

Kjærlighetens Bok

Av

Per Hjalmar Svae

Vår tids utfordring:

Å skape kjærlighet, fred og bærekraftig utvikling i verden

Visjonen

Den ytre evolusjonen Skapning:	Den indre evolusjonen Mennesker styrt av:
5. Åndsvesen	Ånd: Åndsevner og intuisjon
4. Medmenneske (sjel)	Hjerte: Følsomhet og etikk
3. Menneske	Ego: Tanker og regler
2. Dyr	Mage: Emosjoner og rangorden
1. Plante	Celler: Kamp- og fluktinstinkt

Ved hjelp av dette kartet over evolusjonen er det lettere å forstå vår tids egentlige utfordring. En gang i tida var vi usiviliserte folkeferd på laveste nivå i stigen (1. nivå). Den sterkeste rett og brutal kamp mellom stammer og høvdingar preget livet. Så utviklet nasjonalstatene seg med konge- og keiserdømme. Mektige maktpyramider med diktatorer på toppen ble etablert. Dette er det 2. nivået i evolusjonen. Gjennom renessansen på 1700-tallet hevet store deler av menneskeheten seg opp til 3. utviklingstrinn. En mental tidsalder ble innledet. I det indre ble de mentale kreftene sterke nok til å tøyne lavere instinkter og drifter. I det ytre utviklet man vitenskap og teknologi, demokrati og menneskerettigheter.

I dag er utfordringen å løfte kulturen, samfunnet og økonomien enda et nivå opp til hjertenivået (4.nivå). Årsaken er at vår tids utfordringer kun kan løses gjennom at vi viser omsorg for hverandre og naturen og at vi klarer å dele på goder. Vi trenger å utvikle oss til følsomme og etiske medmennesker i vårt *indre*. Da kan vi løse problemene i det *ytre*. Vi kan skape ekte omsorg og varig kjærlighet i parforhold og familier. Vi kan skape godt arbeidsmiljø og samarbeid i arbeidslivet. Vi kan klare å fordele arbeid og inntekt i verden slik at alle får det de trenger for et godt liv. Vi kan slutte å være så grådige at vi ødelegger livsgrunnlaget og endrer klimaet. Vi kan skape bærekraftig utvikling, rettferdig fordeling og fred i verden. *Alle disse utfordringene kan kun løses dersom vi lar andres behov være like viktige som våre egne.* Å elske sin neste som seg selv er kjennetegnet på hjertenivået.

Det tok 900 år for Norge å stige opp fra første til andre utviklingstrinn, fra vikingtid til middelalder. Det tok 300 år å stige opp fra andre til tredje trinn, fra middelalder til et demokratisk samfunn. Tiden går enda fortere i dag. På 100 år bør det være mulig å stige opp til det fjerde nivået og ha skapt en hjertekultur i verden. Da er 5. nivå også innen rekkevidde, hvor menneskenes åndelige begavelser kan utfolde seg som vakre, individuelle blomster.

En visjon er et framtidssbilde man ønsker realisert. Jeg har en visjon. Min visjon er at vi går sammen om å skape en *global hjertekultur* - En hjertekultur i parforhold, i familier, i næringslivet, i lokalsamfunnet og i hele verden. Menneskene har løftet seg opp til høyere kulturnivåer tidligere. Det er ingen grunn til at vi ikke skal klare det denne gangen også. En hjertekultur vil gjøre at vi får det bedre selv. Den vil gjøre at vi får det bedre sammen. Den vil gjøre at vi kan skape fred og utvikling i verden. Vi har alt å vinne, intet å tape. Jeg ber deg kjenne etter i ditt hjerte, dypt i din sjel. Er det ikke kjærlighet, omsorg, rettferdighet, fred og bærekraftig utvikling du egentlig lengter etter - mer enn shopping og flere materielle goder? Hvis svaret er ja, så la oss gå sammen, hjelpe hverandre og løfte oss selv og verden opp til hjertenivået!

Problemet

Hvorfor klarer vi ikke å ta vare på hverandre og naturen og dele godene slik det trengs? Hvorfor blir det krangel, kamp og krig mellom mennesker? Den dypere årsaken til disse problemene er at vi fortsatt fungerer på de to laveste nivåene i evolusjonen. På de tre høyeste nivåene løser vi problemer og utvikler oss. På de to laveste nivåene skaper vi problemer, lav livskvalitet, kamp og krig. Jeg skal illustrere dette med noen eksempler.

