

SÖKAREN

PRIS 18:00 INKL. MOMS

NR10

1986 ÅRGÅNG 23



Nära döden-upplevelser

Nära döden-upplevelser

Ett symposium

Kan nära döden-upplevelser förklaras med syrebrist i hjärnan? Eller bevisar de att vi har en själ som kan frigöras från kroppen?

Den 22 februari i år anordnades i Medborgarhuset i Stockholm ett symposium om forskningen kring nära döden-upplevelser: upplevelse, analys och tolkning.

Symposiet föranleddes närmast av att den amerikanske hjärtläkaren Michael Saboms bok *Recollections of Death. A medical investigation* kommit ut i en svensk översättning (*Vi upplevde döden*, Natur och Kultur 1985) gjord av överläkare Göran Grip, som också var huvudpersonen på symposiet. Grip utformade symposiet tillsammans med läkaren Jan Pilotti. Övriga medverkande var psykologen Kersti Wistrand, psykiatern Nils-Olof Jacobson och fysikern Håkan Snellman. Arrangör var Föreningen för psykobiofysik; initiativtagare och samordnare var Göran Brusewitz.

Mycket nära bevis

Göran Grip berättade först om en egen nära döden-upplevelse. Han inledde med att förklara att det egentligen inte går att med ord riktigt beskriva en sådan erfarenhet, men han ville göra ett försök. (På sidorna 10-11 finns hans skriftliga redogörelse.)

Därefter talade Göran Grip om karakteristiska drag hos nära döden-upplevelser.

— En av de första känslorna, som de flesta har, är insikten att man är död. Det rör sig om en intuitiv förståelse, en vetskap, och de tvivlar inte. Inte en enda har sagt: "Jag var nära att dö." Eller: "Jag var döende." Nej, de säger: "Jag var död." Och de finner att det är skönt att vara död. Det är en av de underbaraste upplevelser de haft.

— Så här säger en man som fick hjärtstillestånd: "Jag tror att jag var död en liten stund, jag menar åtminstone andligen. Jag tror att min själ lämnade kroppen en liten stund. Om det här är döden, så är den inte så dum."

— Det finns också en litet ovanligare berättelse, som är mer detaljerad. En man möts av två personer som är klädda i khaki. "Först av allt var det två män som mötte mig, och de visade mig stor respekt, lika hög aktning som om jag varit amiral i flottan. De kallade mig vid namn, och de hade väntat på mig. Ja, det kändes så verkligt, så jag förstod genast att jag var död."

— Flera personer säger att detta att vara död var något mycket verkligare än verkligheten. Ja, det är det som är verkligheten, medan det här livet bara är en dröm. Man blir inte rädd för detta nya tillstånd, utan man vill tvärtom gärna fortsätta att vara där. Så här säger en man som haft svåra smärtor på grund av en blödning till hjärtsäcken, vilket gjorde att varje hjärtslag kändes som ett hårt hamarslag i bröstet: "Det var det mest underbara ögonblicket i hela världen, när jag lämnade den här kroppen. Allting som jag såg var oerhört behagligt. Jag kan inte föreställa mig någonting i världen, eller utanför världen, som det skulle kunna gå att jämföra med. Till och med det allra vackraste ögonblicket i livet går inte att jämföra med det jag upplevde."

— Men, påpekade Göran Grip, det är viktigt att konstatera att kroppen inte är död vid de här tillfällena. Hjärtat har stannat. Men det är inte dött. Det har bara slutat att fungera normalt. Varenda cell i hjärtat fungerar. Och hjärnan är inte död. När blodtill-

förseln till hjärnan upphör, så förlorar man medvetandet inom fem sekunder på grund av syrebrist. Och det är ett uttryck för att hjärnan inte längre fungerar normalt. Men ingen enda cell i hjärnan är död. Om blodcirkulationen kommer igång igen inom fem minuter, kommer hjärnan att återhämta sig helt och hållet, utan minsta men. Om å andra sidan blodcirkulationen inte har kommit igång inom tjugo minuter, så dör hjärnan oåterkalleligt.

— De här personerna har varit övertygade om att de varit döda. Deras kropp har inte fungerat på normalt sätt, men den har inte varit död. Själv ser jag ingen motsättning mellan dessa båda fakta, men vi skall inte glömma bort att de finns. Det ena är ett *biologiskt faktum* — det andra är en *upplevelse*.

— För den som hänger där uppe under taket, är detta en fullständigt verklig upplevelse, som klart och tydligt skiljer sig från en dröm. En dröm kan ju kännas helt verklig medan den pågår, och i drömmen kan man acceptera de mest överkliga händelser som naturliga *just då*, men medan nära döden-upplevelsen pågår, har man kvar sitt normala verklighetssinne, och man inser omedelbart hur underlig situationen är.

— Det finns en annan sak som också skiljer den här upplevelsen från en dröm. Även om en dröm känns verklig så länge den pågår, så vet man ju *efteråt* alltid att det bara var en dröm. Nära döden-upplevelsen däremot känns lika verklig *efteråt* som den var medan den pågick. Ingen tvivlar på att han faktiskt *befann* sig där uppe under taket. Man inser hur absurt det låter, men man *vet* att man verkligen var där. Och i själva verket



Göran Grip

"Sabom har kommit så nära bevis som man kan komma för att det som de här människorna tycker sig se, när de är utanför sin kropp, är vad som verkligen inträffar."

är det många som tycker att den här upplevelsen var *mer* verklig än vår vanliga verklighet. Som en man uttryckte det: "Jag *vet* att det var verkligt. Jag *vet* att jag var där uppe. Jag *vet* det. Jag såg saker och ting precis som jag ser dem nu. Men om du ställer mig mot väggen, så har du mig fast. Jag kan inte bevisa det."

Göran Grip tog också upp det faktum att sådana här upplevelser inte passar in i vår vanliga uppfattning av världen. Vi är inte vana att höra sådant här berättas, och vi har ingen förklaring till det. Vi vill försvara vår världsbild. Det måste vi göra för att inte bli förvirrade och psykotiska. Ett sätt vi har att försvara oss mot något nytt och okänt är att avvisa alltsammans som fantasi: "Han hittar på bara. Han pratar så mycket." Eller också bortförklarar vi det: "Det var bara en dröm, eller en hallucination. Du har varit svårt sjuk. Men du skall bli bra igen, skall du se."

Ett bättre sätt att möta nya och ovanliga påståenden om verkligheten är att pröva dem förutsättningslöst för att se om de håller, underströk Göran Grip. Och han berättade om Saboms metod.

— Sabom har kommit så nära bevis som man kan komma för att det som de här människorna tycker sig se, när de är utanför sin kropp, det är vad som verkligen inträffar. Han har frågat ut flera patienter om alla detaljer de kan komma ihåg från den återupplivning som de sett, bland annat medicinska detaljer, vars betydelse de inte alltid riktigt förstår själva. Och så har han jämfört detta med journalerna från deras återupplivning och ibland med vad ögonvittnen berättat. Det har visat sig att han inte kunnat besluta en enda patient med ett enda fel i sin framställning. Han har granskat ungefär ett hundra nära döden-upplevelser från ungefär sjuttio personer. (Några har haft mer än en upplevelse.) De flesta var så uppfyllda av känslan av lätthet, klarhet och lycka att de fullständigt struntade i vad som hände med kroppen och därför bara kan ge mycket allmänna beskrivningar av sin återupplivning. Men det finns tio personer som kan berätta om

många detaljer. Höjdpunkten i Saboms bok är de kapitler där han redovisar de personernas berättelser och visar hur väl de stämmer med verkligheten.

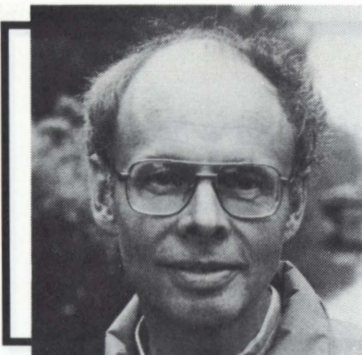
Grip ger ett par fina exempel.

— En man hade haft en hjärtinfarkt och i samband med den en nära döden-upplevelse. Några år därefter opererades han, eftersom ärrer efter infarkten inte dragit ihop sig på normalt sätt, utan var stort och utbuktande och störde hjärtats funktion. Man var tvungen att skära bort ärrer vid en öppen hjärtoperation med hjärt-lungmaskin. Så här berättar han om sin operation: "Jag kom till medvetande. Då hade de redan hållit på en stund med mig. Och jag svävade ungefär en halv meter ovanför mitt huvud som om jag hade varit en annan person i rummet. Jag kan medvetet erinra mig att jag såg två läkare som sydde ihop mig efter operationen. Och jag såg doktor C., tror jag det var, för hans händer var så stora. Han gav mig en spruta eller någonting rätt in i hjärtat två gånger, en på ena sidan och en på andra sidan av hjärtat. Jag kommer ihåg apparaten som de hade för att hålla isär revbenen så att det blev en öppning. Jag kunde se allting. Mitt huvud var täckt, och resten av min kropp var täckt av flera lakan ovanpå varandra. Jag kan komma ihåg en del av vad de pratade om. Och *det* var verkligen en överraskning. Jag var förvånad för jag hade trott att det skulle vara mycket blod överallt. Men det var faktiskt inte särskilt mycket blod, inte så mycket som jag hade trott att det skulle vara. (Det är typiskt för hjärtoperationer att det inte finns särskilt mycket blod i såret.) När de sydde ihop mig, tog de några stygn på insidan av mig först, innan de sydde på utsidan. Och sen sydde de bara ihop mig. Den korte doktorn började här nere (han visade på maggropen) och sydde, jobbade åt det här hållet. Den andre doktorn började nog mitt på och jobbade uppåt. (Det är precis så de brukar göra, för om de börjar i var sin ände, kommer de att stöta samman nära mitten och störa varandra.) Hjärtat ser inte alls ut som jag trodde

att det skulle göra. Det är ju stort. Och det är ändå efter det att doktorn tagit bort små bitar av det. Mitt hjärta påminde litet grand om Afrika, bredare upptill och avsmalnande nedåt. Bönformat skulle man också kunna säga att det var. Kanske är mitt vanskapt. Ytan var skär och gul. Jag trodde att det gula var fettväv eller något sådant, sladdrigt och äckligt liksom. Ett stort område var mörkare än resten. Jag skulle kunna göra en teckning av sågen de använde. Det verkade som om doktor C. gjorde nästan alltihop från min vänstra sida. Han skar bort bitar av mitt hjärta. Han lyfte upp det och vred det fram och tillbaka och tog god tid på sig att titta på det och undersöka det i detalj. De till och med tittade på några av artärerna och venerna och diskuterade vad de skulle göra där. Jag trodde att hjärtat satt till vänster, men det sitter ju faktiskt i mitten. (Det är precis vad det gör!) När de stoppade hjärtat, så kände jag att de gjorde det med nälen, som de stack rätt in i det."

— Detta var bara korta utsnitt ur en lång och fascinerande berättelse. Jag, som själv deltagit i många sådana operationer, kan tala om för er att patientens berättelse på pricken återger hur det ser ut. Han säger att hjärtat var likt Afrika, men om man tittar på vanliga planscher av ett hjärta, så ser det inte alls ut som Afrika, utan det är mer ovalt. Men om man har en mycket allvarlig hjärtsjukdom, med svår hjärtsvikt, då kommer en bit av hjärtat att bukta ut åt höger på ett sätt som man nästan aldrig ser på planscher. Detta framträder särskilt väl under de moment av en hjärtoperation då hjärtat skall börja arbeta igen och hjärt-lungmaskinen successivt stängs av. Beskrivningen av den sladdriga konsistensen är också träffande.

— Vi skall jämföra några av patientens yttranden med vad som står i operationsberättelsen. Han säger: "Mitt huvud var täckt, och resten av min kropp var täckt med flera lakan ovanpå varandra." Och så här står det i operationsberättelsen: "Sterilklädes på vanligt vis." Det innebär att lager av lakan läggs över patienten. Sedan säger han: "Jag kan rita en bild



Nils-Olof Jacobson

"Ingenting talar, såvitt jag vet, för att ut ur kroppen-upplevelser är symptom på psykisk sjukdom."

av sågen." I operationsberättelsen står det: "Bröstbenen sågades upp i mitten." Nu hör det till saken att det endast är vid just sådana här operationer som det finns en såg i operations-salen. Han berättar också om haken som höll upp bröstkorgen på honom: "Saken som höll isär revbenen var gjord av stål. Den var där hela tiden." Operationsberättelsen säger: "En självhållande hake sattes in över dukar." Han beskriver också mycket noga dukarna som täckte haken och som är till för att inte andra instrument och trådar skall haka fast i den. Och så säger han: "Ett område på hjärtat var mörkare än resten." Och det är just det som är hans sjukdom! Ett normalt hjärta, som man ser i ett planschverk, har samma färg överallt. Men ärret som han har på hjärtat, har en helt annan färg än resten av organet. Patienten: "Doktorn skar bort bitar av hjärtat och vred och vände på det." Operationsberättelsen: "Ett snitt över aneurysmet sedan hjärtat vänts upp och ned i hjärtsäcken." Det är så man gör. Man måste tippa upp hjärtat, och det ser mycket drastiskt ut. Man tar inte ut det, för det hänger ju fast vid kroppen på ett par ställen, men man kan vrida och vända på det ganska ordentligt. Patienten beskriver hur de sprutade något i hjärtat. Här har han sett något som han misstolkat. Operationsberättelsen säger att luft sögs ut från hjärtat med nål och spruta. Det gör man alldeles innan man skall starta hjärtat igen efter operationen. Finns det luftbubblor i hjärtat, så kan de fara upp till hjärnan och skada den.

Göran Grip menar, som nämnt, att Saboms patientberättelser är så nära bevis man kan komma för att det som patienter ser under sin upplevelse är vad som verkligen inträffar. Men hundra procentiga bevis rör det sig inte om, anser han. Patienterna har ju berättat detta en tid efter själva upplevelsen. De skulle alltså ha kunnat tjuvläsa sina journaler, komma överens med exempelvis hustrun om vad de skulle säga och tänka ut hela berättelsen. Men för sin personliga del tror inte Göran Grip att det gått till så.

Många upplevelser, men inga objektiva kriterier

Nils-Olof Jacobson är med.dr, psykiater och författare. Han har bland annat skrivit boken "Liv efter döden?" (1971) som är en bred översikt av det parapsykologiska forskningsområdet, speciellt med tanke på dess betydelse för frågan om vi överlever döden.

— Kännetecknande för en ut ur kroppen-upplevelse, sa Nils-Olof Jacobson, är att man upplever att centrum för medvetande, det man kallar sitt jag, befinner sig utanför den fysiska kroppen. Ett annat vanligt inslag är att man ser sin egen kropp utifrån. Man uppfattar den då som ett mer eller mindre opersonligt fodral, som ligger där. Men ibland kan fodralet faktiskt vara i full verksamhet.

Omkring 10 procent, eller något mer, i en befolkning tycks ha upplevt detta.

— Sinnesintrycken är antingen som de brukar vara, eller också upplever man alltsammans med förhöjd sinnesskärra. Hörseln är normal, eller också hör man inget alls, utan bara ser.

Nils-Olof Jacobson gav följande exempel:

— "Så skedde det märkliga. Jag upplevde att jag svävade uppåt, jag 'såg' hela rummet uppför, alla närvarande, inklusive mig själv, som låg i sängen. Men när jag skriver 'såg', så är det inte helt korrekt. Det var snarare en klar och tydlig förnimmelse av dem och deras utseende. Hela rummet, över mig, under mig och omkring mig, uppfattade jag på en och samma gång, alltsammans samtidigt och inte som vanligt enbart i synriktningen."

— Det rör sig alltså om en förstärkt synupplevelse med påfallande verklighetskaraktär. De människor som är med om detta i anslutning till sömn och dröm, menar att de helt klart kan skilja det från en vanlig dröm, eftersom det har en helt annan verklighetskaraktär än drömmen.

— Ett annat karakteristiskt inslag är att man upplever sig ha en annan kropp än den vanliga fysiska. Medvetandecentret har alltså en annan sorts kropp. Den beskrivs på olika sätt, exempelvis som en sorts avbild av den fysiska kroppen, fast liksom litet lösare och halvt genomskinlig. Den kan också beskrivas som mer obestämbar och formlös, liksom geléartad, eller som en större eller mindre ballong eller kula, eller som ett slags energicentrum utan bestämda konturer.

— Tidsupplevelsen är annorlunda än i det normala livet på så vis att det är mycket svårt att uppskatta hur länge en upplevelse varar.

Upplevelser av det här slaget kan utlösas från alla tänkbara medvetandetilstånd. Men vilka är vanligast?

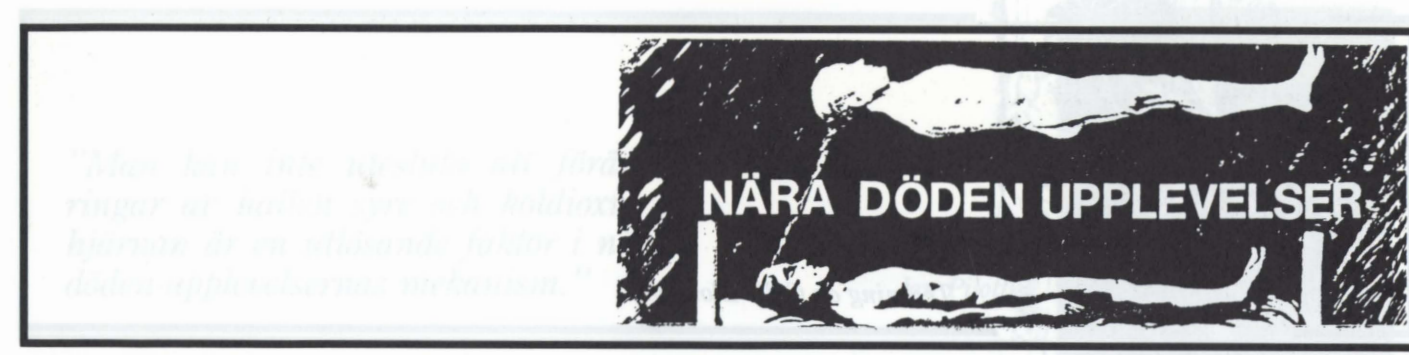
— Det förefaller som om tillstånd i anslutning till sömnen är de vanligaste före en ut ur kroppen-upplevelse. Man vaknar alltså och har en ut ur kroppen-upplevelse. Eller också har man en dröm som övergår i en ut ur kroppen-upplevelse. Det kan också inträffa i anslutning till insomnandet eller uppvaknandet.

Ett angränsande tillstånd är avslappning. En kvinna berättar:

— "När jag fick mitt andra barn, upplevde jag följande på BB. Jag låg i sängen och slappnade av. Kroppen låg kvar i sängen, medan ett annat jag, eller själen, lämnade kroppen. Själen, eller jag, blev sittande uppe vid taket. Därifrån kunde jag se ner på de andra mammorna. Så fick jag se läkarna komma in i salen, så det blev bråttom ner igen. Kroppen fick jag skaka mig in i. Jag kom in precis när läkarna var framme vid min säng. De trodde jag sov djupt."

— Karakteristiskt för ut ur kroppen-upplevelsen är känslan av ett fullständigt fungerande jag som befinner sig utanför hjärnan, och den stora överraskningen när man ser sin egen fysiska kropp; det är mycket vanligt att den överraskningen leder till att man omedelbart finner sig vara tillbaka i den fysiska kroppen igen.

Nils-Olof Jacobson sa också att det finns ett avsevärt antal personer som säger sig ha förmågan att själva framkalla ut ur kroppen-upplevelsen. Van-



ligen har det varit så att de en gång spontant gått ut ur kroppen och då blivit så fascinerade av detta att de börjat experimentera med olika tekniker för att framkalla tillståndet igen. Eller också har de läst om detta, blivit intresserade och börjat experimentera. Det finns till och med folk som startat institut där de lär ut sina tekniker till andra. En av dessa är den amerikanske affärsmannen Robert Monroe som skrivit några böcker och leder kurser i konsten att gå ut ur kroppen.

Ut ur kroppen-upplevelsen kan också komma utifrån det vanliga vardagsmedvetandet.

— "Jag upplevde det jag nu berättar om under ett par sommarmånader. Första gången det hände gällade jag morötter i trädgården. Plötsligt befann sig mitt medvetandecentrum utanför kroppen. Jag betraktade mig själv liggande på knä i morotslandet. Det var en fantastisk upplevelse som är svår att beskriva, en omätlig lätthet och glädje i sinnet. Jag hörde inga ljud, och jag hade ingen känsla av min fysiska kropp."

Samma sak hände tre gånger. Varje gång kom hon tillbaka till sig själv, när hon hörde barnen kalla på sig. Genom att meditera försökte hon sedan få uppleva samma tillstånd igen, men det lyckades aldrig.

Nils-Olof Jacobson berättade också om ett fall där en person deltog i en internationell konferens och blev invecklad i en ordstrid med en meningsmotståndare, medan hans medvetande befann sig utanför kroppen; det svävade under taket som en stor rund kula eller ballong och iakttog vad som skedde, inklusive hur det egna fysiska jaget klarade sig i debatten nere i salen.

— "Jag lyssnade till vad jag framförde för argument mot min motståndare. Men inte nog med att jag lyssnade. Jag reflekterade och konstaterade med tillfredsställelse att jag klarade engelskan hyggligt och att jag till och med använde flera engelska uttryck som jag inte hade klart för mig att jag behärskade. Jag kände mig tillfreds med att jag förde fram de rätta argumenten och var ganska

nöjd med min egen insats. När diskussionen ebbade ut, vände jag tillbaka till min kropp och var ganska avslappnad. Efteråt fick jag en komplimang av ordföranden för att jag hade klarat mig såpass bra."

Nils-Olof Jacobson gav också ett exempel på en nära döden-upplevelse från kriget.

— "Jag blev svårt skadad under ett bombanfall. Jag dog där. Hjärtat stannade, och lungorna fungerade inte. Jag lades vid sidan av en som var helt död. Hennes jag svävade över kroppen och hon sa: 'Oh, jag är fri!' Och så försvann hon. Jag gick runt omkring bland dem som satt i rummet och bad om vatten, och jag kunde inte förstå varför de inte kunde höra mig. Jag försökte själv ta vatten från en kran, men jag kunde inte vrida på den. Och då kom jag tillbaka i kroppen och stönade. En person kom och gav mig litet vatten."

Det finns olika varianter av ut ur kroppen-upplevelsen. I en variant befinner sig den upplevande i samma fysiska omgivning som kroppen, antingen några meter från den eller litet längre bort. Han ser kroppens omgivning, men ur ett annat perspektiv.

— Det finns rapporter om att två personer samtidigt kan ha en ut ur kroppen-upplevelse och då uppleva kontakt med varandra. Men det är ovanligt. Det finns också rapporter om att man i enstaka fall i det utanförkroppsliga tillståndet kunnat kommunicera med någon som varit kvar i den fysiska kroppen.

Det finns också övergångsformer till andra, mer symboliska världar.

— Till den kategorin kan vi räkna nära döden-upplevelser där sådana symboliska inslag som tunneln, livs-panoramat (man ser sitt föregående liv spelas upp som en film), ljusvägen och upplevelsen att vara vid en gräns kommer in. Man kan kommunicera med avlidna anhöriga. Innehållet i kommunikationen är ofta ett budskap från den döde. Din tid är ännu inte inne. Du skall inte komma hit ännu, utan du skall tillbaka.

— Man kan också komma in i en annan värld, där man klart upplever att det man rör sig i inte är den fy-

siska världen, utan en värld av annat slag, vilken lyder under helt andra lagar. I denna andra värld kan man uppleva kontakt med okända väsen, som inte har någon fysisk kropp men som man kommunicerar med. Man kan gå genom olika stadier i denna andra värld. Det finns ganska utförliga beskrivningar av sådana upplevelser, exempelvis från Robert Monroe och dem som deltagit i hans kurser.

— Det finns också övergångsformer till en kosmisk eller mystisk upplevelse, där man uplever att man befinner sig i ett tillstånd av rent ljus, där man är ett med hela universum. Man upplever att all tid och allt rum existerar samtidigt. Detta är mycket svårt att beskriva med ord. Orden räcker inte till.

I en sammanfattning sa Nils-Olof Jacobson att det inte finns något objektivt sätt att fastställa att någon haft en ut ur kroppen-upplevelse. Man har försökt konstatera det med hjälp av bland annat EEG. Emellanåt har man kunnat registrera ovanliga kurvor på EEG, när en person påstått sig ha en ut ur kroppen-upplevelse. Men, säger Nils-Olof Jacobson, för sådana undersökningar är man ju beroende av en försöksperson som kan åstadkomma en ut ur kroppen-upplevelse på beställning, och sådana personer är mycket sällsynta.

Så, något objektivt kriterium på att en ut ur kroppen-upplevelse ägt rum finns ännu inte.

Nils-Olof Jacobson ställde också frågan om ut ur kroppen-upplevelser är hallucinationer i betydelsen överkliga upplevelser, som beror på något sjukligt eller onormalt tillstånd hos hjärnan.

— Hur skall den frågan kunna besvaras? Man kan ju, sa Nils-Olof Jacobson, studera personer som haft många ut ur kroppen-upplevelser och se efter om de visar tecken på psykisk sjukdom. Robert Monroe utsattes för ett sådant studium av en psykiolog och en psykiater. De fann att utifrån psykologisk synpunkt kunde man mycket väl förklara hans upplevelser med diverse fina termer, så-



Teckning av Calle Blomqvist

som infantila flygfantasier. Men de fann inget som helst tecken på psykisk sjukdom hos honom. Han hade aldrig haft kontakt med psykiatrisk vård, och han visade inga tecken på att behöva det heller.

— Tremlov med medarbetare skickade ut ett frågeformulär, PAL, som anses vara ett av de mest tillförlitliga, när det gäller att bedöma psykisk hälsa, till en grupp människor som haft ut ur kroppen-upplevelser. Man fann att dessa personer enligt denna test var helt normala. De representerade ett brett spektrum av olika utbildning, olika bostadsorter, olika sociala förhållanden. De utgjorde ett genomsnitt av befolkningen.

Nils-Olof Jacobson avslutade:

— Det finns, såvitt jag vet, ingenting som talar för att ut ur kroppen-upplevelser är symptom på psykisk sjukdom. Sen kan man ju fråga sig: varför går somliga ut ur kroppen? Men man kan lika väl vända på det och fråga: Varför i all världen stannar vi andra så envist kvar i våra kroppar hela tiden?

