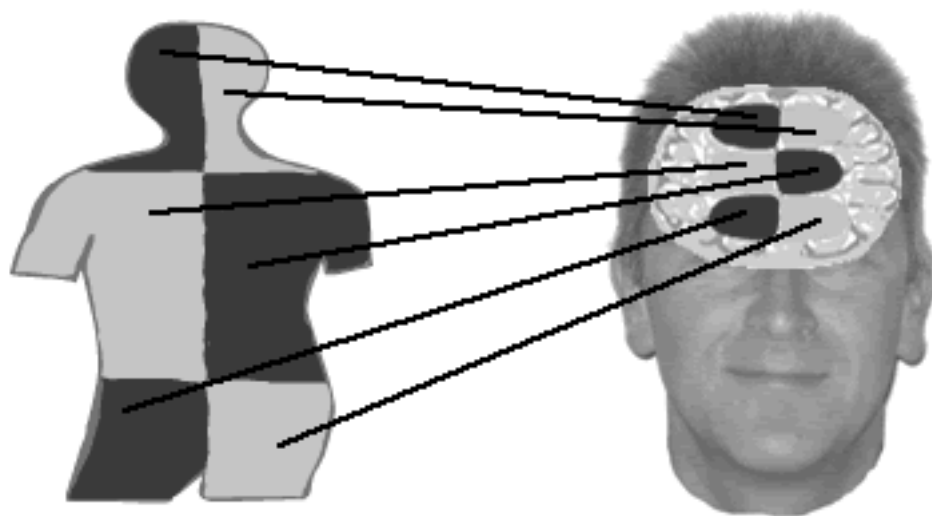


# Bevidsthedens forvandling

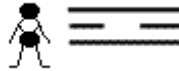
- om at få en fri bevidsthed



**Tommy Falkeøje**

## Bevidsthedens forvandling – om at få en fri bevidsthed

Copyright Tommy Falkeøje



De små figurtegninger, som findes i bogen, stammer fra Kina. Man tegnede dem allerede 1000 år før 0 eller måske endnu tidligere. Omkring år nul ændrede man tegningerne noget. Og efter et par hundrede år holdt man op med at tegne sådan. Men i tiden 1000-1200 begyndte man igen at tegne dem. I nyere tid er man holdt op igen. Nu bruger man nogle streg symboler i stedet for. Figurtegningen viser den elektriske spænding på kroppens overflade. Sort (kineserne tegnede med rød) betyder høj ladning eller opladning. Hvid (kineserne tegnede med gul eller gylden) betyder lav ladning eller afladning. Vi nervetrådene overføres det elektriske spændingsmønster til hjernen og danner her en bevidsthed, som har samme struktur som spændingsmønstret på kroppens overflade.

Bogen er anden del af et dobbeltværk.

**Bevidsthedens historie**, redegør for historiske kendsgerninger – set ud fra en synsvinkel, hvor man kigger på strukturerne i bevidstheden.

**Bevidsthedens forvandling**, anskuer fremtiden på baggrund af de erkendelser, som første bog redegør for.

# Forord

Lad mig starte med en analogi. Vi forestiller os, at man er flyttet ind i et gammelt hus. Der har i tidens løb været problemer med den elektriske installation, men der har aldrig været nogen elektriker, der har repareret det. I stedet har skiftende beboere selv løst problemerne. Men nu er der opstået to store problemer. Det ene er komfuret. Der skulle gerne komme 380 volt til ovnen. Men der kommer kun 220 volt. Og derfor tager det adskillige timer at bage et brød. Det andet problem er køleskabet, hvortil der skulle komme 220 volt. Men der kommer 380 volt. Og det slår det hele tiden gnister; og ind imellem slukker det og vil ikke fungere.

Dem, der nu bor i huset, kan indse, at det ikke kan fortsætte. Der er store problemer med komfuret og køleskabet. Lige nu har de ikke råd til at købe nye hårde hvidevarer til køkkenet. Men de anerkender, at det er den eneste løsning på længere sigt. De skal simpelt hen have et nyt komfur og et nyt køleskab.

Men os, der ved bedre, er klar over, at det ikke vil hjælpe. Selv hvis de køber det dyreste nye komfur, vil problemet fortsætte. Og selv om de anskaffer det bedste nye køleskab, vil de have det samme problem.

Og lad mig så skifte til den virkelige verden, som vi bor i. Her er der i tiden løb også opstået nogle problemer. Og de grundlæggende årsager har man aldrig formået at gøre noget ved. Til gengæld har der været forskellige klassekampe og politiske løsninger, der har lappet på problemerne og fået systemet til at køre videre. Men der er opstået 2 store problemer, som nu er blevet så store, at alle kan indse, at det ikke kan fortsætte.

Det ene problem er den kapitalistiske økonomi. Helt frem til 1970 havde en virksomhed kun én regnskabschef, og man tjente de fleste penge på at producere og sælge varer. Men så skete der endnu et skridt i kapitalismens udvikling. I stedet for at investere i produktion, kunne det bedre betale sig at investere i finanser. Hvis man købte aktier, der handlede om at producere noget, kunne man få 10-20 % i rente, og så vidste man, hvilken produktion aktierne handlede om. Men så kunne man i stedet købe andre aktier, der gav 30 % i årlig rente. Her kunne man ikke få at vide, hvad pengene gik til. Men det var en meget sikker investering. I de år fik de fleste fattige lande et stort militær – uden at nogen spurgte, hvor pengene kom fra. I finanscentrene tjente spekulanterne godt. Og år efter år har de tjent mere og mere. En virksomhed i dag har stadig en regnskabschef, som styrer produktionen. Og måske tjener man også lidt på at producere. Men nu har man også en kasseimester, der spekulerer med virksomhedens penge. Og han tjener mange gange mere, end hvad virksomheden kan opnå ved at producere. For 10 år siden kunne en finansmand tjene et par millioner om året. Men i dag er det mere normalt, at han tjener over 100 millioner om året. Udelukkende ved spekulation. Nogle har undersøgt, hvem disse spekulanter er. Og de er selvfølgelig meget forskellige. Men et flertal af dem tager dagligt kokain og drikker sig fulde. Og de har et stort forbrug af prostituerede. De låner penge ud til virksomheder, der bygger huse, der er for dyre. Og de låner penge ud til folk, der vil købe disse huse, selv om de ikke har råd til at betale gælden tilbage. Og gældsbeviserne sælger finansfolkene til andre mindre kloge spekulanter, der så går fallit. Man griner rigtig meget i disse kredse. Og under den finanskrisen, som Vesten har været igennem siden 2008, har disse spekulanter øget deres indtjening ganske meget. Alle venstreorienterede, socialister og marxister kan indse, at det ikke kan fortsætte. Men alle kapitalister mener, at man ikke kan ændre det økonomiske system. Der er ganske enkelt ingen alternativer. Og selv under den nuværende økonomiske krise har kritikerne ikke kunnet komme med et eneste forslag til forandring. Ligesom man i ovenstående analogi kigger på komfuret og kan se, at det ikke virker, kigger man på kapitalismens økonomi og kan se, at det ikke virker. Og så får man den tanke, at man skal udskifte det økonomiske system med et andet økonomisk system. Og så skal det nok fungere igen.

Det andet problem er den globale opvarmning, forureningen og jordklodens begrænsede ressourcer. Der har været en langsom udvikling, hvor belastningen af naturen er vokset. Og nu er det blevet så slemt, at mange kan indse, at vi er ved at ødelægge mulighederne for, at der kan leve højerestående liv på denne klode. Grønlands is smelter, og verdenshavene stiger. Der er områder, der bliver oversvømmet, så folk er nødt til at flytte. Andre steder stiger temperaturen så meget, at der hvert år er tørke, så der intet kan høstes. Og her dør folk af sult. Alle de let tilgængelige råstoffer er nu brugt, og man er i gang med at hente olie fra bunden af havet ved Nordpolen. Vi kan regne ud, at der skal 5 jordkloder til, hvis der skal skaffes råstoffer nok til, at alle mennesker på jorden kan komme op på vores levestandard. Drikkevand bliver mere og mere en mangelvare rundt omkring. Og alle miljøbevidste mennesker kan indse, at vi nu har et problem, der ikke kan fortsætte. Vi bliver nødt til at få et andet økologisk system, der er bæredygtigt og vedvarende. Og der er miljøfolk, som mener, at hvis vi kan ændre det, vil alle andre problemer automatisk blive løst hen ad vejen.

Jeg er ikke uenig i, at det er disse to problemer, som tydeligt viser, at der er noget galt. Og jeg mener også, at det er nødvendigt at gøre noget ved dem. Men jeg er helt sikker på, at noget lige så slemt vil dukke op, hvis man får løst disse to problemer – og så bare fortsætter med den bevidsthedsstruktur, som mennesker i Vesten er stagneret i. Denne bevidsthedsstruktur skaber en lang række af problemer, som jeg vil komme ind på i denne bog.

Man snakker meget om *udvikling*. Altså at man ændrer sin bevidsthed – underforstået til det bedre. Og her er metoden, at man anvender sin nuværende bevidsthed til at skabe en bedre bevidsthed. Det kommer der ikke ret meget ud af.

Denne bog handler ikke om udvikling, men om *forvandling*. Metoden er, at man skifter bevidsthed – og befinder sig så i en helt ny identitet. Og så undersøger man, hvad den nye bevidsthed går ud på. Her opdager man nye tanker, nye følelser, nye handlemønstre osv. Og det begynder man så at leve efter. Hermed har man forvandlet sig. Og så ser alting anderledes ud. Og man får idéer og tilskyndelser til at løse problemerne på nye måder.

Hvordan man skifter bevidsthed og til hvad – er så det interessante. Og det er, hvad denne bog handler om.

København 2015  
Tommy Falkeøje

# Indholdsfortegnelse

Indledning .....	7
Bevidsthedsspaltninger .....	12
Alienation .....	14
Reifikation .....	18
Deperdution .....	21
Kroppen .....	23
Menneskets natur .....	26
Samfundsmodel.....	30
Den besluttende magt .....	32
Den udøvende magt.....	33
Forfatningsdomstol og klagekontor.....	34
Splittelse .....	35
Folkemagt .....	36
Folkeråd .....	37
Dommere .....	38
Ambassadører .....	38
Religion .....	39
Bevidsthedsrunder.....	40
Græsrodsarbejde.....	44
Demokrati.....	48
Kommunikation .....	51
Lokalkommunikation .....	53
Visualisering.....	54
Terapiens fejltagelse .....	55
Psykoterapi .....	55
Kropsterapi .....	57
Åndedrætsterapi.....	58
Befri energien .....	60
Forvandling .....	62
Fri bevidsthed .....	63
Fri energi .....	64
Blive klogere .....	69
Sammenbruddet .....	70
Kapitalismens endeligt .....	70
Den nødvendige omstilling.....	73
Andre problemer.....	76
Imperiets fald.....	77
Mandefrigørelse.....	79
Børnefrigørelse .....	80

Start sammen.....	81
Intern snak .....	81
Ekstern snak.....	84
Fysiske og sociale rammer .....	88
Afslutning.....	90
Index.....	92

# Indledning

I min bog *Bevidsthedens historie* har jeg beskrevet den historiske udvikling, idet jeg har fokuseret på, hvordan strukturerne i bevidstheden har ændret sig gennem tiden. I nærværende bog, *Bevidsthedens forvandling*, kommer jeg så ind på, hvad der sker, hvis man begynder at ændre sin bevidsthed for at opnå et bedre liv.

Der har været andre skribenter i tidens løb, som også har forsøgt at beskrive en ny tankegang, og de har efter min opfattelse gjort den fejl, at de har anvendt begreber, som normalt har en bestemt betydning, men som de nu anvender med en anden betydning. Og det indebærer, at man skal læse deres bøger meget intenst for at opdage den nye betydning. Den fejl har jeg undgået.

I min første bog *Bevidsthedens historie* får læseren kendskab til nogle nye begreber. Disse begreber forudsætter jeg, at læseren nu kender og forstår. Men jeg vil alligevel kort introducere dem. Der er *energilegemet*. Det er et elektromagnetisk felt på kroppens overflade. Her kan der være forskellige *energimønstre*. De forskellige kropsdele kan have en *opladning* eller *afladning* – eller en *høj* eller *lav ladning*. Kropsdele kan være *højre* eller *venstre side*, og det kan være *underliv*, *bryst* eller *hoved*. Man kan *polarisere* sig og have forskellige energimønstre i de to sider. Man kan også *samle* sig og have samme energimønstre i begge sider. Energimønstrene overføres via nervetrådene til hjernen, så der her opstår samme energimønstre. Og det giver samme *bevidsthedsstruktur*. Hvis man kigger på en bestemt social situation, ser man det, som passer til den bevidsthedsstruktur, som man har indtaget. Hvis man så skifter energimønstre og altså indtager en anden bevidsthedsstruktur, skifter oplevelsen. Selv om man betragter nøjagtig den samme sociale situation, ser man den nu på en ny måde.

Når man først er kendt med de forskellige energimønstre, kan man føle dem. Det kan man selvfølgelig også, når man er stivnet i kun ét energimønster. Men så tror man, at man bare oplever sig selv. Når man er i stand til at skifte energimønstre, opdager man, at man kan føle de forskellige energimønstre. Det er som at føle forskellige udgaver af sig selv.

På engelsk betyder *energi* den kraft, som man har. Og det er først og fremmest en kropslig kraft. Senere er det også blevet til kulkraft, atomkraft osv. I modsætning til disse ikke-kropslige energier bruger jeg begrebet *psyko-energi* til den oprindelige form for energi.

Der er 8 grundlæggende energimønstre. Fordi man kan have alle 8 i hver kropsside, eksisterer der 64 energimønstre – og altså 64 forskellige bevidsthedsstrukturer eller udgaver af et *jeg*. Man kan spalte sin bevidsthed. Hvis der er forskellige ladninger i hoved og bryst, kan man opnå en bevidsthed, hvor man enten kun har opmærksomhed på hovedets bevidsthed eller på brystets. Og tilsvarende hvis der er forskellige ladninger mellem bryst og underliv, kan man opnå en bevidsthed, hvor man kun har opmærksomhed på brystets eller underlivets bevidsthed. Man taler her om fortrængninger og projektioner. Hvis der er tale om en permanent spaltning mellem underliv og bryst, kalder jeg det for *alienation*. Hvis det er en permanent spaltning mellem højre og venstre side, kalder jeg det *reifikation*. Og hvis det er en permanent spaltning mellem bryst og hovedet, kalder jeg det *deperdition*. Permanente spaltninger indebærer *muskelspændinger* mellem kropsdelene. Det kan være en *overspænding*, hvor musklerne er hårde. Eller en *underspænding*, hvor musklerne er slatte.

Her i bogen anvender jeg små figurtegninger til at illustrere energimønstrene. En *sort* kropsdel på tegningen betyder høj ladning eller opladning. En *hvid* betyder lav ladning eller afladning. Og en *streg* betyder en spaltning i bevidstheden. Man skal forestille sig figurerne som små personer, der er set forfra. Den side, som man ser til venstre, er altså personens højre side.

Engang i fremtiden vil sådanne tegninger sikkert ikke være nødvendige. Så kan man for eksempel beskrive en bevidsthed sådan: *Han anvender analyse-modtager-energien*. Det vil straks give en klar opfattelse, hvis man kender disse begreber. Ellers skal man skrive 2-3 siders tekst for at forklare det.



Istedet for at skrive analyse-modtager-energien, kan det tegnes som vist her til venstre. Nogle mennesker tænker meget i billeder. Andre tænker mest i ord. Her i bogen er der både billeder og ord. Det førstnævnte energimønster er det i højre side.



Modtager-analyse-energien giver en anden bevidsthed. I venstre side *hersker* hjertet, og i højre side *hersker* leveren. Venstre sides bevidsthed indebærer en følelse af kærlighed. Højre sides bevidsthed indebærer en følelse af kraft eller magt.



Her i bogen tager jeg udgangspunkt i det europæiske energimønster og dets spaltninger, sådan som det ses tegnet her til venstre. Men inden vil jeg kort beskrive de 8 grundlæggende energimønstre – idet jeg beskriver den bevidsthed, som de giver, hvis man er stagneret i et enkelt energimønster.



*Territorie-energien.* Hvis man har alienationens bevidsthedsspaltning mellem underliv og bryst, kan man her især føle sit underliv. Og så er man fokuseret på urin, afføring og sex, men også på dyrisk kraft og vilje. Hvis man så er opdraget meget religiøst, kan man fortrænge underlivet og i stedet opleve det spirituelle eller åndelige, hvor tanker (hoved) og følelser (bryst) forener sig, og hvor man oplever fællesskabet som et guddommeligt samfund. Hvis man ikke er aleneret, oplever man begge lige meget. Og det giver en oplevelse af et territorium. Det behøver ikke være et fysisk territorium. Det kan godt være psykosocialt. Her oplever man 2 psykiske grænser – eller rettede, man oplever 2 grupper. Den ene er ens primærgruppe. Det er den nære familie. Ikke forstået som ægteskab og kernefamilie. Der kan godt være flere voksne, og man kan godt have sex med flere. Og der er også ens børn. Og måske en nabo eller et par nære venner. Den anden er ens sekundærgruppe. Det er landsbyfællesskabet, klanen, stammen eller klubben. Indenfor hver af disse 2 grænser oplever man bestemte mennesker, som man føler fællesskab med. Andre mennesker oplever man ikke, når man er i dette energimønster..



*Enheds-energien.* Her er det spirituelle eller åndelige adskilt. Hvis bevidstheden er aleneret, giver det en oplevelse af det gode (hoved) kontra det onde (underliv) – eller det åndelige kontra det dyriske. Energimønstret kan anvendes både individuelt og kollektivt. Altså som et *jeg* eller et *vi*. I det gamle jøderige flere hundrede år før år 0 blev det anvendt som et *vi*. Her havde Gud hævet jøderne op over det dyriske og gjort dem til hans redskab på jorden. Alle andre stammer og folkeslag var dyriske. Og man havde ingen skrupler ved at dræbe dem. Nazi-Tyskland havde også enheds-energien som samfundsbevidsthed. Fordi jøderne ikke ville integreres i det stortyske fællesskab, opfattede man dem som halvvejs dyriske – og havde heller ingen skrupler ved at slå dem ihjel. I dag ser vi staten Israel, som også primært identificerer sig med enheds-energien, hvor jøderne er med i fællesskabet. Og i de israelske fængsler ses det også, at man ingen skrupler har ved at behandle arabiske palæstinensere, som om de var halvvejs dyr.

I Europa har vi enheds-energien i venstre side, hvor vi godt kan indse, at fremmede kulturer er nede på et dyrisk niveau. Men vi har også analyse-energien i højre side, hvor vi oplever fremskridt, evolution og udvikling. Så hvis vi bare hjælper de andre kulturer, kan de komme op på vores niveau og dermed komme ud over det dyriske.

I den borgerlige familie i Europa har man tidligere brugt og delvis stadig bruger enheds-energien som et familie-*vi*. Alle i familien skal føle det samme. Andre er ikke med i dette fællesskab. Man tager sig af hinanden i familien. Og andre må klare sig selv.

Denne *vi*-følelse opstår, hvis man ikke har god kontakt til territorie-energien, hvor man jo netop danner en primær- og en sekundærgruppe. Hvis man derimod har anvendt territorie-energien til dannelse af sådanne nære fællesskaber, får enheds-energien en helt anden funktion, idet den nu bliver *jeg*-orienteret.

Der er nogle sociologer, der mener, at folk før 1700-tallet kun havde et gruppe-*vi*. De mener, at det var reifikation – altså spaltningen mellem højre og venstre side – der gav en individualistisk bevidsthed med et *jeg*. Men det er ikke rigtigt.

Den naturlige brug af enheds-energien er at føle et *jeg*. I Indien kalder man denne bevidsthed for det kosmiske *ego*. Det er ikke egoistisk i den forstand, at man raver til sig på andres bekostning. Det er følelsen af et selvstændigt *jeg* – og det er også trangen til at markere dette *jeg* overfor andre i sin primær- og sekundærgruppe. Det går ganske enkelt ud på at vise sine følelser. Når man står i en



bestemt social situation, som kræver stillingstagen eller handling, skal man ikke argumentere og forklare (med analyse-energien). Man skal vise, hvad man føler. Det er ikke vel anset i Europa, fordi følelsen jo svæver mellem det gode (hoved) og det onde (underliv). Og det er ofte ret pinligt, uskønt og ikke-politisk korrekt. Men det er den naturlige brug af enheds-energien. Og den er lige så ofte medfølelse, smuk og kærlig.



*Hengivelses-energien.* Hvis man er splittet mellem hoved og bryst, får man i dette energimønster nogle tanker, der kører i ring hele tiden. Man kan blive helt hysterisk og fortvivlet. Men det naturlige er, at man med hengivelses-energien hengiver sig til andre. Med hovedet kigger man ned på sin krop og ser den på en måde udefra – eller man ser den, som om man kigger fra andres synsvinkel. Hvis man er stivnet i energimønstret, bliver det til, at man ser sit udseende, sit tøj, sin makeup osv. Er man delvis stivnet, ser man sin socialrolle. Man har så opmærksomhed på, hvordan man virker på andre. Med en fri bevidsthed oplever man ikke kun sig selv, men sig selv sammen med andre. Det er ikke sådan, at man tænker, at hvad der er godt for mig, er også godt for andre, og derfor skal de bare gøre, som jeg vil. Det ville forudsætte, at man havde høj ladning i underlivet, så man mærkede sin vilje og kraft. Det er lige omvendt. Man tænker, at det som er godt for de andre, er også godt for mig. Så derfor underkaster jeg mig deres vilje. Mine tanker går kun på at følge dem. Det er ubetinget kærlighed. Uden dette energimønster ville man aldrig ofre sig for sine børn eller sin kæreste. Energimønstret giver kun mening, når det udfolder sig inden for primær- eller sekundærgruppen. Når man er flere i sådanne fællesskaber, giver hengivelses-energien tanker om, hvilken rolle man spiller eller bør spille i fællesskabet.



*Modtager-energien.* Man kan bedst forstå dette energimønster, hvis man tænker på en fødende kvinde. Det handler udelukkende om at tage imod det, som kommer. Men det handler også om at slippe fortiden. Der er tale om en bevidsthedsmæssig forvandling. Hver gang man går ind i energimønstret, forvandler man sig en lille smule. Almindelige europæere mener, at mennesker, der udfolder hengivelses-energien, er uselvstændige. Og så mener de samme europæere, at mennesker i modtager-energien – lige bortset fra fødende mødre – er ved at miste forstanden, og at de ikke har evnen til at fastholde et *jeg*. Europæerne mener nemlig, at bevidstheden opbygges gennem barndommen, og at den aldrig ændrer sig i voksenlivet, udover at den konsolideres og forstærkes. Man ved godt, at mennesker kan blive sindssyge og ændre bevidsthed. Og under en revolution er der mennesker, der også ændrer deres bevidsthed. Men ellers kan man ikke forestille sig nogen ændringer. Det oprindeligt normale er imidlertid, at man ind imellem gennemlever modtager-energien. Her smider man noget ud af sin bevidsthed – og man tager noget andet ind og integrerer det. Og dermed forvandler man sig. Der kan ske små forvandlinger – og det sker måske med et par ugers mellemrum. Og der kan ske store forvandlinger – og de sker måske med nogle års mellemrum.

Det interessante er, at man ikke kan huske det, som var tidligere i ens bevidsthed, men som nu er smidt ud. Men det virker kun, hvis man slipper det fuldstændigt. Og det vil sige, at man både skal slippe det i tankerne (hoved), i følelserne (bryst) og i ens dyriske krop (underliv).



*Analyse-energien.* De gamle grækere og romere havde dette energimønster og tilhørende bevidsthed. Der var en overklasse (hoved), der herskede over en underklasse (underliv). Overklassen havde forstand på at styre, og underklassen var ligesom dyr. For mange generationer siden havde overklassen selv været dyrisk; men evolutionen havde skabt en udvikling, så man nu var kommet op på et højere bevidsthedsmæssigt stade. Og nu blev man nødt til at påtage sig førerskabet for hele verden, så menneskeheden i fremtiden kunne komme op til en tilstand, hvor forstanden ville råde. Det nyttede ikke at være blødsøden og tillade, at de dyriske mennesker skulle være med til at bestemme. For så ville man trække hele menneskeheden ned på det dyriske stade. I stedet skulle man være glad for, at man selv havde fået en over-dyrisk forstand. Og så skulle man kæmpe for at skabe hele verden om, indtil forstanden herskede overalt.

Bevidstheden i underlivet var jordisk. De dyriske mennesker var skabt af jord, og efter døden blev de til jord igen. De kunne godt opleve smerte, når man torturerede dem. Men døden var en befrielse for dem.

Med analyse-energien føler man en energistrøm fra underliv til hoved, og man oplever, at der hele tiden er en udvikling fra det dyriske til det forstandige. Selv i historiske perioder, hvor samfundet ændrer sig fra noget fornuftigt og forstandigt til noget barbarisk og dyrisk, oplever folk – hvis de er stivnet i analyse-energien - at der sker fremskridt.

I 1400-tallet ville den europæiske adel ikke længere underlægge sig kirkens magt, men ville tilbage til kun at udfolde analyse-energien, sådan som de kendte den fra de gamle grækere og romere. Adelen mente, at man tidligere havde svigtet - og tilladt, at dyriske mennesker havde indflydelse på udviklingen, og derfor var alt gået galt. Nu skulle man genindføre forstandens magt. Ganske vist ville det medføre grusom tortur og undertrykkelse. Men det var nødvendigt. Alle de dyriske og onde kræfter skulle udryddes. Så kunne man arbejde sig frem til en ny verdensorden, hvor forstanden alene herskede.

Man startede så koloniseringen, imperialismen og nu globaliseringen. Og europæerne mener stadig, at vi er civilisationen (hoved), og at mennesker i andre kulturer er nede på et middelalderligt stade (underliv). Ind imellem bliver vi nødt til at bruge vores avancerede krigsmateriel og føre krig mod dem. Og hvis de gør gengæld og skærer hovedet af en af os, viser det bare, at de er barbariske, og så må vi indsætte mere militær og dræbe flere af dem.

I 1400-tallet var der også en intern krig i Europa – rettet mod bønderne. Og senere blev det også en krig rettet mod arbejderne. Man fik en underklasse, som man opfattede dyrisk, og som var mere eller mindre kriminelle. Og stadig i dag føres en kamp mod de kriminelle. Flere og flere af dem sættes i fængsel i længere og længere tid. Og virkningen heraf er, at der bare kommer flere kriminelle og mere kriminalitet. Det viser de statistiske kendsgerninger. Men det har ingen indflydelse på tankegangen. Det er analyse-energien, der dikterer, hvordan man tænker. Og her bliver man nødt til at bekæmpe mennesker, der udfolder underlivets bevidsthed. Enten sætter man dem i fængsel, eller også kommer de i psykiatrisk behandling. De skal lære, at det er hovedets bevidsthed, der skal udfoldes. Og de skal lære, at deres hoved skal styre og kontrollere deres underliv, så de ikke udfolder den bevidsthed, der findes dér.

Den gode brug af analyse-energien handler om, at man bliver klar over (hoved), hvad man vil (underliv).



*Samlings-energien.* Her er der afladning eller lav energi i underlivet. Det betyder, at man har sluppet opmærksomheden på sin vilje og kraft. Dermed tillader man, at noget helt nyt kan ske. Man er parat til at modtage det, der kommer til én. Og socialt set indebærer det, at man åbner sig for en samling med andre. Men når man – med enheds-energien – har polariseret de spirituelle energier og dermed har det gode i hoved og det onde i underlivet, tager man selvfølgelig afstand fra samlings-energien, fordi det jo svarer til, at man lukker det onde ind i sig. Når man sådan har projiceret underlivets bevidsthed udenfor sit *jeg*, er der kun tanker (hoved) og følelser (bryst) tilbage. Og her er de forbundet som særlige tankefølelser eller følelsetanker. Og det gør, at man bliver opfattet som dum og naiv.

Når man er forelsket, tillader man sig at bruge alle energierne. Og her er det jo, at man har brug for samlings-energien for at forene sig med et andet menneske. Og så er det tilgiveligt, at man vrøvler og siger noget, hvor følelserne spiller sammen med tankerne. Det europæiske menneske skal dog helst hurtigt komme igennem denne fase og slippe ud af samlings-energiens bevidsthed – er den almindelige opfattelse.



*Udlevelsens-energien.* Med denne bevidsthed er der ingen udvikling eller evolution. Republikanerne, som er stivnet i dette energimønster, mener, at Gud skabte menneskene for 3-4000 år siden. Og Gud har også sørget for at påvirke de mennesker, der har skrevet de bibelske skrifter, sådan at det er Guds vilje og lov, der står i Biblen. Når man skal udføre noget, skal man ikke lægge planer (hoved). Denne del af bevidstheden tilhører Gud. Selv har man følelser (bryst) og

dyrisk kraft (underliv). Og dem skal man bare udfolde frit. Så sørger Gud for, at der kommer noget godt ud af det.

Den gode brug af udlevelsens-energien er at bruge alle sine kræfter (underliv og bryst) til at opdage og erkende (hoved) nye veje eller måder, hvorpå man kan udfolde sig og nå det, man gerne vil.



*Skaber-energien.* I dette energimønster er der ingen indre energimæssige adskillelser mellem høj og lav ladning. Og det indebærer, at man oplever, at alt hænger sammen. Vi har set det praktiseret hos visse kejsere og konger, der har troet, at alle andre bare skulle have samme bevidsthed som dem – og hvis de ikke havde, var de nogle destruktive kræfter, der skulle udryddes og derfor dø. Når herskeren smilte, skulle alle andre også smile. Når han grinte, skulle de grine. Når han var træt, skulle alle gå i seng. Når han ville i krig, skulle alle ønske at gå i krig osv.

I et frit samfund uden herskere handler skaber-energien om at koordinere sig med hinanden. Det handler ikke om at blive enig. Men om at give plads til hinanden, så alle kan udfolde sig frit.

## Bevidsthedsspaltninger



Vi skal koncentrere os om det europæiske energimønster, som europæerne er stivnet i. Her er der analyse-energien i højre side og enheds-energien i venstre.



I 1400-tallet fik vi *alienationen*, hvor man hævede sig op over dyret i sig selv og fik en civiliseret forstand i hovedet. Siden da gennemfører alle forældre en børneopdragelse, hvor et barn i 1-2 års alderen tvinges til at gennemføre spaltningen.



For overklassen i 1700-tallet og for arbejderklassen i 1800-tallet fik man *reifikation*, hvor man fik en bevidsthedsspaltning mellem de to kropssider. Og alle børn i Europa tvinges nu i 3-4 års alderen til at gennemføre denne spaltning.



Og i 1980-90'erne startede *deperdutionen*, hvorefter man identificerede sig med hovedet, men hvor indholdet i bevidstheden nu udgøres af 6 *mig*'er. Denne spaltning sker nu for de unge i 10-14 års alderen.

Det, som jeg skriver, er meget generaliserende. Men selvfølgelig er der forskelle fra den ene familie til den anden. Og børn er fra fødslen af også forskellige. Men i overvejende grad er processen ens for alle.

I alle frie kulturer vokser børn op i børnegrupper. Deres primære socialisering er, at de identificerer sig med andre børn, der er lidt ældre end dem selv. I vores kultur, hvor børn vokser op i en kernefamilie, identificerer den førstefødte sig med mor og far, for der er ikke andre. Det giver barnet en oplevelse af, at det er alene, at det er anderledes, at det er under kontrol og styring. Det ældste barn får derfor nemt en særlig rolle, hvor man skal være ansvarlig. De følgende børn har så en ældre bror eller søster. Men det er stadig mor og far, der dominerer og fastsætter de sociale normer.

Engang hvor jeg var på besøg i en stammeland i ude i den indiske jungle, sad jeg og snakkede med de voksne (via en tolk). Og lige pludselig kom der en gruppe børn gående forbi. Det var 5 børn i alderen 2-4 år. De mindste kunne knap nok gå. Først tænkte jeg, at de ville komme hen til os og kontakte deres mor; men det skete ikke. De var ret ligeglade med os. De vandrede bare forbi og forvandt – jeg ved ikke hvor. Lidt senere var der en anden børnegruppe, der ville se, hvad vi lavede. Her var børnene 6-9 år gamle og stod og kiggede på os i 5-10 minutter, inden de forsvandt igen.

Der var en anden stammeland, hvor jeg boede i længere tid. Og her kunne jeg iagttage socialiseringen. Når et barn blev kuet, kunne det godt græde. Men det holdt hurtigt op, for vedkommende klagede sin nød til de andre børn. Og nogle af de større børn sørgede så for at irettesætte de andre børn, så alle blev behandlet ordentligt.

Jeg så også, at børn ind imellem henvendte sig til de voksne. Og det var nogle gange deres forældre. Men lige så ofte var det en særlig børnevenlig tante eller onkel. Eller det var en bedstemor eller bedstefar, som ikke nødvendigvis var i familie med barnet, men som interesserede sig for børn, og som børnene havde tillid til.

I dag siges det ofte, at et barn har brug for både en far og en mor. Hermed mener man, at det ikke er godt for et barn kun at vokse op med én forælder. Og det er jeg enig i. Mænd i vores kultur opfører sig følelsesmæssigt med analyse-energien. Og kvinder gør det med enheds-energien. Og jeg mener også, at det er bedre for et barn at opleve både en mand og en kvinde, sådan at barnet får kendskab til 2 energimønstres bevidstheder frem for kun én.

Selvom et barn tidligt i sit liv – på grund af socialt pres - begynder at spalte sin bevidsthed, vil barnet igen og igen slippe spaltningerne – for så igen at påtage sig dem, når der opstår konflikt. Det varer derfor det meste af barndommen, inden et barn endeligt stivner i det europæiske energimønster.

Mens barnet er lille, roser forældrene barnet, når det udfolder analyse-energien og enheds-energien, sådan som en mand og en kvinde gør her i Europa. Og hvis barnet udfolder nogle af de andre energimønstre, viser forældrene misbilligelse, så barnet ved, at det gør noget forkert.



Hvis barnet berører sine kønsdele (underliv), bliver det misbilliget. Forældrene kan godt berøre barnet alle andre steder – men ikke i skridtet.



Hvis barnet ikke kontrollerer og styrer sig selv (lav ladning i hoved), bliver det misbilliget og irettesat.



Hvis barnet ikke danner nogen indre bevidsthedsgrænse, og dermed heller ikke er i stand til at danne grænse mellem sig selv og andre og derfor opfører sig egoistisk, som om der slet ikke var andre ..... misbilliges barnet, fordi det ikke opfører sig socialt, mener man.



Hvis barnet bare siger (hoved), hvad det føler (bryst) uden at tænke sig om først, misbilliger man barnet.



Hvis barnet bare er tilskuer (hoved) og ikke engagerer sig følelsesmæssigt og kropsligt, misbilliges barnet også.



Og hvis barnet er energiforladt og indadvendt, bliver det også misbilliget. Altså, barnet misbilliges, hver gang det indtager et af de 6 energimønstre, som ikke er med i det stivende europæiske energimønstre.



Legekammeraterne præger også hinanden. En dreng leger mest lege, der handler om at blive en "rigtig" mand, altså analyse-energien. Det er lege, der handler om "at være den". Enten er man sejrsherre (hoved) eller taber (underliv). Man lærer at herske. Og man lærer også at underordne sig. Der er også konkurrencer, hvor man kan sammenligne sig med andre. Det handler meget om hierarki. Man får en bestemt plads.



En pige leger mest lege, der handler om at blive en "rigtig" kvinde, altså enheds-energien. Det er lege, der handler om at være sammen - udgøre en enhed. Her kan man være giftig, intrigant, samarbejdende, modarbejdende, klikedannende, bagtalende, frastødende, dominerende. Det er følelserne (bryst), der styrer. Og den enkelte er altid i centrum og selvhævdende.

Når børnene kommer i skole, skal de lære at være sociale. Og det betyder, at de skal lære at bruge de to sider i det traditionelle energimønstre på en bestemt måde.



Pædagoger og lærere er enige om, at børnene skal bruge det bevidsthedsmæssige indhold fra enheds-energien følelsesmæssigt og socialt. Man skal lære at være ét fællesskab. Det er dårligt at bruge det intellektuelt, for så får man en selvcentreret opfattelse, hvor man ikke kan se andres synsvinkler. Og det er dårligt at gå egne veje, for så bliver man egoistisk.



Og man er også enig i, at det er dårligt at bruge analyse-energien som følelsesmæssig identifikation. For det giver en bevidsthed med adskillelse, så der kommer konfrontationer, klikedannelse og magtkampe. I stedet skal man bruge analyse-energien til intellektuel udvikling, så det bliver inde i hjernen, at der kommer konfrontationer mellem ord, hvorved der opstår klik af begreber og idéer, der relaterer sig til hinanden.

I løbet af puberteten bliver påvirkningerne fra forældrene mindre end påvirkningerne fra jævnaldrende og skolen. Nu bliver de unge ikke længere påvirket af lige meget mande- og kvindeenergi,

selvom de har begge sider i sig. De kan sikkert stadig indtage alle energimønstrene; men med nogle af dem bliver de nedgjort:



Hvis en dreng indtager territorie-energien, er han en usling, der kun tænker på sin egen penis (underliv), mens han ikke kan finde ud af at orientere sig (bryst og hoved) i forhold til andre.



Hvis han indtager udlevelsens-energien, er han vild (underliv og bryst) og kan ikke kontrollere eller styre (hoved) sig selv.



Hvis han indtager skaber-energien er han selvoptaget, dominerende og tror, at han altid har ret. Med høj ladning overalt er der ingen energimæssig adskillelse og derfor heller ingen bevidsthedsmæssig adskillelse. Han oplever derfor kun sin egen bevidsthed.

Hvis en pige indtager nogle af disse mande-energier, er hun meget fræk, men bliver også anerkendt for ikke at være så piget.



Hvis en pige indtager samlings-energien, er hun et sludrehoved, der snakker konstant - uden at have noget emne, hun holder sig til. Hver gang hun får en følelse (bryst), omsættes den straks til snak (hoved).



Hvis hun indtager hengivelses-energien, er hun uselvstændig og uengageret. Hun (hoved) kan kun kigge på sig selv (bryst og underliv).



Hvis hun indtager modtager-energien, er hun apatisk og opgivende. Der er ingen energimæssig adskillelse og derfor heller ingen bevidsthedsmæssig adskillelse: Og hun oplever egentlig ikke noget, for det ville kræve en høj ladning.

Hvis en dreng indtager nogle af disse kvinde-energier, er han lidt af en tøsedreng, men bliver også anerkendt for at være blid og sød.

Bruger man disse 6 energimønstre, bliver man altså misbilliget. Men så er der to energimønstre, hvor man bliver rost:



Når man indtager analyse-energien, er man intelligent (kan arbejde med to bevidsthedspoler), selvkontrollerende (hoved kan styre underliv) og målrettet (energi fra underliv til hoved). Det forventes af en dreng; men det er godt, hvis en pige også kan det.



Og når man indtager enheds-energien, er der kun én energipol – og dermed én bevidsthedspol. Man føler, at de kræfter, som man har i sig, ikke kan adskilles fra andre. Man kan bruge det på en intrigant måde for at hævde sig selv. Men man har dog i det mindste en føling med andre. Og når man ikke selv er presset, bliver man ansvarlig, medfølelse og omsorgsfuld. Det forventes af en pige; men det er godt, hvis en dreng også kan det.



Tidligere kunne man godt tillade sig at være enten mand eller kvinde. Men det går ikke mere. I dag skal man være i kontakt med både det mandlige og det kvindelige.

### **Alienation**



Alienationen starter allerede i 1-2 års alderen. Det gælder for alle bevidsthedsspaltninger, at de egentlig aldrig er mere end én dag gammel. For man kan altid slippe dem igen. Man indtager spaltningen, hver gang man kommer i en bestemt social situation, hvor det forventes, at man har den spaltede bevidsthed.

Psykologer mener, det er nødvendigt, at et menneske sådan undertrykker og fortrænger det dyriske i sig selv. Hvis man ikke gør det, vil man opføre sig ondt og destruktivt. Man bliver nødt til at få en fornuftig og forstandig bevidsthed i hovedet, som kan holde det dyriske nede.



Hvis vi ikke gør det, vil vi komme tilbage til de tilstande, der herskede inden 1400-tallet, hvor mennesker altid voldtog og myrdede hinanden – tror man. Sagen er, at vi tydeligt kan føle, at menneskeheden har udviklet sig fra noget dyrisk op til noget civiliseret. Og vi ved jo, at der var vold, tortur, krig og undertrykkelse i 1400-tallet - og ergo må der have været endnu mere grusomhed tidligere. Mennesker har tidligere altid været dyriske og onde – er den almindelige opfattelse. Og vi skal glæde os over civilisationen, hvor vi endelig har hævet os op over det og fået fred.

Problemet er bare, at alle historiske kilder vidner om det modsatte. Vi ved, at der var fred og retfærdighed før 2000 før år 0. Der var retfærdige love, og mænd og kvinder var ligestillet – nogle forskere mener ligefrem, at der var matriarkat. Da den sidste istid ophørte omkring 10.000 før år nul, begyndte isen at trække sig tilbage nordpå. Og det medførte, at klimaet blev mere tørt, og at det frugtbare land efterhånden blev til steppe og ørken. Det medførte territoriekrige, som for alvor brød ud omkring år 1200 før 0. Der var total i krig i over 400 år, hvorefter der begyndte at opstå lande med hære. Vi skal helt op til et par hundrede år efter år 0, før der kom nogenlunde fred. Så var der en lang periode på flere hundrede år med forholdsvis megen fred og retfærdighed. Omkring år 1200 efter 0 startede krigen mellem adelen og bønderne. Og det blev mere og mere grusomt. Og adelen valgte så omkring år 1400 at knytte sig til den bevidsthed, som de gamle grækere havde.



Det var analyse-energiens bevidsthed. Og fra 1400-1600 blev det mere og mere grusomt. Tortur, vold og undertrykkelse voksede. Folk døde yngre og yngre. De fleste voksne omkring år 1600 var kun 10-15 år gamle. Mange døde, inden de blev 20 år. Og kun få blev mere end 35 år. Adelen startede også med at rejse ud og danne kolonier. Og man gjorde de indfødte til slaver, som man piskede og myrdede, hvis de ikke adlød. Der kom flere og flere krige i Europa mellem landene. Første Verdenskrig var utrolig blodig med millioner af døde. Men Anden verdenskrig var endnu mere grusom med endnu flere døde. Efter denne verdenskrig har der været krige rundt om i verden, hvor det som oftest har handlet om, at landene i Europa skulle bevare den økonomiske magt, sådan at de fleste råvarer kunne overføres til Europa.