Parforhold og barneoppdragelse

Når vi synker ned til de to laveste nivåene, klarer vi ikke lenger å se to sider av en sak. Derfor hevder vi ensidig vår egen interesse. For å vinne diskusjonen og få viljen vår blir vi emosjonelle. Vi krangler, beskylder, fordømmer og sårer hverandre i en kamp der begge parter i parforholdet taper. For kjærligheten går tapt i denne kampen. Jo mer vanlige kranglene blir, desto dårligere fungerer forholdet. Synker man ned til det laveste nivået, blir det fysisk kamp også. Noen tyr til het vold. Noen tyr til kald avvisning. Noen gir opp og blir varig deprimerte. Kjærlighet og livsglede blir borte på de to laveste nivåene. Tillater de voksne seg å være emosjonelle seg i mellom, er de gjerne det overfor barna også. I sin frustrasjon blir de sinte på barna og gjør i sin fortvilelse vold på dem psykisk. Det finnes andre og faktisk mer effektive måter å påvirke barna på, om vi utvikler oss til følsomme og etiske mennesker.

Arbeidsliv

Når vi fungerer på de to laveste nivåene på arbeidsplassen, blir arbeidsmiljøet preget av usaklige diskusjoner, maktkamper, baksnakking og mobbing. Fordi vi ikke lenger klarer å se to sider av en sak og hevder våre egeninteresser på andres bekostning, blir det problemer av det meste. Effektiviteten og lønnsomheten går ned. Sykefraværet går opp. Alle taper når man ikke har høy nok etikk på arbeidsplassen til å løfte seg opp fra de to laveste nivåene.

Verdensutvikling

Når vi fungerer på de laveste nivåene, er egeninteresse det eneste som teller. Derfor blir internasjonalt samarbeid umulig. Vi får internasjonale konferanser som det ikke kommer annet ut av enn prat. Nødvendige miljøtiltak blir ikke innført. Ikke får vi en internasjonal rettsorden som hindrer at land, etniske og religiøse grupper kan ta seg til rette på andres bekostning. Ikke får vi et rettferdig handelssystem og finansieringssystem som gjør at fattige land kan utvikle seg. Resultatet blir krangel og ufred, sult og nød i verden, slik vi daglig ser det på nyhetene. Årsaken er enkel:

- På det andre nivået fungerer vi som grådige maktmennesker der den umettelige magen vår skaper maktpyramider, krangler og konflikter, skjev fordeling og miljøproblemer.
- På det nederste nivået fungerer vi som usiviliserte folkeferd der den sterkestes rett, barbari og råhet er normen, vold, undertrykking, kamp, krig og lidelse er resultatet.

Konklusjon

La meg oppsummere. Det som gjør at kjærligheten blir borte i parforhold og at over halvparten av alle ekteskap ender med skilsmisse, er at egomønstre på 1. og 2. nivå begynner å dominere i samlivet. Det som gjør at det blir dårlig arbeidsmiljø og samarbeidsproblemer på arbeidsplasser, er at man mangler holdninger og etikk som hindrer egomønstre på 1. og 2. nivå i å få dominere. Det som gjør at vi får resultatløse internasjonale konferanser er grådighet og maktinteresser som hører hjemme på 1. og 2. nivå av evolusjonen. Vår tids problem er med andre ord at vi personlig, privat, sosialt og kollektivt fortsatt fungerer på de to laveste, dyriske evolusjonstrinnene. Kjennetegnet på væren, ideologi og økonomi på 2. nivå er *grådighet*; egoisme, materialisme og kapitalisme. Kjennetegnet på ideologi, økonomi og religion på 1. nivå er *fundamentalisme*; brutal vold og undertrykking av kvinner og annerledes tenkende. Konklusjonen er at menneskehetens utfordring i vår tid er å utvikle oss selv og vår kultur lokalt og globalt slik at vi *utelukkende* fungerer på de tre øverste evolusjonstrinnene.

