

Livet

en fråga om kärlek

om mänsklig utveckling i ett
reinkarnationsperspektiv

Sören Grind

Sören Grind

Livet – en fråga om kärlek

OM MÄNSKLIG UTVECKLING I ETT
REINKARNATIONSPERSPEKTIV

VÄRLDSBILD
FÖRLAG

ISBN 978-91-877-0311-9

Första upplagan © Världsbild förlag & Sören Grind
Symbolerna är publicerade med tillåtelse från Martinus Institut
www.martinus.dk

Tidigare bokutgivning på Världsbild Förlag:
LIVET – DIN SPEGEL
– om mänsklig utveckling i ett reinkarnationsperspektiv
första utgåvan 2008, andra utgåvan 2016.

Världsbild förlag AB
varldsbild.se
08-767 38 17

Omslag och sättning av Gunnar Fernlund
Bokomslagets bakgrundsbild av Berit Djuse/Fotonova

Tryckt hos Tallinn Book Printers, Tallinn, Estland 2016

Innehåll

Förord I I

En syntes av andlig vetenskap och psykologi • Finns det anledning att ta en "mystikers" upplevelser på allvar? • Från religiös instinkt till ett intellektuellt sökande efter mening och sammanhang • Reinkarnation sätter orsak och verkan i ett helt nytt ljus • Intuitionen bär en helt ny kulturell epok • Bokens syfte och medarbetare

Kap 1. Mänsklig kärlek – vår längtan och vårt mål..... I 7

Längtan efter kärlek • Vid evolutionens vändpunkt • Upplevelsen av kärlek som universums grundton • Att se enhet bortom alla detaljer • Vi är medvetna om vårt medvetande • Att omskapa sig själv och förändra sitt öde • Vår uppfattning om psyket speglar en världsbild • Värdet av en medveten moral • De mänskliga rättigheterna • en målformulering för en hög moral • Moral kan inte påtvingas • Moral som vetenskap • Högre kunskap är beroende av hög moral • Utvecklandet av en kärleksvetenskap • Är tanken att vi själva skapar vårt öde omoralisk? • Kärlek är den avgörande faktorn bakom all mänsklig utveckling

Kap 2. Det levande nuet..... 4 I

Tiden uppstår i mötet mellan det levande och materien • Jagets utsiktspunkt • Den opartiska vänligheten • Sinnena – nuets mötesplats med omvärlden • Det eviga nuet i symbolisk form • Obalanser skapar inhumana kulturer • Intelligensens omogna stadium • Vår ängsliga tankevärld • Adrenalinkicken – en regression till nuet • Från tröttande ängslighet till sund farofantasi • Nuet – en detalj i en helhet • Höger och vänster hjärnhalva som mottagare för känsla respektive intelligens • Två hjärnhalvor – på väg mot en balanserad samverkan • Att fånga intresset • Balans ger oss frihet och flexibilitet • Den tillitsfulla närvaron • Kärleken och sanningen finns i korsets centrum • Kärleksfull närvaro • "Ta ditt kors och följ mig" • Bön leder anden in i materien och gör nuet levande

Kap 3. Förlorade föräldrar och förlorade barn..... 6 2

Familjeinstinkternas degeneration • Familjeförälskelsen är utdöende • Liknelsen om den förlorade sonen • Från ett auktoritärt gudsförhållande till ett medvetet kärleksförhållande • Den degenererande föräldern • Medvetandets evolutionära förändring • Grundenergiernas kombination reglerar evolutionen • Grundenergierna och livskretsloppet • Det sårbara barnet • Det övergivna barnet • En obligatorisk frigörelse • Från föräldratrygghet till gudstillit • Alla relationer ger näring till mänsklig växt • Försoning med föräldrar och med Gud • Sårbara vuxna • Den förtroliga dialogen • Försoning med bortgångna

Kap 4. Från offer till ansvar..... 8 4

Offermedvetandets rötter • Syndabocken • Det finns ingen synd • Det yttre som projektduk • Offertänkandet – ett uråldrigt vanemedvetande • Illusionen bakom våra aggressioner • Kampen med verkligheten • Kverlulantstadiet • Offret är fångslat i det

förflutna • Traumaoffrets frigörelse från offerrollen • Traumareflexer och offertänkande • Stora och små trauman och det naturliga i att uppleva sig som offer • Att rymma hela människan • Läkeprocessen rymmer både emotion och reflektion • Att förvandla smärta till medkänsla • Speglingens läkande potential • Speglingar av omedvetna sidor är ofta svårsmälta • Ansvar riktar oss framåt • Bönen är inte överordnad vår karma • De andra är en del av vår ödeskropp • Från utifrånstyrning till inifrånstyrning

Kap 5. Från rädsla till tillit.....109

Att skrika utan att få svar • Vår ankomst i världen präglar vårt stresssystem • En sporre att få makt över sina tankar • Självbevarelsedrift och rädsla • Intelligensen ger rädslan vingar • All oro har rötter i dödsrädsla • Rädsla bakom alla negativa tankeklimat • Stress och trauman kan blockera delar av känslolivet • Jämförande och värderande baserat på rädsla • Förälskelsens dubbla natur • Rädslan för att bli avvisad • Materiella ting är övergångsobjekt • Förmågan till objektkonstans • Rättvisa förstås bara med överblick • Nu eller aldrig • Tillitens fundament – älska Gud över alla ting • Rädslans orsak och bot kan bara komma inifrån • Vem kan man lita på? • Hur kan vi arbeta på att frigöra oss från rädsla och utveckla tillit