Forestillingen om, at vi kommer fra noget ondt og dyrisk, og at vi udvikler os op mod noget mere fornuftigt og civiliseret, er en myte. Det skyldes, at europæere tænker i overensstemmelse med analyse-energien. Selve energimønstret giver den følelse, at alting altid går fremad og opad. Både når en europæer læser historiske kilder og tænker på, hvad der er sket i hans egen levetid, kan han kun se det, der går fremad og opad. Alt andet ses ikke. Det er derfor aldrig til diskussion. Det er ikke sådan, at nogle vestlige forskere mener, at den historiske udvikling går op og ned. Den går kun opad. Det er selve fundamentet i den europæiske tankegang, at der er denne udvikling fra det dyriske til det forstandige – også selvom historiske kilder beviser det modsatte.

Og da man som god forælder gerne vil hjælpe sit barn, og som god pædagog eller lærer gerne vil hjælpe børnene, skal de selvfølgelig lære, at det er nødvendigt at hæve sig op over det dyriske i sig selv.



Lad mig lige komme ind på alternativet, sådan som vi så det i den borgerlige revolution i Europa, hvor folk kastede undertrykkelsen af sig, og hvor de begyndte at udfolde sig frit. Selve skiftet fra analyse-energiens til udlevelsens-energiens bevidsthed blev grundigt diskuteret blandt alle i løbet af 17-1800 tallet. I stedet for at staten (hoved) skal undertrykke folk (underliv), skal man afskaffe staten. Så får folk frie følelser (bryst). Det enkelte menneske skal ikke have en styrende og kontrollerende bevidsthed i hovedet og undertrykke sin dyriske vilje. Man skal bare koble sin vilje (underliv) med sin lyst (bryst). Og så skal man koordinere sig med sine naboer og leve det gode liv. Ud over den borgerlige revolution i 1789-91 - med skabelsen af et

demokratisk parlament - skete der noget lignende i slutningen af 1800-tallet, i mellemkrigsårene mellem de to verdenskrige, og i de frigørende folkelige bevægelser i 1960-70'erne. Hver gang, der har været en kulturel fremgang med mere frihed og demokrati, har det altid handlet om, at mennesker har taget afstand fra analyse-energien. Men hver gang er det lykkedes for magthaverne at kvæle disse frihedsbevægelser, så man igen er havnet i analyse-energien, hvor man igen postulerer, at der altid er en fremgang, og at det er nødvendigt med en styrende og kontrollerende bevidsthed i hovedet til at undertrykke menneskers dyriske kraft.

I børneopdragelsen går det ikke ud på at *tvinge* barnet til at undertrykke sit underlivs bevidsthed. Hele opgaven går ud på, at få barnet til *selv* at ville undertrykke sig. Når barnet udfolder det dyriske, skal forældrene vise misbilligelse. Men det er ikke det vigtigste. Barnet skal opleve, at forældrene ikke selv udfolder underlivets dyriske kraft. Hver gang en forælder kommer i en situation, hvor det ville være naturligt at lade dyret i sig selv udfolde sig, skal man fortrænge underlivets bevidsthed og i stedet udfolde hovedets bevidsthed. Man skal være fornuftig. Man skal forklare og begrunde sine handlinger. Spædbarnet indser så, at det fra fødslen af er skabt forkert. Det har nogle medfødte følelser, som de voksne ikke har. Man er en ussel vanskabning. Man duer ikke til noget. Man bliver nødt til at lave om på sig selv. Hvis man ikke gør det, bliver man ikke accepteret. Man får kun smil og kærlighed, hvis man formår at være ligesom de voksne. Des mere kærlige og forstående forældrene er, des lettere er det for barnet. Smæk og skæld ud er mindre effektivt. Og da barnet ikke har andre at knytte sig til end forældrene, bliver barnet nødt til at gennemføre spaltningen. Med det stress, som forældrene i dag udsættes for, er det vanskeligt at gennemføre, og flere og flere børn får derfor en diagnose med en psykisk sygdom. Så får de medicin, som har den virkning, at den dæmper følelsen af underlivets kraft. Herefter kan de opføre sig normalt i børnehaven og skolen.

Hvis man som forælder vil opføre sig revolutionært i forhold til sine børn, skal man vise børnene, at man har underlivets dyriske kræfter i sig. Når børnene oplever det, føler de, at de er gode nok, sådan som de er. Så er de ikke en vanskabning. Så har de samme følelser som de voksne. Så føler de sig hjemme blandt ligesindede.



Der er to store problemer, som de vestlige samfund kæmper med. Det ene kaldes "den hvide mands byrde". Og det er, at vi bliver nødt til at styre verden. Alle de andre kulturer har jo endnu ikke undertrykt det onde og dyriske i sig. De mener selvfølgelig selv, at de er gode nok med den kultur, som de nu har. Men vi ved bedre. Vi ved, at hele menneskeheden har gennemlevet en udvikling fra det dyriske op til det forstandige. Og vi i vores kultur er foran de andre. Egentlig vil vi gerne være demokratiske sammen med dem. Og det lader vi som om, når vi sidder og forhandler med dem. Men dybest set ved vi, at der ikke er noget alternativ. Før eller siden bliver de andre nødt til at indse, at de også skal hæve sig op over det dyriske. Det er den eneste vej frem mod fred i verden. Og vi hjælper dem gerne. Især med militær støtte. Og når vi indsætter militær, er det jo ikke for at øge krigene. Ganske vist er der kommet mere og mere krig igennem de sidste par hundrede år. Og vi har altid spillet en helt afgørende rolle i disse krige. Men det har jo været i fredens interesse.

Vi har også blandet os i borgerkrige. For eksempel var der en situation for en del år siden, hvor den mangeårige borgerkrig i Somalia så ud til at slutte. Men det var de forkerte, der var ved at skabe fred på den forkerte måde, idet de var ved at stabilisere et styre, hvor der var en religiøs ledelse. Og derfor så vi i Vesten os nødsaget til at invadere landet og fjerne denne ledelse, der endnu ikke havde forstået, at de skulle hæve sig op over det dyriske og indsætte en forstandig ledelse af landet.

Det viser sig igen og igen rundt om i verden. Mennesker med en dyrisk bevidsthed sætter sig på magten, sådan at vi bliver nødt til at gribe ind. Hvis vi ikke gør det, ender det med, at menneskeheden kommer tilbage til de primitive tilstande, der var engang, hvor alle hele tiden var i krig mod hinanden. Den eneste løsning er, at Vesten fører an. Alle de andre har en forkert bevidsthed. De har nogle magtsyge ledere, der vildfører deres befolkninger med løgn og propaganda.



Vi i Vesten har derimod en videnskabelig sand bevidsthed om, hvad der er rigtigt og forkert. Og den bliver vi nødt til at holde fast i. Ellers bryder den nuværende verdensorden sammen.

Nu er det ikke kun mennesker i Vesten, der har det sådan. Vi ser nøjagtig det samme i de andre kulturer. Alle kulturer er stagneret i bestemte energimønstre og tilhørende bevidstheder. Og alle mennesker i hver enkelt kultur mener, at de har den rette bevidsthed, og at mennesker i andre kulturer har en forkert bevidsthed.

Sagen er, at alle kulturer gennem et par tusinde år har opdaget nogle bestemte sandheder, som kun erkendes, når man har udforsket bestemte energimønstres bevidstheder. Her i Vesten har vi opdaget og erkendt analyse-energiens og enheds-energiens bevidstheder – og indset de sandheder, der knytter sig dertil. Og jo, de andre bliver nødt til - før eller senere - også at erkende det. Og præcis på samme måde oplever folk i andre kulturer det. Vesten bliver nødt til – før eller senere – at opdage og erkende de sandheder, der knytter sig til andre kulturers bevidstheder.

Det er vi kun nogle få, der er parate til nu. De fleste vesterlændinge mener, at de andre bare skal ændre deres bevidsthed og blive ligesom os.

Det andet store samfundsproblem er de kriminelle. Der har sikkert altid været nogle kriminelle. Men som samfundsgruppe startede det så småt i 14-1500-tallet, og gruppen er vokset lige siden. Overklassen havde hævet sig op over det dyriske (underliv) og havde nu en forstand (hoved). Men underklassen var stadig dyriske. Og det ville man så gøre noget ved. Det nyttede jo ikke at tale til deres fornuft, for den havde de ikke noget af. Man kunne kun påvirke dem kropsligt. Og derfor begyndte man med offentlige piskninger. Det udviklede sig, så man også begyndte med egentlig tortur. Hvis nogen havde begået en stor forbrydelse, skulle de mishandles på torvet, så alle andre kunne se, hvad der skete, hvis man opførte sig meget dyrisk. Man kunne skære ørene af folk. Brændemærke dem i panden. Putte dem i en sæk og smide dem i floden. Eller slå dem med jernstænger, så arme og ben brækkede.

Overklassen troede, at det ville formindske kriminaliteten. Men der skete det modsatte. Der blev flere kriminelle. Underklassen reagerede ikke med at underordne sig. De blev fyldt med vrede og had. Og der kom bare flere kriminelle. Der kom så flere og flere offentlige afstraffelser med mere og mere grusom tortur. Men det medførte bare endnu mere kriminalitet. Til sidst blev overklassen klar over, at denne offentlige tortur bare øgede problemet, og så begyndte man i stedet at sætte de kriminelle i fængsel. Herinde behøvede man ikke at torturere dem, for der var intet publikum, der skulle afskrækkes. Men i fængselsgården var der en pæl, hvor man kunne binde en fange og piske ham, hvis han ikke opførte sig ordentligt.

Historisk har der jo været tortur og fængsler tidligere. Og de fleste tror, at det har været mere og mere grusomt, des længere man går tilbage i tiden. Det skyldes, at europæere er stivnet i analyse-energien, hvor man tror, at der altid er en udvikling fra det dyriske og onde til det civiliserede og gode. Men sådan har den egentlige historie ikke været.

I de europæiske byer i 15-1600-tallet voksede kriminaliteten støt. Og flere og flere kom i fængsel. Torturen kom så også ind i fængslerne. Der kom torturkamre, hvor de indsatte blev mishandlet og lemlæstet. Den offentlige tortur blev nu begrænset til nogle få seancer. Til gengæld blev det endnu mere grusomt. Når en mand blev dømt til døden, skulle det foregå langsomt med så stor lidelse som muligt. Og selve døden blev så en befrielse.


Efter den borgerlige revolution i 17-1800-tallet forsvandt grusomhederne lidt efter lidt. Vi skal helt op til omkring 1950, før man holdt op med at piske folk.

Hvis vi ser på de sidste 40 år, er der en udvikling, hvor man forsøger at gøre det samme, som adelen gjorde i 1500-tallet. Man forsøger at bekæmpe de kriminelle. I dag i vores samfund anvender man ikke længere piskninger og lemlæstelse af fangerne. Men man tror, at man kan bekæmpe kriminaliteten ved at sætte flere og flere i fængsel. Al statistik viser tydeligt, at fanger bliver endnu mere kriminelle af at sidde i fængsel. Så når de lukkes ud, øges kriminaliteten. Derfor sætter man dem nu i fængsel i længere og længere tid. Man er godt klar over, at deres bevidsthed dermed bliver mere kriminel. Men så længe de er i fængsel, kan de ikke udføre kriminelle handlinger. Specielt i

USA sætter man flere og flere ind resten af deres liv. Og flere og flere lever så livet i fængsler. Overalt i vores del af verden er antallet af kriminelle voksende.

Sociologer og psykologer ved godt, at man kan nedbringe antallet af kriminelle ved at få dem ud af fængslerne og give dem noget meningsfuldt at bestille. Men det går ikke, for så bryder samfundet sammen. Sagen i dag er, at de kriminelle sidder i fængsel for at afskrække den brede arbejderklasse. Magthaverne er udmærket klar over, at kriminaliteten bare øges, når man sætter kriminelle i fængsel. Men det har en gavnlige effekt på arbejderklassen. En arbejder skal nemlig have frygt i sin bevidsthed. Han skal være bange for, hvad der sker med ham, hvis han ikke går på arbejde og producerer noget til de rige. Hvis der ikke var nogle rige, og arbejderne bare skulle fordele rigdommen imellem sig, ville de sandsynligvis nedsætte arbejdstiden til det halve. Men sådan som samfundet er nu, kan en arbejder kun vælge mellem at gå på arbejde eller være arbejdsløs. På arbejde skal han knokle meget og længe og aflevere en stor del af de producerede værdier til overklassen. Og som arbejdsløs bliver han ydmyget og får en elendig behandling, hvor han manipuleres rundt til meningsløs beskæftigelse. Blandt de arbejdsløse er der så nogle, der nægter. Og de begynder at begå kriminelle handlinger, hvor de stjæler en flaske vin og en oksesteg. Og senere stjæler de noget mere og sælger det. Men før eller siden bliver de opdaget og kommer så i fængsel. Og formålet hermed er, at andre i arbejderklassen undertrykker sig selv og knokler videre på arbejdspladsen.

De fleste i arbejderklassen får så god løn, at de har fjernsyn, computer, bil osv. Og hvis de sparer op, kan de også skaffe sig en lille villa. Men der kommer flere og flere kriminelle og flere og flere i fængsel. Hvis vi kigger på sammenhængen mellem kriminalitet og bevidsthedsstrukturer ses det, at i de perioder, hvor analyse-energien er den samfundsbevidsthed, som flertallet anvender, sættes der flere og flere i fængsel.

 Egentlig er det logisk. Bevidsthedsmønstret giver sådanne to befolkningsgrupper, der er i kamp mod hinanden. Overklassen har en forstand og fornuft (hoved). De kriminelle (underliv) er sat udenfor samfundet. Bevidsthedsmæssigt er de fortrængt. Arbejderklassen skal helst ikke ses. De skal bare producere.

Når menneskeheden engang ophører med at have en stivnet bevidsthed, men i stedet bliver i stand til at skifte rundt mellem alle energimønstre og de tilhørende bevidstheder, kan vi overgå til et samfund, hvor der ikke er fængsler, og hvor der ikke er en voksende samfundsklasse af kriminelle.

Med ophævelsen af alienationen bliver de nuværende kriminelle til en del af vores fællesskab. Og så handler det ikke om at gemme dem væk, men integrere dem. Og det opnår man med kærlighed og meningsfuld beskæftigelse.

## Reifikation

Reifikationen opstår, når et barn er i 3-4 års alderen. Det kaldes trodsalderen, fordi der hele tiden er en kamp mellem barn og forælder. Barnet har evnen til at polarisere sig i højre og venstre side og indtage 2 forskellige energimønstre med hver deres bevidsthed. Og så oplever barnet sig selv i den ene side, og kigger på den anden side. Her kan barnet godt have en slags anden udgave af sig selv, sådan at barnet kan snakke med sig selv. Men som oftest projicerer barnet den anden side ud, så barnet oplever noget udenfor sig selv. Og i trodsalderen er det meget ofte en forælder. Barnet har også evnen til at have samme energimønster og samme bevidsthedsstruktur i begge sider, og så samler barnet sig til at have én samlet bevidsthed. Den giver en oplevelse af, at man er ude i den sociale virkelighed, hvor man ikke betragter noget, men blot er der.

Forældre i vores kultur er stivnet i et polariseret energimønster. De har analyse-energien i højre side og enheds-energien i venstre side. Og en mand identificerer sig følelsesmæssigt med højre side, og projicerer venstre side ud på sin kone. Og en kvinde identificerer sig følelsesmæssigt med venstre side og projicerer højre side ud på sin mand.

Halvdelen af tiden føler barnet sig selv forkert. Det sker, når barnet har samlet de to sider til en fælles bevidsthed. Det giver en konflikt med forældrene. De mener, at det naturlige er, at man har et *jeg*, der betragter andre. Men sådan opfører barnet sig ikke, når de to sider er samlet. Forældrene skælder lidt ud og misbilliger barnet på forskellige måder. Og barnet erkender, at det er anderledes

end forældrene. Andre voksne og ældre børn opfører sig ligesom forældrene. Derfor erkender barnet, at det er født forkert. Det er en vanskabning. Det duer ikke. Men barnet kan ikke lade være med at opføre sig samlet halvdelen af tiden. Det bliver til en konstant konflikt. Det er en reel magtkamp. Og barnet skriger og græder – og vil have sin vilje. Forældrene aner ikke, hvad de skal gøre. Og pædagoger vejleder og siger, at man skal vise kærlighed og forståelse. Smæk og undertrykkelse virker ikke. Det gør bare, at barnet bliver endnu mere trodsigt. Det er et langt sejt træk, hvor forældrene skal udvise tålmodighed, men blive ved med at vise og fortælle barnet, hvad der er det rigtige at gøre. Overmagten er for stor, så barnet opgiver til sidst. Og resultatet er, at barnet stagnerer i et polariseret energimønster med analyse-energien i højre side og enheds-energien i venstre side – ligesom forældrene. Hermed er reifikation gennemført. Og freden er genoprettet i familien.

Når man er permanent splittet, kan man ikke holde ud konstant at have to forskellige *jeg*'er. Og derfor bliver barnet nødt til at vælge, om *jeg*'et skal være i højre eller venstre side. Der er en del børn – flere og flere – der ikke kan finde ud af at vælge. Og de får forskellige psykiske lidelser. Nogle får diagnosen Asperger's syndrom. Mange kendte videnskabsmænd og kunstnere har Asperger's syndrom. Det har gjort dem mere kreative end "normale" mennesker, fordi de netop kan få de to sider til at samarbejde. Psykiaterne mener, at en person med Asperger's syndrom ikke har en klar opdeling mellem sig selv og andre mennesker. Des mere man lider af sygdommen, des mere har man tilbøjelighed til at blande noget indre sammen med det ydre. Den syge ser et andet menneske, men ser i virkeligheden lige så meget sit eget indre billede af den ydre person.

Autisme er en sygelig videreudvikling af Asperger's syndrom. Patienten er stivnet i højre og venstre side – og har et *jeg* i den ene side. Men den anden side har aldrig fået lov til at udvikle sig helt. Den side, som de "normale" har projiceret ud, bliver nu brugt som en slags gitter ud til den ydre verden. Denne side er som oftest uden kreativitet, men bruges helt mekanisk. Den kan bruges til at huske enorme mængder af oplysninger – eller udføre svære regnestykker. Hvis en autistisk patient oplever, at dette gitter tages fra ham, føler han sig angrebet og kan reagere meget voldsomt og hysterisk.

Så er der skizofreni. "Normale" mennesker tror jo, at de ser virkeligheden. Men faktisk ser de kun det, der passer til de indre strukturer, som de har i deres bevidsthed, og som passer til de energimønstre, de er stagneret i. Da alle ser det samme, bliver man bekræftet i illusionen om, at man ser objektivt. Men den skizofrene er godt klar over, at det, som han ser ude i virkeligheden, også er noget indre. Han kan med andre ord ikke skelne fantasi fra virkelighed.

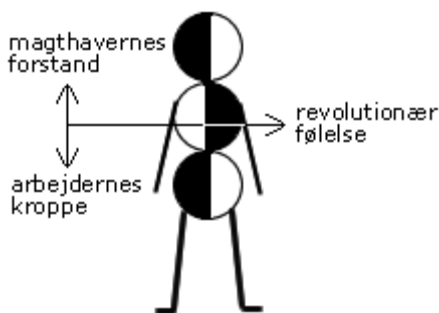
Lige når man får et skizofrent anfald, forsvinder "fortolkningerne" af oplevelserne. Det vil sige, at man oplever virkeligheden uden at være stivnet i et bestemt energimønster. Man flyder på en måde rundt mellem energimønstrene uden at være i nogen af dem mere end få sekunder. Nogen har derfor beskrevet skizofreni som den oprindelige oplevelse, fordi den ikke knytter sig til et energimønster. Men man kan ikke lade være med at koble energimønstrenes fortolkninger på. Og her går det rigtig galt, hvis man forsøger at tvinge den, der har fået et skizofrent anfald, til at bruge det europæiske energimønster. Den oplevelse, man kan have udenom energimønstrene, er forbundet med et *jeg*-tab – og derfor også med angst. De fleste skizofrene patienter får ikke arbejdet sig igennem erkendelsesprocessen, men stagnerer midt i den.

Det "normale" mennesker vælger side. Hvis en dreng vælger at identificere sig med højre side og analyse-energien, får han en mandebevidsthed og projicerer det kvindelige udenfor sit *jeg*. Og senere i livet trænger han så til forene sig med det, som han har projiceret ud, og som altså udgøres af en kvindebevidsthed. Han bliver hermed heteroseksuel. Hvis han derimod identificerer sig med venstre side og enheds-energien, får han en kvindebevidsthed og projicerer det mandlige udenfor sig *jeg*. Og senere i livet trænger han også til at forene sig med det, som han har projiceret ud, og som altså udgøres af en mandebevidsthed. Og dermed bliver han homoseksuel. Tilsvarende men omvendt gælder for en pige. Den side, som man ikke vælger, går så i stå rent udviklingsmæssigt. En "normal" voksen mand har så en mandebevidsthed med sin højre side – og hvis han går i terapi og får

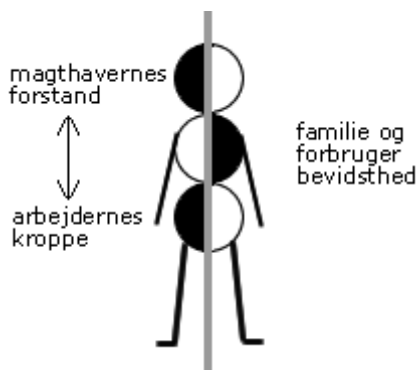
kontakt med sin venstre side, oplever han her sig selv som en 3-4 årig lille dreng. Tilsvarende for en pige.

Som voksen har man altså et *jeg*. Og så har man også en følelse af en anden person – og denne person opleves udenfor *jeg*'et. I virkeligheden er den anden person også én selv. Men sådan opleves det ikke. Til gengæld har man en voldsom trang til at forene sig med den anden person. Trangen handler om, at man har et naturligt behov for nogen gange at polariserer sig i højre og venstre side og opleve 2 bevidstheder samtidig - og andre gange samle de to sider til en fælles bevidsthed. Når man har været et stykke tid i den ene af disse 2 muligheder, trænger man til at skifte til den anden. Og det naturlige er, at man er lige meget i begge to. Men som 3-4 årig blev man tvunget til altid kun at være polariseret. Igennem to år var der en massiv undertrykkelse, så man til sidst valgte at spalte sig selv totalt. Og som voksen har man så denne følelse af, at man konstant trænger til at forene sig med en kæreste.

Hvis man ingen kæreste har, ligger man og omfavner sin dyne. Og hvis man har en kæreste, omfavner man kæresten, idet man føler den side af sig selv, som ellers føles tom. Hvis kæresten forlader én, oplever man tomrummet hele tiden. Og det er en uudholdelig følelse. Det hedder jalousi, hvor man tror, at kæresten har fundet en anden – uanset om det er tilfældet eller ej.



Socialismens store teoretiker i 1800-tallet, Karl Marx (1818-1883), mente, at man skulle slippe alle bevidsthedsspaltninger for at opnå en revolutionær bevidsthed. Han følte tydeligt de 3 delbevidstheder, som mennesker i Europa har. Og han havde en teori for, hvordan man blev revolutionær. Det var modsætningen mellem magthavernes bevidsthed og arbejderne kroppe, der gav en revolutionær følelse, som så var den, der fik arbejderne til at ville lave revolution. Marx mente, at den revolutionære følelse opstod, når arbejderne aktionerede sammen.



Men i den endelige udgave af Marx's bog *Kapitalen* erkendte han, at arbejderne nu var blevet reificerede, sådan at der ikke længere var nogen bevidsthedsmæssig sammenhæng mellem de 2 sider. Arbejderne kunne nu i bedste fald få tanker om bedre løn og arbejdsforhold. De kunne måske også drømme om et andet samfund. Men de udgjorde ikke længere nogen revolutionær kraft. I stedet koncentrerede de sig om familien og om at være forbruger. Fra at være potentielle revolutionære blev arbejderne reformister, der ikke magtede at lave om på samfundet.

Selvfølgelig opstår familie- og forbrugerbevidstheden, fordi samfundsbevidstheden er, som den er. Man kan derfor godt tegne en pil fra venstre til højre ligesom på den første tegning, sådan at det er modsætningen mellem magthavernes forstand og arbejderne kroppe, der medfører familie- og forbrugerbevidstheden. Forskellen mellem situationerne før og efter reifikation er, at den revolutionære følelse (før reifikationen) direkte kan bruges som socialt værktøj i kampen mellem magthaverne og arbejderne, mens familie- og forbrugerbevidstheden (efter reifikationen) ikke kan bruges på den måde, men trækker bevidstheden væk fra klassekampen og skaber i stedet en apolitisk og ahistorisk bevidsthed.

Efter Marx's død knyttede de venstreorienterede sig til Friedrich Engels (1820-1895), som samarbejdede med Marx. Og Engels havde en helt anden teori for revolution. Han mente, at det kun var højre sides bevidstheder, der handlede om samfundsudviklingen. Og han mente, at der var en slags naturvidenskabelig evolution, som gjaldt for menneskehedens udvikling. Den tekniske udvikling

var den, der havde skabt overgangen fra adel til kapitalisme. Og når videreudviklede sig, ville der komme en overgang fra kapitalisme til socialisme.

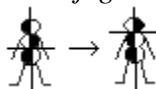
Jeg var for et års tid siden til et seminar, hvor nogle af de mest venstreorienterede diskuterede revolution. Og jeg husker især en situation, hvor en af de velformulerende mænd sad og snakkede. Ved siden af ham sad hans kæreste, som ikke sagde noget. Hun sad til venstre for ham. Og jeg kunne ikke lade være med at analysere bevægelserne i hans ansigt. Venstre side var helt passiv, svarende til kæresten. Og højre side var aktiv i hans snak. Hans argumentation handlede præcis om magthavernes bevidsthed og om arbejdernes kroppe. Og han mente, at den tekniske udvikling snart ville komme dertil, at kapitalismen ville bryde sammen, og socialismen ville opstå.

Det interessante er, at de venstreorienterede tror, at de har samme tankegang som Marx. Og når de læser Marx, læser de teksten, som om alle argumenterne hører til samme abstrakte tankegang. Men hvis man læser den originale tyske tekst, er det tydeligt, at Marx skifter rundt mellem 3 forskellige bevidsthedsniveauer, svarende til hoved, underliv og bryst. Og Marx's udviklingstanker handler så om sammenhængen mellem disse 3 forskellige slags bevidstheder.

Det reificerede menneske i dag oplever ikke, at det har nogen indflydelse på samfundets udvikling. Hvis man for eksempel læser kontaktannoncer på internettet, kan man se, hvad det er, som folk søger. Og det handler alt sammen om familie og om et liv som forbruger. Det handler ikke om at opbygge aktionsgrupper, børneudviklingsgrupper, bosætningsgrupper, tøjfællesskaber, bageri, sygdomspleje mm. Det handler om vin, høre musik, tage på charterferie, ligge i sengen og se fjernsyn osv.

### Deperdution

Jeg oplevede noget helt nyt i vinteren 1982-83. Der skete noget med folks bevidsthed. Og i løbet af 90'erne bredte det sig til næsten alle unge mennesker. Det var en bevidsthedsspaltning, hvor folk fik deres *jeg* i hovedet, mens alt under halsen nu var kroppen og blev betragtet som en slags maskine.



Der havde i 70-80'erne været en proces i samfundet, hvor mange var skiftet fra enheds-energien til udlevelsens-energien; og jeg forestillede mig i flere år, at folk måske var på vej til at skifte energimønster, som jeg viser det her til venstre. Men det skete ikke. Måske i USA – men ikke her i Europa.



Allerede omkring år 2000 var det helt tydeligt, at det store flertal af unge var havnet i dette energimønster, hvor man stadig som grundmønster havde analyse-energien i højre side og enheds-energien i venstre; men at der altså var kommet en ekstra spaltning mellem hoved og bryst. Jeg kalder denne bevidsthedsspaltning for deperdution.

Det var lidt forvirrende. For inden deperdutionen var underlivets bevidsthed projiceret udenfor *jeg*'et. Og det samme var tilfældet med den ene kropssides bevidsthed. Men efter deperdutionen var det, som om folk var i kontakt med både underlivets og begge kropssidens bevidstheder. Alligevel var det tydeligt, at folk havde deres *jeg* oppe i hjernen – og at de ikke længere havde noget følelses-*jeg* i kroppen, sådan som de havde haft det tidligere. Forskerne mente også nu – i modsætning til tidligere – at følelser befandt sig i hjernen. Det var bare en illusion, hvis man troede, at de var i kroppen.

Inden deperdutionen havde folk et *jeg*. Det føler de unge selvfølgelig stadig, at de har. Men det er et helt anderledes slags *jeg* end det, der fandtes før deperdutionen. Der var faktisk 2 *jeg*'er – ét i hver kropsside.



Det ene var et samfunds-*jeg*, som bestod af hovedets bevidsthed i højre side, men også af den bevidsthed, som knyttede sig til den lave ladning i brystet. Det karakteristiske for sådan et *jeg* er, at der er to kropsside (bryst og hoved), som danner en retningsbestemt bevidsthed, idet der er en energistrøm mellem en lav ladning og en høj ladning. Det giver en følelse af noget, som *jeg*'et vil. Og man knyttede begrebet moral til denne *jeg*-bevidsthed.



På samme måde var der i venstre side en tilsvarende *jeg*-bevidsthed, som handlede om etik. Her havde man familiefølelsen i brystet. Men der var også en spirituel eller åndelig overbygning, der havde sit fundament i den lave ladning i hovedet.

I dag har de unge hverken moral eller etik. De kvalitative overvejelser, som man havde tidligere, kender de unge ikke. De har kun kvantitative tanker. Når man snakker om et emne, kan der være forskellige elementer i snakken. Og hvert element kan der være mere eller mindre af. Derfor mener jeg, at det er mere rigtigt at sige, at de unge i dag kun har *mig*'er og ingen *jeg*'er.

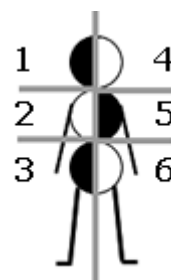
Hvor man tidligere havde 2 *jeg*'er (bryst-hoved) og 2 *mig*'er (underliv), har de unge i dag 6 *mig*'er. De to nye handler om stand-up/café (højre sides bryst) og internet/mobil (venstre sides hoved). De to tidligere *mig*'er i underlivet, som man mere eller mindre havde fortrængt, er i dag lige så nærværende som de 4 andre del-bevidstheder. Alle 6 del-bevidstheder har nu lige stor vægt i selvopfattelsen.

Tidligere havde man 2 *jeg*'er, hvor man med højre sides *jeg* gik på arbejde, mens man med venstre sides *jeg* var et familiemenneske. Og kønslig identificerede man sig med den ene sides bevidsthed – og kunne blive hetero- eller homoseksuel. Men nu identificerer man sig lige meget med alle 6 del-bevidstheder. Og i dag kan en mand godt have sex med en anden mand, selvom de begge er heteroseksuelle. De leger bare med den sjattedel, hvor seksualiteten befinder sig.

I de sidste 10 år har der været megen snak om at få del-bevidsthederne til at hænge sammen. Og jeg har været meget spændt på, om det var en reel mulighed, for i givet fald ville det jo være revolutionært, så mennesker kunne gøre, som de gjorde i 17-1800 tallet, hvor de netop kunne forbinde de splittede bevidstheder. Men den samfundsmæssige proces er gået og går i den modsatte retning.

Der sker det, som kaldes samfundsmæssiggørelse. Den 6-delte bevidsthed medfører lidt efter lidt, at samfundet også bliver 6-delt. De 6 dele er:

- 1) stat/politik/ledelse/journalistik
- 2) café/stand-up/forbrugerfællesskaber
- 3) natur/økologi/krop/fitness
- 4) mobil/internet/sociale medier
- 5) familie/kærlighed/børn
- 6) sex/porno/prostitution



Hver af de 6 lever et liv helt uafhængig af de andre 5. Der er stadig en lille smule forbindelse mellem nogle af dem; men det er på vej til at forsvinde.

Det enkelte menneske skal helst deltage i alle 6 samfundssfærer. Og til hver af dem har man så en bevidsthed, som passer præcis til den del. Der er ingen sammenhænge ude i samfundet mellem delene. Og der er ingen sammenhænge inde i bevidstheden mellem delene. Man lever 6 parallelle liv – og man kan skifte hurtigt frem og tilbage mellem dem. Det enkelte menneske har ikke et *jeg*, der skifter rundt. Vedkommende har 6 forskellige *mig*'er, som skiftes til at komme på banen.

Hvis det var et *jeg*, der skiftede, ville det tage nogle sekunder at vænne *jeg*'et til skiftet. Men der er ikke sådan et *jeg*. Alle 6 *mig*'er er hele tiden fuldt bevidste og parate til at blive brugt. Det tager kun en brøkdel af et sekund, når man skifter til et af de 5 andre områder, og efter få sekunder kan man skifte igen. Det føles ikke som skift. For alle 6 er tændte hele tiden. Men der er aldrig noget element i én af de 6 bevidstheder, som relaterer sig til noget som helst element i nogle af de 5 andre bevidstheder.

Det gør, at det føles meget befriende. Man slæber ikke en udfordring eller et problem med over i en anden bevidsthedssfære, når man skifter. Hvis man derfor har ubehagelige følelser i en af de 6 dele, skifter man bare, og så opleves det ubehagelige ikke længere. Mister man hele indholdet i en af de 6 dele, klarer man sig med de 5 andre, indtil man får et nyt indhold i den sjette.

## Kroppen

Ikke nok med, at *jeg*'et nu er i hovedet, så er opfattelsen af kroppen blevet ændret ganske meget. I løbet af de allersæneste år er fitness og ekstremsport blevet mere og mere udbredt. Kroppen skal have et perfekt udseende; og så griber man til doping. Mange unge almindelige mænd tager anabolske steroider og væksthormoner for at opbygge store muskler - og EPO for at kunne holde ud at svømme, løbe og cykle helt utrolig meget. Tidligere var det kun top idrætsfolk, der gjorde det; men nu er det helt almindelige mennesker, der indtager sådanne stoffer. Det er nærmest blevet en folkesport at løbe *maraton* på 42 km, men nu også gennemføre en *ironman*, hvor man skal svømme 3800 meter, cykle 180 km og afslutte med at løbe en maraton. Drengene helt ned til 13-årsalderen tager anabolske steroider for at se bedre ud, så de kan gøre et godt indtryk på pigerne. Hvilke stoffer, som pigerne tager, er mindre kendt. Men ganske mange piger tager stoffer, der medfører, at de slanker sig, så de bliver tynde. Hvor medicin tidligere kun blev brugt, når kroppen var syg, er det nu normalt, at medicin tages for at forbedre kroppen. Alt det her kan kun lade sig gøre, fordi man ikke mærker nogen følelser i kroppen. De er fortrængt ved hjælp af deperdutionen. Man kan godt mærke træthed og smerte. Men de hundredvis af andre følelser, som mennesker tidligere oplevede, mærker man ikke mere.



De adskilte bevidstheder opretholdes af muskelspændinger i kroppen, idet der er spændinger mellem hoved og bryst samt mellem bryst og underliv. Spændingerne gør også, at kroppen "holder" på sig selv ved at indtage en zig-zag holdning. Fastholdelse af polariteten mellem højre og venstre side opretholdes delvis af spændinger i musklerne langs ryggraden.



Når man opretholder muskelspændinger permanent, bliver musklerne efterhånden hårde eller senede - og deltager ikke i nogen bevægelser. En muskel kan have en overspænding eller en underspænding. En overspænding medfører smerte, og musklen er hård. En underspænding medfører en afmagtsfølelse, og musklen er slatten, men kan til sidst blive senet.

Muskelspændingerne forplanter sig ud i arm og ben, sådan at hele legemet lider af over- og underspændinger. Ansigtet er en reflekszone, sådan at man genfinder spændingerne her. Spændingerne mellem underliv og bryst ses i området omkring munden. Og spændingerne mellem bryst og hovedet ses omkring øjnene. Og man ser tydeligt forskellen imellem højre og venstre side i ansigtet. Det normale er, at der er en tilbageholdt vrede i højre side - og en tilbageholdt frygt i venstre side.

Som de fleste ved, er der en uendelig lille afstand mellem gråd og grin. Begge opstår, når man slapper af. Man griner, når man er i kontakt med analyse-energien i højre side. Og det handler om, at der kommer en energibølge fra underlivet op til hovedet. Og man græder, når man er i kontakt med enheds-energien i venstre siden. Og det handler om, at man mærker, at man her er indespærret. Muskelspændingerne er så med til, at man hverken griner eller græder.

Vi er stadig i en historisk fase, hvor deperdutionen er ved at sætte sig. For 10 år siden var der i fjernsynet mange udsendelser, hvor almindelige mennesker snakkede om deres problemer, og det handlede om de nye sociale relationer, som deperdutionen har medført. Men det sker ikke mere. Nu kender man de nye psykosociale tanker, følelser og handlinger - og har forliget sig med dem. Men vi ser nu mange udsendelser i fjernsynet, hvor folk griner hele tiden. Det kan være debat, konkurrencer, underholdning mm. Når man så har grint nogle år, vil det ikke være morsomt længere, for det er egentlig ikke sjovt. Det er en komik, der er absurd, og som ikke handler om noget. Det udstiller bare nogle forrykte modsætninger.

Imens bygges der nye sygehuse. Udgifterne til medicin og nyt apparatur til hospitalerne stiger eksplosionsagtigt. De kropslige splittelser gør folk mere og mere syge. Over halvdelen af os har daglige smerter. Forbruget af medicin er steget med 1000 % i løbet af de sidste 10 år. Den samme stigning gælder for nervemedicin og lykkepiller. Flere og flere får diagnosen ADHD. De kan ikke klare den totale splittelse i deres indre. Antallet af depressioner vokser også eksplosionsagtigt. Folk oplever 6 *mig*'er; men de kan ikke føle et samlet *jeg*. De kan udtale sig om 6 emner; men de aner ikke, hvordan de selv har det. Der er ingen retning i deres bevidsthed. De aner ikke, hvor de kom-

mer fra, og hvor de går hen – udover at de skal på arbejde, hjem og i byen. Der er ingen tillid til, at politikerne kan gøre noget. For politikerne beskæftiger sig kun med den sjettedel af virkeligheden, som er politik. Det er politik for politikens egen skyld. Det handler om at svine andre politiske partier til. I stedet spiller folk lotto. Her er der i det mindste en chance.

Muskelspændingerne medfører blodkredsløbssygdomme, betændelser og gigt. For 10 år siden fik 25 % kræft. Nu er det 35 %. Og om 10 år er det sandsynligvis 45 %. Kræftceller opstår, når cellerne ikke får ilt nok. Kommer der mindre end 40 % af den normale ilttilførsel, begynder der at opstå kræftceller. I lungerne kan det skyldes, at tobak har aflejret tjære rundt om cellerne. Andre steder i kroppen kan der aflejres giftstoffer eller affaldsstoffer, som lægger sig rundt om nogle celler. Men hvis der ikke er muskelspændinger, skyller blodet disse stoffer væk, så der igen kommer ilt nok til cellerne. Kræft sætter sig typisk, hvor der er permanente muskelspændinger.

Her i Vesten er det normalt, at kvinder bærer en nedringet bluse, så man kan se det øverste af brystet. Og her ses det, at der er en total underspænding i musklerne. Det er en del af den spændingsmur, der er mellem bryst og hoved. De underspændte muskler er blevet til en slags brusk. Og der foregår ingen bevægelse. Jeg bliver lidt bange, hver gang jeg ser sådan en kvinde. Og det er stort set dem alle sammen. Deres bryst ligner et plastikskjold. Det indebærer, at der ikke kommer ilt nok ned til brysterne. Og derfor får mange af dem brystkræft. Det indebærer selvfølgelig også, at der ikke er nogen bevidsthedsmæssig forbindelse mellem brystet og hovedet. Så sådan en kvinde er sandsynligvis meget intellektuel på ét tidspunkt. Og meget følelsesmæssig på et andet tidspunkt.

I dag er det almindeligt at være *single*. Halvdelen af os er det, og der kommer flere og flere til. Indtil for nylig var en sådan enlig person blot én, der for tiden var på vej til at finde en kæreste, som man så kunne flytte sammen med. Men nu er der en ny trend, der handler om, at man ikke skal flytte sammen. Alle ved jo, det kun tager et par år, inden man skilles. Og det er et stort besvær at flytte og finde bolig osv. Der er heller ikke længere nogen bevidsthedsmæssig sammenhæng mellem at have sex og have en kæreste. De to bevidstheder og følelser er ikke bare adskilte. De lever nu side om side som to accepterede udfoldelser, som man har behov for. Ingen af ens 6 del-bevidstheder har nogen forbindelse til de øvrige 5. Det seksuelle handler kun om sex. Og derfor handler det kun om udseende og seksuelle lege. Kæresten handler kun om kæresteri. Det føles varmt og dejligt. Men det bliver hurtigt kedeligt. Og fordi man ikke inde i sig selv kan forbinde følelserne fra det seksuelle med følelserne for sin kæreste, ender det hurtigt med, at man kun dyrker pæn og civiliseret sex med kæresten, mens man fantaserer om spændende sex med andre.

Det nye i deperdutionen er også, at der er opstået to bevidsthedsområder, der ikke var der tidligere. Det er højre side bryst og venstre sides hoved, der tidligere var koblet sammen med moral og etik i et samfunds-jeg og et familie-jeg.