Är abnormitet i hjärnfunktionen förklaringen?

Jan Pilotti är läkare och tillsammans med Kersti Wistrand redaktör för boken "Medvetandet och döden" (1982). Han tog på symposiet upp frågan om ut ur kroppen-upplevelser kan förklaras som följd av processer i hjärnan. Hjärnan kan förstås fungera annorlunda hos personer som befinner sig nära döden, sa Jan Pilotti, och kanske kan detta förklara upplevelserna. Medicinpåverkan är också en tänkbar förklaring.

— I samband med hjärtinfarkt med stora smärtor ger man morfin som smärtstillande medel, och man vet att morfin kan ge upphov till hallucinationer.

Pilotti tog ett exempel från Saboms bok på en sådan upplevelse. En patient hade haft både en nära döden-upplevelse i samband med en operation och en upplevelse under påver-

kan av morfin. Han tyckte att den senare upplevelsen var helt annorlunda än nära döden-upplevelsen.

— Han fick en smärtstillande spruta morfin efter en operation. "När jag kvicknade till efteråt, hade jag en syn där en av läkarna kom och satte sig på sängkanten och sa: 'Nå, berätta nu var den tidsinställda bomben är!' Jag skulle inte själv ha kunnat tänka ut något sådant som en tidsinställd bomb, men jag hörde en klocka ticka någonstans och trodde att det var det som var 'bomben', och sen kändes det som att vi satt på en restaurang tillsammans. Först satt han på sängkanten, och nästa bild var att vi satt på restaurang i ett rum eller en liten skrubbit vid sidan om, och mina vänner satt runt omkring och åt middag, och läkaren sa: 'Det är nog många människor här som kommer att bli skadade. Vi måste få reda på var bomben finns! Sen försvann detta, och efter en stund vaknade jag upp. Min sköterska sa: 'Du pratar en massa smörja, när du sover!' "

— Den här personen säger att denna upplevelse under morfinpåverkan var helt olik nära döden-upplevelsen, vilken han uppfattade som helt verklig.

— Detta bevisar inte att inte mediciner kan vara orsak till nära döden-upplevelser, men det antyder att det finns skillnader mellan dem och upplevelser under morfinpåverkan.

— En annan tänkbar orsak till nära döden-upplevelser är syrebrist i hjärnan. Vid hjärtstillestånd får hjärnan ganska snart en försämrad syresättning. Man vet att när flygare utsätts för nedsatt syrehalt i den luft de andas, blir de först litet upprymda. Det har jämförts med alkoholrus. Sedan följer ett slags tunnelseende beroende på att de yttre delarna av näthinnan är mest känsliga för nedsatt syrehalt. Man ser omgivningen med en rund, svart ring omkring, eftersom man ser med den centrala delen av näthinnan, som klarar syrebristen bäst. Detta skulle eventuellt kunna förklara vissa tunnelupplevelser nära döden. Det finns ett fall där en man i dödens närhet ser en tunnel och sköterskan i andra änden. Där är det ju lätt att

tänka sig att det rörde sig om en inskränkning av det perifera seendet. Men det finns också fall där man i andra änden av tunneln sett sin egen kropp ligga på operationsbordet. Och det kan *inte* förklaras bara med en inskränkning av det perifera seendet.

— När det gäller flygarnas mentala upplevelser i tunn luft, så har de först en lyckokänsla, och det kan ibland också förekomma en skärpt hörsel, men sedan kommer nedsatt koncentrationsförmåga samt försämrat minne och omdöme. Flygarnas erfarenheter skiljer sig markant från den tankeklarhet och de skärpta sinnen som människorna med nära döden-upplevelser beskriver. Så det finns skillnader, men vissa likheter också.

— Något som inträffar när hjärtat slutar pumpa blod, är att det samlas slagprodukter, till exempel *koldioxid*, som är en "slagprodukt" från celledningen, och detta stannar i hjärnan. Michael Sabom tar i sin bok upp några intressanta experiment som en amerikansk psykiatriprofessor, Meduna, har gjort. På femtiotalet experimenterade han med neurosbehandling av både friska och sjuka personer, som fick andas in en blandning av syre och *koldioxid*. Sabom skriver: "Medunas försökspersoner beskriver en stor mängd subjektiva fenomen. En del påminner starkt om element i nära döden-upplevelser, till exempel ett starkt ljussken, en känsla av kroppsligt avskiljande, uppväckande av gamla minnen, utsäglighet, telepatisk kommunikation med religiös närvaro och en känsla av kosmisk betydelse och extas." En försöksperson säger: "Jag kände som om jag tittade ner på mig själv, som om jag var här ute i rummet, jag kände ett slags separation." Det här påminner ju väldigt mycket om nära döden-upplevelser. Men Sabom påpekar att det också finns skillnader. För Meduna skriver att en del av hans försökspersoner fick fantasier om att de såg musikaliska noter dansa omkring, och de fick tvångstankar att lösa matematiska problem — och åtminstone det senare har vi inte hört talas om i någon nära döden-upplevelse.

— Man kan inte utesluta, sa Jan Pi-

"Man kan inte utesluta att förändringar av halten syre och koldioxid i hjärnan är en utlösande faktor i nära döden-upplevelsernas mekanism."

Jan Pilotti



lotti, att sådana här förändringar av halten syre och koldioxid i hjärnan är en utlösande faktor i nära döden-upplevelsernas mekanism.

— Det är mycket sannolikt att det sker en hel del förändringar i hjärnans signalsubstanser och hormoner som åtminstone samvarierar med psykiska upplevelser och att det sker stora förändringar i hjärnan nära döden, vilka vi ännu inte har studerat. Man kan också tänka sig att sådana förändringar har något att göra med de ut ur kroppen-upplevelser som inte sker nära döden, utan i samband med meditation, avslappning.

— Men kan vi tro att dessa förändringar i hjärnas arbete är orsak till nära döden-upplevelserna? Kan de ge upphov till hallucinationer, i betydelsen varseblivning som saknar motsvarande retning från yttrevärlden, vilka kan upplevas som mer eller mindre verkliga?

Ja, hur kan en hallucination uppkomma?

— Redan 1845, sa Jan Pilotti, var det en läkare som hette Moreau som menade att hallucinationer uppkommer på grund av ökad excitation eller ökad aktivitet i hjärnan, så att *tankar* och *minnen* kan omvandlas till något som liknar sinnesbilder.

Jan Pilotti beskrev så ingående några moderna teorier för hur man tänker sig att hallucinationer uppstår.

— Normalt blockerar inkommande sinnesintryck minnet och tanken, men när sinnesintrycken upphör, minskar blockeringen så att minnen och tankar kan "frigöras" och se ut som om de kommer via sinnesorganen och på så sätt bli falska sinnesupplevelser, hallucinationer. Exakt hur det går till, vet man inte. Blockeringen kan upphöra nära döden, då normala sinnesintryck minskar, eller vid så kallad sensorisk isolering. På detta sätt skulle man kanske kunna förklara hur en av Saboms patienter, som först sett sin egen återupplivning, sen ser sina faktiskt fortfarande levande barn som änglar! Fast vi måste komma ihåg att denna förklaring bygger på obevisade antaganden att hjärnan kan producera upplevelser. Även transcendensen med ljus-

varelse och döda släktingar, liksom de enstaka helvetesupplevelser som finns, skulle kunna förklaras så. Transcendensen är ju definitionsmässigt en hallucination, då den inte har någon motsvarighet i sinnevärlden, vår vanliga verklighet. Men därav följer inte att detta måste vara hjärnspöken, ty det är inte uteslutet att personerna upplever en annan del av verkligheten, men när det gäller transcendensen går den saken knappast att kontrollera.

— Men hur är det då med Saboms fall där det som patienterna har sett faktiskt stämmer med journalerna? Detta kan inte bara vara hallucinationer, som ju enligt definitionen inte har någon motsvarighet i omvärlden.

— Man kan tänka sig flera förklaringar här. Kanske Sabom har hittat på det? Det finns visserligen enstaka anekdotiska berättelser från andra personer som stämmer överens med Saboms fall, men han är hittills den enda som har publicerat jämförelser med journaler. Kanske har patienterna läst sina journaler? Eller kanske hörsel- och känselintryck av det som sker styr hallucinationerna så att de stämmer med verkligheten? Och en del fall är kanske ren slump?

— Saboms material är för litet för att man skall kunna dra säkra slutsatser, men när jag läser hans berättelser igen, får jag allt svårare att tro att de kan förklaras av slump och känsel- och hörselintryck. Men vad kan det då vara? Kanske klärvoajans eller andra ESP-förmågor, som beror på hjärnan, vilket den finländske filosofen Rosing har föreslagit? Det kan vara möjligt, men hur det skulle gå till kan vi inte vetenskapligt förklara. Dessutom förklarar det inte personens upplevelse att vara utanför sin kropp. Personer som upplevt både att de kunnat se andra platser, medan de varit kvar i kroppen, s k fjärrseende, och att de varit utanför kroppen, betonas att det finns avgörande skillnader mellan dessa olika erfarenheter. Det är därför inte alls säkert att Rosings ESP-förklaring skulle bli enklare än att tolka den utanförkroppsliga upplevelsen som verklig, dvs acceptera att medvetandet kan finnas

och uppleva världen även utan kroppen och hjärnan. Men vad är det egentligen som lämnar kroppen? Och, frågar Rosing, hur kan man tro att en "immateriell själ skall kunna se materiella föremål utan ögon och hjärna"?

— Det där är viktiga frågor, men jag skulle vilja ställa en motfråga: Hur kan vi se *med* ögon och hjärna? Jag har aldrig begripit det, och jag är inte ensam om den saken. När hjärnforskaren Roger Sperry var här och hämtade sitt nobelpris för forskningen om hjärnhalvornas olika funktioner, blev han tillfrågad vad han önskade sig för upptäckt i framtiden. Han svarade utan att tveka: "Att få reda på hur hjärnan producerar medvetna upplevelser." Sperry tror liksom de flesta att det är hjärnan som skapar upplevelserna, men han vet att ingen har en aning om hur detta skulle gå till! Låt mig ta ett exempel! Vi kan mycket detaljerat beskriva vad som händer när vi tittar på ett grönt äpple: vissa våglängder av ljuset, som är en elektromagnetisk vågrörelse, reflekteras, återkastas, från äpplet, träffar vårt öga och når näthinnan, där det uppfångas av ljuskänsliga celler. Ljusets energi orsakar då först kemiska förändringar som i sin tur ger upphov till elektriska nervsignaler, tillika leds via synnerven, kopplas om i flera steg och når synbarken som en komplex elektrokemisk signal. Här, säger man, uppstår upplevelsen av ett grönt äpple.

Hur är detta möjligt? I den objektiva beskrivningen av ljuset och hjärnan finns ingenting som är grönt eller ens liknar ett äpple. Och äpplet ser vi *i handen*, men hjärnprocessen som skulle orsaka upplevelsen är *i hjärnan*! Detta är mycket märkligt och faktiskt ett olöst problem. Det finns många förslag om hur hjärnan och medvetandet hänger ihop, men ingen teori som på ett begripligt och tillfredsställande sätt kan förklara ens våra vardagliga synupplevelser. Det är minst lika paradoxalt att vi kan se med hjärnan och ögonen som att vi skulle kunna se utan hjärna och ögon! Rosings kritik av tolkningen av utomkroppsliga upplevelser som verkliga faller.



Kersti Wistrand

"C. G. Jung, som själv hade haft en nära döden-upplevelse, menade att medvetandet inte nödvändigtvis är bundet till hjärnan."

— Jag tror det ligger mer i det som Bergson varit inne på: hjärnan skapar inte medvetandet, utan begränsar det, anpassar det till en mindre del av verkligheten, dvs hjärnan har ett slags filterfunktion. Men när hjärnan fungerar annorlunda, som t ex nära döden, minskas filterfunktionen och vi kan uppleva en större verklighet. Jag tror att vi kanske kan finna en lösning på problemet hjärna-medvetande, som också förklarar våra vardagliga upplevelser, om vi tar utanför kroppsliga upplevelser på allvar och släpper tanken att hjärnan behövs för att skapa upplevelser, och i stället ser att den har en helt annan funktion.

Under föredraget kunde Jan Pilotti inte presentera någon sammanhängande modell för detta nya synsätt. Men i en antologi "Nytänkande-medicin-odling-teknik-medvetande", red. Nils-Olof Jacobson, som kommer på Norstedts förlag nästa år, har han presenterat en skiss av en sådan modell, som utifrån en sexdimensionell relativitetsteori och kvantmekanik kan ge en beskrivning av både vardagliga och mystiska upplevelser och som förenar vetenskapliga och religiösa sanningar.

NDUr är kända från alla tider

Kersti Wistrand är psykolog och religionshistoriker samt medredaktör för boken "Medvetandet och döden". Hon berättade att forskningen kring nära döden-upplevelser på allvar började under 1970-talets senare del men att liknande upplevelser är kända från alla tider och kulturer.

— De egyptiska pyramiderna byggdes t ex för själen Ba, vilken antogs vid döden lämna kroppen och sedan leva kvar i dess närhet under en tid.

— I *Tibetanska dödsboken* från 800-talet skildras hur lamorna genom en speciell teknik (mantror, meditation) lotsar den döende genom transcendensten så att han skall nå det klara ljuset (känslös symbol för rymden, tomheten eller Nirvana) vid fullt medvetande.

— Även i Europa fanns under medeltiden dödsböcker, t ex *Ars mor-*

riende (konsten att dö). Det klara ljuset, andar och demoner finner vi också i Dantes *Divina Commedia*. I den medeltida visionsdiktningen finns flera berättelser som säkert har verkliga nära döden-upplevelser som grund.

— I vårt eget land kan den samiske nåjden, medicinmannen, nämnas. Genom en speciell teknik kunde denne försätta sig i trans och på så vis nå en utomkroppslig upplevelse, där t ex bortsprungna renhjordar kunde upptäckas. Han kunde också gå in på den transcendent medvetandenivån, där hans främsta uppgift var att hämta tillbaka svårt sjuka människors själar.

— Den moderna forskningen inleds på 1870-talet genom att den schweiziske geologiprofessorn Heim under en klättring i Alperna föll ned för ett stup, men landade mjukt i snön. Han upplevde därvid bilder från sitt tidigare liv passera revy, såg en blå himmel med små rosa moln samt hörde orgelmusik. Heim samlade ett trettiotal liknande upplevelser, vilka psykoanalytikern och prästen Pfister analyserade på 30-talet. Denne förklarade det som "chocktankar och fantasier", uppkomna för att skydda det vakna medvetandet från alltför stor stress. De psykoanalytiskt orienterade Noyes och Kletti kartlade under 1970-talet liknande chockupplevelser vid andra typer av olyckor och jämförde dessa med mentalsjukas upplevelse av depersonalisation, men fann att det var stor skillnad. De senare var avtrubbade i sin perception, medan de som hade upplevelser i samband med olyckor, hade en mycket klar perception och snabb tankeverksamhet.

— I slutet av 60-talet hade nya hjärtåterupplivningsmetoder uppfunnits. I samband med detta överlevde fler patienter som haft hjärtstillestånd. Dessa kunde ibland berätta hur de svävat ovanför sin egen kropp. I en medicinsk bok för läkare i USA beskrivs detta 1974 under titeln "psykiatrisk komplikation" med anmodan att sända patienten till psykiater!

— Så kom Moodys båda anekdotiska böcker som gjorde nära döden-

upplevelser kända för en bred allmänhet. Den första vetenskapliga forskningen på området presenterades 1979 av psykologiprofessorn Ring, medan den intressantaste forskningen hittills har gjorts av hjärtläkaren Sabom, som intervjuat egna patienter och funnit slående överensstämmelser vid jämförelser mellan deras berättelser och läkarsjournaler. Idag bedrivs forskning vid ett tiotal universitet och kliniker i USA.

Kersti Wistrand tog också upp olika psykologiska skolors tolkningsmetoder.

— Freud menade, sa hon, att ingen kan föreställa sig sin egen död, och när vi försöker, så gör vi det som åskådare. Därav följer att vi tror oss vara odödliga. Han ansåg att vi fantiserar och fyller ut tomrummet för att reducera den separationsångest som uppstår då vi tänker på döden. Dit hör tillstånd som förenar människor, t ex paradiser eller visioner av möten med redan avlidna. Mystiska tillstånd motsvarar omedvetna minnen och känslor från moderlivet, vilka dyker upp i form av hallucinationer i livets slutskede.

— De få psykoanalytiker/psykodynamiker som uttalat sig, menar att nära döden-upplevelsen kan ses som ett försvar, nämligen ett förnekande av döden. "Dödshotet aktiverar omnipotenta fantasier om överlevnad i hallucinatorisk form", menar Ehrenwald.

— För Freud var religionen en infantil manifestation. Den religiösa människan längtar efter Gud-Fadern, precis som det lilla barnet visar samma känslor gentemot sin far. Freud menade att människan skall växa ifrån religionen och frigöra sig från de gudar hon skapat. Vetenskapen är det bästa instrumentet att avslöja hur världen egentligen är, ansåg han.

— Om man så vill, kan man i den ursprungliga freudianska skolan se ett reduktionistiskt system, menar Kersti Wistrand. I den mänskliga naturen finns inget annat än biologiska drifter i arbete, och det omedvetna är en källa till villfarelse med avseende

på överlevnad. Historiskt sett har psykologin samband med den klassiska fysiken. Under 1800-talet, då psykologin utvecklades till en självständig vetenskap, övertogs experimentella metoder från fysiken. De tidigaste biologiska pionjärerna var samtidigt fysiker, t ex Wundt, Weber och Fechner.

— Också Freud var influerad av fysiken. Hans mål var en teori baserad på vetenskapliga modeller. Då han talade om psykiska energier och psykiska laddningar, får man därför förmoda att han utgick från att hjärnan och nervsystemet producerar den energi som används för psykiska processer inklusive jagets uppbyggnad. På så vis blir medvetandet en produkt av hjärnan, en produkt som upphör att existera då hjärnan dör.

— Jung, som själv hade haft en nära döden-upplevelse, menade att medvetandet inte nödvändigtvis är bundet till hjärnan. I detta perspektiv är inte heller medvetandets överlevnad en orimlig tanke.

Kersti Wistrand samlar svenskt material kring nära döden-upplevelser och andra utomkroppsliga upplevelser för forskningsändamål, och de som haft upplevelser är välkomna att skriva till henne under adress K. Wistrand, Hornsgatan 29 D, uppg. B, 1 tr., 116 49 Stockholm.

Håkan Snellman, docent i teoretisk fysik vid Tekniska högskolan i Stockholm, höll ett föredrag om vetenskap och verklighet. Han utgick från Sokrates fråga: "Vad är verkligheten?" och menade att, i motsats till vad de flesta tror, så har rätt litet hänt efter honom. Vi står ännu långt från ett tillfredsställande svar på frågan vad verkligheten är.

Anm. Utskrifterna från kassett, som samordnats av Göran Brusewitz, har gjorts av framför allt Eva-Lis Lindberg, Ludmilla Andrews och SM.

Upplevelser nära döden

Michael B Sabom. **Vi upplevde döden.** Stockholm: Natur och Kultur, 1985. Pris ca 180 kr. ISBN 91-27015-35-1.

Recensent: professor David H Ingvar, neurofysiologiska centrallaboratoriet, Lasarettet i Lund.

Saboms bok behandlar samma ämne som R Moodys Jr (bl a av mig kritiserade) bok *"Life after life"* (»I dödens gränsland», Natur och Kultur 1977), en sammanställning av sk nära-döden-upplevelser. Men den är vederhäftigare. Detta intryck förstärks av en introduktion av Göran Grip, överläkare i anesteologi i Lidköping.

Sabom är kardiolog och nalkas frågan vetenskapligt, så gott nu detta går. Han har intervjuat ett hundratal av sina patienter, som haft nära-döden-upplevelse i anslutning till akuta livshotande tillstånd, mest hjärtinfarkter och hjärtstillestånd. Upplevelserna vid insjuknandet och under återupplivningen medförde ofta att patienterna kände sig separerade från sin kropp och utifrån iakttog vad som hände med dem.

Upplevelser av mörker och tomhet, eller ett sken i slutet av en tunnel var vanliga. I ljusskenet syntes gestalter, ibland med religiös utformning, liksom sköna landskap förenade med känslor av tyngdlöshet och snabba flygande förflyttningar. Ett fåtal rapporterade närvaro av Gud eller Jesus, kommunikation med andra personer och förekomst av döda närstående. Vanlig var också återblicken på patientens egen levnad.

Syrgasbrist och dess följder
Den gemensamma nämnaren i dessa fall var med säkerhet syrgasbrist i hjärnan. Om detta finns en omfattande experimentell och kli-

nisk litteratur. På några sekunder blir EEG långsamt och medvetandet försämras på grund av blockad av transmissionen i såväl cortex som hjärnstammen. Till slut tystnar EEG helt och all reflexverksamhet upphör. Så snart hjärtaktiviteten eller hjärncirkulationen åter etablerats återkommer hjärnaktiviteten snabbt eller långsamt beroende på hur djup syrgasbristen varit.

Skadorna på hjärnans ämnesomfattning efter syrgasbrist känner man i dag väl. De ger anhopning av koldioxid och mjölksyra med pH-ändring, störningar i membranfunktionerna, ökat vätskeupptag i cellerna med hjärnödem etc.

Vad som är mindre klart är hur dessa händelser fördelar sig regionalt och hur olika grader av syrgasbrist kan ge olika topografiska mönster av nedsatt eller ökad (epileptisk) aktivitet. Man kan bara ana att antalet mönster är legio. Det är därför ogörligt att ta fram generella slutsatser ur de observationer som Sabom rapporterar.

Jag delar Saboms uppfattning att vår kunskap om nära-döden-upplevelser bör öka. Många patienter funderar över sådana fenomen och söker efter en förklaring. Härvid bör man komma ihåg — vilket Sabom inte betonar tillräckligt — att den ursprungliga skadan, syrgasbristen, kan ge kroniska effekter med nervcells bortfall och psykisk avtrubning. Upplevelsen som bearbetas av en avtrubbad hjärna kan givetvis ge större psykologiska effekter än om patienten sluppit lindrigare undan.

Denna bok kan hjälpa kolleger att tala med patienter som haft t ex hjärtstillestånd och som funderar över vad de upplevt.

David H Ingvar

Ur Läkartidningen nr 32-33, 1986.

Göran Grip: Min NDU

Det var inte förrän jag läste dr Raymond Moodys bok *Life after Life* som jag insåg att jag hade haft en nära döden-upplevelse, NDU. Jag kände igen nästan allt som Moody skrev om NDUn, och först trodde jag att jag hade läst om det någon annan stans. Men snart insåg jag att mitt igenkännande låg mycket djupare än så. Jag visste hur det *kändes* att ha en sådan här upplevelse. Med hjälp av den boken och senare *Recollections of Death* kunde jag återvinna allt fler detaljer av min egen upplevelse, och jag förstod att det som legat halvt bortglömt i mitt minne så länge var varken mer eller mindre än en NDU. Men hur jag än har rannsakat mitt minne har jag ännu i denna dag inte kunnat datera min upplevelse och sätta in den i ett yttre sammanhang. Det närmaste jag kan komma är att den måste ha ägt rum tidigt i min barndom.

Jag känner inte till något tillfälle då jag varit nära att dö. Däremot har jag gått igenom två små operationer som barn och båda gångerna blev jag sövd med eter. Min egen gissning är att jag hade min upplevelse under en av dessa operationer, när jag var omkring fem år. Jag har hittat journalen från en av dem, och i den står det bara om en fullständigt komplikationsfri bräckoperation.

Min upplevelse består av tre delar, och det finns i mitt minne inget som helst sammanhang mellan dem. Men i ljust av hur en vanlig NDU ter sig, passar de precis samman som tre delar av samma upplevelse.

Jag kommer ihåg att jag kom till operationssalen, och jag hade en underlig och inte särskilt behaglig känsla från premedicineringen (morfin-scopolamin) som jag hade fått en timme tidigare. Jag såg etermasken underifrån, och handen som höll den doldes delvis av masken. Jag skrek, och mitt skrik fortsatte att eka i den mardröm som nu började: Jag stod på en liten och mycket farlig svart ö i en svart flod. Jag visste att jag inte skulle vara säker förrän jag hade nått den svarta stranden och på andra sidan floden. Just när jag skulle ta mig över, dök det upp en svart bläckfisk i vattnet framför mig.

— Släpp förbi mig! sa jag.

— Nej, det gör jag inte, sa bläckfisken.

— Då går jag runt om dig, sa jag.

— Det kan du inte.

— Varför inte det?

— För då sträcker jag ut mina armar.

— Men då går jag runt dem.

— Det kan du inte.

— Varför inte det?

— För jag håller en kamrat i varje hand, sa bläckfisken. Och upp ur den svarta floden dök åtta nya bläckfiskar.

— Släpp förbi mig! sa jag.

— Nej, det gör vi inte, sa de nio bläckfiskarna unisont.

— Då går jag runt er.

— Det kan du inte, sa de nio bläckfiskarna. Och så fortsatte dialogen exakt som förra gången, och det dök upp femtiosex nya svarta bläckfiskar.

— Släpp förbi mig! sa jag.

— Nej, det gör vi inte, sa de sextiofem bläckfiskarna, och de var nu så många att deras röster tillsammans var mycket starka.

Samma dialog upprepades igen, och trehundraettiofyra nya svarta bläckfiskar dök upp. De fyrahundra-femtiosju bläckfiskarna uppfyllde nu nästan hela floden, och deras samfälliga röster dånade så att jag blev ännu räddare.

Samma dialog upprepades, och ytterligare tvåtusensjuhundrafyrtiofyra stycken dök upp. De tretusentvåhundraen bläckfiskarna började täcka den lilla ön jag stod på och den svarta stranden där räddningen skulle ha funnits. Vår dialog gick allt snabbare och bläckfiskarnas antal växte alltmer, och de hade snart fyllt ut hela landskapet ända bort till horisonten. Deras röster blev allt starkare, och fortfarande när de höll på att uppfylla hela världen som fanns bortom horisonten, kunde jag förnimma hur ljudet fortsatte att bli starkare och starkare. Min räddning var för länge sedan förlorad.

Nu ändrade sig situationen. Ljudet började dra mig med stor kraft mot den svarta, osynliga men förnimbara horisonten, och fortfarande när ljudet var så starkt att jag inte skulle kunna uppfatta något starkare ljud, så visste jag att det fortsatte att öka på det

mest skräckinjagande sätt. Jag insåg att om kraften lyckades dra fram mig till horisonten, så skulle allt det som var jag själv upphöra att finnas till. Jag störtade mot horisonten i ett växande dån. Jag blev ännu räddare och försökte spjärna emot så mycket jag kunde, men utan resultat.

