp ut fra en slik tankegang.

Slik den økonomiske verden er lagt opp i dag har overdreven fokus på konkurranse og profitt også betydning for vår helse. Konkurransementalitet fører ofte til stress, noe som kan føre til så mangt, som fysiske helseproblemer eller utbrenthet, lav selvfølelse og andre mentale problemer. I den forbindelse blir man i alt for stor grad tilbudt medisiner, som for det meste bare døyver symptomene, uten å berøre de egentlige årsakene. I tillegg medfører de som regel bivirkninger. Dette profittjaget kan i sin ytterste konsekvens føre til at legemiddelindustrien blir mer opptatt av å selge sine egne produkter enn å bedre folks helse. Hvis vi tenker litt etter så er jo legemiddelindustrien avhengig av at folk er syke. Hvis ikke får de jo ikke solgt produktene sine. Det er kanskje en grunn til at leger har hatt en tendens til å skrive ut mye medikamenter? Man skal huske på at kroppen har fantastiske selvreparerende mekanismer. Et synlig eksempel er jo et sår som gror igjen helt av seg selv. Mentale helseproblemer er et omfattende problem i dag, men mer menneskelig kontakt og forståelse samt det å jobbe på et dypere psykologisk og spirituelt plan vil kunne hjelpe betraktelig og være et bedre valg i mange tilfeller enn medikamenter.

Flere andre negative konsekvenser av dagens profitorienterte samfunn kan kort nevnes her; Høyt kvalifiserte mennesker trekkes mot høye lønninger i bedrifter som tilbyr produkter som ikke alltid er til det beste for samfunnet. Innovasjoner som kunne kommet menneskeheten til gode hindres av patenter på den måten at andre innovatører ikke får utviklet sine videre og i noen tilfeller kan det være et ledd i en bevisst markedsstrategi som får patentet til å ligge latent i årevis. (Her har for øvrig Tesla og Toyota gått motsatt vei ved å frigjøre mange av deres patenter slik at andre kan benytte teknologien til det beste for menneskeheten.) Forskning blir i mange tilfeller underfinansiert eller oversett hvis det da ikke kan generere profitt. Det samme gjelder gode ideer, produkter og idealistiske prosjekter som sliter med å få finansiering fordi det ikke genererer profitt. Bedrifter som flytter sin produksjon til land med billig arbeidskraft (mange ganger

på slavelønn) og hensynsløst sparket sine arbeidere i det opprinnelige landet. Selskaper som beskytter deres egne varemerker ved å gjøre produktene deres inkompatible med andre, noe som fører til unødvendig duplisering og frustrerte brukere.

I følge statistiker og professor Hans Rosling www.gapminder.org er det globalt sett blitt færre som lever i ekstrem fattigdom i vår tid. Og dette er meget positivt, men fremdeles lever alt for mange mennesker på eksistensminimum, over en milliard. FNs bærekraftsmål www.fn.no har som en av tre intensjoner å utrydde ekstrem fattigdom innen 2030.

Andre økonomiske momenter går ikke i positiv retning. Det økonomiske gapet mellom de rikeste og de fattigste øker. Dette hemmer veksten og hindrer likestilling, ifølge en ny rapport fra OECD. Rapporten fra 2015 viser at denne skjeve utviklingen kommer til å fortsette og at alle taper på det. De rike og mektige tviholder på sin posisjon. Dette har ført til revolusjoner før og vil garantert gjøre det igjen. Det at Storbritannia stemte for å gå ut av EU (Brexit) mener jeg delvis skyldes denne økonomiske ubalansen hvor så mange mennesker er frustrerte fordi velstanden ikke har kommet dem til gode. I en ny rapport fra januar 2016 (utgitt av den internasjonale hjelpeorganisasjonen www.oxfam.org) kommer det frem at formuen til de 62 rikeste personer i verden (av disse er det bare 9 kvinner) tilsvarer like mye som det den fattigste halvparten av verdens befolkning (3,6 milliarder mennesker) eier. Siden 2010 har formuen til disse rike økt med 44 %, mens de fattigste i verden har blitt 41 % fattigere. Siden århundreskiftet har halve formuesøkningen i hele verden gått til den øverste topp 1 %.

Jeg mener dette har mange konsekvenser. Det medfører ikke bare færre muligheter for de fattige til å delta i samfunnet, men og store bekymringer og lidelser, samt mye bortkastet tid og krefter som går med til kampen for å overleve, helt unødvendig. I vår vestlige del av verden blir mange fastlåst i lavt betalte jobber for å kunne betale på gjeld som tynger dem. Kort sagt så hemmer økonomisk ulikhet utviklingen. Dessuten går enormt mye menneskelig potensiale til spille som kunne vært brukt atskillig

mer fornuftig. De økonomiske omkostningene for samfunnet er astronomiske. Verden går glipp av uendelig mye når dette potensiale ikke får mulighet til å uttrykke seg og gi sitt bidrag til verden. Det finnes mange genier der ute, slike som Leonardo Da Vinci og Wolfgang Amadeus Mozart var da de levde, som aldri får berike verden siden de blir holdt nede av fattigdom og kampen for å overleve.

Det er også flere farer med store skiller. Det skaper grobunn for konflikter. Det blir og fort en fare for at de som har mye anser seg som mer verdt enn de som har lite. Det er en usunn utvikling og er en feilaktig slutning. Alle mennesker er like mye verdt og i ethvert menneske ligger det også et enormt stort potensial.

Her er et eksempel på et menneske som da han var liten ikke ble ansett som spesielt «verdifulle». Gutten var fire år før han kunne snakke. Han var dårlig på skolen og var en ensom gutt. Søsteren hans sa han ikke engang var flink i regning og ble sett på som «litt dum» av sine medelever. Gutten het Albert Einstein.

«Denne er til de gale, de mistilpassede, opprørerne, bråkmakerne - de som tør å utfordre det bestående - de som ser ting annerledes - de som ikke er glad i regler. Du kan sitere dem, være uenig med dem, glorifisere dem eller bakvaske dem, men det eneste du ikke kan gjøre er å ignorere dem fordi de forandrer ting, de skyver menneskeheten framover. Og når noen ser dem som gale, ser vi genier, fordi de som er gale nok til å tro at de kan forandre verden, er de som nettopp gjør det.»

- Steve Jobs

Det er mange måter å omstrukturere og omfordele goder, forhindre overforbruk og stoppe miljøforurensning. Man kan skattlegge forbruk, spesielt miljøskadelig forbruk. Innføre åpenhet og ærlighet ved salg av produkter, som hva produktet koster å produsere, hvilken fortjeneste bedriften får og hvilke miljøkonsekvenser produktet medfører. Innføre høye forurensningsbøter for industrien og bedrifter. Skattlegging av transaksjoner i finansøkonomien osv. Innføre regler som skaper åpenhet og som

forhindrer skattetriksing og overdreven finansspekulasjon. Ha åpenhet rundt internasjonale handels- og investeringsavtaler og forhindre at slike avtaler favoriserer bestemte aktører som store multinasjonale selskaper. Etterhvert som roboter inntar arbeidslivet mer og mer kan man opprette fond som kompenserer inntektstap for arbeidere som blir overflødig. Innføre kortere arbeidsuke og redusere pensjonsalderen slik at andre kan slippe til i arbeidslivet, spesielt de unge. Styrke lokale produkter som kortreist mat. Stoppe muligheten for spekulasjon av livsnødvendigheter. Slik det er nå har vi endt opp med et system som gjør det mulig for enkeltaktører å tilegne seg profitt på fellesskapets bekostning. Å privatisere offentlige tjenester er derfor ingen god strategi.

En vei å gå for å skape et mer rettferdig samfunn er å sørge for at alle mennesker får en minimumsinntekt. Det vil da være en form for borgerlønn slik at man i alle fall har nok til et sted å bo og mat til å klare seg. Da slipper mennesket å bruke masse tid og krefter (som er sløsing med ressurser) på å bekymre seg for disse livsnødvendighetene, samtidig som byråkratiet kan reduseres. De færreste vil for øvrig neppe nøye seg med en minimumsinntekt som en borgerlønn representerer. Dessuten er vi kreative mennesker som ikke liker å være passive. Det vil gi folk større frihet til å realisere egne ideer og egne arbeidsplasser. Sosiale spenninger i samfunnet vil reduseres. Penger kan hentes på mange måter som for eksempel via vanlig skatt som i dag. De nevnte skattene fra forrige avsnitt er også en mulighet, en annen er å redusere de enorme militærutgiftene og omfordele dem.

Alaska i USA har hatt borgerlønn siden 1976. Det er forøvrig den eneste staten i USA hvor forskjellene ikke har økt. Flere andre land er i ferd med å prøve ut borgerlønn som bl.a. Finland, Canada og Nederland. Forsøk er allerede gjennomført flere steder noe som har gitt kunnskap om fordeler og ulemper. Flere fremtredende skikkelser, som nobelprisvinner Milton Friedman, fremhever at fordelene overskygger ulempene. Det finnes en norsk organisasjon som jobber for borgerlønn, Bien Norge www.borgerloenn.no.

Det er nok av penger i omløp i verden i dag til å gi alle en borgerlønn og avskaffe fattigdom. Bare ta skatteparadisene og de enorme summene som er i omløp der. I følge organisasjonen Attac, www.skatteparadis.attac.no har rike enkeltpersoner i verden unndratt skatt i såkalte skatteparadis for tilsammen 130 000 milliarder kroner (mer fakta hos Tax Justice Network Norge www.taxjustice.no). Det er og en kjent sak at bedrifter undrar skatt via skatteparadiser. Store selskaper som Apple, Google og Starbucks osv. samt mindre selskaper betaler nesten ikke noe skatt på den måten. Panama-papirene avslører hvor gigantisk skatteunndragelsene egentlig er og hvor viktig det er med åpenhet rundt vår økonomi. Det handler til syvende og sist om å være grådig på vegne av felleskapet. Disse pengene kunne gjort utrolig mye godt og flott for samfunnet. Det er også enorme summer å hente når det gjelder korrupsjon (mer fakta hos Transparency International Norge www.transparency.no).

Spørsmålet er også hvorfor enorm rikdom er så mye å hige etter egentlig når det viktigste i livet er gratis? Det hele er et spørsmål om moral. Og nok en gang kommer vi da tilbake til kjerneårsakene til våre problemer. De er spirituelle (moral, verdier, livssyn osv.). Spørsmålet er til syvende og sist om man styres av sin personlighet som kjøper, samler og holder fast eller om man styres av sin sjel som deler og gir. Så lenge man ikke ser sin neste som en selv og alle mennesker som sin egen familie er man lite villig til å dele og gi.

Det motsatte bør også gjelde. Det bør etableres et tak over hvor mye et menneske kan tjene, altså maksimumsinntekt, for å forhindre store skiller. Det er i den forbindelse interessant å observere at de samfunn som kanskje fungerer best i verden i dag er de nordiske. Det er også nettopp de som har minst forskjeller.

Delingsøkonomi er noe som er på full fart inn i samfunnet. Her handler det ikke om å eie ting, men kun få tilgang til en ting eller tjeneste når man har bruk for den. Eller om man har noe til overs så kan man dele det med andre. Her kan det være greit å nevne at Uber spesielt (som driver en form for taxivirksomhet) og til en hvis grad Airbnb (som driver med utleie av bolig) egentlig

ikke helt faller inn under begrepet delingsøkonomi da de er for kommersielle til det.

Hvis man tenker på det så er skatt en form for deling. Mange ser merkverdig nok på skatt som et onde, men det er et system som kommer hele samfunnet til gode. Vi samler pengene i en felles pott som fordeles ut i samfunnet i form av nødvendige funksjoner som helsevesen, brannvesen, politivesen, rettsvesen, osv. Samtidig er tanken at de midler vi bidrar med i form av skatt også skal ta vare på de svakeste i samfunnet. Når samfunnet ikke er villig til å dele og bidra med skatter til samfunnets beste kan det risikere å bryte sammen (slik det faktisk mer eller mindre har skjedd i Hellas). På den annen side har vi igjen den nordiske modellen hvor vi har vært mer flinke til å bidra til fellesskapet enn mange andre land. Resultatet har blitt samfunn som er blant de rikeste i verden, og tryggest fordi rikdommen er relativt jevnt fordelt.

Tips til link her: www.magazine.ouishare.net

Det finnes og en norsk organisasjon som jobber for å spre delingsøkonomien:

The Norwegian Association for Sharing Economy, www.nase.no

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen som er basert på meg og mitt og gå over til en gyllen sirkel som er basert på vi og vårt.

En annen mentalitet og ideologi som står for fall er vekstprinsippet. Dagens gjengse oppfatning av at man hele tiden trenger vekst for at økonomien skal være god for samfunnet er også utdatert og gammeldags. Det er ikke bra, hverken for mennesker eller natur og vil heller ikke kunne fungere særlig mye lenger. Det er heller ikke naturlig. Det som er naturlig er *naturlig vekst*. Økonomen Margit Kennedy påpeker at eksponentiell vekst alltid vil føre til krise. Hun mente naturlig vekst er noe vi finner i naturen, både hos mennesker, dyr og planter. Det foregår på den måten at det først er en rask vekst, deretter flater veksten ut for så å gå inn i en tilnærmet stabil utvikling. Bhutan i Himalaya har innført brutto

nasjonal lykke (BNL) i stedet for brutto nasjonalprodukt (BNP) som er vanlig ellers i verden. Det må da være bedre å basere samfunnet på lykke enn mest mulig vekst?

Det sier seg selv at vi ikke kan fortsette i samme retning som vi gjør nå. Mange kjente økonomer påpeker dette i dag som Thomas Piketty og Joseph Stiglitz. Det økonomiske systemet med jag etter profitt og vekst som vi har viklet oss inn i, er ikke stabilt, det medfører økonomiske bobler og alt for ofte store svingninger i markedet. Dette skaper masse jobber i gode tider og høy fortjeneste til investorer. Ved dårlige tider skjer det motsatte, mange mister jobben og investorer taper penger. Det at folk mister jobbene sine har alvorlige konsekvenser, det skaper stor usikkerhet med hensyn til forsørgerevnen til seg selv og familien. I mange tilfeller risikerer man å miste både hjem og helse. USA, som er et ekstremt kapitalistisk system har stadig økt sitt enorme gjeldstak. På den måten har de bare skjøvet problemene under tepet uten å ta tak i årsakene (deres ganske rå kapitalistiske system med økende forbruk og vekst spiral), for ikke å snakke om de underliggende kjerneårsakene (som bl.a. moral og holdninger). Tidlig i 2016 har den amerikanske statsgjelden oversteget 19 billioner eller 19 tusen milliarder dollar. Det er uunngåelig at dette systemet kommer til å kollapse hvis ikke det gjøres endringer. I tillegg er det mange andre land som også har så høy gjeld at de vil få problemer i fremtiden.

Vi bør heller ikke forbruke mer produkter som forurenser slik de gjør i dag. De fleste produkter forurenser ved produksjon, transport, bruk og når de kastes. Dagens økonomiske system medfører også et annet alvorlig problem; produsenter som bevisst lager produkter med kort levetid slik at man stadig må kjøpe nytt. Et kjent eksempel her er lyspærer. Et dokumentarprogram som belyser dette heter *Pyramids of Waste*. Når det ikke lønner seg å lage produkter som varer skjønner man at dette ikke kan fortsette i lengden. Dessuten lages det mye unødvendige produkter. Når veien ender i et stup så skjønner de aller fleste at vi må forandre retning. Det er ren logikk. Dette er det nå flere og flere som har fått med seg, men forandringer tar tid.

En organisasjon det anbefales å studere nærmere er The Post Growth Institute www.postgrowth.org. Det er et internasjonalt nettverk av folk som legger vekt på å ta tak i årsakene heller enn symptomene til en rekke sosiale og miljømessige problemer for å skape en positiv fremtid som ikke er avhengig av økonomisk vekst.

En annen anbefalt organisasjon som jobber med å forandre våre tanker rundt økonomi og forretning i en mer positiv retning er nettverket BALLE www.bealocalist.org. De arbeider med å forbinde ledere, spre løsninger og tiltrekke investeringer rettet mot lokale økonomier. De vil vekk fra mentaliteten basert på «hver man for seg» til en mer fellesskapsorientert retning.

Forfatteren Charles Eisenstein www.charleseisenstein.net fremmer en økonomi basert på å gi, altså gaveøkonomi. Boken hans «Sacred Economics» er da også tilgjengelig gratis på hjemmesiden, eller man kan velge å betale for den hvis man føler man har råd til det. En gave økonomi er et økonomisk system hvor både varer og tjenester er fritt gitt, uten direkte forventning om å få betaling. Noen mener at gave økonomi fremmer og bygger samfunn, mens en markedsbasert økonomi gjør det stikk motsatte. Mer info her: www.sustainablehuman.com og www.gift-economy.com.

I boken *Levende økonomi* av Christian Egge har han intervjuet flere fremtredende økonomer i verden. En av dem er David Korten. I deres samtale kommer de inn på viktigheten av bevissthetsforandring for å skape en bedre verden og av våre kulturelle fortellinger (trossystemer). I den forbindelse sier David Korton følgende:

Før vi har våknet til nye innsikter er vi fanger, uansett hvilken kultur vi tilhører. Den filippinske aktivisten Nicanor Perlas gjorde meg oppmerksom på kraften i våre kulturelle fortellinger – og i hvilken utstrekning samfunnsforandring er avhengig av forandring i våre grunnleggende kulturelle fortellinger. De fleste av våre fortellinger bekrefter institusjoner som representerer imperialistisk dominans – religiøse og vitenskapelige fortellinger inkludert. Dette gjelder ikke minst den vitenskapelige fortellingen om at bare det materielle er virkelig; at livet ikke er særlig annet enn tilfeldige resultater av ma-

teriell kompleksitet, at bevissthet er en illusjon og at vi er programmert gjennom våre gener til å være individualistiske, konkurrerende og voldelige. Denne fortellingen gjør livet blottet for mening og innebærer at det eneste fornuftige er å slåss for individuelt overtak og individuell materiell tilfredsstillelse – stort sett for å avlede oss fra fortvilelsen over å være alene i et dødt og hensynsløst kosmos. Skulle vi virkelig tro at dette setter grensene for vår opptreden som art, som samfunn? Dette er en fortelling som på det sterkeste sementerer status quo.