Jeg omtaler bevidstheden i højre sides bryst som café/stand-up/forbrugerfællesskab. Det er sådan, at jeg har set det ude i den sociale virkelighed. Folk er sammen. Der skal gerne være noget at være sammen om; men det er mindre vigtigt. Det er fællesskabet, der betyder noget. Og man skal helst kunne grine en masse. Og så omtaler jeg bevidstheden i venstre sides hoved som mobil/internet/sociale medier. Man bruger cirka en tredjedel af ens tid og kræfter på disse to nye områder. Og fordi det er nyt, fylder det meget i ens bevidsthed. Det indholdsmæssige i disse to bevidstheder er slet ikke udviklet ret meget endnu. Det er på begynderstadiet. Og aktiviteterne er ret uskyldige – og betyder ikke så meget. På lang sigt vil de komme til at betyde lige så meget som familie og politik. Ganske vist på en anden måde. Men de vil ændre hele samfundsopfattelsen. Social nærhed vil udfolde sig lige så meget i café/stand-up/forbrugerfællesskaber, som det i dag gør det i familien. Og politiske beslutninger vil blive taget lige så meget via mobil/internet/sociale medier, som det i dag bliver gjort af politikerne. Men hvor familierne og politikerne i dag knytter sig til bevidstheder, der har fundament i høje ladninger i energilegemet, vil de nye bevidstheder have fundament i lave ladninger. Det giver en tankegang, der *ikke* handler om, at vi gør noget – men en tankegang om, at virkeligheden gør noget ved os. Man føler så, at man er nødt til at tage imod. Man kan ikke bremse udviklingen. Man må affinde sig med, hvad der kommer. Og tro mig – det her vil give anledning til



manipulation, propaganda og magtmisbrug i et omfang, som ingen af os har set endnu, og som kun de færreste kan forestille sig. Ligesom i fortiden, hvor bevidstheder, der knyttede sig til lave ladninger, gav oplevelser af guder, vil fremtiden byde på noget lignende, hvor nye slags guder og kræfter vil overvælde os. Det bliver ikke som tidligere, hvor moral og etik havde et *jeg*-element, der udfordrede os til at gøre noget. Det bliver en *mig*-følelse, hvor vi er ofre, afmægtige og håbløse. Der er intet i den deperdurerede bevidsthed, der kan ændre dette. Det eneste alternativ er en total forkastelse af hele den opsplittede bevidsthed.

## Menneskets natur

Jeg overværede for et par år siden et foredrag af en venstreorienteret politiker, som havde skrevet en bog om menneskets natur. Det store tema for ham var, om vi grundlæggende er egoister, eller om vi har udviklet os så meget i en social retning, at fællesskab og socialisme er muligt. Han havde altså den opfattelse, som opstod omkring 1885, da Friedrich Engels formulerede en historisk evolution, hvor mennesker engang var aber, senere dannede samfund, først med adelsvælde og så med kapitalisme. Og næste trin på denne udvikling ville så blive socialisme. Det var den tekniske udvikling, der var drivkraften. Og vores bevidsthed ændrede sig så i overensstemmelse hermed.

Den venstreorienterede politiker var usikker. Han mente, at vi gerne ville socialisme. Men menneskets natur var måske ikke klar til det.

Nu er imidlertid både Engels og politikeren helt galt på den. Deres historiske opfattelse passer ikke med de historiske kilder og den faktiske historie. Engels troede, at klassesamfundet startede for 3-4000 år siden med, at manden undertrykte sin kone, og det udviklede sig så til overklasse og underklasse. Men fundamentet med mand og kone er først noget, der for alvor opstod i 1700-tallet. Før da var der også parforhold, men de var en del af et landsbyfællesskab, hvor alle i deres ungdom havde været kæresten med hinanden, og hvor de voksne også havde seksuelle fester med flere sexpartnere.

Tilbage omkring år 2000 før 0 ved vi, at der næsten var matriarkat, hvor der var kvindefællesskaber i landsbyerne. Kvindeundertrykkelsen, som Engels kendte til, var opstået i 1800-tallet.

I de europæiske landsbyfællesskaber helt op til 1700-tallet udgjorde alle de unge en fælles arbejdsstyrke for hele landsbyen. De ældre fik særlige opgaver som for eksempel at passe tyren. Men det lykkedes adelen at bekæmpe landsbyerne, sådan at de gik i opløsning i løbet af 1700-tallet. Først blev det til biologisk storfamilier, senere til 3-generationsfamilier. Og på Engels tid var det blevet til kernefamilier, hvor manden herskede, og konen havde sin plads ude i køkkenet. Det var så mandens opgave at piske hende i enden mindst hver tredje uge, for ellers blev hun for egoistisk.

Vi ser altså, at den faktiske historie er den modsatte af, hvad Engels og den venstreorienterede politiker forestillede sig. Mennesket har gennem tusinder af år fungeret i grupper. Det er først i vor tid, at egoisme er blevet det normale.

Men når mennesker i dag føler efter inde i sig selv og mærker fællesskabsbevidstheden (analyse-energien i højre side), oplever de en modsætning mellem det fornuftige og civiliserede (hoved), som skal bruges til fællesskabet – og en dyrisk kraft, som de undertrykker i sig selv (underliv). Det er alienationens bevidsthedsspaltning, hvor man har skabt et *jeg* (hoved), der holder det dyriske sig selv nede (underliv).


Engels og den venstreorienterede politiker mente så, at vi engang var dyriske, og at vi nu er fornuftige. Men hvor langt strækker denne fornuft? Strækker den til kapitalismen? Ja – delvis. Strækker den til socialisme? Tvivlsomt.

Den venstreorienterede politiker mente – ligesom de fleste andre venstreorienterede i dag – at socialismen skal bygge på analyse-energien, idet det dyriske skal undertrykkes. Og de forestiller sig, at vores bevidsthed er noget som skabes socialt. Det har altså ikke noget med kroppens energimønstre at gøre. Vi kan derfor se frem til et socialistisk samfund, hvor vi kun har hovedets fornuft. Men her var det så, at politikeren var begyndt at tvivle. Er der ikke en rest af det dyriske i os? Og kan vi udvikle os helt fri af det?

Jeg ser det helt anderledes. Jeg oplever, at menneskers natur er kollektiv, men at vi er blevet splittet og fået bevidstheden spaltet, så vi ikke kan mærke, hvad vi vil (underliv), men går rundt med en hjerne (hoved), hvor vi har fået en egoistisk identitet.


Jeg synes, at de venstreorienterede skal vende tilbage til den opfattelse, som socialister havde indtil midten af 1800-tallet. Dengang var individ og kollektiv 2 bevidsthedsfænomener, der var forudsætningen for hinanden, og som styrkede hinanden. Menneskets natur er ikke at have en bevidsthedsspaltning, hvor man undertrykker den del af bevidstheden, som har sit fundament i underlivet.

Når jeg argumenterer for, at man skal skabe lokale fællesskaber, sådan som idéen var de første 100 år af socialismens historie, får jeg ofte det modargument, at der så vil opstå en koordinator eller administrator. Indledningsvis vil han varetage fællesskabets interesser, men på lang sigt bliver han offer for den menneskelige natur.


 Her vil han få en hjernemæssig styring (hoved), som sikkert er fornuftig set fra hans synsvinkel. Men den ændrer sig langsomt til noget, der er adskilt fra de menneskelige kroppe (underliv), som jo er dem, han egentlig skal hjælpe. Han bliver dermed en pamp. Det er ikke, fordi han vil det. Det er bare menneskets natur.


Det er igen alienationens bevidsthedsspaltning, hvor der opstår to bevidstheder (hoved og underliv), som kommer i modsætning til hinanden. Derfor er det bedre, at man opretholder individualisme og kernefamilien, hvor enhver familie varetager sine egne interesser.

Det er en selvfølgelig konklusion, når man er stagneret i analyse-energien med alienationens bevidsthedsspaltning. Men det er ikke menneskets natur. Og hvis man vil lave lokale fællesskaber, skal man ikke vælge en koordinator eller administrator. Man kan godt have nogen, der påtager sig en sekretæropgave. Men fællesskabets medlemmer skal selv koordinere sig med hinanden.

 Så er det menneskets natur at danne parforhold og kernefamilier. Man kan bare mærke efter i sig selv. Så føler man sig selv (den ene side) og sin kæreste (den anden side). Hvis man ikke har nogen kæreste, føler man sig selv (den ene side) og fraværet af en kæreste (den anden side). I 1920'erne og 1960-70'erne var der nogle, der lavede sociale eksperimenter med at bo i kollektiv. Og mange mener i dag, at det mislykkedes, fordi det strider mod menneskets natur. I dag er det mere normalt, at man danner bofællesskaber, hvor man bor i kernefamilie i eget hus, men har et fælleshus, hvor der er fællesspisning, fester mm.

Der er ingen tvivl om, at sådan et bofællesskab passer til den splittede bevidsthedsstruktur, hvor der både er alienationens og reifikationens bevidsthedsspaltninger. Og det er også rigtigt, at kollektiverne i 20'erne og 60-70'erne stred mod menneskets natur. For sagen var, at man dengang troede, at parforhold var noget kunstigt skabt i 1700-tallet. Dengang opstod reifikationen, hvor europæerne blev permanente spaltede i højre og venstre side – altså bevidsthedsmæssigt.

 Og så mente man, at det gode liv skulle bestå i at forene de to sider, så man fik en samlet bevidsthed. Så ville man ikke længere have trang til parforhold. Så ville man leve i grupper. Og det var menneskets natur, mente man. Nøjagtigt det samme mente mange af de kendte terapeuter, som i 60-70'erne havde mange klienter i terapi. Nå, men det mislykkedes jo, som vi ved.

 For menneskets natur er, at vi skifter mellem at polarisere os i to og samle os i en. Og både når vi er polariseret og samlet, kan vi indtage forskellige energimønstre og dermed få forskellige bevidstheder. Når vi er polariseret, kan vi have to *jeg*'er, der snakker med hinanden. Men vi kan også opleve et *jeg* og en kæreste. Og så er parforhold det helt naturlige. Når vi er samlet – og det er cirka halvdelen af tiden – oplever vi et *jeg* i en gruppesammenhæng.

Jeg sidder ofte og snakker med én om vor tids store problemer, og så sker det, at jeg indtager analyse-energien som en samlet bevidsthed.



Her kan jeg have to energipoler (hoved og underliv) og dermed to bevidstheder samtidig, så jeg oplever udvikling, relationer, sammenhænge, konflikter osv. Folk synes som regel, at jeg er meget god til det og er lidt imponeret over mine klare synspunkter.



Dem, som jeg snakker med, har 6 uafhængige bevidstheder uden nogen sammenhæng. De har både alienationens, reifikationens og deperdutionens bevidsthedsspaltninger. Når de skifter over til den del-bevidsthed, som har fundament i højre sides hoved, kan de fuldt ud forstå mine argumenter, når jeg snakker fra den tilsvarende bevidsthed, som jeg også har. Men når jeg så relaterer det til den bevidsthed, som har fundament i mit underliv, stivner de og synes, at jeg begår en logisk fejltagelse. Jeg blander to bevidstheder, som ikke har noget med hinanden at gøre.



Så plejer jeg – kan ikke lade være – at skifte over til et andet energimønster, men her opstår det samme problem, hvis jeg har en bevidsthed, der har fundament i to kropsdeles energier. Så føler folk, at jeg har skiftet synsvinkel og forsøger at snyde dem lidt.



Det går straks meget bedre, hvis jeg for eksempel skifter til enheds-energiens bevidsthed. Det er en bevidsthed, som indgår i det europæiske energimønster. Og her holder jeg mig til den del, der har fundament i brystets energi. Og det kan folk med deperdutionen fint forstå og snakke med om. Jeg kan dog ikke lade være med at forsøge at relatere denne bevidsthed med analyse-energiens bevidsthed, som jeg ved også indgår i den europæiske bevidsthed. Men så synes folk, at jeg forsøger at blande to synspunkter, som måske teoretisk godt kan blandes, men så overskrider jeg menneskets natur, synes de. For vi har selvfølgelig den ene bevidsthed (én af de 6 dele i deperdutionens bevidsthed), og vi har også den anden bevidsthed (en anden af de 6 dele i deperdutionens bevidsthed), men de er jo netop forskellige. Den menneskelige bevidsthed skabes og knytter sig til de processer og strukturer, der er i samfundet. Og samfundet i dag har sådan en 6-delning, hvor hver del fungerer helt uafhængig af de andre 5.

Indimellem snakker jeg med en pædagog om børneopdragelse. Og her får jeg så noget at vide om menneskets natur.



Det er helt selvfølgelig og kan ikke være anderledes. Ethvert barn vil have nogle dyriske og kropslige behov og drifter (underliv), men under opvæksten vil de få erkendelser (hoved). De vil derfor langsomt udvikle sig til at få den bevidsthed, som er analyse-energiens bevidsthed.

Det er jeg selvfølgelig ikke uenig i. Mern i andre kulturer har man fokus på helt andre energimønsters bevidstheder, når man snakker om små børn.



I den arabiske kultur erkender man også, at børn har en dyrisk og kropslig bevidsthed; men her mener man, at barnet under opvæksten skal udvikle en mere åndelig og telepatisk bevidsthed, der knytter sig til hovedet og brystet. Det medfører en anden socialisering, hvor børnene ikke kun skaber et *jeg*, men ser dette *jeg* i relation til et åndeligt fællesskab.



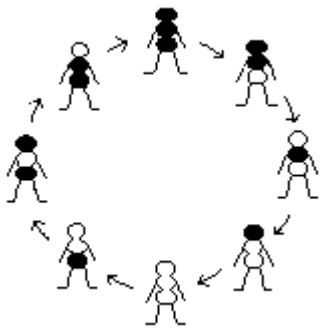
I Republikanske kredse i USA mener man, at barnet ikke skal styre det dyriske og kropslige i sig selv med deres forstand, sådan som Demokraterne og europæerne gør. Barnet skal lære at koble underlivets og brystets bevidsthed. Så bliver det dyriske og kropslige forenet med kærlighed og medfølelse.

En europæisk pædagog kan ud over analyse-energiens socialisering også forstå, at børneopdragelse handler om enheds-energiens påvirkning.



Her skal barnet lære at spejle sig i de voksne og få samme følelser og socialadfærd som dem. Det kalder man ikke socialisering. Det kalder man bare menneskets natur. Barnet kan ikke lade være med at efterligne de voksne.

Og lige så selvfølgelig som barnet lærer analyse-energiens bevidsthed at kende, lige så selvfølgelig er det, at barnet også lærer enheds-energiens bevidsthed at kende. For når man med analyse-energi har en kropslig energi (underliv) og en hjerneenergi (hoved), kan man ikke lade være med at få en følelsesmæssig energi (bryst), som på en måde opstår i spændingsfeltet mellem det dyriske og det forstandige.



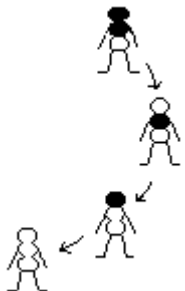
Men de gange, hvor jeg har boet i en stammelandssby i junglen, har jeg set helt andre former for socialisering. Der, hvor børnene var mest harmoniske og glade, var den primære socialisering en proces, som foregik imellem børnene. Selvfølgelig var der også processer mellem det enkelte barn og dets forældre og andre voksne. Men det var tydeligt, at der var børnegrupper i forskellige aldersklasser, og at børnene udfoldede alle sider af sig selv, samtidig med at de fik social med- og modspil fra andre børn. Det var også tydeligt, at det enkelte barn skiftede mellem at polarisere sig med forskellige energimønstre i de to sider og samle sig med samme energimønstre i begge sider. Og dermed skiftede de mellem

at have en individualistisk og en kollektiv bevidsthed.

Menneskets natur er, at vi hele tiden vil have noget mere og hele tiden vil udforske nye muligheder. Vi kan ikke nøjes med at være glade og tilfredse med livet på denne klode. Selvom vi gerne vil undgå at ødelægge alt liv, kan vi ikke stoppe den proces, som vi er i gang med. I flere tusinde år har den tekniske udvikling drevet os fremad. Det er vores hjerne, der aldrig kan få nok.



Men i Østen har man en helt anden følelse og opfattelse. Her mærker man også, at der er en trang til opladning, og at det går ud på at få mere, visualiserer, prøve sig frem og stræbe efter det perfekte osv. I modsætning til europæerne, som kun forbliver i analyse-energien, ser man i Østen det som en proces gennem 4 energimønstres bevidstheder. Fordelen ved sådanne 4 trin er, at man også har sin krop med og ikke kun kaster sig ud i fantasier. Og man har også mulighed for undervejs at koordinere og justere processen.



Man føler, at menneskets natur er en cirkelproces, hvor man skifter mellem opladning og afladning. I afladningen ser man sig selv i relation til andre og til alt omkring sig - og tilpasser sig de muligheder og vilkår, der er. Det er ikke en selvundertrykkelse, sådan som vi kender det fra Europa. Det er en proces med erkendelser undervejs, hvor man ser sig selv i en historisk udviklingsproces. Og hvor man får indsigt, følelser og holdninger, der danner grundlag for, hvad man siden vil gøre, når man igen skal i gang med en opladning.

Der er dem, der mener, at mennesket ikke har nogen speciel natur. Der er et utal af måder at leve på. Og den ene er ikke mere rigtig end den anden. Jeg går også ind for frihed – og vil ikke påtvinge andre en bestemt natur, som de bør have.

Men jeg har erkendt, at stort set alle kulturer er stagneret i et eller flere energimønstres bevidsthed – eller at de er stagneret i en bestemt måde at bruge disse bevidstheder på. Nu befinder vi os i en enestående situation. Kulturerne er stødt sammen. De fleste er ikke kommet længere end at undre sig og tage afstand fra de andre kulturers bevidstheder. Men vi har nu muligheden for at lære og blive inspireret af hinanden. Alle kulturer har begået fejl og dumheder. Og det skal vi lære ikke at gentage. Selvom man selv skal begå fejl for at udvikle sig, kan man godt lære andre.

For europæerne gælder, at vi som første skridt skal indse, at vores opfattelse af menneskets natur er forkert. Og så skal vi lade os inspirere af andre. Eksperimentere. Finde nye veje og muligheder. Det er muligt at skabe en verden med fred og retfærdighed samt harmoni mellem alt levende. For det er menneskets natur at stræbe efter det – sådan som jeg opfatter menneskets natur. Og jeg mener også, at vi har kræfter og muligheder for at opnå det.

## Samfundsmodel



Fra mange historiske skrifter i 14-1700-tallet ved vi, at folk knyttede sig til det polariserede energimønsters bevidsthed med analyse-energien i højre side og enheds-energien i venstre. Vi ved også, at højre side blev brugt af adelen, og at venstre blev brugt af kirken.



*Frihed.* Og vi ved, at de revolutionære, der gennemførte revolutionen i Frankrig i 1789-91, var meget inspireret af udlevelsens-energiens bevidsthed, som de fik kendskab til fra folk, der kom hjem fra Indien. Med denne bevidsthed var der ikke nogen fornuft i hovedet, der skulle undertrykke det dyriske i underlivet. Man skulle bare udfolde sig frit.



*Lighed.* Tidligere havde adelen knyttet sig til analyse-energiens bevidsthed. Adelen (hoved) skulle herske over bønderne (underliv). Men adelen skulle også med deres civiliserede fornuft (hoved) undertrykke det dyriske i sig selv (underliv). Men de nye magthavere afskaffede adelens og kongens magt. Og i stedet indførte de et demokratisk parlament, hvor man skulle lave love, som alle skulle rette sig efter. På den måde skulle der være lighed mellem mennesker.



*Broderskab.* Den magt, som kirken havde, byggede på enheds-energien. Her var det Gud, der dømte et menneske. Hvis man handlede godt, kom man i Himlen. Hvis man handlede ondt, kom man i Helvedet. Men de nye magthavere forkastede kirkens tro. Der var ingen Gud, der skulle dømme én. Hvis der var stridigheder mellem mennesker, skulle man opfatte hinanden som brødre, og så skulle man forlige sig med hinanden.

Revolutionens parole hed derfor *frihed, lighed og broderskab*.

Efter revolutionen indførte man så en 3-delning af samfundsmagten – i henholdsvis *den lovgivende, den udøvende og den dømmende magt*.



*Den lovgivende magt.* Dem, der skulle være i parlamentet og lave de nye love, skulle være *frie* mænd. Altså ikke mennesker, der havde den gamle selvundertrykkelse, hvor hovedet skulle undertrykke underlivet. Bønder, arbejdere og mange andre var dermed udelukket. Det skulle ikke være forstanden (hoved), der skulle styre. Ethvert parlamentsmedlem skulle snakke ud fra det, som man følte (bryst) var rigtigt, og som man ville (underliv). Og så skulle man stemme. Det, der var flertal for, var så parlamentets beslutninger, og det blev nedskrevet i lovene. Det var altså udlevelsens-energiens bevidsthed, der her blev anvendt.



*Den udøvende magt.* Men så skulle der være militær, politi og embedsmænd, (hoved) der skulle styre og kontrollere folket (underliv), sådan at alle rettede sig efter de love, der var vedtaget. Her er det analyse-energiens bevidsthed, der blev anvendt. Det var selvfølgelig ikke noget, som de *frie* mænd havde brug for; de havde jo en fri bevidsthed og opførte sig frit og godt. Men bønder og arbejdere var jo delvis dyriske, og delvis havde de nogle tåbelige forestillinger i hovedet. Så derfor måtte man have nogle love, så man kunne styre og kontrollere dem.

Det er lige omvendt i dag, hvor politikerne i parlamentet bruger analyse-energien til at lave love for alting. Og så er der militær, politi og embedsmænd, som anvender udlevelsens-energien, hvor de ikke skal tænke selv, men styre folket, så alle følger lovene.



*Den dømmende magt.* Så skulle der være domstole og dommere, der skulle dømme i stridigheder. Sådanne stridigheder kunne dels handle om 2 borgere, der var i konflikt med hinanden. Men det kunne også være en stridighed mellem en borger og de love, som parlamentet havde vedtaget. Dengang var det helt utænkeligt, at parlamentet også vedtog noget om, hvad en

straf skulle være, hvis man overtrådte loven. Det skulle en dommer selv finde ud af. Og han skulle dømme i overensstemmelse med folkets retsfølelse. Det ses stadigvæk i visse europæiske lande. I nogle år synes lokalbefolkningen, at en røver skal have en lang fængselsstraf. Og det retter ren sig efter og idømmer en lang fængselsstraf. Andre år synes lokalbefolkningen, at dommene skal være mildere. Og det retter dommeren sig også efter og giver så en mildere straf. For at sikre retfærdighed, indføres alle domme i en retsprotokol. Og når en kriminel skal have sin straf, skal dommeren ikke følge sit humør, men kigge i retsprotokollen og give en dom, der svarer til, hvad andre kriminelle har fået for nylig. En dommer skulle vælges af folket og blandt folket – og kunne til enhver tid afsættes, hvis folk mistede tilliden til ham.

Nogle steder udviklede det sig til, at der blev valgt nogle dommere, der kom fra kapitalistklassen, og som skulle dømme i stridigheder mellem kapitalister – og at der blev valgt andre dommere fra underklassen, som skulle dømme i stridigheder mellem den almene befolkning. I dag kan en retssag tage flere år, og man betragter beviser som det alt afgørende. Men oprindeligt var det følelser (bryst), der var det centrale. Det handlede nemlig ikke om at finde den skyldige og udøve hævn – men at forlige parterne, så de følte retfærdighed. Og her er det enheds-energiens bevidsthed, der blev anvendt.

Lad mig lige skifte til at se lidt på USA. Omkring år 1600 startede den såkaldte *Lille Istid*, hvor sommertemperaturen i Europa faldt med cirka 10 grader. Det varede frem til omkring år 1920. I starten af denne periode døde mange europæere af sult. Og det satte gang i emigrationen til Amerika, fordi mange europæere i de følgende par hundrede år ville flytte til varmere egne, hvor de kunne overleve. De fleste af disse mennesker tog udlevelsens-energiens bevidsthed med sig som den, der skulle herske i Amerika. Det skulle være et frit land. Der skulle ikke være nogen overklasse, der skulle herske over folket. Enhver skulle bare gøre, hvad man havde lyst til.

Allerede i 1776 var der revolution i Amerika, hvor man løsrev sig fra Storbritannien – men altså også løsrev sig fra den europæiske bevidsthed. Få år senere i 1789 fik man *Supreme Court of the United States*, altså den føderale højesteret.



Og derfor ser vi et samfundssystem i USA, der med Republikanernes øjne har en dobbelthed bestående af udlevelsens-energi og hengivelses-energi. På den ene side (højre) skal man bare gøre, hvad man har vilje (underliv) og lyst (bryst) til. På den anden side (venstre) er der en overordnet ret (hoved), der skal sikre, at man holder sig indenfor fællesskabets mere eller mindre uskrevne regler.



I dag knytter halvdelen af amerikanerne sig dog til det europæiske bevidsthedsmønster. Det er Demokraterne. De vil gerne lave en masse love og styre og kontrollere alting – ligesom i Europa.

Tilbage til Europa efter revolutionen i 1789-91. Selvom den gamle adel havde mistet magten, fortsatte den revolutionære proces gennem hele 1800-tallet. Der var egentlige voldelige revolutioner i 1830 og 1848. Men efter 1850 havde kapitalisterne reelt sat sig på magten. Og deres problem var at styre og kontrollere arbejderklassen. Overklassen havde den opfattelse, at arbejderne altid ville forblive på sultegrænsen. Hvis man gav dem mere i løn, ville de bare sætte flere børn i verden. Arbejderklassen reagerede med sabotage mod fabrikkerne og voldelige aktioner, der ligner vor tids terroraktioner.



Halvdelen af arbejderklassen blev ved med at knytte sig til udlevelsens-energiens bevidsthedsmønster. De ville ikke have nogen overklasse (hoved). Samfundet skulle styres fra neden af. De blev efterhånden kaldt anarkister. Og denne arbejderbevægelse fortsatte i Frankrig, Spanien, Portugal, Italien, Holland, Belgien mm.



Men i Tyskland og senere i England kom - hvad der senere er blevet kaldt videnskabelig socialisme - en arbejderbevægelse, som knyttede sig til det gamle europæiske bevidsthedsmønster. Det var især Marx, der var fortaler herfor. Han mente, at dette bevidsthedsmønster var så indarbejdet i vores kultur, at det var, hvad man skulle indrette sig efter. Både kapitalister og arbejdere ville have i dette bevidsthedsmønster før eller siden. Og derfor skulle man bygge på en politisk praksis, der knyttede sig hertil. Og deri fik han ret. Både kapitalister og senere den socialdemokratiske bevægelse havnede i det gamle bevidsthedsmønster.

Her i Danmark fik vi aldrig en revolution. Det var kongen, der syntes, at danskerne også skulle have lidt frihed. Og selvom Danmark i grundloven har en 3-delning af samfundsmagten, har der aldrig reelt været sådan en 3-delning. I dag er den udelukkende symbolsk. Og vi har nu et teknokrati, der styrer samfundet. Danskerne har en 3-delning af bevidstheden ligesom de andre europæere, og der er en arbejdsdeling mellem mange forskellige samfundsinstanser, offentlige og private organisationer, interessesammenslutninger og lignende, der hver for sig knytter sig til forskellige dele af det samlede bevidsthedsmønster. Set med andre europæers øjne giver det nogle gange oplevelsen af manglende demokrati – og andre gange oplevelsen af anarki.

Nu vil jeg så give et bud på, hvordan det kan blive, hvis mennesker i vores samfund begynder at bruge alle energimønstrene frit.

### **Den besluttende magt**

Tidligere havde man, hvad der blev kaldt den lovgivende magt; og det system har vi stadig. Ifølge arabisk tankegang skal man tage afstand fra denne form for demokrati. Det er kun Gud Allah, der kan lave love. Mennesker kan ikke. Og i flere andre kulturer ser man også på de vestlige demokrati-er med meget stor skepsis. Selvfølgelig skal man kunne træffe nogle beslutninger på fællesskabets vegne. Det kan være konkrete problemer, som man skal løse her og nu. Men det kan også være nogle principper og retningslinjer, som man beslutter sig for. Og de skal så være nogle regler, som alle skal følge. Det er forskel på lov og regel. En lov er noget, som man altid skal følge. En regel er det, som man har vedtaget, at man plejer at følge. Men der kan godt komme situationer, hvor man afviger fra reglerne, fordi der er nogle højere etiske guddommelige love, som man først og fremmest skal følge.

I Vesten i dag er der nogle love, som er i modstrid med etiske normer om næstekærlighed og medmenneskelighed. Og der kan opstå så grotesk en situation, at man kan komme i fængsel, hvis man hjælper mennesker i nød.

I dag vælger man politikere, der er gode til at snakke og optræde på fjernsyn; men mange af dem er ret uvidende om, hvad de snakker om. De har så nogle rådgivere, der får dem til at sige noget overfladisk, som i hvert fald ikke er forkert, men som rammer folkestemningen. Indtil omkring år 1970 var der stadig nogle enkelte politikere, der snakkede om store nødvendige reformer omkring landbrug, skat og bolig. Men det er gået i sig selv. I dag handler reformer kun om tilpasning til den kapitalistiske økonomi. Man kan skrue op og ned for velfærden i forhold til, hvor meget man har råd til. Og dog er der lige det med børnene. Enhver ny undervisningsminister laver om på skolen, sådan at børnene skal lære noget nyt og lære det anderledes. Og alle børn i alle skoler skal lære det samme på samme måde.

Men det er kun de store linjer, der er sådan. I virkeligheden vedtages der tusindvis af nye paragraffer hele tiden, så selv den dygtigste jurist ikke kan følge med. Mængden og kompleksiteten er nu så omfattende, at de forhindrer lokalt demokrati. Folk opgiver. Man overlader alt til store organisationer, som så skal styre og kontrollere alting.

Når en politiker i dag skal tage stilling til en sag, er der så mange rapporter, videnskabelige undersøgelser, referater, ekspertudtalelser osv., at det ville tage flere år at læse og forstå det alt sammen. Og man har kun et par timer, inden næste store sag presser sig på.



I dag fungerer den lovgivende magt sådan, at der skal laves lovparagraffer for alting. Ethvert tænkeligt emne skal der lovgives for. Og alle tænkelige problemstillinger for emnet skal der lovgives om. Det, der ikke er udtænkt og givet tilladelse til, betragtes nu som forbudt. Alt er reguleret ved lov. Tankegangen er så, at den udøvende magt skal udføre det, som der står i lovene.

Men den revolutionære vision er, at den udøvende magt skal gøre det, som folk lokalt synes er rigtigt. Det betyder, at parlamentet kan nøjes med at mødes 2 måneder om året – og nøjes med at træffe nogle principbeslutninger og lægge nogle rammer for hele samfundet.



Og det skal de så gøre med udlevelsens-energiens bevidsthed. De skal ikke opfatte sig selv som nogle, der er hævet op over folket, og som skal styre og kontrollere ved at lave en masse love. Her er jeg helt enige med Republikanerne i USA. De knytter sig til udlevelsens-energiens bevidsthed. De ønsker lokalt selvstyre. Og parlamentsmedlemmerne skal fokusere på, hvad de som menneske vil (underliv) og har lyst til (bryst). Og så skal de lave nogle rammer, indenfor hvilke folk skal kunne udfolde sig frit. Ellers er jeg ikke enig med Republikanerne. De er lige så reaktionære som Demokraterne og europæerne. Og det er man, når man er stivnet i et bestemt energimønster.

### Den udøvende magt

I Europa har adelen og kapitalisterne brugt magt til at undertrykke bønder og arbejdere. Nu skal vi se på folkemagt.



Analyse-energien giver en to-polet bevidsthed, og man får let nogle abstrakte tanker (hoved), der styrer og kontrollerer ens konkrete dyriske udfoldelse. Og det kan så overføres til samfundet, sådan at der bliver nogle magthavere, der styrer og kontrollerer folket.



Men egentlig fungerer analyse-energien sådan, at man oplever en energistrøm fra underliv til hoved – og det giver blandt andet den myte, at menneskeheden altid har udviklet sig fra det dyriske til det forstandige.

Energimønstrets bevidsthed bliver brugt af den udøvende magt. Under kapitalismen har det fungeret på den første af de to overstående måder. Parlamentet har vedtaget nogle love. Og så skal den udøvende magt – ved hjælp af embedsmænd, politi og soldater styre og kontrollere folket, så alle overholder lovene. Men nu vil jeg se på, hvordan den udøvende magt kan fungere i et frit samfund, hvor man anvender den anden af de to ovenstående måder, hvor bevidstheden og mennesker fungerer frit.

Lad os tage et eksempel med fiskeri. De lokale lystfiskere, fjordfiskere, havfiskere og havmiljøfolk danner det lokale fiskeri-råd. Her koordinerer man fiskeriet lokalt. Så sender man nogle erfarne medlemmer af det lokale fiskeri-råd til et regionalt fiskeri-råd, som koordinerer det regionale fiskeri. Og så sender man nogle erfarne medlemmer af det regionale fiskeri-råd til et nationalt fiskeri-råd, som koordinerer det nationale fiskeri. Her vælger man så en fiskeriminister, som repræsenterer nationen over for andre lande – og i vores tilfælde også EU, FN og andre internationale institutioner. Ministeren er altså én, der selv engang (og måske stadigvæk) har fisket eller været aktiv i hav og vandmiljøet. Og han har først været aktiv i det lokale fiskeri-råd, siden været aktiv i det regionale fiskeri-råd, og så været aktiv i det nationale fiskeri-råd, hvorefter han er valgt som fiskeriminister. Det er meget anderledes end i dag, hvor der er en erhvervsminister, der aldrig har været ude i noget erhverv, men kun gået skole og på universitetet, hvor han sammen med andre akademikere sidder og udtænker, hvordan fiskeriet skal være. I dag kommer der selvfølgelig nogle lobbyister fra fiskerierorganisationer og også nogle forskere, der har undersøgt havmiljøet. Men det hele munder ud i nogle love, som fiskerne ikke kan forstå. Og de skal gælde alle steder, selvom fiskebestandene og havmiljøet er forskelligt fra sted til sted.

En fra-bunden-og-op-organisation indebærer, at man måske i ét lokalsamfund vælger én løsning – og i et andet lokalsamfund vælger en anden.

Lad os tage et andet eksempel, nemlig skolen. I dag protesterer alle lokalsamfund over, at myndighederne nedlægger de små lokale skoler. De bliver også nedlagt biblioteker, sygehuse og alt muligt andet. Lokalbefolkningen har ingen magt.

Men med fri bevidsthed er det omvendt. Her vedtager én lokalbefolkning, at de vil have en skole, hvor børnene skal lære at dyrke grønsager og sy tøj, lave lokal-TV og spille musik. Og så skal læsning, regning og andre boglige fag knytte sig til de praktiske fag. En anden lokalbefolkning vedtager, at der skal læses rigtig mange romaner for de helt små børn, sådan at børnene får lyst til selv at lære at læse. Og her satser man på, at alle børnene efterhånden kan både dansk og en del fremmede sprog. En tredje lokalbefolkning satser på, at alle børn skal blive gode til elektronik. De skal producere robotter og apparater både til leg og erhverv. I én lokalbefolkning graver man et stort hul i jorden og laver en svømmehal. I en anden laver man en racerbane. Måske laver man det alt sammen. Og i hvert fald har man en hal, hvor de lokale bands spiller op til dans.

I dag skal folk bare betale skat, og alle pengene går til store sygehuse og store skoler og store motorveje og store offentlige kontorer. Der ansættes flere og flere, der skal styre og kontrollere befolkningen, som bare skal passe deres arbejde og så se fjernsyn om aftenen. Her bliver man underholdt. Og alle de problemer, som der opstår på grund af det eksisterende samfundssystem, bliver så talt ned. Lige gyldigt hvad emnet end er, kommer der en minister på TV-skærmen, som fortæller, at der er styr på det hele. Alt er kontrolleret, så man behøver ikke at være bange. Og til hvert tænkelige emne er der nedsat nogle akademikere, der er i gang med at løse de problemer, som endnu ikke findes, men som kan opstå i fremtiden. Befolkningen kan derfor roligt slappe af og bare passe sit arbejde.

Men når folk begynder at udfolde alle energimønstrene frit, er det dem selv, der skal tænke sig om, træffe nogle valg, koordinere sig med hinanden og hjælpe hinanden med at udføre det.

### **Forfatningsdomstol og klagekontor**

For at ovenstående skal kunne fungere er det, at forfatningsdomstolen – og hengivelses-energien – kommer ind i billedet. For hvad nu, hvis en lokalbefolkning gør noget, som er i modstrid med de principper og rammer, som parlamentet vedtager? Vi kan forestille os en mand, som er udsat for en lokal beslutning, der går ham imod, og hvor han mener, at man lokalt har overtrådt de rammer og principper, som parlamentet har vedtaget. Man kan også forestille sig, at den lokale beslutning kan fortolkes, sådan at man lokalt mener, at den følger parlamentets beslutninger, men hvor en enkelt eller et par lokale personer mener det modsatte. Her skal man kunne klage til forfatningsdomstolen.



Hengivelses-energien giver det, som kaldes holdninger. Det er tanker, der aflejrer sig i hovedet, men som ikke egner sig for analyser og begrundelser. Man kan godt nedskrive nogle principper om det. Men man kan ikke anvende sådanne ord i nogen logisk argumentation. Det bliver aldrig til logik. Og det bliver aldrig til argumenter, der ikke kan modsiges. Men alligevel udgør det en bevidsthed. Det er en slags mental følelse. Den er opstået i forlængelse af mange sociale processer gennem mange år. Det handler om at se mennesker i relation til hinanden.

I de nordiske lande, hvor man ikke har sådan en forfatningsdomstol, indførte man for en del år siden, hvad der kaldes en ombudsmand. Og i dag er der flere forskellige ombudsmænd, der kan blande sig i samfundsprocesserne. Reelt er det nogle klagekontorer. Men de kan også selv tage sager op, hvis de synes.

Mens en forfatningsdomstol bør tage sig af sager, der vedrører parlament og lokale politiske beslutninger, der er i modstrid med parlamentets beslutninger, kan et klagekontor tage sig af mindre sager, som lokalbefolkning og virksomheder strider om.

Ligesom efter den borgerlige revolution bør dommere og ombudsmænd vælges af folket og blandt folket; og de skal kunne afsættes når som helst, hvis folket ikke længere har tillid til dem.

I gamle dage kunne man gå til kongen og klage sin nød, hvis man var blevet uretfærdigt behandlet. Og så kunne kongen give en dispensation eller tilladelse på tværs af, hvad politikere og embeds-

mænd havde bestemt. Men det blev til sidst så omfattende, at det lokalt var umuligt at styre noget som helst, fordi der altid var nogle, der havde fået kongens tilladelse til at gøre det anderledes. Det skal vi ikke tilbage til. Forfatningsdomstolen og de lokale klagekontorer skal kunne blande sig – og gøre en beslutning ugyldig og kræve, at der træffes en anden beslutning.

De klageinstanser, som man har i dag, fungerer på analyse-energiens præmisser. Det kan for eksempel være Advokatrådet. Her kan man klage, hvis en advokat har givet dårlig advokatbistand. Men rådet består af advokater, og reelt beskytter de advokaterne. Og de benytter analyse-energiens bevidsthed til at sammenligne problemer og påstande mm. Man kan også klage til Tandlægerådet; men de beskytter i virkeligheden tandlægerne. Og de benytter også analyse-energien til at relativere alle påstande. Det er imidlertid slet ikke det, som man har brug for, hvis man klager. Man har brug for, at nogen forstår, at man føler sig uretfærdig behandlet. Og man vil ikke reduceres til et argument i en sag. Man vil have, at samfundet skal have en overordnet holdning til det at være menneske, og at systemet er til for mennesker og ikke omvendt. Man vil have, at alle instanser – både offentlige og private – skal tage individuelle hensyn. I et frit samfund handler det ikke om, at alle skal være ens og behandles ens. Der skal være plads til mangfoldighed og forskellighed. Og man skal respektere det enkelte menneske – og hjælpe til med, at vedkommende føler sig retfærdig behandlet.

Det er klart, at sådanne klageinstanser vil have en stor opdragende effekt på både offentlige myndigheder og private virksomheder. Og det er lige præcis meningen. Meget af det, som nogen tillader sig i dag, vil de ikke kunne gøre i et frit samfund. For at undgå at klagekontorer konstant kræver, at man ændrer sine beslutninger, bliver man nødt til selv at ændre sig og tilpasse sig en ny orden, hvor det enkelte menneske skal respekteres betydelig mere end i dag.

Kort efter at man i Danmark indførte ombudsmandsordningen, ændrede man den til, at ombudsmandens afgørelser kun var rådgivende og vejledende. Dermed tog man magten ud af ordningen, sådan at en dansk ombudsmand i dag kun giver råd og vejleder. I et frit samfund skal en ombudsmand have en reel magt og kunne tilsidesætte beslutninger og kræve, at der træffes andre beslutninger.

### **Splittelse**

Inden jeg går videre, er det vigtigt at forstå noget om social splittelse. Hvis man har en splittet bevidsthed, ser og oplever man splittelser i det sociale liv. Og lidt efter lidt påvirker man andre mennesker, og de påvirker én, sådan at den sociale virkelighed får samme splittelse som den, der befinder sig i bevidstheden.

Historisk set var der oprindeligt nogle landsbyfællesskaber. Her udgjorde ungdommen en fælles arbejdsstyrke, der udførte alt arbejde. Men det lykkedes adelen langsomt at nedbryde fællesskabet. Og til sidst ændrede landsbyerne sig, så de enkelte familier arbejdede for sig selv. Det endte med, at mange forlod landsbyerne og slog sig ned på gårde ude på landet. Her opstod så storfamilier, hvor man i fællesskab ejede et antal gårde. Lidt efter lidt ændrede det sig til, at kernefamilien kom i centrum, og så levede man på sin gård som far, mor og børn, men også med bedsteforældre. Det medførte, at man byggede aftægtsboliger til de ældre, sådan at de gamle flyttede over i aftægtsboligen. I dag ses det mange steder, at landmanden er alene – eller er blevet gift med en thailandsk kvinde.

I byerne var der oprindeligt arbejderkvarterer, hvor man boede i en slags kaserner. Men der kom efterhånden individuelle lejligheder med eget køkken og badeværelse. Og så levede man i kernefamilier. Det splittede energimønsters bevidsthed medførte konstante skænderier, så flere og flere blev skilt. I dag bor halvdelen alene. Der er stadig et ideal om at have en kæreste. Og nogen prøver stadig at flytte sammen. Men det varer som oftest kun et år eller to, inden man ikke kan holde det ud længere. I det mindste skal man have sit eget værelse, sit eget fjernsyn, sin egen computer, sin egen email adresse og sin egen mobiltelefon. Og i ens dagligdag skifter man rundt mellem en række forskellige sociale situationer, hvor man i hver af dem bruger én af sine del-bevidstheder.