Kap 6. Hoppets ljusa kraft.....137

Vi lever på hoppet • Hoppet upphör aldrig • Där ovisshet ersätts av hopp • Ingen människa är hopplös • Längtan efter kontraster • Hoppet är ätersken av ljuset från de högre världarna • Begären ger hoppet kraft • Förståndet är vår räddning • Mentala fångelser • Reklam – om konsten att besätta andras tankevärld • Botemedlet mot suggestion är vetande • Att rannsaka sig själv • ”Kroniska” sjukdomar utmanar vårt hopp • Tålmod – en värdefull medvandrare • Givandet och kärleken är hoppets bästa bundsförvanter • När hoppets ljus besegrar mörkret • Älska livet som det är

Kap 7. Sömn, döden och det omedvetna.....157

Vårt inre är det primära • Det fysiska är redskap för medvetandet • Vi är på väg mot transparens • Döden är en frigörelse från en fysisk klädnad • Döden blir i stället en andra födelse • Födelsen till det fysiska planet • Schematisk sammanfattning av sömnens och dödens kretslopp • Dödens och sömnens ”omklädningsrum” • Födelsen till det andliga planet • Våra ljusa sidor och vår längtan formar resan genom ”Paradiset” • Mardrömmar i ”omklädningsrummet” • Drömmar om framtiden avslöjar ett högre omedvetet • Från kontakt via medium till en inre telepatisk korrespondens • Vi är på andra sidan varje natt • Läkande inre möten i vaket tillstånd • Dödslängtan • Min ”kamp” mot mina sömnproblem • Utmaningar bidrar till mänsklig mognad • ”Mirakler” är naturliga brytpunkter i utvecklingen • Ett omedvetet samarbete • När är vi mottagliga för ”mirakler” eller bönhörelse? • Varför sover vi? • Tankarnas kvalitet påverkar sömnbehovet • Den goda sömnen för oss till högre världar • Insomning och uppvaknande är funktioner som bör vårdas • Några tips till dig som vill vårda din sömn • Min egen bearbetning med hjälp av ”den sunda självbehärskningens konst” • Sorgen och den ljusa synen på döden

Kap 8. Livet formas av våra reaktioner.....195

En talang för att motta sitt öde • Vi skyr vår lägre natur • Att utforska sig själv • Vårt inre drama • Den misstänksamma inre rösten • Att acceptera obehagliga speglingar och

välja medkänsla • Karmatanken står inte i motsättning till ett empatiskt förhållningssätt • När vår reaktion riskerar att bli en identitet • Känslighet och överkänslighet • Överkänslighetens förstärkare • Sökandet efter ett sant centrum • Att vilja stanna i världen • Intoleransen mot de intoleranta är ett första steg • Livet – en teaterscen • Pilatus, Kristus och Barabbas • Pilatus situation • Flockens mening • Vad är sanning? • Maktens bevarande • Vädjandet till medkänslan • Pilatus rädsla segrar • Dödsfruktan är roten till rädslan för förändring • ”Syndernas förlåtelse” • Pilatus offermedvetande • Att släppa Kristus fri leder till uppståndelse • När förståelsen av att ”Allt är mycket gott” blivit talang

Kap 9. Vårt liv byggs av relationer..... 221

Inkarnationsprocessen och vårt startkapital • Vårt medvetandes olika betoning via uppväxten • En organisk utveckling sker genom utveckling av organ • Utvecklingen gör oss först mer sårbara • Anknytningen i tidiga relationer bildar mönster • Olika anknytningsstilar • En dålig anknytning bättre än ingen • Att upptäcka allas subjektivitet • Det gradvist framväxande intersubjektiva perspektivet • Utvecklingens två processer, differentiering och integrering • Klivenhet och konflikt i relationer • Kvardröjande trauman – en fråga om ensamhet • Trygg anknytning finns lagrad som en resurs från tidigare liv • Trygg anknytning kan förvärvas • Drivkrafter att söka en högre tillit • Några centrala aspekter för att växa i tillit • Mentala kortslutningar • Mentalisering – ett psykiskt immunförsvar • Mentalisering och tankens kretslopp • Förälskelsen – separationsångestens bästa vän • Verklig kärlek – trygghetens fundament • När förälskelser kortsluter • Kärleksdrift och könsdrift • Människan är i en avgörande brytpunkt • Utvecklingens drivkrafter • Instinktens ljuskällor degenererar • Den avtagande äktenskapliga sexualiteten • En inre förvandling • Vad innebär då den nya mänskliga sexualiteten? • En blandningssexualitet • Prevention – en bro till en frigjord mänsklig sexualitet • Den mänskliga kärleken är avgörande för goda förhållanden • Mänsklig kärlek – den trygga anknytningens fundament