Där slutar minnet. Jag har försökt sätta ord till det så nära den ursprungliga upplevelsen som möjligt och i möjligaste mån försökt undvika tolkningar. Men med en försiktig tolkning nu, som vuxen, så tror jag att detta motsvarar en femårings begrepp om att dö.

Mitt nästa minne (om det är nästa) är mycket kort. Det består av att jag såg någon sträcka ut sin vänstra hand och ta en etermask från ett bord. Jag såg det uppiifrån och på ett avstånd av ungefär två meter, och handen döljer delvis masken. Handen förde masken inte rakt mot kroppen, utan mot en punkt strax framför den, mot den punkt där jag vet att mitt huvud måste ha befunnit som om denna person var en narkosköterska och om jag var hennes patient. Men jag kan inte komma ihåg att jag såg mitt huvud eller min kropp och inte operationsbordet eller några andra människor eller instrument.

Jag har inga speciella känslor förknippade med det här minnet, och jag vet inte om jag hade någon kropp eller ej.

När man sover någon med eter på öppen mask, så kyler den avdunstande etern masken så mycket att det kondenserar is på insidan. Därför måste man byta mask flera gånger under en eternarkos. Jag tror att jag kan ha "sett" ett sådant maskbyte. Om min tolkning av detta mycket korta minnesfragment är riktig, så befann "jag" mig på min kropps vänstra sida och ovanför den vid fotändan.

Mitt sista minne är det största och viktigaste. Jag befann mig på ett ställe där allting var ljus — som moln, men ändå inte moln så som man ser dem från ett flygplan. Jag stod vid en väg av ljus vid en vägkrök. Vägen ledde till något som var mycket avlägset och som inte går att beskriva direkt. Men med en vuxen, poetisk bild

skulle jag kunna säga så här: det var inte en stadsmur, och bakom den fanns det inte en stad. I muren fanns det ingen port, och den porten var stängd och låst. Dit skulle inte jag, och det var inte viktigt.

Framför mig på vägen fanns en ljusvarelse, en närvaro snarare än en synlig gestalt, ett ljus i allt det ljusa. Jag insåg omedelbart att denna varelse kunde se rätt igenom mig och avslöja mina värsta hemligheter. Min allra första impuls var att försöka gömma mig, men jag insåg att det inte skulle lyckas — och att det inte heller var nödvändigt. För mellan oss kände jag nu en stark ömsesidig ordlös kärlek, och jag visste bortom alla tvivel att vad han än skulle få se inom mig, så skulle han förstå och acceptera.

Hans kärlek gav mig tillräckligt med mod och styrka för att jag skulle kunna gå igenom mitt liv fram till det ögonblicket. Jag såg, återupplevde, kom ihåg saker som hade hänt i mitt liv: inte bara vad som faktiskt hände, utan också de känslor som varit inblandade. När man är fem år, har man inte haft tillfälle att göra så mycket ont, men jag hade en tvåårig bror som jag var mycket svartsjuk på, och många gånger hade jag varit elak mot honom på det vanliga sättet mellan bröder och blivit bestraffad på det vanliga sättet (utan våld) mellan föräldrar och barn.

När jag nu gick igenom vad som hade utspelat sig mellan oss, var min uppmärksamhet inte riktad mot vad vi gjort mot varandra (eller "vem som började"). Tyngdpunkten låg hela tiden på de känslor vi utbytte. Och tack vare den kärlek och förståelse som ljusvarelse utstrålade, fick jag mod att själv se med öppna ögon och utan försvar vad det var i mina handlingar och känslor som gjort min bror glad och vad som gjort honom illa. Och för de flesta episoder som vi gick igenom, så erbjöd varelsen mig ett alternativt handlingssätt: inte vad jag *borde* ha gjort, vilket hade varit att moralisera, utan vad jag *kunde* ha gjort — ett öppet erbjudande som jag kände mig fullständigt fri att acceptera eller avböja. Det behöver knappast sägas att alla hans förslag gick ut på en mer kärleksfull och förstående attityd.

Det sätt som vi gick igenom episoderna på, påminde rätt mycket om hur man går igenom saker och ting i sitt eget inre: på ett ordlöst sätt återupplever man det som om det hände igen, och betraktar det samtidigt uppiifrån och ser sig själv som en aktör bland de andra, men med den skillnaden att den här gången var vi *två* varelser som såg samma saker i samma "ögonblick".

Tiden förflöt inte på vanligt sätt. Episoderna i mitt liv spelades inte

upp som en film. En hel episod — med sin början, sin mitt och sitt slut — framträdde som en enhet: det var möjligt att samtidigt se varje liten handling och varje talat ord med sina dithörande känslor (min brors och mina). Med en vuxens beskrivning var det som om vi kunde vandra omkring fram och tillbaka i ett statiskt landskap som inte bestod av träd och kullar, utan av handlingar, ord och känslor. Hans förslag fanns där "samtidigt" som ett alternativt landskap. Och fast jag nu återupplevde avundsjuka, hat, förödmjukelse, ensamhet än en gång, så var det nu genomströmmat av kärlek och den styrka det gav mig.

Å andra sidan förflöt det ett slags ordinarie tid i min kommunikation med ljusvarelse.

Ljusvarelse hade inga fysiska drag förutom ljust. Men ändå var han klart och entydligt manlig. Att försöka ge honom ett namn — Gud, Jesus, Sture — vore fullständigt meningslöst.

Aven om han var långt mer kraftfull, vis och kärleksfull än jag någonsin skulle kunna bli, så stod han inte över mig. För på det djupaste och allra viktigaste planet — det plan där vi älskade varandra — där var vi jämlikar. Därför "honom" inte "Honom". Och därför ingen lovpris, ingen dyrkan.

Den patient som får första och sista ordet i *Recollections of Death* har hittat den rätta beteckningen för min upplevelse: *den stora hemligheten* — den stora hemlighet som jag var oförmögen att förmedla till mina föräldrar, den nya kunskap som jag försökte visa dem och som de aldrig lade märke till.

Kanske är den betydelsefullaste delen av *den stora hemligheten* som jag lyckades få med mig tillbaka och jämföra med mitt verkliga liv, den här: verklig kärlek mellan två människor (vilka två som helst — oberoende av ålder och kön) är alltid en ömsesidig känsla. Båda två vet hela tiden att man älskar varandra. Kärleken är inte en känsla som en människa bär inom sig — i stället är den det som strömmar fram och tillbaka mellan två människor.

Kärlek är ingenting som kommer flygande på en, utan är någonting som båda måste bygga, underhålla och försvara.

När kärleken lämnar en, vet båda det i samma ögonblick. Om man har det rätta modet, så erkänner man det omedelbart för sig själv, rättar sina handlingar därefter och uthärdar smärtan utan att fly. Om man å andra sidan inte har det modet, så är detta den punkt i förhållandet där man börjar ljuga för sig själv.

När en känsla inte är ömsesidig så är det inte kärlek utan någonting an-

nat: förälskelse, maktbegär, fysisk lust, svartsjuka, hat, depression.

Kärlek är bron som sammanbinder de båda stränder som skiljs åt av floden. Brons båda ändar är förankrade i marken på var sin strand och möjliggör kommunikation mellan de två stränderna åt båda hållen — samtidigt och på lika villkor. När bron bara är förankrad i sin *ena* ände och den andra hänger fritt, så är det inte längre en bro. Det är bara en brygga.

Jag är inte religiös, jag tror inte på Gud, och jag går aldrig i kyrkan med dess stela dogmer och tomma ritualer.

Jag har aldrig intresserat mig för parapsykologi och vet mycket lite om det.

Jag vet inte om min upplevelse ändrade mitt liv, eller om den gav riktning åt det under dessa tidiga år. Jag hade inte hunnit ha så mycket liv före upplevelsen som det går att jämföra med.

Jag har själv ingen teori om hur en nära döden-upplevelse uppstår. Det faktum att jag själv haft en, ger mig inget företräde när det gäller att förklara hur den uppkommer. Och detta av samma skäl som gör att jag inte kan förklara hur till exempel synsinnet fungerar bara för att jag kan se. Min upplevelse ger mig bara det lilla förspåret att jag aldrig har behövt tvivla på att själva *upplevelsen* existerar. Jag vet att andras berättelser är varken mer eller mindre "påhittade" än min egen.

Hur än förklaringen till nära döden-upplevelsen kommer att se ut, så kommer den att förse oss med betydelsefull information om oss själva — vårt medvetande, vår sanna natur. Denna kunskap kommer förhoppningsvis att påverka vårt sätt att bemöta varandra inte bara inom sjukvården utan i hela samhället. Och hur än förklaringen kommer att se ut, så kommer den garanterat att vara överraskande, spännande och avslöjande.

Men en nära döden-upplevelse har förstås två sidor, den vetenskapliga och den upplevelsemässiga — utsidan och insidan. För mig som har haft en NDU, är det ju så att från "insidan" behövs det egentligen inga förklaringar. Förklaringar kan varken lägga någonting till den — eller förminska den. Det är som om jag hade haft en underbar dröm där jag hittat en massa gullpengar. Sen vaknade jag upp och blev ledsen över att drömmen var slut. En sådan förlust! Men i nästa ögonblick upptäckte jag att jag fortfarande hade kvar alla gullpengarna som jag hade hittat i drömmen. Var det verkligen en dröm? Egentligen spelar det ingen roll vad det var. Det enda som betyder någonting är att gullpengarna är verkliga och att jag med dem kan köpa Riktiga Saker.



Eva Hellström

(1898-1986)

paragnost

supporter av psi-forskningen

Av Rolf Ejvegård

Eva Hellström föddes den 26 september 1896 och avled den 4 april 1986. Modern var före sitt giftermål konsertsångerska. Fadern var professor i geologi och socialdemokratisk riksdagsman.

När Eva var 19 år, gifte hon sig med Bo Hellström, som 1942 blev professor i vattenbyggnad vid Tekniska högskolan i Stockholm. Han var även anställd vid Vattenbyggnadsbyrån. De fick fyra barn, tre söner och en dotter. Bo dog 1967.

Vid sidan av hemmets skötsel odlade Eva två intressen: musik och senare parapsykologi. Det första intresset hade hon efter sin mor, det andra uppstod så småningom, bl a genom utländska kontakter (främst engelska) som hon fick under sina många och långa utlandsresor och utlandsvistelser.

Evas intresse för paranormala fenomen i största allmänhet började 1944, då hon kom i kontakt med några spiritualister, vilka hon fann charmerande och intelligenta. En av dem var en välkänd psykiater. Hon blev god vän med dessa människor. När de berättade om sina kontakter med andevärlden, tyckte Eva att det lät som sagor, men hon ville veta mer och började läsa spiritualistisk litteratur och gå på seanser, bland annat deltog hon under 2-3 år i en cirkel med ett medium som sade sig ha direkt kontakt med de döda. Hon deltog också i närmare tjugotalet materialisationsseanser med det danska mediet Einer Nielsen och i många trumpetseanser med Ernst Broberg.

Vid en materialisationsseans framträder en "ande" synlig för deltagarna, och vid en trumpetseans blir en megafon eller en trumpet svävande i luften och förmedlar röster från "andevärlden".

Eva blev medlem i Stockholms Spiritualistiska Förening och valdes efter en tid in i styrelsen.

Småningom stod det dock klart för Eva att spiritualismen inte gav svar på de frågor hon ställt sig. Hon kunde inte fördrå det sätt på vilket spiritualisterna gjorde religion av sina seanser. Hon blev också på det klara med att de olika fenomen som uppträdde kunde förklaras på andra vis än som kontakter med de döda.

Eva märkte att spiritualisterna ganska lättvindigt godtog text manifestationer från "andra sidan". Deltagare i en materialisationsseans kunde efteråt påstå att de sett avlidna fränder ta form framför dem. De som i det mörklagda rummet kontrollerade mediet försäkrade att text Einer Nielsen inte rört sig från sin plats bakom det skynke, det så kallade kabinettet, ur vilket de döda trädde fram. Eva och flera andra kunde dock se hur dessa manifestationer ibland hade Einer Niensens byxor och skor.

Vid trumpetseanserna försäkrades det att mediet hela tiden satt stilla på sin stol, men Eva, som var i den inre cirkeln, visste att han gick omkring i rummet.

På grund av detta fann Eva att hon inte kunde vara med i den spiritualistiska föreningen längre, och hon drog sig ur den, sakta och så omärkligt som möjligt för att inte stöta sig med sina vänner där.

1947 blev Eva medlem av det engelska Society for Psychical Research (Sällskapet för parapsykologisk forskning). Där fann hon vad hon sökte: odogmatisk och öppensinnad forskning om alla de svåra frågor hon grubblat över. Samma år tog Eva initiativet till bildandet av ett svenskt sällskap med samma inriktning som det engelska. Den 27 november 1947 träffades ett trettiotal likasinnade och konstituerade Sällskapet för parapsykologisk forskning (SPF). Eva blev den drivande kraften och var länge

sällskapets sekreterare.

Det viktigaste för SPF var att vid studiet av paranormala fenomen vidta alla rimliga försiktighetsåtgärder och att vid tolkningen av förmodat paranormala händelser och fenomen använda största möjliga kritiska sinne. SPF:s utgångspunkt skulle alltså vara något av motsatsen till den spiritualistiska utgångspunkten. Detta innebär inte ett förkastande av den spiritualistiska hypotesen, utan ett förkastande av dess monopolisering.

Hur vanliga paranormala upplevelser är vet vi inte. Enkäter och opinionsundersökningar ger osäkra resultat. En parapsykologisk hypotes är att det paranormala är allmänt förekommande. Det är bara det att vi mer eller mindre omedvetet motarbetar det, vägrar acceptera det och därför förskjuter det från vårt dagsmedvetande. Det kan finnas personer med paranormal förmåga som inte själva känner till eller förstår att de har denna förmåga.

Eva Hellström hade själv åtskilliga upplevelser som kan förmodas ha varit av prekognitiv karaktär, dvs ha inneburit förutvetande om framtiden. Själv ställde hon sig helt neutral till frågan om hon var paragnost och överlät den till vetenskapen för besvarande.

Den koptiska rosen

1947 hade Eva Hellström i samband med en resa till Egypten en upplevelse, vilken utgör hennes första dokumenterade prekognition. Under resan förde hon dagbok. En av avsiktterna med dagboken var att hålla reda på vilka personer hon och hennes man träffade. Den 17 december 1949 skrev Eva följande i dagboken:

"I går såg jag klärvoajant - - något som såg ut som ett vapen eller ett frimärke, jag vet ej alls. Skall se om jag

finner det i Egypten. Så här ungefär såg det ut. I rosa med litet lila i och svarta ornament." (I dagboken finns en teckning av bilden.)

I dagboken bredvid Evas anteckningar och ritning finns också följande skrivet:

"Den här bilden visade Eva för mig ett par dagar innan vi bestämde oss för att gå på Koptiska Museet.

Vivi Täckholm

Jag fick för mig, att det var på Kopt. Museet vi skulle finna den, natten innan vi gick dit."

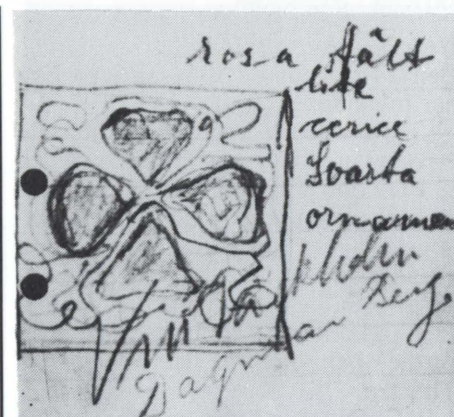
(Vivi Täckholm var professor i botanik vid universitetet i Kairo.)

I ett brev till dr John Björkhem, daterat 31 december 1949 skriver Eva Hellström:

"Jag var på resa med linjebuss mellan Heidelberg och Basel, jag tror att jag slumrade till ett tag men minns tyvärr ej säkert. I alla fall såg jag plötsligt klärvoajant - - - en mycket tydlig bild som jag ej alls visste vad det var. Bilden var fyrkantig ungefär som ett frimärke men alltså mycket större, c:a 25x30 cm, bottenfärgen var en vacker rosa med en anstrykning av violett och mönstret var i blankt svart. - - - Min vana trogen gjorde jag redan i bussen en hastig men dock skiss och skrev ner om färgerna. I Brig i Schweiz vet jag att jag talade med Bosse (en son som var med) och den lilla bussvärdinnan om saken och vi tittade efter både där och i Milano om vi skulle finna någon motsvarighet till bilden. Jag tyckte den varit så tydlig, liksom belyst, så jag trodde att det var någon mening med att jag sett den och att jag skulle finna den någonstans. Jag sökte i Milano, Florens och Rom, men nej.

Så kom jag till Kairo, och händelserna gjorde att jag efter ett par dagar träffade Vivi Laurent-Täckholm. Under samtalets gång kom vi underfund med att vi hade vissa intressen gemensamt, så en kväll var jag bjuden hem till henne och hennes vän professor Dagmar Berg för att tala om sådana här saker. Jag visade dem bägge min första skiss av bilden som jag hade i väskan. Ingen av dem kunde ge någon ledtråd. Två dagar senare åt vi lunch med Vivi och sen gick vi för första gången till Egyptiska museet. - - - Där fanns mycket av den rosa färgen och formen på bilden, men ingenting som alls liknade mönstret. - - -

Vivi föreslog nu att vi skulle gå en dag till Koptiska museet. - - - Den 29:de dec. gick vi dit. - - - Vivi sade genast vi träffades att hon under hela natten fått för sig att det var där jag



Evas teckning med intyg från Vivi Täckholm och Dagmar Berg

skulle kunna hitta min bild. Hon visade mig nästan genast på det koptiska korset som mestadels förekommer med en cirkel omkring. Men korsarmarna på min bild hade mest sett ut som hjärtan, jag hade faktiskt tyckt att det var litet genant rustikt. Nå, vi gick in i museet och redan i andra rummet hängde den! Något större än jag såg den, blomman eller korset precis likadant, och det allra egendomligaste var att det var alldeles avnött, dvs färgen, *men det syntes att det varit rosa med svarta blanka dekorationer på*. Jag tog genast upp min lilla skiss så att alla fick jämföra, och det fanns ingen tvekan, det var samma. - - - Jag har minst fem personer som kan intyga det, och att min skiss visades för Vivi och Dagmar Berg flera dagar före har jag fått intyg på. Jag blev så tagen av detta så jag fick lov att lägga mig efteråt."

Eva fick intyg från bussvärdinnan att hon hade visat henne skissen av det hon sett klärvoajant. Hennes man intygade att omedelbart, när de kom fram till stentavlan med den koptiska rosen, tog Eva upp sin teckning och sina anteckningar ur väskan och visade att det var samma föremål. Professor Täckholm lämnade ett motsvarande intyg. Hon hade för övrigt om natten drömt att det föremål som Eva sett för sin inre syn, skulle påträffas i Koptiska museet.

En parapsykolog i London frågade vid ett tillfälle Eva om skissen och stentavlan var så lika att man kunde utesluta möjligheten att det var en slump att teckningen och tavlan sammankopplades. Eva svarade med att berätta vad som hände några år senare på Koptiska museet, då hon träffade den nya direktören för museet, dr Labibe:

"Jag visade skissen för honom utan att säga någonting om den. Han tit-



Stenplattan med den koptiska rosen.

tade på skissen och sa genast: 'Å, ja, det är stentavlan i rum 2.' Jag tror att det är det bästa svar jag kan ge på frågan om det var en slump."

Eva var osäker på hur hon skulle förfara i framtiden, om hon skulle få flera paranormala upplevelser av prekognitiv art. Hon skrev därför till John Björkhem och frågade honom till råds. Han var styrelsemedlem i SPF och en av dem som tidigt kom med i sällskapet. Hans råd till Eva var att hon så snart det lät sig göra skulle skriva ner alla misstänkt paranormala upplevelser och omedelbart skaffa intyg och verifikationer både vid tiden för upplevelsen och då upplevelsen på något sätt kunde sägas ha besannats.

Professor Ian Stevenson säger att Eva Hellströms materialsamling, på grund av den dokumentation som nu finns, är unik i världen.

Om Evas dagböcker skall sägas att hon i dem skrev ned allt som hon trodde kunde vara av betydelse för sin man. Dessutom antecknade hon egna iakttagelser, tankar och inre upplevelser vilka hon vid tillfället i fråga ansåg vara av parapsykologisk natur.

Nedteckningen av synerna och hörselhallucinationerna har bevitnats av personer som funnits till hands. Mycket ofta har det varit Evas man. Dessa signeringar och allt annat material som styrker fallen utgör deras dokumentation.

Indicier på att de förmodade prekognitionerna slagit in har Eva själv fått ta fram. Knappast någon annan skulle ha kunnat göra det. Det har gått till så att hon haft en känsla av att något skulle inträffa, att det skulle hända inom en viss tid och på grund av vissa omständigheter. Hon har senare vid något tillfälle insett att "det här, det var ju det jag drömde om".

Därmed skulle man kunna säga att en förmodad prekognition hypotetiskt visat sig vara en verklig prekognition. Detta uttryckssätt är dock inte menat att vara strikt vetenskapligt, ty det finns fortfarande invändningar att göra mot fallen. Den obotlige skeptikern kan ju alltid säga att det rör sig om rena tillfälligheter. Var och en får göra sin egen bedömning. Den som avfärdar alltsammans som tillfälligheter gör det nog litet för lätt för sig. Ett sådant förfaringsätt säger nog mer om vederbörandes personlighet än om Evas fall.

Dagboken innehåller ca 240 fall från tiden 1947-1964. I "Fallet Eva", ett häfte på 80 sidor som Sällskapet för parapsykologisk forskning gav ut 1978, har jag ingående redogjort för tio av fallen. Här följer fall nr 10, ordagrant ur häftet:

BALSAL MED UNGDOMAR

Bakgrund

Familjen Hellström bodde i London 1927-1934. Engelska blev Evas vardagspråk och hon anpassade sig till landets seder och bruk. Hon uppskattade vad huvudstaden hade att bjuda i kulturell väg och hon gick ofta på teater.

Sedan Hellströms flyttat till Sverige gjorde de många resor till England, ibland i affärer, ibland för nöjes skull.

Victor Jansa (f. 1897) var civilingenjör och anställd som konsult på Vattenbyggnadsbyrån, d v s samma firma där Bo Hellström arbetade. Under tio år undervisade dr Jansa på Tekniska Högskolan i Stockholm i vattenlednings- och avloppsteknik. Han var ledamot av ingenjörsvetenskapsakademien.

Historien

Den 12 november 1961 skrev Eva följande i dagboken:

"Sov middag. Vaknade till ett tag — jag hade redan somnat, men blev liksom väckt av att jag såg en stor balsal, där en mängd ungdomar dansade. Stämningen var mycket glad. Flickorna hade klänningar i lysande färger. Jag minns rätt mycket turkosblått och cerise. Jag tyckte det såg ut som om det var någonting i färg även över deras huvuden, antingen något slags mössor eller hårprydnader eller ballonger eller kulörta lyktor. Vet ej.

I torsdags bestämdes att vi reser till London som i dag den 12te. Kanske detta kommer i någon form på resan? Berättat för Bo nu innan vi reser."

Dokumentation

Bo Hellström har undertecknat det

skrivna i dagboken.

Historien (fortsättning)

Den 24 november 1961 skriver Eva ner följande:

"På planet till London diskuterade Bo och jag vilken pjäs vi skulle gå och se i London. Det fanns en Sunday Times på planet och vi gick igenom annonserna. Bo ville se en musical. Jag hittade en som Sunday Times beskrev som 'best acted and danced musical in London'. Den hette 'Bye, bye, Birdie' och gick på Her Majesty's Theatre.

På torsdagen var vi bjudna på Scotts av en vän, V. Jansa, som hade åkt till London i samma plan som vi. Efteråt gick vi på Her Majesty's Theatre och såg pjäsen. I första akten — ungefär i mitten, stötte jag till Bos arm och viskade: 'Titta, där är scenen med balsalen och ungdomarna.'

Hela pjäsen handlade om tonåringar. I den här scenen dansade en mängd unga flickor klädda i dräkter med starka färger och några pojkar dansade och hoppade omkring. De två ledande flickorna var klädda i cerise, flera andra liksom bakgrunden var vid tillfället turkosblåa. Några av dräkterna var också turkosblåa. Det fanns någonting ovanför deras huvuden som jag inte riktigt uppfattade eller kommer ihåg vad det var.

Efter första akten gick Bo — han kände sig inte riktigt bra — men herr Jansa och jag stannade kvar. I pausen berättade jag för honom om min syn. När vi kom tillbaka till hotellet bad jag honom följa med till vårt sovrum, där Bo låg. Jag läste upp min väska, tog fram min dagbok och läste stycket för dem båda. De höll med om att scenen helt hade överensstämmt med min redogörelse."

Dokumentation

Att ovanstående är helt riktigt i alla detaljer betygar Bo Hellström och Victor Jansa. Annonserna från Sunday Times med den citerade meningens stöder Evas redogörelse.

Historien (fortsättning)

"Dagen därpå gick jag till teatern för att se om det fanns några bilder utanför, som kunde visa vad det var jag sett ovanför skådespelarnas huvuden. Men det fanns bara bilder av de enskilda skådespelarna, inga scenbilder. En matinéföreställning skulle ges om en halvtimme så jag gick in och såg första akten igen för att ta reda på vad det var. Två av flickorna hade en sorts mössa med stora cerisefärgade tofsar på toppen som syntes ovanför huvudena på mängden. Två andra flickor hade skaffat med långa

pappersremsor i rött och vitt på spetsen, som de svängde fram och tillbaka ovanför huvudena. Det var en så levande och glädjefull scen och den var mycket full av starka färger."

Kommentar

Den här synen inträffade på dagen då Eva vilade sig. Hon hade sin prekognition då hon sov middag och den fick henne att vakna. Drömmen var i färg och färgerna var betydelsefulla. Hon hade en stark evidenskänsla att hon skulle få återuppleva drömmen.

Hon vidtog åtgärder, skrev ner drömmen i sin dagbok och fick den bevitnad.

Den pregnogniserade händelsen inträffade fyra dagar senare. Eva hade fått intryck av att den skulle inträffa under den förestående englandsresan.