Her er det så, at velmenende politikere mener, at samfundet skal hjælpe det enkelte menneske. Der skal være socialhjælp med vejledning og økonomisk støtte. Der skal være arbejdsformidling, så man kan hjælpe folk i job. Der skal være ventelister for at få en lejlighed, sådan at alle står i kø, og at ingen kan springe køen over. Der skal være børnehaver, sådan at man ikke behøver passe hinandens børn, men bare kan aflevere sit barn. Der skal være plejehjem, hvor de gamle kan sidde og vente på at dø, fordi de ikke længere er effektive i produktionen. Alt det og mere til kaldes for velfærdssamfundet. Des mere vi får, des bedre er det. Og jo, det passer præcis til mennesker, der har en splittet bevidsthed. Kun sådan kan de slappe af. Så kan de dyrke deres individualisme. Og så behøver de ikke deltage i noget fællesskab med andre mennesker.

Desværre sker det så, at nogle familier ikke magter at opdrage deres børn godt nok. Og børnene bliver dermed kriminelle og begår hærværk, tyverier, røverier og slår andre mennesker ned, når frustrationen bliver for intens. Derfor bliver man nødt til at have fængsler. De unge skal mærke på deres krop, at de har gjort noget forkert. Egentlig ved man godt, at det ikke hjælper på den unge, der kommer i fængsel. Han bliver bare endnu mere kriminel. Men det virker afskrækkende på andre unge. De bliver truet med fængsel. Første gang får de en betinget dom. Næste gang får de en lille fængselsdom. Og dernæst én, der er lidt større. Og i fængslet tilbyder man dem uddannelse. Og den samlede virkning er, at de fleste retter sig ind og begynder en individualistisk tilværelse. Men så er der et mindretal, som ikke gør det. De bliver bandemedlemmer, hvor de nyder fællesskabet. Egentlig vil de måske gerne undgå at være kriminelle. Men det kan kun opnås, hvis de dropper fællesskabet. Og det vil de ikke.

### **Folkemagt**

Jeg går nu til territorie-energien, som psykosocialt handler om at danne fællesskaber. I alle samfund til alle tider ses sådanne fællesskaber. Under kapitalismen ses det i ungdomsbanderne. Der var også engang for længe siden, hvor der var socialistiske gade- og fabriksgrupper, hvor arbejderne indgik i et fællesskab; men det er ophørt.

Jeg bor i en stor boligkarré med cirka 120 lejligheder. Og i 2 af dem er der indrettet en børnehaver. Hvor morgen kommer folk cyklende med et barn bag på cyklen og afleverer deres barn i børnehaven. Og efter arbejdsdagen kommer de så igen og henter deres barn. Om aftenen og i weekenderne er barnet så alene med en voksen kvinde og en voksen mand – deres mor og far. Og her lærer de den individualistiske og splittede bevidsthed at kende. I børnehaven skulle man så tro, at de fik mulighed for at lære en samlet bevidsthed at kende. Men den lærer man kun, hvis man gennemlever sociale udfordringer og konflikter. Men her kommer pædagogerne ind i billedet. De har flere års uddannelse i, hvordan man forhindrer børnene i det. Det kaldes pædagogik. Børnene skal ikke overlades til sig selv. Og ved enhver konflikt skal pædagogen komme med en belærende vejledning og forklaring. Det, som for børnene starter med bevidsthedskonflikter, der knytter sig til bevidsthederne i bryst og underliv, skal nu med pædagogens hjælp overføres til en hjernemæssig bevidsthed, hvor børnene skal lære at styre og kontrollere sig selv.

Pædagogerne og forældrene vil gerne have, at samfundet hjælper. Og det skal så ske med større bevillinger, så der kan komme flere pædagoger. De skal have bedre løn og arbejdsvilkår. Hermed hjælper man børnene – mener man. Men det, som man hjælper med, er at splitte børnenes bevidstheder og opdrage dem til et individualistisk samfund, hvor fællesskaber kun er noget formelt.

Det boligselskab, som ejer og administrerer min boligkarré, er en del af en socialdemokratisk bevægelse, som ikke bare har opført arbejderboliger, men som også politisk har fået vedtaget en lov om ventelister. Det betyder, at alle skal have lige mulighed for at få en bolig. Det skal ikke være boligselskabet, der bestemmer, hvem der skal flytte ind. Og det skal heller ikke være dem, der allerede bor i huset, der bestemmer. Der skal være en venteliste. Og folk, der er interesseret i at flytte ind, skal så skrive sig på ventelisten. Hvis man så har stået på den i 5-20 år, kommer man op foran i køen, og så kan man flytte ind.

Reelt er det lidt anderledes. I alle boligselskaber har der ind imellem været snydt, sådan at venner og familien er kommet foran i køen. Og af sociale hensyn kan kommunen disponere over en fjerdedel af de fraflyttede lejligheder.

Da jeg var barn, var det stadig sådan, at nogle i en opgang kendte hinanden, og at man kunne låne sukker, mælk og andet af hinanden, hvis man havde glemt at købe det ind. Men det er fortid nu. I dag kender man ikke hinanden. Man siger måske goddag til sin nabo. Men enhver form for fællesskab er fraværende.

Men nu forestiller vi os en ny revolution, hvor folket har taget magten – og derfor udfolder alle energimønstrene frit. Og hvordan vil det så blive i min boligkarré? Jo, de børn, som bor i karréen vil også være dem, der er med i børnehaven. Og her vil der både være spædbørn, børnehavebørn og større børn. Der vil være pædagoger; men der vil også være forældre og bedsteforældre. Og nogle af de unge vil ind imellem lave arrangementer for børnene. Børnene vil lære hinandens forældre at kende. Og nogle gange vil børnene sove hos en anden familie end éns egen. Børnene vil således skabe et reelt børnefællesskab, og her foregår så den primære socialisering. Den indebærer, at børnene lærer at tilpasse sig og indrette sig efter hinanden. De store hjælper de små. Og hvis et barn bliver moppet, vil nogle af de større børn blande sig og hjælpe det barn, der er offer.

Børnene lærer at kunne polarisere sig og samle sig. Når de er polariseret, lærer de blandt andet det traditionelle europæiske energimønster at kende. Men de lærer også det republikanske, det arabiske og andre polariserede energimønstre. Og når de samlet, lærer de 8 forskellige energimønstre, der hver har en bevidsthed, som der er brug for i et fællesskab.

I boligkarréen er det så beboerne, der bestemmer, hvem der skal flytte ind. Og i løbet af nogle år udvikler beboerne et fællesskab, som ligner et landsbyfællesskab. De gamle flytter ned i stuen. De unge får ungdomsboliger på øverste etage. Alle hjælper med at tilføre et ekstra lag isolering uden på murene. Det tager et par år, inden man er færdig med det. Al køkkenaffald bruges til at lave biogas, som afbrændes til opvarmning. På taget opsættes små vindmøller, der laver 12-volts strøm. Og det kan rigeligt trække både belysning, fjernsyn, computer og svaleskabe, der er køleskabe med 10-12 graders temperatur, og hvor grønsager, æg og andre madvarer holder sig langt bedre end i de nuværende køleskabe, hvor temperaturen kommer ned på 3-7 grader. Så laver man gladfacader, der fungerer som drivhuse. Og man laver også små haver og hønsegårde.

I dette fællesskab ved man hele tiden, hvad hinanden laver. Og hvis fru Hansen på anden sal har brækket benet, er der nogle, der hjælper hende op og ned ad trapperne, men også køber ind for hende. De unge danner grupper. Og de store drenge danner bander. De meget store drenge eller unge mænd opdrager de yngre bander. Banderne udgør dels en slags kollektiv arbejdsstyrke, når der er brug for det. Men de er også dem, der beskytter beboerne. Hvis der forekommer vold i hjemmene, eller der kommer voldsmænd udefra, danner banderne en slags hær, der går i kamp mod voldsmændene. Banderne lærer om moral, etik og retfærdighed af deres ældre brødre, og de etablerer en overvågning, der sikrer tryghed.



Det er territorie-energiens bevidsthed, der her manifesterer sig. Det er en *folkemagt*, som alle magthavere i dag frygter, og som de gør alt for at undgå. For med den er der ikke brug for politi, fængsler, socialkontor mm.

## Folkeråd



Det er klart, at der også skal ske en lokal demokratisk proces, hvor folk snakker om, hvad de vil, og om de problemer, der opstår. Her er det vigtigt at forstå, at der ikke er behov for beslutninger, der jo knytter sig til analyse-energiens bevidsthed. Der er brug for en koordinati-on. Det, som en familie gør, skal der være plads til. Det, som en anden familie gør, skal der også være plads til. Det, som børnene har brug for, skal der være plads. Det, som en af banderne har brug for, skal der være plads til. Man kan ikke opnå nogen enighed mellem disse grupper. Men man kan godt koordinere sig med hinanden, så alle giver plads til hinanden. Selve koordinati-onen er kaotisk og foregår hele tiden. Men der er brug for et *folkeråd*, der bygger på samlings-energiens bevidsthed. Det er et slags fælles kontor, som kan lave et beboerblad eller en opslagstavle eller lave lokal-TV.

Man arrangerer også møder og seminarer, hvis der opstår problemer, som man bliver nødt til at diskutere.

Det gælder for både folkemagt og folkeråd, at de altid har eksisteret og altid vil eksistere i ethvert samfund. Magthaverne kan nemlig ikke formå helt at undertrykke det. I dag er folkemagten nogle kriminelle bander. Og folkeråd er spontane møder, når og hvis store problemer opstår. Men i et frit samfund er det fundamentet for hele samfundet.

### Dommere



Der opstår situationer, hvor det ideelle ikke fungerer, og hvor man må have dommere til at blande sig i de problemer, der er opstået. Her er det, at man skal forstå enheds-energien. Den giver en følelse (bryst) – og denne følelse balancerer mellem noget godt (hoved) og noget dårligt (underliv). I følelsen oplever man det som *det gode* og *det onde* – eller det opbyggende og det ødelæggende.

En dommers opgave er så at få parterne i en sag til at finde den balance, hvor alle føler, at der er lige så meget godt, som der er ondt, og at man derfor affinder sig med hinandens forskelligheder, slipper vreden mod andre og slipper tanken om at have ret.

Det gøres først og fremmest ved mægling mellem de parter, der er i konflikt med hinanden, eller hvor nogen har forulempet andre. Men en dommer bør også kunne stille krav til lokalsamfundet om at foretage ændringer, så mennesker får vilkår, hvor retfærdighed og udfoldelsesmuligheder kan løse problemerne. En dommer skal derfor vælges *lokalt*. Og han eller hun skal til enhver tid kunne afsættes, hvis lokalbefolkningen ikke længere har tillid til vedkommende. Hvis en dommer mener, at det er nødvendigt, at en person skal betale en bøde eller udføre tjeneste for fællesskabet eller de forurettede, skal det selvfølgelig være noget, som den dømte accepterer. Ellers vil den dømte jo gå og oparbejde vrede og had, og det vil siden udløse andre uacceptable handlinger.

Ofte vil det være en god løsning, hvis en dommer i samarbejde med den lokale folkemagt og folkeråd beslutter sig for en slags overvågning, tilsyn, vejledning og hjælp til den, der har begået en forseelse.

Der kan opstå situationer, hvor et menneske har begået en handling, som er totalt uacceptabel, men hvor han ikke fortryder noget, sådan at det er sandsynligt, at han vil gentage handlingen. Her kan det blive nødvendigt at udelukke ham fra samfundet – og altså spærre ham inde i lang tid. Hvis man er nødt til at træffe sådan en beslutning, skal det ikke være som nu, hvor en kriminel bare udholder en fængselsstraf og så bagefter kan genoptage uacceptable handlinger. Når vedkommende lukkes ud, skal der iværksættes alle de ovennævnte aktiviteter for at integrere vedkommende i fællesskabet.

En dommer skal også kunne mægle, inden noget uacceptabelt sker. Der skal ikke være hemmelige anmeldere. Men man skal stræbe efter, at det lokale fællesskab er så gennemsigtigt, at man opdager problemerne, inden det er for sent.

### Ambassadører

I store krisetider står man sammen. Før sidste verdenskrig argumenterede socialister med, at man skulle stå sammen med andre socialister i andre lande. Men da krigen kom, stod socialister sammen med kapitalister i deres eget land. Vi har set mange andre tilsvarende eksempler på, at der er eller opstår en national følelse, som samler alle. Det manifesterer sig også i, at der opstår en talsmand eller en præsident. Alt det her fungerer på alle niveauer - i landsbyen, i storbyen, på egnen, i regionen og nationalt.



Det er en bevidsthed, der knytter sig til skaber-energien. Der er ikke nogen indre bevidsthedsmæssig opdelinger. Og derfor oplever man heller ikke er nogen opdeling, når man kigger ud på den sociale virkelighed. Det kan godt være, at der er sådanne opdelinger eller splittelser; men man oplever dem ikke, når man er i dette energimønster. I stedet føler man det, som der er fælles. Det kan godt være, at det reelt ikke er så meget. Men med skaber-energien fylder det meget i bevidstheden.

En konge, dronning, præsident eller statsminister kan blive den materialiserede udgave af denne bevidsthed. Og de ambassadører, som udsendes til andre lande, knytter an til samme bevidsthed.

I dag bliver sådanne personer ofte blandet sammen med analyse-energiens bevidsthed, og så bliver de til magtmennesker, som konkurrerer med politikerne.

Her kunne man i stedet have en statsambassadør, som udfyldte den plads, som en konge, dronning, præsident eller statsminister har i dag. Vedkommende kunne så ved højtidelige eller alvorlige lejligheder tale på folkets vegne.

Man kunne også have nationale festdage, hvor denne bevidsthed manifesterede sig. Det kunne for eksempel være en dag, hvor man blandt landets skoler valgte en prins og en prinsesse, som så kørte i guldkaret, mens et festligt orkester marcherede foran, og hvor statsambassadøren modtog dem på torvet, mens han eller hun selv stod på en tribune, hvor der udover statsambassadøren sad 20 af de ældste mennesker i landet, som på skift og i samarbejde med statsambassadøren skulle snakke i åben mikrofon om landets tilstand – hvorefter den valgte prins og prinsesse også i samarbejde med statsambassadøren og også for åben mikrofon skulle snakke om fremtiden.

## Religion

I det ikke-religiøse Kina har man et visdomsråd. I Vesten har vi kirker. I Mellemøsten moskéer. I Østen templer. De er alle opstået af politiske årsager. Men de har udviklet sig til nogle spirituelle eller åndelige instanser, som på den ene side eksisterer i samfundet, men som på den anden side er uafhængige af magthaverne. I de kapitalistiske lande, hvor man gerne vil have, at al bevidsthed knytter sig til et enkelt polariseret energimønster, betragter man religion som noget privat. Men de religiøse, åndelige og spirituelle sammenslutninger opfatter sig som nogle kollektive bevidstheder, der udfordrer alle mennesker og også hele samfundet.



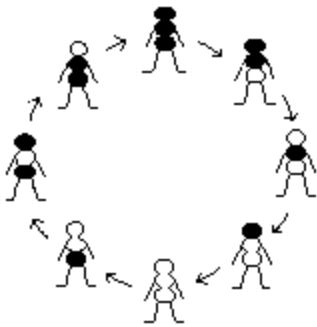
Det er modtager-energiens bevidsthed, som her manifesterer sig. Det er en slags gensidig telepatisk bevidsthed, som inddrager alle. Det fungerer sådan, at alle tanker og idéer om, hvad der er rigtigt, bliver nulstillet, og at man åbner sig for, at noget helt nyt kan ske. Det bliver til en forvandling af bevidstheden. Det kan ske i små doser og vedrører dagligdags problemer. Men det kan også være store problemer og udfordringer, som fællesskabet eller menneskeheden står overfor, og som åbner op for at se alting på en helt ny måde.

I et frit samfund, hvor man udfolder alle energier, vil der opstå eller udvikle sig sådanne spirituelle fællesskaber.

Når man nu skal i gang med at befri sig selv, handler det ikke om, at man skal ændre samfundsstrukturen først, så man får nogle gode rammer for en fri udfoldelse. Men det er vigtigt at gøre sig klart, at man ikke kan opnå nogen frihed ved at arbejde indenfor det eksisterende systems grænser. De betyder ikke, at man være ligeglad med politik, tværtimod. I talt med sin egen frigørelse vil man have mere og mere lyst til og mod på at ville ændre systemet – og gøre alt, hvad der kan gøres her og nu. Men man skal ikke bilde sig selv og andre ind, at man bare skal lave et nyt parti eller lave et andet partiprogram. Man skal stræbe efter i alle henseende at nærme sig det, som er beskrevet i dette kapitel.

## Bevidsthedsrunder

Når man har opnået evnen til at udfolde alle energimønstrene frit, vil man ofte gennemføre en bevidsthedsrunde. Man *kan* godt være selvbevidst og lægge mærke til, at man skifter fra energimønster til energimønster. Men det interessante er, at man gør det - og gør det i en bestemt rækkefølge uden at tænke over det.



Man kan gennemføre en bevidsthedsrunde på flere måder. Man kan holde det samme energimønster i venstre side, og så gennemleve de 8 energimønstre i højre side. Man kan også gøre det omvendt, hvor man har samme energimønster i højre side og skifte rundt mellem de 8 energimønstre i venstre side. Man kan foretage halve runder. Man kan for eksempel holde samme energimønster i venstre side, mens man gennemlever de 4 mandlige energimønstre i højre side; og så kan man skifte og holde samme energimønster i højre side og gå igennem de 4 kvindelige energimønstre i venstre side. Og så kan man som vist på tegningen have samme energimønster i begge kropssider og så foretage processen gennem alle 8 energimønstre.

Forståelsesmæssigt handler det om det samme. Så vi nøjes med at kigge på den sidste mulighed.



Vi starter med territorie-energien. Der er sket noget nyt. Og det er kommet ind i underbevidstheden (underliv), idet man hverken oplever det som følelser (bryst) eller tanker (hoved).

Dette begreb *underbevidsthed* bliver normalt brugt til at udtrykke noget, som man ikke er bevidst om. Men man kan faktisk godt mærke det. Hvis man øver sig i det, kan man blive clairvoyant. Så kan man opleve det som et drømmebillede, en slags følelse, en lugt, en lyd eller lignende. Det er noget, som en på vej inden i én. Det interessante er, at der er en vilje (underliv) til stede. Man er altså ikke bare passiv og må finde sig i, hvad der kommer. Clairvoyance er ikke spådom om fremtiden. Man kan godt vælge at ville noget andet. Her kan man bruge sine følelser (bryst) og tanker (hoved) som en slags antenne for at orientere sig i omgivelserne. *Er der noget, der truer mig? Er der noget, der virker indbydende? Er der noget, jeg kan bruge?*



Når man har gennemlevet territorie-energien, skifter man til analyse-energien. Det interessante er, at det sker af sig selv. Det var, hvad kineserne opdagede for 3.000 år siden. Hvis der ikke er noget i ens omgivelser, der giver anledning til at skifte til et andet energimønster, er der en bestemt rækkefølge, som man vælger – uden at tænke nærmere over det. I analyse-energien har man stadig en bevidsthed, hvis fundament er energien i underlivet, men nu har man også fået et billede i hjernen (hoved). Og i sit indre (bryst) vil man nu sammenligne de to bevidstheder.



Når man er færdig med det, skifter man til udlevelsens-energien. Man har stadig underlivets bevidsthed. Men nu har man overført sit billede fra hjernen til en kropslig følelse i brystet. Bevidsthedsmæssigt betyder det, at man afprøver sig selv i en rolle, hvor man gør noget. Det er en undersøgende eller eksperimenterende fase, hvor man finder ud af, hvordan man har det med det nye.



Og når man bagefter går videre til skaber-energien, er det, fordi man har accepteret det nye. Nu er det ikke længere bare en afprøvning. Nu har man også taget det ind i sin forstand (hoved). Det betyder ikke, at man er færdig med sin bevidsthedsproces. Man ved bare, at man vil tage det nye til sig. Men man skal lige undersøge det nærmere for at finde ud af, hvor meget man vil, – hvordan man vil, - og hvilke tanker og holdninger man så får.



Derfor skifter man videre til samlings-energien. Her smelter tanker (hoved) og følelser (bryst) sammen, samtidig med at man slipper den bevidsthed (underliv), som man havde fra starten af processen. Man er nu i gang med at integrere det nye i sin bevidsthed. Nu er det



ikke en rolle, man afprøver. Nu er man i gang med at ændre sit *jeg*. Men det er stadig en undersøgende proces, hvor man skal finde ud af, hvad man vil tage ind i sit *jeg* – og her i samlings-energien er man i gang med finde det, hvor tanker og følelser passer sammen.



Når man har fundet ud af det, overgår man til enheds-energien. Nu skal man ikke tage stilling mere. Nu har man ændret sig noget, og derfor føler man (bryst), at ens inderste *jeg* er blevet lidt anderledes. Hvis man ikke undertrykker sig selv, kan man ikke lade være med at udtrykke det som lyde og grimasser.



Når man har vænnet sig til den nye følelse af sig selv, skifter man så til hengivelses-energien, hvor man (hoved) kigger på sig selv. Man iagttager sin krop (underliv) og følelser (bryst) og får nogle tanker (hoved) om det, man har gennemlevet, og det, man nu er blevet til. Det er ikke analyserende tanker, men en slags følelses-tanker, hvor man bliver klar over, hvor man er i livet, og hvilken relation man har til andre.



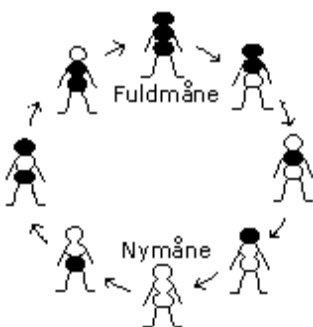
Når man også har sluppet disse tanker, havner man i modtager-energien. Man har accepteret det nye som en kropsenergi, som følelser og som tanker. Og der er ikke mere opmærksomhed på det. Det glider ud af opmærksomheden. Men samtidig sker der en forvandling, idet det nye integrerer sig i bevidstheden. Ens *jeg* har udviklet sig. Man er blevet en lille smule anderledes. Måske er det ens tanker, der er forvandlet lidt. Måske også ens følelser. Og måske også ens kropsholdning. Man forbliver i modtager-energien, indtil der rejser sig en ny energi inden i én.



Når det sker, er man tilbage i territorie-energien, hvor man begynder. Her orienterer man sig igen i forhold til omgivelserne. Man fornemmer, hvad der måske er på vej af nye tanker (hoved) og følelser (bryst). Og dybt inde i sig selv (underliv) er der noget nyt, som man ikke rigtig er klar over, hvad er. Det er noget, der passer sammen med ens nye *jeg*. Nu skal man så finde ud af, hvordan dette nye *jeg* fungerer osv. Og så tager man en bevidsthedsrunde mere. Og den giver igen en forvandling. Og så fortsætter man med endnu en runde osv.

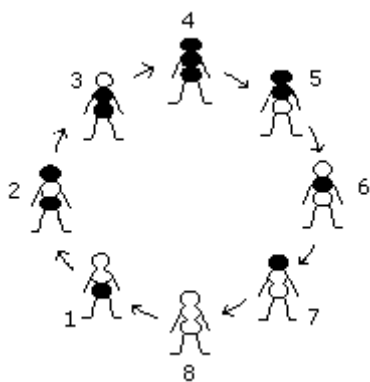
I den virkelige virkelighed kan der ind imellem let ske det, at man polariserer sig og får to energimønstres bevidstheder samtidig. Der kan også let ske det, at man standser midt i processen, fordi der er noget i ens sociale liv, der tvinger én til noget helt andet.

Men man kan også bruge bevidsthedsrunden som et psykisk værktøj. Måske vælger man at sætte sig et sted, hvor man er alene, og der er fred. Eller man går en tur ude i skoven. Og så gennemlever man runden systematisk. Man forbliver i hvert energimønster så længe, at der ikke kommer flere følelsesmæssige eller tankemæssige impulser, og så skifter man til næste trin i bevidsthedsprocessen. Når man er kommet igennem hele runden, føler man sig afklaret. Nogle af de gamle følelser og tanker, som knyttede sig til ens liv tidligere, oplever man ikke mere. Nu kigger man fremad.



I det gamle Kina var det normalt, at man i landsbyerne hver måned gennemlevede en kollektiv proces igennem de 8 energimønstre. Efter nymåne gik landsbyformanden rundt og fornemmede, hvad der var stemning for. Og så snakkede alle sig frem til, hvad man skulle lave. Så gik man i gang. Og ved fuldmåne festede man, fordi processen nu var på sit højeste. Dernæst fik man færdiggjort projektet. Og til sidst kunne man glæde sig over det, man havde opnået. Man var især opmærksom på tiden lige før fuldmåne. Her kunne man risikere, at nogle satte alt for meget i gang. Den gode proces var at have små overskuelige projekter, sådan at man efter fuldmåne kunne gøre dem færdige og få fællesskabet til at fungere.

Jeg vil nu give et eksempel på, hvordan man i en børnehave kan følge sådan en månerytme. Fra nymåne til fuldmåne gennemlever man de mandlige energimønstre - og fra fuldmåne til næste nymåne gennemlever man de kvindelige. Og månedens projekt er dukketeater.



Processen starter med territorie-energien (1). Man finder en masse dukker, strømper og træstykker, som kan fungere som midlertidige dukker, og så prøver børnene at spille roller med dem. Hvert barn prøver at lege med forskellige dukker og roller for at finde frem til den eller de roller, som lige præcis passer med nogle følelser og tanker, som barnet har lige nu. Alle prøver at være sømænd, pirater, købmænd, aber, malkepiger, astronauter, røvere, babyer, kinesere m.fl. Og man prøver at lyve, overdrive, skælde ud, trøste, synge og meget mere. Efterhånden bliver det tydeligt, hvilke roller, som passer til, hvad der foregår inde i barnets bevidsthed. Det er selvfølgelig problemer eller udfordringer, som barnet har for tiden. Men det

er ikke stivnede tanker eller følelser (hoved og bryst), som ofte handler om andre personer, som barnet har relationer til. Det er i højere grad noget kropsligt (underliv), som bygger på, hvad barnet vil. Og det viser sig ved, at barnet spiller rollen med dukken på en direkte overbevisende måde. Det leger man med i cirka 3 dage – altså cirka 1/4 af den tid, der er frem til fuldmåne.

(2) Næste trin foregår med analyse-energien. Her skal man finde ud af, hvilke mål, man skal prøve at nå frem til. Man arbejder videre med det enkelte barns roller. ”Hvad vil du godt med ham røver?” kan pædagogen spørge. Og så prøver man at gennemspille nogle episoder. Hvis der er kraft i rollen, tegner man det på en tavle. Og det er drejebogen til teaterstykket. Det tager også cirka 3 dage.

(3) Så kommer man til udlevelsens-energien, hvor der skal lægges kraft og følelser i rollerne (underliv og bryst), og hvor hvert barn skal finde ud af (hoved), hvordan dets rolle passer i forhold til de andre roller. Her ændrer man så dukkernes udseende, så de passer til rollespillet. Også det leger man med i lidt over 3 dage.

(4) Næste trin er skaber-energien, hvor det hele skal koordineres. Ingen børn skal have begrænsninger i deres roller – i forhold til deres ”indre” tilskyndelser – men man skal nu få det hele til at hænge sammen. Egentlig kører forestillingen nu. Man har bygget den op gennem de mandlige energimønstre. Men nu skifter man over til de kvindelige energimønstre.

(5) Og så kommer man til samlings-energien. I takt med at børnene prøver forestillingen, opdager de, at replikkerne og handlingerne ikke hænger sammen. Det, som den ene siger, giver en følelse (bryst) hos den anden. Og det resulterer straks i, at den anden siger noget (hoved), som hænger sammen med denne følelse. Så får den første også en følelse (bryst), og det resulterer også i, at der bliver sagt noget (hoved). Hver gang man gennemspiller stykket, ændrer det sig lidt, så det begynder at hænge sammen.

(6) Nu er man så ved enheds-energien. Det enkelte barn kan dels føle sig selv som et ego (bryst), men kan også føle dette egos rolle i forhold til de andre (hoved og underliv). Man laver afsluttede prøver og forpremiere. Og så viser man forestillingen for andre.

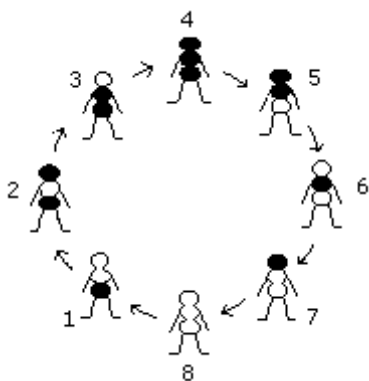
(7) Bagefter er der cirka 3 dage i hengivelses-energien. Der er oprydning og snak. Hvert barn evaluerer sig selv. Og man tegner og snakker. Man skiftes til at fortælle, hvad man har oplevet undervejs. Og det enkelte barn bliver klar over, hvad det har lært.

(8) Så er der endelig modtager-energien. ”Hvad skal jeg lave?” er der måske et af børnene, der spørger. Og så kan pædagogen passende svare: ”Du skal kede dig!” For der skal ikke tages nogen initiativer. Månedens projekt har sat noget i gang i underbevidstheden. Noget vil glide ind i jeg’et. Andet vil forsvinde. Og når man senere går i gang med næste projekt, vil barnet være en lille smule forvandlet.

Undervejs har barnet lært noget om det gode og civiliserede. Det har også lært noget om sig selv og de andre. Og det har lært noget om fornuft. Ikke som undertykkelse, hvor barnet får at vide, at det ikke er godt nok, og at det må stivne og spalte bevidstheden. Men som en vækst, hvor barnet

folder sig ud – og bliver et kraftfuldt, kærligt og indsigtfuldt menneske. I barnets underbevidsthed vil der så rejse sig nogle bevidsthedsmæssige energier, som er dem, barnet nu har lyst til at arbejde med. Det betyder, at barnet bygger på dets egen dyriske bevidsthed (underliv) – i modsætning til forældres og pædagogers irettesættelser.

Det næste eksempel behøver ikke følge månens rytme, men tidsmæssigt kan det godt. Her forestiller vi os en landsby, hvor man har opført et fælleshus til fester, møder mm. Det har ikke kostet noget – udover arbejde. Murene er lavet af pilestammer og hampe-kalk-beton. Man har haft tre markstykker. På det ene har man haft piletræer, som klippes helt ned hvert år; og de skyder 2 meter høje tynde stammer. Og på det andet markstykke har man haft hampeplanter. Pilestammerne er så brugt som skelet til murene. Og hampeplanterne er knust og blandet med kalk, så de bliver til en slags beton. Så har man lavet forskalling rundt om pilestammerne og hældt hampe-kalk-beton i. Det er blevet til en fast mur, der er vejrbestandig, men som samtidig isolerer bedre end noget andet materiale. Taget er et selvbærende stråtag. Man har haft et tredje markstykke med langstrået rug. Og så har man haft en arbejdsdag, hvor man har brugt en roterende tromle til at slå kornene af stråene – og hermed altså fået en masse bundter strå. Så har man flettet og bundet mange tynde grene sammen til tagets konstruktion. Og i fællesskab har man bundet stråene på. Gulvet består nederst af strandskaller. Så nogle gummislanger til at trække eventuelle jordgasser ud til omgivelserne. Oven på det har man lagt et lag sten – og mellem dem en vandslange, der er koblet til nogle solfangere, så man kan opvarme gulvet. Og øverst er der et lerstampet gulv. Huset er bygget i mange runder, hvor man hver gang har taget et skridt fremad. Og nu er man kommet dertil, at man vil opsætte nogle skillevægge, så der bliver et stort og et par små rum.



(1) Nogen har gået rundt og snakket med andre, om det ikke skal være nu – og det er der en del, der er med på.

(2) Man mødes så og lægger nogle planer og aftaler arbejdsdage, hvem der skaffer materialer, hvem der har værktøj osv.

(3) Og så går man bare i gang. Nogen tager fat ét sted. Andre et andet sted. Og alle forsøger at finde en opgave, hvor man supplerer de andre.

(4) Så står skillevæggene dér – og alle er glade. Her er det så, at man normalt er færdig. Alle går hver til sit. Men nu kommer den sociale del af projektet.

(5) Man skal nu snakke sammen to og to og i fællesskab om det, som man har lavet. *Hvordan skal det bruges? Hvilke muligheder er der? Skal der laves mere?*

(6) Og så kommer man til det, som man normalt undlader; men som er vigtigt. Man skal vise sine følelser. *Er man meget tilfreds? Lidt tilfreds? Utilfreds?*

(7) Til sidst skal man lige evaluere. Nogen tror, at det skal være en analyse med forklaringer og begrundelser. Men det er der ikke behov for. Man skal nøjes med nogle få spontane sætninger om forløbet.

(8) Og så skal hver enkelt person slappe af og ikke tænke mere over det.

## Græsrodsarbejde

Inden jeg går videre vil jeg lige se på det problem, der opstår, når nogen er i stand til at anvende alle energimønstrene i en social proces gennem en bevidsthedsrunde – mens der er andre, der er ved at lære det, og atter andre, der er stagneret i det traditionelle europæiske energimønsters bevidsthed.

Egentlig er det meget let og selvfølgelig at gennemføre sådan en proces gennem en bevidsthedsrunde. Alligevel begår de fleste en masse fejl. Så nu kigger jeg igen på projektet med fælleshuset.

Det er en stor fejl, hvis man ikke gør det til et socialt projekt, men overlader store dele af arbejdet til nogle, der har viden og erfaring – og som kan gøre det meget hurtigere og bedre, hvis de bare får lov. Når de endelig er i gang, er det for lidt bare at opsætte skillevægge. Så skal der også lige opsættes køkkenbord osv.



Der er ikke noget galt i, at man vælger, at det ikke skal være et socialt projekt. Så kan en håndværker eller to indtage det traditionelle europæiske energimønsters bevidsthed, hvor de har en arbejdskraft (underliv), en faglig viden (hoved) – og mor derhjemme (bryst), der har maden parat, når man kommer hjem. Det er fint nok. Men det udvikler ikke fællesskabet. Det kan godt være, at der kommer et par skillevægge og et køkkenbord. Og det kan fællesskabet så bruge, hvis der er noget fællesskab.

Men nu går hele idéen ud på at lave noget fælles. Og her er det, at man skal indtage samme energimønstre i højre og venstre side, så man ikke er individualist, men oplever sig som en del af fællesskabet.

På engelsk har man to begreber: *efficiency* og *effectiveness*. I denne sammenhæng betyder det første, at arbejdet er effektivt i den forstand, at der ikke spild af tid, penge og energi - altså sådan som en håndværker er god til. Og det andet betyder, at det er effektivt i den forstand, at arbejdet styrker fællesskabet – og det er vel det, der er meningen.

Rundt omkring i landsbyer og i bydele står fælleshuse, som stort set altid står tomme. Det er håndværkere, der har opført dem. Disse håndværkere føler stolthed, fordi arbejdet er vel udført, og at det giver mange muligheder for andre mennesker. Men disse andre mennesker føler ingen stolthed. De har ikke skabt noget.

Men det fælleshus, som vi her beskæftiger os med, er bygget i fællesskab. Der har været mange byggerunder. Og man har taget et lille skridt fremad hver gang. Og der er mange forskellige mennesker engageret hver gang. Den enkelte har ikke deltaget hver gang, men har været med flere gange. Og hver gang har der ikke kun været byggeri, men også sociale processer. Alle føler, at de har været med til at præge huset, og derfor føler de stolthed og ejerskab.

Lad os gå lidt mere i detaljen med sådan en runde gennem energimønstrenes bevidstheder. Meget ofte er der nogle, der straks er i trin (2), hvor de har en plan og nogle tegninger over, hvordan det skal se ud. Problemet er ikke, at nogle tegner og har gode idéer. Problemet er, at man har sprunget trin (1) over. Og det hævner sig altid. Trin (1) går ud på at finde den fælles stemning. Man skal finde ud af, hvad der rører sig i folk – ikke kun hos dem, der har forstand på arkitektur og byggeri. Snarere dem, der ikke har sådanne forudsætninger. *Hvad vil de? Hvad er deres behov?* Det betyder ikke, at alle skal bestemme, sådan at man skal snakke sig frem til enighed. Men alle skal være med fra starten.

(2) Når man så kommer til næste trin, skal alle konkretisere deres idéer. Og her opstår ofte den fejl, at man tror, at man skal træffe en beslutning. Så kan man stemme om det. Eller forsøge at snakke sig til enighed. Og alle dem, der intet ved om byggeri, har så flertal for løsninger, som håndværkerne ikke gider deltage i. Det konstruktive er ikke at træffe nogen beslutning, men i fællesskab få klarhed over alle ønsker og behov.

(3) I næste fase går man så i gang. Dem, der har forstand på arkitektur og håndværk, fører an. De kan ikke blive enige. Men de finder alligevel en løsning, sådan at enhver af dem bestemmer lidt. Alle andre deltager så med det, som de kan. Nogen laver kaffe. Andre bærer materialer. Nogen holder, mens andre saver og hamrer. Ved frokosttid er der nogen, der serverer mad.

(4) Måske er der én, der har digtet en lille sang om skillevægge, som alle synger, når væggene er kommet op at stå.

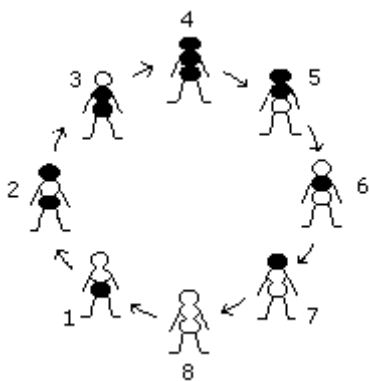
(5) Så starter alt det sociale; og det tager halvdelen af tiden. Det er her, at hele projektet kan risikere kun at blive *efficient*, sådan at folk ikke har lyst til at engagere sig i fremtiden omkring fælleshuset. For at sikre, at det bliver *effective*, skal man sørge for at komme igennem alle de sidste 4 trin på en god måde. Her i trin (5) er der normalt ikke problemer. Folk snakker sammen, og det er vældig hyggeligt.

(6) Her begynder problemerne. Der er altid noget af byggeriet, som ikke er lykkedes godt. Men fordi man er pæn, holder man sin kritik tilbage. Det er helt normalt, når alt foregår individualistisk. Så kan man gå i sine egne tanker og kritisere andre. Eller man kan snakke med sin ægtefælle og her komme frem med kritikken. Men hvis det skal være et kollektivt projekt, skal kritikken komme frem, så alle hører det. Det er også vigtigt for én selv, at man kommer af med sin kritik, for ellers kører den rundt i hovedet og blokerer for ens videre proces i forhold til fællesskabet.

(7) Hvis folk ikke er kommet af med deres kritik, vil en evaluering blive noget mærkeligt noget, som efterlader dårlige tanker og manglende lyst til at fortsætte.

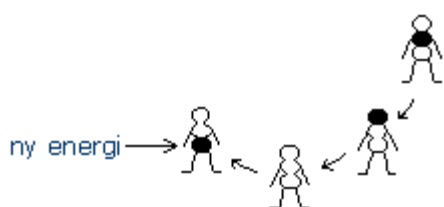
(8) Hvis man har snakket sammen, afleveret sin kritik, udtrykt sine tanker – og gjort det fuldt ud, opstår der i ens bevidsthed en slags tilfredshed, hvor man føler, at man er blevet helt færdig. Det gør, at man slapper af. Man bliver tanketom. Og så sker der noget i hjernen. Noget af det, som man tidligere tænkte på, forsvinder helt væk. Og der opstår sammenhænge mellem nogle nye tanker. Hele ens bevidsthed forvandler sig en lille smule. Fortidens problemer er der ikke mere. Virkeligheden er forandret. Når man næste gang tænker på fælleshuset, opstår nogle helt nye idéer og tanker.

Lad mig tage et andet eksempel. Denne gang i en boligkarré i storbyen. Der bor 100 familier i et 5 etages hus med 4 længer rundt om en gård. Inde i gården er der nu en kørevej langs husmurene, og i midten er der legeplads og grillplads med borde og bænke. Idéen er, at man midt i gården opfører en meget stor firkantet bygning med fladt tag. Langs alle mure skal der plantes bærbuske. Ovenpå taget skal der så være legeplads, grillplads og 4 hønsehuse til hver 25 høns. Og nede i bygningen skal der være 4 rum til hønsene med siddepine og redekasser. Men så skal der også være et biogasanlæg, hvor organisk materiale skal laves til gas. Og der skal være værksteder, sauna, lydisolerede rum til musik og sang, gæsteværelser mm. Det hele skal laves af beboerne over en 10-årig periode, og det skal i princippet ikke koste andet end beboernes arbejdskraft, idet man vil lave små arbejdsteam, som tager rundt og samler genbrugsmaterialer.



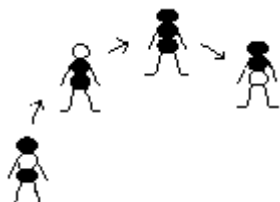
Det indebærer ganske mange runder. To kvinder, Pia og Tove, føler (1), at man bare skal gå i gang med det, der umiddelbart er behov for; og de savner nogle gode æg. De inviterer andre til et møde (2), hvor de snakker om at lave et hønsehus. Og allerede dagen efter går Pia i gang (3) med at samle byggematerialer. Efter en måned har de anskaffet så meget, at de arrangerer en arbejdsdag (4), hvor 12 mennesker hjælper hinanden med at bygge et lille hønsehus. Nu begynder for alvor snakken mellem beboerne (5). *Er det et pænt hønsehus? Hvem skal have æggene?* Og der er kritik og ros (6), hvor folk udtrykker deres følelser. Så skifter snakken til selve processen (7). *Hvem er det egentlig, der styrer det? Er det demokratisk? Skulle man ikke gøre det anderledes?* Og hver for sig (8) sker

der en masse inde i hovederne på folk, hvor de pludselig bliver klar over, at alting ikke er, som det plejer, men at meget nyt er ved at ske.



På baggrund af den bevidsthedsmæssige proces gennem de sidste energimønstre, rejser der sig nu en ny energi inden i hvert enkelt menneske. Der er ikke nogle bestemte tanker (hoved) og følelser (bryst). Men der er kommet en uro i ens underbevidsthed (underliv). Det mærkes som noget, man vil eller har brug for. Men man ved ikke lige, hvad det er. Det handler sandsynligvis om, hvem der egentlig er med i projektet – og

hvad et hele skal gå ud på – samt især om, hvad man selv skal.