Kap 10. Genom ensamhet till självständighet..... 269

En kosmisk individuationsprocess • Mättnaden på social kontroll • Den eftertraktade självständigheten och den plågsamma ensamheten • Övergivenhetskänslan sitter djupt • Ensamheten väcker såväl rädsla som längtan • Självständigheten som välsignelse eller plågoande • Trots – en övergång till självständighet • Förändrade könsroller • Förvirringens tid • I ensamheten föds något nytt • I ensamheten återföds gudsförhållandet • Att vilja vara speciell • Social rädsla får näring av stränga krav • Att finna sin plats i gemenskapen • Ensam i spegeln • Ur självmordskrisen föds en ny riktning • I ensamheten föds längtan efter det levande • Den mogna självständigheten och den goda ensamheten • Kärleken till Gud över alla ting

Kap 11. Att rannsaka sig själv – med medkänsla 294

Vem är jag egentligen? • Den inre kritikerns historiska rötter • Reinkarnation och självmmedkänsla • Förändring utmanar vår mentala styrka • Att vara självständig i relationer • Från yttre till inre bekräftelse • Att vara självständiga i gemenskap • Självmmedkänsla som nyckel till inre helande • Självmmedkänsla är något annat än självmmedlidande • ”Allt är mycket gott” är helandets källa • Tålmod med oss själva och varandra • Judas symboliserar ett naturligt stadium

Kap 12. Kärlek – det viktigaste studieobjektet309

Vad är verklig kärlek? • Kan vi göra kärlek till vetenskap? • Kärlek är ingen viljesak, men det krävs vilja för att utveckla kärlek • Villkorslös kärlek är opartisk • Kärleken växer ur medkänsla • Kärleken växer i öppenhet och sårbarhet • Att växa i öppenhet • En gudomlig samtalspartner • Kärlek är en kunskap som vuxit fram ur okunnigheten • Kärleken växer i en sund självbehärskning • Andlig vetenskap är jagstärkande • Älska det levande över alla ting • Det krävs mod att se sig själv och tålamod att förändra sig • Det vänliga lyssnandet

Bilagor331

Förord

En syntes av andlig vetenskap och psykologi

Vad händer om man låter en dansk vismans andliga världsbild möta nutida strömningar inom psykologi och personlig utveckling? Det är önskan att förena dessa två kunskapsfält som inspirerar mitt skrivande. Parallellt med mina psykologstudier växte mitt intresse att förstå livets mening. Min primära källa var Martinus författarskap, vars huvudverk ”Livets Bog” blev en handbok i utforskandet av livet i vardagen. Psykologin blev då en del av en större utvecklingslära som utgick från att medvetandet är evolutionens överordnade faktor. Kroppen ses som en produkt av medvetandet som drivs av ett evigt begär efter förnyelse. I liv efter liv fortsätter tillfredsställandet av längtan att vidareutveckla färdigheter och förmågor. Mänskliga drivkrafter, psykiska sjukdomar och vår moraliska standard får i detta evolutionsperspektiv ett sammanhang och en mening. Med hjälp av Martinus beskrivning av övermedvetandet, i vilket vi lagrar alla erfarenheter och talanger från inkarnation till inkarnation, får vi en djupare förståelse för människans psyke och av den i vår tid allt snabbare förvandlingen av hennes värderingar, relationer och livsstil.

Finns det anledning att ta en ”mystikers” upplevelser på allvar?

Under de år jag känt Martinus författarskap har jag gång på gång fått bekräftat hans tankar, såväl i historiska skeenden, naturvetenskapliga framsteg och personliga erfarenheter. En central fråga för en teorisk giltighet är om den kan förklara och förutsäga skeenden i den verklighet vi gemensamt kan se och studera. Andlig vetenskap utgår från en beskrivning av aspekter av tillvaron som inte är fysiskt mätbara. Den menar att det bakom all synlig skapelse finns en organiserande kraft som inte är synlig. På samma

sätt som vi märker av tyngdlagen fast vi inte kan se den, finns det lagar för livets utveckling och manifestation som vi inte kan mäta och väga. Vi kan däremot lära oss att se hur dessa eviga lagar och principer är närvarande och påverkar allt skapat i och omkring oss.

En bärande princip för Martinus kosmologiska världsbild är att allt går i kretslopp. Vi ser hur planeterna rör sig i kretslopp och vi vet att jordens kretslopp runt sig själv och runt solen ger oss dygnets och årets kretslopp med deras rörelse mellan ljus och mörker. Om kretsloppet är en princip för all rörelse kan vi genom iakttagelser bli medvetna om dess närvaro i allt vi studerar i naturen, inom fysiken, i mänsklighetens utveckling, i vår födelse och död, i vår hunger och mättnad, i vårt öde osv. Människokroppen är också fylld av kretslopp. Vi ser det bland annat i blodkretsloppet, liksom vid andningen och matsmältningen, kretslopp som befinner sig i ett ständigt utbyte med den omgivande naturen. I naturen ser vi hur vattnet faller som regn på jorden och blandar sig med jordlager och lera, för att sedan avdunsta från växternas blad, bli till dagg eller rinna ner i bäckar ut i sjöar och hav, som med solens värme sedan förvandlas till dimma som åter stiger upp till himlen osv.