En speciell detalj är av intresse. Eva hade stora svårigheter att precisera vad det var i drömmen som fanns ovanför huvudena på de dansande. Denna svårighet upprepade sig då hon såg dansscenen på teatern. Hon uppfattade inte riktigt vad det var. Först när hon gick på matinéföreställningen och speciellt koncentrerade sig på vad det var ovanför huvudena så fick hon det klart för sig och det var ganska komplicerat: plymer, tofsar och pappersremsor.

För hjälp åt läsaren vid ytterligare analys vill jag tillfoga tre synpunkter. A. Detta är den enda dröm bland de fler än tvåhundra Eva skrivit ner som har att göra med en balsal och dansande ungdomar. På direkt fråga svarar Eva att hon varken förr eller senare efter vad hon kan komma ihåg har haft någon liknande dröm eller syn.

B. Bo Hellström var inte särskilt förtjust i teater. Endast undantagsvis följde han med Eva på teatern. Han gick praktiskt taget aldrig på bio. Som svar på fråga säger Eva att det var hon som vid detta tillfälle ville gå på teater och att hon ville se något allvarligt (som Shakespeare). Bo ville endast följa med om det var något "lätt".

C. Dr Jansas vittnesbörd är från vittnespsykologisk synpunkt inte starkt. Han fick reda på drömmen först efter det att den prekogniserade händelsen ägt rum. På teatern kunde Eva endast försäkra att hon tidigare upplevt balscenen. På hotellet i en förmodligen suggestiv atmosfär läste Eva (inte dr Jansa) i dagboken. Det kan ju hända att Eva vid tillfället gjorde någon kommentar som förbättrade likheten mellan drömmen och teaterscenen.

Däremot hade ju Bo tidigare läst och vidimerat det skrivna.

Prekognitiv dröm — vanlig dröm

Enligt min mening illustrerar de två här återgivna fallen, liksom de övriga åtta i häftet "Fallet Eva", vad som menas med förmodad prekognition. Upplevelserna har åtföljts av en känsla att det var något som skulle komma att inträffa. Denna känsla har hon aldrig haft under sina vanliga, alltså icke paranormala, drömmar. Därför har Eva Hellström skrivit ned sina intryck i dagboken. Eftersom hon var intresserad av sina drömmar, kom hon också ihåg drömmar vid uppvaknandet. Under den tid hon förde dagbok bör hon ha haft mellan fem och sex tusen drömmar som hon kommit ihåg efter uppvaknandet. Av dem har således drygt två hundra nedtecknats. Här har alltså skett en selektion som inte är slumpmässig. Förutom själva känslan att drömmen hade ett vidare intresse fanns det ytterligare två kriterier att gå efter. För det första var den förmodat paranormala drömmen *alltid* i färg och inte bara det, färgen hade vanligen en särskild betydelse i drömmen. Hennes övriga drömmar (åtminstone i hennes minne) var för det mesta svartvita. För det andra uppträdde Eva alltid som åskådare i den förmodat paranormala drömmen. Hon såg en bild, en föreställning eller ett händelseförlopp utan att vara emotionellt engagerad i det hon betraktade. Förekom det andra människor i drömmen, så la de inte märke till henne. I hennes vanliga drömmar var den egna aktiviteten det viktigaste. Hon flög, hon jagades, hon kämpade, hon diskuterade. I dessa vanliga drömmar var hon personligen involverad, både fysiskt och psykiskt. Hon var uppretad, glad, lycklig, rädd, nyfiken, villrådig, frustrerad o s v.

Med hjälp av dessa tre kriterier ansåg Eva att det inte var svårt att sälla ut de parapsykologiskt intressanta drömmarna och synerna.

Jag gissar att dagboken innehåller ungefär femtio fall av förmodad prekognition. I övrigt kan det röra sig om exempelvis förmodad telepati eller förmodad klärvoajans.

Eva in memoriam

Eva levde i många avseenden ett privilegierat och skyddat liv, särskilt om man ser till det ekonomiska, men hon



Lunch hos advokat Littorin 3 juni 1950. Stående från vänster dr John Björkhem, professor J. B. Rhine, Eva Hellström, Louisa Rhine; sittande okänd, professor Preben Plum samt längst fram advokat Littorin.



Eva Hellström, Mary Odenkrants, professor Poul Bjerre, dr Gerard Odenkrants och dr Peter Singer från Schweiz.

råkade ut för flera stora missöden, bakslag och besvikelser. Jag skall nämna tre av dem nedan.

Modern dog i bröstcancer då Eva var mycket ung och i en känslig ålder. Synen av den vackra kvinnan på dödsbädden med fadern och Evas fem syskon runt den blomsterhöljda sängen gjorde ett outplånligt intryck på nioåringen. Eva trodde själv att moderns alltför tidiga bortgång var incitamentet till det intresse för och djupare tänkande över döden, livet, människans möjligheter och förmågor, som hon sedan närde under hela

sin levnad.

Eva gifte sig mycket ung och fick i snabb följd fyra barn, tre söner och en dotter. 1927 till 1934 bodde familjen i London och maken Bo var städse ute på långa resor till jordens alla hörn. Eva fick i stor utsträckning sköta hemmet och barnen själv och hade därför ständigt mycket att stå i. Det var först när barnen var uppvuxna som hon fick möjlighet att mer intensivt odla sina huvudintressen musik och parapsykologi — två intressen som ofta tycks gå hand i hand.

Eva var inte bara grundare av SPF

utan också dess drivande kraft fram till den tid då framför allt åldersdiabetes och försämrad syn satte stopp för hennes aktiva medverkan. Hon hade flera medhjälpare och vänner som understödde henne, och SPF hade när det gäller mötesverksamheten under hennes sekreterarskap en blomstrande period. Däremot var det svårare med forskningen och för att få igång den tog hon initiativet till en forskningsfond som fick namnet Stiftelsen John Björkhems minnesfond. Tyvärr var det inte så lätt att tigga pengar och fonden var länge för obetydlig för att verkligen kunna ge forskningsanslag av någon signifikans. Detta förhållande ändrades plötsligt i början av åttiotalet men fick oväntade konsekvenser. När det blev pengar i fonden ville olika grupperingar i SPF ta makten för att komma åt pengarna och stridigheter uppstod. Det var nämligen SPF som tillsatte majoriteten av fondstyrelsen. Eva tog mycket hårt åt sig av dessa konflikter.

Själv hade hon tänkt sig att testamentera en avsevärd summa för fondens stärkande men ansåg sig inte kunna göra det på grundval av den nya situationen. Pengarna tycktes ju ställa till med med skada än nytta. När det dessutom inte syntes vara garanterat att avkastningen verkligen gick till seriös vetenskaplig forskning så fanns det inte längre något motiv för en större donation.

Med tiden var det också en annan sak som tycktes sätta allt större spår i hennes hjärta. Hon fick från sin familj inte det gensvar för parapsykologisk forskning som hon hade önskat sig. Hennes man stödde henne mer och mer under åren och tackade ja till att bli utsedd till hedersledamot av SPF, men han avled 1967. Hennes dotter visade ett visst intresse för parapsykologin men annars varierade inställningen till dessa avancerade studier från syskon, söner och andra släktingar mellan likgiltighet och fientlighet.

Undertecknad stod under cirka 25 år i mycket nära kontakt med Eva och när hon i olika sammanhang föreställde mig för någon sa hon alltid: "Får jag presentera min ordförande, dr Ejvegård." Hon tryckte på ordet "min", liksom det var viktigt att framhålla att hon hade totalt förtroende för mig och att jag var hennes förlängda arm. Hon sa också att hon betraktade mig som hennes andlige son och menade att hon kunde tala fritt och öppet med mig om allting och om somligt mer fritt än hon kunde tala med sina barn.

Jag säger detta för att visa att vi stod varandra nära. Vi utväxlade ett mycket stort antal telefonsamtal och jag besökte henne ofta, även efter det jag flyttat från Stockholmstrakten till Linköping.

Eva var en helt fantastisk människa med synnerligen gott hjärta. Hennes givmildhet kände knappt några gränser. Hon sände pengar till olika välgörenhetsorganisationer, och staten Israel stödde hon med betydande penningbelopp. Hon kände alltid sympati för de undertryckta och för dem som kämpade för sin existens. Detta drag hade hon fått från sin far, som hon alltid högtaktat.

Eva var mycket beläst och kunnig när det gäller musik, litteratur och konst. Hennes mor var norska och hennes moster Dagny blev känd i både litteraturhistorien och konsthistorien som musa för August Strindberg, Edvard Munch och den polske författaren Stanislaus Przybyszewski. Dagny gifte sig med den sistnämnde. Munch gjorde flera porträtt av Evas mor och moster, tavlor som hon sedan fick i arv och som gav betydande belopp när de såldes på den internationella marknaden.

Självklart var Eva mycket beläst och kunnig i parapsykologi, hennes absolut största intresse. Hennes far var en känd professor, hennes man var en känd professor, en av hennes bröder var en känd professor, en av hennes söner blev läkare, en annan ci-

vilekonom och en tredje lärare. I SPF samarbetade hon med ett tiotal framstående professorer i Stockholm. Hon deltog i internationella konferenser och hade kontakt med flera framstående professorer i andra länder. Eva var inte själv akademiker men hon omgav sig alltså med akademiker och kritiska forskare och hennes intresse för parapsykologin var klart vetenskapligt och professionellt. Hon ville otvetydigt hålla SPF fritt från spiritister och svärmare av olika slag och då hon ännu direkt påverkade invalen till sällskapet var de betydligt mer strikta än de senare kom att bli.

I nekrologer talas det ibland om svårigheten att fylla den avlidnes plats. I Evas fall är ett sådant påstående inte retorik utan en smärtsam realitet. Tyvärr uppstod luckan före Evas bortgång, och jag som har överblick över dagens situation kan inte se hur luckan skall kunna fyllas inom överskådlig tid.

Vi är många som saknar Eva. Svensk parapsykologi saknar henne, denna intelligenta, arbetsamma, generösa, vänliga och fina kvinna. Svensk parapsykologi lyser frid över hennes minne.

Anm. Rolf Ejvegård är docent i statskunskap vid Universitetet i Linköping, författare, ansvarig utgivare för tidskriften Värld och Vetande samt ordförande i Sällskapet för parapsykologisk forskning.



Från arbetsrådet inom Sällskapet för parapsykologisk forskning: från vänster professor Kaj Lindberg, Eva Hellström och kammarrättsrådet Erik Hedelius.

Julkalppstips för gammal och ung!

från



FÖRLAGET MOT LJUSET

Box 28, 197 00 Bro
Sverige. Tel. 0758-475 08
Bror Karlsson
Pg nr: 68 04 81-9. Bg nr: 165-1751
Vid förskottslikvid portofritt!
Per postförskott avgift 30:-.
Föreningar får rabatt!

Begär vår prislista!!!

Bevis för fortsatt liv efter döden

Elisabeth Andersson, 160 s. Hft. 45:-.
Författarinnan, född 1899, har genomlevat spiritualismens fantastiska genombrottsår med materialisationer, direktröster, levitationer, apporter etc. Hon har deltagit i seanser och cirklar med Agnes Röklander, Einer Nielsen, Ernst Broberg m fl kända medier.

Till Himalaya

Paul Brunton. Inb. 100:-
PB sökte ensamheten i naturen. Han gjorde det mäktiga Himalaya till sin lärare i meditationens konst...

**OBS! Boken är nyutkommen i år!
Vi har samtliga böcker av Paul Brunton som finns på svenska!**

Religionsboken

Carl-Gustaf Boëthius, Bertil Persson, Ingmar Ström, 376 s. Hft. 100:-
Boken är rikt illustrerad.
Andra upplagan, tryckt i 25.000 ex.
Boken behandlar kända religioner från hela världen, samt olika förgreningar av kristendomen. Det är en värdefull lärobok för alla som vill lära känna världens olika religioner.

Indisk vegetarisk kokbok

Jack Santa Maria 242 s. Ill. Hft. 100:-
Det indiska kökets lockande vegetariska läckerheter görs nu för första gången tillgängliga för en svensk matintresserad publik.
Exotiska matexperiment kan nu göras i alla svenska hem med hjälp av över 250 recept — både enkla och mer komplicerade — från Indiens alla hörn.
Indisk Vegetarisk Kokbok presenterar ett urval av det bästa av Indiens rika vegetariska mattraditioner. Ta vara på denna chans till spännande variation och förnyelse i kosthålllet!

Självhjälp för dina nerver

Claire Weekes. 184 s. Hft. 100:-
Författaren, australiensisk nervläkare, vet av egen erfarenhet att doktors receptblock inte sällan är ett bristfälligt instrument när det gäller att hjälpa nergångna människor att återvinna hälsa och krafter.

På kan berömma sig av att ha sina nerver helt under kontroll. Vem som helst kan råka in i påfrestande situationer och perioder av svår utmattning med psykiska och fysiska komplikationer i släptåg.

Dr Weekes vänder sig i första hand till personer med nervproblem, deras anhöriga och närmaste omgivning. Boken har haft stora internationella framgångar.

Hadji den vise

Anna C Bornstein. 116 s. Hft. 100:-
Hadji, bokens huvudperson, växte upp på en enslig ö utan kontakt med föräldrar eller andra människor — men i fullkomlig harmoni med den omgivande naturen.

Denna ovanliga livssituation bidrog till att utveckla en unik lyhördhet för den inre verkligheten. Genom att följa intuitionens röst blev Hadji så småningom en invigd i Livets Stora Hemlighet.

Hadji den vise är en spännande och inspirerande bok, som med stor behållning kan läsas både av ungdomar och vuxna. Det är en bok i samma litterära genre som Måsen (berättelsen om Jonathan Livingston Seagull).

**OBS! Författarens debutbok!
Nyutkommen i höst!**

Själens oro

K. L. Wikman. 156 s. Hft. 97:-
Själens oro försöker beskriva bakgrunden till de förhållanden där människans tillväxt ända fram till befrielsens port kan äga rum. Bokens avsikt är att framhålla att befrielsen utgör en naturlig och logisk följd av att människan undviker åtminstone de grövsta missagen i den utveckling, som driver henne framåt mot högre mål — en mänskligare och därför lyckligare tillvaro.

Mysterieboken

Traude Schneider 122 s. Hft. 25:-
Författarinnan är en berest kvinna, en sökare och forskare i den mänskliga själen. Med sin charm har hon alltid haft lätt att komma folk under huden. Denna hennes tredje bok i Sverige vill visa dig de fantastiska händelser, som inträffar runtom i vår värld.

Gengångare på Sjöberga

Bror Karlsson c:a 280 s. Hft. 128:-
Boken har många "ansikten". Det är en rysare med många mord i förgången tid, med en gengångare som vaktar sitt sista offer ända in i nutid på Sjöberga. Över "spöken" och alla religioner råder en kärleksfull och hjälpande Gud.

Tror Du på ett liv i någon form efter döden, så berättar författaren sina egna upplevelser samt vad synska personer ser vid en predikan, barndop, nattvard och jordfästningsakten i Kyrkan.

På dessa fakta har författaren byggt en roman som även innehåller kärlek, "sol och vår", med de båda gårdarna Sjöberga och Tranbygge samt socknens kyrkogård i händelsernas centrum.

OBS! Detta är författarens debutbok!!!

Bör finnas i bokhandeln eller direkt från förlaget före jul!!!

Boken har rönt stort intresse redan!!!

Leva och tjäna

Ronald P. Beesley 296 s. Hft. 105:-
Författaren blev redan som barn medveten om sina ovanliga klärvoajanta och helande gåvor. Dessa förde honom efterhand in på den andliga terapins område, där han verkat på heltid under de senaste trettio åren. Han har startat The College of Psychotherapeutics i Kent, England, varifrån han jämsides med tereapeutisk verksamhet har meddelat undervisning i psykoterapi grundad i den esoteriska filosofins människosyn.

Illusioner

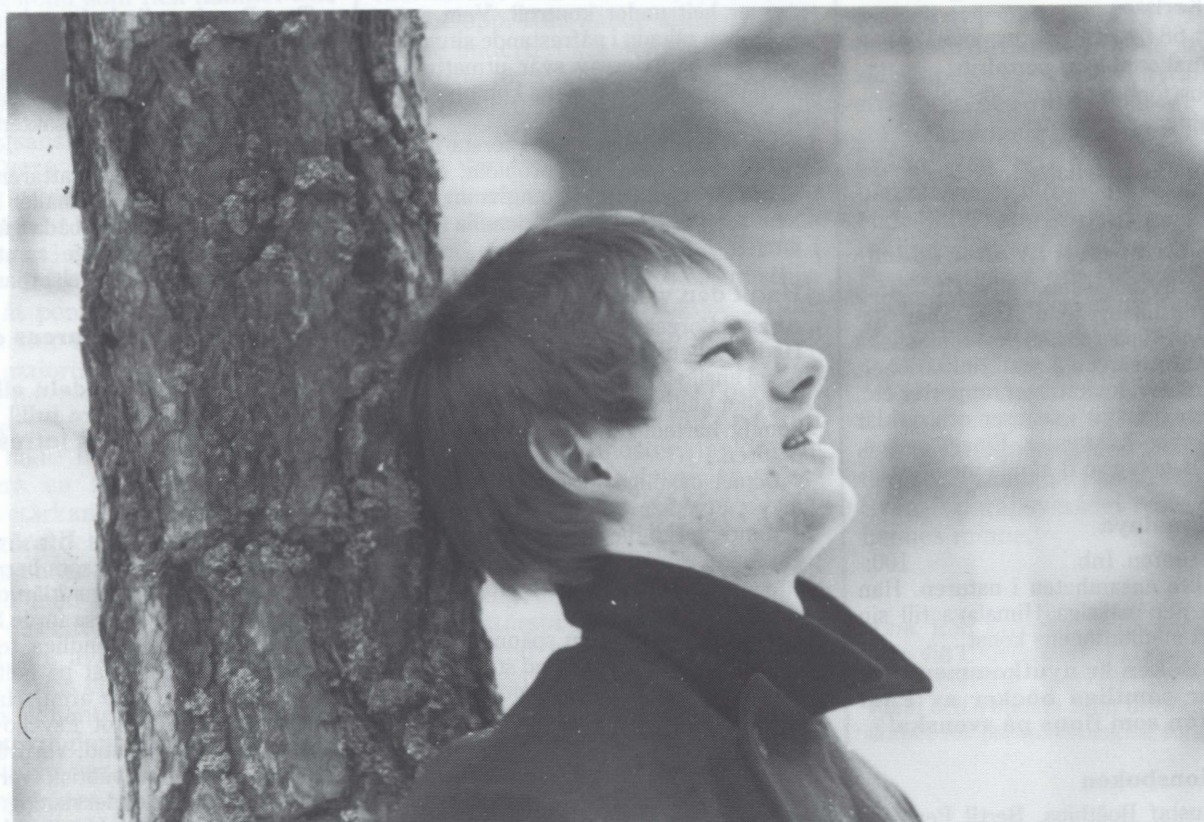
Richard Bach 148 s. Hft. 33:-
Om Bachs tidigare bok "Måsen" skrev Olof Lagercrantz: "Boken fyller ett behov och utan tvivel har den värdefulla inslag vid sidan av det lekfulla och lustiga. Det är ett anarkistiskt, mysticistiskt och individualistiskt budskap som kommer ur hjärtat på vår civilisation!"
Detta kan i samma grad gälla om ILLUSIONER, en bok som är äventyr lika mycket i det inre som i det yttre, och som förmedlar ett budskap om frihet och självförverkligande.

Måsen, berättelsen om "Jonathan Livingston Seagull".
Richard Bach 94 s. Ill. Hft. 33:-
"Richard Bach åstadkommer två ting med den här boken. Han ger mig Flykt. Han gör mig ung. För båda är jag djupt tacksam". Ray Bradbury

De så populära Jul- och Nyårskorten med bibliska motiv som vi sålde i fjol finns även i år!!!

Owe, f d mobbingoffer nu "livskraftsförmedlare"

Av Åsa Freij



Owe Johansson

Owe Johansson är en av dessa inspirerande människor som lyckats vända något negativt i sitt liv så att det inte bara upphört att verka i den gamla riktningen, utan också blivit en källa till extra glädje och styrka — inte minst för andra.

Sökaren har tidigare mött och berättat om människor som botat sig själva från sjukdomar eller varit hårda materialister, men upplevt andlig omvändelse och sedan ägnat sig åt att visa andra vägen.

I Owe Johanssons fall gällde det mobbing. Owe, nu 22 år, var under lång tid, till för två år sedan, ett mobbingoffer i skolan. Han var olycklig och kunde inte försvara sig eller få mobbinglusten hos mobbarna att upphöra. Han var i en ond cirkel: mobbingen gjorde honom olycklig och gav honom dåligt självförtroende, och de egenskaperna drog till sig mobbarna.

Det är Owe på det klara med nu, när han fått självförtroende och är en glad fyr, som sällan låter sig nedslås varken psykiskt eller fysiskt.

Det gick dock så långt, innan Owe kunde vända på sitt liv, att han blev tvångsomhändertagen och fördd till mentalsjukhus, där han vårdades i åtta månader. Fast vård...? Owe är liksom många andra f d mentalpatienter kritisk till den vård som ges på svenska mentalsjukhus. "Förvaring" tycker han är ett bättre ord, och det arbete som erbjuds där är knappast av det slag som ger stimulans och ny livsglädje till ett provat sinne. Det är av typen sätta ihop två små träbitar till en klädnyppa. Detta, bland annat, berättar Owe när han är ute och pratar om sina egna erfarenheter och om hur man bör leva livet — i kärlek, glädje och gemenskap. För det viktiga i Owe's liv numera är att med

sina egna erfarenheter som bakgrund försöka skapa livsglädje hos andra. Han talar i bland annat skolor och föreningar. Sökaren träffade honom på Pan Helhetscenter i Stockholm.

Där började han med att ta på sig en skär "mys-pys-tröja", som han själv uttryckte det, passande för en mjuk velourman. Och han förklarade att det han skulle prata om var kärlek, ungdom och livsglädje.

— Det är det som är morgondagens hopp! sa han.

Och så gjorde han små hopp för att visa sin egen livsglädje och gestikulerade och framhöll vikten av att leva ut alla sina känslor:

— Om du är ledsen, gråt! Om du är arg, skrik eller slå på något! Och om du är glad, visa det genom att sjunga eller dansa eller vad du har lust med!

Hans egen "omvändelse" till ett bättre liv kom när han mötte någon

som lyssnade till honom och han fick — och kunde — gråta ut.

På den skära tröjan stod det "livskraftsförmedlare". Owe har sedan han blev av med sitt mobbingkomplex inrättat en egen hjälpcentral. Han kallar den Sveriges första livskraftsförmedling. På flygblad, som han delar ut vart han än kommer, står det så här:

"Hejsan! Vi är några människor som slutit oss samman i en 'livskraftsförmedling'. Jaha, vad är det? undrar alla. En ny religiös sekt? Nej, vi är en samling väldigt olika människor, och vi har beslutat oss för att göra något positivt för våra medmänniskor. Här finns många otroliga eldsjälarna med massor av idéer, och framför allt arbetar vi praktiskt på många olika sätt. Vi vill bygga upp kamratskap och vänskap och en positiv gemenskap, där alla kan få en plats. Alla behöver känna att de är sedda, behövda, att någon bryr sig om dem. Vi bekämpar våld, rasism, droger och kriminalitet. Det vi kämpar för är kamratskap, vänskap, glädje, fantasi, livslust, ja överhuvudtaget att våga leva."

Owe får mellan 50 och 100 brev i veckan till sin livskraftsförmedling. Och han försäkrar att det är tryggt att skriva till honom. Inga förtroenden han får, lämnas ut.

— Att kunna vara till hjälp för andra ger mitt eget liv mening, säger han.

Han pekar på det inte obekanta faktum att dagens samhälle präglas av egoism. Det råder en mentalitet att slå sig fram — medan hemligheten med en lycklig tillvaro för alla är att vi bryr oss om varandra.

— Hur är då en människa som bryr sig om, en som kan älska?

Han ställer själv frågan, och besvarar den:

— Den människa som älskar sig själv, kan älska andra.

Och så förklarar han att det är en inre frid och frihet från skuld, komplex och självförakt han menar, och inte något hyllande av det egna jaget.

När Owe har talat och småhoppat en stund, ber han en flicka i sitt sällskap att komma fram och sjunga en sång. Hon heter Annika och sjunger utan ackompanjemang: "Nu har jag fått den jag vill ha..."

Owe avbryter också sitt eget pratande med att läsa egna dikter. Han har dem samlade i ett stencilerat häfte som han ger bort eller säljer för nästan bara papperskostnaden. Häftet innehåller ca 70 dikter och har utanpåskriften "Varsågod, kliv på resan in i min själ, ner till helvetet och sedan upp igen. Våga lev ett levande liv! Njut! Älska! Jag vill ge er livsgnistan!"

Helt fri från rädsla att inte bli omtyckt verkar dock inte Owe vara än. Flera gånger säger han: "Ni tycker

väl jag är tokig?" Och före pausen: "Sedan kommer väl inga tillbaka?"

Men folk kommer tillbaka och tycker att Owe är en trevlig och värdefull kille, och flera tar tillfället i akt att prata med honom i pausen.

Owe framhåller att skolan borde vara en plats dit ungdomarna skulle gå med glädje men att det tyvärr sällan är så. Och han berättar om olika händelser i skolor som han besökt för att förmedla sin livskraft. En gång hade en pojke klistrats fast med en massa tejp vid en toalett. En annan gång möttes han av några ytterst stöddiga grabbar som dominerade hela klassen och skröt tufft och hårt om hur de drack och fixade tjejer. Owe bröt av det hela med att "spela litet galen" och få grabbarna att komma av sig och inte veta vad de skulle göra med "den där". Så småningom kom det igång ett samtal som slutade i ett ganska gott förtroende, varunder "tuffingarna" fick klart för sig att Owe lyssnade och brydde sig om. En av dem grät och bekände sedan i enrum att han inte alls ville vara sådan, inte tyckte om att dricka och vara hård.

— Man måste bjuda på sig själv, säger Owe. Det är inget större fel på ungdomarna. Men de har ofta ingen vuxen att vända sig till och blir desperata.

— En del slår utåt och blir t ex mobbare, andra slår inåt sig själva och kan bli mobbade eller göra sig själva illa på något annat sätt, säger Owe vidare och berättar att han själv inte grät, inte kunde gråta, eller vågade, från det han var tio år tills han var 20.