Når man så tager næste skridt fremad, begynder man ikke helt forfra. Udgangspunktet er analyse-energien, hvor man har høj ladning i underliv og hoved, og hvor man skal finde ud af, hvad man nu skal gøre. I den allerførste runde brugte man analyse-energien til at visualisere. Og de to energipoler blev til to tanker ad gangen, som man kunne analysere. Det, der dukkede op i hovedet, var noget, som man havde set eller læst om. Men i denne anden runde bruges analyse-energien helt anderledes. For det, som

nu dukker op i hovedet på enhver, er tanker om det, som man mærker i underlivet. Og nu handler det om, hvad man vil. Ikke forstået som en idé eller tanke om projektet - men som erkendelser af, hvor meget man gider, hvad man selv vil udføre, hvem man vil arbejde sammen med, hvor ofte man vil yde noget, hvad man vil forsøge at blive klogere på osv. Og når man så skifter videre til udlevelses-energien, er fokus nu på, hvordan man praktisk kan supplere hinanden, og især på, hvordan det, som man selv brænder for, kan komme med i projektet,



Der er en særlig problemstilling vedrørende analyse-energien, som kan bruges på to meget forskellige måder. Det naturlige er at følge energistrømmen fra underliv til hoved; men man kan også bruge sit hoved til at få en abstrakt idé, og så tvinge sin dyriske og kropslige

bevidsthed i underlivet til at følge hovedet.

Hvis vi forestiller os næste fase i projektet, er der måske nogle beboere, der indkalder til et møde. De synes, at der har manglet demokrati. Og nu vil de gerne diskutere det hele og træffe nogle beslutninger for det videre forløb. De ser gerne, at mødet munder ud i, at man bliver enige om noget. Og så kan man uddelegere nogle opgaver til dem, der skal føre beslutningerne ud i livet. Måske er der en mand, der har en god idé, og som selv gerne vil udføre den. Men problemet er, at det bare er en idé. Han kender ikke sine egne begrænsninger og evner, når det drejer sig om forholdet til fællesskabet. Han har heller ikke prøvet at samarbejde med de andre i forløbet, så det kan meget vel være, at der opstår kommunikationsvanskeligheder og konflikter, så opgaven ikke bliver udført. Og går det som det plejer, er der meget at lære inden at noget lykkes.

Dem, der allerede har været med i første runde, har lært en masse – både fagligt og socialt. De største vanskeligheder ligger i samarbejdet og koordinationen. Men nu har de gjort en del erfaringer. Og nu ved de, både hvad de selv magter, og hvad de andre magter. Og især ved de, hvad de kan forvente af andre. De har også snakket en hel del undervejs. Og selvom de ikke har helt konkrete planer, ved de godt, hvad der nu skal ske. De har også brug for et møde for at snakke sammen. Men ikke så meget om at få idéer og uddelegere opgaver. Nu handler det om at høre, hvad de andre vil. *Hvad har de andre erfaret gennem første runde? Hvad har de lært om deres egne evner og begrænsninger? Hvad har de lært om samarbejdet? Hvem kan de lide at arbejde sammen med? Har de brugt for meget tid og svigtet deres familie, sådan at de nu vil bruge mindre tid?*

Resultatet af denne snak er, at man får vished om, hvad de andre faktisk vil gøre fremover? Ikke, hvad de tror, at de vil gøre. Heller ikke, hvad de har sat sig for, men ikke magter. På dette tidspunkt kender man hinanden. Og den enkelte kender sig selv i forhold til projektet. Så når én siger, at han vil gøre noget bestemt, er det ikke bare en idé, har han lyst til. Det er noget, som man kan regne med vil ske. På baggrund af det, som han har været igennem, kan han ikke lade være med at gennemføre det. Der interessante er så, om der er to, der vil det samme. For så skal enten den ene træk-

ke sig, eller også skal de samarbejde om det. Det andet interessante er, om der er noget, der *skal* gøres, men som ingen gider. Det kan være noget, som er helt nødvendigt, for at projektet skal kunne fortsætte.

Det viser sig altså, at der er 2 forskellige opfattelser af, hvordan demokratiet skal fungere. Den ene er, at man skal beslutte noget og uddelegere opgaver. Den anden er at bygge videre på de erfaringer, der er gjort. Så lad os gå lidt i dybden med det.

# Demokrati

Demokrati betyder folkestyre, og så skulle man jo tro, at det var folket, der styrer. Men sådan er det ikke altid. Des mere undertrykkende et samfund er, des mere kalder det sig selv for demokratisk.

Det siges ofte, at demokratiet startede i det gamle Grækenland, hvor overklassens mænd mødtes og diskuterede og traf beslutninger. Kvinder, arbejdere og slaver deltog ikke.



Det er selve den bevidsthedsstruktur, som grækerne havde, der gør, at man kalder dem demokratiske. Det er en to-polet bevidsthed. Der er en konkret bevidsthed (underliv), som handler om bygninger, veje, marker, handel samt brug af kvinder, arbejdere og slaver. Og så er der en abstrakt bevidsthed (hoved), som handler om, hvordan man styrer og kontrollerer det alt sammen. I stedet for at det er en konge, general eller lignende, der bare bestemmer i forhold til sine følelser og umiddelbare idéer, skal man snakke sig frem til en abstrakt bevidsthed, der skal udgøre magten, og den skal have de konkrete aktiviteter i samfundet som basis – i modsætning til for eksempel nogle religiøse dogmer.

Hele denne idé om demokrati kontra en diktator er i dag en udbredt forestilling, som alverdens befolkning bakker op om. De fleste tror, at det er, fordi mennesker har undergået en evolutionær udvikling, hvor de har hævet sig op til en højere forståelse for, hvad der er godt. Men historisk – ifølge skriftlige kilder – har det været omvendt. Alt vidner om, at kulturerne og samfundene oprindeligt var demokratiske, og at konger og diktatorer er opstået siden hen. Og til alle tider har almindelige mennesker hyldet idéen om, at folket skal styre sig selv. Det er ikke noget nyt. Det nye er, at vestlige journalister og forskere har opdaget, at alle mennesker nu går ind for demokrati.

I det gamle Grækenland eksisterede demokratiet, inden grækerne stivnede i analyse-energiens 2-poledede bevidsthed. Vi ved, at det var Aristoteles (367–347 før 0), som valgte andre energimønstres bevidstheder fra – og mente, at analyse-energiens bevidsthed var den eneste rigtige og sande. Sokrates (469-399 før 0) er mest kendt for sin rolle i forhold til datidens demokrati. Og hans elev Platon (ca. 428/427-348/347 før 0) er netop kendt for, at han havde forskellige filosofiske tanker, der inddrog flere af energimønstrenes bevidstheder.

Demokratiet i det gamle Grækenland handlede altså ikke om analyse-energiens bevidsthed *alene*.

Hvis vi går til revolutionen i Europa i 1789-91, afskaffede man kongens og adelens magt og oprettede et demokratisk parlament, hvor *frie* mænd skulle diskutere og træffe beslutninger.

Hele den revolutionære bevægelse havde lige siden midten af 1700-tallet handlet om at tage afstand fra analyse-energiens bevidsthed, hvor der var en statsmagt med konge og adel (hoved), der herskede over folket (underliv). I stedet skulle man slippe selvundertrykkelsen, hvor man (hoved) styrede og kontrollerede sig selv (underliv) – og så bagefter fjerne statsmagten.



Og så skulle man indtage en *fri* bevidsthed, hvor ens vilje (underliv) og lyst (bryst) kunne udfolde sig, uden at man skulle have en abstrakt bevidsthed (hoved), der herskede over alt. Man var fra naturens side god nok, som man var. Det dyriske i én (underliv) var ikke noget problem. Når man kombinerede kraft (underliv) og kærlighed (bryst) var alt godt.



Men allerede omkring år 1850 havde kapitalisterne (hoved) sat sig på magten, og så handlede det om at holde arbejderne (underliv) nede. Arbejderne havde ingen adgang til parlamentet. Deres tankegang og drifter var ligesom dyrenes. Sådan nogle kunne man da ikke have i parlamentet – mente borgerskabet.

Den socialdemokratiske bevægelse, som siden kom til at præge hele Europa, havde og har en demokratiopfattelse, som også er en historisk myte. De mener, at det moderne demokrati startede i landsbyfællesskaberne, hvor de gamle mænd sad på nogle sten i en rundkreds og diskuterede landsbyens problemer og traf beslutninger i fællesskab. Kvinder og unge deltog altså ikke. Og disse socialdemokrater mener, at mennesker tidligere havde været dyriske, men at de gamle mænd havde hævet sig op over det dyriske og havde fået en forstand.





Det bygger på analyse-energiens bevidsthedsoplevelse, hvor man tror, at der altid har været en historisk udvikling, hvor man kommer fra det dyriske (underliv) til det mere forstandige (hoved). Det er ikke noget, som man har læst sig til i historiebøgerne. Det er noget, som man *føler*. Og hvis man kigger i en historiebog, føler man det hele tiden, mens man læser. Og derfor oplever man kun det, som passer til følelsen.

Men hvis man mere objektivt læser om landsbyfællesskaberne, ser man, at de var meget mere demokratiske, *inden* de gamle mænd fandt på at sidde i rundkreds og snakke. Disse landsbyråd med gamle mænd hører til den periode, hvor landsbyfællesskaberne reelt var gået i opløsning på grund af magthavernes undertrykkelse. Og en egentlig splittelse fulgte efter, sådan at man flyttede væk fra landsbyerne og fik gårde, der var spredt rundt om på landet. Tidligere i landsbyernes historie var kvinder og de unge også med i de processer, hvor man fandt ud af, hvad man skulle sammen. Her handlede det mere om koordination end om beslutninger.

Hvis vi ser på de sidste 100 år i Europa, har der været en socialdemokratisk historisk proces, hvor arbejderne har dannet politiske partier og er kommet i parlamentet, og hvor man (hoved) har hævet sig mere og mere op over det dyriske (underliv). Der er kommet en omfattende stat med bureaukrati og teknokrati. Og man er stolt over, at næsten alt nu er reguleret ved lov. Der findes efterhånden ikke én eneste lille detalje i den konkrete virkelighed (underliv), som der ikke også er lavet nogle regler og love for (hoved).

Det har selvfølgelig en årsag, og det er, at det moderne demokrati er opstået som et samarbejde mellem kapitalistklassen og arbejderklassen. Via strejker og demonstrationer lykkedes det arbejderne at få politisk indflydelse. Politiet blev ofte sat ind mod arbejderne, og mange blev blodigt sablet ned. Men arbejderbevægelsen var så stærk, at kapitalisterne til sidst blev nødt til at indgå et samarbejde. På den anden side var arbejderbevægelsen så svag, at de også var nødt til at indgå et samarbejde. Og det europæiske demokrati har derfor handlet om at indgå kompromisser. Det er disse kompromisser, der er blevet til de love (hoved), som befolkningen (underliv) skal rette sig efter. Og det gælder både kapitalister og arbejdere.

Politik i dag handler så om at ændre disse love hele tiden. Når kapitalisterne har politisk flertal, skal lovene laves om, så det bliver lettere at være kapitalist. Og når arbejderne har flertal, skal lovene også laves om, så det bliver lettere at være arbejder. Og de socialdemokratiske ledere i dag mener, at det handler om en balance, så man tilgodeser begge parter. De mener, at de er ved at nå det perfekte samfund, hvor alt er reguleret på bedste måde. Efter deres opfattelse er der ikke længere noget klassesamfund.

Den tyske filosof og sociolog Jürgen Habermas (1929-) har præget den europæiske politiske tankegang meget. Han mener, at der i dag ikke kun er kapitalister og arbejdere, men også forskellige etniske grupper bestående af flygtninge og indvandrere – og også religiøse mindretal. Og han mener – ligesom de fleste andre – at de europæiske lande er og vil blive multi-etniske og multi-kulturelle samfund, hvor forskellige dele af befolkningen har forskellige bevidstheder. Udfordringen er derfor, hvordan man kan få samfundet til at fungere, når bevidsthederne trækker i forskellige retninger.

Her er det, at jeg har indset, at der i virkelighedens verden er de og kun de retninger, som de grundlæggende energimønstre udgør. Og hvis man derfor indretter samfundet, sådan som jeg visualiserer det, skulle man kunne tilfredsstille alle parter.

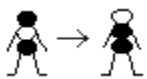


Men Habermas og alle de nuværende magthavere har en anden løsning på problemet. De anvender analyse-energiens tankegang. Her er der en politisk ledelse (hoved) af samfundet. Og så er der folket (underliv), hvor der er kapitalister, arbejdere, etniske og religiøse mindretal m.fl. Alle disse forskellige grupper tænker forskelligt. Og reelt kan de ikke forstå hinanden. Derfor bliver de nødt til at organisere sig. Og i deres organisationer må de vælge nogle talsmænd, som

behersker analyse-energiens bevidsthed. Og disse talsmænd skal så være dem, der forhandler politisk med hinanden – og finder kompromisser, som så skal blive til love og regler for alle.

Alle dem, der går ind for denne tankegang, kan ikke forstå, at der er grupper og enkeltpersoner, som ikke føler sig repræsenteret på denne måde. For eksempel er der mennesker, der har baggrund i de arabiske lande, og som har territorie-energiens bevidsthed. Men denne tankegang bliver totalt negligeret, som om den ikke eksisterede. Og så er der kapitalister, der vil udvikle deres virksomhed på det kaotiske verdensmarked, og som har udlevelsens-energiens tankegang. Og de bliver opfattet som gemene undertrykkere, der er ligeglade med andre.

I de senere år er der kommet en stadig stigende politiker-lede, som man kalder det. Flere og flere er trætte af politikerne. Og der er også kommet en såkaldt *samfundsmæssiggørelse*, idet bevidstheds-mønstret ikke bare er inde i hovedet, men også har omsat sig socialt. Vi har fået en særlig klasse af politikere, embedsmænd og journalister, der fungerer som bureaukrater, teknokrater, pampere, manipulatorer, prædikanter osv. De har gået i skole og på universitetet. Og de kender alt til analyse-energiens bevidsthed, og om hvordan man kan bruge den til at styre og kontrollere samfundet. Men derudover er deres viden og evner meget begrænset.



Det bevidsthedsmæssige fundament for revolutionen i 1789-91 handlede om et skift fra analyse-energien til udlevelsens-energien. Og denne nye bevidsthed tog emigranterne med til USA, hvor det blev til Republikanernes bevidsthed.



Men når mange af os ser, hvad Republikanerne i dag er i stand til at udtænke, får vi en stærk trang til at skifte fra udlevelsens-energien til analyse-energien, som er den bevidsthed, som Demokraterne og europæerne anvender.

Løsningen på demokratiets udfordringer er ikke at skifte mellem de 2 bevidstheder. Den eneste vej fremad er at overgå til fri energi, hvor man udfolder alle energimønstrenes bevidstheder. Det er ægte demokrati.

Det vigtige er altså, at man ikke sætter de 2 former for demokrati op imod hinanden. Hvis man gennemfører en social proces i bevidsthedsrunder, er de to former ikke modsætninger. Men for den enkelte deltager vil der være forskel på runderne. I første runde får man tanker, der svarer til, at man er stivnet i det traditionelle energimønster. Og i de følgende runder frigøres bevidstheden mere og mere herfra.

Det leder os hen til, hvordan man kommunikerer, når man vil fortælle andre om, hvad der er i gang. Så lad os gå lidt i dybden med det.

# Kommunikation

En væsentlig del af meningsdannelsen foregår som massekommunikation. Og jeg vil starte med at se på, hvordan det foregår.

Når mennesker er ude af de normale sociale relationer - og sidder og slapper af med aviser, ugeblade, radio og fjernsyn, kan de godt slippe stagnationen i deres traditionelle energimønstre med analyse-energien i højre side og enheds-energien i venstre. Og så er de i stand til at opleve andre energimønstre.



Lad os begynde med den borgerlige kulørte presse, der fokuserer på kongelige, skuespillere og rige mennesker, der gifter sig, får børn, bliver skilt og gifter sig igen. Vi ser på tegningen en del af cirklen med de 8 energimønstre - bestående af enheds-energien, hengivelses-energien, modtager-energien og territorie-energien. Når bevidstheden gennemgår en proces gennem disse 4 energimønstre, opstår der en fortælling, som er den, man gerne vil give læserne. Læseren kan så spejle sig i fortællingen og få følelser, der passer til det, man oplever i sit eget indre.



Det starter med enheds-energien. Fokus er på følelserne. Det handler om ømhed, omsorg, medfølelse, ansvar, familie og kærlighed. Det er fortællingen om en person (bryst), der er omgivet af gode (hoved) og onde (underliv) kræfter, men som har fundet sig selv og nu ved, hvad vedkommende vil. Måske handler fortællingen så om, hvordan vedkommende blev klar over, at hun ville giftes med ham.



Så skiftes til hengivelses-energien, hvor fokus er på, hvad hun har betydet for ham. Her handler fortællingen ikke om hende (hoved), men om hendes relation (underliv og bryst) til ham. Det er en modtagende bevidsthed. Hvad skete der med hende, da han gjorde... Hvad tænkte hun, da han... Hvordan reagerede hun, da han...



Så er der forvandlingen, der sker i modtager-energien. Personernes tanker (hoved), følelser (bryst) og kropslige handlinger (underliv) betyder her ikke noget. Bryllupsceremonien fylder det hele. Ritualer er en magisk handling. Hvis personer kommer til at gøre eller sige noget, smiler vi tilgivende; de er jo kun mennesker.



Til sidst er der territorie-energien. Hvad kommer brylluppet til at betyde? Hvad ligger der og ulmer af problemer? Er der noget, der peger frem mod noget? Hvad skal der måske nu ske? Hvad tegner der sig af muligheder? Alt sammen vage tanker og følelser (bryst og hoved), der ikke har taget form endnu. Er hun (underliv) spændt? - usikker? - nervøs? - håbefuldt?

Det er et drama, som læseren opnår inde i sig selv. Man bliver ført igennem de 4 energimønstre; og man danner sine egne tanker og følelser undervejs.

Fortællingen føres aldrig videre til analyse-energien, hvor det handler om, hvad der så skete, og hvad der kom ud af det. For så brydes illusionen. Så kommer man til at sammenligne fortællingens hovedperson med sig selv. Og så erkender man sin egen fastlåsthed. Det er vigtigt at standse, inden det sker. Så kan læseren forblive i drømmen. Så kan man tænke: De levede lykkeligt til deres dages ende. Der er heller ingen af de øvrige energimønstre, som blandes med fortællingen. De ville i givet fald kun spolere historien.



Så er det sportsjournalistik. Det knytter sig tæt til udlevelsenergien og skaber-energien. Og der er ingen sammenhæng med andre energimønstre. Men i og med at der er to energimønstre, giver det også en oplevelse af et forløb.



Det starter med den enkelte sportsstjerne. Vedkommende skal helst have en aggression som et vildt dyr. Der skal ikke være nogen som helst selvkontrol (hoved) på banen. Og ellers (bryst og underliv) skal der være total høj ladning. Den enkelte spiller skal kunne orientere sig (hoved) i forhold til de andre og huske sin placering mm. Men det er den individuelle præstation, der er vigtigst.



Men så handler det også om holdsport. Det går ud på at få den enkeltes indsats til at gå op i en højere enhed med de andre, så man udgør et hold. Den enkelte skal være som et tandhjul i en maskine. Når det hele kører, bliver holdet en effektiv kampenhed. Med skaber-energien er der ingen indre bevidsthedsmæssige polariseringer mellem høj og lav ladning. Og det gør, at man oplever sammenhold og fællesskab.

Journalistikken handler så om processen fra udlevelsens-energien til skaber-energien. Om hvordan den enkelte spiller bygger sin styrke op. Hvordan han eller hun får teknikken ind i kroppen, så der ikke skal tænkes, men kun handles. Og om hvordan man træner taktisk, så man passer sammen med holdkammeraterne – eller matcher modstanderen.

De to energimønstre opfattes som primitive og dyriske – og kan ikke anvendes sammen med andre energimønstre - er den almindelige opfattelse. Men man ved godt, at de eksisterer. De er reminiscenser fra dengang, vi var dyr. Der er brug for dem, når man går i krig. Men i fredstid er de problematiske. Derfor mener man, at sport er en god ting, for her får man afløb for disse instinkter, og så kan det øvrige samfund fungere på en civiliseret måde.



Så er der samlings-energiens bevidsthed. For ikke at føle et tomrum har man brug for at fylde denne bevidsthed med nogle tanker og følelser. Men da der ikke er nogen sammenhæng i folks liv - og altså ikke sammenhæng mellem energimønstrene, bliver det til, at man bare blander nogle tanker (hoved) og følelser (bryst). Det foregår så enten som sæbe-opera eller livsstilsudsendelse i TV, hvor man konfronterer nogle mennesker, der har forskellige tanker og følelser. Eller det er læserbrevkasser eller debatsider, hvor man kan skælde ud på dem, man er uenige med. Hvis et skrevet indlæg er for langt, bliver det forkortet af redaktionen; og man skærer så det væk, som ikke passer til energimønstret. Det, der er tilbage, skal være noget, hvor der både er tanker og følelser, men hvor de ikke er forbundet fuldstændig (endnu), og hvor læseren derfor ikke kan lade være med at bruge energimønstret til selv at danne en forbindelse mellem tanker og følelserne. Det handler nemlig om at tilfredsstille folks behov for at bruge energimønstret.

Nogen undrer sig over, at der er så mange af disse udsendelser i fjernsynet, fordi de jo alle sammen er ens, og at indholdet og konklusionerne også altid er ens. Når man undrer sig, er det, fordi man tror, at det er indholdet i fortællingerne, der betyder noget. Det er det ikke. Det er glemt dagen efter. Det er selve brugen af energimønstret, der er afgørende. Folk har behov for at bruge det. Oprindeligt brugte mennesker det i deres sociale liv, men det sker ikke mere. Og nu føler man et tomrum. Når man så oplever det på skærmen eller på papir, slapper man af og føler sig mere hel.



Endelig er der analyse-energien. Det er de intellektuelles og de venstreorienteredes energimønstre. De to energipoler i energilegemet overføres via nervetrådene til en tilsvarende energistruktur i hjernen, så man har to tanker samtidig, som man kan sammenligne. Så oplever man sig selv (hoved), der studerer noget (underliv). Man har så opdaget eller afsløret noget. Og man kan med de to energipoler i hjernen analysere det. Hermed opbygger man en viden; og man er sikker på, at det er videnskabeligt sandt, fordi man har anvendt en videnskabelig metode til at studere den sociale virkelighed. Når de venstreorienterede så i TV, radio eller på skrift udbreder sig om noget, indtager de en attitude, hvor de ved bedre og skal fortælle andre om sandheden.

Hvis en lytter eller læser identificerer sig med analyse-energien, går budskabet rent ind. Men andre lader sig ikke snyde. De mærker intuitivt, at denne sandhed kun er en ottendedel af virkeligheden. De syv andre energimønstre giver andre synsvinkler på virkeligheden og indeholder andre tanker og følelser. Og den sammenhæng, som der er mellem hoved og underliv i energimønstret, og som de venstreorienterede bruger til at opnå en forklaring og begrundelse, oplever andre meget

snæver, fordi de jo identificerer sig med et andet energimønster og ikke kan se sammenhæng mellem deres eget energimønster og så det, som de venstreorienterede taler ud fra.

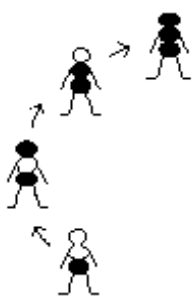
Den venstreorienterede presse giver ingen oplevelse af processer, fordi der kun anvendes ét energimønster. Det giver en følelse af, at tiden er gået i stå. Man er havnet i en kunstig og kedelig verden, hvor tankerne er spærret inde i en mental labyrint, og hvor alt er gråt. Ordene tårner sig op som kulisser, der tvinger fantasien ind i firkantede rum og mørke gange. Mennesker, der ikke er stagneret i analyse-energien, føler det uhyggeligt.

Hvis man nu vil udfolde en progressiv journalistik, skal den bevæge sig gennem alle energimønstrene. Undervejs vil man ramme alle befolkningsgrupper, så de oplever noget, som de kan genkende med den bevidsthed, som de nu engang har. Og så kan man forbinde det med andre energimønstres bevidstheder, sådan at de får en oplevelse af sammenhænge.

Den gode journalistik er at bevæge sig rundt i bevidsthedscirklen, men nøjes med at tage 3-4 trin – og beskrive den bevidsthedsmæssige sammenhæng, der knytter sig til sådanne 3-4 energimønstre.

### Lokalkommunikation

Når man skal kommunikere med andre i forbindelse med lokale projekter, skal man gøre det samme. Hvis en deltager for eksempel hænger fast i analyse-energien – og mener, at man skal træffe nogle beslutninger og uddelegere opgaver, skal man ikke selv indtage analyse-energien og argumentere imod. Det kommer der ikke noget godt ud af.



Det er langt klogere at indtage territorie-energien og så argumentere for en proces gennem de følgende energimønstres bevidstheder. Det vigtige i territorie-energien er at fortælle om sig selv. Hvilke erfaringer har man fået, og hvad er det som man nu mærker, at man gerne vil. Og når man så går videre til analyse-energien, skal man fortælle, hvad man nu kan indse, at der er rigtigt og vigtigt at gøre. Det kan godt kombineres med, at andre bruger analyse-energien til at visualisere ud fra idéer. Man skal altså sørge for, at der både er plads til, at andre acceptere, at man udfører det, som man gerne vil – og at man selv accepterer, at nogle beslutter sig for at uddelegere opgaver mellem sig. Det sker så med udleves-energien. Endelig er det klogt at kigge frem til et tidspunkt, hvor man forener kræfterne – og får alt koordineret ved hjælp af skaber-energiens bevidsthed.



Noget lignende kan man gøre, hvis en person hænger fast i enheds-energien og hele tiden udtrykker sine følelser. Så kan man let blive irriteret, så man også selv udtrykker sine følelser. Men det kommer der sjældent noget godt ud af. Også her er det en god idé at gå et skridt baglæns i bevidsthedsrunden – og starte med det energimønstres bevidsthed, som er dér. Og det er samlings-energiens bevidsthed. Her skal man sørge for kun at være to personer. Jeg siger for eksempel noget (hoved) til Lise. Hun får en følelse (bryst), som omsættes til en tanke (hoved), som hun siger. Så får jeg en spontan følelse (bryst), som omsættes til en tanke (hoved), som jeg siger. Det gør, at Lise får en spontan følelse (bryst), som omsættes til en tanke (hoved), som hun siger osv. Det afgørende er, at jeg ikke udtrykker følelser, som handler om projektet, eller hvad der ellers sker, eller om mit syn på Lise. Det er hele tiden spontane her-og-nu følelser, som vi snakker om.

På et tidspunkt munder det selvfølgelig ud i, at vi skifter til enheds-energien, hvor vi så markerer vore grundlæggende følelser. Men nu er vi inde i en kommunikationsproces, hvor vi kan forstå hinandens baggrund for at føle, sådan som vi gør. Og så er det konstruktivt at komme frem til hengivelses-energien, hvor vi bliver i stand til at indse, hvilken rolle vi har i forhold til fællesskabet.

## Visualisering

Det traditionelle europæiske energimønster bevidsthed er faktisk meget konstruktivt. Det er alle energimønstrene – hver på deres måde.



I venstre side har man sit følelses-*jeg*, og herfra kigger man over på sin højre side, hvor man kan se en relation mellem den nuværende situation og en fremtidsvision. Det foregår alt sammen inde i bevidstheden. Derfor er video og fjernsyn et fantastisk redskab til at skabe nye følelser og nye holdninger.

I løbet af få år vil fjernsyn og internet bliver totalt integreret. Og så bliver der tusindvis af kanaler, hvor man kan se det, som man vil, på det tidspunkt, man vil – og hvor der sandsynligvis også bliver afstemninger og debatter om den enkelte udsendelse. De professionelle filmmagere vil helt sikkert stadig have deres berettigelse. Men hvis vi ser på internettet i dag, er det klart, at amatører også kan lave film af god kvalitet. Kvaliteten er anderledes end den professionelle kvalitet. Der er en særlig kvalitet, fordi filmmagerne bor og lever dér, hvor filmen er optaget. Som oftest er de også direkte involveret i det, som filmen handler om. Og endelig vil de opnå noget ud over at lave en god film; de vil have kontakt med andre.

I dag er både videokamera (camcorder), lys- og lydudstyr samt redigeringsprogrammer så billige, at amatører bare kan gå i gang. Når man i løbet af flere år har lavet mange videoer om noget, som har udviklet sig, kan man lave dokumentar-film, hvor man klipper videoerne sammen. Sådanne film er meget gode til at få erkendelser og danne sig meninger.

Den enkelte video skal starte ved tryk på et link. Og alle andre hjemmesider kan så også linke til videoen. Videoen skal ikke have indledning eller afslutning. Og der skal kun være det vigtigste. Og den skal kun vare 2-4 minutter. Og undervejs skal der være en web-adresse, som seerne kan skifte til.

Hvis vi går vi tilbage til tiden før den europæiske revolution i 1700-tallet, var bogtrykkerkunsten blevet veludviklet, og det flød med revolutionære skrifter, der var lavet af græsrodde. De spillede en afgørende rolle i dannelsen af en revolutionær tankegang. Det afgørende dengang var, at man anviste en ny bevidsthed, idet man tog afstand fra analyse-energiens bevidsthed og visualiserede udlevelsens-energiens bevidsthed. I dag er der brug for noget lignende. Vi skal skabe visioner. Og vi skal gøre det med de virkemidler, som virker i dag.

## Terapiens fejltagelse

Nu kommer jeg så til, hvad man kan gøre, hvis man godt vil befri sig selv fra det stivnede europæiske energimønster og dets tilhørende bevidsthed. Og her vil jeg starte med at se på terapi.


Som jeg har skrevet tidligere i bogen blev terapi skabt på universitetet i Alexandria for et par tusinde år siden, fordi man havde erkendt, at menneskers bevidsthed var stivnet og spaltet. Og formålet med terapien var at forene højre og venstre sides bevidstheder, så man kunne blive hel. Det lykkedes ikke dengang.

Terapi blev også anvendt meget i de revolutionære kredse i 1700-tallet, hvor man skreg vreden ud (højre side) og græd en masse (venstre side) for at kunne udleve de undertrykte følelser i de to sider, så man efterfølgende kunne få en samlet bevidsthed. Men i midten af 1800-tallet var det klart, at de to sider var endelig adskilte, sådan at folk ikke magtede at tænke revolutionært.

Nu vil jeg så beskrive nogle af de mest kendte terapeuters form for terapi, sådan som det blev praktiseret i periode 1960-90. De knyttede sig alle til det europæiske bevidsthedsmønster. Jeg har både som klient og som terapeut arbejdet meget med alle disse terapiformer.


### Psykoterapi

Den moderne psykologis fader, Sigmund Freud (1856-1939) studerede de folkelige bevægelser i 1700-tallet, hvor folk forsøgte at slippe ud af det undertrykkende bevidsthedsmønster. Han erkendte, at det ikke gav varige forandringer, at folk lavede terapi med følelsesudladninger, hvor de græd sorgen ud og afreagerede vreden. Det splittede og stivnede bevidsthedsmønster genopstod af sig selv igen.

 Han mente, at mønstret var opstået ved, at man havde nogle seksuelle *drifter* (underliv). For at holde dem nede, fik man et *overjeg* (hoved), der var moralsk kontrollerende. Og midt mellem de to opstod så et *følelses-jeg* (bryst).

Freud mente så, at hvis man forstod, hvordan mønstret var opstået, kunne man slippe det igen. Mange har lavet terapi på denne måde. Og jo, måske forstår man mere om sig selv. Men man forbliver i den stivnede og splittede bevidsthed.

Og kritikken i dag mod Freud går på, at man kan snakke om problemerne i årevis; men at der ikke sker nogen forandring, før man går ind i følelserne. Her er det morsomme så, at Freud jo netop erkendte, at man kan gå ind i følelserne i årevis; men at der ikke sker nogen forandring, før man bliver bevidst om problemerne.

 Carl Gustav Jung (1875-1961) mente, at man primært havde et *overflade-jeg*, som han kaldte *Persona*; og der nedenunder i underbevidstheden var nogle arketyper. Ét i højre side, som han kaldte *Animus* (mandlig energi), og ét i venstre side, som han kaldte *Anima* (kvindelig energi). Han mente, at en mand først skulle lære at beherske *Animus* i højre side og bagefter *Anima* i venstre side. Og at en kvinde tilsvarende skulle gøre det i omvendt rækkefølge. Herefter kunne man slippe fastlåsningsen til disse bevidsthedsmønstre. Og så nåede man tilbage til *selvet*, som var det oprindelige, mente Jung.

For Jung var bevidsthederne i de to sider adskilt fra *jeg*'et. De befandt sig i underbevidstheden, men kom frem i drømme. Det, der kom fra kropsdele med lav ladning, var mystiske guddommelige væsner og kræfter. Op gennem hele den europæiske historie har mennesker haft drømme om sådanne *alkymistiske* fænomener. Og Jung mente, at menneskeheden havde en kollektiv religiøs underbevidsthed.

Dem, der arbejder med en jungiansk terapi, ved godt, at man både kan kommunikere med overflade-jeg'et og med energilegemet; men de fastholder det traditionelle energimønster i energilegemet.

Wilhelm Reich (1897-1957) blev klar over, at der nedenunder overflade-bevidstheden var en energistrøm - og at det vigtigste var at knytte an til den. Han forestillede sig, at følelserne sad i 3 lag.

Yderst var karakterforsvaret eller *kropspanseret* (overflade-jeg'et). Det skulle først blødes op. Nedenunder var så de undertrykte og stivnede mønstre, der indeholdt vrede og sorg (analyse-energien og enheds-energien). Disse følelser skulle så udledes. Og nedenunder igen var så de oprindelige drifter og kroppens naturlige udfoldelser.

Hans teori var, at psykiske problemer satte sig som muskelspændinger, og at man herefter stivnede bevidsthedsmæssigt. Og frigørelsesmetoden var at komme af med spændingerne og få en fri energistrøm.

Han sad så ansigt til ansigt med dem, der gik i terapi hos ham, og så dem dybt i øjnene og opførte sig som spejl for dem. Han efterlignede deres mimik og deres kropsholdning og bevægelser. Og han fik dem til at efterligne ham, når han indtog krops- og dermed også energistillinger, som han ville overføre til dem.

Et vigtigt element i hans terapi var, at han fik folk til at opbygge en *passende* energi, inden der skulle ske en følelsesforløsning.

Metoden virkede; men efter et stykke tid var man tilbage i det stivnede traditionelle energimønstre. For der eksisterer ikke noget naturligt *selv*.

Enten har man de muskelspændinger, der hører til vores kulturs mønster. Eller også har man nogle andre muskelspændinger, som hører til en anden kultur. Eller også skifter man rundt mellem alle energimønstrene. Hvis man tror, at man kan være uden muskelspændinger, snyder man sig selv. Så sætter de gamle spændingerne sig ubevidst igen. Og så er man tilbage i det gamle bevidsthedsmønstre.

Frederick S. Perls (1893-1970) mente, at bevidstheden ikke dannede nogle lag ovenpå et *selv*. Dette *selv* eksisterede ikke, mente han. Der var kun bevidsthedsmønstrene. Så langt er jeg enig med ham.

Han kaldte sin metode for gestaltterapi. En gestalt er en indestængt følelse. Den er opstået i en social proces, som man ikke kunne færdiggøre. Man stivnede midt i en erkendelsesproces. Andre menneskers magt var for stor, så man ikke kunne gøre sin proces færdig. Nu sidder der så en indestængt følelse. Men den kan også rumme et billede eller en sætning. Tilsammen kaldes det for en gestalt. Metoden er så at gennemspille den sociale proces igen, men denne gang sammen med terapeuten, som giver et passende med- og modspil, så klienten kan gøre sin oprindelige erkendelsesproces helt færdig.

Han var klar over, at problemerne sad opdelt i højre og venstre kropsside. Han blev klar over, at man godt kunne forene de to sider til et fælles energimønstre. Og så troede han, at det var endemålet for den personlige udvikling. Men det er kun ny stagnation. Hvis man ikke bevidst bruger alle energimønstrene, havner man ubevidst i det gamle energimønstre igen, fordi samfundets påvirkning er for massiv.

Lad mig kort beskrive noget af det, som man oplever ved psykoterapi. Når man har været stagneret i et bestemt energimønstre gennem mange år, har man vænnet sig til at have en bestemt bevidsthed, der giver en bestemt *jeg*-følelse. Og når man så er parat til at forlade denne identitet, føles det nærmest som selvmord. Nogle kan få en følelse, der svarer til, at man står på et bjerg foran en dyb afgrund. Og hvis de så vil ud af deres gamle *jeg*, skal de springe ud fra bjerget og falde ned i afgrunden. Hvis de gør det, føler de stor lettelse, for så føles det, som om de har stået på en lille kasse og sprunget ned på gulvet.

En normal europæer har et *jeg* i den ene kropsside, mens den anden side er fyldt op af en kæreste, ens far og mor og måske nogle flere. Der er også et *jeg* i den side. Men det er sandsynligvis et *jeg*, der er gået bevidsthedsmæssigt i stå som 3-4 årig. Og det mærker man ikke, før de andre er smidt ud af bevidstheden. De andre befinder sig biologisk og fysisk 2 steder. Dels befinder de sig i muskelspændingerne, hvor de udgør en gestalt. Det er en indestængt følelse. Og dels befinder de sig i ens tanker. Opgaven går ud på at få dem væk begge steder. Det letteste er at få gestalten fjernet først. Lad os forestille os, at man vil fjerne sådan en indre mor. Her skal man gøre sig klart, at denne indre mor er en del af ens *jeg*. Og man kan ikke bare fjerne den. Man bliver nødt til i fantasien at



snakke med sin indre mor. Og så skal man sige alt det, som man gerne vil sige, inden man forlader hende for altid. Det er vigtigt at sige *alt* det negative og *alt* det positive. Den indre mor har jo påvirket én, sådan at der er noget fra hende i ens *jeg*, som man gerne vil bevare. Og der er andet, som man gerne vil slippe af med. Og derfor skal man meget tydeligt for sig selv beslutte, hvilke egenskaber fra sin indre mor, som man fremover vil have i sit *jeg*. Og de dele af ens bevidsthed skal altså forblive, hvor de er. Ligeledes skal man beslutte, hvilke dele af den indre mors bevidsthed, som man ikke vil have længere. Og de dele skal så forlade én sammen med den indre mor. Når man er kommet hertil, skal man højtideligt tage afsked med den indre mor. Man kan eventuelt fantasere, at en engel kommer flyvende med et sværd og hugger forbindelsen over. Og så kan man fantasere, at den indre mor svæver væk. Alt det drejer sig om gestalten og den følelse, der kropsligt sad i en muskelspænding. Det næste er så, at moderen skal ud af tankerne. Det er let nu, fordi der ikke kommer nogen impuls fra en spændt muskel, hvor der er en følelse af en indre mor. Men tanken sidder stadig i nogle hjerneceller. Her vil den blive ved med at sidde, hvis man ind imellem tænker på sin mor. Hvis man lader være med at tænke på hende, vil hun også langsomt forsvinde ud af hjernecellerne. Psykoterapi handler altså om at bevare sin bevidsthedsstruktur, men udskifte indholdet.

### Kropsterapi

Ida P. Rolf (1896-1979) fandt på en massageform, som var meget udbredt i 1970'erne i USA blandt alle de terapeuter, som siden har dannet forskellige terapiskoler. Det interessante er, at de fleste af disse "mestre" altså selv har været igennem rolfing; men at de nu tager afstand fra det. Det kritisable er, at metoden behandler kroppen som en ting. I dag er man klar over, at kroppen har sin egen bevidsthed, som det er værd at samarbejde med.

Rolfing er en massage, hvor man kun arbejder med overspændinger, og hvor man maser de hårde muskler, indtil de bliver bløde. Det gør ikke noget, at "patienten" skrider af smerte undervejs. Når alle muskler er bløde, former man kroppen som en klump ler, idet man forsøger at forme det "naturlige".

Metoden virker; men det traditionelle splittede energimønster og dets tilhørende bevidstheder genopstår efter nogen tid, fordi energilegemets bevidsthed ikke er med i processen.

Kiropraktorer og mange sportsfolk arbejder også sådan, hvor de maser kroppen eller tvinger den ud over smertegrænserne. Det virker; men der går kun kort tid, og så er man tilbage, hvor man startede – og så kan man gentage det igen og igen.

Alexander Lowen (1910-2008) arbejdede med "bioenergi". Metoden er, at man stresser sine muskler i nogle ekstreme stillinger, så kroppen ikke rigtig ved, om den skal bøje eller strække. Man fortsætter øvelsen, indtil man ikke længere kan opretholde sin sædvanlige muskelbrug. Men i stedet for at glide ud af øvelsen til en fri bevægelse *fortsætter* man, men med følelsesmæssige reaktioner. Faktisk gør man vold mod sin krop. Og så reagerer kroppen med konstante impulser. Vejtrækningen bliver hidsig. Man sveder kraftig. Man får lyst til at råbe og skribe. Og hele idéen med den bioenergetiske metode er nu, at man knytter an til disse impulser og lader følelserne strømme igennem sig og ud i ansigtet og ud ad munden. Hvis man gør det, udøver man ikke mere vold mod kroppen, end at den reagerer imod det og kæmper.



Det afgørende er, at man reagerer på kroppens impulser. Herved bringer man sig ud af det fastlåste energimønster, man er stivnet i – og så vil man efterfølgende have mulighed for at opleve og gennemleve de følelser og bevidstheder, som man har undertrykt i sig selv.

Desværre misforstår mange metoden, idet de tror, at det skal være kroppen, der reagerer. Men det skal være *jeg*'et, der reagerer imod kroppens unaturlige bevægelser. Det er dette *jeg*, der skal vækkes.

Igen er problemet, at bevidstheden ikke er med. Så man finder ikke ud af, hvilke problemer man kommer fra, og hvortil man går. Og langsomt genopstår det traditionelle energimønster, hvis man ikke supplerer med anden terapi.



Jack Lee Rosenberg (1932-) fandt på at bruge bevægelserne fra en totalorgasme til frigørende kropsovelser. Det handler især om at ophæve muskelspændingerne mellem underliv og bryst samt mellem bryst og hoved. Åndedrættet skal også være meget stort, så det svarer til, at alle muskler i hele kroppen er aktive.

Når man ligger ned og laver øvelserne, kan man pludselig få en orgasme. Der kommer ingen udløsning; men man bølgler i orgasmerefleksen. Det kan vare i 10-20 minutter; og bagefter er samtlige spændinger væk, så man går rundt som et nyfødt barn uden nogen psykiske traumer eller problemer. Denne meget magtfulde terapiform kan holde energilegemet frit meget længe. Men også her kommer det stivnede energimønster tilbage efter nogle måneder, fordi bevidstheden ikke styrer processen.