Människokroppens rörelse från födelse till död är på motsvarande sätt en del av ett kretslopp. Vi ser hur en organiserande kraft med stor intelligens formar ett foster i livmodern. Gradvis inkarnerar ett alltmer avancerat medvetande genom barndom och ungdom för att nå ett vuxet stadium. Efter ett antal decennier börjar den fysiska kroppen att avta i styrka. Sinna börjar svikta, organen, musklerna och huden blir utslitna och går lättare sönder. Trots att medvetandet hos många äldre fortfarande är klart och skarpt, ger till slut något av de vitala organen upp och döden inträder. Den organiserande kraften lämnar då kroppen, som snart påbörjar sin upplösning. Men parallellt med att några lämnar jordelivet är andra på väg in. I ett flertal andliga läror, i berättelser om nära-döden-upplevelser, inom parapsykologisk forskning och i allt fler människors funderingar, återkommer tanken att själen kan uppleva oberoende av kroppen. För fler och fler blir det naturligt att se medvetandet som det primära och att medvetandet befinner sig i ett kretslopp som går in respektive ut ur den fysiska världen.

Arternas evolution från växter till djur och till människans nuvarande utvecklingssteg kan också ses som ett led i ett gigantiskt kretslopp, där medvetandet under evolutions gång får mer och mer av sin livsupplevelse i den fysiska tillvaron. En tillvaro där de befinner sig i en tilltagande kamp

och rivalitet om makt, partner och brödföda. Denna själviska kamp med rivaliserande grupper får sin kulmination i form av krig och atombomber. Samtidigt ser vi under det senaste årtusendet av människans historia en växande humanitet med intresse för demokrati, fred och en mänsklig kärlek som rör sig bort från dråpets och maktens princip, till en önskan att ge liv, omsorg, underhållning och glädje till sin nästa.

Om vi med denna kosmiska världsbild lär känna livets inneboende lagar och principer får vi redskap att förstå och förutsäga fenomen och förlopp inom såväl psykologi, historia, biologi, astronomi, fysik osv. Ja, vi närmar oss då ”teorin om allting”. Den intuitiva kunskapsvägen kan därmed komplettera naturvetenskapen med en samordnande och övergripande världsbild.

Från religiös instinkt till ett intellektuellt sökande efter mening och sammanhang

Det är ingen tillfällighet att kyrkorna töms och att universiteten fylls. Evolutionen handlar om medvetandets utveckling från en på instinkt baserad mentalitet till ett intellektuellt och så småningom till ett intuitivt förhållande till livet.

Instinkten är en kolossal välsignelse för djuren. Det är den som vägleder dem till rätt föda och som gör att de ”vet” hur man förökar sig och tar hand om avkomman. Fåglarna finner via sin instinkt målet för sin årliga flytt till varmare breddgrader och landar på exakt rätt ställe. Elefanterna flyr undan tsunamin. När människan ställer sig upp på två ben är hon fortfarande starkt präglad av instinkt. Hon ”vet” att det finns en andlig värld och att de döda inte är döda, men att de följer dem från andra sidan. Denna religiösa instinkt får genom evolutionen en växande konkurrent. Sakta men säkert växer intelligensen tack vare alla erfarenheter som görs i kampen för att övervinna naturens krafter och konkurrerande stammar och arter. Det krävs också medvetet tänkande för att bygga skyddande bostäder och utveckla hantverk. Det krävs list för att övervinna fiender. Men där intelligensen kommer in, trängs sakta men säkert instinkten ut. Då intelligensen i första hand gör sina framsteg i lösningen av materiella problem, sammanfaller vetenskapens utveckling med en materialistisk inställning. Därför avtar den religiösa trosförmågan i och med vetenskapens och skolpliktens framväxt. Vi vill inte längre tro, vi vill veta. Men ju djupare in i materiens geniala mönster och organisation vi kommer, desto mer beundransvärd blir den

intellektualitet som avslöjas i naturen. När denna naturvetenskapliga kunskapsmassa inte kan skydda oss mot psykisk smärta och ge någon högre mening med själva livet, börjar förr eller senare en ny horisont att tränga sig på – en längtan efter mening med livet och med skapelsen. En gryende intuition gör sitt inträde i det mänskliga medvetandet.

Reinkarnation sätter orsak och verkan i ett helt nytt ljus

Förr trodde vi att till exempel flugor spontant kunde uppstå ur damm och smuts. Så småningom motbevisades det av forskning som hävdade att flugor bara kan komma ur redan lagda ägg. Nu utgår det rådande paradigmet inom naturvetenskapen från att liv har uppstått ur död materia, genom att slumpen under långa tidsrymder till sist kan få några aminosyror att förena sig på ett fördelaktigt sätt. Djupast sett baserar man då sin världsbild på samma övertro, att livet kan uppstå ur livlös materia. Om vi i stället menar att livet är en evig funktion, som genom evolutionen skapar organismer för allt mer avancerade fysiska upplevelsetillstånd, då har vi vänt på orsak och verkan, anden blir upphovet och materiens rörelser dess produkt. Nya livsformer kan då bara uppstå ur tidigare livsformer. Alla naturvetenskapliga iakttagelser av livets fysiska uppkomst och evolution kan således vara helt riktiga, men de får då en annan förklaring. Livet visar sig vara materiens herre och inte tvärtom.