Det samme smale perspektivet er prentet inn i vår dominerende økonomiske tenkning, særlig den nyliberale fortellingen om at vi er vesener helt og holdent drevet av individualisme. Man har til og med snudd virkeligheten på hodet ved å fremholde at dette er en ønsket kvalitet fordi det påskynder økonomisk vekst. Det er fullt mulig at det stimulerer til vekst, men i så fall en form for vekst som ødelegger miljøet og muligheten for et godt menneskesamfunn.

Sirkulær økonomi er en tenkning som er på full fart fremover. Her har man tatt naturens kretsløp inn i et økonomisk perspektiv. I naturen gjenbrukes alt og avfall er noe som dermed ikke eksisterer. Disse tankene er ikke nye. Allerede i 1926 ble Norsk Gjenvinning startet i Oslo. I dag er det et stort konsern med flere milliarder i omsetning. Lineær økonomi er basert på utnyttning, man utvinner ressurser, produserer så varer som forbrukes for deretter å kvitte seg med det som søppel når det ikke lenger kan brukes, altså bruk og kast. Sirkulær økonomi derimot baserer seg på gjenbruk, reparasjon og gjenvinning slik at ingenting går til spille. Dermed sikres ressursene for kommende generasjoner. For nærmere informasjon om sirkulær økonomi anbefales det å besøke *The Ellen MacArthur Foundation*, www.ellenmacarthur-foundation.org.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen som er basert på lineær økonomi og gå over til en gylden sirkel som er basert på nye økonomiske modeller som sirkulær økonomi.

Hvis man ønsker litt mer fordypning rundt nye økonomiske og mer «grønne» modeller kan følgende to norske bøker anbefales; *Fra evig vekst til grønn politikk* av Svein Hammer og *Løsningen er grønn* av Per Hj. Svae.

En bank i Norge som drives etter mer etiske og bærekraftige prinsipper er Cultura Bank www.cultura.no.

Et tankekors er at vestlige samfunn har fått overdose av materielle ting. Har det gjort oss lykkeligere? Er det ikke slik at vi bruker for mye tid på alle disse tingene vi skaffer oss? Kunne vi brukt tiden mer meningsfylt? Er det i det hele tatt lurt å regne tid i penger? Kunne vi vært flinkere til å hjelpe andre? Kunne vi vært mer sammen med andre som venner og familie? Kunne vi vært flinkere til å dele på tingene? Man må ikke nødvendigvis eie en bil eller båt, det holder jo å ha tilgang til dem. Det virker som om de menneskene som ikke har så mange materielle ting virker lykkeligere. Det er jo noe å tenke over. Det er i hvert fall et bevis på at det ikke er mest og størst mulig ting og eiendeler som gjør oss lykkelige. Jo mer hel og «rik» du er i ditt indre jo mindre interessant er ytre rikdom. Det kan være kjekt å ha, men er ikke det som betyr mest i livet. Faktisk er det slik at konkurranse og det å samle og overdrive det materielle aspektet til syvende og sist medfører en døende kultur som spiser seg selv.

Vi her i vesten har blitt avhengige av det materielle. Det bør være en balanse i alle ting. Vi trenger en avvenningskur. Kanskje dette overforbruket rett og slett er et substitutt for mangel på indre verdier som er gått tapt? Vi må tilegne oss viten om de virkelige verdier i samfunnet på nytt. Hva kan vi lære av fortiden? Hva er det som virkelig betyr noe? Hva gir livet mening? Hvordan får man mer glede inn i livet? Gjør man ikke det ved å finne gleden inne i seg selv? Kanskje det å gi og dele gir større tilfredsstillelse enn å forbruke og eie? Jeg er sikker på at når man blir avvendt det materielle dopingmisbruket vil man føle seg så mye bedre. Dette vil være godt for både mennesker og natur.

Mange såkalte primitive samfunn har en langt større fellesskapsmentalitet, hvor man blir tatt vare på i mye større grad enn i vårt såkalte moderne samfunn. Det gir en helt annen solidaritets-

følelse når samfunnet er mindre og mer oversiktlig enn samfunn som er store og uoversiktlig. Der føler man seg mer atskilt og mindre forbundet, derfor flourer også ensomhet som er blitt et av vår tids største problemer. Man er heller ikke flink nok i dagens samfunn til å legge til rette for sosialisering og samhørighet som skaper fellesskapsmentalitet. På den annen side er det bedring på gang, både arkitekter og byplanleggere er blitt flinkere til å ta hensyn til disse livsnødvendige verdiene.

Det føles meningsfylt å gi. Det er ikke uten grunn at flere og flere blir filantroper. The Giving Pledge www.givingpledge.org er en organisasjon hvor medlemmene, som er blant de rikeste familier og individer i verden, har forpliktet seg til å gi bort nesten alt av sine formuer til veldedighet.

Mikrolån er en annen måte å dele på. Organisasjonen Kiva www.kiva.org er et flott tiltak som hjelper fattige i utviklingsland med å realisere sine drømmer, forretningsideer og å skape et levebrød. På denne måten hjelper en folk til å hjelpe seg selv. Her kan alle låne ut småbeløp (med 0 % rente) til enkeltpersoner i utviklingsland. Tilbakebetalingsprosenten er hele 97 %. Noen velger å ta pengene tilbake, gi et nytt mikrolån eller donere hele summen til Kiva.

Charles Darwins teori om «survival of the fittest» (den sterkeste overlever) har i alt for lang tid dominert samfunnet. Det er for øvrig en myte han er tillagt. Dette har vært med på å føre til ekstreme tankeganger som for eksempel de nazistene forfektet. I naturen og i den menneskelige verden er det ikke slik at den sterkeste og mest fysiske tilpasningsdyktige er den som overlever. Vi mennesker overlever best ved å vise samarbeid og omsorg for hverandre. Personligheten har en hang til å konkurrere, mens sjelens natur er samarbeid. Charles Darwin selv nevnte «survival of the fittest» kun to ganger i boken *The Descent of Man* og ordet «kjærlighet» hele 95 ganger. Her et et sitat fra Darwin selv: «*Det er ikke den sterkeste av artene som overlever, heller ikke den mest intelligente, men den som er mest mottakelig for endring.*»

Forskere ved Berkeley Universitetet i California heller til teorien om at det ikke er de sterkeste som «overlever», men de snil-

leste, de som er vennlige og tar hensyn. Jo mer du gir, jo mer respekt får du tilbake. En studie igangsatt av Robb Willer viste at de som bare handler av egeninteresse blir lite respektert. De som er sjenerøse blir høyest vedsatt av andre. Dette er det logikk i. Du finner ikke mange statuer av egoistiske og selvsentrette mennesker og hvis du finner dem er de antakelig satt opp der etter ordre fra dem selv.

Professor Didier Cossin ved handelshøyskolen IMD i Lausanne, et institutt som er verdensledende i å videreutdanne toppledere, sier selskaper som tenker langsiktig og som vil gjøre noe godt for samfunnet de lever i, gjør det vesentlig bedre finansielt enn selskaper som fokuserer kortsiktig. Dette viser at høy etisk standard er lønnsomt i lengden.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen som er basert på at det er den sterkeste som overlever og gå over til en gyllen sirkel som er basert på at det er de som viser godhet, vennlighet og omsorg som overlever.

Gandhi er eksempel på kraften i det å vise omsorg og omtanke. Han bekjempet det britiske imperiet uten våpen og frigjorde dermed India ved ikkevold. Hans godhet overvant det mektige britiske imperiet. Har du Netflix kan du se den fine dokumentaren som heter *Gandhi*. Som samfunn i vår tid er det mer fornuftig og høyst nødvendig for mennesket å gå fra «survival of the fittest» til «survival of the kindest».

Dette er hva Dalai Lama sier om sin religion: *«My religion is very simple. My religion is kindness.»*

I et samfunn der det rådende tankesettet er konkurranse og den sterkeste overlever er det alltid alt for mange som taper på det. I et samfunn hvor tankesettet omfavner samarbeid og deling er alle vinnere.

Etter hvert vil mennesket legge fra seg konkurransementaliteten og tankesettet om at den sterkeste overlever slik et barn slutter å

leke med enkelte leker rett og slett fordi barnet har vokst fra det. Mennesket er i ferd med å vokse av seg noen av sine «leker». De har vært viktige erfaringer for menneskeheten på godt og vondt, men det er på tide å gå videre mot en langt mer triveligere fremtid for alle som innbefatter samarbeid, vennlighet og deling på et høyere nivå.

Organisering i fremtiden

«Finn deg en jobb du elsker, og du trenger ikke arbeide en eneste dag hele livet.»

- Confucius 551- 479 fvt.

Hvordan kan vi organisere oss på best mulig måte i fremtiden? Slik det er i dag er det meste organisert hierarkisk, altså ovenfra og ned. Det gjelder samfunnet som helhet bl.a. offentlige institusjoner, politiske partier, organisasjoner og bedrifter. Det er mye kommando og kontroll. Jeg mener dette er en utdatert modell og jeg skal prøve å begrunne hvorfor.

Et kort spørsmål først? Hva er mest effektivt, et trafikklys eller en rundkjøring? Svaret sier seg selv. Det er en grunn til at rundkjørsler utenfor bykjernene har eksplodert i antall de siste tiårene. Det er rett og slett fordi dette prinsippet er mest effektivt og billigst i drift. Et trafikklys er mer byråkratisk, ineffektivt og tidkrevende. De er også dyrere å bygge og vedlikeholde. Rundkjørsler derimot er selvorganiserende i motsetning til trafikklys. Kan det tenkes at dette prinsippet kan overføres til andre sektorer i samfunnet? Jeg mener svaret er ja.

Som ansatt i en bedrift er det sjelden motiverende å få ordrer tredd ned over hodet på en. Gjøres det på en riktig måte, med respekt for den det gjelder vil det naturligvis være bedre. Men motivasjon til å gjøre noe er en ting, inspirasjon noe annet. Motivasjon er noe som «presses» på deg, enten av andre eller av deg selv. Det som ikke er lystbetont å gjøre må man motiveres til. Hvis du ikke trives i jobben må man på en eller annen måte motiveres til å gå på den. Lønnen kan være denne motivasjonen. Motivasjonens drivkraft må hentes utenfra en selv. Når du ikke har lyst til å gjøre noe kan du som sagt motivere deg selv, men du må ha et motiv - det som driver deg til å gjøre det. Problemet med motivasjon er at den stadig trenger å fornyes. I lengden er

dette slitsomt og livslysten kan få en knekk. Siden det å jobbe for å skaffe penger til livsopphold er vektlagt så mye i dagens samfunn er dette temaet ikke uten betydning. Hva slags liv er det hvis man ikke trives med jobben? Siden det er en så stor del av livet vårt bør det være noe man gleder seg til.

Hvis du derimot er inspirert føles ikke jobben som et ork og du kunne jobbet gratis for den slags skyld. Hvis det du holder på med er gøy og du er lidenskapelig opptatt av det samtidig som tiden flyr av sted og kreativiteten blomstrer, ja da er du inspirert. Inspirasjon er en indre drivkraft. Du trenger ikke motiveres da alt gjøres uanstrengt og du brenner etter å gjøre det du holder på med. Det er da de gode arbeidsprestasjonene viser seg. De som er inspirert er de som forandrer verden.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen som er basert på motivasjon til å gjøre noe man ikke har lyst til og gå over til en gyllen sirkel som er basert på inspirasjon til å gjøre det man har lyst til.

Byråkratisk og hierarkisk styrte strukturer bidrar sjelden til inspirasjon. Dette er strukturer som begynner å bli avleggs. Det er dysfunksjonelt som så mye annet i det menneskelige samfunn. Ensrettet arbeid er sjelden noe for dagens moderne menneske. Kontroll og disiplin hører til en forgangen tid. Det er en mentalitet som henger igjen fra den industrielle alder. Vi er alle unike individer som elsker frihet. Å føle seg bundet og kontrollert er noe som dreper inspirasjon, motivasjon og arbeidslyst. Vi ønsker å uttrykke oss på vår egen måte med det vi kan og vi ønsker å være inkludert. Inspirasjon, kreativitet, åpenhet og initiativ er mye mer fremtredende og viktig i dag.

Fremtiden ligger i å styre mest mulig selv uten nødvendigvis å ha en sjef hengende over seg. Det trengs struktur, ja, men det kan organiseres på andre måter. Sjefsrollen kan jo for eksempel roteres. I en gåseformasjon er det ikke én ledergjess som flyr fremst hele tiden. Det blir for krevende. Alle gjessene bytter plass

med jevne mellomrom og tar hver sin tårn etter som de blir slitne av å være fremst. Utenfor Stockholm ligger det en bedrift som heter Skaltekk www.skaltekk.se. Hvis man ser den store bygningen deres ovenfra ser man konturene av en gåseformasjon. De har tatt i bruk nye måter å organisere sin bedrift på samtidig som de har sterkt fokus på de ansatte og deres potensial som mennesker. Det ligger et enormt potensial og ressurs i ethvert menneske som man kanskje ikke er klar over at man har selv. Finn frem til dette og du og verden vil transformeres.

Hvis man kan gi ansatte tillit og mest mulig frihet til å skape og bidra til kreative løsninger er mye gjort. Men det man gjør må føles meningsfylt og gledesfylt, man må føle seg verdsatt og som en del av virksomheten og man må ha selvbestemmelsesrett. I fremtiden vil man bli mer og mer opptatt av å realisere seg selv i den betydning at man vil uttrykke det man brenner for, også i det man gjør for det daglige brød.

Eksempelet med rundkjørsler viser hvor viktig det er å se på løsninger som allerede fungerer. Det finnes eksempler på bedrifter og organisasjoner som har organisert seg etter nye modeller. Det er først når man har eksempler som fungerer og som man kan henvise til at en lettere kan overføre disse nye prinsippene andre steder. Ricardo Semler er fra Brasil og har tatt i bruk mange nye prinsipper i sine firma. Hans foredrag hos www.ted.com *How to run a company with (almost) no rules* er verdt å få med seg.

I boken «Reinventing Organisation» (finnes også på dansk) trekker forfatteren Frederic Laloux frem flere eksempler. Buurtzorg i Nederland med 9000 ansatte er et slikt eksempel. Sun Hydraulics i Florida i USA og FAVI i Frankrike er andre. Deres formål med å jobbe der går utover ren profitt og fortjeneste. Byråkratiseringen er sterkt forenklet. Diverse planer, budsjetter, analyser osv. gjøres av team, om det trengs i det hele tatt da de ikke har så mye av det. Informasjonsflyten er åpen og strømmer fritt.

De er ikke hierarkisk styrte, men mer teambaserte. De har ikke sjefer, avgjørelser blir tatt ute i feltet, noe som gjør at beslutningene foregår mye hurtigere og med større klarhet. Alle kan

foreta beslutninger, det blir en form for selvledelse, men alle som vil bli berørt av en beslutning må bli konsultert. Jo viktigere en beslutning er jo flere mennesker må konsulteres. De enkelte i teamene rapporterer til teamet i sin helhet. Teamene igjen rapporterer så videre til de andre teamene.

Her står selvledelse, mening og helhet i høysetet. De ansatte føler seg knyttet til formålet med arbeidsoppgavene de gjør. Det er noe som gir mening og har betydning. De ansatte blir sett på som en ressurs. De blir stolt på og har fått tillit. De har tiltro til dem og til at de har gode intensjoner og de blir sett på som hele, ansvarlige og unike skapninger. Steder hvor en slik mentalitet blir praktisert er sykefraværet lavere og de ansatte lykkeligere. Det viser seg at denne type bedrifter og organisasjoner får mer tilfredse kunder, økt lønnsomhet og er mer robuste.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen som er basert på hierarkisk (ovenfra og ned prinsipp) og gå over til en gyllen sirkel som er basert på helhetlig (sirkelformet) og selvorganiserende prinsipp.

Rundkjørsler beviser at de er mest effektive. En rundkjørsel er for øvrig en sirkel. Sirkelen kan tas i bruk på mange måter. Bord for eksempel. Det er gode grunner til å bruke runde bord. Det gir en større følelse av likeverd, intimitet og ingen fremstår som sjef eller havner på siden i et hjørne. Nettopp av disse grunner vil jeg anta at slike bord vil bli tatt mer i bruk i fremtiden. Dette vil og ha en signaleffekt.

Også det politiske landskapet kan ha god nytte av å organisere seg på nye måter. De er også fanget av gamle måter å fungere på. For eksempel utgjør kvinner halvparten av verdens befolkning, men det er bare noen få steder i verden hvor styre og stell er noenlunde likt fordelt mellom kjønne som her i Norden. Politikere skal egentlig være til for folket og tjene dem, men i stedet er det mange rundt om i verden som har kommet i posisjoner fordi de søker makt, berømmelse, innflytelse og penger.

I fremtiden bør verken økonomiske eller religiøse særinteresser ha noe som helst innflytelse over politikken (eller at noen av disse sektorene får usunn innflytelse over hverandre som nevnt før i boken). Da kreves det politikere som har høy moral og som setter egoet sitt til side til fordel for de menneskene de skal tjene.

En bevegelse i USA som jobber for endringer i politikk og andre menneskelige områder, både der og i verden som helhet, heter *The Network of Spiritual Progressives* www.spiritualprogressives.org.

«...verdens frelse ligger ingen andre steder enn i det menneskelige hjertet, i menneskets evne til å reflektere, i menneskets ydmykhet og ansvarlighet. Uten en global revolusjon i sfæren av den menneskelige bevissthet, vil ingenting forandre seg til det bedre...»

- Vaclav Havel

Politikk og religion kan og bør skilles fra hverandre. Dette er et viktig tema så jeg vil utdype det litt mer her. Det bør ikke være slik at en bestemt religion skal kunne bestemme og ha innflytelse på bekostning av andres tro eller hva andre mener. Når andres meninger ikke blir lyttet til og tatt hensyn til får det heller ikke gjennomslagskraft. Det fører til manglende respekt, overkjøring, separasjon og kan føre til frustrasjoner og i ytterste konsekvens voldelige aksjoner. De som sitter på makten kan ta i bruk diktatoriske metoder noe man har sett etter kuppforsøket i Tyrkia sommeren 2016. Da bruker man frykt og makt for å holde andres meninger i sjakk.

Men man kan ikke skille spiritualitet fra politikk. Politikk reflekterer nemlig vår moral. Alle politiske partier har en eller annen mening (moral) om hvordan ting skal være og gjøres. Og moral bunner i vår spiritualitet, altså det vi tror på (det kan være hva som helst). Når vår spiritualitet utvikler seg (dvs. vår moral, holdninger, verdier, trossystemer, livssyn og overbevisninger) vil vi utvikle oss, og den politiske verden vil speile seg deretter.