### Åndedrætsterapi

Psykoterapi kunne kun give bevidsthed og erkendelser. Men det gav ingen varige forandringer. Kropsterapier med følelsesforløsninger kunne godt bløde op, men gav heller ingen varige forandringer. Så derfor kom der en periode, hvor løsningen var - hed det sig - at åndedrættet skulle forbinde bevidsthed og krop. Det var åndedrættet, som udgjorde det "levende", mente man.

Arthur Janov (1924 -) fik med sin bog "*Primalskriget*" mange til at trække vejret dybere. En session foregik ofte sådan, at man var med i en gruppe, der lå og trak vejret dybere og dybere. Man fyldte sine lunger til det yderste på en lang indånding og åndede også så dybt ud, man kunne. Hastigt kom man igen i gang med en ny indånding - og så få mere og mere luft ind. Til sidst brød den ene efter den anden ud i et skrig og lå og græd eller råbte. Følelserne strømmede ud.

De første par gange var det følelser, som kom fra ungdommens og barndommens oplevelser. Men til sidst nåede man ned til sit fødselstraume. Og så kom det afgørende befriende skrig - hvorefter man var frelst - troede man.

Men efter nogen tid var man tilbage i det traditionelle stivnede energimønster. Bevidstheden knyttede jo stadig an hertil; og derfor genopstod det.

Leonard Orr (1938-) studerede så primalterapien og fandt, at man her fik for meget luft ind, så man ikke kunne undgå at spænde i musklerne omkring lungerne. I stedet skulle man sørge for at slappe af på udåndingerne, så spændingerne kunne frigøres ved afslapning. Metoden kaldes rebirthing.

Tankegangen er følgende: Hver gang, man har fået et traume og en tilhørende spænding i en muskel, løber der mindre blod igennem musklen, og så bruges der mindre ilt. Derfor regulerer lungerne vejtrækningen ved at foretage en mindre ind- og udånding. Vejtrækningen bliver hermed permanent mindre. Hver gang en gestalt og tilhørende muskel løsnes, bliver vejtrækningen atter større. Dette udnyttes i terapien ved at forstørre vejtrækningen, inden man går ind og mærker gestalten. Man øger blot vejtrækningen. Og alle de steder, hvor der befinder sig gestalter, der er parat til at blive befriet, vil ilten gå ind i musklerne og løsne spændingerne. Og så befries en række gestalter samtidig.

Det virker; men efter et stykke tid opstår de samme grundlæggende frustrationer igen, så man spænder op i det traditionelle stivnede energimønster. Og det sker, fordi bevidstheden stadig befinder sig i dette mønster.

Den norske psykiater Lillemor Johnsen (1920-1997) var enig med Reich i, at traumer satte sig som muskelspændinger – og også enig i, at åndedrættet så blev reduceret. Men hun mente – i modsætning til Reich – at åndedrættet blev nedsat først, og at muskelspændingerne kom bagefter. Man skulle derfor frigøre åndedrættet først.

En muskel kan være mere eller mindre overspændt: spændt, stram, sej, hård, benet. Men da hun mest lyttede til, hvor meget åndedrættet var med i disse muskler, beskrev hun derfor hellere skalaen sådan: forventning, aktiv, modstand, blokeret, barriere. På samme måde beskrev hun spændingsstyrken ved underspændte muskler: slap, mat, sej, dvask, løs. Men hun fokuserede altså mere på: mættet, mobiliserbar, eftergivende, fjern, opgivet. I begyndelse af begge skalaer er musklerne med i

åndedrættet - i slutningen ikke. I de overspændte muskler kunne hun ikke fremlokke en reaktion. Men det kunne hun i de underspændte muskler, der ikke var helt fjern eller opgivet. Og dette var så den terapimetode, som hun brugte. Hun holdt sin hånd på en underspændt muskel. Hånden skulle være appellerende, støttende, respekterende og kærlig. Hånden ville så tilføre en anelse merspænding til musklen, så den vågnede op og deltog lidt i åndedrættet. Johnsen arbejdede aldrig direkte med åndedrættet, men lod det vokse spontant. Det handlede om at støtte den psykiske opvågning, og så voksede åndedrættet hen ad vejen.

Fordi hun fokuserede på enkelte muskler, forblev patienterne indenfor det traditionelle energimønster.

Det mærkelige med alle disse terapimetoder var, at terapeuterne godt kunne indse, at det stivnede energimønster i vores vestlige kultur var problemet. Men de havde intet alternativ. De forestillede sig, at man bare blev *hel*, uden at de i øvrigt gjorde sig tanker om, hvad det indebar.

Der var også en hel del terapeuter, som arbejdede mere overfladisk. Deres ambition var kun at forløse mindre psykiske problemer. De forsøgte ikke at ændre det grundlæggende. Her skifter jeg til nu-tid, fordi det stadig foregår.



Nogle af disse terapeuter mener, at man skal knytte sig til en *del* af det europæiske bevidsthedsmønster, mens der er en anden del, der er unaturlig, og som man helst skal glemme. Det er det, som de venstre- og højreorienterede også gør. De identificerer sig med den ene side og projicerer den anden ud på de politiske modstandere. Denne side oplever de så ikke som sig selv; for den er jo projiceret ud. De tror, at de kun har den energi i sig, som udgøres af den ene side. De er derfor heller ikke bevidste om, at de i deres egen underbevidsthed har en afstandtagen og vrede.

Blandt terapeuter er der så nogle, der projicerer underlivet udenfor. De har reelt en afstandtagen og vrede i deres underbevidsthed, men det oplever de ikke. De oplever kun, at de forholder sig til det positive. De nedskriver positive bekræftelser, som for eksempel ”*Jeg er glad, når jeg siger min mening.*” Og de tænker kun positivt, når de er sammen med andre mennesker. Ubevidst er de så med til at skabe sociale relationer, hvor de oplever, at de andre tænker og handler negativt.

Så er der andre terapeuter, der har projiceret hovedet udenfor. Hovedet er fyldt af magthavernes og systemets tankegange, hvor man er blevet taber og offer. Nu skal man finde tilbage til sig selv. Her skal man handle ud fra sin kraft i underliv – eller ud fra hjertet i brystet. Også her skabes der ubevidst en afstandtagen og vrede, så disse mennesker oplever, at dem, der bruger hovedet, altid skaber undertrykkelse.

Og så er der terapeuter, der projicerer brystet udenfor. De siger for eksempel til en klient, at han altid skal sige, at han *har* en depression. Han må aldrig sige, at han *er* deprimeret. Depressionen er altså udenfor *jeg*'et i hans hjerne.

Så er der temmelig mange terapeuter, der tager udgangspunkt i, at folk kun oplever deres overflade-*jeg*; og så har de en terapi om at opleve sandheden om sig selv – altså energimønstret nedenunder. Hos nogle terapeuter skal man opdage, at det er naturligt at bruge den ene side som et skjold, mens den anden side udgør *jeg*'ets kerne. Og så skal man bare lære at bruge den ene side udad - og den anden indad. Hos andre skal man lære, at der under *jeg*'et (overfladen) findes en beholder (højre side), der indeholder vrede. Og når den fyldt op, bliver man nødt til at afreagere. Og så findes der en anden beholder (venstre side), der indeholder kærlighed. Og når der er for lidt i den, bliver man ked af det og begynder at græde.

Der er terapeuter, der tror, at hvis man afreagerer vreden, bliver man befriet; men i virkeligheden kan det lige så godt blive højre side, der undertrykker venstre side yderligere – og det skaber bare mere vrede. Tilsvarende tror nogle, at man bare skal græde sorgen færdig; men des mere man græder, des mere fastholder man splittelsen og dermed trangen til gråd.

Der er så nogle lidt mere sofistikerede terapeuter, der snakker om, at man bruger en del af sin bevidsthed til at leve op til nogle idealer og normer, som i virkeligheden skaber adskillelse (analyse-energien). Her skal man lære at identificere sig med sin kerne (enheds-energien) i stedet for, så man skaber fællesskaber. Det handler i virkeligheden om, at *jeg*-identiteten skal skifte side.

Der er så nogle terapeuter, der ønsker at skifte den modsatte vej. De snakker om, at folk medtænker deres følelser (enheds-energien), så tankegangen bliver ahistorisk, og man derfor ikke kan ændre noget.

Endelig er der så dem, der forbliver i hjernen (analyse-energien). De har lavet, hvad de kalder nutidens psykologi, NLP. Her skal man tænke på sin livslineje og forstå den rækkefølge, der er banet i bevidstheden. Og så kan man omprogrammere denne bevidsthed, så den bliver konstruktiv. Og den virker selvfølgelig, hvis folk *kun* identificerer sig med analyse-energien.

I 1970-90'erne var der mange, der deltog i forskellige terapier for at opnå, hvad der blev kaldt en personlig udvikling. Man gik både på kurser og i individuel terapi gennem 10-20 år. Resultatet blev, at de erkendte, at man godt kan lære sin bevidsthed at kende, men man kan ikke ændre den. De magtede aldrig at komme ud af det europæiske energimønsters bevidsthed.

Terapiens fejltagelse er, at man tror, at man skal forene højre og venstre sidens bevidstheder. Og når det sker, er man frelst. Med den viden, som denne bog giver, er det klart, at det er meget bedre, hvis man forstår og accepterer, at det er naturligt at polarisere sig i højre og venstre side, men at man kan have forskellige energimønsters bevidstheder i de to sider.

Det er klart, at folk har en desperat trang til at forene siderne, hvis de lige siden deres 4 års alder har tvunget sig selv til kun at være polariseret.

Nu skal man forstå, at man *kan* samle siderne til en fælles bevidsthed. Men det er ikke en bevidsthed uden indre dynamik. Der er faktisk 8 forskellige energimønsters bevidstheder, som man kan indtage, og det er naturligt at skifte rundt mellem dem. Endelig skal man indse, at det er naturligt at skifte mellem at polarisere sig og samle sig.

### **Befri energien**

Som terapeut holdt jeg en række kurser i 1990'erne, hvor jeg underviste i fri energi. Der var øvelser om at blødgøre de overspændte muskler og vække de underspændte til live, sådan at kursisterne kunne slippe muskelspændingerne mellem underliv og bryst samt mellem bryst og hoved. Og der var åndedrætsøvelser, som handlede om at trække vejret på forskellige måder, der passede til de forskellige energimønstre. Min plan var, at disse øvelser ville gøre det muligt at indtage nye energimønstre. Jeg gjorde meget ud af at fortælle, at øvelserne ikke i sig selv ville ændre noget som helst; men at det kun var en kropslig frigørelse, som ville muliggøre, at man kunne skifte energimønster. Og så var der samtalerunder, hvor jeg forsøgte at få kursisterne til at skifte til andre energimønsters bevidstheder.

Jeg oplevede, at 80 % af kursisterne blev ved med at tro, at de kropslige øvelser kunne ændre noget. De havde den opfattelse – som europæerne har – at der kun er to slags bevidstheder. Den ene sidder i hjernen og den anden i kroppen. Og så troede de, at de skulle ud af hjernen og ned i kroppen. Det virkede selvfølgelig ikke.

Jeg kunne godt få dem til at bevæge kroppen frit. Og det lykkedes også at få dem til at skifte bevidsthed i samtalerunderne. Men efter kort tid var de bare tilbage i deres gamle stivnede energimønstre og tilhørende bevidsthed.

Det gjorde, at jeg standsede som terapeut. I dag har jeg en helt anden synsvinkel på det her. Nu ved jeg, at det oprindelige og naturlige er, at man nogle gange er polariseret i højre og venstre side – og her er man meget individualistisk. Og andre gange er man samlet med samme energimønster i begge sider – og så oplever man sig i et gruppefællesskab. Og min erkendelse er, at hvis man ønsker at kunne forene sine to sider til et samlet energimønster med en fælles bevidsthed, skal det ske i en fast gruppetilhørsforhold.

Når jeg tænker på frigørelse, tænker jeg på alle de historiske situationer, hvor der *faktisk* fandt frigørelse sted. Det var oprør, revolutioner, strejker, protestaktioner, foreningsdannelse, familiedannelser, forelskelser mm. Det er i sådanne fællesskaber, at det er muligt at have samme energimønster i

begge sider. Og kun når denne mulighed er til stede, er der også mulighed for at opnå en fri bevidsthed. I sådan et fællesskab behøver man ikke lave krops- og åndedrætsøvelser. Og der er heller ikke brug for psykoterapi. Der er brug for indsigt, viden og visdom – hvis man vil bevare den frihed, som man har opdaget.

## Forvandling

Nu vil jeg komme ind på, hvordan man skifter energimønster. Og lad mig starte med at fastslå, at man aldrig kan vide, hvilket energimønster man havner i, hvis man bare forlader sit gamle. Her må man mærke efter og opdage, hvor man er havnet. Når man først har lært et nyt energimønster at kende, kan man bevidst skifte over til det.

Når man vil begynde at skifte energimønstre, skal man bare slappe af. Hvis man ikke styrer eller kontrollerer sig selv med hjernen, vil man automatisk skifte energimønster efter et stykke tid. Alle gør det hele tiden.

Det normale er imidlertid så, at man straks med hjernen bremser sig selv, fordi man begynder at opføre sig ”unormalt”. Og det er det, man skal lære at holde op med.

I starten tager energilegemet ingen initiativer, fordi det har erfaring med at blive stoppet og ippet. Men når man holder op med at bremse energilegemet med hjernen, begynder energilegemet at tage initiativer, og så oplever de fleste noget mærkeligt. For så handler energilegemet som et *jeg*, mens hjernen kigger på med et andet *jeg*. Senere vil de to blive til ét samlet *jeg*.

I starten vil man måske bare have lyst til at klø sig bag øret. Og så prøver energilegemet forsigtigt – for at se, om det medfører misbilligelse og foragt.

Det var i 1-4 års alderen, at energilegemet for alvor blev udsat for en overmagt fra sine forældre. Og dengang kom der så en splittelse mellem hjerne og energilegeme. Nu prøver energilegemet igen. Og denne gang skal man rose sig selv. Man skal ikke lege hjerne, der roser energilegemet. Man skal kun sige *jeg*. Der er kun ét *jeg*. Og så kan man for eksempel sige: *Jeg kløede mig godt bag øret*.

Når man kommer til andre energimønstre end de to, som mennesker i vores samfund er stagneret i, kommer man også til bevidstheder, der er ”forbudte” eller ikke velsete. Måske opdager man, at ens *jeg* er i gang med at tvivle på det, man ellers troede på. Så er man måske i gang med hengivelses-energien. Og hele kunststykket er nu, at man skal lade det ske. Det kan også være, at nogle nye fornemmelser er ved at dukke op. Så er man måske i gang med territorie-energien. Og kunststykket er, at man skal lade det ske.

Ofte vil man dumme sig - og derfor skynde sig tilbage til et kendt energimønster. Og så sker der ikke noget nyt. Men så kan man forberede sig – og være mere parat til, at man næste gang ikke kontrollerer og styrer, men lader *jeg*’et handle.

Og dog er det meget svært, når man er sammen med mennesker, der er spaltet og stagneret. De vil hele tiden mene, at man gør noget forkert. Det skal man ikke bebrejde dem; de ved ikke bedre og kan ikke reagere anderledes. Man behøver dog ikke at rette sig totalt ind efter dem. For på et ubevidst plan kan de godt indse, at man handler rigtigt. Og som oftest vil de være imponeret over, at man tør gå imod den undertrykkende norm.

Hvis man bor sammen med andre, der også ønsker fri psyko-energi, er det let at skifte energimønstre og lære de tilsvarende bevidstheder at kende, for så kan man støtte hinanden.

Når man er kommet så langt, at energilegemet er blevet til ens egentlige *jeg*, der styrer, vil man opdage, hvor selvfølgelig det er at skifte energimønster. Nogle gange polariserer man sig. Her kan man sidde i sine egne tanker, mens den ene side snakker med den anden. Men man kan også projicere den ene side ud på omgivelserne, mens den anden side ”kigger” på den første side – og dermed strukturere bevidstheden, så man kun ser det, der passer til strukturen i energimønstret. Andre gange samler man sig til én. Og uanset om man er to eller én, skifter man energimønster igen og igen. Det

føles på samme måde, som man skifter tanker – og det kender alle. Det sker bare. Sådan er det også med energilegemet, når man skifter energimønstre. Det sker bare. Man kan bevidst skifte til alle de energimønstre, man kender.

Der var engang, hvor jeg troede, at en europæer altid – som første skift - ville skifte til energimønstre som lå i naturlig forlængelse af det, som man tidligere var stagneret i. Men jeg har erfaret, at det ikke er tilfældet. Man kan skifte fra et hvilket som helst energimønster til et hvilket som helst andet. Og det kan ikke forudsiges, hvilket energimønster man først vil skifte til, når man begynder på det.

### **Fri bevidsthed**

I Europa er der en konstant debat om, hvorvidt vi har fri vilje. Her udgør rammen for diskussionen, at man er stagneret i et polariseret energimønster, hvor underlivet er projiceret udenfor *jeg*'et, sådan at man ikke oplever noget *jeg* i underlivet. Og det er faktisk her, at viljen har sit fundament.

I det gamle Kina opfattede man livet og bevidstheden som noget, der befandt sig på grænsen mellem lys og skygge. Og lysets bevidsthed er egentlig en mekanisk proces, hvor man bygger op. Skyggebevidstheden er derimod et sammenfald af bevidsthed, hvor bevidstheden havner med et tilfældigt indhold, hvorefter man går i gang med lystes bevidsthed for at bygge det op igen - på en ny måde. I opbygningen benytter man sig af nogle bevidsthedsrunder, hvor man kommer igennem de grundlæggende energimønstre. Og her er det, at man skaber sig en ny bevidsthed. Fordi sammenfaldet var tilfældigt, bliver det individuelt, hvad der kommer ud af den opbygning, der sker efter sammenbruddet. Den nye bevidsthed er fri – forstået sådan, at der ikke biologiske, sociale, psykologiske, mentale eller andre forhold, der dikterer, hvad denne bevidsthed indeholder.

Der findes skriftlige kinesiske kilder, der beskriver tre opbygnings- og sammenfalds runder – og de knytter sig til henholdsvis hoved, bryst og underliv. Man kan diskutere, om det kun er én af de tre runder, der er opbygnings- og sammenfalds runde, mens de to andre bare er opladning og afladning. I den runde, hvor der helt sikkert er sammenfald, er der ifølge kineserne 2 immaterielle organer – altså ingenting,

Jeg har ikke haft tid, mulighed og kræfter til selv at udforske det grundigere; men har alligevel gjort mig nogle tanker om det. Las os antage, at det er rigtigt, at vores bevidsthed ind imellem bryder sammen – og at vi så samler delene og bygger bevidstheden op igen. Så er det vigtigt at forstå, at sammenbruddet ikke skyldes, at man er dum, uintelligent, eller sløset. Og hvis sammenbruddet indebærer nogle sociale konflikter, er det ikke éns skyld. Det er i opbygningen *efter* sammenbruddet, at man kan være skyldig – ved ikke at tage udfordringen seriøst nok. Når man opdager, at et andet menneske er involveret i et socialt sammenbrud, hvor der opstår urimeligheder, konflikter og destruktiv adfærd, skal man altså ikke tænke, at det er vedkommendes skyld. Man skal derimod rette sin opmærksomhed mod det, som vedkommende gør for at samle situationen op og bygge noget konstruktivt op.

Man kan frit vælge at gå ind i et energimønster, selvom der ikke er nogen bevidsthedsmæssig årsag til at gøre det. Her gælder det engelske udtryk: *Where consciounness goes, energy flows*. Det rimer og er svært at oversætte til dansk; men en oversættelse kan være. *Dér hvor bevidstheden rettes hen, dér flyder energien også hen*. Jeg kan for eksempel vælge, at jeg gerne vil over i min venstre side. Så flytter jeg bevidstheden over til venstre. Det kan være, at åndedrættet ændres en smule. Ubevidst spænder jeg op i de lange muskler langs ryggraden, men kun dem, der er i venstre side. Så kan jeg holde opmærksomheden dér i land tid. Og så kan jeg mærke, hvilket energimønster der er.

Dernæst kan jeg vælge at skifte til et bestemt energimønster. For eksempel vælger jeg at vil indtage hengivelses-energien. Jeg kender til den bevidsthed, som knytter sig hertil, så den begynder jeg at forestille mig. Åndedrættet ændrer sig, så det tilpasser sig energimønstret. Jeg ved, at jeg nu skal slappe af i musklerne i lænden og i maven. Og jeg skal samtidig spænde op nakke og skuldre samt blive helt slatten i musklerne i toppen af brystet. Det er ikke noget, jeg skal tænke på. Jeg skal bare

tænke på hengivelses-energien. Og det interessante er, at hengivelses-bevidstheden så opstår, selv om der ikke er nogen anledning til det. Med den bevidsthed kan jeg ikke lade være med at se mig selv fra andres synsvinkel, og jeg får tanker om, hvad der har bragt mig dertil, hvor jeg nu er.

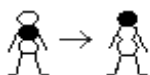
Så kan jeg vælge at skifte til enheds-energien. Her skal jeg indtage spændinger både i lænd og mave (altså mellem underliv og bryst) samt i skulder, hals og det øverste af brystet (altså mellem bryst og hoved). Men det skal jeg ikke tænke på. Det sker bare. Og umiddelbart efter får jeg enheds-energiens oplevelser.

Hvis jeg slipper spændingerne i de lange muskler langs ryggraden i venstre side – og dem i højre side allerede er slappe, kan jeg vælge at indtage modtager-energien i begge sider. Så skal jeg bare tænke på at få en samlet energi med modtager-energien. Og så kommer jeg til den tilstand, som en normal vesterlænding havner i, når han har mediteret i 25 minutter, og hvor det tager ham mindst 5 minutter at komme ud af tilstanden igen. Men jeg kan godt komme videre i løbet af 3-4 sekunder.

Hvem eller hvad er det så, der vælger, hvad jeg vil, når jeg foretager ovenstående valg? Her har jeg erfaret, at jeg kan have en vilje, der vil noget bestemt, men at jeg også har en lyst, der måske vil noget andet, og endelig en fornuft, der vil noget tredje. Og sådan som vi bruger disse begreber, er det tydeligt for mig, at viljen har sit fundament i underlivet, lysten har det i brystet, og fornuften har det i hovedet. Men jeg kan også godt komme i en situation, hvor det hverken er viljen, lysten eller fornuften, der vælger for mig, men hvor jeg oplever et samlet overordnet *jeg*, som udgøres af hele energilegemet – eller af ovenstående 3 i fællesskab.

### Fri energi

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



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

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

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



At skifte fra analyse-energien til udlevelsens-energien er der mere prestige i. Man slipper tankerne (hoved) og bliver krop (bryst og underliv). Man bliver mere mand; men desværre bliver det meget ofte misforstået, så man tror, at man skal kunne kæmpe mod nogle andre. Det vanskelige, men også konstruktive er, at man skal lære at tage kontakt til sin kæreste eller de andre i fællesskabet og fastholde kontakten. Man skal være noget for dem hele tiden; og man skal hele tiden – igen og igen – få de andre til at følge ens lyster. Man må meget ger-



ne få ens kæreste og de andre til at yde helt ud til grænsen af, hvad de magter. Men man må ikke presse dem til at gå ud over deres grænser. Det vigtige er, at man ikke viser hensyn på forhånd. De andre skal opleve, at man er hæmningsløs. Og så er det deres opgave at bremse op, hvis man overskrider deres grænser.

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

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



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



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

I gamle dage var der, hvad mænd kaldte kællinge-snak. Så sad 2 kvinder og snakkede på denne måde. De havde egentlig ikke noget at snakke om. Der var hverken mål eller retning i snakken. De snakkede bare. Når den ene sagde noget, fik den anden en følelse, som hun straks omsatte til nogle tanker, som hun sagde. Og så fik den anden en følelse, som hun også omsatte til nogle tanker, som hun sagde. Og sådan foregik det hele tiden. Hvis den ene fik øje på en fugl, sagde hun straks: *Se, der er en fugl*. Og så fik den anden måske en følelse om fuglens frie liv, og det gav en tanke, så hun sagde: *Jamen, de lever da også frit*. Og det gav en følelse hos den første og dernæst en tanke,

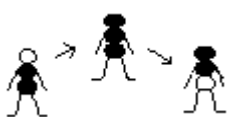
og så fortsatte snakken: *Jørgen lever også sådan. Nå, der gør Peter ikke. Der var også en fjernsynsudsendelse om sådan noget. Var det med hende den lyshårede journalist. Mener du hende, der altid har en sort kjole på. Ja, det er altså også sørgeligt, som de unge klæder sig in dag. Da jeg var barn, gik vi altid med blomstrede kjoler. Ja, det er der kun på mit tapet i soveværelset. Har I fået udskiftet den gamle seng? Ja, det er længe siden. Nu mangler jeg bare at få en ny røremaskine til at lave dej. Har du hørt det med kanelsnegle? Der er 2 slags kanel, ikke? Nå, det kender du. Jeg har i øvrigt fået en ny bluse. Ja, det har jeg altså ikke råd til. Jamen, du fik da nye bukser i sidste måned. ...* Når de så havde snakket en times tid, var de blevet trætte, og så standsede snakken.

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

Det er tydeligt, at der nu er mere mål og retning i snakken. Sådan en snak bølger frem og tilbage over adskillige emner. Men igen og igen kommer kvinderne tilbage til de sociale udfordringer og problemer, som de er engageret i. Det skyldes selvfølgelig, at de nu er med i samfundslivet og produktionen, samt at de har en ligeværdighed i deres parforhold.

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

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



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

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

Og når man kommer til samlings-energien, skal man slippe sin vilje (underliv) – og blande tanker (hoved) og følelser (bryst) med hinanden, indtil man finder et fælles *vi*. Det handler ikke om, at man skal indskrænke sig selv. Det handler om at finde frem til, hvad man kan bruge hinanden til.



Lad os se på processen frem mod koordinationen. Det starter i analyse-energi, hvor man har to adskilte energipoler, og dermed får to sæt tanker, som kan bruges til et *jeg*, der har en *idé*. Og så melder udfordringen sig: *Hvordan får jeg nu de andre med på idéen?* Traditionelt forbliver man i analyse-energi, hvor man forsøger at overbevise de andre; men nu skal man gøre noget andet. I de sidste

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

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

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

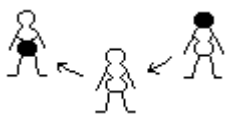
Jeg har deltaget i mange grupper de sidste par år, hvor folk sådan har forsøgt at kue sig selv. I alle disse grupper er det dog ikke lykkedes at komme frem til skaber-energiens fælles bevidsthed. Og hvis vi lige skal tilbage til musikeren, var det da heller ikke sådan, at de var i en mellemfase, hvor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



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

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

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



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

der rejser sig en ny energi og vilje, der er total individuel.

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

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

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

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

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



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

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



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

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

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

## Blive klogere

Det gennemgående i denne bog er, at vi skal slippe bevidsthedsspaltningerne. Vi skal ud af det stivnede energimønster, hvor vi altid er polariseret i højre og venstre sides bevidstheder. Og vi skal kunne foretage bevidsthedsrunder, hvor vi kommer igennem de 8 grundlæggende energimønstres bevidstheder.

Hvis det lykkes, havner vi dér, hvor kineserne ude i landsbyerne har været i adskillige hundrede år. Her var der økologi, bæredygtighed, vedvarende energi, fællesskab og meget af det, som vi stræber efter. Men dels var det på et fattigt niveau, og dels skete der stort set ingen bevidsthedsmæssig udvikling - ud over at skifte rundt mellem årets forskellige arbejdsgange.



Det ændrede Mao på. For ham var det vigtigt, at man brugte analyse-energien korrekt i bevidsthedsrunderne, sådan at ens tanker (hoved) opstod på baggrund af det, som man kropsligt (underliv) havde været igennem.



Men så læste han Marx – og lærte noget om europæisk tankegang. Og Mao indså, at man også skulle gøre ligesom europæerne, sådan at man fik en viden i hovedet, som man kunne bruge til at styre sig selv og skabe udvikling.

Det afgørende var og er, at man anvender de to ovenstående måder i den rigtige rækkefølge. Hver gang man i en erkendelsesrunde kommer frem til analyse-energien, skal man starte med den første måde, hvor man i sine tanker får klarhed over, hvad nyt der har rejst sig inden i én. Det handler om ens egne erfaringer, sådan at man bygger videre på dem. Og derfor skal man i hovedet udtænke, hvad man så skal gøre.

Men når man har været igennem to eller flere bevidsthedsrunder, er det, at man *også* skal anvende den anden måde – men *efter* at man har brugt den første måde. Analyse-energien giver nemlig 2 bevidsthedspoler i hjernen, sådan at man kan have to tanker samtidig. Og det skal man udnytte til at blive klogere. For det enkelte menneske skal det ske ved, at man sammenligner de erfaringer, som man fik fra forrige runde, med de erfaringer, som man har fået fra den runde, der lige er overstået. Man sammenligner hermed to sæt tanker – svarende til det, som man tænkte, iden runden begyndte, og det, som man tænker, når runden er slut. Det er det, som hedder at *analysere*. Og så kan man faktisk godt blive klogere.

# Sammenbruddet

Jeg indledte denne del af bogen med at nævne, at der er 2 problemer, som nu er blevet så store, at alle kan indse, at det ikke kan fortsætte. Det drejer sig om den kapitalistiske økonomi og de globale miljøproblemer. Og der er en udbredt opfattelse af, at sammenbruddet snart kommer. Jeg vil beskrive de to problemer, sådan som jeg ser dem. Andre ser dem sikkert anderledes. Men det er ikke vigtigt. Det afgørende er, at der er to meget store problemer, som nødvendigvis vil ændre verden. Spørgsmålet er bare, om den nuværende verdensorden overlever – eller om der kommer et sammenbrud.

## Kapitalismens endeligt

I Karl Marx's bog *Kapitalen* gennemgår han den kapitalistiske udvikling og påviser, at kapitalismen kun kan fortsætte, hvis der er en konstant vækst. Årsagen er, at alting er rettet ind efter et marked, og at der hele tiden skal skabes profit. Denne profit skal investeres, hvis den enkelte kapitalist vil fortsætte med at være kapitalist. Og det er det, der er drivkraften i væksten.

Der skal hele tiden bruges flere råvarer, og hele tiden produceres mere. Normalt vil det indebærer, at der også hele tiden skal være flere arbejdere på det globale arbejdsmarked. Men i hvert fald skal der hele tiden afsættes mere. Fordi jordkloden har begrænsede ressourcer og begrænset antal mennesker, vil kapitalismen derfor standse før eller siden. Mange forskere i dag mener, at det vil stoppe senest om 500 år. Så har man opbrugt eller ødelagt de samlede ressourcer så meget, at det er tvivlsomt, om der kan bo mennesker på jorden. Indtil dette tidspunkt vil vi se en stadig ødelæggelse af naturen og stadig større problemer.

Der er mange på venstrefløjen, som mener og tror, at den kapitalistiske økonomi har nogle indre modsætninger, der får den til at standse. Det mente Marx ikke. Hele bind 1 af hans hovedværk *Kapitalen* handler om kapitalismens langsigtede udvikling. Og her argumenteres der udelukkende for, at der hele tiden vil være vækst, og at det vil skabe stadig større problemer, samt at det må standse før eller siden, når jordklodens ressourcer er opbrugt. Hvis kapitalismen standser *inden*, vil det være – i følge Marx - fordi mennesker begynder at indse, at det er en dårlig udvikling, og at de derfor begynder at arbejde for at skabe en helt anden udvikling.

I bind 2 og 3 af *Kapitalen* beskriver Marx kortsigtede kriser, som der vil opstå hele tiden. Sagen er, at der aldrig er en harmonisk vækst. Nogle gange kniber det med at skaffe råvarer hurtigt nok. Andre gange vokser markedet ikke lige så hurtigt som produktionen. Og der kan være adskillige andre forhold, der medfører en krise. Marx går så i detaljer i de to bind og kigger på små udsving. Det ene er, hvordan pengestrømmen forløber. Hvor mange penge har en kapitalist, når han sætter en produktion i gang? Og hvornår får han solgt det? Og hvor mange penge har han så? Og er han interesseret i, at staten blander sig og regulerer markedet? Og der er også svingninger i hans profit. Når en krise starter, vil der sandsynligvis ske et fald i profitten. Og den vil først stige igen, når krisen er overstået. Nogle socialister tror, at det kan overføres til hele den kapitalistiske udvikling, sådan at der kommer et fald i profitten, og at det skaber den endelige krise. Men det mente Marx ikke.

Nogle af disse spekulationer blev debatteret af socialister under den store økonomiske krise i 1930'erne, hvor mange mente, at kapitalismen nu var kommet til dens endeligt, mens andre mente, at den ville overgå til en anden form. Da krisen var over, fulgte kapitalismen den udvikling, som Marx havde forudsagt i bind 1 af *Kapitalen* – altså en konstant vækst i råvarer, produktion, markeder og afsætning.

Lige for tiden er der en tilsvarende stor økonomisk krise. Og nu er der også mange på venstrefløjen, som tror, at bind 2 og 3 af *Kapitalen* kan bruges til at sige noget om kapitalismens endeligt. Og der er mange, der tror, at nu må kapitalismen snart stoppe. Men det gør den ikke. Det er klart, at der vil ske nogle store ændringer i, hvordan kapitalismen vil fortsætte. Indtil omkring år 1970 var der en vækst i den materielle produktion, som fuldt ud kunne tilgodese kapitalisternes

behov for investeringer. Men den samlede mængde af investeringspenge var blevet så stor, at der måtte ske noget nyt. Der kom en fornyet imperialism, hvor der blev satset på verdensmarkedet. Og der blev investeret rigtig meget i militært isenkram. Hvor man tidligere havde guld og sølv som basis for penge, skiftede man over til papirpenge – og i dag er penge bare nogle tal på en konto. En gennemsnitsaktie i dag bliver handlet cirka hvert 20. sekund. Og det sker helt automatisk med en computerrobot. Boligboblen, som brød ud i 2007-08, handlede om, at det var svært for kapitalisterne at finde investeringsobjekter. Og derfor lånte de penge ud til dem, der byggede huse – og udlånte også penge til den, der skulle købe husene. Men markedet voksede ikke harmonisk. Og på et tidspunkt var husene for dyre, og på et andet tidspunkt for billige. Og det endte med, at et stort antal husejere og banker gik konkurs. Lige siden har de smarteste kapitalister fundet ud af kun at investere i penge. Men køber og sælger penge. Og de rigeste tjener mange hundrede millioner dollars hvert år. Og de bliver rigere og rigere for hver dag.

Det kan ikke fortsætte – er det på mode at mene. Ligesom i 1930'erne er der nogle, der nu mener, at det hele snart må stoppe. Og generelt har det medført, at venstrefløjen er gået i venteposition. Der er ikke længere nogen politisk praksis for at ændre samfundet. Man forventer, at økonomien bryder sammen – eller rettere man håber på det.

Der er nogle aktuelle problemer, som skal overstås – på en ny måde. Når finanskapitalen vokser, kan en devaluering ophæve den reelle vækst. Det gør den ikke i øjeblikket, fordi der er uudnyttede markeder på verdensplan. Men når hele verdensmarkedet er udnyttet, er der grund til at antage, at finanskapitalen vil blive udsat for en inflation, sådan er der kun en nominel vækst. Den kan godt stabilisere sig på et niveau, hvor der bare er nogle millioner mennesker på verdensplan, som lever af at købe og sælge penge.

Det er faktisk sandsynligt, at finanskapitalismen og produktionskapitalismen bliver adskilt fra hinanden. Marx's argumentation for, at vækst er nødvendigt, knytter sig til produktionskapitalismen. En produktionskapitalist bliver nødt til at skaffe sig profit og bliver nødt til at investere, hvis han også i fremtiden vil vedblive med at være kapitalist. I dag er han offer for finanskapitalismen. Men i fremtiden vil han sammen med andre produktionskapitalister se sin fordel i en slags bytteøkonomi med andre kapitalister, sådan at de undgår finanskapitalisterne. I sådan en isoleret produktionskapitalisme, vil der være brug for vækst – i Marx's forstand, men ikke med rentes rente.

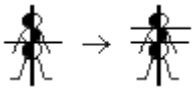
Endelig kan man forestille sig, at det nuværende pensionssystem, hvor alle arbejdere reelt er blevet kapitalister, vil brede sig til andre områder. Det vil indebære, at alle arbejdere også vil blive almindelige produktionskapitalister. I stedet for at der er nogle mennesker, der er kapitalister og andre mennesker, der er arbejdere, bliver alle mennesker personlighedssplittede, så en del af deres bevidsthed bliver til en kapitalist og en anden del af deres bevidsthed bliver til en arbejder. Og det er faktisk allerede godt i gang.

I Andens Verdenskrig var det stadig fjendens kroppe, man skulle slå ihjel. Men befinder vi os ikke nu i en slags Tredje Verdenskrig, hvor det er vores egne kroppe, vi er i gang med at slå ihjel? Og er vi ikke i gang med en tilsvarende proces, når det drejer sig om den materielle produktion? De fødevarer, som der produceres i dag, er direkte sygdomsfremkaldende og er med til, at vi dør af dem. Hele den livsstil, som det vestlige mennesker har, er i virkeligheden en udbytning og ødelæggelse af vores kroppe og det oprindelige sociale liv. Og den bevidsthedsmæssige splittelse medfører, at vi splitter altting ad ude i den materielle verden. Den splittede bevidsthed medfører også en desperat trang til at forene de splittede bevidsthedsdele – og det opleves som et behov for at få mere. Kun ved at få et konstant merforbrug, kan man slappe af for en kort stund, hvorefter behovet rejser sig igen. Det, som gælder for en kapitalist, gælder nu for ethvert menneske. Hvis vi ikke hele tiden får mere, slukkes bevidsthedens lys og så bryder vores liv sammen.

Der er ingen tvivl om, at kapitalismen må igennem en forandring for at kunne fortsætte. Men det er man også godt i gang med. Mens hele Vesten generelt er i økonomisk krise, er der generel vækst i Rusland, Kina, Indien, Afrika og Syd-Amerika. Kapitalisterne er ligeglade med, hvor væksten sker – bare den sker.



I den endelige version af Marx's bog *Kapitalen* erkendte han, at der var sket en bevidsthedsspaltning, så arbejderne havde fået en arbejdskraft og samfundsbevidsthed i højre side og en familie- og følelsesbevidsthed i venstre side. Det medførte, at de ikke længere var i stand til at udtænke revolutionære handlinger. De kunne og kan kun tænke i forbedrede løn- og arbejdsforhold.



Hvis man ser på, hvad der er sket, efter at deperdutionen har fundet sted, ser vi, at folk i dag mere satser på at vinde i lotto end at arbejde for at forbedre deres løn- og arbejdsforhold. Og fokus hos de unge går mest af alt på at forbedre deres udseende med kosmetiske operationer – og så udforske de 2 nye bevidsthedssfærer i højre sides bryst og venstre sides hoved, hvor man dels skal sidde til stand-up og grine - og dels skal sende og læse sms'er hele tiden.

Deperdutionen har medført, at mennesker ikke længere mærker deres krop. De oplever den allerede som en maskine. Og næste skridt er så at forbedre maskinen. Den udvikling, som vi har set fra dampmaskinen frem til moderne køretøjer og flyvemaskiner, vil vi sandsynligvis også se, når det drejer sig om den menneskelige maskine.

Flere og flere mennesker her i Vesten er parate til at få ændret deres krop, så den får overmenneskelige egenskaber. Vi anvender allerede medicin, briller, kunstige hofte mm. for at hjælpe mennesker, der har fået forringet deres evner. I de senere år er det kommet en transhumanistisk bevægelse, der også har dannet politiske partier, og hvor man går ind for at forbedre det naturlige menneske. Mange har fået inplanteret en mikrochip. I USA har mange børn sådan én, som kan bruges som en GPS; og så kan forældre altid se, hvor deres børn befinder sig. Ældre på plejehjem har også én, og så kan man altid finde dem, hvis de farer vild. Mikrochippen kan også bruges til at identificere en person, og den kan så bruges i stedet for at bruge en nøgle eller kreditkort. Mange er også parate til at få indsat en mikrochip i deres hjerne – og få den forbundet med supercomputere, så man opnår en super intelligens, der i princippet kan vide alt. Transhumanisterne ønsker også en genforskning, hvor man finder ud af, hvordan man kan undgå at ældes og altså leve meget længere – måske evigt. Og endelig skal det gerne være sådan, at man kan bestemme, hvordan et foster udvikler sig. Dels skal mennesker fødes med et meget smukt udseende. Men de skal også fødes med et følelsesliv, hvor de aldrig bliver ængstelige eller deprimerede, men altid føler glæde og lykke. Der er ganske meget, som kapitalisterne her kan investere i.

Der er visse forskere, der tror, at fremtidens mennesker bliver mere robot end menneske. Sådanne robot-mennesker vil blive i stand til at leve i flere tusinde år. Og de vil flyve rundt i verdensrummet. De kan formere sig. Og de behøver hverken at trække vejret eller drikke. Det er selvfølgelig skingrende sindssygt. Men disse forskere tror, at jordkloden vil blive ubeboelig for højerestående biologiske væsner, inden der er gået 500 år. Det er Guds plan, mener mange af dem. Biologiske mennesker er bare et forstadium til fremtidens rumvæsner, som vil befolke hele universet. Andre forskere er mere skeptiske. Men mange af dem mener, at mennesket ikke kan lade være med at forfølge denne udvikling. Vores bevidsthed har allerede – med deperdutionen – adskilt sig fra den biologiske krop. Og der er ingen vej tilbage.

Som jeg ser det, er kapitalismen ikke på vej til at bryde sammen. Hvis kapitalismen skal ophøre med at eksistere indenfor de næste 50 år, kan det kun ske, hvis vi får en bevidsthedsmæssig revolution, der ophæver spaltningerne i bevidstheden, og folk genvinder evnen til at anvende energimønstrene frit. For så vil folk begynde at kræve forandringer. Og så vil de også arbejde for, at det sker.

Hvis den enkelte af os skal gøre noget progressivt for at afskaffe kapitalismen, skal man holde op med at deltage i markedet – både vare- og arbejdsmarkedet - og så skal man i stedet forholde sig til konkrete mennesker, konkrete behov og lave den produktion, der tilfredsstiller disse menneskers behov.