Detsamma gäller psykologins studier av barnets utveckling och människans beteende, hennes problem och längtan. När vi ser varje individ, med sitt unika medvetande, som en evigt levande kosmisk resenär som utvecklas genom en evolutionär resa från liv till liv, då bildas sammanhang och mening. Alla erfarenheter är då värdefulla byggstenar i skapandet av ett högre medvetandetillstånd – ett ”vuxet” mänskligt medvetande som har potential att förverkliga de drömmar om fred och kärlek som nu drivit människans längtan i århundraden.

Intuitionen bär en ny kulturell epok

Varje år har årets Nobelpristagare, som ett led i Nobelveckan i Stockholm, samlats för ett rundabordssamtal för att tillsammans reflektera över innebörden i deras forskning. Då kommer ofta frågan upp vad intuitionen spelat för roll i deras upptäckter och forskning. Spontana idéer och infall

har inte så sällan visat sig bära oväntat stor frukt. Många forskare inser att det sällan räcker med rationellt tänkande för att finna fram till de stora genombrotten. De är ofta hänvisade till denna oförklarliga intuition eller inspiration. Den materialistiska världsbilden har svårt att förklara vad intuition är och var denna kunskap kommer ifrån.

Naturvetenskapen har en historisk uppgift att rensa bort den övertro och vidskepelse som präglat mer känslobaserade åsikter och fördomar. Förnuftet och den rationella intelligensen har här varit ovärderlig. Som så lätt när en strategi varit framgångsrik kan den dock generaliseras och göras gällande på områden där den inte alls fungerar. Därför har alla andliga eller så kallade övernaturliga erfarenheter förklarats som fantasi eller ett resultat av hallucinationer. Nyligen blev jag uppringd av en ung person som såg färger omkring människor och ting. Han hade av psykiatern bestämt tillsagts att det han såg inte finns. ”Om du tar den här medicinen så hoppas vi att det försvinner”, var psykiaterns recept.

Det är svårt att utifrån en materialistisk världsbild förstå intuitionens, inspirationens eller andliga upplevelsers natur och deras upprinnelse. Den tysta kunskap som vi i andlig vetenskap menar finns ackumulerad i individens medvetande från tusentals liv – eller de inspirationer som kan komma ”från andra sidan”, som en hjälp för att lösa våra problem – är uteslutet som förklaring inom ett materialistiskt paradigm. I stora delar av världen har religionens inflytande över utvecklingen fått ge vika för en naturvetenskaplig och materialistisk epok av detalj- och teknikorienterad kunskap. Men nu börjar också på allvar ett nytt helhetstänkande växa fram. En ny epok, som vi kan kalla intuitionens epok, får alltmer inflytande. På många håll tilltar erfarenheten och kunskapen om hur allt hänger ihop, hur vi alla påverkar varandra, hur vi som mänsklighet är beroende av utvecklandet av en kärleksfull omvårdnad av alla medmänniskor oavsett kön, ras och nationalitet, och av en kärleksfull omsorg om allt liv som finns i naturen och i vår egen organism. En kunskap som förenar och påvisar alltings enhet och ömsesidiga beroende växer gradvis fram.

Bokens syfte och medarbetare

Bokens syfte är att medverka till en integration av andlig vetenskap och psykologi. Den utgår från en önskan att bistå läkningen av den nu rådande klyvningen av vår kulturs själ, mellan en materiell intelligenssida och en

mer existentiell livssida. Helandet av vår själ och kultur är beroende av en kunskap som påvisar livets eviga identitet och hur denna eviga identitet ligger bakom all timlig fysisk tillvaro. Endast därigenom kan vi komma hem till vårt högre själv och allas vår enhet i en gemensam, gudomlig helhet.

För mig är skrivandet och undervisandet i detta ämne en spännande upptäcktsresa som är avgörande för min egen utveckling. När vi aktivt formulerar våra tankar i ord och skrift blir de klarare. Processen har fördjupats av den återkoppling som vänner och bokens medarbetare gett mig efter genomläsning av delar eller helheten av bokens text. Luckor i min förståelse eller i mina formuleringar har blivit synliga. Det är en berikande utmaning att efter bästa förmåga mejsla fram de ord som bär ens inre tankar och bilder över till läsaren.

Jag vill tacka mina vänner för er ovärderliga hjälp i bokens framväxt. Den har sträckt sig över många år, med flera långa avbrott på grund av andra uppgifter. Den tacksamhet som många läsare visat mig för min tidigare bok, och den återkommande uppmuntran att skriva vidare, har varit en starkt bidragande motivation och glädje i skrivandet.

Framför allt vill jag än en gång tacka min livskamrat och medarbetare Solveig Langkilde som med sin klarhet, överblick och tålmod har haft ett avgörande inflytande över utformningen även av denna bok.

Jag vill också tacka Lars Östnäs, Kerstin Hansen, Dennis Persson, Anne Pullar, Mathias Dalmose, Ingegärd Holmbergh, Mette Bugge, Ulf Sandström, Christina Hareland, Sara Sofia Langkilde, Bodil Feilberg, Hans Wittendorff m.fl. som alla på olika sätt gett mig återkoppling, uppmuntran och stöd såväl innehållsmässigt som språkligt. Tack också till Marit Mossbäck och Gunnar Fernlund som med sin kreativitet har bidragit med omslag och layout.