Han framhåller att de vuxna har ansvar för att ge ungdomarna kärlek och uppmärksamhet, men också att många föräldrar — som hans egna — har det svårt själva och att det kan vara andra vuxna än föräldrarna, som kan ge de goda erfarenheter som behövs i unga år.

Vad som orsakar mobbing, vilka som blir mobbade och andra mer djupa psykologiska frågor kom väl

varken Owe eller någon annan att riktigt besvara denna kväll på Pan. Uppenbarligen är detta ett stort problem, och det uppmärksammas ofta av massmedia. Den alerta Idagsidan i Svenska Dagbladet har t ex haft en artikelserie om mobbing bland vuxna. Där redogjordes för en undersökning som visat att mobbing visserligen kan drabba vem som helst, men att vissa gemensamma drag kan skönjas hos dem som oftast blir mobbade på arbetsplatsen.

En typisk mobbad person var enligt denna undersökning ofta både intelligent och duktig, i regel kreativ på ett speciellt sätt och med vidare vyer och visioner än sina arbetskamrater samt med stark moralkänsla. Dock hade han/hon svårt att vara taktisk, uppfatta känslosignaler och välja rätt tillfälle att t ex komma med sina förslag. Ofta upplevs den mobbade som "jobbig" och kanske även hotande med sitt annorlunda tänkande och sin duktighet — utan att den senare spelas ut på något provocativt sätt.

Den som mobbar kan också vara en normal, hygglig person, väl anpassad i samhället. Mobbaren vet ofta inte riktigt varför han eller hon mobbar och förtränger mer eller mindre medvetet att det sker. Mobbaren kan ha en känsla av att det är berättigat att "klämma åt" en viss person, som kan behandlas på ett sätt som mobbaren aldrig annars behandlar någon.

Kanske är mobbing det stora ämnet för psykologerna att ta itu med idag?

Adress: Livskraftsförmedlingen, Box 1020, 163 11 Spånga.

SMs kommentar: Det är egendomligt att skolan inte kan skapa en sådan anda att mobbing för alla framstår som något förkastligt. Nog borde väl en av skolans viktiga uppgifter vara att lära människor att umgås med varandra och att behandla varandra väl?

Lycka

Lyckan är svår att nå.

Många når aldrig fram.

Men vad är lycka?

Är det en ny grej, en ny tjej?

Nej, lycka är mycket mer än så,

det är att acceptera sig själv med fel och brister,

att acceptera att andra är som de är,

att känna gemenskap med andra, att trivas med andra,

kunna glädja andra, ge andra hopp, förlåta sina föräldrar,

att ha en plattform att stå på, att tycka om sig själv

Det är lycka för mig!

Owe Johansson

Harry Martinson

DET YTLIGAS ONDSKA

Att se det onda som det bottenlösa
och skänka ondskan avgrundsdjupets rang
det är att gömma huvudet i sanden
där ytlighetens djinner rycka fram.

En ytlig hord drar ut att allt föröda,
en ytlig mordeld i dess väsen pyr
och det som drev till denna plikt att döda
var en förflackad lust till äventyr.

Det ondas äventyr på jordens yta
är inga bottenlösa själars dåd,
men illdåd av förytligade horder
av folk som aldrig nåtts av djupens råd.

Där ytans djinner glitterögda tåga
vid plikten bundna av sin lust till dåd
där tänds det onda äventyrets låga
och härjar jordens yta utan nåd.

Ur diktsamlingen "Passad" (1945)

Harry Martinson

HADES OCH EUKLIDES

(första versionen)

I

När Euklides skulle uppmäta Hades
fann han att det saknade djup och höjd.
Demoner plattare än rockor
rasade på dödsslätten,
löpte med ekolösa hundskall
längs eldlinjer och islinjer,
längs med uppdragna linjer i Hades.

Utmed linjer som bröts
men återkom som linjer
gick linjeflock efter linjeflock av demoner i bredd, i följd och parallellt genom Hades.

Vågor fanns inga, ej höjder, ej djup eller dalar.
Endast linjer, parallella förlopp, liggande vinklar.
Demoner gick fram likt elliptiska plattor;
klädde en ändlös mark som med vandrande drakfjäll i Hades.

På utjämnade gravfält där glömskan härjat med sin platthet
krälade ormar — själv bara grövre linjer:
skyndade, krälade, stungo
längs löpande linjer.

En dånande gräsbrand i rasande flackflykt,
for utmed marken som en hyvel av eld.
Den for på onda prärier, på onda stäpper, flack ond pusta,
fram och åter, alltid tänd på nytt
av hettan på flacka slätter i Hades.

II

Låga låg helvetets ugnar
på den flacka slätten.
Där brändes i tegelrummen
— ytligt som i dödas gravar —
de godtyckligt dömda,
den flacka onskans offer,
utan trösten från en höjd
utan stöd från djupen,
bemötta utan värdighet,
bemötta utan resning,
bemötta utan måtten av evighet.
Deras klagan möttes blott av hån
på onskans flacka slätt.

Och Euklides, måttens konung, grät
och skriet sökte sfärens gud, Kroniden.

III

Detta var Hades.
Sökande blickar flackade,
men ingen fann
stående skog
susande kronor.
Ingen fågel steg,
ingen djupens fisk
sökte bottnarnas ro.
Ingen sänkte
lod eller not i djupen.
Ingen nedsteg eller uppsteg.

Alla rasade, alla sörjde, alla skrattade, hatade, hämnades
fångna i linjen, i ytan
i den eviga flackheten,
i den onda väven.

Detta var Hades, onskans flackland,
härjningens valplats, hämndens slätt.
Där studsade solens ljus,
blev kallt glitter från en ond spegel: de tomma bländverkens.
Där lämnades inte sten på sten.

Detta var Hades
där livet ålade sig fram
för att inte falla
för blyregn, för stålregn, för kopparregn
som stormade tätt
utmed marken i Hades.

Och Euklides föll framåt.
Den store uppmätaren tryckte sig till jorden,
bet i dess mull och grät.

Han ropade:
vem uppstiger?
Vem nedstiger?
Vem uppstiger med den goda viljan?
Vem nedstiger på djup
med sanningens sökande öga och hjärta?

Han lyssnade med örat till jorden.
Han lyssnade länge som på en brinnande prärie
med örat mot jorden.

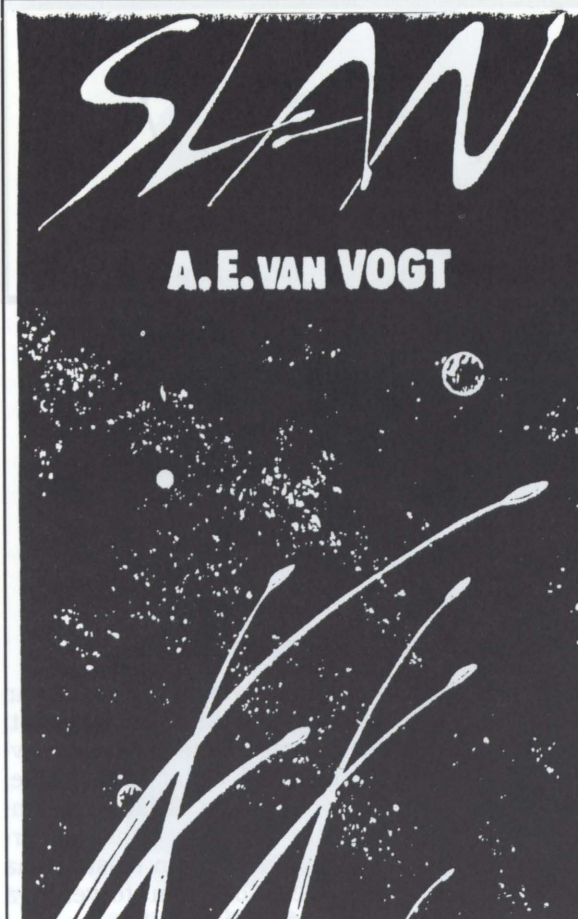
Han lyssnade tusen år. Han lyssnade åter tusen.
Och slutligen hörde han.
Han hörde ett hav.
Han hörde en källa brusa.

Han hörde hur gräset växte.
Han hörde en världens vår, en mognadens sommar.
Han hörde en vishet som fläktade ren.
Den hade en doft av frukt och hav,
den hade Arkadiens doft.

Och han hörde av god vilja en våg
genom alla
och genom alla folk.
Han hörde en hög och djup ström,
en jämn och hög passad.

Den kom för att vädra,
den kom för att väcka.
Den kom för att vädra ut
till mognad och växt, till höjd och djup,
till en god viljas frodiga rike för alla
den yta som så honom skrämt;
den yta som så honom plågat i tusen år
och ännu tusen;
den yta som rasar i Hades.

Ur diktsamlingen "Passad" (1945)



SLAN

De var en ny, förbättrad människoart —
starkare än vanliga människor, och
dessutom med förmågan att läsa tankar.
De gömde sig för människorna — av goda
skäl. De var hatade och fruktade, och
det var en belöning utläst för varje slan.

Död eller levande . . .

Slanernas framtid vilade i Jommy Cross'
händer. Han ensam hade tillgång till en
glömd hemlighet som kanske kunde
ge slanerna frihet och människovärde . . .

ÄNTLIGEN ÄR DEN HÄR.

"SLAN" av A. E. van Vagt kommer ut i svensk nyutgåva lagom till jul.

Den finns hos alla välsorterade bokhandlare. Har du ingen sådan i närheten kan du skicka efter den genom oss enligt vidstående prislista.

Följande anledningar gör att du måste läsa denna bok (eller köpa den):

- 1) Du tyckte om "Måsen" av Richard Bach.
- 2) Du har läst den förut men kunde inte köpa en ny bok när du skulle läsa om den eller köpa en för att ge bort till någon annan.
- 3) Du vill ge någon du känner en ovanlig bok i julklapp.
- 4) Du har tappat bort din gamla bok och vill ha en ny.
- 5) Du gillar att läsa om människor med ovanliga förmågor.
- 6) Du är själv en annorlunda människa och vill ha kontakt med andra.

LIVETS HEMLIGHETER VÄNTAR PÅ
ATT BLI AVSLÖJADE.

Om din bokhandlare inte har
"SLAN"-boken kan du skicka efter
den direkt från:

YANKEE PARTS
Exportgatan 33
422 46 Hisings Backa

och begära att få den hemskickad
mot postförskott 100:-. Eller också
kan du bifoga 90:- i form av en
check eller postväxel, så skickar vi
den portofritt direkt hem till dig.

Använd nedanstående talong:

Skicka ett ex. av boken SLAN till:

(Namn)

(Adress)

(Postnr)

(Postadress)

Jag vill att ni skickar boken mot
postförsk. 100:- inkl. alla avgifter.
Jag bifogar 90:- i form av check
eller postväxel och vill ha boken
hemskickad utan några andra av-
gifter.

Jag sätter in 90:- på postgiro
72 68 72-5 och vill ha boken hem-
skickad utan några andra avgifter.

Skicka talongen till: YANKEE
PARTS, Exportgatan 33, 422 46
Hisings Backa eller skriv (om du
betalar in 90:- på vårt postgiro
72 68 72-5) samma meddelande på
PG-IB kortet.



SYFTET med att läsa boken "MÅSEN" av Richard Bach eller "SLAN" av A. E. van VOGT är i första hand att man skall bli medveten om att det finns kunskap och förmåga. Därefter är det meningen att de som har litet viljestyrka också skall börja GÖRA något för att skaffa sig kunskap och förmågor.

Om du vill ha hjälp med att öka din kunskap och förbättra dina förmågor kan du höra av dig till:

Föreningen DUGA
Box 8008
421 08 Västra Frölunda

Vi har samlat ihop kunskap från många olika källor (Veda-skrifterna, hinduismen, buddhismen, kristendomen, grekisk filosofi och den moderna vetenskapen) och format en enkel Livsfilosofi som heter DUGA. Vi kallar denna filosofi för Livsfilosofin eftersom den är praktiskt användbar för att förbättra individens Livskvalitet.

DEN VÄNSTRA VÄGEN

(V a m a c a r a)

Av K. L. Wikman

Turister som besökt Indien, har ibland med bestörtning skådat tempel med så hejdlöst oanständiga skulpturer och pornografiska alster att de inte kunnat finna minsta samband mellan dessa tempel och den fromhet som annars präglar det religiösa livet i landet. Det förefaller som om den sexuella driften skulle vara föremål för dyrkan i form av hejdlösa orgier, där erotisk besatthet finner utlopp i obegränsad promiskuitet eller hämningslös tempelprostitution. Så förefaller det åtminstone ur deras synvinkel som går *den högra vägen*. Kritiken har gjort att *den vänstra vägens* anhängare har dragit sig tillbaka till hemliga riter vid vilka endast initierade får delta.

Vill man söka sanningen, bör man nog ta kritiken mot den vänstra vägen med en nypa salt och se till den undervisning som dess anhängare får. Den vänstra vägen kan ha sitt intresse för oss västerlänningar eftersom den faktiskt har miljoner anhängare i praktisk utövning över hela världen. Man kan lugnt säga att alla som kastar sig ut i sexuella utsvävningar och i en vild jakt efter nöjen, har något att lära av den vänstra vägens erfarenheter.

"Upplysningen måste sökas mitt bland lidelser och begär" — detta urgamla orientaliska ordspråk har kanske sin bästa tillämpning i de delar av Indien där den vänstra vägen har blivit sökt som en möjlighet till befrielse. Det är kanske främst i Bengalen, K. shmir och Kerala som denna form av sökande har haft sina flesta anhängare.

Den högra vägen beträds av dem som söker befrielse i asketism, försaker, ett dygdigt liv och strävan efter helighet. Dessa människor har sett med avsky och fördomande på dem som beträtt den vänstra vägen, vilken i mycket är den högra vägens

motsats. Andligt utvecklade lärare har dock sagt: "Människan må välja den vänstra eller den högra vägen — båda leder till samma mål och möts därför till slut!"

Den vänstra vägen har, liksom den högra, urgamla anor och bygger sin livsuppfattning på de heliga Veda-böckerna. Anhängarnas religiösa litteratur är de s k Tantras, vilka bl a innehåller magiska och mystiska formler. Tantraläran omfattar skapelse och undergång, gudsdyrkan, förvärv av andlig och fysisk styrka m m. En anhängare av läran kallas shakta, den skapande kraften Shakti.

Den vänstra vägen, eller shaktaläran, bygger liksom alla religioner i världen på moraliska principer och betraktar den ohämmade självskheten som roten till allt ont. Läran har en moralisk grund, som inte kan frångås utan att medföra obotlig skada för syndaren. Målet är ett lyckligt liv här på jorden, himmelriket efter det och själens frigörelse till slut.

Föremålet för shaktidyrkan är den skapande kraften eller livsenergin i form av den gudomliga modern. Hon är den aktiverande kraften som frambringar och uppehåller hela universum. Den förstörande kraften, Shiva, är förkänd med henne. Hon byter dock namn med alla de olika uppgifter hon ålägger sig. Som Durga och Kali dyrkas hon som en blodtörstig demon av kvinnligt kön. Hon måste då blidkas med offer. Som Parvati tillbeds hon i egenskap av tillväxtens, fruktsamhetens och kärlekens gudinna. Det är hon som skapar liv i en kvinnas sköte, och därför anses varje kvinna representera henne. Shaktiläran vördar kvinnan.

Shaktikraftens utveckling hos den enskilda individen sker helt med hjälp av de anlag och syften som finns innesluta i människan. Uppväckandet av dessa anlag sker inte med asketisk

avsky inför livgivandets under, utan med uttryck i praktisk verksamhet. Tantran hänvisar inte till någon avlägsen gud i ett okänt himmelrike. Den påpekar att ur lärjungens synpunkt bildar kroppen hans universum, och det är där han måste finna sin gud. Den som kan förverkliga detta, når upplysning.

Den gudomliga moderns kraft är obegränsad. Den individuella erfarenheten av denna obegränsade kraft är helt naturligt endast en ytterst begränsad upplevelse. Men den individuella erfarenheten kan byggas ut till befrielse från den personliga begränsningen. Därmed upplever man kraften bortom tid och rum på ett helt opersonligt sätt.

Varje kvinna och man äger inom sig en stor mängd medfödd shaktikraft i latent form, som de blir medvetna om i samma mån som den uppstiger till medvetandet. Problemet är hur man skall uppväcka och levandegöra denna kraft. För detta krävs en filosofi och en religion som inte endast argumenterar, utan även experimenterar. När experimenterandet leder till erfarenhet, är det en väg till befrielse. En sökare finner den gudomliga livskraften först i sin moder, därefter i sin hustru eller man och sedan i sitt eget inre. Världens skapelse är en akt av gudomlig kärlek.

Shaktaläran framhåller att njutning inte är målet för dess riter. Moralen ligger i att det är bättre att känna till fakta som de är, än att hemfalla åt allmänt hållna moraliska generaliseringar, som endast vilseför människan och lätt leder till verklighetsflykt eller tro på den egna förträffligheten. Shaktas framhåller att Sadhana (närmast pånyttfödelse) är nödvändig för människans tillväxt och att läran innehåller *medlet* för att nå denna pånyttfödelse.

De shaktas som skrev de heliga



Par under samlag. Från ett tempel i Rajasthan, 1200-talet.



Par under samlag. Från ett tempel i Madhya Pradesh, 1200-talet.

Tantraböckerna var väl medvetna om att det moraliska kravet på renhet, helst i form av asketism, medförde en hel del förblindelse. Man gav asketismen ett värde som den inte motsvarade. Renheten gjordes till ett mål i sig och inte till ett medel för att uppnå befrielse. Moralisterna trodde att de krafter som inte gick åt till sexuell utlevelse kunde sublimeras och användas som drivkraft till andlig förkovran. De insåg inte att asketismen utgjorde själva livskraftens undertryckande. Detta verkade försvagande på shaktikraftens andra yttringar. Strävan till andlig mognad undandrog därmed en pådrivande kraft.

I motsats till moralisterna framhöll Tantras att kärlekslivets maximala nöje, som utgör förutsättningen för mänsklighetens fortbestånd, är en liten del av den skapande akten när Shiva och Shakti förenas för att producera fröet till ett nytt universum.

Kulten som uppstått ur shaktatron är fri från alla dogmer och regler, som gäller för andra gudstjänstformer. Shaktas gudstjänst är mental. Reningsceremonierna och andra kulthandlingar sker endast mentalt, dvs i lärjungarnas fantasi. Ingenting är rent eller orent i och för sig; det är våra tankar som gör det till vad det är. Inga regler gäller heller för födan. Shaktas äter kött och fisk, vilket ses med vämjelse av övriga indiska sek-

ter, vilka i allmänhet förordar vegetarism. Även alkoholhaltiga drycker är tillåtna.

Västerlandets vetenskapsmän har sökt livets ursprung. Enligt shaktas är detta arbete förgäves. Livet har inget ursprung, eftersom det alltid har funnits. Däremot uppträder det i och efter skapelseakten i en synlig form, som givetvis måste ha en början. Världen är en levande men ändlig manifestation av evigt liv, vilket inte kan uppstå ur "död" materia eller av intet. Manifesterad Shakti är vitalitet. Den gudomliga modern begränsar sitt oändliga väsen, när hon skapar universum, på samma sätt som människan begränsar sin andes frihet genom att binda den i en tanke eller tro.

Shaktas anser att människans ande, det sanna jaget, är Shiva och att hennes intellekt och kropp är Shakti. Men samtidigt är Shiva och Shakti ett. Detta innebär att människan är ande som dolt sin identitet med Shakti. Det gäller för henne att bli medveten om sin samhörighet med Shiva-Shakti. Detta kan ske när hon vänder sin uppmärksamhet från självet och yttervärlden till den inre verkligheten som motsvarar livet självt.

Shaktiläran säger att världen är den ena sidan av Guds skapelse. Den andra sidan är Gud som den över-

samma kraften, det rena varat. Man kan således närma sig Gud i båda dessa Guds aspekter. Den högra vägen närmar sig det gudomliga som överksam kraft. Detta sker genom asketism, avsägelse och kontemplation. Den vänstra vägen anser däremot att man lika väl kan närma sig Gud från det motsatta hållet, genom att godta världen och uppleva den som Guds skapelse. Eftersom den skapande kraften är den gudomliga modern, är det genom dyrkan av livskraften (Shakti) som detta närmande sker. Världsnjutningen har därmed gjorts till medel i människans strävan efter befrielse. Den i människan slumrande livskraften skall uppväckas och småningom ledas till hjärnan i dess egen-skap av medvetandets centrum.

Idén att människorna skall följa en enda väg till sin befrielse betraktar shaktas som absurd. Den är mot naturen. Man bör välja den väg som passar en själv bäst. Ingen kan veta eller nå allting. Människan begränsas av sin bristfälliga förmåga. Därför måste det finnas olika läror, olika handlingar för skiftande grader av mänsklig utveckling.

Alla strävar efter lycka, men shaktas anser att det finns två slag av lycka. Det finns sådan lycka som produceras av önskingarnas uppfyllelse, men den förflyktigas lätt och är därför opålitlig. Det finns också en

icke producerad lycka som är bestående. Dess högsta grad utgörs av befrielsen. Tanken rör sig då genom en inre logik från en lägre till en högre och mera komplett uppfattning om tänkarens sanna natur. Då han förstått vad han är, har han även förstått allt annat.

Shakti — den gudomliga modern — är givaren av nöje då hon ger sig till känna i form av vår värld. Den gudomliga skapelseakten finner sin mänskliga motsvarighet i parningsleken då fröet till nytt liv kommer till. Den högsta lyckan är dock förening med den gudomliga modern, vilket närmast betyder att man når befrielse och hamnar bortom födelse och död. Endast ett fåtal förstår befrielsens revolutionära betydelse och längtar därför efter den. Majoriteten nöjer sig med att söka tillfredsställandet av personliga önsknings.

En shakta undviker inte världen på grund av fruktan, utan håller den fast i ett mentalt grepp och lär sig dess hemlighet. Han underkastar sig inte slaviskt yttre förhållanden och anpassar sig inte till åsikterna hos sådana människor som ännu inte brytt sig om att lära sig förstå. Livets spontanitet blir då fullt uppenbar. Den översinnliga kraften blir en medveten grund i livet och påverkar kropp och sinne. Kroppens funktioner förvandlas därmed till medel för befrielse i stället för att utgöra hinder, vilket de otvivelaktigt skulle bli om de betraktades som orena i sig själva.

Det rör sig således om tankelivets spontanta renhet, som närmast betyder frihet från tvivel och hämningar. Den rene sysselsätter sig inte med värderingar och jämförelser utan med sin samhörighet med den gudomliga modern. Därför lider inte shaktas som söker fullkomning av moraliska skrupler inför sexuallivet. Hemlighetsmakeri som i västerlandet har aldrig förekommit i indiska hem, och barnen där har därför inte hämmats av okunnighet och fruktan.

Det är avsikten och sättet att nå målet som gör sexualiteten ren eller oren. Enligt shaktaläran bör en assimilerings i gudomen äga rum, och detta kan ske endast om lärjungen helt underkastar sig den gudomliga modern med alla sina gärningar. Detta sker genom anpassning till det han tror är Guds vilja eller det inre ljuset, som representerar Guds vilja. Styrkan får inte försvagas av inre förbehåll. Endast den som är helt fri från dualism kan offra sexualiteten åt gudomen och göra den till ett medel i andlig utveckling. Om han kan betrakta könsumgänget som en gudomlig manifestation, växer denna tanke inom honom och utestänger småningom det sinnliga begäret. Sålunda innehåller den sexuella extasen något av självförnekelse, något av kapitula-

tion inför det som är starkare än självet.

Shaktaritualen för sexualakten sker närmast med lärjungens egen hustru, vilket naturligtvis inte skall tas alltför bokstavigt i ett land som alltid tillåtit månggifte. Däremot har det understrukits att allvaret i riten inte tillåter att den urartar till ett svepskäl för otillåten tillfredsställelse av den sexuella driften och att den därför i ingen händelse är avsedd som täckmantel för promiskuitet. Tvärtom är det så att man tidigt lärt sig inse det oinskränkta begärets förödande inverkan på allvarligt sökande. Den kvinnliga eller manliga sökaren måste därför skyddas mot att dras ned av en andligt omogen motpart. Om en lärjunge är ogift eller om hans maka, eller hennes make, ej var kompetent, fick en annan motpart utses av en guru som genom sin förmåga kunde se att båda uppnått samma andliga utvecklingsnivå. En okunnig person med föga intresse för religiösa värden och fylld av själviska begär fick överhuvudtaget inte vara med om dessa kulthandlingar.

Den i ritualen deltagande kvinnan kallades Shakti då hon därvid representerade den gudomliga modern. Det förhållande som ritualen ledde till, var av permanent karaktär. Det ansågs att om förhållandet upplöstes, tog Shakti med sig den manliga lärjungens andliga framsteg. Ett sådant "religionsäktenskap" gjordes lagligt genom utförandet av ett sakrament (Shaiva-Samskara). Lärjungen måste inse att människan inte är ett med Brahman endast i befrielsens ögonblick, utan redan i sitt vardagsliv här och nu — i varje verksamhetsform. Shiva verkar som Shakti genom lärjungen, och därför kan samlaget förvandlas till ett andligt framåtskridande. Den personliga önskan, som i allmänhet är en fiende, kan därigenom förvandlas till en allierad. Själva könsakten besjålas.

Pancatattva — den hemliga ritualen — är inte känd i sina detaljer av utomstående, men i princip försöker den försätta kärleksparen i en situation där de frivilligt avstår från sin strävan att uppnå orgasm. En lärjunge och hans Shakti kan exempelvis till en början sitta nakna mitt emot varandra i meditationsställning med korslagda ben, lotusställningen, varvid samlag är fysiskt omöjligt. I detta läge väntar de med sinnet vidöppet. Känslan stegas då inifrån till det yttersta och framkallar orgasmen utan fysisk beröring.

Då könsdriften inte är uppfunnen av människan, utan är naturens egen kraft och aktivitet i den mänskliga organismen, så är avsikten hos shaktan inte njutningen. Samlagets utförande överläts åt naturen själv, vilket innebär en mer eller mindre automatisk

handling med spontan utlösning. Deltagaren blir därmed en åskådare till samlagsprocessen. Det rör sig således om samma princip som följs av den japanska samurajen, då han i fäktingen avstår från att föra svärdet med intellektets hjälp och överlåter detta åt de omedvetna krafterna inom sig.