Kort oppsummering: *Politikk er spiritualitet i praksis.*

Her kan det være kjekt med en oppklaring rundt det å være religiøs og det å være spirituell. Det å være spirituell betyr ikke det samme som at man er religiøs. Det er vesentlige og viktige forskjeller. Egentlig er det ganske enkelt. Å være religiøs er å bekjenne seg til en religion eller sekt. Å være spirituell, eller åndelig som noen kaller det, er å ikke bekjenne seg til en religion, men allikevel ha en overbevisning om noe guddommelig. En religion, som ordet religiøs springer ut fra, har ytre rammer som dogmer, regler og læresetninger som er basert på andres erfaringer og som forteller tilhengerne hvordan de skal leve og oppføre seg. Når man er spirituell er man fri til å tenke, erfare, utforske og bestemme selv over sitt eget livssyn og stadig ha muligheten for å forandre og ekspandere det. Med andre ord hevder religion at deres vei er den eneste sanne og riktige, mens spiritualitet hevder at det er mange elver som fører til samme hav. Når konflikter oppstår fører religioner alt for ofte til splittelse, mens spiritualiteten forener. Etter mitt syn vil religioner (som representerer det gamle) tape seg mer og mer i den utviklede del av verden, mens spiritualiteten (som representerer det nye) vil vinne mer og mer frem.

Religion ser på det guddommelige som noe eksternt, noe utenfor en selv og som regel er det paradisiske livet etter døden forbeholdt de som er innenfor sin egen religion. Å være spirituell betyr at det guddommelige er integrert i en selv. Man ser på universet, verden, mennesket og alt levende som guddommelig og hellig og at det finnes et liv etter dette som er for ALLE. Mens religion som regel er mer maskulint orientert er spiritualiteten mer balansert hvor livet sees på som sykluser, også når det gjelder mennesket. Det er ingen dogmer og regler som forteller deg hvordan du skal være eller oppføre deg. Det er din egen moralske samvittighet og intuisjon (magesfølelse) som skal ta seg av den biten.

Hadde det ikke vært fint om politikken (og samfunnet for øvrig) ble styrt etter slike prinsipper? Hvis man ikke helt greier å tro på noe guddommelig eller spirituelt så er det helt greit, men politikken bør ihvertfall i fremtiden styres etter høyere moralske prinsipper; som respekt for alle mennesker og for naturen. Videre at politikken bunner i forståelsen av at vi alle er avhengig av og

dypt forbundet med hverandre og som går vekk fra den usunne og sterke polariseringen vi ser i dag. Det vil resultere i en politikk som har langsiktige perspektiver i motsetning til dagens kortsiktige politikk. Et forslag til fordypning er boken *Sacred America, Sacred World* av Stephen Dinan www.stephendinan.com. Også boken *Spiritual Politics* skrevet av Corinne McLaughlin and Gordon Davidson anbefales. Mer om dem på deres hjemmeside www.visionarylead.org. En annen er *Healing the Heart of Democracy* av Parker J. Palmer www.couragerenewal.org/parker. Databasen www.futurepolicy.org er og verdt å få med seg. Deres online database deler eksisterende gode og effektive politiske løsninger som er basert på langtids tenkning slik at vi kan overlevere en friskere planet og et mer rettferdig samfunn til våre barn og barnebarn.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen som er basert på kortsiktig tankegang, slik politikken for det meste føres, og gå over til en gyllen sirkel som er basert på langsiktig tankegang, slik naturens sykluser viser oss.

Det sies at man kan måle hvor langt et samfunn har kommet i utviklingen sin på måten vi behandler de svakeste. Igjen er det da innlysende at vi må gjøre noe med hva vi tror på og jobbe med oss selv, altså høyne vår bevissthet og dermed vår moral slik at de svakeste får bedre kår i fremtiden. Som dette kapitlet viser må det gode fundamentet til for at vi skal kunne bygge og organisere samfunnet for fremtiden. Det at det oppstår nye måter å organisere seg på som er styrt etter og basert på nye og mer helhetlige og bærekraftige prinsipper, viser at vi som samfunn er under utvikling. De er svært viktige eksempler for de baner vei for andre og for et mer fremtidsrettet bærekraftig og menneskevennlig samfunn.

Levende fellesskap

«Vi er kun så sterke som vi er forent og så svake som vi er atskilt.»

- J. K. Rowling

Vi mennesker er sosiale vesener. Å tilhøre et fellesskap er viktig og har betydning for både den mentale og fysiske helsen. Under vikingtiden var den strengeste straffen man kunne få å bli dømt til å være fredløs. Da havnet man totalt utenfor samfunnet og fellesskapet og ingen hadde lov til å ha noe med vedkommende å gjøre. Vedkommende risikerte også å bli drept av hvem som helst. Ikke akkurat noen hyggelig skjebne. Vi har til en hvis grad lignende praksis i dag. Mennesker som gjør alvorlige lovbrudd risikerer å havne på isolat i fengsel for en periode. Mange regner dette for tortur.

Slik vi har organisert samfunnet i dag er det mange som føler seg isolert og ensomme, og dette selv om man lever midt i en storby med millioner av mennesker. Så å ikke høre til et fellesskap som bryr seg om en på en eller annen måte eller ikke føle seg sett og ivaretatt skaper helseproblemer og forkorter levetiden. Spørsmålet er; kan vi organisere samfunnet på andre måter slik at vi kan gjenskape fellesskapet?

I kapittelet «Ensomhet forgifter kroppen» fra boken *Sinnet styrer din sunnhet* av Lissa Rankin kan man lese om den avsidesliggende landsbyen Roseto i Pennsylvania i USA. En gruppe italienerer slo seg ned dit i 1882 og opprettet en enklave som gjenskapte gamlelandet. I 1961 ble dr. Stewart Wolf, professor ved medisinsk fakultet ved universitet i Oklahoma gjort oppmerksom på stedet da den lokale legen hadde bemerket at dødstillene for alle sykdommer lå langt under det nasjonale gjennomsnittet. Han bestemte seg for å undersøke hvorfor. I et lite utdrag fra nevnte kapittelet står følgende:

Malcom Gladwell rapporterte i Outliners at John Bruhn, en so-

siolog som ble innleid for å hjelpe til med undersøkelsene, fortalte at: «Det var ingen selvmord der, ingen alkoholisme, ikke noe stoffmisbruk og svært lite kriminalitet. De hadde ingen sosialklienter. Vi så blant annet på forekomsten av magesår. De hadde ikke noen tilfeller der heller. Disse menneskene døde av høy alderdom. Det var det.»

Hvis man skal skape et velfungerende samfunn for alle og som kan være en modell for fremtiden er det en fordel å se på hva som beviselig fungerer eller har fungert. Den lille italienske landsbyen Roseto kan derfor være verdt å studere nærmere. Dr. Wolf gjorde nettopp det. Det var flere interessante ting som dukket opp. Ikke spiste de spesielt sunt og heller ikke var de i spesielt god form. Videre undersøkelser luket ut genene, det lokale klimaet, drikkevannet og sykehuset. Han konkluderte til slutt med at et sammensveiset, støttende samfunn var en bedre indikator for hjerte-helsen enn kolesterolnivåer eller tobakksbruk. Han konkluderte også med at isolerte individer lett kan la seg overvelde av hverdagens mange utfordringer, og at dette kan utløse stressreaksjoner i kroppen. Men et individ som er omgitt av et støttende felleskap, slapper av. Denne formen for avslapning forvandles til positive virkninger på kroppens fysiologi og forebygger sykdom.

Folket i Roseto levde på den tiden stort sett i generasjonsboliger. De tok seg av hverandre og ingen ble overlatt til seg selv eller måtte takle problemene sine alene. Arbeidsmoralen var høy selv om arbeidet kunne være tungt. De følte de hadde en hensikt med livet. De hadde utstrakt kontakt med hverandre. De hadde faste felles kveldsritualer hvor de hadde klassisk italiensk feiring med mye god mat og vin. Høytider ble feiret i festlige lag.

Mot slutten av 1970-årene hadde dette sammensveiste felleskapet gått i oppløsning og sykdommer hadde økte i hyppighet. For eksempel hadde statistikken over dødelige hjerteanfall kommet opp på nasjonalt gjennomsnittsnivå. Da de yngre generasjonene reiste ut for å studere tok de med seg nye ideer, drømmer og mennesker tilbake som forandret samfunnet. I kapittelet i boken står det mer om hva som skjedde:

Disse forandringene medførte at det ble slutt på at generasjonene bodde sammen, og livsstilen i lokalsamfunnet gikk fra selskapelige

sammenkomster hver kveld til den mer utbredte «hver man for seg» - filosofien som gjennomsyret de nærmeste småbyene. Naboer som tidligere pleide å stikke innom hverandre regelmessig på uanmeldte besøk, begynte nå å ringe til hverandre for å lage avtaler. Kveldsritualene der voksne sang mens barna spilte med klinkekuler og lekte, ble til kvelder foran fjernsynet.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen som er basert på tanken om at alt er atskilt og gå over til en gylden sirkel som innebærer en forståelse av at alt er forbundet og hvor alt og alle er ett.

Å skape levende felleskap mener jeg er veien å gå for å skape mer menneskevennlige samfunn i fremtiden. Ja, vi har felleskap i dag, men er de levende? Noen kan være det, som visse religiøse, sekulære eller åndelige felleskap, videre noen organisasjoner eller foreninger osv. Andre er det ikke. Storbyer med sine skyskraperer innbyr ikke så mye til samhørighet og felleskap. I mange slike massive upersonlige skyskraperområder er det stille og lite liv på kveldstids når de som arbeider der har gått hjem for kvelden. Flere og flere byplanleggere og arkitekter har forstått at man bør gjøre noe med det i dag. Et arkitektfirma som heter Vincent Callebaut Architectures www.vincent.callebaut.org kan være verdt å ta en titt på. De har noen ganske så futuristiske økologiske prosjekter som er basert på naturens design, funksjon og fellesskap.

Grøntområder og områder tilrettelagt for felles aktiviteter osv. popper opp rundt om i verden. Boligområder planlegges og designes på nye og mer helhetlige måter. Et eksempel er et svært leilighetskompleks i Singapore med hele 1040 boenheter. I stedet for mange tradisjonelle høyblokker bygget de mange lavblokker på kryss og tvers oppå hverandre, totalt 31 blokker i et hexagonalt mønster. Arkitekter er OMA/Ole Scheeren og et foredrag av Ole er ute på www.ted.com om dette og andre prosjekter de står bak. Komplekset heter *The Interlace* og bakgrunnen for navnet er at det skal reflektere intensjonen som er å skape forbindelser, fell-

eskap og stimulere til mingling blant beboerne.

Et annet eksempel er et leilighetsprosjekt i London kalt The Collective www.thecollective.co.uk. De holder på å gjøre om en forlatt kontorbygning til en av verdens største eksperimenter i det å leve sammen. Prosjektet er rettet mot yngre mennesker som ikke er så opptatt av å eie ting eller særlig bemidlet, da London er dyr å bo i. Delingsøkonomi er en del av konseptet og er en av grunnene til at det skal være rimeligere å etablere seg der. De har hentet inspirasjon fra gamle dager slik de skapte felleskap på den tiden. Hvis du er interessert i flere slike interessante prosjekter (og en mengde andre) er nettportalen Inhabitat www.inhabitat.com å anbefale.

I Bergen planlegges en landsby kalt Zero Village Bergen www.zerovillage.no med 800 nullutslippsboliger som skal bli Norges største nullutslippsprosjekt innen boligbygging og som vil sette nye standarder for boligbygging i Norge og utover landegrensene. De satser på egen energiproduksjon og har som mål å fremskaffe kunnskap, pilotbygge og gjøre erfaringer. I tillegg til å bygge energieffektivt, miljøvennlig og ha en universell utforming, skal det legges betydelig vekt på å skape gode rammer for fysisk aktivitet, sosiale møteplasser og tilbud som imøtekommer personlige ønsker og behov.

I Oslo eksisterer det et sykehjem for personer med demens som heter Manglerudhjemmet. Her har de klart å skape et langt mer levende fellesskap enn ved tradisjonelle sykehjem. I følge Aftenposten har de med enkle midler, entusiasme og dugnadsånd klart å innrede både pub, restaurant, matbutikk og spa. De har til og med brygget eget øl. Alt dette har skapt mye glede og når de eldre ankommer puben har de ikke lenger vondt i hofta og spretter kjapt opp på barkrakkene som om de var unge igjen!

Men, la oss gå litt tilbake til samfunn som allerede eksisterer i dag og som vi kan hente inspirasjon fra. Bjørn Grinde har skrevet en bok som heter *Den menneskelige dyrehage*. Her beskriver han flere slike samfunn som eksperimenterer med nye måter å leve på. Spesielt var han ute etter de som kunne få fram fellesskapsfølelse og livslykke. Han har reist verden rundt for å besøke dem. Som

han selv sier ønsket han å finne gode samfunn, det vil si alternativer som viser at det går an å bygge opp et fellesskap der vennlighet råder, ressursbruken er bærekraftig og menneskene likevel fornøyde.

Reisene tok ham til Hurdal økolandsby i Norge, Damanhur i Italia, Auroville i India, Findhorn i Skottland, Ark-klosteret i Frankrike, ZEGG i Tyskland, Tamera i Portugal, naturfolk i Afrika og flere andre steder. Han kommer med innsiktsfulle analyser av hvordan livene leves i disse stedene sammenlignet med våre liv i vår industrialiserte verden. Inntrykket som sitter igjen er ifølge ham at folk som lever i velfungerende økolandsbyer er lykkeligere enn en gjennomsnittlig beboer av storsamfunnet.

Jeg har selv vært på to av disse stedene. Hurdal Økolandsby www.hurdalecovillage.no er et av dem og er den mest kjente økolandsbyen her i landet. Flere er under planlegging. Nylig gikk det en serie på NRK om dette stedet. Den viste at det ikke bare er en dans på roser å begynne et liv i en økolandsby som også Bjørn Grinde påpeker i boken hans. Men på sikt har man potensial til å skape velfungerende samfunn som tar vare på hverandre i et fellesskap. Hvis man kan greie å skape noe lignende som i landsbyen Roseto er man et godt stykke på vei.

Damanhur i Italia www.damanhur.org besøkte jeg i 2004. Det er et betydelig større øko-samfunn med rundt 1000 innbyggere som har eksistert siden midten av 70-tallet. Det er et spirituelt fellesskap som legger stor vekt på kunst og kreativitet. De har for eksempel bygget et utrolig vakkert tempel under jorden som bokstavelig talt gir deg hakeslepp. De har kalt den for *Temples of Humankind* og det har sin egen hjemmeside www.thetemples.org og en egen virtuell besøksside www.thetemples.org/tour. Damanhur er så stort at det er delt inn i mindre fellesskap. Min reisekamerat og jeg hadde gleden av å spise middag i et slikt fellesskap en kveld. Det var en herlig opplevelse. Jeg snakker ikke om selve middagen, husker ingenting av hva som ble spist fra det rikholdige middagsbordet. Det jeg sikter til er det fellesskapet som jeg umiddelbart følte meg inkludert i under middagen. Dette er jo italienere, samme som de som bodde i landsbyen Roseto, så praten gikk livlig. Den

fellesskapsfølelsen gav mersmak og jeg kan skjønne at slike levende felleskap har veldig stor betydning, antakelig er det og en forutsetning for at slike samfunn skal kunne bestå og utvikle seg.

Hvis du vil vite litt mer om økolandsbyer kan du besøke The Global Ecovillage Network www.gen.ecovillage.org. De har for øvrig en glimrende kartfunksjon som viser økolandsbyer rundt om i verden:

www.gen.ecovillage.org/en/projects/map.

I Spania befinner det seg en landsby det også kan være verdt å ta en titt på. Marinaleda i Andalusia med litt over 2700 innbyggere har knapt noe kriminalitet eller arbeidsledighet. Stedet er basert på sosialistisk tankegang hvor fokuset er sterkest på de som har minst. Du kan til og med få bygget et hus gratis som du kan disponere til en svært lav månedlig leie, under 200,- norske kroner (ja du leste riktig), men det kan ikke selges igjen for privat profitt hvis du ønsker å flytte. Marinaleda har verken politi eller prester. Samfunnet ordner selv opp i tvister og demokratiske prosesser foregår ved hjelp av folkeforsamling.

Også Landsbyen Ogimi i Okinawa, Japan er verdt å studere. Den befolker et av verdens høyeste antall hundreåringer i forhold til folketallet (noen levetidsundersøkelser rangerer Ogimi høyest). Landsbyen er omgitt av vakker natur med kysten på den ene siden og fjell på den andre siden. I slike avslappende omgivelser lever mange av de eldre for seg selv og klarer seg selv, men er på ingen måte alene. Det lille samfunnet er basert på gjensidig omtanke for hverandre. De unge, som for det meste har flyttet til større byer, kommer jevnlig på besøk med deres barnebarn og de eldre blir inkludert i tilstillinger og festivaler som de selv gjerne deltar aktivt i. Tradisjoner og skikker blir ivaretatt. Det flere fellestrekk mellom Roseto og Ogimi.

Det er mye vi kan lære av natursamfunn eller tradisjonelle samfunn samtidig som det er visse aspekter ved disse samfunnene som det er bra vi har forlatt. Det moderne samfunn har også mange åpenbare fordeler. Forfatteren Jared Diamond har utgitt en bok som heter *Verden fram til i går – hva vi kan lære av tradisjonelle samfunn*. I boken kommer det frem at den type sam-

funn utvikler livslange sosiale bånd og at ensomhet ikke er noe problem. Videre at folk tilbringer hele livet på eller i nærheten av stedet der de ble født, omgitt av slektninger og barndomsvenner. Det kommer også frem at i de mindre tradisjonelle samfunnene er ingen fremmed for hverandre.

På den annen side oppgav de som befant seg innenfor de tradisjonelle samfunnene flere grunner til at de ville forlate dem; de ønsket det moderne samfunns goder som bl.a. fyrstikker, klær, rennende vann, elektrisk lys, myke senger, paraplyer osv. Av ikke-materielle goder ønsket de seg utdanning, jobb, medisinsk behandling, større informasjonstilgang, større mangfold av mennesker, anonymitet osv.