Sören Grind

Mänsklig kärlek – vår längtan och vårt mål

Längtan efter kärlek

Det finns ingen drivkraft i oss människor som är så grundläggande som längtan efter kärlek. Där vi upplever verklig kärlek njuter vi av närhet och samhörighet, där finner vi lösningar på problem och konflikter och där blomstrar kreativitet. Samtidigt finns det nog inget som är så missförstått som begreppet kärlek. För det mesta blandar vi ihop den mänskliga kärleken med förälskelse. Förälskelsen syftar ursprungligen till att vi som djur ska bilda par och fortplanta oss. Den mänskliga kärleken är i stället frikopplad från kön, är frigivande och generös. I vårt känslö- och tankeliv och sätt att relatera till varandra blandas dessa två slags kärlek samman och skapar förvirring. Sammanblandningen uppstår på grund av att de bägge förknippas med värme och närhet. Samtidigt representerar de två diametralt olika former av moral. Förälskelsen är en djupt partisk sympati som lätt kan slå över i sin motsats, svartsjuka, och till och med leda till ett brinnande hat. Den mänskliga kärleken däremot söker inte sitt och förblir därför villkorslöst stödande av allt som är livsbefrämjande, utan tankar på egen vinning. Dessa två sympatianlag och förhållningssätt står i ett inbördes konkurrensförhållande på livets alla områden, i vårt inre, i våra relationer och i samhället. Ibland är det förälskelsens ”jag vill ha”-mentalitet som dominerar, ibland är det kärlekens ”jag vill ge”-mentalitet som har övertaget. Att genomskåda och lära sig skilja på hur dessa två krafter verkar i det egna medvetandet och i omvärlden är av avgörande betydelse för vår fortsatta mänskliga utveckling och för skapandet av en fredligare värld med livgivande relationer.

Vid evolutionens vändpunkt

Det finns nog inte någon annan tidpunkt i evolutionen där vi som mänsklighet befunnit oss i ett lika avgörande skede som just nu. Mörker och ljus, själviskhet och medmänsklighet står i en dramatisk polarisering i hela samhället – inom politik, i världsekonomin, i klimatfrågor, i samlevnad och i vårt inre. Samtidigt som vi får inblick i de mest brutala våldsscener och psykiska och sexuella övergrepp, tar vi del av de mest förfinade kärlekstyttringar, hjälpinsatser, konstnärliga uttryck och vetenskapliga framsteg. Samtidigt som våld och sexualitet exploateras kommersiellt mer än någonsin, framträder på fler och fler områden en allt tydligare riktning i människors längtan, formulerade som ideal med en utbredd önskan att komma bort från själviskhet och våld, för att nå fram till fred, ömsesidighet och humanitet. Trots den nuvarande globala ekonomiska krisens utlösande av gamla kamp- och överlevnadsinstinkter fortsätter enträget fredssträvanden och hjälpinsatser att öka. Aldrig någonsin förr har det funnits så många människor engagerade i freds- och miljörelser. Aldrig förr har det varit så många humana projekt med insamlingar till fattiga, till världens barn och till de som drabbas vid naturkatastrofer. Trots att vår kultur av många upplevs alltmer individualistisk och att människor verkar självupptagna, ökar år efter år människors engagemang i ideellt arbete.

Individer, liksom mänskligheten som helhet, har genom historien upplevt och ackumulerat en växande mängd erfarenheter av lidande och umbäranden. Medkänsla är den naturliga konsekvensen av det lidande som vi har lyckats bearbeta. Det kan ses i terapirummet när en klient fått förlöst den kvardröjande smärtan av ett trauma och fått en sund distans till sina svårigheter. I den goda läkeprocessen släpper då vanligtvis ilska och hämndkänslor mot en eventuell förövare och ersätts av en fördjupad förståelse av sig själv och av andra, som genomlever liknande svårigheter. Inte så sällan växer det fram en önskan om att hjälpa andra. På det globala planet ledde de förfärliga erfarenheter av mänsklig grymhet under andra världskriget till formulandet av FN:s deklaration om de mänskliga rättigheterna. Där vi upplevt lidande, som vi bearbetat och integrerat, vill vi undvika en upprepning och se till att andra ska slippa liknande svårigheter. Den humana känslan, fundamentet för verklig kärlek, är en växande drivkraft, men steget från längtan och ideal till praktisk handling tar sin tid.

Upplevelsen av kärlek som universums grundton

Genom mänsklighetens historia återkommer en mängd uttalanden av religiösa ledare och av visa människor om att det bakom alla livsupplevelser, såväl behagliga som obehagliga, finns en kärleksfull högre makt eller grundton i universum. Fundamentet för hela Martinus författarskap bygger på hans egna upplevelser av detta bakomliggande kärleksfält. Han menar att hela den nuvarande evolutionen från djur till människa syftar till utvecklandet av ett nytt organ, ett nytt sinne som möjliggör upplevelsen av denna ton av kärlek som vibrerar i universum:

”På grund av detta mentala tillstånd, denna speciella mentala hunger, har väsendet alltså kommit in i sin sista stora utvecklingsfas. Det har i verkligheten fått en ny förnimmelseförmåga, ett nytt sinne. Medan väsendet tidigare mer eller mindre uppfattade med instinkten och hjärnan, uppfattar eller förnimmer det nu i kraft av hjärtat, vilket vill säga med sitt nya kärlekssinne. Universums grundton allkärleken, som i verkligheten behärskar alla företeelser, är en värld eller ett element som fördolt är närvarande för allmänheten på samma sätt som ljuset fördolt är närvarande för den blinda människan. Och liksom ljusets närvaro efter hand under årtusendena åstadkom synsinnets tillblivelse hos de levande väsendena, så åstadkommer universums grundton eller allkärleken allkärlekssinnets tillblivelse hos det levande väsendet.”¹