En shaktalärjunge har gett följande förklaring till utförandet av Pancatattva: "Låt oss anta att människans kropp är ett kärl som fyllts med olja. Oljan representerar hennes passioner. Om hon tömmer kärlet och nöjer sig med detta, flyter ny olja från begärens källa, som hon lämnat orörd. Om hon däremot droppar kunskapens vatten, jnana, i oljan, så sjunker det till kärlets botten därför att kunskapen är tyngre än lidelsen. Då vattnet sjunker, skjuter det samma volym olja åt sidan. Genom ökningen av kunskapens vatten minskar passionens olja i motsvarande grad. Ingen ny olja uppstår, då vattnet hindrar detta genom sin tyngd."

Kularnava Tantra säger: "Genom det som orsakar människans fall skall hon ock höjas." Detta kommer även fram i talesättet bland shaktas: "Om människan faller till marken, skall hon stödja sig mot marken för att åter kunna resa sig". Då gärningen utförs med rätt känsla och sinnelag, finner människan ett stegrat nöje. Det rätta sinnelaget åstadkommer i längden erfarenhet av det gudomliga, vilket leder till befrielse. Då den gudomliga modern upptäcks i alla ting, lär man sig till slut att hon även befinner sig bortom tingen som deras yttersta orsak. Det är härvidlag som den vänstra vägen skiljer sig från den högra vägens yogaövningar. Den vänstra vägen söker befrielse i livsglädjen — den högra vägen i dess förnekande.

Anm. Framställningen, som något förkortad är hämtad ur K. L. Wikmans bok "Själens oro" (Livskraft 1985) följer Sir John Woodroffes bok "Sakti and Sakta".

REIKI Veckoslutskurser i Sthlm och Gtb

○ **REIKI** är en teknik o. konststart inom healing.

○ Du kan med **REIKI** aktivera, rikta o. tillämpa den universella energin för att befordra balansering, healing o. helhet.

○ **REIKI** är ett fullständigt system för självtransformation.

Förfrågn. o. anmäl.n.:

GUNNA VISTISEN, Sunbeam,
Vallentuna (T-bana, buss).
Tel. 0762-782 59

även enskild konsultation.

Ny Hillerdal-undersökning

Rektor Gunnar Hillerdal i Växjö skall göra en undersökning av vad *andligt liv* innebär. Han vill ha fram ett brett material och vänder sig till "svenska folket", bland annat genom en anons i Sökaren (s. 34).

Du kan alltså skriva till Gunnar Hillerdal och berätta om någon andlig upplevelse — eller om flera — som betytt mycket för dig. Men skriv ganska kort!

Hillerdal undrar bland annat över vilka skillnaderna är — om det nu finns några — mellan upplevelser hos "privatreliösa" människor och medlemmar i "nyandliga" grupper i jämförelse med den traditionellt kristna uppfattningen av "andligt liv" och den Heliga Ände som "Hjälparen".

Rektor Hillerdal har adressen Midvintervägen 3, 352 60 Växjö.

"Spökpatrullen"

Det danska Selskabet for Psykisk Forskning har en s k psi-patrull, som står klar att rycka ut (med bil) och undersöka paranormala fenomen, såsom poltergeistar, mystiska ljud, gengångare, varselfenomen etc.

Tyvärr är ju spontana fenomen i allmänhet kortvariga, så det blir mest för patrullen att lyssna till ögonvittnesskildringar. Men man har utrustning för att ta upp oförklarliga ljud, videokameror, kameror med speciellt ljuskänslig film för fotografering i infarött ljus, bandspelare m m.

— Det mesta av den parapsykologiska forskningen sker idag i laboratorier, säger sällskapetets ordförande Leif Mikkelsen. Men vi tycker det är viktigt att också registrera sådana spontana fenomen som inte kan studeras i laboratorium.

Huruvida psi-patrullen är beredd att rycka ut till Sverige, vet vi inte. Men vi vill ändå nämna att ordföranden, Mikkelsen, har telefonnumret 009-45-1-23 16 79.

Källa: Tidskriften Vor eventyrliche verden, juli/augusti 1986.

Varning!

Den amerikanska Kommittén för vetenskaplig undersökning av påstått paranormala fenomen vill att alla horoskop som publiceras i tidningar och tidskrifter skall vara försedda med texten *Varning! Astrologi kan vara skadligt för din hälsa!* Anders Palm, i Aftonbladet 29 juli 1986, håller med.

Men, apropå att sila mygg och svälja kameler, borde det inte också litet varstans i städer finnas skyltar uppsatta med varningstexten *Obs! Luften här är inte lämplig att inandas!* Och skulle inte vattenkranar egentligen ha en etikett med orden *Bör endast användas som diskvatten!* Och systembolagets produkter, de borde väl inte få säljas utan texten *Ta dig i akt! Där denna dryck går in, går vettet ut!* Läkares väntrum skulle väl ha anslag med ord som *Du som här inträder, tänk på att syntetiska mediciner kan ha elaka biverkningar!* Och kyrkorna borde väl ha skyldighet att upplysa om att *den bibliska helvetestron kan vara skadlig för din hälsa — så tänk dig*

för innan du inträder i detta samfund! Och — för att ta ett sista exempel — nog borde väl varje tidningssida högst upp ha några ord med påminnelsen att *mycket som står i den här tidningen är faktiskt inte sant!*

Djupterapin

söker inte mentalsjukdomarnas orsak i människans kemi, utan i hennes livsfarenhet. Gå med i Stödföreningen för Djupterapi!

Medlemsavgift 150:- Pg 495 11 33-0
Tel. 040-846 91 ti 10-11.

Kvigärde Kursgård Kursledare, arrangörer!

Kvigärde är ett hus med anor. Nyrenoverat med bl a bastu, men med atmosfären väl bevarad. I varje rum kan man vedelda.

ENDAST EN KURS PER TILLFÄLLE

Huset ligger isolerat och ni kan vara helt i fred.

Självhushåll om så önskas.

Kvigärde ligger 6 mil söder om Stockholm, utanför Gnesta. Pendeltåget går dit.

För visning och information ring

SUNNA CRONSTEDT

08-33 27 64

Har Du levt tidigare?

Jag kan hjälpa Dej att

MINNAS TIDIGARE LIV

Mina kunder har haft stor glädje av detta då de fått

- Nya perspektiv och ny kunskap
- Förnyad livsenergi
- Förståelse för reaktioner som beror på händelser i tidigare liv
- Känna igen sina närmaste från annan tid

KONTAKTA

SUNNA CRONSTEDT

08-33 27 64

Håkan Blomqvist

På UFO-fronten



Kidnappad av UFO-varelser?

Stora lysande föremål med strålkastare, cigarrformade farkoster, strålningsskador på vittnen, störningar på TV och telefon — det är några exempel på vad som rapporterades under den stora UFO-vågen över Vallentuna, våren 1974.

Under några få månader kom det in hundratals UFO-rapporter koncentrerade till orterna Markim, Orkesta och Lindholmen i Vallentuna, som ligger strax norr om Stockholm. Det rörde sig oftast om stora, bländande ljuskroppar som kom flygande över trädkropparna.

— Det var så otäckt att man önskar att man aldrig varit med om det. Jag fick för mig att vi var kontrollerade av någon — som en väldig ficklampa som sökt.

Så beskriver Hillevi Andersson från Ormsta i Vallentuna sin upplevelse den 24 mars 1974. (1) På söndagseftermiddagen försöker hon flera gånger ringa sina föräldrar i Malmhagen. Men inga signaler går fram. Linjen är bruten. Tillsammans med barnen Cecilia, Elisabeth och Robert far hon vid 19-tiden i bilen över till föräldrahemmet. Strax utanför Lindholmen får de syn på ett stort ljussken som svävar på cirka hundra meters höjd. Det försvinner bakom några träd.

Vid framkomsten berättar Hillevis föräldrar, Svea och Hildor Andersson, att det varit störningar på TV:n under kvällen. Strax innan Hillevi och barnen skall åka vidare till Hillevis bror, observerar Svea Andersson ett skarpt ljussken utanför huset. Vid det här laget är barnen rejält uppskrämda, gråter och vill åka hem.

Hillevi och barnen åker vidare till Hilding Andersson i Skrattbacken. Han eskorterar de övriga hem genom att följa efter i sin bil. På vägen mot Ormsta passerar ett föremål rakt över vägen, framför Hildings bil men bakom Hillevis. Han signalerar men de märker ingenting utan kör vidare.

Senare får man åter syn på ett lysande föremål i riktning mot Orkesta by. De stannar bilarna vid en vägskorsning för att titta närmare.

På cirka 400 meters avstånd hänger ett stort lysande föremål i luften, kanske tio meter över marken. Ett mindre objekt, halvklotsformat och orangefärgat, svävar intill en lada. Det står helt stilla i luften. Två flygplan passerar samtidigt på låg höjd.

Grupper ger sig av från platsen. Barnen är oroliga och rädda. Nu följer ett föremål på vardera sidan om Hillevis bil. Det större föremålet lyser med strålar mot bilen där Hillevi och barnen sitter. Hilding observerar att det större föremålet har formen av en klocka med små klot undertill.

Skakade av händelsen anländer de till hemmet i Ormsta vid niotiden. Efter observationen får barnen huvudvärk och magont. Hillevi känner av njursmärtor flera dagar efter observationen.

Åtskilliga vittnen såg de lysande föremålen denna händelsrika söndagskväll, och det kom många rapporter om fel på telefon och TV-apparater.

UFO-vågen blev mycket uppmärksam i pressen och både FOA och det lokala hemvärdet kopplades in. Professor Stig Lundquist vid Åskforskningslaboratoriet i Husbyborg ansåg att det möjligen kunde röra sig om norrsken eller ljusbågar som uppstår vid fel på starkströmsledningar.

(2) Laborator Tage Eriksson på Forsvarets Forskningsanstalt meddelade att FOA inte hade resurser till några utredningar. Tage Eriksson antog att

det kunde vara helikoptrar eller något typ av naturfenomen. (3)

Den som i trakten visade störst intresse för händelserna var vice hemvärnschefen Hardy Broström. Han fick in flera rapporter från vittnen som han ansåg mycket trovärdiga. Dessa rapporter sammanställdes och skickades vidare till milostaben i Strängnäs, Forsvarsstaben och FOA.

Hillevi Andersson var inte nöjd med försvarets behandling av och förklaring till händelserna.

— Jag ger mig inte. Jag vill ha klarhet i det här! sa hon.

Ungefär två dagar före Hillevi Anderssons observation inträffade den händelse som kom att bli mest omtalad i samband med Vallentunarapporterna, ett av de få svenska skombordtagningsfall som dokumenterats.

Klockan fem minuter över tolv natten till lördagen den 23 mars 1974 går Harald Andersson (pseudonym) ut från församlingshemmet i Markim, Vallentuna, för att få en nypa frisk luft. Men istället för att sedan gå in igen fortsätter Harald att vandra bort från församlingshemmet. En inre kraft styr honom att ta en väg hem som han annars inte brukar gå.

Det är som en inre röst som uppmanar honom att följa skogsvägen framåt. Natten är stjärnklar och kall. Efter att ha passerat ett torp ser han två runstenar vid sidan av vägen. Mitt för stenarna ligger en bergklack.

Plötsligt dyker ett bländande ljus upp på vänster sida av vägen. Ljuset ökar i styrka. Det närmar sig snabbt och Harald tvingas kasta sig åt sidan i ett dike för att undgå att träffas av det starka skenet.

Sedan minns Harald ingenting mer förrän han står framför dörren till sitt hus i Lindholmen. När hans fru öppnar får hon en chock. Harald håller en näsduk för pannan, där han blöder ur ett djupt sår, och högra kinden är brännskadad.

Vad var det egentligen som hände Harald Andersson denna fredagskväll? Hade han fallit mot en sten och förlorat medvetandet och sedan halvt medvetelslös irrat sig hem? Men vad var då den inre rösten och det mystiska ljuset?

Genom Sten Lindgren vid Arbetsgruppen för UFO-Identifiering togs kontakt med överläkare Ture Arvidsson, hypnosspecialist vid Danderyds sjukhus i Stockholm. Harald Andersson hypnotiserades vid två tillfällen av Ture Arvidsson, 1 april och 20 maj 1974. Förutom undertecknad deltog Sten Lindgren och bokförläggare Robert Larson vid de båda hypnoserna.

Vad Harald Andersson sa under hypnosen var minst sagt häpnadsväckande. Så här låter det direkt från bandupptagningen:

Ture Arvidsson: Nu skall vi för-

Närbild av krossåret i pannan. Foto taget av Håkan Blomqvist vid första hypnosen cirka en vecka efter händelsen.

flytta oss tillbaka till den där fredagen, då du hade varit på en tillställning och då du gick hem. Du gick där på vägen, och nu skall du berätta vad som händer.

Harald Andersson: Jag kommer till ett vägskal.

TA: Ja, du kommer till ett vägskal.

HA: Jag dras åt höger.

TA: Är det mörkt?

HA: Ja, mörkt och stjärnklart och kallt. Nej... nej!

TA: Vad är det som händer?

HA: Ljus, ljus!

TA: Är det starkt?

HA: Ja, jag bländas. Det finns inte sånt ljus. Det går inte att beskriva... Jag kastar mig i snön. Jag lyfts rakt upp, försöker slita mig loss. Det går inte, jag hålls fast.

TA: Vad händer sedan?

HA: (Ångestskrik.)

TA: Var det otäckt? Såja, var alldeles lugn.

HA: Dom tar mig, dom tar mig (skrik).

TA: Vilka dom? Så, ta det lugnt, bara lugn, bara lugn. Är det otäckt? Ser dom ut som människor?

HA: Nej, det gör dom inte. Dom är genomskinliga.

TA: Hur många är dom?

HA: Fyra.

Harald Anderssons känslomässiga reaktioner under den här delen av hypnosen var mycket starka. Han skrek, sparkade och grät så häftigt att Ture Arvidsson nästan fick sitta på honom för att hålla honom kvar på sängen. Det var en skakande och omväxlande upplevelse att vara med om denna hypnos. Ingen kunde betvivla att händelsen var äkta.

Harald sa att han kastat sig i diket för att undvika det starka ljuset. Men han nådde aldrig marken utan sögs upp i farkosten. Varelserna ombord var ganska långa, 1.80-1.90, och kraf-

tiga. Vid ett tillfälle påstod han att de såg ut som indianer. De hade ögon, näsa och mun, men öron och hår kunde han inte iaktta, kanske för att varelserna verkade ha någon form av huva på sig.

Det strålade liksom ett skimmer av ljus kring varelserna, och uppenbarligen kommunicerade de med hjälp av något slags melodiska signaler. När en av varelserna närmade sig Harald med ett instrument, uppstod en strid. Från hypnosen den 20 maj framkom följande:

TA: Hur har du fått det här såret i pannan?

HA: Skadad, jag vart skadad.

TA: Hur gick det till?

HA: Jag försvarade mig. Dom skulle sticka mig.

TA: Tänkte dom sticka dig?

HA: Dom satte en apparat.

TA: Hur såg den ut?

HA: Jag får inget säga, nej.

TA: Har dom hotat dig på något sätt?

HA: Nej, nej.

När en av varelserna närmade sig Harald med ett instrument, försvarade han sig. Han drog omkull en av varelserna, som sedan fick hjälp att resa sig av de andra. Efter den händelsen sattes instrumentet mot Haralds panna, vilket skapade en intensiv, brännande smärta. Men det är svårt att avgöra om det var detta som orsakade såret i pannan eller brännskadan.

Harald uppmanades också att hålla tyst om händelsen. Vid flera tillfällen under båda hypnoserna säger han: "Jag får inget säga." Man får nästan intrycket att varelserna lagt in en psykisk blockering för viss information. De förbjöd honom också att söka läkare.

Till slut sa de "vi ses igen" och förde honom ända fram till porten vid



Här kastade sig Harald Andersson i diket, när ljuset närmade sig. Björn Högman visar. Foto GICOFF.

villan. Där kom medvetandet åter, och hans fru fann honom stående på trappan.

Av Ture Arvidssons diagnos framkom att Harald aldrig haft något epileptiskt anfall eller upplevt något liknande förut.

Vid diskussionen efter första hypnosen frågade Robert Larson: Du som är van vid hypnos, hur värderar du detta som han sagt?

Ture Arvidsson: För mig är det fullkomligt oförklarligt.

RL: Är det sanningen som kommer fram vid sådana här tillfällen?

TA: Ja, man brukar tala sanning i hypnos, det brukar man.

En av de forskare som undersökte Harald Andersson var fil. lic. Arne Groth. Han kunde konstatera en del märkliga förmågor efter upplevelsen. (4)

— Han hade fått en allmän höjning av en del parapsykologiskt betonade känsligheter. När han gjorde elektrostenciler på sitt arbete, så blev dom alldeles svarta, vilket dom inte blev när en kamrat tog över och gjorde dom. Det tyder på att det var väldigt kraftiga elektriska fält omkring honom en tid. Han hade också varit långsynt förut och behövt glasögon, men nu upptäckte han att de inte behövdes.

Vidare undersökningar klargjorde att Harald Andersson blivit mycket känslig för olika typer av strålning.

Om man höll en bergkristall framför jacket i panna, så kände han ett stickande eller sugande i huvudet. Han kunde detektera en bergkristall på ända upp till hundra meters avstånd om den var stor.

Efter händelsen kände han även på sig när UFO var i närheten. Det blev som ett sug. Han tyckte sig nästan lätta från marken och kunde också säga ifrån vilken riktning de skulle komma. "Dom är i mig", påpekade han vid ett tillfälle.

Ändå hade Harald inte någon aning om vad han råkat ut för, även om han spekulerade om rymdvarelser:

— Jag vet inte, det går inte att bedöma. Jag vet inte vad det är för någonting. Det kan inte ha varit människor... det är inga människor, förklarade han vid diskussionen efter första hypnosen.

Idag lever Harald Andersson ett normalt familjeliv i Vallentuna. Han har kvar känsligheten för olika krafter men vill inte ha någon publicitet kring sin person, och hans fru vill inte att han skall prata om UFO.

Fallet Andersson är unikt såtillvida att det är det enda väldokumenterade ombordtagningsfallet i Sverige. Men det saknar fortfarande en förklaring, liksom liknande fall i andra delar av världen. (5)

Noter

1. Dagens Nyheter, 5 april 1974 samt

URD: Utskrift av band om Vallentuna-händelserna.

2. Norrtelje Tidning, 5 april 1974.

3. Norrtelje Tidning, 3 april 1974 samt Aftonbladet 4 april 1974.

4. Utskrift från intervju i radioprogrammet "Nya Dimensioner", oktober 1981.

5. Se text John Fuller: The interrupted journey. Two lost hours "aboard a flying saucer", Dell, N.Y., 1966, samt Coral & Jim Lorenzen: Abducted! Confrontations with beings from outer space, Berkeley Medallion, N.Y., 1977.

BUDDHASASANAFÖRLAGET Box 5158, 102 44 Stockholm

Skrifter ur den buddhistiska palikanon:

Buddhas stora meditationstal
40 sidor, ca 20:-

Buddhas tal till Sigala
24 sidor, ca 16:-

Övrigt:

Buddhismen i ett nötskal
av Narada Maha Thera
80 sidor, ca 15:-

Buddhistisk meditation
av Francis Story
32 sidor, ca 7:-

I bokhandeln eller direkt från förlaget

Debutant med angeläget ärende

Anna C. Bornstein är känd för denna tidnings läsare genom sina insiktsfulla artiklar om olika aspekter av det andliga sökandet. För tiotusentals svenskar är hon dessutom känd och uppskattad för sina översättningar av Paul Bruntons böcker.

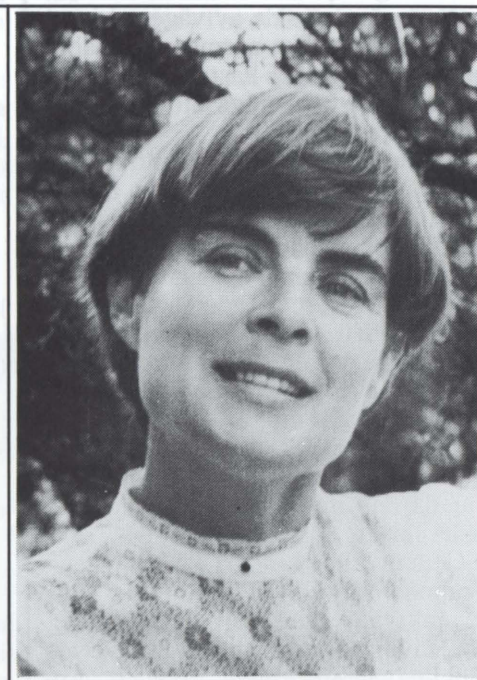
Nu har Anna C. Bornstein debuterat som författare. Hennes bok heter *Hadji den vise* och handlar om en vis man, hans ovanliga liv, hans ivriga sökande efter sanning, hans prövningar och framsteg — och hans slutliga seger.

Bokens huvudperson växte upp på en ensligt belägen ö utan kontakt med föräldrar eller andra människor. Men i fullkomlig harmoni med den omgivande naturen. Denna ovanliga livssituation bidrog till att utveckla en unik lyhördhet för den inre verkligheten. Genom att följa intuitionens röst blev Hadji så småningom en invigd i Livets Stora Hemlighet.

En dag kom människor till ön. Ryktet om den märklige Hadji spreds över världen. Det nådde även fram till Aron, en ung man med en brinnande längtan efter sann kunskap. Aron tog sig till ön och blev Hadjis lärjunge. Ett år tillbringade han tillsammans med den vördade läraren och fick undervisning av samma slag som under forntiden gavs åt elever i mysterieskolorna.

Hadji den vise är en spännande och inspirerande bok, som med stor behållning kan läsas av både ungdomar och vuxna. Det är en bok i samma litterära genre som Måsen (berättelsen om Jonathan Livingstone Seagull).

Vill du ge *Hadji den vise* som present till dig själv eller någon annan så sätt in 91 kronor på postgiro 963 39-7 så kommer boken omgående som ett brev på posten. Fraktfritt!



Anna C. Bornstein

Larsons Förlag AB
Box 3063
183 03 Täby
08-732 84 60

Feldenkraismetoden återupplivar våra riktiga rörelser

Jag ligger skönt utsträckt på en brits och försöker tänka ingenting och bara slappna av, såsom Bill har sagt att jag ska göra. Och det är svårt.

Det svåraste som finns är att låta bli att göra någonting, säger Bill. Det ligger mycket i det.

Bill vaggar mjukt mitt ena ben. Så det andra. Och så huvudet. Försiktigt och mjukt. Det känns nästan tveksamt först. Men både efter vad Bill säger och efter vad jag alltmer erfar, så förstår jag att det är alldeles speciellt medvetna och bestämda rörelser han gör.

Det är feldenkraismetoden han praktiserar, Bill Callison, amerikan med en mängd olika länder som arbetsplats. Jag möter honom under någon månads arbetsperiod i Stockholm. Om ett par månader kommer han tillbaka för att ta emot fler av det ökande antal svenskar som vill bli behandlade med eller lära sig utöva denna ovanliga kroppskännedomsoövning som är så svår att förklara — och, som feldenkraistentusiasterna så riktigt säger, bör upplevas.

Sjukgymnasten Gunnel Iverus är en av dessa entusiaster. Hon uppmanar sina kolleger att lära sig metoden som hon anser är överlägsen alla andra kroppsbehandlingar och "ett äventyr" att arbeta med dag för dag. Gunnel förklarar att de mjuka, exakta rörelserna som görs ger signaler till hjärnan och återupplivar ett riktigt rörelseschema — för de allra flesta av oss har ett felaktigt sådant. Vi rör oss ensidigt och låst och sliter på leder och får ryggbesvär och även många psykiska besvär till följd av detta. Kropp och psyke hör ihop, och kroppens rörelser är oerhört väsentliga. Livet är rörelse, och vi blir medvetna om vår kropp och faktiskt om livet genom att röra oss rätt. Feldenkraismetoden, dvs riktiga rörelser, bringar reda i vår hjärna och har därför gett goda resultat, även hos psykiskt sjuka.

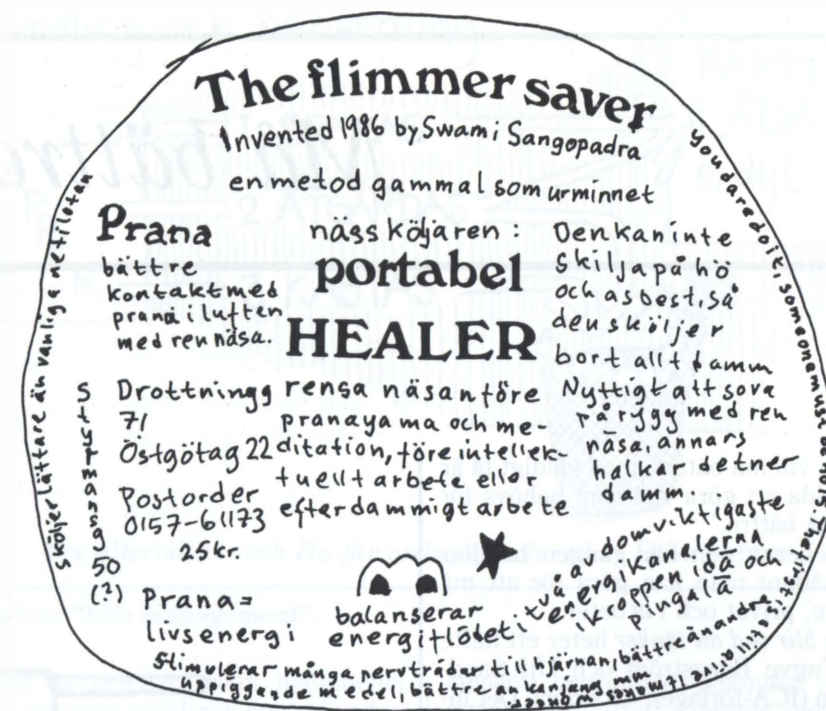
Den som tycker sig finna likheter med yoga och judo och andra meditativa rörelseläror har rätt. Moshe Feldenkrais, som grundade metoden efter att ha behandlat en egen skada genom tålmodigt iakttagande och övande av kroppens eget sätt att röra sig, var mästare i judo och jiu-jitsu.

Moshe Feldenkrais var ursprungligen rysk jude men levde stora delar av sitt liv i Frankrike och Israel.

Asa Freij



Bill Callison demonstrerar feldenkreismetoden



I verklighetens gränsland!

Här ges en bred och underhållande skildring av hela det parapsykologiska fältet, från Elias experiment i Bibeln till våra dagars vetenskapliga forskning. Boken är rikt ill. med både klassiska bilder och fotografier av forskare som är verksamma idag.