## Den nødvendige omstilling

I midten af 1800-tallet var der 1½ milliard mennesker på jorden. Omkring 1920 var der 2 milliarder. I 1970 var der cirka 3 milliarder. Omkring år 2000 var der 6 milliarder. Og nu er der 7 milliarder mennesker. Nogle snakker om, at vi kommer op på 8, 9 og 10 milliarder om få år. Jordkloden har begrænsede ressourcer. Det kan ikke fortsætte med uendelig vækst. Den globale opvarmning medfører, at verdenshavene stiger, og der er store områder, hvor der nu bor mange millioner mennesker, men som vil blive oversvømmet af havvand, så folk må flytte. Der er også store områder, hvor der bor mange millioner mennesker, men hvor der nu er tørke de fleste år, så der ikke kan dyrkes fødevarer længere. Og her er der hungersnød, så folk dør af sult. Herfra bliver folk også nødt til at flytte. Der vil komme store flygtningestrømme, og det vil give anledning til krige.

Nogle mener, at forøgelsen af menneskeheden vil ramme et loft, sådan at der ikke kan produceres mad nok til alle. Andre forestiller sig, at krige bliver så voldsomme, at menneskeheden ikke vil stige i antal, men at vi kommer ned på kun 2 milliarder om 20-30 år.

Flere og flere mener, at vi bliver nødt til at gennemføre en omstilling. Den økonomiske vækst er hovedårsagen til den globale opvarmning. Alle de let tilgængelige råstoffer er nu udvundet fra jorden. Vi kan ikke fortsætte, som vi plejer.

I dag er det cirka halvdelen af jordklodens dyrkbare land, hvorpå der dyrkes fødevarer til mennesker og husdyr. Og det betyder, at der er land nok til, at verdens befolkning kan vokse til det dobbelte. Det viser sig alle steder til alle tider, at der er en eksponentiel vækst i befolkningsantal indtil et vist niveau, hvorefter væksten flader ud. Og det sandsynlige er, at verdens befolkning ikke bare stiger uendeligt, men at den vil stabilisere sig på et vist niveau, der passer til hvor meget mad, der kan dyrkes på jordkloden.

I dag produceres der rigeligt med mad på verdensplan, så der er nok til både mennesker og husdyr. De steder, hvor der i dag er hungersnød, og folk dør af sult, er steder, med politisk undertrykkelse. Der er også en skæv fordeling af verdens madvarer. I nogle dele af verden er folk underernæret, og i andre dele er folk alt for fede.

I visse dele af verden dør mange børn, inden de er nået 5 år, og de overlevende er supersunde og bliver stort set aldrig syge resten af deres liv. Befolkningen i disse områder mener, at det er naturens orden. Sådan er det også i dyreverden. Og man gør intet for at ændre det. Visse hjælpeorganisationer i Vesten indsamler penge for at hjælpe disse børn til at overleve. Men der er brug for noget helt andet. Hvis børnene overlever, skal fødevarereproduktionen 5-dobles. Og det er helt umuligt. Løsningen på disse problemer handler om en anderledes landsbrugspolitik samt om at begrænse antallet af fødsler. I disse områder lever folk mest af ris, og de får ikke særligt mange vitaminer eller sund kost. Det er en væsentlig årsag til, at så mange børn dør. Men i disse områder satser man ikke på at give børnene sund kost. For så ved man, at flere vil overleve, og så er der ikke mad nok til alle. Den gode løsning er, at man afholder sig fra penis-vagina seksualitet i de dage hver måned, hvor en kvinde har ægløsning. Og så skal man begynde at dyrke grønsager, så de børn, der fødes, ikke dør.

I flygtningelejre i fremmede verdensdele får de nyankomne flygtninge korn og ris, der består af stivelse. Flygtningene tror, at det er mad, sådan som de kender det hjemmefra, hvor korn og ris dyrkes naturligt, og hvor der ikke dannes stivelse, men sukkerstoffer. De spiser gladelig en stor portion. Men man kan ikke leve af stivelse. Kroppen skal først omdanne stivelse til sukker, og så kan kroppen forbrænde sukkeret og give energi til kroppen. Men mange af de nyankomne flygtninge har vandret i flere dage og er totalt udmattede, når de ankommer til lejren. Og den smule energi, de har tilbage, bruges så til at omdanne noget af stivelsen. De når aldrig at få glæde af maden, inden de dør.

Det er ikke noget problem i vores del af verden. Her spiser vi betydelig mere, end vi har brug for. Og så det smart, at en stor del af maden er stivelse, som vi bruger en masse energi på, så vi ikke bliver endnu mere fede, end vi allerede er.

Indtil år 1600 dyrkede europæerne fødevarer, der var naturlige, sådan at maden indeholdt alle grundstoffer. Man dyrkede jorden i 3 år, hvorefter den lå brak i mange år, og så kunne man dyrke jorden igen. Men så opfandt man en ny dyrkningsmetode. Man opdagede, at hvis man hvert 4. år

havde kløvergræs på et jordstykke, kunne man fortsætte med at dyrke på det samme jordstykke igen og igen. Sagen er, at kløver (og andre tilsvarende planter) samler kvælstof fra luften og frigør det til andre planter. Og kvælstof er en vigtig næring, for at planter kan vokse.

Men i de følgende 300 år opstod der så flere og flere plantesygdomme, som også medførte forskellige menneskesygdomme. Sagen er, at planterne fik færre og færre grundstoffer i sig, fordi man ikke forstod, hvordan man skulle genopbygge det organiske liv i jorden. Og i dag indeholder traditionelle fødevarer kun 20-30 grundstoffer. Det giver astma, allergi, sukkersyge mm. Men først og fremmest medfører det, at man aldrig bliver mæt. Vi spiser mere og mere og bliver tykkere og tykkere. Lige gyldigt hvor meget vil spise, føler vi sult. Kroppen får ikke de stoffer, som den har behov for.

I dag overføres 90 % af alle råvarer og fødevarer fra fattige lande til os, så vi kan leve i overflod og luksus. Hvis de fattige i de fattige lande skal leve ligesom os, er der brug for mindst 5 jordkloder for at skaffe råvarer nok. I en retfærdig verden skal de fattige i de fattige lande beholde værdierne selv. Og så skal vi i vores del af verden selv producere det, som vi har brug for. Vi kan godt handle med hinanden. Men i overvejende grad skal vi være selvforsynende. Og det vil indebære, at mange af os skal deltage i produktion af mad, råvarer til tøj og byggematerialer.

Nogle slår sig sammen, køber et landbrug, bygger en masse huse, indretter sig med vedvarende energi samt køkkenhaver og kalder sig en økologisk landsby. Det kan godt være et skridt i den rigtige retning, hvis det indebærer billige og gode selvbyggerhuse samt selvforsyning af fødevarer.

Det langsigtede mål er dannelse af nye økonomiske zoner, der undtages fra gældende lovgivning om landskab, økonomi og handel. Man kan forestille sig et område på 5 gange 5 km. Alle, der bor der, er beskæftigede i produktionen. Man laver grønsager, frugt og korn samt lidt kød. Man laver hør og syr tøj. Man producerer alle slags byggematerialer og isolation til husene. Man har værksteder og småindustri. Butikker og rekreative områder. Ridebane, racerbane, svømmehal, koncerthus, dansehal, teater, biograf, bibliotek og meget mere. Alt sammen bygges af beboerne i området. I overvejende grad er man selvforsynende med alt, men sælger dog lidt og køber lidt. I Danmark kan der bo over 20 millioner mennesker på denne måde, og de kan få et rigt liv med alt, hvad de behøver.

Vi skal også omdanne storbyerne. I dag består Stor-København af en masse kommuner, hvor hver kommune kun tænker på sig selv. Men ligesom en villa har en have omkring sig, skal en storby i fremtiden have marker omkring byen. Her skal der produceres fødevarer. Og mange af dem, der bor i byen, skal arbejde med det. Inde i boligområderne skal der være tusindvis af bærbuske, krydderibuske, hønsegårde mm.

Vi snakker meget om økologiske madvarer. Men arealet, hvor der dyrkes økologisk er ikke steget de sidste 10 år. Til gengæld er kvaliteten på de økologiske fødevarer faldet år for år. De høje idealer, der engang var om at producere sunde fødevarer, er nu erstattet af økonomisk tænkning. Det handler om at få en mer-pris, hvis man producerer økologisk. Og da folk i dag kun får så få grundstoffer i sig, at de har mistet evnen til at smage, om noget er sundt, kan man lige så godt nøjes med at producere så industrielt som muligt og så let som muligt uden at tænke på kvalitet.

I vores del af verden er vi vant til at leve i overflod. Hvis vores egen høst slår fejl, køber vi mad fra de fattige lande, og så kan folk dér dø af sult. I en fremtidig verden, hvor vi skal brødføde os selv, bliver fødevarsikkerhed det alt afgørende politiske emne. Der skal i den enkelte landsby, i hver region og nationalt produceres meget forskelligt, sådan at der er nok at spise, selvom der er nogle af afgrøderne, der ikke bliver til noget.

Når man spiser kød, virker det lidt lige som at tage en nervepille. Man får et lille proteinchok. Man føler, at blodet cirkulerer. Og kroppen falder til ro. Det giver en dejlig afslapning, og tankerne bliver lidt tågede. Kaffe og alkohol supplerer følelsen godt.

Et menneskes mave-tarm system er det samme, som planteædende dyr har. Men vi kan godt tåle små mængder af kød. Hvis man spiser ½ kylling, tager det 3-4 uger for kroppen at fordøje al det protein, man får. Kødspisning giver et stort syreoverskud i blodet. Under Vietnam krigen undersøgte læger blodårer hos henholdsvis de amerikanske soldater og de indfødte vietnamesere. Og her viste det sig, at amerikanernes blodårer var flossede indvendigt, og at der flød døde rester fra blodårernes vægge rundt i blodet. Vietnamesernes årer var derimod havde helt glatte indvendigt, og der flød kun det rundt i blodet, som der skulle. I vores del af verden er det normalt med huller i tænderne og svage knogler. Men i størsteparten af verden, kender man ikke til sådanne problemer. De fleste er vegetarer eller spiser kun kød engang imellem i små portioner.

Forskere har beregnet, at hvis vi øger drivhusgasserne med mere end 565 gigaton i forhold til niveauet i 2012, vil der komme en uoprettelig ødelæggelse af hele jordklodens økosystem. Hvad de færreste ved er, at kødproduktionen – alt inklusiv – bidrager med en væsentlig forøgelse af drivhusgasserne. Det er lattergas og metangas, som dannes i dyrenes tarme, der er problemet. På verdensplan øger det drivhusgasserne med omkring 32 gigaton om året. Det betyder, at alene kødproduktionen vil nå den kritiske grænse på 565 gigaton allerede omkring år 2030. Og i denne beregning er altså ikke medtaget de drivhusgasser, der kommer fra afbrænding af kul og olie. Tager man det sidstnævnte med i beregningen, når vi den kritiske grænse tidligere – måske omkring år 2025.

Regeringerne har sat sig nogle mål for reduktion af drivhusgasserne. Og der er nogle delmål, som man skal nå allerede i 2020. Men i dag er det klart, at man slet ikke vil kunne nå disse mål. Der er ikke politisk handlekraft nok til det.

I Danmark er der planer om at øge kødproduktionen. Den nuværende begrænsning skyldes, at man ikke kan tilføre mere tis og lort fra dyrene til markerne uden helt at ødelægge al natur. Men en ny teknologi er på vej, sådan at man kan omdanne dyrenes afføring til gas. Den kan man så bruge til opvarmning eller som brændstof til biler. Og dermed kan man tjene betydelige flere penge. Det vil øge atmosfæren med yderligere drivhusgasser; men det er der ikke tænkt på. Nu producerer vi 25 millioner svin om året. Hvorfor ikke producere 50 millioner eller 100 millioner? Afsætningen har man tænkt på. Det er mellemlagene i ulandene, som nu er blevet så rige, at de har råd til at spise kød.

Kødspisere har brug for 4 gange så meget landsbrugsland som vegetarer. I dag er 90 % af jordens befolkning vegetarer. Hvis de skal være kødspisere, er der brug for mindst 2 jordkloders landsbrugsareal.

Allerede i midten af 1800-tallet begyndte man at tale om, at landbruget ødelagde naturen. Og lige siden har man igen og igen advaret om, at det ikke kan fortsætte. I 1970'erne forudså man, at grundvandet ville blive forurennet i løbet af 25 år, så man ikke kunne drikke det. Og jo, det skete også. Så derfor borer man i dag 80 meter ned – og henter grundvand op herfra. Og i visse andre egne af verden, hvor forureningen er værre, borer man helt ned til 800 meters dybde.

Der har også været mange advarsler om, at mennesker vil blive mere og mere syge, fordi fødevarerne bliver dårligere og dårligere. Og det er også sket. Astma, allergier og sukkersyge er der kommet mere og mere af. Men så har vi bare fået mere medicinforbrug. Og dermed kan vi fortsætte.

Forestillingen om, at det ikke kan fortsætte, er forkert. Vi kan ødelægge jorden meget mere end nu. Og vi kan ødelægge de menneskelige kroppe meget mere end nu. 50 % af dem, jeg kender, som er over 60 år, har fået kunstige hofter og knæ, fordi knogler og bruskvæv ikke har fået de stoffer, som der er brug for. Medicinindustrien og lægevidenskaben finder hele tiden på nye metoder til at kompensere for kroppens ødelæggelser. Forestillingen om, at kroppene skal være naturlige, er en gammeldags tænkning. De fleste mener, at vi allerede er så degenererede, at det ikke kan lade sig gøre. I fremtiden vil medicin og avanceret små apparater være helt selvfølgelige at finde i vore kroppe.

De sidste 30 års udvikling med ødelæggelse af kroppene, har kun kunnet finde sted, fordi bevidstheden har været deperdureret. Her oplever man kroppen som en maskine. Og tankegangen går ikke på, hvordan man gør den levende igen, men hvordan man kan ændre den, så problemerne fjernes, og maskinen bliver effektiv.

Men det er rigtigt, at det ikke kan fortsætte. Vi er biologiske væsner. Og før eller siden bliver vi nødt til at erkende det. Des tidligere vi indser det, des lettere bliver det at fortage de nødvendige ændringer. Men det kan sandsynligvis fortsætte et par hundrede år endnu i den forkerte retning.

Hvis vi skal have et kursskift *inden*, forudsætter det en bevidsthedsmæssig revolution, hvor vi ophæver spaltningerne i bevidstheden og genvinder evnen til at anvende energimønstrene frit. Så vil folk begynde at kræve forandringer og også arbejde for at det sker.

Jeg ser altså ikke de to store problemer som nogen, der *af sig selv* vil forårsage, at der kommer et sammenbrud. Jeg kan kun se, at de medfører store problemer.

Når de fleste i dag føler, at der må komme et sammenbrud, er det vigtigste at forstå, at de *føler* det. Det er deres eget stivnede og splittede energimønstre, som de føler er i sammenbrud. Og når de kigger ud på verden, kan de se mange processer, som trækker i mange retninger. Der er ikke sikkert, at den nuværende verdensorden bryder sammen. Men der er så meget, der rumler i underbevidstheden, at man alligevel er overbevist om, at et sammenbrud er nært forestående.

Denne følelse er en del af det stivnede og splittede energimønsters bevidsthed. Og der er mange folkelige bevægelser, der knytter sig til denne følelse. Det er ikke noget dårligt i. Tværtimod. Men nu skulle vi gerne komme frem til, at vi ikke kun handler ud fra en følelse, men at vi også ved, hvad vi gør.

### **Andre problemer**

Børnene i vores kultur lider i de første 4 år under en voldsom undertrykkelse for at få dem til at spalte deres bevidsthed. De første 2 år går med at lære dem, at underlivet er noget, som de ikke skal identificere sig med (alienation). Det indebærer, at børnene har cirka ½ år, hvor de gennemlever en sadistisk periode, hvor de tydeligt nyder at slå og give smerte til andre børn. Det ses ikke i andre kulturer. I 3-4 års alderen kæmper barnet mere direkte imod. Det kaldes trodsalderen, fordi barn og forældre er i konstant magtkamp. Børnene græder og skriger; men må til sidst opgive og spalte sig selv, så de kun identificerer sig med deres ene side (reifikation). Denne psykiske tortur og den følelsesmæssige og mentale ødelæggelse af børnene betragter europæerne som kærlige handlinger, der er nødvendige for civilisationen. Europæerne mener, at de er mere kærlige overfor deres børn, end forældre er i andre kulturer. Når de unge i 10-14 års alderen så gennemlever den sidste af de 3 mulige bevidsthedsspaltninger (deperdution), græder hver tredje af dem sig i søvn hver aften. Og hver sjette unge skærer i sig selv med kniv eller barberblad. Forældrene ved ikke noget om det. De unge skjuler det, for de er tabere, der gør der – og de unge vil ikke være tabere, men seje. Europæerne mener, at de unge får en bedre opvækst end unge i andre kulturer, fordi de unge hos os har frihed. Men reelt indebærer det, at de føler sig ensomme, og at de har et enormt stort behov for at indtage alkohol og narkotiske stoffer. Med den totalt splittede bevidsthed kan de unge ikke orientere sig ud fra sig selv. De er blevet hjernestyrede væsner, som kan manipuleres af medierne. Deres identitet knytter de til sociale medier. Og det handler om at deltage hele tiden, for ellers opleves der kun en tomhed.

De sociale evner, som man havde tidligere i vores kultur, og som man har i de fleste andre kulturer, er blevet forvandlet til hjernestyring. Det går værst ud over kærligheden og nære forhold. Parforhold udvikler sig hurtigt til konstante skænderier. I en tredjedel af alle ægteskaber er der vold. Det oprindelige og naturlige er, at man kan forbinde tanker, følelser og seksualitet. Men med de bevidsthedsmæssige splittelser kan man ikke få det til at hænge sammen længere. Der er en tilsvarende bevidsthedsmæssig splittelse mellem det mandlige og det kvindelige, sådan at der er en konstant kønskamp, hvor man slider hinanden psykisk ned, indtil man ikke kan udholde det mere – og må skilles.

Der er mange forsøg på at skabe fællesskaber; men med den splittede bevidsthed tror man, at man skal blive enige og træffe beslutninger, hvorefter man kan fordele opgaverne eller delegerer dem ud. Alt det foregår i hovedet, mens brystets og underlivets bevidsthed er fraværende. Når man så bagefter kommer til udførelse af det, som man har besluttet, spiller følelser (bryst) og ens dyriske krop (underliv) en afgørende rolle. Og her er der bevidstheder, som trækker i helt andre retninger ned det, som er besluttet.

Kun hvis man har en kropslig funderet bevidsthed med et tydeligt *jeg*, er det muligt at opbygge fællesskaber. Her skal man ikke beslutte noget, men koordinere sig med hinanden. Men langt de fleste europæere har ikke sådan et *jeg*. De siger hele tiden *vi*. Og de snakker hele tiden om noget, som de har i tankerne (hoved). De er ikke i stand til at have en operationel bevidsthed, hvor de kigger på individernes faktiske historiske aktiviteter, sådan at man kan koordinere sig med hinanden. Resultatet er, at fællesskaberne aldrig bliver til noget. Man fortsætter med en individualistisk livsstil – og så bliver fællesskab til en slags overfladisk møde, hvor man engang imellem laver noget sammen. Hvis nogle forsøger at gøre det mere forpligtende, ender det i skænderier og splittelse.

De bevidsthedsmæssige splittelser medfører, at der ikke sker nogen bevidsthedsmæssig udvikling. En europæer mener derfor, at de unge i 20'erne er kreative. Når man kommer op over 30, bliver man sat. Alle over 40 er gået i stå. Og de ældre opfatter man som sinker. Det ses, når man kigger på de andre. Men man oplever også sig selv sådan. I andre kulturer udvikler bevidstheden sig gennem hele livet, sådan at de ældre bliver til vismænd med stor erfaring og indsigt. I Europa er det i virkeligheden unge umodne, der styrer samfundet. Og generation efter generation begår man de samme dumheder igen og igen – uden at der sker nogen som helst erfaringsopsamling. Det giver en masse problemer, og det imødekommer man ved, at man har tusindvis af forskere, der laver undersøgelser og laver erfaringsopsamling. Disse forskere har en totalt splittet bevidsthed, sådan at enhver af dem kun oplever enkelte dele af den sociale virkelighed. Én forsker oplever én del af virkeligheden. En anden oplever en anden del. Og en tredje oplever en tredje del. De er vildt uenige – og peger på, at man bør udvikle samfundet i *deres* retning – og ikke i de andre forskeres retning. Selv går disse forskere også mentalt i stå, sådan at de siger det samme igen og igen, når de først er kommet op over de 40 år.

Inden deperdutionen satte ind i 1980'erne, var der politiske visioner om kvalitative ændringer af samfundet. Det er der ikke mere. Nu er der kun kvantitative forestillinger om, hvordan noget kan udvikle sig. Nogle vil have mere vækst, andre vil have nul eller mindre. Nogle vil arbejde mere, andre vil sætte arbejdstiden ned. Nogle accepterer mere forurening. Andre vil have mindre. Nogle vil sætte de sociale ydelser op. Andre vil sætte dem ned. Nogle vil have mere kunstgødning og gift ud på markerne. Andre vil have mindre eller slet ikke noget. Der er ingen politik om at ophøre med at undertrykke og splitte børnenes bevidsthed. Der er ingen politik om at lade store fællesskaber råde over landområder. Der er ingen politik om at lade ulandene beholde deres råvarer, og at vi selv bliver selvforsynende. Der er ingen politik om at lære de unge om kærlighed og skabe varige relationer. Alt hvad der har karakter af kvalitative tanker er ikke muligt med den splittede bevidsthed, som europæerne har.

### **Imperiets fald**

Der var 3 årsager til, at Romerriget faldt sammen. Bevidstheden hos overklassen var snævert begrænset til analyse-energien, hvor man havde en 2-polet tankegang med sig selv som herskere (hoved) - og resten af jordens befolkning (underliv) som dem, man skulle herske over. Selv havde man en fornuft og forstand med viden. Andre mennesker havde en dyrisk bevidsthed. Og det gav en magtkamp, som var med til at udmatte hele systemet.

Den anden årsag var, at der var ydre fjender. I nogle af de områder, som romerne havde besat eller prøvede på at besætte, gjorde folk modstand. Der var både partisaner, guerillabevægelser, terrorisme og krige.

Den tredje årsag var kristendommen. Det var ikke den kristne kirke, der udgjorde nogen trussel mod imperiet. Det var de kristne fællesskaber. De blev af den etablerede kirke opfattet som forrædere, fordi de havde den forkerte tro – mente præsterne. Og man forfulgte dem og tævede dem med køller. Men der kom bare flere og flere af dem. Til sidst begyndte romerne også at forfølge dem. Men disse kristne grupper bredte sig til hele det nordlige Afrika og til alle lande i det sydlige Europa. Og de kom til at spille en stor rolle i hele datidens verden. De udfordrede nemlig den romerske tankegang. De mente ikke, at man kunne frelse verden ved hjælp af analyse-energiens tankegang og politiske praksis. De gennemhullede forestillingen om, man kunne redde verden, ved at det skulle være forstanden, der skulle herske over det dyriske i mennesket. De kristne havde nemlig en polariseret bevidsthed, hvor de ikke kun havde analyse-energien som fundament. De havde også enheds-energien, som indeholdt en helt anden bevidsthed. Og kombinationen af de to bevidstheder var og er, at man ikke kan lade være med at herske (analyse-energien), men at man så skal tilgive og forlige sig med hinanden (enheds-energien). Og den visdom, der ligger heri, var en væsentlig årsag til, at hele imperiet krakkede.

I dag har vi noget lignende. Det nuværende imperium hedder Vesten. Og indtil nu er der modstand mod systemet på 2 måder. Dels er der selve modsætningen mellem hoved og underliv, som overføres til en modsætning mellem kapitalister og arbejdere. Og det giver en forhåbning for de venstreorienterede om, at systemet før eller siden bryder sammen. Og så er der modstand fra de andre kulturer, som tidligere har været kolonier, og som stadig er underlagt den kapitalistiske økonomi. Her føres der krige, og der udføres terrorhandlinger mod Vesten. Men der er ingen af disse to modstandere, som alene eller i fællesskab kan få imperiet til at bryde sammen. Der mangler det, som de kristne fællesskaber fik skabt i Romerrigetets tid, nemlig en bevidsthedsmæssig udhuling af magthavernes tankegang.

Dengang for små to tusinde år siden handlede det om at kritisere analyse-energien – og overbevise alle om, at det var dårligt at være stivnet i det bevidsthedsmønster. I stedet skulle man magte to bevidsthedsmønstre samtidig – og altså tilføje enheds-energien, for så fik man større visdom.

I dag har vi så Vestens imperium, hvor man har de to bevidsthedsmønstre samtidig hele tiden. Og hvis vi skal udhule Vestens tankegang i dag, skal vi demonstrere en bevidsthed, hvor man bruger mere end analyse-energien og enheds-energien. Vi skal vise, at man får et godt liv, hvis man bruger alle energimønstrene. Når magthaverne og andre tilpassede mennesker så spejler sig i det, vil de opleve, at deres stagnerede og polariserede energimønstre med analyse-energiens og enheds-energiens bevidstheder er indskrænket og destruktivt. Og det vil tære dem op indefra. I deres underbevidsthed vil de mere og mere føle sig som dæmoner. Og lidt efter lidt vil de psykisk gå i opløsning.

Det tog i sin tid et par hundrede år for de kristne grupper at blive en revolutionær kraft. Det var en lang proces, hvor de enkelte grupper voksede langsomt – hvor en lille gruppe på 2 mennesker blev til 3, og hvor 3 blev til 4, og hvor gruppen efterhånden blev så stor, at den delte sig i 2. Og det gik også langsomt med, at der opstod nye grupper, i takt med at flere blev inspireret af den nye bevidsthed.

I dag består den nye bevidsthed egentlig af alle kulturers bevidstheder. Det er i sammenstødet mellem kulturerne, at vi har opdaget og erkendt energimønstrene og deres bevidstheder. Der er derfor ikke tale om, at der kun er ét center, hvorfra det breder sig. Der er mange centre. Og det breder sig hurtigt på kryds og tværs. Om det denne gang kommer til at tage 300 år – eller om det kan klares hurtigere - vil vise sig.

Vores mulighed er, at vi danner gruppefamilier, storfamilier, nye økonomiske zoner, folkekommuner, eller hvad vi vil kalde det. Og at vi i disse fællesskaber udfolder alle energiernes bevidstheder. Vi skal skabe sådanne små celler, der er levedygtige og vokser og formerer sig. Og vi skal inspirere til, at andre celler opstår både her i vores del af verden, men også i den fattige del af verden. Vi skal kommunikere og samarbejde med hinanden. Vi skal bygge fremtiden op nedefra.

Nogen vil mene, at jeg her er fortaler for en ikke-voldelig revolution. Og nogen vil mene, at jeg forestiller mig, at man kan bygge noget helt nyt op nedefra, uden at magthaverne forsøger at standse det. Men det er ikke min tankegang. Mine synspunkter drejer sig om, at mennesker i vores kultur mere og mere har mistet enhver evne til at revolutionere noget som helst. Og mine anvisninger går på, hvordan man *genvinder evnen til at forestille sig noget alternativt til det eksisterende* – og *genvinder evnen til at danne fællesskaber, der magter at gøre noget*, der kan ændre verden og ens eget liv til noget bedre.

Det er en nødvendig del af den frigørelseskamp, der kan få den nuværende verdensorden til at bryde sammen.

### **Mandefrigørelse**

En lille dreng identificerer sig med en mandbevidsthed – og i vores kultur er det analyse-energien, hvor der er to bevidsthedspoler. Han identificerer sig med sit konkrete *jeg* (underliv) – og får abstrakte tanker om nogle sociale mønstre (hoved).



Hans *jeg* er kropsligt funderet. Og hans tanker handler om, hvordan han kan bruge sig selv socialt. Allerede i 1-2 års alderen udsættes han får en massiv undertrykkelse (alienation), hvorefter han skal projicere underlivet udenfor *jeg*'et og blive et hjernestyret individ. Det lykkes for de fleste. Men denne bevidsthedsmæssige spaltning opretholdes kun, hvis han igen og igen gentager selvundertrykkelsen.

En lille pige identificerer sig med en kvindebevidsthed – og i vores kultur er det enheds-energien. Men i skolen lærer hun, at der er en følelsesmæssig bevidsthed, som hører til familien, og nu skal hun lære analyse-energiens bevidsthed, hvis hun vil begå sig i samfundet.



Hun lærer så, at hun med sin hjerne skal indgå i en demokratisk proces, hvor man bliver klog på, hvad der er rigtigt at gøre – og at man så træffer nogle beslutninger, delegerer opgaver ud og gennemfører det, som er besluttet. Man skal identificere sig med beslutningerne (hoved), og så er det menneskelige kroppe (underliv), der skal udføre handlingerne.

Der er sket en feminisering, sådan at der også er mange mænd, der tænker som disse kvinder. Til sammen udgør de et mellemlag af offentlig ansatte (ministre, embedsmænd, sagsbehandlere, pædagoger mm). De har i de seneste 25 år omdannet hele samfundet, så det passer til bevidstheden. Alt er ved lov reguleret ned til mindste detalje. Der er opstået hav af offentlige kontorer, hvor der er mange af disse kvinder ansat.

Jeg var engang ansat på en teknisk skole som matematiklærer. De fleste af faglærerne anvendte den feminiserede metode. De fortalte og viste tegninger – og så skulle leverne selv stå ved maskinerne og finde ud af det. Efter en time kom de så igen og spurgte: Hvordan går det? Kan I finde ud af det? Og så kunne lærerne godt give lidt vejledning, inde eleverne igen skulle finde ud af det selv. Her var der et meget stort frafald af elever, som droppede ud af uddannelsen. Men så var der en lærer, som anvendte den gammeldags metode. Han demonstrerede på en maskine, hvad man skulle lave, og så gik han fra elev til elev og hjalp. Her var der intet frafald. Og alle eleverne blev rigtig dygtige.

I min egen matematikundervisning anvendte jeg en lignende metode, hvor det hele tiden var mig eller en elev, der skulle udvikle en matematisk metode til at løse et problem. Vi nåede kun  $\frac{3}{4}$  af pensummet. Jeg havde 3 klasser af unge drenge i 16-17 års alderen. Og til den mundtlige eksamen var der så 3 censorer fra andre skoler. Den ene havde inden den mundtlige eksamen skrevet et brev til undervisningsministeriet – og anmeldt, at vi ikke havde nået hele pensummet, og at eksamen derfor ikke kunne være gyldig. Men alle 3 censorer var meget imponeret over, hvad de unge drenge kunne. Jeg kastede dem ud i matematiske opgaver, de aldrig havde set før, men hvor de skulle finde frem til matematiske metoder og herefter foretage beregninger. Og ham, der havde skrevet til ministeriet sad først på dagen og var sur. Men lidt efter lidt fik han tårer i øjnene. Og ved middagstid

undskyldte han. Han havde aldrig oplevet nogle unge være så dygtige til matematik. Han ville straks skrive til ministeriet og trække sit brev tilbage.



Hele min undervisning var baseret på, at jeg og eleverne tog udgangspunkt i en kropslig funderet bevidsthed, hvor vi arbejdede med matematiske modeller og teorier. Året efter mødte jeg en af eleverne på gaden. Han var skiftet til et almindeligt gymnasium. Nå, hvordan går det med matematikken, spurgte jeg. Åh, det er håbløst, sagde han, alle de andre i klassen forstår ikke ret meget af det.

Flere og flere mænd blevet tabere i systemet. De får ingen uddannelse. De kommer i konflikt med lærere, politiet, sagsbehandlere m.fl. Mange bliver kriminelle. De er lige så ynkelige, som kvinder var inden 1970 – altså inden kvindefrigørelsen. Der er brug for en mandefrigørelse. Det er kamp imod teknokratiet og mod al intellektuel undertrykkelse. Frigørelsen skal handle om, at man kun vil gøre det, som man umiddelbart forstår med sit kropslige *jeg*. Det intellektuelle kan så være en overbygning, der tager sig af detaljer og specielle problemer.

### **Børnefrigørelse**

Der var engang i Kina, at man i overklassen bandt pigernes tæer ned under foden, sådan at hun fik kortede fødder, men delvis gik på oversiden af tæerne. Det var meget smertefuldt. Der er visse steder, hvor man skærer klitoris af pigebørnene. Man har man andre tilsvarende eksempler på, hvordan man påfører børn smerte gennem at ødelægge deres natur.

I dag i Europa udøver vi en psykisk ødelæggelse af børnene. De tvinges til 3 bevidsthedspaltninger. Og det er meget smertefuldt – og præger menneskene resten af livet. Pædagoger og forældre mener, at det er naturligt og ikke kan være anderledes. Vi gør det i kærlighedens navn. Og det er til børnenes fordel, mener man. Alle de oprindelige sociale evner, som dyrene har, mister børnene.

Alle undertrykkelseskulturer har sådanne ødelæggelser af menneskers natur. Og altid har man gode argumenter for, at man bør blive ved at udføre det.

En frigørelse af børnene handler om at skabe børnefællesskaber. Ikke kun på institutioner. Men reelle fællesskaber, hvor børnene lærer hinandens forældre at kende, sover hos hinanden, tager på ferie sammen, oplever hinandens udvikling osv.

Man kunne sikkert finde mange andre områder i det sociale liv, hvor der trænger til frigørelse. Men i stedet for at fokusere på enkelte personer og grupper, bør man helt grundlæggende frigøre sig selv og hinanden fra det stivnede bevidsthedsmønster, som vi er fanget ind i. Og det vil vi så kigge nærmere på i næste kapitel.



## Start sammen

I 1960-70'ernes kulturrevolution sagde man ofte, at *det starter med dig selv*. Det er altså ikke samfundet, der skal ændres først - og når det er sket, kan du begynde at deltage. Det er efterhånden blevet en udbredt sandhed, at man selv skal gå i gang. Det passer til, at man er polariseret – og har et *jeg* og de andre. Men nu skal vi ikke altid være polariseret. Halvdelen af tiden skal vi have et samlet energimønster, hvor *jeg*'et er en del af en gruppe. Så den nye parole går ikke ud på at starte med sig selv, men *start sammen*.

Det handler om at ændre den sociale virkelighed. Ikke med at udskifte kulisserne. Men med at forvandle os selv. Jeg vil først komme ind på 2 metoder, som er blevet anvendt i snart mange år.

Den første bliver praktiseret mange steder i USA, hvor man er med i en forening, der arrangerer møder, seminarer og lejre. Her sidder man typisk i en stor rundkreds, og på skift er der så nogle, der fortæller om deres erfaringer fra dagligdagen. Det kan handle om børn, elskere, skænderier, aftaler og alt andet. Men fokus er på at bruge bevidstheden på de nye måder og få fællesskabet til at fungere.

Den anden bliver praktiseret i de landsbyfællesskaber, som udsprang af ungdomsoprøret i Berlin, og som nu findes i en række landsbyer i det tidligere Øst-Tyskland samt i landsbyen Tamera i Portugal, hvor nogle tyskere fra Berlin er flyttet ned og lavet et landsbyfællesskab. Her sidder man også i en rundkreds. Og der er også én ad gangen, der snakker. Her lægges der vægt på, at man kommer ud af det stivnede europæiske bevidsthedsmønster, og at man snakker spontant fra kroppens bevidsthed.

I nogle af de amerikanske fællesskaber, er der meget, der tyder på, at folk anvender flere af energimønstrenes bevidstheder, selvom de ikke gør det særlig bevidst. I de europæiske fællesskaber hænger man fast i det gamle europæiske energimønstres bevidsthed. Man forsøger at komme ud af det; men man kender ikke til alternativer.

I det følgende vil jeg komme ind på nogle metoder, som kan bruges i sådanne snakke, så man kan hjælpe hinanden med at *lære* at anvende de forskellige energimønstres bevidstheder.

Det er selvfølgelig alt afgørende, at snakken handler om det eller de mål, som det hele jo går ud på at realisere. Man skal derfor ikke have en snak *først* for at udvikle bevidstheden – og så *bagefter* begynde at snakke om de produktionsmæssige og sociale aktiviteter. Man skal snakke om det sidstnævnte. Men man skal frigøre snakken, så den ikke kun holder sig indenfor de energimønstres bevidstheder, som man traditionelt er stivnet i.

### Intern snak

Med *intern* mener jeg, at snakken foregår mellem de af os, der har forstået, at vi skal anvende alle energimønstrenes bevidstheder.

Man kan anvende de to måder, som jeg lige har beskrevet, hvor én ad gangen fortæller om noget fra dagligdagen, som altid eller en enkelt gang eller to giver problemer – enten som dårlige følelser eller dårlige sociale handlinger. Man kan godt anvende de måder, som man plejer, hvor man enten får andre til at spejle sig i problemerne og så fortælle, hvad de tænker og føler – eller hvor man snakker om hinandens erfaringer fra lignende situationer. Men det nye er, at man har indset, at vi mennesker altid befinder os i bestemte energimønstre og tilhørende bevidstheder. Og nu skal vi *supplere* snakken med også at snakke om energimønstrene, så vi lærer at beherske dem.

Første metode er, at man snakker om, hvilket eller hvilke energimønstre, der har været anvendt, og hvorfor de har været anvendt. Man skal også snakke om, hvilke andre energimønstre, som der i for-

løbet var optræk til at bruge, men som man ikke brugte. Hvorfor kom man i kontakt med noget, som kunne medføre et skift til et andet energimønster, og hvorfor skiftede man ikke? Endelig kan man supplere med at snakke om, hvilket eller hvilke energimønstre der ville have været konstruktive at bruge til at takle de problemer, som det hele handlede om.

En anden metode, som man kan bruge, forudsætter, at folk har indset, at de hænger fast i analyse-energien - og er blevet klar over, at det vil være konstruktivt at skifte, når de kommer til et punkt, hvor tankegangen går i stå. Her kan man hjælpe den, der fortæller, ved at sige *skift*. Så bliver vedkommende klar over, at det er nu. Og så skal vedkommende prøve at slippe den sikre grund og til-lade, at noget helt nyt sker. Det handler om at turde gøre det, som man får impulser til. Og det vil altid være at skifte til et andet energimønster.

En tredje metode kan være, at man bevidst vælger at skifte til et bestemt energimønster og dets bevidsthed. Men det bliver jo lidt kunstigt. Men andre kan hjælpe, idet de fortæller, hvad vedkom-mende skal sige og gøre. Dermed leder man processen ind i en bestemt retning. Sandsynligvis går det så i stå, fordi der mangler de indre naturlige impulser. Men man har dog fået en fornemmelse for, hvad sådan et skift handler om.

En fjerde metode, som jeg har haft en del succes med for nybegyndere, er at lede dem igennem 3-4 energimønstre i den rækkefølge, der er i den naturlige bevidsthedsrunde – og lade dem opleve, hvad der så dukker op i deres bevidsthed. Og det vil mere eller mindre være noget, som svarer til det føl-gende energimønster i den naturlige bevidsthedsrunde. Jeg plejer at tage udgangspunkt i det, som de kender – altså enten analyse-energien eller enheds-energien. Og så gennemfører vi en fantasirejse, hvor jeg guider deltagerne igennem en historie, hvor der er 3-4 trin, og hvor hvert trin handler om noget, som svarer til et energimønsters bevidsthed. Fantasirejsen ender med en situation, hvor jeg stiller et spørgsmål, hvorefter det vil være naturligt, hvis deltagerne anvender det energimønsters bevidsthed, som udgøres af det følgende energimønster i bevidsthedsrunden. Igen er det lidt kun-stigt, men deltagerne får en fornemmelse af, hvad det hele drejer sig om.

En femte metode er ganske enkelt at øve sig på at anvende et energimønsters bevidsthed. Her vil det være smart, hvis man snakker om, hvilke folkeslag, der anvender energimønstret i deres dagligdag. Man skal også snakke om, hvornår og hvordan energimønstret er blevet anvendt i vores egen kultur. Det kan være tidligere i Europas historiske udvikling. Eller det kan være i bestemte sociale eller politiske situationer i dag. Man kan også øve sig i den kropslige side. Der er en bestemt vejrtræk-ning og en bestemt kropsholdning. Men her er det alt afgørende, at man indskærper, at man ikke kan indtage et energimønster ved først at ændre vejrtrækning og kropsholdning. Det er noget, som kommer, efter at man har skiftet til energimønstret. Tilsvarende kan man snakke om de muskel-spændinger, der vil opstå, efter at man har indtaget det nye energimønster - både dem der måtte være mellem underliv og bryst samt mellem bryst og hoved; men også hvor de bliver projiceret op i ansigtet og skaber spændinger omkring mund og øjne. Så kommer vi til det vigtigste. Man skal snakke om, hvordan det nye energimønster giver bestemte tanker, følelser og sociale handlinger. Og man skal gøre sig klart, hvad man kan opnå ved at bruge energimønstret – og hvad man ikke kan opnå. Endelig skal man snakke om, i hvilke situationer i dagligdagen man med fordel kan øve sig i at bruge energimønstret – altså situationer, hvor det er oplagt at bruge energimønstret, men også situationer, hvor det er let at gøre, så man faktisk tør gøre det. Når man har snakket det alt sammen grundigt igennem, kan man så udføre nogle sociale spil, hvor man spiller nogle roller, der passer til sådan en situation, hvor man tror og håber, at man tør og vil anvende det nye energimønster. Det bliver igen meget kunstigt, men man får en fornemmelse for, hvad det går ud på.

For at blive skuespiller træner man i flere år på det her. Men som oftest er der kun ét enkelt energi-mønster, som man træner, og det er samlings-energien. Hver gang, der er nogen, der siger noget til én, skal man mærke efter, hvilken følelse man får, og det medfører en impuls, som gør, at man ud-

trykker sine følelser samt nogle spontane ord og kropslige handlinger. Og det skal netop handle om samling – i modsætning til adskillelse. For samlings-energien giver netop anledning til at fortsætte en social proces. Jeg foreslår ikke, at man sådan gør sig til skuespiller. Metoden skal kun bruges til at opleve mulighederne for at skifte energimønstre.

En sjette metode – og her er vi tilbage til at snakke om dagligdagens erfaringer – er at lytte til én, der fortæller om episoder, hvor noget gik galt eller noget lykkedes. Og så ind imellem standse op i få sekunder og rose vedkommende, når han eller hun formåede at skifte energimønstre eller prøvede på det. Her handler det om at blive klar over, hvornår i en social proces, at der er mulighed for at skifte, og hvornår det vil være naturligt at gøre det.