Videre står det i boken om dagens moderne samfunn:

I folkerike industrielle samfunn er imidlertid risikoen for ensomhet et kronisk problem. Når vi sier at vi «føler oss alene i et overfylt rom», er det ikke bare en tom frase, men en grunnleggende realitet for mange amerikanere og europeere som bor i store byer og jobber blant mennesker de nesten ikke kjenner. Folk i vestlige samfunn flytter ofte over store avstander, og barna og vennene deres gjør det samme, så sjansen er liten for at man ender livet i nærheten av sine nærmeste slektninger og barndomsvenner. De fleste man møter, er fremmede og vil forbli fremmede. Barn forlater som regel foreldrenes hjem og etablerer sitt eget når de gifter seg eller blir økonomisk uavhengige. En amerikansk venn av meg som tilbringer mye tid i Afrika, oppsummerte det slik: «Livet i Afrika er materielt fattig og sosialt/følelsesmessig rikt, mens livet i USA er materielt rikt og sosialt/følelsesmessig fattig.»

Forfatteren siterer også fra personer han kjenner som har barn som har vokst opp i tradisjonelle samfunn og som deretter har flyttet til USA. De nevnte at de var svært mye utendørs, lekte og var sammen med andre barn mens amerikanske barn ofte ikke er sammen med andre barn, fordi de satt hjemme og så på TV eller spilte dataspill. En annen sa at i USA må folk bli underholdt, for de vet ikke hvordan de skal underholde seg selv. Videre var det et barn som sa at når man trenger noe i Afrika, lager man det selv, og derfor vet man hvordan det er satt sammen og hvordan det virker. Hvis man trenger noe i USA, går man og kjøper det, og

man aner ikke hvordan det er satt sammen. Atter en annen sier at amerikanske barn er mindre kreative enn nyguineanske, for alt er ferdiglagd for dem. Listen er mye lenger som bl.a. at smilet sitter løsere blant barn av tradisjonelle samfunn, at de er flinkere til å dele, og at friheten er større hos dem fordi amerikanske barn hadde så mange restriksjoner, lover og regler. Det var for eksempel ikke lov å klatre i trær.

I steinalderen har man funnet ut at man hadde mye mer fritid enn det moderne mennesket har i dag. Det moderne mennesket er nærmest fanget som i en tredemølle. Man er nødt til å jobbe mye for å kunne opprettholde livstilen sin og betale tilbake huslån og andre lån. Dermed har alt for mange mistet evnen til å balansere arbeid og lek eller annen form for avkobling.

Vi må prøve å se helheten i alt dette. Det er utviklingsstadier vi går gjennom som menneskehet og samfunn akkurat som vi som enkeltindivider gjør. Jeg tenker at veien å gå ikke er å bevege seg tilbake til natur/tradisjonelle samfunn, men prøve å finne og integrere det beste av begge verdener. Her kommer de eksperimentelle samfunnene som nevnt tidligere i dette kapitlet inn, bl.a. økosamfunn. Kunsten blir å beholde de moderne fasilitetene vi er blitt vant med og videreutvikler dem til å basere seg på naturens prinsipper og sykluser samtidig som vi på en eller annen måte greier å integrere natursamfunnenes levende felleskap. Jeg er ikke bekymret for at vi ikke skal få det til, det er bare snakk om når vi kommer dit. Vi går mot litt betenkelige og usikre, men samtidig spennende, fascinerende og interessante tider i møte når det gjelder dette skjæringspunktet.

Kraften i et positivt fokus

«Endre tankene dine og du forandrer din verden.»

- Norman Vincent Peale

Føler man seg inspirert eller oppløftet av å følge med på nyhetene i dagens medieverden? Jeg tror det er få som går rundt med et smil for å si det slik. Spesielt tabloidmedia har ofte store oppslag om ulykker, elendighet og intetsigende nyheter. Noen ganger får jeg følelsen av at jo verre ting er, jo bedre syntes media det er. Ulykker og kriser som skjer i verden kan godt få litt oppmerksomhet, men er det nødvendig å overdrive fokuset på alle krisene og alt det negative?

Det er veldig kjekt når det skjer positive ting i livene våre. Det opplever vi alle. Det gir inspirasjon, glede, håp og gir oss en grunn til å feire. Vi vil heller ha mer av dette i våre liv enn det negative og deprimerende som skjer. Er det ikke logisk å tenke at dette også ville gjelde globalt sett? Når man ser på media i dag får man inntrykk av at det er kriser og problemer over alt, men det er også svært mye positivt som skjer, faktisk mye mer. Saken er at en god del av dette havner under «radaren» av ulike grunner, det er underkommunisert. Dermed får man også et feilaktig bilde av verden.

Hvorfor skal negative nyheter få så mye større oppmerksomhet enn positive nyheter? Det burde vært motsatt. Slik verden er nå trenger vi noe nytt og positivt å strekke oss etter, noe som løfter og bringer håp, ikke mer av det som gir avmaktfølelse, trykker oss ned og gjør oss paranoide. Disse følelsene får vi når det blir alt for mye av det negative. Da mister det sin effekt og vi risikerer å bli mer likegyldige. På sitt beste og i små doser kan negative nyheter være med på å skape empati og få oss engasjert.

Det er fint og viktig å skrive om urett og skjevheter og til en hvis grad trengs det å skrives om ulykker og annen elendighet. Men trenger det å være slike enorme oppslag som noen ganger

brettes ut? Må det overdrives så sterkt? Trenger Dagsrevyen å bli til Drapsrevyen? Holder det ikke med litt informasjon? Må drap skrives om så mye og så detaljert, gjerne over lengre tid? Er dette noe som løfter den menneskelige spirit? I det hele tatt tror jeg de aller fleste er enige i at når den slags negativitet får spredd seg, vil det føre til påfølgende unødvendige lidelser og negative konsekvenser.

Ta terror for eksempel, som får enorm oppmerksomhet i media. Dette til tross for at det i følge Global Terrorism Database har blitt stadig færre drepte i terrorangrep i Europa de siste 45 årene. For å sette det i perspektiv er det ca. 500 ganger mer sannsynlig for å dø i en trafikkulykke enn i en terroraksjon i vår kant av verden. Denne type hendelser bør tones ned i media, ellers løper man bare terroristenes ærend ved å spre ytterligere frykt. Media burde heller fokusere på årsakene til at terroraksjonene ble gjennomført. Det kan bidra til forebygging. I velfungerende samfunn som for eksempel de nordiske land er det færre hendelser av denne typen, rett og slett fordi det finnes lite grobunn for at det oppstår. Vi har større likhet når det gjelder muligheter, jevnere inntekter, religionsfrihet, velfungerende demokrati osv.

Det er en kjent sak at vold avler vold. Og den voldsforherligelse man ser i filmer og dataspill kan umulig være bra for den menneskelige psyke, spesielt ikke når man er ung og ekstra påvirkelig. Et eksempel som understreker selvforsterkende mekanismer er for eksempel Science fiction filmer, romaner og andre bøker som omhandler fremtiden. De er veldig ofte apokalyptiske. De er et speilbilde på hvordan samfunnet kan komme til å se ut hvis vi ikke forandrer retning (og noen steder ser det faktisk slik ut i dag). En retning jeg tror ingen vi gå i. Vi trenger noe som gir håp og optimisme. Eventyrfilmen *Tomorrowland - A World Beyond* av Disney som kom i 2015 gir nettopp et slikt mer optimistisk bilde av fremtiden.

Er det ikke da like naturlig, logisk og fornuftig å forestille seg at hvis man vier mer plass i verden til gagnlige, positive og kjærlige ideer og tanker vil det spre seg som ringer i vannet, med påfølgende gleder og positive konsekvenser?

What goes around comes around... Alle handlinger har en effekt. Det er som termodynamikkens første hovedsetning i fysikken. Energi kan ikke forsvinne, den går bare over fra en form til en annen. Våre tanker, følelser og handlinger forsvinner heller ikke ut i intet. Det har konsekvenser. Negative tanker, følelser og handlinger sprer en type vibrasjon, mens positive tanker, følelser og handlinger en annen.

Det er en kjent historie om en gammel indianer som satt og snakket med sine barnebarn. Han sa:

- *I alle mennesker bor det to ulver som slås.*

Den ene er ond. Det er sinne, frykt, misunnelse, sjalusi, grådighet, arroganse, selvmedlidenhet, løgn og egoisme.

Den andre er god. Det er glede, fred, kjærighet, håp, ro, ydmykhet, velvilje, empati, sannhet og tillit.

- *Hvilken ulv vinner? spurte barnebarna.*

- *Den du mater, svarte den gamle indianeren.*

Det handler ikke om å fortrenge eller neglisjere «den negative ulven» i oss selv, men heller å anerkjenne, bearbeide, transformere og forløse den slik at den blir mindre og mindre en del av oss. Da blir det lettere og mer naturlig å vri fokuset over mot «den positive ulven» som også inkluderer viljestyrke, mot, omsorg, utholdenhet og andre egenskaper til de sidene blir mer og mer integrert i oss selv. Ved å ha overdrevet og unødvendig mye fokus på de negative sidene uten konstruktive formål forsterkes bare disse elementene og transformasjonsprosessen går seinere. Et eksempel på dette i skrivende stund er den amerikanske republikanske presidentkandidaten Donald Trump, som i mine øyne representerer «den negative ulven». Han har fått så mye oppmerksomhet fra media basert på sensasjon og underholdning (media skal jo selge) at bare det i seg selv har forsterket og økt hans popularitet. Det er kanskje ikke den ulven media burde mate.

En nylig studie fra University of Southampton i England (utført av professor Denise Baden) spurte over 2000 respondenter om å vurdere deres humør før og etter å ha lest negative historier. De fant høyere nivå av bekymring, angst, pessimisme og demotivasjon etterpå, noe som med andre ord også har innvirkning

på den mentale helsen. Hennes funn viser også at de som blir eksponert for negative historier er mindre tilbøyelig til å fremme deres syn, donere til veldedighet eller gjøre noe konkret for å skape en bedre verden. På den annen side viser studien hennes at positive historier gir motsatt effekt. Hun mente at hvis man skal presentere de problemene vi som samfunn står ovenfor så bør man gjøre det fra en mer positiv vinkel.

Konsekvensene av negative nyheter er ikke så lett å få øye på. Forurensninger derimot er noe alle kan se. Men effekten av negative nyheter på den menneskelige psyke er antakelig mye større enn man tror. Siden effekten er «usynlig» og vanskelig å beregne blir den heller ikke regnet med som viktig i et helseperspektiv. Kjenn etter selv om du blir påvirket. Hvis du føler at du blir tappet av energi, frykten kommer snikende eller blir bekymret og stresset av det du konsumerer av medieinnhold kan du med fordel gjøre det til en vane å skifte fokuset til noe annet som gjør deg begeistret, glad og levende. Det vil ha en positiv effekt på din egen helse og det vil «smitte» over på andre.

Vi har heldigvis et mangfold i dagens medieverden og har enormt mye mer valgmuligheter enn bare for noen få år tilbake. Uheldigvis er det alt for mye dårlig å velge mellom samt alt for mye reklame. Mye av det som presenteres i dag syntes jeg er lavmål og når sant skal sies så er det nettopp det lavere i oss media henvender seg til, virker det som. Hadde det ikke vært flott om media henvendte seg til det høyeste og beste i oss?

Jeg skjønner at aviser må selge, at TV kanaler skal ha noe å leve av. Men må det gå på bekostning av mennesket? Er det nødvendig å spille så mye på frykt? Må det være sånn at profitten styrer og ikke hva som er best for mennesket? Det er nettopp et slikt kortsiktig profittjag som er med på å skape de langvarige krisene som det vi mennesker, og jordkloden som helhet står ovenfor i dag. Hadde det ikke vært flott om man heller fokuserte på hva som er best for oss mennesker? At man tenkte mindre på profitt og mer langsiktig, til beste for mennesket og jordkloden? Og at man ikke bare fokuserer på problemene, men også på løsningene?

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen som er basert på et negativt fokus og gå over til en gyllen sirkel som er basert på et positivt fokus.

Ut av dette er det en logisk tankegang å forsterke den positive trenden som skjer rundt om i verden på alle felt. Her spiller media en spesielt viktig rolle og har også et ansvar oppi det hele. Hadde det ikke vært flott om media begynte å ha egne spalter om positive ting som skjer i samfunnet? Ja, tenk hvor fantastisk det hadde vært om de hadde egne bilag om positive ting! Egne programmer på TV eller radio. Ja, positive nyheter kan bli en ny trend. Utopi? Det tror jeg ikke. Jeg tror man kommer til et punkt hvor folk blir lei (veldig mange er det allerede) av dagens medie-verden. På et eller annet tidspunkt er jeg overbevist om at det vil snu slik at positivitet vinner frem mer og mer. Man ser heldigvis tendenser her og der.

Verden blir ikke bedre av store negative oppslag i nyhetene slik de fremstilles i dag. Derimot vil jeg hevde at verden blir bedre av å ha en positiv tilnærming. Hva man fokuserer på og gir energi til forsterkes. Vil vi fokusere på det positive eller det negative? Negativt avler negativt. Positivt avler positivt. Valget burde vært enkelt. Vi kan velge om vi vil støtte denne type media som fokuserer på negativitet eller velge noe annet og mer positivt. Det er akkurat som med mat, vi kan velge å konsumere sunt eller vi kan spise junkfood. Å spise junkfood er ikke godt for kroppen. Det kan smake godt, men føles kanskje ikke så godt etterpå. Hvis junkfood ikke er bra for oss er neppe junkmedia det heller.

Det virker som om media har en hang til å skape oppstyr, da får de noe å vise, noe å skrive om. Når media har debatter eller presenterer synspunkter er det ofte basert på en polarisering. En som har et bestemt syn må som regel argumentere og debattere med en annen som har motsatt syn eller annerledes syn. Siden dette ikke alltid foregår på en konstruktiv måte burde kanskje media heller bruke dialog, som er en mer respektfull måte å gjennomføre meningsutvekslinger på. Men det gir kanskje ikke så mye oppmerksomhet og mindre penger i kassen. Sånn går det

når vi har et samfunn basert på profitt. Her kan Sjiraffspråket (ikkevoldskommunikasjon) være en vei å gå. Kommunikasjonsformen har fått navnet Sjiraffspråket fordi sjiraffens lange hals gir den oversikt, de store ørene gjør den flink til å lytte og det store hjertet gir den empati. Link internasjonalt www.cnvc.org og på norsk www.sjiraff.org.

Denne polariseringen som gjennomsyrer samfunnet og som får så mye oppmerksomhet i media har sine røtter i en mer eller mindre foreldet krigsmentalitet hvor det er snakk om å bekjempe en «fiende». Det er oss mot dem. Man ser det tydelig i politikken. De virkelig dype røttene får næring fra en urgammel separasjonsmentalitet hvor mennesket er atskilte individer separert fra hverandre og naturen og hvor konkurranse er den drivende kraften. Dette er den gamle historien som fremdeles har så sterk innflytelse over verden. Den nye historien vi kan bygge en fremtidig verden på kan med fordel basere seg på enhet og medfølelse heller enn separasjon og likegyldighet.

Å tankeløst konsumere mediens saker om grådighet, hat, traumer, galskap, råhet, sladder, kriser, ulykker og kriminalitet er ikke akkurat godt for sjelen. Det virker på meg som om den slags er like avhengighetsskapende som det sukker er for kroppen. Følelsen etter å ha konsumert slikt gir neppe gode oppløftende følelser i etterkant. Her har vi alle et ansvar. Vi kan selv begynne med å være bevisste på hva vi velger å konsumerer av media.

Det snakkes om at vi mennesker har forbrukermakt, for eksempel når det gjelder det vi handler i butikken. For en tid tilbake var det kampanjer mot palmeolje i Norge som ble en stor suksess. Palmeoljen er ikke godt hverken for regnskogen eller helsen. Kanskje man kunne hatt tilsvarende kampanjer mot det sterke negative fokuset media forfekter og heller fremheve viktigheten av et positivt fokus?

Jeg tror det er en misoppfatning at positive nyheter ikke er interessant eller at man ikke kan tjene penger på det. Vi mennesker har en hang til nyheter. Hvorfor skulle vi ikke da være interessert i positive nyheter? For eksempel om vår fremtid? Ta Tesla; de har lansert elektriske biler og andre revolusjonerende produkter. De

opplever en enorm oppmerksomhet. Grunnleggeren Elon Musk sier at selv om deres bildervisjon er små som mus så får de oppmerksomhet som en elefant.

Jeg tror verden hungrer etter positive nyheter. Akkurat som fossile energikilder har nådd sin topp og erstattes nå av fornybare energikilder som er på full fart fremover, slik mener jeg at det negative fokuset media har i dag er i ferd med å nå sin topp og snart vil snu mot et langt større fokus på positivitet. Det er noe som sårt trengs for å gi verden inspirasjon og håp på veien videre. Det er utrolig mye positive, engasjerende og kreative ting som foregår rundt om i verden, noe som hadde fortjent masse oppmerksomhet. Dette vil åpne for ufattelige muligheter for oss alle i fremtiden.

Det finnes allerede media som fokuserer på positivitet. Her nevnes kort noen:

I London holder et mediekooperativ som heter Positive News til. På deres hjemmeside står det følgende om dem: *Positive News er det konstruktive media sitt magasin som tilbyr kvalitetsjournalistikk med fokus på fremskritt og muligheter. I tillegg til å være eid av våre lesere og journalister over hele verden er Positive News også det første globale media kooperativ og bevegelse som er finansiert ved hjelp av folkefinansiering.*

www.positive.news

Et lignende, men mindre nettavis, holder til i USA:

www.positivenewsus.org

Her er et par magasiner: www.yesmagazine.org, www.good.is

Den amerikanske nettavisen The Huffington Post, som også er etablert i Norden og har en egen stor norsk seksjon, har en omfattende temaavdeling de har kalt «What's Working». Her er hva som står om initiativet: «Det som virker» er et globalt «HuffPost» redaksjonelt initiativ for å øke vår dekning av mennesker som kommer med løsninger til de virkelige utfordringene vi møter. Selv om vi fortsetter med å dekke historier om hva som ikke virker, vil vi samtidig skinne et lys på historier som formidler kreativitet, innovasjon, oppfinnsomhet og medfølelse som media alt for ofte overser.

www.huffingtonpost.com/news/whats-working

De har også en seksjon som dekker generelle oppløftende gode historier:

www.huffingtonpost.com/good-news

Andre store mediehus i USA har også startet opp med lette gode historier av det hyggelige slaget. Her er noen få eksempler: www.today.com/news/good-news, www.reddit.com/r/UpliftingNews, www.insider.foxnews.com/good-news, www.abcnews.go.com/US/Good_News

Små organisasjoner og enkeltpersoner er generelt raskere enn store mediehus til å fange opp strømninger i samfunnet. Her finnes det ganske mange som har et fokus på positive mer eller mindre konstruktive nyheter og gode historier. Her er en liten håndfull: www.upworthy.com, www.goodnewsnetwork.org, www.goodnewsshared.com, www.collective-evolution.com

Det kan også nevnes et stort nettsted og organisasjon som heter TED www.ted.com, som vi har hatt noen henvisninger til tidligere i boken. De er ikke kommersielle og har som formål å spre ideer i form av korte foredrag (pluss minus 18 minutter) som blir filmet og gjort tilgjengelig på hjemmesiden deres. De dekker så og si alle temaer – fra vitenskap og forretningsdrift til globale problemer – på over 100 språk. I samme bane kan nevnes en mindre tilsvarende organisasjon som heter Pecha Kucha www.pechakucha.org. Pecha Kucha er en presentasjonsform og et kulturarrangement der programmet består av opptil 12-14 korte multimedia-presentasjoner. Hver deltager kan vise 20 bilder, men bare bruke 20 sekunder på hvert. Temaene dekker et vidt spekter av innslag. Ytterligere et tilsvarende konsept kan kort nevnes. Det heter Ignite www.ignitetalks.io og kan minne om Pecha Kucha. Alle disse organisasjonene har arrangementer i Norge.