I en mängd beskrivningar av nära-döden-upplevelser berättar människor om att de efteråt varit befriade från dödsrädsla och att de under upplevelserna på ”andra sidan” mötts av en villkorlös kärlek som gjort ett djupt och omvälvande intryck. De som fått se sitt liv passera revy, ofta i sällskap med ett ”ljusväsen”, har känt hur allt de gjort är förlåtet och att allt de upplevt haft en mening. De beskriver ibland att de kommit till en gräns där de valt att vända tillbaka till jordelivet. Det kan vara för att de känner ansvar för anhöriga, eller att de känner att de har mer att lära och att ge.

Hjärnkirurgen Eben Alexander låg sju dygn i koma på grund av en omfattande bakteriell hjärnhinneinflammation. Hans odds att överleva som annat än ett vegeterande kolli var i stort sett noll. När han ändå, helt

1 Martinus, *Livets Bog*, del 5, st. 1725 (Världsbild förlag, 1980)

oförutsett, vaknade upp var hans första ord en försäkran till de anhöriga och vårdarna som strömmade in i rummet att: ”All is well”, ”Allt är gott”. Efter sin mycket omfattande nära-döden-upplevelse, med starka upplevelser på ”andra sidan”, berättade han hur universum upplevdes som totalt genomströmmat av kärlek. Eben, som innan sin upplevelse hade tappat sin religiösa tro och blivit ateist, beskriver i sin bok *Till himlen och tillbaka* följande:

*”Genom min följeslagare förklarade Om för mig att det inte finns ett universum utan flera – och att kärleken är i centrum i dem alla. Ondska finns i alla andra universum också, men bara i minimal utsträckning. Det onda är nödvändigt eftersom den fria viljan skulle vara omöjlig utan det onda. Och utan fri vilja kan inget växa – ingen skulle då kunna röra sig framåt, i riktning mot vad Gud längtar efter att vi ska bli.”*²

Anita Moorjani, som låg medvetslös på sin dödsbädd efter fyra års gradvis nedbrytning på grund av cancer, vaknade också helt oväntat upp och genomgick en självläkning som förbryllat alla läkare som var delaktiga, eller som i efterhand tagit del av hennes journaler. Hon beskriver i sin bok *Döden gav mig livet*, att hon under sin nära-döden-upplevelse upplevde en total samhörighet med allt i universum och hur den rädsla som tidigare präglade hennes liv var som bortblåst:

*”Jag blev medveten om att vi alla är förenade med varandra. Det här gällde inte bara varje människa och levande varelse, utan den sammanlänkade enheten tycktes vidga sig utåt så att den omfattade allting i hela universum – varje människa, djur, växt, insekt, berg, hav, dött föremål och kosmos. Jag insåg att hela universum lever och genomsyras av ett medvetande som omfattar allt liv och all natur. Allting ingår i en oändlig helhet. Jag var en oskiljaktig del av allt liv. Vi är alla facetter av denna enhet – vi är alla Ett och vi påverkar alla den kollektiva helheten.”*³

Människor som haft andliga upplevelser i form av kosmiska glimtar förmå också denna kärleksfulla omsorg om allt levande. Det beskriver

2 Eben Alexander, *Till himlen och tillbaka*, sid. 62 (Mån-pocket, 2014)

3 Anita Moorjani, *Döden gav mig livet*, Kapitel 7, sid. 84, (Ponto Pocket, 2015)

bland andra Lisa Magnusson Schmalensee. En natt, när hon lagt sig att sova, efter en osedvanligt inspirerande konferensdag i litteratur, som fyllde henne med tacksamhet och tillit, fick hon en mycket stark andlig upplevelse. Hon mötte ett spiralformat ljusflöde som ingav henne en oerhört stark känsla av att komma hem. För Lisa fanns det inget tvivel om att detta var ett möte med Gudomen som en lysande kärlekskälla. Hon trädde in i ett ljusflöde och beskriver följande:

”Jag var bara full av längtan och gick rakt in i det och blev genomströmmad av en överjordisk kärlek, som jag egentligen alls inte kan återge på ett tillfredsställande sätt med ord. Det hände då, att detta överväldigande kärleksfyllda ljus strömmade in i mig och blev mig. Jag upplevde det som att vara en del av kärleks- och visdomsguden och visste i varje cell och i varje atom, att sanningen om absolut allt existerande var, att det var totalt och absolut genomälskat, och att det alltid hade varit det och alltid kommer att fortsätta att vara det, och att det också gällde ens gärningar. Allt som jag någonsin hade gjort var så helt otroligt genomälskat att det var svindlande – och detsamma gällde allt möjligt annat som alla möjliga andra hade gjort. Jag var ren lysande kärlek; märkte hur jag själv älskade absolut allt och var totalt genomälskad av absolut allt. Visste att sanningen var att allt i verkligheten var kärlek. Allt annat var ren och skär självskapad illusion.”⁴

Astronauten Edgar Mitchell, en av de få som gått på månen, fick på sin resa tillbaka från månen en omvälvande upplevelse av närvaron av en kärleksfull intelligens:

”Och vad jag kände var en extraordinär samhörighet med det. Jag upplevde det som har beskrivits som en extatisk känsla av enhet. Jag inte bara såg denna samhörighet, jag kände den helt påtagligt. Jag var överväldigad av denna förnimmelse av att fysiskt och mentalt vara utsträckt och förlängd ut i kosmos.”