Örjan Björkhem är religionsforskare och författare. Martin Johnson är professor i parapsykologi.

**Björkhem & Johnson:
Parapsykologi
och övertro**

Finns i bokhandeln

FORUM



Må bättre!

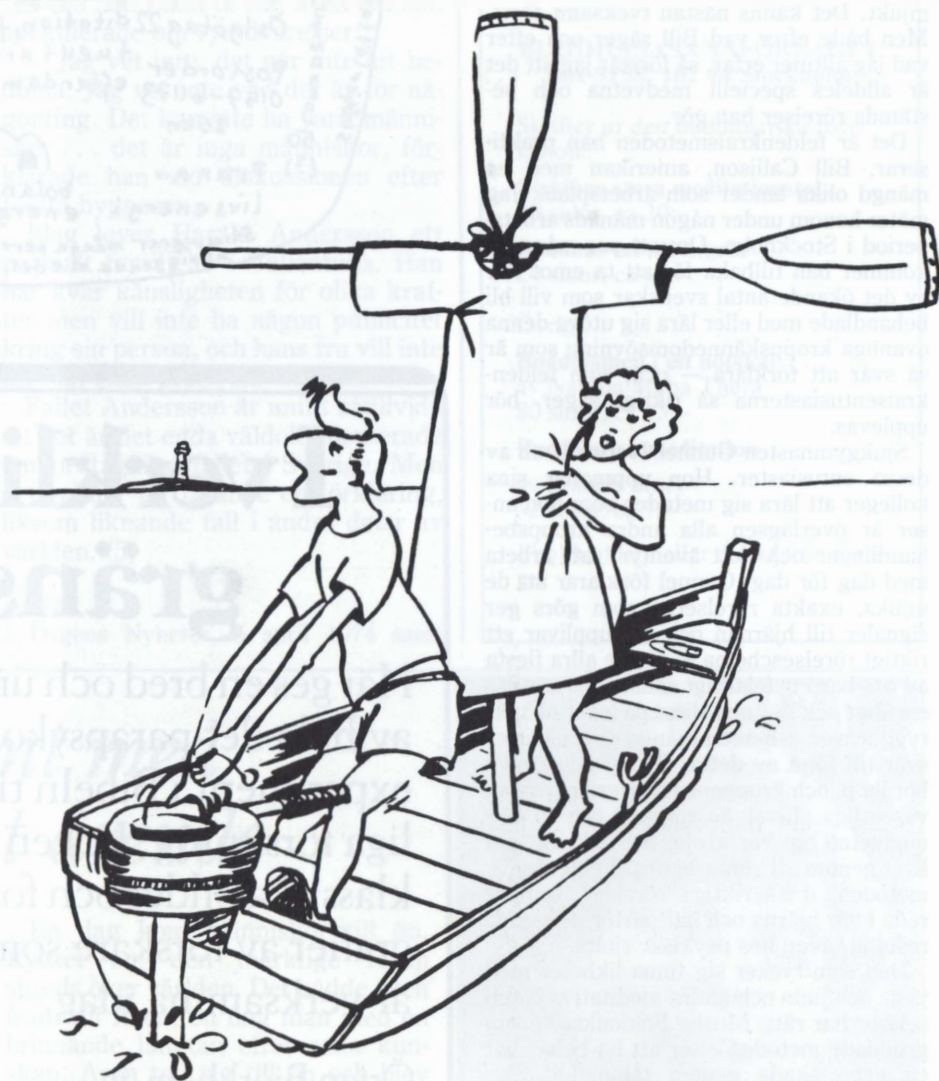
"Alla vill må bättre, men väldigt få är beredda att göra vad som behövs för att må bättre."

Böckerna den här gången handlar om sådant man kan göra för att må bättre, privat och i arbetet.

Du blir vad du tänker heter ett häfte av Yngve Borgström och Ulf Sandström (ICA-förlaget, 48 sidor). Det innehåller ett program för att öva in "Positiv Mental Attityd". Det sker genom visualisering och tankeformler, d v s positiva självuggestioner eller bekräftelser. Metoden beskrivs enkelt och åskådligt med hjälp av teckningar och tabeller, och ett tiotal sidor ägnas åt dess tillämpning vid konditionsträning genom "meditativ joggning". Häftet kan vara användbart som en första impuls att arbeta med tänkandet, men jag tror att man rätt snart behöver mer utförliga hjälpmedel också.

Den ovan nämnda boken handlar om att övertyga sig själv. Om att övertyga andra handlar Thure Ene-roths *Konsten att övertyga* (Klar Kommunikation, Box 3069, 400 10 Göteborg). Boken bygger på ett tankesystem som kallas *Neurolingvistisk Programmering, NLP*, och som innehåller en rad mycket effektiva redskap för att åstadkomma förändringar av tänkande och beteende. NLP används både inom psykoterapi och inom andra former av kommunikation. Teknikerna är neutrala — de kan användas för att få en klient som har fastnat i ett negativt tänkande eller beteende att ändra sig i en riktning som han själv önskar. De kan också användas för att "sälja" ett budskap. Som baksidestexten säger: "Vad är det som gör vissa människor så övertygande? Varför lyssnar vi och tror på dem? Svaren på frågorna finner du här i boken. Här hittar du också nyckeln till hur du själv blir framgångsrik i att kommunicera och att övertyga. Det har du nytta av oavsett om du jobbar som säljare, präst, lärare eller förhandlar om veckopengen med ungarna."

Frågan är då om det är "rätt" att manipulera andra, exempelvis i en terapisituation. Men företrädare för NLP svarar att all psykoterapi som är värd namnet innebär just manipula-



En av grundprinciperna i NLP är: Om det du gör inte fungerar — gör något annat!

Bild ur "Konsten att övertyga".

tion och ingenting annat. Enda skillnaden finns mellan de terapeuter som är medvetna om och erkänner att de manipulerar och de som förnekar det. NLP innebär då en rad metoder och ett sammanhållande synsätt för att göra manipulationen så effektiv som möjligt, utgående från vilka önskemål som klienten har. I affärlivet kan det ju vara annorlunda — där kan det gälla att övertyga den tilltänkte kunden om att min vara är just vad han behöver, även om han inte hade en aning om det när vi träffades.

Boken ger en koncentrerad överblick över de tekniker inom NLP som avser att ge en bättre kommunikation. Den är inte i första hand avsedd för terapeuter, men läsvärd för dem också. Förf. diskuterar också de moraliska aspekterna och konstaterar att "den som använder sin kunskap till att negativt manipulera andra, kommer själv att lida av effekterna i slutändan. Som du bäddar får du ligga!"

Även om man själv inte sysslar med vare sig affärer eller terapi, kan det

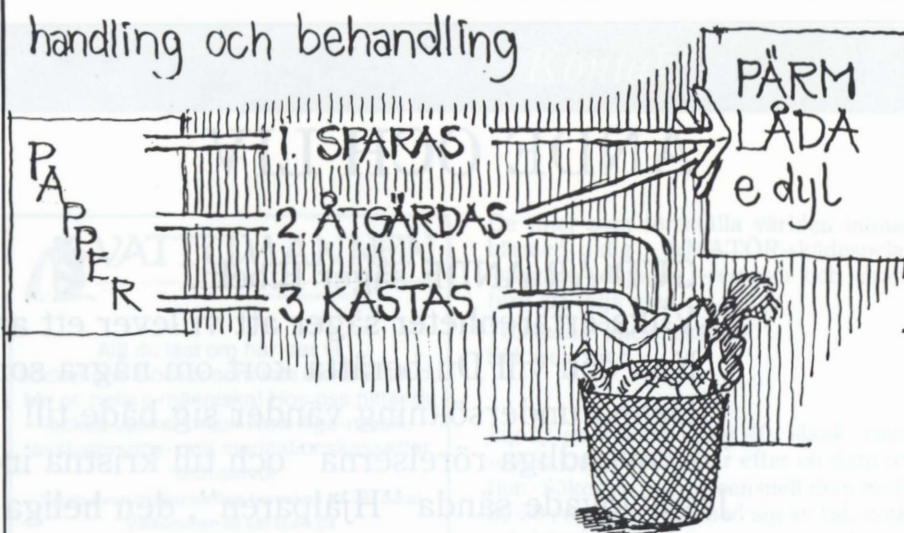
vara nog så viktigt att känna till dessa metoder för att undvika att själv bli manipulerad. Boken ger många exempel på sådant, t ex användning av metaforer (liksnelser, sagor) i politiken, som under president Reagans senaste valkampanj:

"I en reklamfilm i TV fick man se hur en skugga rörde sig inne i en skog. Speakertexten sade samtidigt: 'Det är en björn lös i skogen.' Ytterligare några bilder visades under tystnad. Skuggan av björnen blev tydligare. Sedan sade speakern: 'Om det springer en björn lös i skogen, vore det inte en bra idé att vara lika stark som den björnen?' Till slut visades en bild på björnen och speakern sade: 'RÖSTA PÅ PRESIDENT REAGAN!' — Ett fantastiskt exempel på användandet av metaforer för att påverka väljare."

Böcker om "management", d v s konsten att sköta sitt arbete på bästa sätt, kommer alltmer på svenska. En av dem heter *Lust till arbete* av Olu Odulate (Odulate förlag, 138 sidor i A4-format). Den beskriver hur man utvecklar självkänsla, målmedvetenhet, kreativitet och andra egenskaper som behövs i arbetslivet. Boken innehåller en del övningar men mer av allmänna, vettiga, resonemang och goda råd. Framställningen kryddas av små anekdoter, som den om Girolano Cardano, en berömd astrolog på 1500-talet, som "trodde så helhjärtat på riktigheten i sin sk vetenskap, att han ställde ett horoskop där han förutsade den exakta timmen för sin egen död. När den ödesfyllda dagen grydde, fann den honom vid god hälsa och utom fara. Hellre än att se sin egen förutsägelse uppfylld tog Cardano sitt liv."

Lennart Meynert har skrivit en annan bok på samma område. Hans bok heter *Life Management* (Företagens utbildningsbyrå AB, Stora Gårda, 412 70 Göteborg, 112 sidor i A4-format). Den är upplagd på liknande sätt som Odulates, men jag tycker nog den är flera strån vassare i både utformning och innehåll. Boken ingår i ett kurspaket med mottot "arbeta mindre — men klokare". Förf. menar att "de främsta drivkrafterna till att förbättra sin planering och målmedvetenhet är lättja och ett starkt frihetsbehov".

Till kursen hör flera finurliga hjälpmedel: etiketter att sätta på skrivbordslådorna så att man kan hålla själva bordet rent, och ett litet rött block med lappar med texten "BRÅDSKANDE — gör detta omgående! Släng inte detta kort förrän du slutfört ärendet". Ett annat block har kort att anteckna dagens sex viktigaste uppgifter på. "De uppgifter som Du trots Dina ansträngningar inte hunnit med överför Du på nästa dags lista."



Tre alternativ - och Du får ordning och reda i Dina papper.

Bild ur "Life management".

Det är mycket enkla hjälpmedel, men om man verkligen använder dem konsekvent, så kan de säkerligen hjälpa till att få ordning på arbetet, så att man hinner mer på kortare tid med mindre ansträngningar. (Om man inte använder dem konsekvent, så får man en massa lappar i fickorna som ständigt väcker dåligt samvete.) Kurspaketet innehåller också ett kassetband och åtskilligt annat. Allt sammans presenteras med gott humör och trevliga teckningar. Enligt en bifogad artikel lever också förf. som han lär: kursen har blivit en sådan framgång att han inte behöver arbeta mer än två dagar i veckan, resten av tiden är han hemmapappa för sladdbarnet.

Ack ja, jag ser på mitt eget skrivbord just nu och inser att jag nog verkligen behöver ta itu med kurspaketet...

Ett skönt hjälpmedel att må bättre (för den som har ledig tid) är massage. ICA-förlaget har gett ut *Massage-boken* av Lucinda Lidell m fl. Den har 192 sidor i stort format och är full med teckningar och foton i läckra färger. Förutom "vanlig" massage visas också massage av spädbarn, gravida och gamla. I text och bilder visas hur man ger en helmassage, d v s av hela kroppen från huvud till fot. Också för shiatzu (akupressur) och zonerapi (behandling av reflexzoner på händer och fötter) visas hur man arbetar igenom hela systemet. Jag tycker boken är en av de bästa jag har sett om massage på svenska. Shiatzu och zonerapi är ju vanliga "alternativa" metoder för sjukdomsbehandling, men de kan också användas i allmänt avspännande syfte, och det är den aspekt som behandlas här.

Att sova gott om natten är viktigt för att må bra. Fransmannen Pierre Fluchaire har ägnat årtal åt att studera sin och andras sömn. Han har

lanserat begreppet "sömntåg", d v s att sömnen lättast kommer vid vissa tidpunkter som är lika från kväll till kväll. De gäller att känna igen tågets signaler för att kunna hoppa på när det en kort stund stannar på stationen — sedan tar det 1 1/2 — 2 timmar innan man lika lätt kan somna igen. Fluchaire har skrivit flera böcker om sovande. En heter *Sov gott — må bättre* (ICA-förlaget, 174 sidor). Den beskriver sömnens, vakenhetens och drömmandets mekanismer så som förf. uppfattar dem, och ger många råd för den sömnlöse. Det viktigaste är kanske *förtroende* — ty rädslan för att inte sova är den viktigaste orsaken till sömnlöshet. "En zen-mästare som kunde somna när som helst på några sekunder tillfrågades hur han bar sig åt. Han svarade: 'Jag hyser ett fullständigt förtroende, det är allt.'" Boken bör vara mycket lämpad som nattlektyr för den sömnlöse.

Självkänedom är en viktig grund för att må bättre. Maj-Britt Lindahl, som är psykolog och terapeut, har skrivit *Ingen eller någon — övning i självkänedom* (Liber, 123 sidor). Boken beskriver en process i självkänedom genom att uppleva inre bilder, en sorts styrd dagdröm. Därigenom kan man få kontakt med sin "inre röst" (som också kan upplevas som inre bilder eller signaler från kroppen) och spränga de "trollringar" man själv har byggt upp som skydd mot en besvärlig omvärld. Boken avslutas med en iakttagelse som tydliggen har överraskat även förf.: "En ofta oförutsedd konsekvens av medvetandemässig öppenhet är upplevelser av religiös och mystisk karaktär. De upplevelserna kan ge oss oanad hjälp att klara av rädsla och ångest. De kan förändra vårt synsätt på livet och döden och ge oss mod att spränga trollring efter trollring."

Nils-Olof Jacobson

ANDE OCH LIV

GUD ÄR ANDE säger Bibeln.

Vilka erfarenheter säger att vi lever ett andligt liv?

Kan och vill Du berätta kort om några som betydde mycket?

Denna undersökning vänder sig både till "privatreligiösa", "de nyandliga rörelserna" och till kristna inom kyrkorna. Jesus lovade sända "Hjälparen", den heliga anden.

Tusen tidigare dokument hjälpte mig skriva tre böcker om särskilda erfarenheter, senast om "Bönhörelse" (Proprius).

Inga namn publiceras, men jag svarar på alla brev.

Skriv till

Rektor Gunnar Hillerdal, Midvintervägen 3, 352 60 VÄXJÖ
eller sänd material till Religionssociologiska Institutet,
Klara V:a Kyrkogata 18 A, 111 21 Stockholm.

Boken Du sträckläser!!!

MYSTIK och VERKLIGHET

Sedan åtskilliga år tillbaka sköljer det en ockult våg över Västerlandet. Också här i Sverige bygger människor pyramider, också här syns de flygande tefaten, också här försöker människor återuppleva sin egen födelse hos terapeuten.

Allt är inte inbillning och ockultism. Allt är inte en modefråga. Runtom i vårt land arbetar människor dag och natt för att förbättra världen, genom nya insikter, genom kontakt med andevärlden — genom det vandrande glaset, genom sin egen radioapparat eller genom rent fysisk kontakt med översinnliga väsen.

Parapsykologen och journalisten ÖRJAN BJÖRKHEM är nog den som bäst känner till de här fenomenen, mystiken mitt ibland oss.

Hans samling av artiklar, Mystik och Verklighet, ger inte bara en unik insikt i de övernaturliga fenomenen. Här får vi också möta människorna bakom fenomenen.

För den som vill förstå den ockulta vägen och vår egen verklighet i det moderna Sverige är Mystik och Verklighet en nödvändig bok. Eftersom boken är både underhållande och lättläst är den också det självklara resällskapet på alla resor ut i det okända.

GRAFIKA FÖRLAG, Box 95, 272 01 Simrishamn

Var vänlig sänd MYSTIK och VERKLIGHET till specialpriset 96:- inkl. porto.

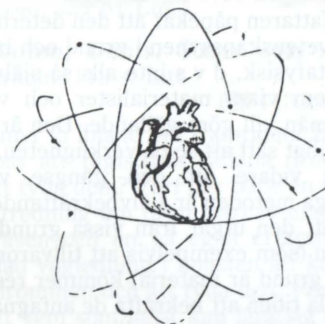
Beställare

Adress

Postnr/Ort
Var god texta!

Kontakt

BIOLOGISK MAGNETISM
KVANTINTERFERENSEFFEKT



SJUKDOMSBEHANDLING
PÅ SUBATOMÅR NIVÅ
DIAGNOS, BEHANDLING, UNDERVISNING.
MATHIAS MARSCH AGNESGATAN 11
211 33 MALMÖ TEL. 040-97 78 55

BEG. FLYTTANK
(floating tank)
SÄLJES
TEL. 08-754 54 30

VATTUMANNEN
Bokhandel Informationscenter

Allt du läst om här har vi
böcker om! Böcker som kan bidra till att du
blir en helare människa! Hos oss hittar du
också vacker, mjuk New Age-musik,
avslappnings- och meditationskassetter
och skivor.

Vi gör även ditt personliga horoskop på vår data!
Valkommen till vår butik på
Drottninggatan 83
(vid Strindbergsmuseet, T Rådmansgatan)
Postadr.: Box 45096, S-104 30 Stockholm
Telefon butik 08-10 96 15, kontor 08-10 69 15

Namn
Adress
Postadress
☐ Jag vill vara med i Vattumannens kundregister
☐ Jag är speciellt intresserad av
Talongen skickas till
Vattumannens Bokhandel, Box 45096, 104 30 Stockholm

Söker Du en ny väg?

Vi levererar vägledning till människor
med en andlig strävan.

För vidare informationer ring
042-26 05 04 kl. 14.00-18.00!

Föreningen för tillämpad filosofi
Helsingborg

De tiljor som föreställa världen inbjuder
härmed dig AMATÖR-skådespelare,
-sångare, -dansare, -regissör och -drama-
turg att följa med
"Skånska Thespiskärran".
Sökaren f.v.b.

Jag är en kvinna kring 40, slank, rökfri,
som saknar och längtar efter en djup rela-
tion. Söker en positiv sensuell man mellan
30-50 som kan dela med sig av tid, tankar
och känslor.

Gillar resor, musik, natur, yoga, medita-
tion, tantra.

Helst fotosvar till "Glädje, harmoni,
omtanke", Sökaren f.v.b.

Pris för kontaktannonser 50 öre per ord +
5:- i eftersändningsavgift, dock tillsammans
minst 15:-. Moms inräknad.

Karaktärshoroskop
personligt tolkade, ej data
175:-

Djupare tolkning, **350:-**.

Ring eller skriv och uppgi
födelsedata, tid och plats!

Anna-Karin Axelsson

Drivhusgatan 6 B
412 64 Göteborg
Tel. 031-83 24 83

PROFETEN

Himmelsska Öppenbarelsen:
En från sina Nordiska Bojor Frigjörd Själ's fortsatta Öden i den Sinsides Världen.



Av Sven Rosén

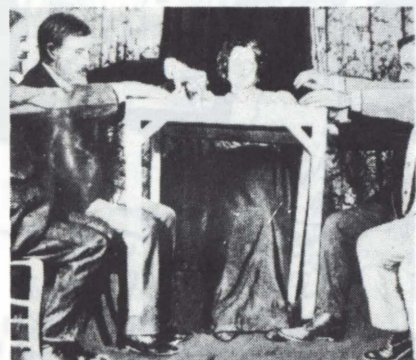
Björkhem & Johnson

Det finns idag flera översiktsböcker på svenska om övernaturliga, paranormala och mystiska ting, bland dem Eysencks och Sargents "Övernaturligt" (Bonnier Fakta 1982) och Ferslings "Naturligt — övernaturligt" (Forum 1984). Tyvärr har jag bara haft tid att bläddra i dem. I år har genren utökats med Örjan Björkhems och Martin Johnsons *Parapsykologi och övertro* (Forum) på 450 sidor. Ett genomgående drag i den boken är att författarna föredrar att göra kritiska, negativa kommentarer till det de berättar om. Beträffande exempelvis det bekanta Rosenheimfallet (poltergeist) som professor Hans Bender undersökt, skriver de om en filminspelning som gjordes och som kan vara ett bildbevis på en paranormal händelse — den visar en tavlå som ser ut att rotera 180 grader — att det senare har "antytts att filmen bara är en rekonstruktion av vad som rapporterats av ögonvittnen". Läsaren frågar sig: Vem eller vilka har antytt detta, på vilka grunder och med vilket berättigande? Vad svarar Bender? Det får vi inte veta. Säkert skulle författarna aldrig ha fällt ett positivt omdöme i så diffusa och insinuerande ordalag.

Professor Ian Stevensons undersökningar av fall av reinkarnationstyp tas upp helt kort och blir föremål för några negativa reflektioner, såsom att entusiasmen för hans forskning nu har lagt sig, att han inte sällan arbetade genom tolkar och till och med annonserade efter sina fall, varför missförstånd och bedrägerier inte är uteslagna. Att Stevenson gjort ett pionjärarbete av stor initial betydelse och arbetat mycket noggrant och ambitiöst sägs inte. Stevenson har gjort vad ingen annan gjort: han har *tagit itu med* det vetenskapliga problem som fall av reinkarnationstyp utgör. Det borde vara värt ett erkännande.

Av Uri Geller tecknas med några få ord en ofördelaktig bild. De experiment med positivt resultat, som gjorts, nämns inte — med ett undantag, och då passar författarna på att säga några nedsättande ord om den forskaren.

Johnson och Björkhem menar tydligen att man måste vara mycket försiktig så att man inte säger något alltför positivt om existensen av psi-fenomen; men de tycks inte anse att samma försiktighet är behövlig när det är fråga om negativa uttalanden.



Bordslevitation. Ur "Parapsykologi och övertro".

den. Genom denna attityd skapas intrycket att det *möjliga* kan finnas psi-fenomen men att, när det blir fråga om bevis, då står de parapsykologiska forskarna i stort sett tomhänta.

Dessa mina reflektioner gäller bokens del III, som handlar om den nutida parapsykologin. Många gånger är dock Johnsons och Björkhems kritiska kommentarer berättigade och viktiga. Kritik är betydelsefullt i vetenskapliga och andra söksammanhang, men den bör i princip riktas lika åt alla håll.

Ett viktigt litet avsnitt i den trots allt intressanta boken handlar om "försöksledareffekten", det faktum att vissa försöksledare ganska genomgående får positiva resultat, medan andra får negativa. Författarna skriver att det kan finnas skäl anta att försöksledareffekten är viktigare för resultaten än försökspersonen. Förhållandet mellan försöksledare och försöksperson tycks ha stor betydelse. Resultat som negativt avviker från slumpförväntan, är vanligare om förhållandet är dåligt, och resultat som positivt avviker från slumpförväntan, är vanligare om förhållandet är gott.

Del I handlar om en vetenskap som föds och del II om okulta fenomen, bland dem UFO. Kapitlet om UFO, som jag menar att jag har möjlighet att bedöma kvaliteten på, får nätt och jämnt godkänt betyg; det kan överhoppas av läsare med hyggliga kunskaper i ämnet.

En lång litteraturförteckning finns, men i texten saknas nästan helt hänvisningar till de källor som använts. Det rör sig alltså om en framställning i populär stil, ett slags motsvarighet till populärvetenskap. Detta gäller delarna I och II. Innehållet i del III bygger naturligtvis delvis på parapsykologiprofessorn Martin Johnsons egen sakkunskap.

SM

Genomtänkt kritik av materialismens vetenskapsfilosofi

I december förra året presenterades en ovanlig doktorsavhandling vid Sociologiska institutionen i Uppsala. Innehållet är en kritik av den materialistiska och deterministiska vetenskapssyn som är förhärskande inom sociologin, men gäller även naturvetenskapligt tänkande i allmänhet. Författaren, Jan Adrianson, skärskådar subtila metafysiska begrepp med sylvass skärpa; han har velat spränga ramarna för sitt eget ämne och beröra själva grundvalarna för vetenskapligt arbete.

Avhandlingen, *Bortom arv och miljö: kritik av den sociala determinismen* (Akademilitteratur 1985, 272 s) vänder sig av naturliga skäl i första hand till folk av facket, men även till dem som har någon form av skolning i vetenskapsfilosofiska frågeställningar.

Adrianson kritiserar gängse veten-

skapsteori med vidhängande materialistiskt tänkande genom att visa att den dels är logiskt ohållbar och dels i sin förlängning har negativa effekter på kunskapsutveckling och människosyn samt samhällsutvecklingen över huvud taget.

Författaren påpekar att den deterministiska vetenskapssynen i grund och botten är metafysisk, dvs inte alls så självskrivet som vissa materialister och vetenskapsmän vill göra gällande. Den är bara ett möjligt sätt att se på verkligheten. Han menar vidare att den gängse vetenskapliga metoden är självbegränsande: genom att den utgår från vissa grundantaganden (som exempelvis att tillvarons yttersta grund är materia) kommer resultaten hela tiden att bekräfta de antagna förutsättningar som metodiken bygger på. Processen är med andra ord *sluten* och inga fakta kan komma in, som är oförenliga med den materialistiska grundsynen.

En stor fråga inom filosfin är huruvida människan äger en fri vilja eller om hennes beteende är bestämt (determinerat) utifrån materiella orsakskedjor. Detta tar Adrianson upp till noggrann analys. Han skärskådar det utifrån två idéers oförenlighet, nämligen å ena sidan tanken att människan är en fri, autonom och aktiv varelse och å andra sidan det materialistisk-deterministiska vetenskapsidealet. En som försökt förena dessa synsätt är vetenskapsfilosofen Karl Popper, som menar att ett autonomt medvetande har uppkommit ur materien. Men Adrianson visar på ohållbarheten i detta synsätt — för hur kan något som antas kunna överskrida materien, ha uppkommit ur densamma? Han menar att jaget för att kunna vara en aktiv agent inte kan ha skapats ur materien (som är tids- och rumsbunden) utan måste ses som skilt från tiden: "Det måste, kort uttryckt, befinna sig *bortom* tid och rum, arv och miljö" (s. 211).