Hva kan du og jeg bidra med?

«Personlig transformasjon kan og har global effekt... Revolusjonen som vil redde verden er til syvende og sist en personlig en.»

- Marianne Williamson

Jeg nevnte i innledningen av boken at vi ikke kommer utenom forandringer, både på et personlig og kollektivt plan, skal vi kunne klare å løse våre problemer i verden. Vi trenger store strukturelle forandringer. Jeg er spesielt opptatt av forandringer på et dyptgripende plan. Forandringer som har en varig virkning. Det er selve hovedpoenget med denne boken. Hvis ikke reparerer vi bare symptomene og det løser ikke de underliggende problemene. Det blir, som vi har nevnt før, å stadig gå til tannlegen for å reparere nye hull (symptomene). Hvis man vil unngå eller begrense dette i fremtiden må man foreta livsstilsendringer som for eksempel kutte ned på sukkerforbruket. Dette er et enkelt og innlysende eksempel.

Det nåværende bevissthetsnivået er ikke høyt nok, det må heves siden det er det nåværende nivå som har skapt vår mer eller mindre dysfunksjonelle verden. Albert Einstein skjønnte dette og mange andre har forstått det både før og nå. Det er når du klatrer høyere at du får det vidsynet som er nødvendig.

Hvis analogien med hull i tennene kan overføres til dagens menneskeskapte problemer tilsvarer hullene i tennene for eksempel våre miljøproblemer. Alle skjønner at det ikke nytter i lengden å fortsette som før og bare lappe på problemene, da vil de til slutt bli for store og for mange. Årsaken til hull i tennene lå i å *ikke* foreta livsstilsendringer. Årsaken til våre globale problemer ligger i det at vi har for lavt bevissthetsnivå, noe som medfører at vi bare fortsetter som før uten endringer. Det må selvutvikling

til, både på et personlig og kollektivt plan for å få til endringer.

*«Hvis du ønsker å vekke hele menneskeheten, så vekk alt i deg selv.
Hvis du ønsker å fjerne lidelsen i verden, så eliminer alt som er mørkt
og negativt i deg selv.*

I sannhet er derfor den største gaven du kan gi din egen selvutvikling.»
- Lao Tzu

Det er fint og nødvendig å gå over til sparepærer, sparedusj, var-
mepumper eller kjøpe el-bil osv., men det som virkelig monner
er å oppjustere seg selv. Da begynner vi å snakke. Da er vi inne på
kjernen til problemene. Om alle mennesker hadde hevet sitt be-
vissthetsnivå slik at man så på alle andre mennesker som en del av
sin egen familie hadde mye vært løst. Hvis land gjorde det samme
kunne vi enkelt skapt fred i verden. Saken er at vi alle *er* en del av
denne samme store familien. Før vi kom til denne verden var vi
alle ett. Vi er fremdeles ett med alle andre, men vi har bare glemt
det. Vi dukket ikke opp her på jorden ut av intet. Hvis alle hadde
blitt behandlet som medlemmer av en stor familie ville de aller
fleste av våre problemer automatisk forsvunnet av seg selv. Om vi
så på jorden som levende og behandlet henne med respekt vil vi
og være på god vei.

***Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen hvor alt
sees på fra et lavt bevissthetsnivå og gå over til en gyl-
len sirkel hvor vi ser alt fra et høyere bevissthetsnivå.***

*«Inntil vi har møtt monstrene i oss selv vil vi prøve å slå dem i hjel
i den ytre verden. Og vi vil finne ut at vi ikke kan. For alt mørke i
verden stammer fra mørket i hjertet. Og det er der vi må gjøre vårt
arbeid.»*

- Marianne Williamson

I skrivende stund har vi en amerikansk presidentkandidat som
heter Donald Trump. Etter min mening er han et typisk eksem-
pel på et menneske som prøver å ta knekken på monstrene han

tror befinner seg i den ytre verden. Men monstrene befinner seg ikke der, men i Trump sitt eget hjerte, og i de som heier og stemmer ham frem og i de fleste mennesker ellers (i mer eller mindre grad). Han synligjør og får frem den mørke siden, skyggen, monstrene i oss selv. På en måte kan man for så vidt si det er det bra, for da kommer de frem i lyset og vi kan gjøre noe med dem. Vi må bare passe på at de indre monstrene og polariteten det medfører ikke får for stor makt, da kan det gå ille som historien har vist.

Her er noe av det man kan gjøre for å utvikle seg selv:

Utvikle din empati, snakk for eksempel med andre mennesker og sett deg inn i hvordan de har det. Gå turer i naturen, bruk den og lær om den. Ta pause og gå innover, mediter. Praktiser åpenhet, ærlighet og ikke minst kjærlighet. Tren deg opp til å se det beste i andre og til å se kjærligheten i andre. Lær om deg selv. Lær noe nytt, gå på kurs. Gjør noe uventet. Hør inspirerende musikk og se oppløftende filmer og studer en selvutviklingsbok eller to. Smil, elsk og spre glede. Ta fri fra jobben og gjør det du alltid har drømt om. Reis og opplev verden og gå gjerne utenom allfarvei. Gråt en tåre eller to. Les noen nær-døden opplevelser, lær om universet og studer historie. Oppsøk og vær sammen med kloke og vise mennesker. Tenk selv. Bruk mer farger. Vær god mot deg selv og ikke bare andre. Skriv et dikt eller skriv et innlegg til avisen om noe meningsfullt. Hjelp noen i nød. Besøk noen som kommer fra en annen kultur (spesielt viktig i vår flerkulturelle samfunn). Le til du griner. Gi av deg selv til andre mennesker.

Vi kan gå enda dypere for å jobbe med oss selv (indre arbeid). Vi kan gå inn til selve kjernen og prøve å nøste opp i hva som befinner seg der. Målet er at vi skal bli hele og komme i balanse. Få for eksempel ut innestengte følelser, det er forebyggende for helsen og gir et rikere og friere liv. Det er du som skaper din egen virkelighet og den skapes av ditt livssyn, dine trossystemer og tankekonstruksjoner. Dette bestemmer hvordan du ser på deg selv, andre og verden i sin helhet og dermed for hvordan vi lever livene våre på denne planeten. Men alt dette kan endres. Avlær deg selv fra gamle trangsynte religiøse dogmer som henger igjen

eller annen utdatert viten og lær om døden og livet på nytt. Hva hindrer deg i å leve et fantastisk liv? Er du lykkelig? Fungerer alle aspekter av livet ditt? De aller fleste har et eller annet som ikke fungerer. Mye skyldes ballast fra tidligere liv og ikke minst programmering fra barndommen.

Vi har blitt indoktrinert med mye rart som ikke stemmer fra vi var barn, som skam og synd, at vi ikke er gode nok eller verdifulle nok. Er det noe her som henger igjen i systemet ditt? Vi er ikke født syndige og har ingenting å skamme oss over. Tror du at du vil bli dømt av andre når du entrer etterlivet? Hva du gjør har selvfølgelig konsekvenser for deg selv og andre, og de konsekvensene må balanseres, men det betyr ikke at man blir straffet. Nei, universet gjennomstrømmes av betingelsesløs kjærlighet. Den eneste som kan dømme deg er i så tilfelle deg selv og dette er vi dessverre gode på. Frykter du noe? At det finnes et helvete? Det gjør det selvfølgelig ikke, det er en menneskelig konstruksjon og er ikke noe som eksisterer i den ultimate virkelighet. Elsker du deg selv, også når livet er tøft og ikke alt går på skinner? Eller dømmer du deg selv i slike situasjoner? Det er en forutsetning å elske seg selv hvis man skal elske andre. Er det noe du vil tilgi i deg selv? Universet elsker deg uendelig høyt og betingelsesløst, og uansett hva som skjer eller hva du gjør, så hvorfor skulle ikke du?

Viktigheten av å ta tak i sine egne problemer og gjøre noe med dem kan nesten ikke undervurderes. Hvis du vil ha eksempler på det kan du se dokumentaren om Tony Robbins – I am not your guru – som ligger på Netflix. På seminaret han holder, og som dokumentaren tar utgangspunkt i, tar han tak i utvalgte personer i salen og jobber direkte med dem for å nøste opp i og løse problemer som plager dem ved å gå i dybden i deres liv. Det er nok ikke alle som vil like hans direkte fremgangsmåte og til dels støtende ordbruk og man kan stille spørsmål ved de store summene han tar for å være med på det aktuelle seminaret. På den annen side har det gitt ham mulighet for å være filantrop og han støtter og tar initiativ til programmer verden over, bl.a. mat til millioner. Link til hjemmesiden hans: www.tonyrobbins.com.

Noen har kanskje sett filmen *Inception* som kom på kino for

noen år siden. Den kan til en hvis grad poengtere avsnittene ovenfor. I filmen er målet å plante en ny ide inn i en persons underbevissthet for å endre personens nåværende ide. For å greie det må de gå dypt inn i en felles drømmeverden. Dette er kompliserte greier fordi mens de er i denne drømmen må de gå inn i et ny drøm og så atter inn i en ny mens de er i den andre drømmen. Hele tre «drømmenivåer» må de altså gjennom før ideen kan plantes. Poenget med sammenligningen er å illustrere at man må gå i dybden for *virkelig* å kunne endre dysfunksjonelle falske tankekonstruksjoner som ligger bortgjemt i psyken vår og skaper problemer for oss. Det er derfor mange «klager» over at å tenke positivt ikke hjelper i lengden. Det er fordi de ikke har transformert de underliggende ubevisste tankemønstrene som ligger og trekker i trådene. De ligger dypere enn de mer overfladiske tankene i vår dagsbevissthet.

En annen film vi kan trekke frem er spillefilmen *Peaceful Warrior* www.peacefulwarrior.com som tar utgangspunkt i virkelige hendelser. Den følger en ung mann som drømmer om OL, men så kommer han ut for en ulykke. Med hjelp fra en mentor får han endret dype tankemønstre og på den måten reist seg igjen mentalt og fysisk. I dokumentarfilmen *The People Vs The State Of Illusion* www.thestateofillusion.com handler også om hvordan våre tanker, trossystemer og følelser skaper vår virkelighet og hvordan vi kan styrke vår egen kraft ved å se på og endre dem.

Poeten Rumi sier vi har to typer intelligens, en vi erverver oss og en som allerede eksisterer:

To typer intelligens

Det finnes to slags intelligens: En du erverver, slik et barn tar til seg fakta og forestillinger på skolen, fra lærer og fra bøker, som informasjon fra tradisjonelle og nye vitenskaper. Med slik intelligens slår du deg frem i verden. Du rangeres over eller under de andre ut fra din evne til å samle kunnskap. Med denne intelligensen vandrer du inn og ut av kunnskapsområder, og du får stadig flere poeng i karakterboken.

Det finnes en annen slags innskrift, allerede komplett og godt bevart inne i deg. En kilde som strømmer over sine bredder, en friskhet

midt i ditt bryst. Denne andre intelligensen foreldes ikke, falmer ikke, stagnerer ikke. Den strømmer ikke utenfra og inn som propper i sinnet, men innenfra og ut som en fontene.

(Hentet fra boken *Levende økonomi*, av Christian Egge.

Coleman Barks har oversatt det til engelsk og Christian Egge til norsk.)

Aldri har vi hatt mer nytte av å fokusere på vår indre kilde som det Rumi referer til som vår indre intelligens og visdom som vi alle innehar. Den transcenderer det vi lærer av ytre kilder. Det er tidløst. Det er full av kjærlighet og innehar høy bevissthet. Når din forbindelse til denne kilden strømmer fritt ut og gjennom deg, og din væremåte reflekterer dette er du blitt en person med positiv lysende utstråling som kan endre verden bare fordi du er den du er.

Det er blitt sagt at for å forandre verden må man begynne med seg selv. Derfor mener jeg selvutvikling er svært viktig fordi det er med på å avdekke hvem vi egentlig er. Det sier Debbie Ford noe om:

«Vår virkelige skatt er skjult inni oss. Ubevisst skjuler vi vårt indre gull bak et lag av leire. For å avdekke gullet, - må vi bare ha mot til å hakke bort det ytre leirskallet, bit for bit.»

Forfatteren Eckhart Tolle er opptatt av å bli oppmerksomme på egoet vårt slik at det mister sin makt. Egoet er en mental konstruksjon som ikke er den du egentlig er. Egoet er identifikasjon med form. Du er mye større og mer enn som så og kan ikke puttes i en liten boks slik ditt eget ego eller andres har en tendens til. Her er et utdrag fra en av hans bøker som heter *En ny jord*:

«Sorg og lidelse er en mental og følelsesmessig sykdom som er skapt av egoet og har nådd epidemiske proporsjoner. De er det indre motstykket til miljøforurensningen på planeten vår. Negative tilstander som sinne, engstelse, hat, nag, misnøye, misunnelse, sjalusi og så videre gjenkjennes ikke som negative, men som helt på sin plass, og de oppfattes heller ikke som noe man har skapt selv, men som forårsaket av andre eller av en ytre faktor. «Jeg holder deg ansvarlig for min smerte». Det er dette egoet egentlig sier.»

Ut fra det Eckhart Tolle sier får man en ganske klar forståelse for sammenhengen mellom miljøforurensningen i den ytre verden og miljøforurensningen i den indre verden. En logisk slutning av dette er at når man får transformert (selvutviklet) egoet vil automatisk den indre «miljøforurensningen» stoppe. Og når den indre miljøforurensningen stopper opp vil også den ytre miljøforurensningen automatisk stoppe opp av seg selv.

Vi innehar alle mer eller mindre aspekter av negativitet som egoet nærer seg av som beskrevet av Eckhart Tolle. Men disse aspektene er ikke den du egentlig er. Alle er like verdifulle som noen andre enten vi har mye vi skal transformere eller lite. Vi består alle av samme essens, nemlig kjærlighet. Den kan være dypt begravd eller den kan gjennomstrømme oss klart og tydelig, men en ting er sikkert, kjærligheten befinner seg i oss alle. Det er bare et spørsmål om hvor mye av diamantens fasetter som må slipes før den glitrer med all sin skjønnhet.

For en del år siden kom det en bølge av selvhjelpsbøker som handlet om å elske seg selv. Disse bøkene er like viktige i dag som den gang og det kommer selvsagt nye hele tiden. Hvis du skal gi noe til andre, så må du jo ha noe å gi. Hvis du skal gi kjærlighet til andre så er du nødt for å inneha kjærlighet selv. Det er med andre ord en forutsetning at man elsker seg selv for å kunne elske andre. En norsk forfatter ved navn Per Henrik Gullfoss har ugitt mange selvutviklingsbøker. En av dem heter *Du er født til å elske*. Her er et lite utdrag fra den boken:

«Hvis kjærlighet er en vakker have, så er du en blomst og din første oppgave er å være akkurat den blomsten du er, for slik å være med på å gjøre haven vakker og vidunderlig. Du kan kalles en gartner, hvis første oppgave er å pleie og stelle deg selv. Det kan innebære å skjære bort brukne kvister eller bearbeide og renske bort utøyt du er utsatt for gjennom oppveksten. I den grad kjærlighetens blomst får spire og utfolde seg i deg vil den helt naturlig begynne å spre sin kjærlighet til andre vekster som står og svaier i verdens vinder.»

Det er igjen logisk å sammenligne. Hvis det er slik at jo mer kjærlighet en person inneholder jo mer har den å gi til andre, da må en naturlig slutning være at det samme gjelder for nasjoner. Jo

mer «kjærlighet» et land inneholder jo mer har det å dele til andre. Og hvor mye et land har av kjærlighet bestemmes jo av summen av alle de som lever der. Hvis det samme prinsipp gjelder for enkeltpersoner og nasjoner må jo det samme gjelde for verden som helhet. Dette viser den enorme betydningen utvikling av selvet har, personlig, nasjonalt og globalt.

Når du utvikler deg selv ekspanderer du og rommer mer, og du har dermed mer å gi til verden. Din utvikling skaper med andre ord ringvirkninger. Dermed kan vi si at noe av det viktigste man kan gjøre for verden er å utvikle seg selv.

Noen ganger kan det være lurt å få hjelp av psykologer, healere, livsveiledere, regresjonsterapeuter eller andre terapeuter som kan rydde opp i vårt indre og hjelpe oss på vei. Og ikke minst er det masse hjelp å få fra «den andre siden» når vi først spør om hjelp og vi har tillit til og vet at vi får det. Da kan vi bli guidet via intuisjon eller inspirasjon til å ta de rette valgene eller bli presentert for oss muligheter som gjerne uventet dukker opp. Da gjelder det å gripe dem. Vi får antakelig mye mer hjelp fra «den andre siden» enn vi er klar over. Jeg er også overbevist om at det ennå er mye mer hjelp tilgjengelig bare vi spør om hjelp/guiding og vi har tro, tillit og er åpen for det.

Barn og unge er et annet viktig moment som har enorm betydning for fremtiden. Det er også et område hvor de fleste kan bidra med endringer enten hjemme eller i skolen. For at fremtidens voksne skal slippe å vikle seg ut av problemer lik de vi har viklet oss inn i er det best at barna lærer de virkelige verdiene i livet så tidlig som mulig. Noen tror at det bare er å sende barna sine til dyre skoler, men de viktigste tingene i livet kan ikke kjøpes. Du kan ikke kjøpe medfølelse, kjærlighet og respekt. Barn tar etter de voksne som er forbildene deres når de er små. Hvis barna ser at hovedformålet med å jobbe er å skaffe seg materielle ting, så vil de høyst sannsynlig videreføre dette og vi er inne i en ond sirkel.