”På väg tillbaka till jorden, när jag tittade på stjärnorna och planeten

⁴ Lisa Magnusson Schmalensee, *Belivelse - at turde ville livet med fokus på frivärdien i frontal lapperne*, sid. 144–46 (Prometheus, 2007)

*jag kom ifrån genom 380 000 kilometer rymd, upplevde jag plötsligt universum som intelligent, kärleksfullt och harmoniskt. Jag såg vår planet och såg en glimt av det gudomliga.”*⁵

Dessa olika upplevelser är för de berörda övertygande bevis för att det bakom såväl upplevelser av behag som obehag finns en kärleksfull grundton i universum. Vanligtvis kopplas denna upplevelse av kärlek till upplevelsen av något upphöjt, något gudomligt. Men hur är det med oss andra som inte haft dessa extraordinära upplevelser och saknar en religiös läggning? Kan vi lära oss att se tillvaron som fylld av en kärleksfull omsorg, trots allt lidande vi ser och upplever?

För de flesta krävs i så fall en förklaring som möter behovet av att se mening och sammanhang och som ger inblick i medvetandets utveckling; var vi kommer ifrån och vart vi är på väg. Kärlek är inte enbart ett tillstånd som kan upplevas med känslan. Det kan också studeras och utforskas med intelligensen.

Men då räcker det inte med att studera och analysera de fysiska kropparnas evolution och gener. Det krävs en överblick och en förmåga att se avsikt och mening med livets olika skeenden. Avsikt, mening och kärlek är inget vanligt naturvetenskapligt studium. Det är egenskaper vi tillskriver något levande. Det är också förnimmelsen av en levande kärleksfull närvaro som kännetecknar de ovan beskrivna transcendentala upplevelserna. Denna kärleksfulla närvaro kan inte mätas med fysiska mätinstrument. Här är det vårt eget medvetande som är mätinstrumentet.

För att på djupet förstå den kärlek och mening som nämnda upplevelser vittnar om, behöver vi därför utgå från att livet är något mycket mer än det vi kan iaktta med nuvarande sinnen och mätinstrument. Det krävs en hypotes om att medvetandet är en enhet som kan uppleva oberoende av den fysiska kroppen och hjärnan.

I den andliga vetenskapen är utgångspunkten att det bakom allt vi upplever med våra fysiska sinnen finns ett medvetande som överlever födelse och död, som har längtan och förmåga att skapa och uppleva, som kan ackumulera erfarenheter från liv till liv och därmed genomgå utveckling.

⁵ Edgar Mitchell with Dwight Williams, *The Way of the Explorer – an Apollo Astronaut’s Journey through the Material and Mystical Worlds*, sid. 75 resp. sid. 225, (Dr. New Page Books, 2008). Citaten översatta av Anne Pullar.

Kärlekens frigörande och helande kraft

Det finns ingen drivkraft som är så grundläggande som längtan efter kärlek. Samtidigt finns det nog inget som är så missförstått. För det mesta blandar vi ihop den mänskliga frigivande kärleken med förälskelsens självupptagna begär. Dessa två slags sympatier och förhållningssätt står i motsättning till varandra på livets alla områden. Att genomskåda och lära sig skilja på hur dessa två krafter verkar i det egna medvetandet och i omvärlden är avgörande för all mänsklig utveckling och för att skapa livgivande relationer och en fredligare värld.

Med utgångspunkt i Martinus (1890–1981) andliga vetenskap – som ger en överblick över livets bärande logiska och kärleksfulla struktur – erbjuds med hjälp av utvecklingstanken, bland annat via reinkarnation och karma, en större förståelse för äktenskapets kris, för nya samlevnadsformer, fysiska och psykiska sjukdomar och individernas olika moraliska standard. Med beskrivningen av övermedvetandet, i vilket vi lagrar alla erfarenheter och talanger från liv till liv, ges en djupare förklaring till den allt snabbare förvandlingen av värderingar, relationer och livsstil.

I boken sätter Sören Grind bland annat in anknytningsteorin i ett reinkarnationsperspektiv och visar att de utmaningar vi möter under barndomen kan ses som djupt meningsfulla. Med inblick i en kosmisk psykologi – som visar hur alla livserfarenheter på lång sikt bidrar till utvecklingen av vår kärleksförmåga – kan vi få en avgörande överblick och vägledning i de stora förändringar som sker både inom oss, i samhället och i en globaliserad värld. Kompletterat med egna erfarenheter och fallbeskrivningar, bidrar Sören i *Livet – en fråga om kärlek* till en upplevelse av mening, och till insikter och redskap som kan bistå vår mänskliga utveckling.

VÄRLDSBILD FÖRLAG
www.varldsbild.se