För att man skall kunna tala om en fri vilja krävs enligt Adrianson att individen skulle ha *kunnat* välja att göra på ett annat sätt (vid en tidigare valsituation). Men detta ger inte den materialistisk-deterministiska synen utrymme för, och således kommer begrepp som moral, ansvar och kreativitet att sakna mening. För hur skulle man kunna vara moraliskt ansvarig för en handling som är kausalt bestämd?

Adrianson anser inte att han *devisat* att det deterministiska synsättet är falskt. Han vill bara framhålla att det inte nödvändigtvis är det sanna och självklara.

Mot slutet lägger Adrianson fram sitt alternativ till determinismen, men här blir framställningen något svår att följa. Ty här rör han sig på den yttersta grenen av mänsklig kunskap. Utläggningen för lätt tanken till mystisk och religiös erfarenhet.

Sammanfattningsvis kan sägas att avhandlingen visar att det går att lägga fram ett akademiskt arbete med mystiska och religiösa förtecken. Man får bara önska att detta högintressanta arbete får efterföljare, att även andra vågar sig ut, kanske på bekostnad av fortsatt akademisk karriär.

Sven Sjöqvist

Ur Bokrevy nr 1, 1986

Bokrecensioner återgivna med tillåtelse av tidskriften Bokrevy, Bibliotekstjänst, Box 1706, 221 01 Lund.

Lindbohm, Dénis. Siaren som sover. Psi-Cirkeln. 112 s. Litt.

Do BN 1133037-F7

Drömmar vi ibland om framtiden? Kan vi lära oss att registrera sådana drömmar och att tyda dem? Förf ger både en teoretisk utredning om drömmarnas ursprung och väsen och en på egna erfarenheter grundad vägledning i konsten att komma ihåg drömmen och att tyda den. Förf menar att vem som helst kan lära sig tekniken att observera sina drömmar om framtiden. Tolkningen kan dock bli ett problem eftersom drömmens symbolspråk inte låter sig förstås förrän händelsen inträffat. Förf laborerar vidare med tidsbegreppet: i drömmen kan man minnas sådant som kommer att inträffa. Trots de många vetenskapliga hänsyftningarna är det här mest en småtrevlig, välskriven bok som visar hur ockultistisk, metafysisk spekulat kan ta sig uttryck i dag. Litteraturförteckning ingår.

Bo Gunnar Svensson

"SUNRISE"

är en Engelskspråkig tidskrift från TEOSOFISKA SAMFUNDET — PASADENA

Pris 60:— för 6 nr/år. Skriv gärna och begär ett gratis ex. till Anne Eek, Erikbergsgatan 18, 114 30 Stockholm.

BRAHMAN DHARMA ger konsultationer baserade på vedisk astrologi:

- ☐ Äktenskap
- ☐ Barn, familj
- ☐ Yrke, status
- ☐ Affärer (hus etc.)
- ☐ Andlig utveckling
- ☐ Föregående liv
- ☐ Livsläsningar
- ☐ Böcker, programvaror

0756-343 84

Box 3408
162 03 Vällingby

Antroposofisk läkepedagogik och socialterapi i Norden. Telleby bokförlag. 127 s. Ill.

Eu BN 1133917-6X

Boken speglar på ett utmärkt sätt den vilja och kraft som driver den antroposofiska läkepedagogiken framåt. Idag får nästan 900 utvecklingsstörda barn, ungdomar och vuxna vård, undervisning, arbete och meningsfull fritid på olika institutioner i Norden. Man arbetar efter de riktlinjer som Rudolf Steiner drog upp 1924. En rad artiklar presenterar Steiner och historiken kring framväxten, musikens, konstens och eurytmis (en rörelsekonst där bl a stämningar symboliseras genom rytmiska rörelser) roll samt vad som anses viktigt för den utvecklingsstörde i olika skeden av dennes liv. Vidare presenteras utbildningen till läkepedagog. I bokens andra hälft får alla institutioner i Norden kort presentera sig själva och erfarenheter kring den verksamhet de bedriver. En mängd svart-vita foton från de olika hemmen levandegör texterna. Adresser bifogas. Alla som hyser ett verkligt intresse för utvecklingsstörda borde ta del av innehållet. Boken lämpar sig också för den som inte tidigare varit i kontakt med antroposofisk läkepedagogik.

Michael Economou

Ur Bokrevy nr 2, 1986

Frieling, Rudolf. Kristendom och reinkarnation. Kristensamfundet. Övers. fr. ty. av Urban Forsén och Göran Krantz. Orig:s titel: Christentum und Wiederverkörperung. 197 s. Litt.

Cn BN 1137932-30

Rudolf Frieling, som är Kristensamfundets ledare, tar här upp frågan om kristendomen och reinkarnationen. Han försöker visa hur en av Rudolf Steiners antroposofi inspirerad reinkarnationslära inte bara går att förena med kristendomens världsbild, utan också gör den mer tillfredsställande och fullständig. I tre avdelningar behandlas kristendomens väsen, reinkarnationstanken, resp reinkarnationstankens förhållande till bibeln. Förf. sätter reinkarnationstanken i samband med den process som det innebär att bli människa och med det kristna hoppet om att Kristi uppståndelse ska utverka alla människors uppståndelse på den sista dagen. Även om Frielings arbete är seriöst och på många sätt grundligt (utan att fördenskull vara "fackmannaorienterat"), är ändå hans argumentation ganska tunn och hans sätt att behandla det bibliska textmaterialet ibland lite tveksamt.

Bengt Rasmussen

Elgmork, Kåre. Vetenskaplig metod. Liber. Övers. fr. no. av Hans Sundström och Lars-Arne Norborg. Orig:s titel: Vetenskapelig metode. 60 s. Litt.

D BN 1143717-CC

Här presenteras den hypotetisk-deduktiva metoden i vetenskapligt arbete, dvs hur man uppställer och provar hypoteser. Dessutom behandlas bl a skillnaden mellan sk deduktiv och induktiv slutledning, intuitionens roll i vetenskapen samt förhållandet mellan naturlagar, teorier och hypoteser. Däremot går förf inte in på svårare eller mer kontroversiella vetenskapsfilosofiska frågor. Han håller sig till sådana allmänna metodfrågor som är direkt relevanta i praktiskt forskningsarbete. De många belysande exemplen är hämtade från naturvetenskap, i flera fall från förf:s egen biologiska forskning. Boken är lättfattlig och kräver inga särskilda förkunskaper. Den svenska språkdräkten är god. Boken kan rekommenderas till alla som vill lära känna forskningens arbetssätt. Den är mycket användbar i universitetens grundkurser i naturvetenskapliga ämnen. Kåre Elgmork är professor i Oslo.

Sven Ove Hansson

Nicolaus Cusanus. Om trosfred - De pace fidei. Åsak. Övers. fr. lat. och förord av Birgit Helander. 171 s. Ill.

Da BN 1131046-81

För första gången föreligger här på svenska ett verk av den märklige renässanshumanisten Nikolaus Cusanus. I en syn upplever denne hur det himmelska ordet kallar vise män från alla folk till en konferens i Jerusalem. Vid samtalen, där även Petrus och Paulus deltar, enas man om att religionen är medfödd hos alla och att idéerna om den ende Guden och hans bud är universella. Rätt fattade pekar alla folks religioner mot den treenige Guden och Kristi människoblivande. Detta nödvändiggör inte gemensamma kultbruk, med det visar en grund, på vilken evig fred kan byggas. En tredjedel av volymen utgörs av en välskriven monografi, där bl a Cusanus omfattande författarskap genomgås. Översättningen följer sedan parallellt med den latinska texten. Översättaren har gjort ett gott arbete men lagt större vikt vid att vara ordgrann än att skriva ledig svenska.

Hans Nystedt

Kassorla, Irene. Vill du så kan du. Forum. Övers. fr. eng. av Riina Larsson. Orig:s titel: Go for it! 280 s.

Dg BN 1137939-9D

Förf är psykolog och psykoterapeut — känd från tidigare publikationer och massmedia. Hon beskriver utifrån sin erfarenhet i mötet med psykotiska patienter, framgångsrika personer, par som gått i familjeterapi, vad som gör en människa till vinnare resp förlorare i livets avgöranden. Boken handlar om vilka beteenden som leder till framgång. Vad som bl a utmärker en vinnare är konsten att lära sig av misstag för att gå vidare, verbal skicklighet i att framhäva sig själv, säga nej, våga ta risker och utnyttja ångesten som en drivkraft. I många konkreta exempel jämför förf vinnarens tillvägagångssätt med förlorarens. Vidare visar boken en metod att ändra ett förlorarbeteende till

ett vinnarbeteende obeaktat orsaker och målsättning. Boken vänder sig till en intresserad allmänhet. Språket i översättningen är lättläst. I vissa stycken är boken upprepande och onödigt lång.

Mona Wilhelmsson

Morgenstern, Michael. Den nya romantiken. Av Michael Morgenstern i samarbete med Guy Kettelhack. Forum. Övers. fr. eng. av Riina Larsson. Orig:s titel: A return to romance. 169 s.

Dg BN 1137942-49

Detta är ytterligare en bok i relationskunskap av Michael Morgenstern, som tidigare publicerat *Så vill kvinnan bli älskad* (1983). Boken, som liksom den tidigare i huvudsak bygger på intervjuer och berättelser ur livet, består av fjorton kapitel med titlar som *Är enbart sex tillräckligt*, *Den bortglömda konsten att bestämma träff och konsten att kyssas*. Boken är skriven utan några som helst krusiduller och här finns matnyttiga tips för alla och envar. Originaltiteln *A return to romance* klingar i mina öron bättre än *Den nya romantiken*. Sammanfattningsvis måste dock sägas att boken väl fyller sin uppgift, nämligen att peka på vikten av att kärlek är så oändligt mycket mer än sex och att dessa kringfaktorer är klart utvecklingsbara.

Rolli Fölsch

Rogers, David J. Kämpa och vinn! Prisma. Övers. fr. eng. av Bo Kärnekull. Orig:s titel: Fighting to win. 238 s.

Dg BN 1144569-06

Förf är företagskonsult i säljteknik, marknadsföring i kombination med personlig utveckling. Han har studerat det japanska affärslivet, främst utifrån individens motivation, och funnit att bakom japanernas framgångar i affärer finns bland annat användandet av bushido, det vill säga samurajens uppförandekod. Stegvis går han igenom koden som framförallt tar upp individens tro på sig själv, självbehärskning och utveckling av dessa egenskaper i kombination med ett strategiskt tänkande. Detta belyses med ett stort antal berättelser och exempel som visar hur metoderna praktiskt tillämpas. Boken är lättläst, japanska uttryck förklaras i bifogad ordlista och ger en unik, inte tidigare presenterad inblick i hur samurajernas uppförandekod fortfarande används av den moderna japanen. Dessutom, vilket är bokens budskap, ger den råd i hur vi alla skall kunna tillämpa koden i såväl arbete som privatliv.

Lars-Gunnar Flyghed

De Bono, Edward. Tänk i futurum. Bromberg. Övers. fr. eng. av Tönis Tönisson. Orig:s titel: Future positive. 244 s.

Do BN 1144941-42

De Bono är verksam vid Cambridge och har deltagit i CoRT (Cognitive Research Trust) — projektet för utarbetande av pedagogiska program för kreativt tänkande. Han anser att nutida forskning bygger på den medeltida skolastiska filosofin, vilket medför en negativ attityd till förändring; enligt denna måste man först till fullo bevisa att någonting är fel innan man har

rätt att tänka ut ett alternativ. Innehållet i våra "logikbubblor", d v s våra totala förmågelser av en situation, vilka bestämmer vår handlingsstrategi för just den situationen, måste förändras menar De Bono. Detta är möjligt om vi lämnar det relativa tankesättet och i stället tar fasta på det som fungerar väl och utvecklar detta vidare. Dessa aspekter applicerar förf på områden som näringsliv, politik och undervisning. Boken är av intresse inom skilda områden med betoning på förändringsarbete. Innehållet och de många exemplen är presenterade på ett lättillgängligt sätt. Inga förkunskaper krävs.

Margareta Wigren

Harris, Amy Björk. Att vara OK. En återblick på transaktionsanalysen. Av Amy Björk Harris och Thomas A. Harris. Bonnier Fakta. Övers. fr. eng. av Åke Bostrom och Maria Wersén. Orig:s titel: Staying OK. 224 s. Litt.

Do BN 1151330-8F

Thomas A. Harris' första bok om transaktionsanalys, Jag är okay — du är okay, utkom 1974. Att vara OK är en vidareutveckling av denna. I transaktionsanalys (TA) hävdas att personligheten har tre olika jagtillstånd, d v s vuxen-, förälder- och barnstruktur. Vid varje transaktion, varje form av kommunikation, befinner vi oss i ett av dessa tre tillstånd. När spelet mellan de tre strukturerna fungerar befinner vi oss i psykisk balans. Harris beskriver här hur olika budskap under vårt liv matats in och styr vårt vuxenbeteende och hur praktisk tillämpning av TA ger möjlighet till uppsparning och analys av dessa budskap. TA som behandlingsmetod används i Sverige sedan 70-talet och för läsare med intresse för TA och vardagspsykologi fungerar boken som en introduktion i ämnet. Texten är lättillgänglig och saknar facktermer.

Margareta Wigren

Jonson, Bert. Fri frisk framgångsrik nu! Mental och fysisk kreativitet. Zind. 119 s. Ill.

Do BN 1149957-4B

Boken ger många goda råd och praktiska anvisningar om andning, avspänning, avslappning, vardags-yoga, friskvård, sömn, positivt tänkande, meditation, mental träning, kreativitet, kroppsspråk och sexualism, blandat med vardagsvisdom. Förf, som skriver utifrån egen erfarenhet som lärare och kursledare, är välkänd inom sitt område. Av förf:s tidigare böcker märks *Yoga, Meditation, Reinkarnation* (1973) och *Vardags-Yoga* (1978). Förf omtalar ofta vetenskapliga undersökningar, dock utan litteraturreferenser. Boken är mycket lättläst, överskådlig och har klar layout med viktiga nyckelord och meningar i extra stor stil. Tydliga foton illustrerar fint de praktiska övningarna. Förf beskriver individens möjliga utveckling genom positivitet, utåtriktning och kreativitet. Språket är levande, humoristiskt och rikt på egna ordkonstruktioner. Det är en praktisk, rolig och lärorik bok.

Ole Saxe

Nilsson, Ingvar. Ekonomi för 90-talet. Av Ingvar Nilsson och Anders Wadeskog. Akademilitt. 271 s. Litt.

Qad BN 1131069-B0

I boken pläderar författarna för ett nytt nationalekonomiskt tänkande. De hävdar att den nuvarande "krisen" är permanent och inte möjlig att lösa på grundval av nuvarande tänkesätt. De tankemodeller det nationalekonomiska/politiska tänkandet fastnat i leder till passiv väntan på att ekonomin skall vända uppåt. Författarna skisserar en väg ur dilemmat, där en ny människosyn, kooperativa sammanslutningar och ett existentiellt meningsfullt arbete är centrala inslag. Några särskilda förkunskaper för att förstå innehållet i boken krävs inte. Författarnas annorlunda syn på accepterade och aldrig ifrågasatta politiska begrepp känns välgörande och boken blir aldrig tråkig. I förordet påpekar författarna att boken är avsedd som ett provokativt debattinlägg. I denna avsikt lyckas författarna väl. Boken vänder sig till allmänheten.

Marcus Anttilla

Stern, Bengt. Att växa till hälsa. Om människans möte med sin inre verklighet. W&W. 160 s. Litt.

VI BN 1118052-97

Förf är läkare men numera verksam som kursledare och föredragshållare. Han diskuterar här vilka följder den nuvarande "dualistiska" världsbilden och människosynen får för sjuk- och hälsovård och pläderar för en "holistisk" världsbild som ser människan primärt som en andlig varelse. Han hävdar att de flesta sjukdomar har psykologiska orsaker, t ex "förintellektuella" svåra minnen som via långvariga spänningstillstånd leder till kroppsliga förändringar. Genom olika utlevelseterapier kan dessa minnen bli medvetna och färdigutlevda, och därigenom sker läkning. Denna syn på sjukdom skiljer sig helt från skolmedicinens. Förf för dock inte i första hand en vetenskaplig diskussion utan lägger fram ett existentiellt budskap. Några avslutande levnadsbeskrivningar visar hur förf:s teser tillämpas i praktiken. Boken är lättläst, personligt och engagerat skriven. Den riktar sig till en bred läsekrets; medicinska förkunskaper behövs inte.

Nils-Olof Jacobson

Larsson, Gerry. Avslappningsträning inom hälso- och sjukvård. Teoretisk orientering och praktisk handledning. Av Gerry Larsson, Sven Setterlind och Lena Steffner-Starin. Friskvårdscentrum. 143 s. Ill. litt.

Vm BN 1144386-8X

Denna rikt illustrerade och genomgående sakliga fackbok består av en teoridel och en tillämpningsdel. I teoriavsnittet presenteras kortfattat fyra stressreducerande avslappningstekniker (progressiv avslappning, autogen träning, meditation och biofeedbackträning), jämförelser görs mellan dem, effekter av avslappning beskrivs och modern forskning rörande stress och psykosomatik går igenom. Tillämpningsdelen är upplagd som studiecirkel med tio sammankomster huvudsak-

ligen fokuserade på utlärning av en modifierad, kroppskännedomsinriktad progressiv avslappningsteknik. Författarna (psykolog, psykoterapeut resp sjukgymnast) borde ha gjort teoridelen mer avancerad och utförlig. I nuvarande elementära skick tillförs avslappningslitteraturgenren inte direkt något nytt. Bokens praktiska nytta är emellertid desto större och därmed berikande för genren. Målgrupp: paramedicinsk personal samt lek-män. Utförlig litteraturförteckning. Förf rekommenderar inköp av förlagets ljudkassettband med sju olika avslappningsprogram för ökat utbyte av innehållet. — Boken distribueras normalt ej via bokhandeln.

Bengt Bengtsson

Rudberg, Birgitta. Avspänning — ett sätt att leva. NoK. 206 s. Ill. litt. reg.

Vm BN 1138712-F0

Från början själv hjälpsökande har förf studerat flera "avspänningsskolor", såväl svenska som internationellt kända, och ur dessa plockat ut de bästa råden och sammanställt dem systematiskt och pedagogiskt till en lättbegriplig och lättåtkomlig avspänningsmetod. Att genom avspänning vinna kreativitet och harmoni är målet. Hon utgår ifrån en basställning och går metodiskt igenom hela kroppen. Efter en teoretisk redovisning följer praktiska avdelningar där klagörande text belyses med små enkla teckningar. Boken är riktad såväl till enskilda individer som till dem som vill praktisera i grupp. Det är lämpligt att gruppen då leds av en erfaren handledare, gärna med boken som kurslitteratur.

Kim Funkquist-Forsberg

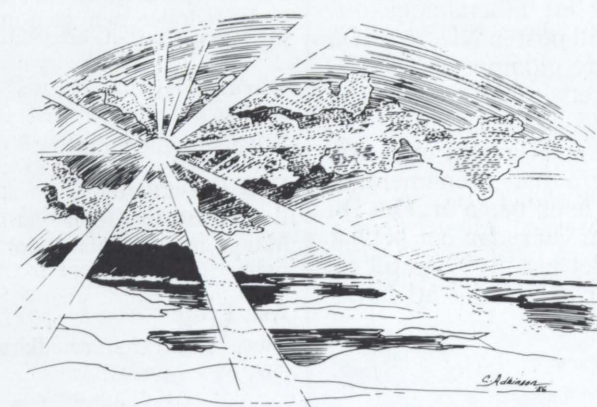
Schwabenthan, Sabine. Naturläkarbok för barn och föräldrar. Av Sabine Schwabenthan och Vivian Weigert. Prisma. Övers. fr. ty. av Myrna Olsson. Orig:s titel: Damit ihr Kind sich wohlfühlt. 160 s. Ill. reg.

Vm (x) BN 1144406-38

Genom uppslagsord A-Ö presenteras huskurer och andra tips från naturläkekons-ten, särskilt avsedda för behandling av barn. Det är örtmediciner, omslag, vattenkurer, dieter och allmänna råd. Dessa behandlingsmetoder är inte godkända av skolmedicinen. De har aldrig blivit vetenskapligt undersökta och anses verkningslösa, vidskepliga eller farliga. Frånsett te på hästhov och brakved, som av somliga forskare anses farliga, förefaller dock behandlingarna inte innebära några direkta risker. Om de fungerar kan endast avgöras genom att prova. En brist är att det inte närmare anges hur ofta och länge de många örterna ska användas. Detta gör att boken bäst lämpar sig för läsare som redan har någon kunskap om naturmedicin; för nybörjare kan den verka vilseledande även om den kan ge även dessa många goda råd som verkar grundade på sunt förnuft. Boken är mycket tilltalande utformad och trevlig att bläddra i; över-sättningen flyter väl.

Nils-Olof Jacobson

Footprints on the Path



Du har äntligen kommit till den punkt där du inser att du verkligen behöver denna stund av frid och stillhet varje morgon, då du kan söka och finna Mig och vi kan vandra sida vid sida och samtala ostörda.

Under dagens lopp är det så mycket som ska göras det blir så många avbrott. I det yttre erbjuds inte många tillfällen till stillhet.

Du kan naturligtvis åstadkomma inre stillhet när som helst, var som helst, men även det blir nära nog omöjligt såvida du inte ger dig tid att vara med Mig i den tidiga morgontimmen när allt ännu är ungt och fräscht — och dagen ej ännu hunnit solkas ned.

Låt alltid dagen få sin rätta start, med Mig så kommer resten av dagen att gå så mycket lättare.

Så många små händelser kan under dagens lopp få dig ur kurs och det är då du måste lita till kartan, och det är därför som den tid du tillbringar med Mig tidigt på morgonen blir ovärderlig; den stund då du lär dig att lyssna till den stilla, blida rösten, som är Min och anteckna vad Jag har att säga.

När sedan svårigheter uppstår under dagen och du märker att du har kommit ur kurs kan du omedelbart ta en titt på kartan så att du kommer på rätt spår igen utan att behöva irra runt i cirklar och bara odsla bort tid och kraft.

Det kommer alltid att vara så att en del av det du läser inte fyller de behov du har just för stunden men någon gång under dagens lopp drar du dig till minnes orden de kommer till undsättning; de skänker lindring.

Ansträng dig inte att komma ihåg vad du har läst vet bara att orden sjunker in i ditt undermedvetna för att sedan tas fram när de behövs.

Ur "Footprints on the Path" av Eileen Caddy Övers. Maria Adkinson. Ill. Charles Adkinson Reprinted by permission of the Findhorn Foundation

Förnya prenumerationen!

Med detta nummer, som är det sista för året, följer ett inbetalningskort. Ta det och gå till posten NU, så är Du säker på att inte glömma bort det — och så gör Du redaktören för Sökaren glad.

Inbetalningskortet går ut med *hela* upplagan. Några har prenumerationer som gäller även nästa år. Om Du är osäker på om Du redan har betalat för 1987, går det bra att ringa till redaktionen, eller skriva, för att få besked.

Statsbidrag

Sökaren utges, sedan många år, med bidrag från Statens kulturråd. Senast fick vi 40.000 kronor för ett år. Bra! Sökaren är alltså en av samhället erkänd kulturtidskrift. Det Du!

Mobbing

I det här numret finns en artikel om mobbing, en ful och tanklös och skadlig företeelse. Du mobbar väl ingen, i skolan eller på arbetsplatsen? Nej... jag tänkte väl det. Och om några försöker mobba dig, så ta inte åt dig, utan nonchalera dem, behandla dem som luft! Prata med andra i stället!

Premisser och slutsatser

Ett par läsare har anmärkt på min uppfattning framlagd under rubriken "Logik" på sidan 6 i nr 8, att en logisk slutledning är giltig endast om premisserna är sanna.

Okej, en slutledning — och därav slutsats — kan mycket väl vara *formellt* riktig, även om premisserna är osanna, men jag menar att om premisserna inte är sanna, så vidlåder osanning även en formellt riktig slutledning och slutsats. Detta ligger ju i sakens natur.

SM

Nr 10, 1986

SM:

Nära döden-upplevelser
Fri! utropade själen, när den lämnade fodralet och gled iväg mot okända äventyr.

Göran Grip:

Min NDU
"Den stora hemligheten"

Rolf Ejvegård:

Eva Hellström (1898-1986)
Många prekognitioner dokumenterade.

Åsa Freij:

Owe, "livskraftsförmedlare"



Så här skulle det vara

Värme, engagemang, inlevelse, omsorg, lyssnande, hänsynstagande, hemmiljö, ljus, hopp, framtidstro, positivitet, livsglädje, krislösaktivitet, öppenvård, livfullhet, utbildning, tablettfritt, känsloutlevelse, ömhet, kärlek, ödmjukhet, gemenskap, trivsel, trygghet, erfarenhet, mänsklighet, kunskap, öppenhet, kramar, stöd, i stort sett ett kärleksfullt givande och tagande.
Riv mentalsjukhusen!

Owe Johansson

Harry Martinson:

Det ytligas ondska

Harry Martinson:

Hades och Euklides

K. L. Wikman:

Den vänstra vägen

Håkan Blomqvist:

Kidnappad av UFO-varelser?
Ett svenskt fall



Hillevi Andersson med dottern Cecilia. Foto GICOFF.

Åsa Freij:

Feldenkreismetoden

31



Bill Callison demonstrerar feldenkreismetoden.

Nils-Olof Jacobson:

Må bättre!

32

Bokrecensioner

36

Bokrevy

37

Illustrationen på första sidan har gjorts av Robert Turner.



Oberoende tidskrift för livssynsfrågor.

Redaktör och ansvarig utgivare:

Sven Magnusson

Adress: Östra Kanalgatan 18,
652 20 Karlstad

Telefon: 054-11 16 89

Prenumerationspris:

Helår (10 nr) 140:- (1987 150:-)

Halvår 80:- (1987 85:-)

Postgiro: 70 60 47-8

Bankgiro: 372-8128

Annonspriser: (moms tillkommer):

Helsida 1.000:-, halvsida 600:-,
småannonser 20:- per spalt-cm, men
minst 60:-.

Värmlandstryck i Karlstad AB,
Karlstad 1986

ISSN 0038-0504