Når det gjelder utdannelsen av de unge er det mer enn noen gang

viktig at de får mulighet til å finne sine egne sannheter og bli lært opp i kritisk tenkning. Det er i høyeste grad nødvendig når vi ser alt det vi mennesker har stelt i stand både før og nå. Hvis ikke viderefører vi bare det vi har gjort «feil» over på dem. Det er bedre at barna stiller spørsmål ved det bestående og blir tilført visdom enn at vi stapper dem full av fakta og annen kunnskap som lett kan glemmes og som heller ikke alltid er korrekt. Kunnskap er viktig, men overdreven fokus på det, slik det er i dag, skaper ubalanse. De virkelige verdiene i livet som medfølelse, (k)ærlighet, respekt, ansvar osv. kan vanskelig glemmes. Dette burde hatt langt større fokus enn det som er tilfelle i dag. Videre burde det vært mindre fokus på lekser, prøver, tester og eksamener som skaper usunn konkurranse med tapere og vinnere og ikke minst stress og mindre livsglede. Har ikke et barn like mye verdi uansett karakterer? Jeg bare stiller noen kritiske spørsmål her. Hvorfor ikke heller stimulere barnas kreativitet og kunstneriske evner?

Mitt inntrykk er at barn i dag får for mye lekser som gjør at de i mange tilfeller har lengre «arbeidsdag» enn sine egne foreldrene. Skal ikke barna få lov til å være barn? Hvor skal de finne tid til kreativitet, spontanitet, lek og moro i skolesystemet? Kun i friminuttene? Igjen vil jeg presisere viktigheten av å oppmuntre dem til å finne svar på spørsmål selv. Da kan barna hente visdom ut fra sin egen kilde, heller enn å bli stappet full av mer eller mindre unyttig kunnskap som kommer utenfra. Det er med på å gjøre dem til skapende vesener isteden for å bli mer eller mindre kopier av det som allerede eksisterer.

Barn og ungdom er fremtiden og det er de som skal arve jorden etter oss. Derfor er det vi lærer dem så uhyre viktig. Vi har alle mer eller mindre kontakt med de unge og har dermed muligheten for å hjelpe og påvirke dem i en mer bærekraftig og mer menneskevennlig retning enn det samfunnet som eksisterer i dag. Steinerbarnehagene og Steinerskolen www.steinerskole.no har lang tradisjon i å stimulere barnas kreativitet og undervise dem på andre måter. Mange flere alternativer er i ferd med å dukke opp som www.lumiar.org.br/?lang=en, [www.educatingth-
enewhumanity.org](http://www.educatingth-
enewhumanity.org) og www.cwgforparents.com.

Jeg er ikke den som tror at løsningene og forandringene kommer ovenfra og ned. Jeg mener det motsatte er tilfelle. Det er i all hovedsak på grasrotnivå forandringene kommer. *Vær selv den endringen du ønsker å se i verden* som Gandhi sa. Politikerne har ikke mye de skulle sagt om ikke de har folket med seg. Enda mer kraft vil det bli om folket går sammen og organiserer seg. Når enkeltindivider går sammen er det utrolig hva man kan få utrettet. Det er blitt sagt at *de organiserte er usiviliserte, mens de siviliserte er uorganiserte*. På mange måter stemmer nok det når vi ser på verdens tilstand i dag. Hadde det ikke vært fint om vi kunne snu på det slik at de siviliserte også var organiserte? Margaret Mead kom en gang med følgende sitat:

«Aldri undervurder kraften av en liten gruppe engasjerte mennesker og deres potensial til å forandre verden. Faktisk er de det eneste som noensinne har.»

Her er organisasjonen Avaaz www.avaaz.org et eksempel på en vellykket organisering av en liten gruppe mennesker som har fått en enorm utbredelse og innflytelse på kort tid. De arbeider for det meste med enkeltsaker via kampanjer for å påvirke beslutningstakere til å endre sine standpunkt. www.change.org driver med mye av det samme. Delvis også Global Citizens www.global-citizen.org. En annen organisasjon som arbeider mer i dybden i samfunnet er Humanity's Team www.humanitysteam.org. De har en norsk Facebook-side.

Et høyere bevissthetsnivå må og resultere i handling. Sakte, men sikkert heves bevissthetsnivået på kloden og handlinger basert på denne høyere bevisstheten vil følge etter. Det er mange måter å bidra til en bedre verden, noen blir aktivister, andre reformister og atter andre innovatører. Alt dette er nødvendig i det store bildet for å skape en balansert verden.

Alle har vi våre egne unike gaver å bidra med og rolle å spille i denne fantastiske opplevelsen som jo livet er. Hver og en av oss bærer på en indre impuls til utvikling, et indre ønske om å virkeliggjøre våre hjertes muligheter. Uansett hvor vi befinner oss eller hvilke evner vi har, så er vi i stand til å gi vår gave til denne

verden. Det beste du kan bidra med for å endre verden er å finne og utøve denne unike gaven din og ikke minst være et godt eksempel. Det gjør du ved å utvikle deg selv til å bli mer kjærlig, medfølende, modig, vis og hjelpe andre til å bli det samme.

GaiaInnovations – for en verden i balanse

«Verden må ha noe nytt å gripe tak i hvis den skal slippe grepet på det gamle.»

- Neale Donald Walsch

Se for deg en webportal som samler, koordinerer og deler innovasjoner, ideer, prosjekter, visjoner, forskning osv. innenfor alle områder av menneskets liv fra hele verden. Denne portalen skal alle ha tilgang til og muligheten for å bidra. Vi ønsker å skifte fokus fra *problemer* til *løsninger*.

Jeg har blitt inspirert til å skape en organisasjon som inkluderer en slik webportal. Den har fått navnet GaiaInnovations og har følgende webadresse: www.gaiainnovations.org. I tillegg til ideer og løsninger, som vil være hovedfokuset, vil den også fokusere på kjerneårsakene til våre kriser og problemer og hva vi kan gjøre for å transformere dem. Vi ønsker med andre ord også å skifte fokuset fra *symptomnivå* til *årsaksnivå*.

GaiaInnovations intensjon er å skifte fokus fra problemer til løsninger og fra symptomer til årsaker.

Sirkelen er bevisst brukt som symbol i designen for å fremheve betydningen av sirkelens prinsipper som naturen og sykluser er bygd opp rundt. Sirkelen representerer sykluser, resirkulering, kretsløp, uendelighet, holistisk, integrering, enhet, helhet osv. GaiaInnovations er under etablering, men er antakelig oppe og går når dette leses. Vi tenker den kan stå for noe sånt som dette:

GaiaInnovations – for en verden i balanse

Kort info:

GaiaInnovations har som mål å bidra med ideer, visjoner og løsninger som kan gi oss inspirasjon og fremtidshåp samt finne og transformere de egentlige årsakene til våre kriser.

Utdypende info:

GaiaInnovations er en ideell og uavhengig organisasjon med formål å skape balanse i verden ved å fokusere på kjerneårsakene til våre kriser og hvordan de kan transformeres.

Vi mener krisene i verden skyldes våre gamle måter å tenke på. Disse tankene forårsaker utdaterte trossystemer, holdninger og moral og er det som er kjerneårsakene til våre kriser.

Vi vil presentere og inspirere til nye og oppdaterte helhetlige tanker og bærekraftige løsninger i alle aspekter av menneskets liv, noe som vil bringe håp, positivitet og optimisme.

Som fundament for dette vil vi basere oss på menneskets opparbeidede visdom, kreativitet og omsorg samt det naturen lærer oss gjennom kretsløp, symbiose, fellesskap og enhet.

Hovedformål

- Presentere ideer og løsninger i en webportal (Idebank)

Andre formål

- *Identifisere* de bakenforliggende gamle utdaterte tankene som forårsaker krisene i verden
- *Introdusere* nye oppdaterte og transformerende tanker
- *Informere* om jorden, sykluser og miljøet
- *Inspirere* til positivitet, håp og optimisme

Meningen med organisasjonen GaiaInnovations er å akselerere overgangen fra nåværende mer eller mindre dysfunksjonelle

verden til en mer bærekraftig og funksjonell verden slik punktene nedenfor illustrerer (som alle er skrevet om i større eller mindre grad i denne boken):

GAMLE TANKEMØNSTRE NYE TANKEM.

Døende planet som utnyttes	→	Levende planet som respekteres
Maskulin dominans	→	Maskulin og feminin balanse
Meg og mitt	→	Vi og vårt
Nasjonalisme og isolasjon	→	Global forening og samhörighet
Kortsiktig tankegang	→	Langsiktig tankegang
Atskilthet og polarisering	→	Inkludering og syntese
Ikke besjelet univers	→	Besjelet univers
Stole på ytre kilder	→	Stole på sin egen indre kilde
Hierarkiske strukturer	→	Helhetlige selvbest. strukturer
Likegyldighet og intoleranse	→	Omsorg og toleranse
Konkurransen	→	Samarbeid
Ytre verdier dominerer	→	Ytre og indre verdier i balanse
Materialisme og profit	→	Giverglede og deling
Dualitet	→	Enhet
Frykt	→	Kjærighet
Hemmelighold	→	Åpenhet

Hovedfokuset vil være å samle ideer og løsninger i 12 sektorer av en sirkel som skal dekke alle temaer innen menneskelivet. Sektorene består av følgende temaer;

vitenskap, økonomi, utdanning, spiritualitet, styresett, miljø, media, helse, justis, relasjoner, infrastruktur og kunst.

Det som legges inn i portalen skal være på engelsk, men websiden ellers skal ha både en engelsk og en norsk versjon tilgjengelig.

Med en slik organisasjon og webportal oppnås flere ting. Her er noen av de viktigste momentene:

Transformere kjerneårsakene

Ved å gå i dybden og finne kjerneårsakene til våre kriser og problemer vil vi kunne forstå dem og hvorfor de har oppstått. Dermed får vi muligheten til å transformere dem og slik skape muligheten for den verden vi drømmer om.

Fokus på løsninger og det positive

Mye av samfunnets fokus i dag er rettet mot kriser og problemer. Vi vil rette fokuset mot innovasjoner, ideer og løsninger. Dette vil bidra til å lette overgangen til en mer bærekraftig verden for mennesker og natur. Vi vil også fokusere og stimulere det positive som skjer i samfunnet. Det vil være med på å snu medias overdrevne fokus på kriser, problemer og negative nyheter til ideer, løsninger og positive nyheter. Alt dette vil gi mennesker større håp. Det vil også stimulere kreativiteten og gi både inspirasjon og glede.

Alle kan bidra med ideer

Alle skal ha mulighet for å informere og sende inn ideer, innovasjoner og visjoner m.m. til idebanken etter visse kriterier. Dette kan være med på å styrke portalen og gjøre den stor på kort tid da det stadig blir tilført nye ideer. Dette vil kunne gjøre det interessant og meningsfullt for mange å følge med og kreativiteten kan blomstre.

Slippe å finne opp hjulet på nytt

Nesten ethvert menneskelig problem er blitt løst et eller annet sted i verden allerede (som denne boken viser eksempler på), men få vet om dem. Det er så fragmentert at man i svært mange tilfeller må finne opp hjulet på nytt. Dette er ineffektivt og tungvint. Ved å samle gode ideer i en slik portal vil dette være med på å løse problemet.

Samfunnsutviklingen vil akselerere

Det at man samler løsninger i en portal og samtidig slipper å finne opp hjulet på nytt og i tillegg fokuserer på det positive som skjer vil ha en selvforsterkende effekt. Det vil hjelpe til slik at samfunnsutviklingen akselererer hurtigere fremover.

Det er også andre positive momenter GaiaInnovations kan bidra til. Den vil kunne stimulere til økt samarbeid, også på tvers av landegrenser, noe som er mer viktig enn noen gang. Den vil kunne bidra til at vi tenker mer langsiktig og helhetlig ved å spre informasjon om jordkloden, sykluser, resirkulering og at vi alle er forbundet med hverandre og jordens økosystemer.

Her er noen eksempler på hva webportalen kan brukes til og hvem som kan bruke den. (Forslagene er hovedsakelig basert på en av de 12 sektorene - miljøsektoren):

- Beslutningstakere i offentlige virksomheter og privat næringsliv kan finne mer effektive løsninger som bidrar til bærekraftige samfunn samt gir miljømessig og økonomisk gevinst.
- Mennesker kan finne inspirasjon til å bidra til andres miljøprosjekter eller selv få ideer til å skape egne ting, for dermed både bidra til miljøet og samtidig skape arbeidsplasser.
- Finne inspirasjon til miljøvennlige ting man kan bruke i sitt eget hjem og i sitt eget liv.
- Journalister kan finne en mengde saker å skrive om.
- Politikere kan finne nye samfunnsendrende bærekraftige miljøløsninger.
- Investorer kan finne interessante miljøprosjekter å investere i.
- Forskere og innovatører kan finne samarbeidspartnere, bidra med saker og samtidig selv få inspirasjon.
- Studenter og elever ved skoler, universiteter og høyskoler kan få informasjon om alt det nye som skjer innen miljøet for dermed å stimulere til nytenkning og kreativitet m.m.

Inspirasjonen for å skape denne webportalen stammer hovedsakelig fra en amerikansk dame som heter Barbara Marx Hubbard www.barbaramarxhubbard.com. Hun har i lang tid jobbet med å systematisere og kategorisere positive ideer og innovasjoner i samfunnet. Allerede i 1984, som visepresidentkandidat på Democratic National Convention i USA, lanserte hun ideen om at vi trenger en ny sosial funksjon som kan «lete etter, kartlegge, forbinde og bekjentgjøre det som fungerer i USA og i verden».

Tanken var at ethvert land skulle få sin egen portal for innovasjoner og ideer innenfor alle sektorer av menneskets samfunn. Disse skulle så knyttes sammen og bli drevet på statlig nivå. Dette har ikke blitt noe av.

Barbara Marx Hubbard kalte systemet for *Wheel of Cocreation*, som på norsk kunne bli kalt Innovasjonshjulet. Dette systemet regnes av mange fremtredende personer som en av verdens viktigste ideer. Alle menneskelige tema (helheten) skulle bli representert i dette Innovasjonshjulet som var delt opp i disse 12 sektorene.

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen som er basert på problemer og gå over til en gylden sirkel som er basert på løsninger.

Barbaras tanke var at de beste løsningene/ideene skulle samles i dette innovasjonshjulet. Noen av disse løsningene kalte hun «Golden innovations». De skiller seg litt ut fra vanlige innovasjoner og ideer på den måten at de har en dyp og transformerende positiv virkning på samfunnet. Flere kriterier ble satt opp for det som kjennetegner den type ideer, bl.a. at løsningen skal ha fungert i to år, at den er mer kostnadseffektiv i det lange løp, at den skal kunne kopieres, at den er basert på høyere bevissthet og frihet osv. Ved å fokusere på det som allerede beviselig fungerer kan man og unngå mye unødvendige politiske debatter av den enkle grunn at det allerede fungerer utmerket og har gjort det en stund.

En av grunnene til at dette ikke har blitt noe av var nok at tiden ikke var moden for det den gang i 1984. I tillegg er det et enormt prosjekt å gi seg i kast med. Det er heller ikke profitto-

rientert.

Jeg mener dette lettere kan la seg realisere i dag. Mitt forslag er at Norge tar føringen. Norge var det første land i verden som opprettet et Klima- og miljødepartementet i 1972. Den gang het det Miljøverndepartementet. *Hadde det ikke vært fint om Norge ble det første land i verden som oppretter et Løsningsdepartement?* Norge er et rikt land som både har ressurser og kapasitet til å gjennomføre et slikt prosjekt. Hvis man i tillegg kun fokuserer på en av de 12 sektorene, for eksempel miljøsektoren, vil heller ikke prosjektet bli for omfattende til å begynne med. Dette Løsningsdepartementet bør ha mye informasjon på engelsk slik at andre land kan dra nytte av all informasjonen der og samtidig kunne følge med på dette nye departementet slik at de kan bli inspirert til å opprette et selv.

Siden ideen ble lansert i 1984 har Internett dukket opp, noe som gjør mulighetene større og enklere enn hva de var før. Nå er tiden også mye mer moden. Det finnes allerede enkle varianter som har fokus på gode nyheter og løsninger som jeg har referert til andre steder i boken. Nye dukker opp som the Findhorn Foundations nye nettsted *New Story Hub* www.newstoryhub.com. Det er en ressursplattform hovedsaklig i form av artikler og et sted hvor det presenteres en ny «historie» som kan erstatte den gamle og utdaterte. De har og lansert en film (New Story Film) som er fritt tilgjengelig på hjemmesiden.

Flere innser i dag fordelen med et løsningsorientert fokus, for eksempel dokumentarskaperen Michael Moore www.michaelmoore.com fra USA. I hans siste film *Where to invade next* er hele poenget å hente de beste løsningene og ideene i land utenfor USA og ta de med tilbake. Det er alt fra gode lønns- og ferievilkår (Italia), bedre skolemat (Frankrike), bedre utdanning (Finland), bedre fengselsvesen (her har han tatt en tur innom Norge og Halden fengsel) osv. Også filmen Tomorrow www.demain-lefilm.com fokuserer på løsninger.

Det er fremdeles et enormt prosjekt å realisere sett i forhold til de opprinnelige planene, men for å løse det har jeg da valgt en langt mindre krevende løsning. De avanserte og innovative

mulighetene som Internett gir i dag gjør dette mulig.

Jeg mener det har størst effekt å forandre samfunnet ved å skape noe nytt heller enn å prøve å forandre det eksisterende. Det er også grunnen til at GaiaInnovations er startet opp som et nytt og selvstendig prosjekt. Følgende sitat illustrerer dette på en god måte:

«For å forandre noe, ikke sloss for å forandre den eksisterende modellen, skap en ny modell og gjør den gamle avleggs.»

- R. Buckminster Fuller

Denne webportalen, som er en form for idebank, kan likeså godt betegnes som en inspirasjonsbank eller kreativitetsbank. Det er det den er ment som, altså stimulere kreativiteten, gi oss inspirasjon og se at det allerede eksisterer løsninger på nesten alle problemene menneskeheten sliter med. Den kan vise oss hvilke muligheter og potensial vi har til å skape en lysere fremtid for oss alle.

Vi oversvømmes av negative nyheter i media. Miljøproblemer, naturkatastrofer og andre kriser skjer oftere og oftere og får mye oppmerksomhet. Noen føler et sterkt ønske om å gjøre noe mens andre igjen mister motet og blir deprimerede og apatiske.