En syvende metode er blot at være naturlig. Nogle gange polariserer man sig. Og så sidder man i virkeligheden med et *jeg* i den ene side og betragter noget ved at se gennem et bevidsthedsmæssigt filter, som man har i den anden side. Egentlig er man så tilskuer. Men man kan godt sidde og lytte til det, der bliver sagt – og samtidig tænke over, hvad man vil sige, når der kommer en pause, hvor man kan bryde ind og tage ordet. Og det er fuldt ud acceptabelt, at man halvdelen af tiden indtager sådan et polariseret energimønster. Men den anden halvdel af tiden skal man samle bevidstheden ved at indtage samme energimønstre i begge sider. Og så er man ikke længere tilskuer. Så er man med i den sociale proces. Så reagerer man spontant på, hvad der sker. Og så er det interessant, om man kun udfolder analyse-energien eller enheds-energien. Eller om man kan indtage andre energimønstre og udfolde deres bevidstheder. Og i en gruppe er der så nogle, der kan mere end andre. Og de kan demonstrere fri energi, så andre i gruppen bliver inspireret og bliver trukket med i også at udfolde energierne frit.

En ottende metode er at provokere en deltager, som er tilbageholdende. Hvis man presser for meget, vil vedkommende polarisere sig, og så opnår man ikke noget. Hvis man fortsætter med at presse på, bliver vedkommendes polarisation bare mere og mere massiv. Men hvis vedkommende tør forblive i et samlet energimønster – og altså reagere spontant på, hvad der sker – kan man godt provokere. Hvis vedkommende kender til et energimønster, som han eller hun gerne vil anvende, men ikke tør, kan man prøve på at give noget med- og modspil, så vedkommende alligevel forsøger sig med at indtage energimønstret. Og hvis der så bare sker en lille smule af det rigtige, skal man rose vedkommende, så han eller hun får feedback om, at det er godt.

En niende metode er at forblive i et bestemt energimønster meget længe og gøre det sammen. For eksempel er det blevet populært at sidde og meditere sammen. Her anvender alle modtager-energien. Desværre er det blevet til en norm mange steder, at man skal finde ro på denne måde, inden man begynder at snakke sammen. Og når man så starter snakker, hopper de fleste over til analyse-energien. Men som det er gennemgået tidligere her i bogen, er det dårligt. Man skal starte sådan en snak med territorie-energien. Og jeg og mange andre bliver irriteret over, at man skal sidde og meditere og så gå til analyse-energien. Modtager-energien er – ligesom alle de andre energimønstre – noget meget konstruktivt. Men det konstruktive opstår, når man anvender energimønstrene i en sammenhæng, hvor energien flyder frit.

Men man kan altså godt lære at bruge energimønstrene ved sådan bare at bruge dem. Man behøver ikke øve sig i analyse-energien og enheds-energien – for dem kender man. Og nu hvor alle kan meditere, behøver man heller ikke øve sig i modtager-energien. Men man kan for eksempel godt øve sig i udlevelsens-energien. Princippet er her, at man udfolder sig kropsligt og følelsesmæssigt uden at tænke over, hvad man gør. Ens tanker er passive og modtagende – og de bruges kun til at registrere, hvis nogle andre gør kraftigt opmærksom på, at man nu gør noget, som de andre ikke længere vil finde sig i. Og så skifter man energimønstre – men ikke før. Man kan også øve sig i samlings-energien, hvor man konstant snakker i munden på hinanden. Man mærker hele tiden efter, hvad man føler. Og hver gang man får en følelse, siger man noget, som følelsen giver anledning til. Men kan

også øve sig i hengivelses-energien. Her tænker man på, hvad man kan sige og gøre, for at andre får støtte til præcis det, som de er i gang med.

En tiende metode er at tage kontakt til en af de andre. Ligesom man ind imellem får en impuls til at klø sig på benet, får man en impuls til at tage kontakt til en af de andre i gruppen. Her skal man tænke på gruppen, som om det kun var én organisme med et fælles *jeg/vi*. Der er både tanker, følelser og krop i det, som sker. Men det er det kropslige, som er i centrum for metoden. Det handler ikke om at rave på andres kønsdele eller klappe dem i enden. Man skal have samme oplevelse, som når man klør sig på benet eller et andet sted. Det sker bare, uden at man tænker over det. Eller også tænker man over det – og bare gør det. Der var engang i 70'erne, hvor det hed sig, at det var konstruktivt at gramse på hinanden. Men det varede kun et par år, for det var en forkert indstilling til det her. Ind imellem sidder jeg og fletter fingre med mig selv – eller lægger en hånd på mit lår. Og det er ikke for at gramse. Jeg husker en situation, hvor jeg gik hen til en kvinde, fordi der var noget vigtigt, jeg ville sige til hende. Hun sad på en stol, og jeg satte mig på hug foran hende og lagde en hånd på hendes knæ og begyndte at snakke. Men så stivnede hun, fordi hun følte, at jeg begyndte at gramse på hende. Nå, jeg skyndte at fjerne min hånd og fik sagt det, som jeg skulle. For mig handlede det ikke om at gramse på hende. For mig handlede det bare om at være fri og naturlig. Når man øver sig i det her, skal man ikke øve sig i at røre intime steder. Men man skal bruge sin krop selvfølgelig og naturligt, når man indtager et energimønster.

Det er også vigtigt, at man også øver sig i at lade folk være i fred. Hvis en deltager befinder sig i modtager-energien, skal man ikke tage kontakt til vedkommende. Han eller hun behøver ikke at lukke øjnene og indtage en meditationsstilling. Det er nok, at vedkommende bare er passiv og sidder med et tomt blik.

Man skal *ikke* skal gennemføre sådanne snakke som en ny slags terapi, hvor man først forsøger at ændre sin bevidsthed, inden man på et senere tidspunkt går i gang med at ændre den produktionsmæssige, bolig-mæssige og sociale situation.

Man skal gå i gang med at danne og udvikle sin gruppefamilie og storfamilie, skaffe mad, tøj og gode billige boliger, som storfamilien har brug for. Indrette boligerne, så børn, unge voksne og ældre kan udfolde det, de har brug for. Etablere en ny økonomisk zone. Eller omformere sin boligkarré eller bydel, så der kommer frugtbuske, krydderibuske, og hønsegårde. Deltage i fødevarerproduktion på marker rundt om byen. Lave værksteder, bruge hinandens ting, lave fersk ost, sund mad, børneaktiviteter, musik, dans og meget mere.

Det er en dialektisk proces. I takt med at får man en revolutionær bevidsthed, får man også evnen at udføre handlingerne i praksis. Og i takt med at man gør erfaringer, udvikler man den revolutionære bevidsthed.

Men det er selvfølgelig vigtigt at forstå, at det er omdannelsen af bevidstheden, der medfører, at man får lyst til at gøre alle disse ting. Hvis man forbliver i det europæiske energimønsters bevidsthed, har man lyst til en kernefamilie, privatbolig, personlig karriere osv. Det er, når man begynder at udfolde alle energimønstrenes bevidstheder, at man får lyst til alt det, jeg lige har skrevet om.

### **Ekstern snak**

Nu er der imidlertid stadig mange mennesker, som er stivnet i det europæiske energimønsters bevidsthed. Og de tror, at man først skal blive klogere og lægge planer osv. De forestiller sig, at man skal finde de helt rigtige tanker. Og når de er fundet, skal disse tanker udbredes til andre – især politikerne – og så forvandler samfundet sig.

Men vi ved godt, at det er folkelige aktioner, der forandrer verden. Strejker og krav til politikerne kan godt forhindre yderligere forringelser. Men der kommer ikke noget nyt, med mindre folk selv går i gang med konkret opbygning af det nye. Undervejs er der politiske kampe for at få lov til at gøre det nye. Men det bliver aldrig sådan, at man først får lov - og så kan gå i gang. Det bliver i

højere grad, at man gør noget, der udfordrer lovgivningen, og at politikerne så bliver presset til at tillade det, som sker.

I det følgende vil jeg så komme ind på ekstern snak – altså at man snakker med nogle, der endnu ikke har indset, at man skal inddrage alle energimønstrenes bevidstheder. Hvordan er det, at de snakker?

Jeg har gennem de sidste 30 år været til rigtig mange møder, seminarer, konferencer og terapi-sessioner, hvor der er kommet flere og flere forskellige samtalemetoder. I nogle af dem skal man skrive idéer på små papirlapper og hænge på en tavle og så snakke om at kombinere dem. I andre skal man komme med nogle tanker om bestemte emner. Så er der nogle, hvor man skal tegne en oversigt over sin udvikling. Og nogle, hvor man skal visualisere helt frit. Der er nogle, hvor man skal gå rundt og snakke spontant med dem, man støder ind i. Og der er andre, hvor man flere gange skal skifte gruppe og fortælle, hvad man snakkede om i sidste gruppe. I nogle skal man lytte meget i 5 minutter til hinanden. I andre skal man stille 3 spørgsmål. I nogle skal man finde ud af, hvor langt man er kommet med en proces. I andre skal man finde konsekvenserne af det, som der bliver sagt. De opfindes hele tiden nye former. Og det er som oftest meget rart sådan at snakke på forskellige måder. Samtlige af disse måder knytter sig til analyse-energien.



Og i alt overvejende grad handler det om at have sit *jeg* i hovedet - og en anden bevidsthedspol (underliv), som skal rumme det, som man snakker om. Det føles meget trygt, fordi alle kender bevidsthedsmønstret – analyse-energien - og magter det. Det indebærer som oftest, at man finder ud af noget, som man ikke har tænkt på tidligere. Og det giver den illusion, at man er blevet klogere og kan gå i gang med noget, som man ikke har gjort tidligere. Men gennem alle 30 år har jeg igen og igen erfaret, at det netop er en illusion. Langt de fleste formår ikke at omsætte det til handlinger. Og de få, der igangsætter nye handlinger, opdager meget hurtigt, at det er helt andre bevidsthedsmæssige energier, der dikterer, hvad der sker.

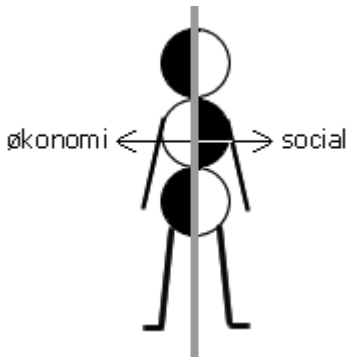
verdenssyn  
↕  
økologi



For tiden er det vældig populært at snakke om verdenssyn og økologi. Man er meget kritisk overfor det gamle verdenssyn. Man skal i stedet have et holistisk verdenssyn. Det er splittelsen mellem hoved og underliv, der er det gamle. Nu skal man have en bæredygtig produktion, hvor man ikke længere hæver sig op over naturen. Man skal fremme alsidighed og modstandsdygtighed – i stedet for den nuværende monokultur, der ødelægger livet. Man skal tænke i vedvarende energiforsyning, så livet på jorden kan fortsætte. Og man skal stoppe med at forurene, bruge gift og kunstige næringsstoffer. For at nå frem til alt det her, skal man meditere og finde den indre harmoni. Og den skal man så have i sine tanker, når man agerer i den ydre fysiske og sociale verden.

Det er alt sammen ganske udmærket; men man kommer ikke ud over analyse-energiens bevidsthedsmønstre. Og når jeg ser de alternativer, som folk så finder på, er det bare lidt anderledes, men stadig fuld af modsætninger. I sådanne alternative kredse er der stort set ingen forståelse for andre kulturers bevidstheder. Og man laver jordbrug og havebrug uden nogen forståelse for, hvad der sker nede i jorden. Folk aner intet om, hvordan bakterier, svampe og planter rødder samarbejder. I stedet finder man på løsninger med brug af plastik, teknik mm. Og fordi traditionelle bønder anvender kunstgødning og gift, antager man, at økologi er det modsatte, sådan at man ikke bruger kunstgødning og gift. Men dermed får man dårlig vækst og masser af skadedyr. Man har intet kendskab til at skabe en økologisk balance i jorden, så skadedyr bliver til gavndyr.

Der er ikke noget dårligt i at snakke om alt det her på denne måde. Men det er bare en negation af ens tidligere bevidsthed.



Så snakkes der også fantastisk meget om økonomi og om det at være social. Og den overordnede idé er, at disse to sfærer skal hænge sammen, hvad de jo ikke gør nu. I dag ødelægger økonomien det sociale liv. Og det sociale liv bliver noget fritidsliv, der både er ahistorisk og afskåret fra natur og produktion. Man skal overgå til en lokaløkonomi, gerne med egen valuta. Snakken er primært en kritik af det nuværende bankvæsen. Når man så snakker om det sociale, er det i virkeligheden bare gammel borgerlig moral, hvor man skal behandle hinanden pænt. Der er ingen kendskab til andre kulturers sociale normer. Og man kender ikke sociale processer, hvor man un-

dervejs skal skifte energimønstre og indtage forskellige bevidstheder. Trangen til at forene de to sider er meget stærk. Og det giver sig udslag i, at man forsøger at snakke sig til enighed. Det er temmelig reaktionært. For i virkeligheden er vi ikke enige – og skal heller ikke være det. Men selve det splittede energimønster giver en bevidsthed, hvor man tror, at man skal beslutte noget. Man tror, at man skal finde frem til noget, hvor det alt sammen hænger sammen. Det skyldes selvfølgelig, at alt nu er splittet. Og så må lykken være det modsatte. *Alt er forbundet* hedder det sig. Og man skal finde frem til de naturlige sammenhænge.

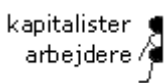
Der er ikke noget galt i, at man snakker på denne måde. Det er negationen af det nuværende. Når der er en splittelse mellem hoved og underliv, går negationen ud på at forbinde bevidsthederne i disse 2 kropsdele. Og når der er en splittelse mellem højre og venstre side, går negationen ud på at få de 2 siders bevidstheder til at forene sig. Problemet er bare, at man aldrig kommer ud over analyse-energien og enheds-energien.



Det mest slående ved sådanne møder, hvor man forsøger at kigge på sin egen bevidsthed, er, at mange føler en stor begejstring ved, at det hele ikke skal foregå oppe i hovedet, men at det især kan mærkes i hjertet. Så føler man, at man er på rette vej. Så føler man motivation.

Så tror man, at det kun kan gå fremad. Og at alt nu skal blive godt. Denne følelse er så intens, at den blokerer for al anden bevidsthedsmæssig aktivitet. Man går rundt og smiler. Og man giver hinanden knus. Og man tager hjem og tror, at verden er ved at forvandle sig.

Så er der de antikapitalistiske grupper. De har ikke noget imod, at man inddrager forskellige bevidsthedsmæssige synsvinkler. Men de fastholder, at der er en overordnet magtkamp mellem kapitalister og arbejdere, og den bliver man nødt til at forholde sig til.



De mener, at kapitalismens problemer handler om produktionen og arbejdslivet, og det handler om analyse-energiens bevidsthed. De mener, at man skal organisere sig – både lokalt, regionalt, nationalt og internationalt. Og hermed forstår de, at man

skal bruge analyse-energiens bevidsthed til at få en overordnet styring (hoved) af de kropslige processer (underlivet).



De ved godt, at folk på græsrodsniveau ønsker en følelsesmæssig og familiemæssig form for organisation, hvor man udtrykker sine meninger frit og finder sammen i spontane fællesskaber. Og det drejer sig om enheds-energiens bevidsthed. Men de ved også, at det bare bliver noget overfladisk og kortsigtet noget, der smuldrer. Derfor konkluderer de, at man bliver nødt til at anvende analyse-energiens bevidsthed til at organisere sig med. Der er kun disse 2 bevidstheder – tror de. Resultater er altid, at de udtænker nye former for organisationer, som er en overbygning på analyse-energiens bevidsthed. Og når det igen og igen mislykkes – for det gør det – skyldes det – mener de – at mennesker i de nye organisationer hænger fast i gamle dogmer. At de selv hænger fast i stivnede energimønstres bevidstheder er de ikke klar over, for de kender ikke til energimønstrene. De tror, at analyse-energiens og enheds-energiens bevidstheder er de eneste mulige.



Problemet er alienationen – altså splittelsen i bevidstheden – mener de. Der opstår en splittelse mellem organisation (hoved) og beboerne/folket (underliv). Det gør, at man opfatter en organisation som noget abstrakt, man kan være medlem af. For at ophæve alienationen, skal man holde op med at tænke på en organisation. Man skal i stedet tænke på at organisere fællesskabet. Og det handler om at skabe bevidsthedsmæssige forbindelser mellem konkrete mennesker. Og det handler om at koordinere hjemløses, boligløses, byggeaktivisters aktiviteter osv.

I USA er der i mange byer opstået sådanne nye tiltag, og det karakteristiske er, at man netop anvender mange af energimønstrenes bevidstheder – selvom man måske ikke lige gør sig klart, at det er, hvad man gør. Det er den konkrete nød med arbejdsløshed, fattigdom og hjemløshed, der tvinger snakken ind i disse baner. Demokraternes, republikanernes, afroamerikanernes, mexicanernes og mange fleres forskellige tankegange kan kun koordineres, hvis man anvender alle energimønstrenes bevidstheder.

Noget lignende er også så småt – meget småt – ved at ske i Syd-Europa; men det breder sig.

Nu antager vi, at man selv er godt på vej til at udfolde alle energimønstres bevidstheder – og at man deltager i snak om miljø og bolig med mennesker, der hænger fast i det gamle stivnede bevidsthedsmønster. Hvordan skal man snakke? Hvordan griber man det an? Hvordan får man andre med på en bevidsthedsmæssig udvikling?

Det er vigtigt at gøre sig klart, at alle mennesker på græsrodsniveau – især i situationer, hvor samfundets magtsystem er gået noget i opløsning – udfolder alle energimønstre og tilhørende bevidstheder. Det sker, fordi det er medfødte og naturlige evner. Men det sker på en kaotisk og uoverskuelig måde, hvor det er svært – ja næsten umuligt – at omsætte det til konstruktive sociale handlinger.

Når folk igen og igen indtager analyse-energiens og enheds-energiens bevidstheder, skyldes det, at de bliver nervøse og angste, og så klynger de sig til det, som de har lært er acceptabelt.

Og der er altid nogle, der anvender analyse-energiens bevidsthed og argumenterer for, at man skal vælge nogen, beslutte noget og delegerer noget. Og samtidig er der nogle andre, der anvender enheds-energiens bevidsthed og argumenterer for, at alle skal kunne være med til at bestemme, og at det hele er meget enkelt; man skal stå samlet og varetage fællesskabets interesser.

Hvis der ikke er andre end sådanne to initiativer, bliver det bare til et eller to møder, hvorefter der ikke sker mere.

Det vigtigste er ikke, at man siger noget meget klogt, som overbeviser andre. Det vigtigste er, at man viser, at man udfolder alle energimønstrene, når man snakker. Umiddelbart kan det være, at andre synes, at man snakker udenom, og at man inddrager noget, der er irrelevant. Men dybt i deres underbevidsthed vil de spejle sig i én. Og så vil de lidt efter lidt få en følelse af, at man er oprigtig, og at man gør det, som de egentlig selv ønsker at gøre, men endnu ikke kan finde ud af.

I stedet for at holde sig til emnet – som man hele tiden får at vide, at man skal – skal man ...



(modtager-energien) snakke om, hvordan man har forvandlet sig selv. Sluppet tidligere vilje (underliv), lyst (bryst) og tanker (hoved). Og indstillet sig på forandringer.



(territorie-energien) snakke om, hvordan der rejste sig en ny vilje (underliv), så man begynder at knytte sig til nogle nye mennesker, der også ville noget nyt.



(enheds-energien) udtrykke sine følelser helt frit – både når det er kritik af noget eller nogle, men også når det er ros og anerkendelse.



(hengivelses-energien) fortælle om, hvilken rolle, man synes, man har fået i fællesskabet – og hvad man bidrager med.



(skaber-energien) gøre sig klart, at fællesskabet er kaotisk, sådan at alle trækker i forskellige retninger, men at alle alligevel godt kan opfatte sig som et skabende fællesskab.



(samlings-energien) slippe sin vilje (underliv), så man ikke vil bestemme – men snakke om de følelser (bryst) og tanker (hoved), som de forskellige deltagere lægger op til.



(analyse-energien) slippe sine følelser (bryst) - og fortælle, at man kan mærke, hvad man selv vil (underliv) – og hvad man tror (hoved), der kommer ud af det.



(udlevels-energien) slippe sine forestillinger (hoved) om, hvordan det skal foregå – og snakke om, hvordan man kan koordinere sig med andre.

Det handler ikke om, at man tager et stort skridt, hvorefter det hele fungerer. Man skal tage mange små trin, hvorved man etablerer samarbejde med andre på nye måder. Det kan være, at man gerne vil skaffe råmælk og lave fersk ost. Eller man vil måske gerne danne et fællesskab omkring små børn, sådan at børnene lærer at udfolde alle energimønstres bevidstheder? Eller man vil gerne lave en videofilm om isolering og opvarmning af huse.

Jeg husker tilbage i 1970'erne, hvordan nogle stillede sig op og holdt taler om, hvad man skulle. Og jeg husker, hvordan det år efter år udviklede sig. Det var de samme mennesker, der holdt taler. Og de sagde nogenlunde det samme hvert år. Men deres ansigter forandrede sig. Det blev mere og mere tydeligt, at de ikke selv udførte noget af det, som de snakkede om. Det var, som om deres ansigt blev til en maske. Og den krakelerede langsomt mere og mere. Og til sidst magtede de ikke at sige det, som deres hjerne ellers havde programmeret dem til at sige. De snakkede om, hvad *man* skulle – og hvad *samfundet* skulle.

Når man udfolder alle energimønstrene i sammenhæng, får man en direkte sammenhæng mellem det, som man siger, og det, som man gør. Og hvis man vil påvirke andre mennesker, skal de kunne spejle sig i det, som man siger.

Derfor handler det ikke om, at man skal prædike for andre, at de skal udfolde flere energimønstre. Man skal fortælle om, hvad man selv gør. Og så kan man invitere andre til at deltage.

### **Fysiske og sociale rammer**

Selve den måde, som man bor på eller har indrettet sig på, er ofte knyttet til analyse-energien og enheds-energien. Og man kan med fordel indrette sig på helt andre måder, hvis man vil udvikle brugen af de andre energimønstres bevidstheder.

Specielt børn og forældre lider voldsomt under de nuværende former. Her bør man i langt større udstrækning lade børn være sammen i grupper – både når de leger, og når de sover. Og forældre bør samarbejde om børneaktiviteter, sådan at de voksne på skift er sammen med børnegruppen og har planlagt og udfører noget – og at de til andre tider dyrker et voksenliv. Unge mennesker bør også i langt større grad have mulighed for at udfolde sig på nye og anderledes måder. I dag er de ofre for underholdningsindustrien, diskoteker, moden, stoffer, alkohol, porno osv. Og det skyldes primært, at de ikke har deres egne baser, hvor de kan udfolde sig frit.

Mange forstiller sig, at hvis man bare flytter i landsbyfællesskab, løser disse problemer sig af sig selv. Her viser al erfaring, at det ikke er tilfældet. Man kan lige så godt leve i en storby. Det afgørende er, at man danner gruppefamilier og tilhørende storfamilier. Sådan er vores natur. Oprindeligt var vi sådan en gruppe i junglen. Nu lever de fleste af os i en beton-jungle, hvor vi er blevet individer eller en kernefamilie i et mylder af andre individer og kernefamilier. Men man kan godt danne en gruppefamilie midt i dette mylder. Det hjælper ikke at flytte. Det kan man godt; men alle problemerne flytter bare med. Det, som der er behov for, er en bevidsthedsmæssig forvandling. Og det, som der især er behov for, er en forvandling, hvor man er sammen med andre i et gruppefællesskab.



I det kapitalistiske samfund er vi vant til en opdeling, hvor vi dels er en arbejdskraft og dels en forbruger. Man skal uddanne sig til et bestemt slags arbejde. Og de fleste kan så kun én slags arbejde - måske reparere biler, passe børn, programmere eller lave regnskab. Og så køber man alt det, som man har brug for. Det passer præcis til en polariseret bevidsthed med analyse-energien i højre side og enheds-energien i venstre. Denne tosømhed i bevidstheden medfører også en tilsvarende tosømhed i familielivet. Og på lang sigt opstår der spaltninger i bevidstheden og i kroppen, så man er ved at slå sig selv ihjel.

I et frit samfund er basis en gruppefamilie, der er del af en storfamilie. Når man skifter rundt mellem de forskellige energimønstres bevidstheder, får man også en naturlig trang til at være kreativ og selv skabe og producere en masse - i stedet for at købe noget færdigt. Og det, som man producerer, er ikke varer, der passer til individets behov, men ting, der passer præcis til de mennesker og det gruppefællesskab, som man er en del af. Man får lyst til at bruge sin krop og producere noget materielt. Det kan være grønsager, køretøjer eller boliger, men også værktøjer, tøj og apparater mm. Med fri bevidsthed kan man heller ikke lade være med at arbejde socialt. Og det er lige fra at passe børn og unge til gamle og syge. Og en fri bevidsthed vil helt sikkert også indebære, at man udfolder sig kunstnerisk med arkitektur, musik og billeder - og også intellektuelt med planer, undersøgelser, visdom mm. Det afgørende er ikke, hvor meget eller hvad man selv laver; men hvad man er med i. Og når man får impulser til at gøre noget, vil det være selvfølgelig, at det er gruppen som helhed, man tænker på, når man går i gang med sine handlinger. Så vil man ikke længere have fokus på sin individuelle karriere, men på gruppens udvikling og fremtid.

Man skal have nogle rammer for at kunne mødes og udvikle fællesskabet. Og det nytter ikke, at alle boliger kun har en dobbeltseng samt en sofa foran et fjernsyn. Der er også brug for et stort bord, man kan sidde omkring, og en tavle, som man kan skrive på. Og man skal heller ikke sidde og kigge på uret for at nå den sidste bus om aftenen. Der skal være ekstra madrasser og ekstra sengetøj, når man har brug for det. Alle boliger behøver ikke være ens. Hvis man er en gruppefamilie, kan der være nogle boliger, der specielt passer til, at børn kan være sammen og sove sammen. Og andre boliger, hvor de unge kan komme og være sammen. Og der kan være boliger til møder, til syværksted, til opbevaring og maling af korn samt brødbagning, til sang og musik (lydisoleret), til at studere og lave lektier osv. Og så selvfølgelig også værelser, man kan trække sig tilbage og udfolde sig intimt.

Det handler *ikke* om, at man skal ophøre med at have private boliger og private værelser - og at alt skal være fælles. Det handler om, at det private og det fælles integreres, sådan at man bruger hinandens faciliteter, og at man indretter sig, så ens ting og værelser *kan* bruges af fællesskabet.

*Sådan som det er i begyndelse, sådan ender det med at blive.* Det er gammel visdom. Vi skal starte med det, vi gerne vil opnå. Det begynder i snakken og fællesskabet. Og så materialiserer det sig hen ad vejen.

## Afslutning

Jeg sad for nylig sammen med 2 unge mænd og snakkede om lidt af hvert; og så kom vi ind på, hvordan vi egentlig fungerer. Jeg fungerer ikke sådan, men i solidaritet med dem, sagde jeg *vi*.

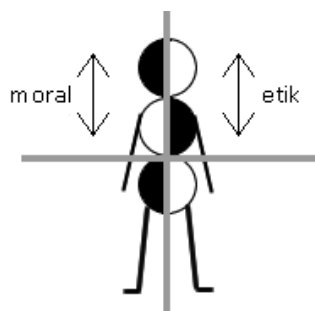


Og vi zapper rundt mellem forskellige bevidstheder. De trækker os i flere forskellige retninger. På ét tidspunkt brænder vi for økologi. Og på et andet tidspunkt køber vi fastfood, der ødelægger kroppen. På et tredje tidspunkt dyrker vi kærligheden med en kæreste. Og på et fjerde tidspunkt har vi sex med en tilfældig, vi har mødt. På skift har vi behov for at bruge en af vore 6 bevidstheder. Hvis vi ikke bruger én af dem, føler vi et indre tomt hul i os. Selv om vi ikke har nogen anledning til det, bliver vi nødt til at tjekke sms og facebook. Splittelsen inde i os ødelægger på lang sigt både vores krop og vore sociale relationer.

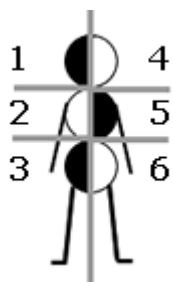
Det helt store problem er så, hvordan man skal komme herfra og så i gang med det, som der er beskrevet i denne bog. De fleste snakker om, at man skal stræbe efter, at der er sammenhæng mellem de 6 forskellige liv, som man lever. Man skal altså have sex med sin kæreste. Man skal spise økologisk. Man skal gå i byen med sin familie osv.



Her danner man et *overflade-jeg*, der er en ekstra bevidsthed, der skal skabe den sammenhæng, der ikke er der. Noget lignende så vi for mere end 30 år siden inden deperdutionen satte ind. Her forsøgte man sig med sådan et *overflade-jeg*, der skulle dække over modsætningen mellem højre og venstre sides bevidsthed. Dengang havde det karakter af undskyldning. Man skulle begrunde, at man på ét tidspunkt gik ind for noget – og på et andet tidspunkt gik ind for det modsatte. Nogle mente også, at livet altid var modsætningsfuldt, og de formulerede en hel filosofi om det eksistentielle i livet, hvor man altid kunne argumentere *på den ene side og på den anden side*. Dengang snakkede kritikere om dobbeltmoral. I dag kunne man måske kalde det 6-delt moral. Men det giver ingen mening.



Dengang snakkede man om moral, når det drejede sig om samfundet (højre side), og om etik, når det drejede sig om familien og religionen (venstre side). Det karakteristiske for begge er, at de består af en kropsdel med høj ladning og en kropsdel med lav ladning – eller rettere en kropsdel med opladning og en kropsdel med afladning. Det giver en energistrøm og en bevidsthed om en bevægelse eller en retning. Man er nu ét sted – og vil hen til et andet sted. Eller man har nu en social situation, og man vil ændre den til en anden. Det giver en særlig form for et *jeg*, der vil noget.



I dag er der ikke sådanne indre *jeg*'er, der vil ændre noget. Der er 6 *jeg*'er, og hver af dem vil bare have lov til at udfolde sig. Og derfor er det i virkeligheden mere 6 *mig*'er. At forsøge at få dem til at hænge sammen er et håbløst projekt. Hver af dem knytter sig til noget socialt i samfundet, sådan at samfundet også er blevet 6-delt. Og de 6 samfundsdele bliver mere og mere splittet fra hinanden.

Der er kun én mulighed, hvis man vil begynde at ændre det her. Og det er at arbejde for, at man bruger de 6 dele sammen med *den samme gruppe af mennesker* – i modsætning til nu, hvor man bruger de 6 *jeg/mig*'er med 6 forskellige grupper af mennesker.

Man skal danne en primærgruppe, der både rummer ens kæreste og børn, men som gerne skal rumme 5-10 mennesker. Og man skal også danne en sekundærgruppe, der rummer 5-10 primærgrupper. Til sammen udgør de ens gruppefamilie.

På en måde er det at genskabe det naturlige landsbyfællesskab, storfamilie, stamme, klan, eller hvad man vil kalde det. Men man behøver ikke bo sammen. Man skal dog sørge for, at alle får mad, tøj, bolig, arbejde og al slags udfoldelse. Der er ikke noget, som den enkelte person eller det enkelte parforhold skal klare alene. Der vil naturligt opstå en arbejdsfordeling, men alle arbejder for alle.

Kun sådan er man i stand til at udfolde de energimønstre, hvor man er samlet og har samme energimønstre i begge kropssider, og hvor bevidstheden handler om fællesskabet. Ellers forbliver man polariseret og er kun i stand til at have et individualistisk *jeg*.

Al den psykoterapi, som man kæmper med, når man har en individualistisk bevidsthed, har man ikke brug for længere. Til gengæld er der brug for noget, som man kunne kalde gruppeterapi. Men ordet terapi betyder, at man skal skifte fra en splittet polariseret bevidsthed til en samlet forenet bevidsthed. Så det er bedre at kalde det for gruppesnak.

Og så er det, at man skal snakke på en ny måde, hvor man tillader sig at bruge alle energimønstrene og de tilhørende bevidstheder. Lige når man begynder på det, føles det mærkeligt. Man føler skyld og skam. Og man kommer til at sige noget pinligt. Man så skal man bare slappe af og lade det ske. Alt det, som ens forældre, pædagoger og lærere har sagt, at man ikke må, er sandsynligvis noget, man skal begynde at gøre. Man skal igennem en ny socialisering, hvor man retter hinanden.

Det vil så vise sig, at vi mennesker faktisk er gode nok, sådan som vi er. Vi behøver ikke styre og kontrollere os selv. Vi behøver ikke præstere noget. Vi skal ikke begrænse os. Vi bliver frie.

Det betyder ikke, at vi skal gøre alt. Det betyder, at man selv skal udfolde sig frit, og at det er de andre, der skal stoppe én, når man overskrider deres grænser. Der opstår så både en individuel bevidsthed og en gruppebevidsthed.

Den individuelle bevidsthed udfolder man, når man er polariseret (forskellige energimønstre i de to sider). Og gruppebevidstheden udfolder man, når man er samlet (samme energimønstre i begge sider).

# Index

## A

ADHD;23  
administrator;27  
afgrund;56  
afladning;7;64  
afreagere;59  
afsløre;52  
aftægtsbolig;35  
alienation;7;12;14;26;87  
Allah;32  
alternativ;85  
ambassadør;39  
Amerika;31  
amerikanske soldater;75  
anabolske steroider;23  
analyse-  
  energien;9;14;40;42;46;52;85  
analysere;69  
anarkister;31  
Anima;55  
Animus;55  
ansigt;23  
ansvar;64  
arbejderbevægelse;49  
arbejderklasse;31;49  
arbejdsformidling;36  
Aristoteles;48  
Asperger's syndrom;19  
autisme;19

## B

bander;37  
befolkningsantal;73  
beholder;59  
Berlin;81  
besluttende magt;32  
betændelse;24  
bevidsthedsrunde;40  
bevidsthedsstruktur;7  
bioenergi;57  
bjerg;56  
blodkredsløbssygdomme;24  
bofællesskab;27  
bolig;89  
boligkarré;45  
boligselskab;36  
borgerlig presse;51  
borgerlige revolution;15;31;48  
broderskab;30  
bryst;24  
bunde;67  
bureaukrati;49  
bygning;45  
bærbuske;45  
bæredygtig;85  
børn;73;88  
børnegruppe;12  
børnehave;36  
børneopdragelse;16;28

## C

civiliseret;15  
clairvoyance;40

## D

dagsorden;68  
Demokrater;31  
demokrati;48  
den besluttende magt;32  
den dømmende magt;30  
den lovgivende magt;30;32  
den udøvende magt;30  
deperdution;7;12;21;28  
depression;23  
dobbeltmoral;90  
dommer;30;38  
domstol;30  
drivhusgasser;75  
dukketeater;42  
dyne;20  
dyrisk;15  
dyrkningsmetode;73  
dømmende magt;30

## E

effectiveness;44  
efficiency;44  
ego;67  
egoisme;26  
ekstremsport;23  
elektromagnetisk felt;7  
embedsmænd;30;33  
emigration;31  
energilegeme;7;52;62  
energimønster;7  
engel;57  
Engels;20;26  
enheds-  
  energien;8;14;38;41;42;51  
enighed;86  
EPO;23  
erfaringer;69  
etik;90  
evolution;20;26

## F

feedback;68  
festdage;39  
fiskeri;33  
fitness;23  
fjernsyn;54  
flygtninge;73  
folkemagt;33;37  
folkeråd;37  
forfatningsdomstol;34  
forkert;16;18  
fornuftigt;15  
forurene;85  
Freud;55

fri energi;64  
frihed;30  
fuldmåne;41  
fælles energi;67  
fælleshus;43  
fællesskaber;36  
fængsel;17;36  
fødevarer;75  
fødevarerikkerhed;74  
følelser;21

## G

gamle mænd;48  
gennemsigtig;38  
gestalt;56  
gift;85  
gigt;24  
global opvarmning;73  
GPS;72  
grillplads;45  
grin;23  
grundstoffer;73  
grundvand;75  
gruppefamilie;65;88;90  
grusomhed;15  
Grækenland;48  
grænse;65  
gråd;23  
Gud;32  
guder;25  
gårde;35

## H

Habermas;49  
hampeplanter;43  
hengivelses-  
  energien;9;14;34;41;42;51;64  
heteroseksuel;19  
hjernen;21;67  
holdning;34  
holistisk;85  
homoseksuel;19  
hospitaler;23  
hovedpine;64  
huller i tænderne;75  
hvide blodlegemer;67  
hvide mands byrde;16  
hysterisk;64  
høj ladning;7  
hønsehus;45

## I

idrætsfolk;23  
illusion;85  
ilt;24  
imperium;78  
internet;54  
ironman;23  
istid;15

## J

jalousi;20  
Janov;58  
jeg;62  
Johnsen;58  
journalistik;51  
Jung;55  
junglen;88

## K

kamp;18  
Kapitalen;70  
kapitalist;70  
kapitalister;31  
kapitalistklasse;49  
kasse;56  
kerne;59  
kernefamilie;12;27;65  
Kina;41  
kirke;39  
kiropraktor;57  
klagekontor;34  
klima;15  
kløvergræs;74  
kollektiv;27  
kommunikation;51;65  
konflikt;38  
kongen;32;34  
kontakt;64  
koordinator;27  
koordinere;15;66  
korn;73  
kriminelt;17;36  
kristendom;78  
krop;72  
kroppen;23  
kropspanser;56  
kropsterapi;57  
kræft;24  
kultur;16  
kulørte presse;51  
kællinge-snak;65  
kæreste;20  
kærlighed;59  
kød;74  
kødproduktion;75

## L

landsby;74  
landsbyfællesskab;26;35;48  
landsbyråd;49  
lattergas;75  
lav ladning;7  
legekammerat;13  
legeplads;45  
lighed;30  
Lille Istid;31  
livsline;60  
lokalbefolkning;34  
lokaløkonomi;86  
lov;32  
lovgivende magt;30  
lovparagraffer;33

Lowen;57

lyst;15

løn;31

## M

magtmisbrug;25  
makeup;64  
manipulation;25  
Mao;69  
maraton;23  
Marx;20;70  
massekommunikation;51  
matriarkat;26  
medicin;23  
meditere;85  
medmenneskelighed;32  
menneskets natur;26  
metangas;75  
mikrochip;72  
militær;16;30  
minister;33  
misbilligelse;13  
modtager-  
    energien;9;14;39;41;42;51  
monokultur;85  
mor;57  
moral;90  
moské;39  
musiker;67  
muskelspænding;7;58  
myte;15  
mægling;38  
møde;46  
månerytme;42

## N

natur;26  
negation;86  
nervemedicin;23  
nervetråde;7  
NLP;60  
ny økonomisk zone;74  
nymåne;41  
næstekærlighed;32  
nøgen;64

## O

offer;59  
ombudsmand;34  
omstilling;73  
ondt;15  
opladning;7  
orgasmerefleks;58  
Orr;58  
overflade-jeg;55;90  
overspænding;7;23  
overspændt;58  
overvågning;38

## P

pamper;27  
parforhold;27  
parlament;30

Perls;56

persona;55  
pedestal;64  
piletræer;43  
piske;17  
plastik;85  
plastikskjold;24  
Platon;48  
polarisere;7;18  
politi;30;33  
politiker;26  
politiker-lede;50  
Portugal;81  
positive bekræftelse;59  
presse;51  
prestige;64  
primalskrig;58  
primær socialisering;12  
primærgruppe;65;90  
profit;70  
propaganda;25  
protein;74  
præsident;39  
psyko-energi;7  
psykoterapi;55  
pubertet;13  
pædagog;28  
pædagogik;36

## R

rebirthing;58  
reflekszone;23  
reformer;32  
regel;32  
Reich;55  
reifikation;7;12;18;27  
religion;39  
Republikaner;31;50  
retsfølelse;31  
retsprotokol;31  
revolution;15;48  
ris;73  
Rolf;57  
Romerriget;77  
Rosenberg;58  
rundkreds;81  
rækkefølge;69  
råstoffer;73

## S

samfundsmæssiggørelse;22;50  
samle sig;7  
samlings-  
    energien;10;14;37;40;42;52;65  
sammenhæng;86  
samtale;85  
sekundærgruppe;65;90  
selvforsyning;74  
selvværd;64  
single;24  
skaber-  
    energien;11;14;38;40;42;51  
skal;64

skillevægge;43  
skizofreni;19  
skjold;59  
skole;13;34  
slave;15  
smerte;23  
snakke;85  
social;86  
socialdemokrati;48  
socialhjælp;36  
socialisering;12;28  
socialisme;26;32  
Sokrates;48  
soldater;33  
sommertemperatur;31  
splittelse;35  
spontan;68  
sport;51;57  
stammelandby;12;29  
starte;81  
stat;15  
statsambassadør;39  
statsminister;39  
stivelse;73  
stjæle;18  
stoffer;23  
storby;74  
storfamilie;65  
straf;31  
stråtag;43  
sukkerstof;73  
sult;31  
svin;75

syg;23  
sygehuse;23

## T

Tamera;81  
teknik;85  
tekniske udvikling;26  
teknokrati;49  
tempel;39  
terapi;27  
territorie-  
    energien;8;14;36;40;42;51  
territoriekrige;15  
tilsyn;38  
toppe;67  
tortur;15;17  
totalorgasme;58  
trang;20  
transhumanistisme;72  
Tredje Verdenskrig;71  
trodsalder;18

## U

udfolde sig frit;15  
udlevelses-  
    energien;10;14;15;33;40;42;51  
    ;64;67  
udøvende magt;30  
underbevidsthed;40  
underspænding;7;23  
underspændt;58  
undertrykke;16  
ungdomsbander;36

unge;88  
USA;31;81

## V

valuta;86  
vanskabning;16;19  
vedvarende energi;85  
vegetar;75  
vejledning;36;38  
velfærdssamfund;36  
venstreorienteret;21;52  
venteliste;36  
verdensrummet;72  
verdenssyn;85  
Vietnam krigen;75  
vilje;15  
visdomsråd;39  
vrede;59  
vækst;70  
væksthormon;23

## Z

zig-zag;23

## Ø

økologi;74;85  
økologisk landsby;74  
økonomi;70;86  
Øst-Tyskland;81

## Å

ånderætsterapi;58