Det er mer inspirerende å se positive nyheter enn negative nyheter. Det er og slik at det man fokuserer på forsterkes, det skaper ringvirkninger. Mer enn noen gang er det derfor viktig å fremheve alt det positive som skjer. Det vil vise at det nytter, at det er håp og at det faktisk finnes løsninger på det meste av det vi mennesker sliter med av problemer.

GaiaInnovations vil også jobbe for å skifte fokus fra:

- problemer til løsninger
- symptomer til årsaker
- negativt til positivt
- ubevisst til bevisst
- likegyldighet til engasjement
- depresjon til håp

For å bidra til dette skiftet kommer GaiaInnovations webside også til å inneholde 3 mindre informasjonskanaler som vi har tenkt skal bestå av følgende:

The Human Spirit

Dette er et sted dedikert til oppløftende saker med vekt på korte videoer og historier fra virkeligheten. Alt som kan løfte den menneskelige spirit kan tas med her. Det kan være noe som viser hvordan vi viser omtanke for hverandre, dyrene og naturen. Dette er ikke et sted for intetsigende saker, men må berøre oss mennesker på et følelsesmessig plan, noe som gir oss glede, inspirasjon, latter og innsikt. Kort sagt noe som løfter den menneskelige spirit.

Positive News

Dette er stedet for positive nyheter. I en verden med så mye kriser og problemer er det viktig å vite at det også er veldig mye positivt som skjer i verden. Mye av dette er underkommunisert, mens kriser og problemer får overdrevent mye oppmerksomhet. Dette skaper et feilaktig bilde av verden. Slik verden er nå trenger vi noe nytt og positivt å strekke oss etter, noe som løfter og bringer håp og optimisme, ikke mer av det som gir avmaktfølelse, trykker oss ned og gjør oss paranoide. Hva vi mennesker fokuserer på skaper ringvirkninger. Vi ønsker med dette å skape positive ringvirkninger.

Future Worldview

Vårt verdenssyn er det som former våre liv, både individuelt og kollektivt. Slik verden er i dag er det åpenbart for de aller fleste at det menneskelige «operativsystem» (vårt verdenssyn) trenger oppgradering siden vi opplever kriser og problemer på så mange felt. Både vår økonomi, politikk og kultur er et resultat av vårt verdenssyn. Det finnes flere tusen religioner og trossystemer i verden som former

vårt verdenssyn og som stort sett opererer utfra det gamle operativsystemet. Dette er ikke en informasjonskanal som skal fremme noen av dem. Heller ikke ønsker vi å fremme et vitenskapelig verdenssyn som mener verden er mekanisk. Vi anser alt som levende og hellig og at det må behandles deretter. Vi er opptatt av det som forener, ikke det som skiller. Vi vil fremheve det som kan bidra til å løfte vårt verdenssyn og dermed skape et nytt og forbedret operativsystem som kommer alt og alle til gode nå og i fremtiden.

Det å bli inspirert og se at det er mange som jobber for jordens beste vil øke muligheten for at vi lykkes med omstillingen til et mer bærekraftig samfunn.

GaiaInnovations skal være en inspirasjonskilde hvor man kan bli positivt oppløftet og samtidig selv bli stimulert til å bidra til en mer miljøvennlig og problemfri verden. GaiaInnovations vil derfor ha en selvforsterkende effekt.

Veldig mange mennesker i dag forstår alvoret med miljøproblemene. Det er viktig å informere om problemene, men løsninger og positive miljøtiltak er underkommunisert i samfunnet. Vi kan derfor med stor sikkerhet anta at folk vil finne en slik idebank som en stor inspirasjonskilde og et veldig positivt bidrag til å løse mange av de problemene verden sliter med i dag.

Å skape en positiv fremtid fri for problemer er fullt mulig, men det krever både vilje, samarbeid og deling. Og det krever en holdningsendring. Greier vi dette kan vi snu dagens tilstand som er full av problemer og mismot til en fremtid full av løsninger, optimisme og håp. Dette er hva GaiaInnovations har som mål å bidra til.

Bevisst transformasjon

«Metaforisk sett er vår krise fødselen, potensielt fødselen av et mer utviklet menneske, et universelt menneske, som har evne til å samskape en ny planetarisk sivilisasjon og til slutt den universelle menneskeheten.»

- Barbara Marx Hubbard

Jeg tenkte ikke helt å slippe taket i Barbara Marx Hubbard som vi skrev litt om i forrige kapittel, da hun har gode og konstruktive synspunkter å komme med når det gjelder kriser og menneskehetens framtid, etter min mening. Det er ikke uten grunn at Barbara er kalt futurist og visjonær. Nedenfor følger et kort sammendrag av det hun formidler.

Barbara Marx Hubbard er kanskje mest kjent for boken *Conscious Evolution* (bevisst evolusjon – www.evolve.org) som kom ut i revidert utgave i 2015. Kort fortalt handler den om hvordan vi opp gjennom historien har vært ubevisst i forhold til våre handlinger på vegne av kloden. Vi har nå utviklet oss til det stadiet at vi bevisst kan styre utviklingen fremover. Vi kan velge å ødelegge denne verden eller velge å skape en fantastisk fremtidsverden med ubegrensede muligheter. Med andre ord står vi nå foran en ny tidsalder av bevisst utvikling.

På norsk av Barbara foreligger boken *Det nye mennesket* utgitt i 2013. Den handler om hvordan vi kan gå som enkeltindivider fra ego til essens. For å få det til må vi først få et forhold til oss selv som noe større enn det vi til nå har erfart oss som. Også to Dvd-er med norsk tekst er tilgjengelig; *Visions of a universal humanity* og *Humanity ascending*.

Det er ingen tvil om at verden gjennomgår store alvorlige kriser og merker enorme miljøkonsekvenser. Noen menneskeskapte kriser har en tendens til å gå i sirkler. Bankkrise hadde vi i 2008, men det hadde vi også på 1930-tallet. I følge Barbara går ut-

viklingen i sirkler, men da i form av spiraler slik at vi stadig går mot høyere nivåer.

Allerede i ung alder så hun faren ved den enorme makten mennesket hadde i sin besittelse. Med atombomben kunne man nå utslette verdener og med genteknologi kunne man endre livsformer, skape nye eller ødelegge eksisterende, bare for å nevne noe. Og i en verden med mange selvsentrerte mennesker i maktstrukturer, som for det aller meste er ovenfra og ned strukturer, er faren tilstede for at det kan gå galt.

Hennes livsoppgave har vært å finne ut hva som er positivt ved den nye makten mennesket har tilegnet seg. Som tenåring stilte hun seg følgende spørsmål: *Hva er den gode meningen med vår nye makt?* Bakgrunnen for dette spørsmålet skyldes at amerikanerne nettopp hadde sluppet atombomber over Japan og hun funder-te og tenkte at det jo også måtte være positive ting å bruke vår nyvunne kraft på enn bare å ødelegge.

Hun har i utstrakt grad brukt naturen som eksempel på den transformasjonen menneskeheten nå går gjennom. Hun mener jorden gjennomgår en «fødsel» og at vi nå har potensialet i oss til å skape en helt ny verden som er bedre enn den vi kjenner til fra før. Analogien om larven som blir til sommerfugl er et eksempel hun bruker på denne transformasjonen vi står ovenfor. Og det er flere paralleller enn ved første øyekast som hun påpeker. Før larven blir en sommerfugl bærer den i seg «imaginære celler» hvor potensiale for og informasjon om fremtidens sommerfugl er tilstede. Under puppestadiet merker de eksisterende cellene disse nye cellene og prøver å beholde status quo ved å bekjempe dem (i menneskets verden skjer tilsvarende ved at det etablerte gjerne tviholder på det gamle systemet. I noen tilfeller med drastiske virkemidler som drapet på John F. Kennedy og Martin Luther King jr.). På et tidspunkt blir disse cellene sterke og mange nok til å transformere larven og utvikle den til neste nivå, som jo er sommerfuglen.

Hun mener kriser går forut for transformasjon slik at krisene og problemene vi gjennomgår er drivkrefter som får oss til å utvikle oss videre. En ny jord er i ferd med å bli født, med andre ord er prosessen mennesket og jorden gjennomgår nå helt naturlig.

Men som alle vet kan en fødsel være både dramatisk og utfallet usikker. Som barnet i mors mage kan ikke den lille babyen vokse lenger der den er nå. Den har blitt for stor og er nødt for å komme ut. Slik er det med mennesket også. Vår måte å leve på har vokst på en slik måte at jorden snart ikke takler det lenger. Vi er over 7 milliarder mennesker og forbruker mer enn kloden tåler. Eller rettere sagt så tåler Gaia påkjenningene (den er vant med å rette ubalanser gjennom millioner av år), det er mennesket og alt liv på planeten som virkelig får trøbbel hvis ikke vi endrer oss. Vårt levesett er utdatert og ikke bærekraftig. Enten må vi forandre oss til «sommerfugl» eller så står vi i fare for å utrydde oss selv.

Vi ser at våre nåværende kriser er sammenlignbare med tidligere utviklingsmessige vekstpunkter. Den eneste forskjellen er at nå er vi bevisste på at vi er i ferd med å utrydde oss selv. Det er dette hun kaller «bevisst evolusjon» - det sterkeste signalet vi noensinne har fått om at det er på tide å våkne og bli voksne.

Videre sier Barbara at nye systemer bryter gjennom samtidig som de gamle bryter sammen. At utviklingen alltid skaper en høyere bevissthet og mer frihet gjennom å skape noe nytt som er mer sammensatt enn det gamle. At utviklingen skjer i sprang, gjennom samspill av mange krefter. Forskjellige enheter kommer sammen for å forme en ny helhet som er større enn summen av bitene.

Barbara mener vi trenger å være jordmødre for vår egen fødsel til neste stadium i vår utvikling. I den forbindelse kan nevnes begrepet suprasex som hun har innført. Her tar jeg med noen setninger fra boken *Det nye mennesket*:

«Når det gjelder sex, har vi en lengsel etter å slå sammen genene våre for å unnfange et barn; når det gjelder suprasex, ønsker vi å slå evnene våre sammen for å nedkomme med vårt større selv og vårt virke i verden. Gjennom reproduktiv kjærlighet skaper vi barn. Gjennom samskapende kjærlighet skaper vi nye verdener.»

Et nettverk som arbeider med å forbinde mennesker i et samskapende felleskap beskrevet i forrige avsnitt (suprasex) er Noomap i Nederland www.noomap.info. De er godt i gang med å etablere et slikt verdensomspennende system. De vil tilby en-

kelpersoner og samfunn over hele verden muligheten for å delta i synergistisk samskapning. I den forbindelse kommer de til å lansere en online plattform basert på holoner. Målet er å skape et «holonic world wide web».

Som samfunn bør vi bryte den onde sirkelen hvor vi ser på jorden som om den er i ferd med å ødelegges og dø og gå over til en gyllen sirkel hvor jorden ses på som om den går gjennom en fødsel hvor nytt liv skapes.

Jeg har valgt å la Barbara Marx Hubbard selv fortelle om denne «fødselen» nå på slutten av denne boken. I 1966 hadde hun det hun kaller for «en utvidet virkelighets-opplevelse». Her følger bakgrunnen for opplevelsen, selve opplevelsen og noen tanker hun selv har gjort seg i etterkant (utdraget er oversatt fra boken *Birth 2012 and beyond*):

I 1966 leste jeg Reinhold Niebuhr, en kristen filosof og teolog, om temaet samfunn. Han siterte St. Paul: «Slik kroppen er ett (samfunnet), og samtidig har mange medlemmer, og alle de mange medlemmene av denne ene kroppen allikevel er en kropp, slik er også Kristus.» Senere den dagen tok jeg meg en spasertur bak huset mitt med dette sitatet klingene i ørene mine. Det var en forfrossen vinterdag i Lakeville, Connecticut. Jeg funderte på sitatet, men følte meg frustrert. De tidlige kristne hadde en historie å fortelle – ingen viste helt eksakt detaljene rundt Jesus opprinnelse – men det var en enkel historie som endret verden: nemlig at et barn var født. Alle fra konger til bønder kunne forstå denne historien. Plutselig dukket et spørsmål opp i mitt sinn. Jeg snakket ut høyt og løftet blikket mot den kjølige hvite himmelen: «Hva er vår historie? Hva i vår tid tilsvare historien til Kristus fødsel?» Jeg stoppet opp og lyttet med et klart sinn. Og universet gav svar.

Jeg kaller opplevelsen «en utvidet virkelighets-opplevelse». Mitt sinns øyne var plutselig i det ytre rom som en astronaut, samtidig som jeg var klar over meg selv som et medlem av planeten. Jeg følte at jorden kjempet for å koordinere seg mens massemedia kommuniserte smerte gjennom planetens nervesystem. Vår planet føltet som en levende organisme. Den var i ferd med å gå tom for ikkefornybar energi og bli forurenset. Det føltet som om den ble revet i stykker av den enorme veksten vi forårsaket i jordens livmor. Jeg følte smerten og lidelsen fra sult, kriger, fengsler, ødeleggelsen av andre arter og naturen, akkurat som om det skjedde i min egen kropp. Jeg følte hele jorden som et organisk hele hvor alle av oss er levende medlemmer.

Denne filmen om skapelsen som ble vist meg fortsatte å utfolde seg. Så fikk jeg se noen korte sekvenser inn i fremtiden. På en mystisk måte var det en fremtidsvisjon om vår «fødsel» på et planetarisk skala. Empati økte, spiritualitet begynte å komme frem fra inni oss. Dette var ikke Gud som kom fra oven eller fra innsiden av oss for å fortelle hva vi skulle gjøre. I stedet var det sjelen inni oss som mer og mer kom frem som tidevann av kjærlighet, inspirasjon og enhetsfølelse med kilden. Dette aktiverte millioner av oss. Jeg følte det storslagne lyset som mystikere snakket om stråle utover fra vårt indre.

Så, i et øyeblikk, følte jeg at alle mennesker på jorden og at jorden selv ble helet, spontant. Vi følte oss levende, begeistret, kjærlige mot hverandre og fylt med forventninger. Samtidig som dette skjedde begynte massemedia å plukke opp historier om mennesker som viste omtanke og kjærlighet for hverandre, av mennesker som ble helet og av menneskers kreativitet. Media i seg selv, vårt globale nervesystem, ble transformert etter som det kommuniserte de ekte gode nyhetene om våre gjennombrudd.

Det var som et flimrende film-liknende opplevelse. Jeg så at når nok av oss er forbundet med hverandre ville det bli en felles følelse av glede og global enhet. I det øyeblikk dette ble åpenbart følte jeg bølger av betingelsesløs kjærlighet for hele vår planetariske kropp og alt liv på jorden spre seg gjennom millioner av oss.

Så skjedde noe helt annet som ble vist meg. Jeg var på en eller annen måte raskt tatt tilbake til universets skapelse, det store lysglimt. Ut av «ingenting overhodet» kom det frem «alt som var, er og vil bli.» Det var som et enormt lysglimt som utfoldet seg i en brøkdeler av et sekund som så viste en hurtigspoling av skapelsen – slik filmer viser hurtigsekvenser av en plante i det frøet spirer, til stilken viser seg og til plutselig planten blomstrer for fullt. Jeg tumlet gjennom hele den 13.7 milliarder års evolusjon, fra formingen av energi, materie, jorden, primitivt liv, dyreliv, mennesker og til oss på det neste trinnet av evolusjonsspiralen.

Universet hadde virkelig svart på mitt spørsmål. Til slutt stoppet visjonen. Da hørte jeg følgende ord dypt fra mitt hjerte: «Vår historie er en fødsel. Det er fødselen av menneskeheten som en stor kropp. Det Kristus og alle de andre store avatarene kom til jorden for å fortelle oss er sant. Vi er ett, vi er gode, vi er hele, og vi blir født... gå og fortell historien om vår fødsel Barbara!»

Jeg var fullstendig bergtatt og begeistret av denne opplevelsen. Jeg løp hjem og fortalte min mann og fire barn hva som hadde skjedd. Jeg fortalte dem at jeg følte meg kallet til å stå frem og fortelle historien om vår egen fødsel som universell menneskehet. Som du kanskje forstår, ble de sjokkert av min plutselige kunngjøring av en nytt livsmisjon og de fryktet til og med at jeg kom til å forlate dem.

Senere sa min lille niårige sønn Wade, mens han la sine små armer rundt meg, «Mamma, du gjør det mødre skal gjøre. Du skaper en fremtid for dine barn. Jeg vet du

elsker oss.» Jeg kysset ham mens jeg holdt ham i mine armer. Jeg fortalte ham, «Kjære Wade, jeg elsker deg så mye. Din mor er en pioner og jeg ønsker at dere alle skal være med meg... la oss bli pionerer sammen.»

Nesten alt jeg så i min kosmiske opplevelse skjer nå. Etersom vi er kommet inn i 2012 og videre er en gryende bevissthet rundt vår globale krise intensivert, spesielt i forhold til klimaforandringer og muligheten av destruksjon av hele vårt livsoppretholdende system. Vi er nå ved hva filosof Ervin Laszlo kaller «kaos punktet». Laszlo sier, «Et kaos punkt er det avgjørende vendepunktet i evolusjonen av et system hvor trender som har bragt systemet frem til sitt nåværende tilstand bryter sammen og ikke lenger kan returnere til dets tidligere tilstand og oppførsel. Det har allerede ugjenkallelig startet på en ny bane som enten leder til sammenbrudd eller gjennombrudd til en ny struktur og en ny måte å operere på.»

Hva jeg også har oppdaget siden 1966 er at vi ikke kan rette opp i dagens situasjon ved å gjenopprette eller reformere gamle former og strukturer, det gjelder både regjeringer og religiøse institusjoner. De kan simpelthen ikke håndtere krisen vi står ovenfor, som jo på mange måter er noe de selv er med på å skape. Vi må søke etter nye former, nye strukturer og nye veier å leve på som er vitale, bærekraftige og like – for alt liv på jorden.

Heldigvis så trer nå disse nye formene og strukturene frem. Unge «universelle mennesker» våkner opp. De forbinder og kommuniserer seg med hverandre med lysets hastighet via mobiler, Twitter, Facebook og andre former for nettverk. Systemteorier viser oss at små øyer av enhet i et hav av kaos kan få et helt samfunn til å hoppe fremover til en høyere orden. Denne type kvantehopp i et samfunn er en reel mulighet nå.

De som er en del av denne oppvåkningen er alle dem som, hvor som helst på kloden, våkner opp til større kjærlighet, mening, medfølelse, enhet og lyst til å samarbeide – alle disse kulturelle sammenslutningene over hele verden som er dedikert til en bedre fremtid. Det inkluderer også alle troende i enhver tros-tradisjon på planeten som har mulighet til å gå bortenfor begrensningene i deres trossystemer og se hva som resonerer som sant i deres hjerter.

Hva som trer frem er langt mer enn en ny religion, politisk parti, eller multinasjonalt foretak. Jeg tror det er et evolusjonært gjennombrudd av bevissthet og kreativitet med så mye potensial, slik det en gang plutselig dukket opp selv-bevisste mennesker for femti tusen år siden.

Så, er vi i ferd med å nærme oss en planetarisk fødsel her og nå? Det kan skje når nok mennesker på jorden føler seg som ett og sammenvevd som medlemmer av en planetarisk kropp.

Det jeg tror er dette: Vi har ressursene, teknologien og know-how akkurat nå til å omskape verden slik at den kan fungere for alle. Faktisk er vi muligens bare en liten brøkdel av et evolusjonært sekund fra denne erfaringen som vår «fødsel» som universell menneskehet. Men har vi viljen og motet til å få det til å skje?

Sluttord som peker mot en ny start

«Vi befinner oss i en krise av persepsjon fordi vi ser på oss selv som noe annet enn totalt forbundet og gjensidig avhengige av hverandre. Det finnes ingen andre løsninger på verdens problemer enn en endring i bevisstheten.»

- Deepak Chopra

Som menneskehet er vi unge. Vi er i en ganske tidlig fase i vår utvikling. Bevisene på det er at vi ikke har greid å slutte med kriger, ikke har greid å avskaffe fattigdom og at forskjellen mellom fattig og rik er stor. For ikke å snakke om de enorme miljøproblemene vi har påført jorden og dermed oss selv.

Vi har mye mer å lære, forstå og erfare. Derfor er det så viktig i vår tid å utvide horisonten, ekspandere bevisstheten og jobbe med seg selv. Det kommer alle til gode. Fremtiden avhenger av det. Vi kan ikke fortsette på samme måte som før, vi må endre retning, ellers står vi i fare for å ramle utfor stupet og det er det vel neppe noen som har lyst til.

Det er ikke bare apper som trenger oppgradering. Vi mennesker trenger også å oppgraderes. Mye av det gamle er utdatert. Hele verden står på spill om vi ikke oppgraderer oss. Hvis ikke vi vil forandre oss som mennesker vil klimaendringene sørge for at vi gjør det, samt våre egne handlinger som vi ikke forstår konsekvensene av. Klimaendringene gjør det allerede, de fører oss mennesker nærmere hverandre, får oss til å bli mer medfølende og får oss til å forstå vår dype forbindelse med hverandre. Det gjør oss mer bevisste slik at våre handlinger i verden er mer i pakt med naturen og med hverandre.

Det at et menneske opplever kriser fører nesten alltid til forandringer i vedkommende liv. Slik er det på globalt nivå også.

Miljøkrisene tvinger oss til å gjøre forandringer på individuelt og globalt skala. Ut av kriser kommer det noe god, vi skjønner at ting må endres og gjøres på en ny måte. Det er det som er meningen med kriser, å skape en åpning for transformasjoner og forandringer.

Vi skaper vår egen virkelighet. Det gjelder både på et personlig og globalt plan. Vi er selv ansvarlige for våre egne liv, men også verden som helhet. Globalt vet vi at det er vi mennesker selv som har skapt krisene vi står ovenfor. Det er ikke noe annet på denne kloden som er årsaken til dem, heller ikke er det negative krefter utenfor oss selv som skaper krisene. De finnes og prøver nok å manipulere (disse kreftene har en lang vei å gå i sin utvikling), men kan intet gjøre så lenge vi bruker vår egen frie vilje, står i vår egen fulle kraft og tar kontroll over livet vårt. Her må jeg korrigere meg selv, det *er* demoner som forårsaker våre kriser, men det er våre egne indre demoner. Får vi disse skyggesidene i oss selv opp i lyset sprekker de som troll. De må ikke bli skjøvet under teppet, men bli sett, akseptert og tilgitt - med kjærlighet. Først da vil vi se konturene av en verden i balanse med så fantastisk muligheter og enormt potensial at vi knapt kan forestille oss det. Slik sett er vi lik blomsterknopper som bare venter på å komme i full blomst.

Vi er nå ved et veiskille. I flere hundre år har det vært rådende med et vitenskapelig, mekanistisk og materialistisk syn på mennesket, jorden og universet. Å se verden på denne måten er som å se på dette som mer eller mindre dødt og uten mening. På den annen side var dette helt nødvendig for å frigjøre oss fra gammel utdatert frykt og overtro. Det ga samtidig muligheter til store intellektuelle, tekniske, mekaniske og teknologiske fremskritt.

Nå er det tid for et nytt skifte, da dette synet skaper alt for mange problemer og onde sirkler. Vi har sett langt ut i universet med våre teleskoper og lært stadig mer. Men vi må ikke glemme at vi samtidig har sett innover og lært stadig mer om oss selv. Ved å se på mennesket, jorden og universet som levende og som deler av en fantastisk helhet får vi et helt annet perspektiv som er meningsfullt. Det er kanskje ikke så veldig mange som har den mentaliteten i dag, men det kommer til å bli normen i fremtiden.

Føl forskjellen, det har alt å si hvordan vi mennesker tenker og forholder oss til oss selv, jorden og universet og dermed for hva vi manifesterer:

Dødt – meningsløst – sjelløst – utnytting – deprimerende – fremmedgjøring – likegyldig...

Kontra

levende – meningsfull – sjelfull – respektfull – hellig – fellesskap – følelser – verdifull...

Hvordan kan vi og alt rundt oss på denne kloden være levende når det rådende syn i vitenskapen de siste 300 år har vært at universet er dødt? Det er et paradoks. Hvordan kan vår bevissthet, tanker og følelser, altså levende vesener som oss, oppstå i en slik såkalt død materie? Paradoks. Tenk over dette; ingenting kan bli skapt uten at det er forestilt på forhånd. En bil kan ikke oppstå av seg selv. Ingenting skapes av seg selv, spesielt ikke noe så fantastisk som universet og alt levende liv. Det kreves intelligens, enorm intelligens. Og med intelligens følger mening og formål. Spørsmålet er derfor; kan alt i universet være besjelet i utgangspunktet? Og kan denne «besjelingen» ikke være av denne verden, men fra usynlige sfærer? Og at det er denne «besjelingen» som gjør at alt er og blir levende, og når noe dør så er det bare det fysiske «skallet» som ligger igjen, mens vi fremdeles i høyeste grad er levende, med vår bevissthet, tanker og følelser? Det som er flott og interessant er at vitenskapen selv er kommet nærmere en slik forståelse av at alt er levende og «besjelet». Og i fremtiden vil vi se at vitenskapen vil komme til å nærme seg spiritualiteten ytterligere. Kvantefysikken, som viser at universet ikke er så forutsigbart og mekanisk som først antatt, peker mot den retningen.

Vårt forhold til Gaia er som alle andre forhold. Vi gjør våre feil i personlige forhold og lærer og utvikler oss på grunn av dem. Globalt lærer vi - menneskeheten - av Gaia. Vi gjøre våre feil i forhold til henne, men vi lærer av det. Med tiden vil vi lære å respektere og behandle henne ytterst varsomt og på en måte som ikke volder skade på noen som helst måte. Vi vil, før eller siden,

lære å leve i en vakker og givende symbiose til fordel for begge parter.

Det å se på universet som dødt har tjent sin hensikt. Det frigjorde oss fra frykt og overtro, men de monoteistiske religionene og vitenskapen har medført at pendelen har svingt for langt den andre veien. Når universet, Gaia og naturen ikke sees på som hellig og besjelet er det fritt frem for å utnytte dem. Denne mangelen på respekt har medført alvorlige globale kriser. Vi har tøydd strikken svært så langt.

Menneskeheten har vært på en lang reise bort fra samhørighet med naturen og hverandre til å bli atskilt og ved å splitte alt opp i deler som i en mekanistisk verdensanskuelse. Vi er nå ved vendepunktet. Vi er nå i ferd med å begynne på en ny reise tilbake til samhørighet med naturen og oss selv på et høyere bevisst plan.

Slik alt tyder på nå så vil problemene verden står ovenfor allikevel vokse en tid til. Det vil bli verre før det blir bedre. Vi kan forvente oss flere store og kraftige «humper» i fremtiden. Vi er omtrent ved vendepunktet, men det tar tid å snu skuten. Globalt er vi godt i gang med snuoperasjonen og på et eller annet tidspunkt er det store muligheter for at det vil snu fort. Det er mange dominobrikker som skal veltes, men som vi vet; når først en faller velter alle de andre etterpå.

I et TED foredrag av Al Gore i 2016 (The case for optimism on climate change) er han mer optimistisk enn hva han har vært før. Dette fordi det skjer mye positivt, for eksempel skjer nå overgangen til fornybar energi mye fortere enn det man hadde forutsett for bare noen få år siden. Al Gore henviser til følgende sitat av Rudi Dornbusch:

«Det tar lenger tid for ting å skje enn du tror de vil, og så skjer de mye fortere enn du trodde de kunne.»

Forandringene skjer fort når de først skjer. Det skjer gjerne eksponentielt. Det finnes nå tusenvis av organisasjoner som jobber for en bedre verden og flere dukker opp hver eneste dag rundt om på kloden. De som er nevnt i denne boken er bare en liten brøkdelen av alt det som eksisterer. Bare tenk hvor fort utviklingen kommer til å gå når vi først tar tak i og transformerer de virkelige

dype problemene i menneskets psyke, som troen på at vi er atskilt fra hverandre. Og ikke minst når flere og flere får forståelsen av at vi og alt som eksisterer er besjelet og hellig. Når den forståelsen blir absorbert av samfunnet, slik viktigheten av fornybar energi har fått sitt gjennombrudd i dag, ja da snakker vi!

I boken har vi vært gjennom mange onde sirkler og sett hvordan de kan transformeres til gyldne sirkler. Et fellestrekk som går igjen i mange av dem er at det er transformasjoner som må til. Vi må forandre oss selv på individnivå enten vi ønsker å redde miljøet eller skape verdensfred. Her snakker vi om evolusjon heller enn revolusjon. Evolusjon er mer forsiktig, tålmodig, bygger opp, går dypere og er varig, mens revolusjon er utålmodig, hardhendt, river ned og berører symptomene. Jeg kan forstå og ha sympati med revolusjoner når de skjer da de ofte kommer som en reaksjon på urett, men i det lange løp er det evolusjon som er mest effektiv. Å flikke på symptomene er aldri en varig løsning. Så i grunnen er det enkelt. Akkurat som et menneske opplever livskriser og må forandre seg, slik er det og med menneskeheten totalt sett. Vi opplever kriser og vi er de som må forandre oss. Klodens tilstand er et speilbilde på menneskets tilstand. Når vi har forandret oss og kommet i balanse vil også det reflekteres i samfunnet rundt oss.

Hva vi tror på og har av overbevisninger, verdisystemer og moral er uhyre viktig. Hvorfor ellers gikk inkvisisjonen i den mørke tidsalderen til det ekstreme skritt som de gjorde ved å drepe annerledes tenkende. Jo nettopp fordi annerledes tanker er så «farlige» sett fra deres øyne. Det er en grunn til at totalitære regimer, som eksisterte før og som ennå finnes den dag i dag, tviholder på sine forvrengte sannheter om virkeligheten og prøver å hindre folket i å gjennomskue dem og finne andre.

Det er en snuoperasjon i vår forståelse av de dype sammenhengene som trengs. Universet representerer orden, harmoni og skjønnhet. Den er levende, slik jeg ser det. Vi er bevisste skapninger. Og som Duane Elgin sa det «*Gjennom oss ser, vet, føler og lærer universet*». Når alt sees på som besjelet og hellig (også vi mennesker), vil vi få større respekt for alt og slutte å påføre Gaia og oss selv store lidelser og kriser.

Når man ser på verden slik den fremstår i dag ser det ut som om vi har skapt det motsatte av hva vi alle ønsker oss. Vi ser alt for ofte stygghet der det burde vært skjønnhet, vi ser alt for ofte hat der det burde vært kjærlighet, vi ser alt for ofte falskhet der det burde vært sannhet. Men det er mer til dette enn øynene ser ved første øyekast. For å komme til en verden full av skjønnhet, kjærlighet, sannhet og glede må vi jo «trenere» oss på å skape det, og det gjøres ved nettopp å møte det motsatte. Kontraster gjør at vi vokser, men vi trenger vel ikke å skape unødvendig mange kontraster som vi mennesker har en tendens til. Vi kan med fordel bli flinkere til å lære av «feilene» våre slik at vi slipper å repetere dem til stadighet.

Vi kan heller snu på det. Det skapes vakre og vidunderlige ting av mennesker; musikk, kunst, design, arkitektur, teknologiske fremskritt, vitenskapelige oppdagelser, osv. Vi gjør fantastiske ting. Vi er medfølende og kjærlige mennesker som viser dette gang på gang. Vi har alle muligheter og innehar enormt potensial til å manifestere stadig mer og mer av alle disse utrolige og vidunderlige tingene vi mennesker skaper, gjør og ikke minst er. Fremtiden er virkelig ubegrenset. Det er opp til oss å ta bevisste valg slik at vi kan skape en verden i balanse som gagnar oss alle.

Da jeg var i Damanhur i Italia fikk jeg se et stort maleri som gjorde spesielt inntrykk. På deler av veggen i et av de runde rommene i det underjordiske tempelet var det malt to grupper av mennesker som sloss mot hverandre, men alle smilte... Poenget med det var at vi ikke skulle glemme hvor vi egentlig kom fra, nemlig det hinsidige hvor polaritet ikke forekommer og kjærligheten gjennomstrømmer alt. Det er sterke tendenser til polaritet i samfunnet i dag, men la oss ikke glemme at vi alle er på forskjellige utviklingstrinn og at vi alle egentlig er hverandres brødre og søstre.

Vi mennesker har allerede løst en mengde problemer og kriser opp gjennom historien. Mot store odds og kraftig motstand har vi greid å snu mange onde sirkler til gylne sirkler allerede. Dette vil vi gjøre til det bare er gylne sirkler igjen, det er bare et spørsmål om tid. Så ha tålmodighet, evolusjon tar tid. På den an-

nen side skjer det fra tid til annen kvantesprang som får fortløp i utviklingen.

Store forandringer begynner i det små. En liten impuls kan sette i bevegelse enorme krefter. Når de bakenforliggende impulsene som settes i bevegelse er basert på tolerante, kjærlige, åpne og vise tanker kan vi skape et gyllent paradys.

Livet er ikke en serie tilfeldige hendelser. Det er en mening med ditt liv og livet generelt. Det ligger klar en fantastisk fremtid og venter på oss som en potensiell mulighet. Den muligheten bør vi gripe fatt i. Det gjør vi når flere og flere av oss skjønner det store bildet, forstår hvem vi er samt bidrar til å skape denne fantastiske fremtiden.

Til syvende og sist kan vi si at det hele egentlig dreier seg om å forandre menneskets hjerter, *våre hjerter...* fra kalde hjerter som fokuserer på seg og sine, til varme hjerter som brenner for alt og alle. Da vil vi kunne manifestere den fremtiden vi lengter etter fortere og fortere slik at Gaia og mennesket kan se fremtiden lyst i møte.

Takk til...

Jeg ønsker å takke følgende personer som på en eller annen måte har kommet med innspill og tilbakemeldinger til denne boken.

I alfabetisk rekkefølge:

Anne Bulien, Gunnar Christensen, Per Henrik Gullfoss, Johnny Helleland, Briana Holberg, Gudrun Jensen, Ragnhild Johansen, Reidun Marie Jordell, Bente Marcussen, Kari Rose Norheim, Tim Owen, Andrine Tindvik Owen, Janet Pedersen.

Jeg vil takke familie, venner og Onsdagsgruppen. Jeg er også takknemlig for alle de som har vært indirekte til hjelp. Skulle det være noen jeg har glemt å takke så gjør jeg det her og dere vet selv hvem dere er.

Videre vil jeg takke alle dem jeg har blitt inspirert av og fått innsikt fra opp gjennom årene, hvorav noen av dem er nevnt i denne boken.

«Det vil komme en dag hvor mennesker av alle raser, farger og trossamfunn setter til side sine uoverensstemmelser. De vil komme sammen i kjærlighet, forene hender i fellesskap og enhet for å heale Jorden og alle hennes barn.»

– Fra Navajo-Hopi profetiene
til The Whirling Rainbow

«En bok om hvordan et skifte i bevissthet kan skape en verden full av glede, håp og optimisme.»

FRA SAMMENBRUDD TIL GJENNOMBRUDD

Mennesket og Gaia (planeten vi bor på) er i dag plaget av utallige problemer og kriser. Alt fra overforbruk, utnyttning, korrupsjon og terrorisme til økonomisk ulikhet, fattigdom, helseproblemer og ensomhet. På toppen av det hele har vi enorme miljøproblemer.

Disse problemene kan bare tas ved roten skal vi få til en varig løsning ellers blir det bare symptombehandling. Ved å identifisere kjerneårsakene til våre menneskeskapte problemer og kriser kan vi forandre disse «onde sirklene» vi har viklet oss inn i og skape varige «gylne sirklere».

Selv om vi ser mye sammenbrudd ute i samfunnet skjer det veldig mye gjennombrudd som ikke får den oppmerksomheten det hadde fortjent. Denne boken ønsker å bøte på det ved å tilby en mengde «nye» tanker, henvisninger til løsninger og måter å forbedre livene og samfunnet vårt.

Mennesket er under utvikling og møter nå voksesmerter i form av våre globale kriser. Ved å skifte fokus fra problemer til løsninger og fra symptomer til årsaker vil vi være godt i gang med å skape en ny verden til glede for oss selv og kommende generasjoner.



Henning Jon Grini

ble født i Bergen i 1966.

I hele sitt voksne liv har han vært opptatt av de store spørsmålene i livet. Han er samfunnsengasjert og har startet flere virksomheter som

alle har hatt intensjon om å bidra til planetens beste samt løfte menneskets bevissthet til et høyere nivå. Han har bl.a. startet, drevet og vært redaktør for magasinet og forlaget Ildsjelen (nå Harmoni) i 12 år. Han har nylig startet organisasjonen GaiaInnovations.



ISBN 978-82-690436-0-0



9 788269 043600

www.gaiainnovations.org