Løsningen

Når mennesker fungerer på det tredje nivået evner vi å se to sider av en sak, diskutere problemer saklig og løse konflikter på en sivilisert måte. Vi skaper rettssamfunn der saklig samtale og rettferdighet kan råde i familien, i økonomien og i verdenssamfunnet. Når mennesker fungerer på det fjerde nivået, kjenner vi i tillegg etter i hjertet og ønsker at alles behov skal bli ivaretatt. Dette gjør at vi skaper kreative hjerteløsninger som gjør at det blir fred og samarbeid, fordi alle får dekket sine grunnleggende behov. Ved å lære oss å fungere på det tredje og fjerde nivået kan vi med andre ord skape fred, kjærlighet og bærekraftig utvikling mellom mennesker, både i nære forhold, nasjonalt og globalt.

Når vi er på vårt verste og er tatt av ubevisst frykt og mistillit, må vi lære oss å følge saklige prosedyrer og rettslige avgjørelser på det tredje nivået. I arbeidslivet må vi f.eks. følge dagsorden og respektere ordstyrers ledelse uten å bli emosjonelle. I parforhold må vi følge prosedyrer for saklig samtale og konfliktløsning i stedet for å krangle. Når vi er på vårt verste er løsningen at vi utvikler nok selvkontroll til å holde oss på det tredje nivået. Slik unngår vi å synke ned til de to laveste nivåene der det bare blir krangel, kamp, krig og elendighet.

Når vi er på vårt beste og er preget av mot og tillit, er løsningen at vi utvikler vår følsomhet og lærer å skape hjerteløsninger som ivaretar alle parters behov. Når vi ivaretar alles behov, blir det fred i parforholdet, familien, lokalsamfunnet og verdenssamfunnet. Når alle får ivaretatt sine egenlige behov, blir det godt å leve og vi trives sammen.

Hvordan skal vi klare å løfte oss opp fra de to nederste nivåene og utvikle oss selv og hele menneskeheten til å fungere på de tre øverste utviklingstrinnene?

- Virkemidlet for å skape utvikling *lokalt* er deg selv og ditt bidrag til samfunnet. Det er at du tar ansvar for å utvikle deg som menneske. Metoden er at du utvikler nok selverkjennelse og selvkontroll til å kunne stoppe deg selv når du er i ferd med å starte en emosjonell krangel (2. nivå) eller rå kamp for egeninteressen (1. nivå). Virkemidlet er at du utvikler følsomheten din slik du i økende grad kan åpne hjertet ditt for andres behov og bidra til kreative hjerteløsninger som ivaretar alle. Slik avviker du de to dyriske utviklingstrinnene og utvikler de tre menneskelige utviklingstrinnene i deg selv.
- Virkemidlet for å skape utvikling *globalt* er en verdensomspennende *Hjertekultur-kampanje*. Vi trenger rett og slett en helt ny visjon og et nytt ideal for utviklingen.

Kulturidealet som preger dagens utvikling er *The American Dream*. Det er drømmen om en demokratisk kultur, frigjort fra makten til eneveldige konger og religiøs undertrykking. Det er drømmen om velstand skapt av eget arbeid, i stedet for å være en fattig og ufri træl. The American Dream er idealet når vi hever bevissthet fra det 2. til det 3. kulturnivået, fra diktatur til frihet og demokrati. Dessverre har dette idealet en skyggeside i form av *frihet uten ansvar* som gir seg utslag i egoisme, materialisme og kapitalisme. Derfor pågår det i dag et verdensomspennende opprør mot The American Dream i form av muslimsk fundamentalisme. Desverre er dette opprøret på et lavere nivå enn kulturidealet man søker å bekjempe. Fundamentalisme hører i følge evolusjonsstigen hjemme på det laveste utviklingstrinnet.

Det vi trenger er et nytt og bedre kulturideal, en visjon som kan løfte oss videre mot hjertenivået. Jeg vil velge å kalle det for The Euro Vision. The Euro Vision er *frihet med ansvar*, selvivaretagelse kombinert med omsorg for andre. Dette er det sosialdemokratiske velferdssamfunnet som finnes i mange europeiske land. Demokrati, folkerett og menneskerettigheter er tredje nivå. Sosialdemokrati er å kombinere frihet og demokrati med omsorg for alle i samfunnet. Slik er hjertet kommet med og man når det fjerde utviklingstrinnet. Tiden er inne for et verdenssamfunn som deler på godene og skaper en bærekraftig utvikling. Tiden er inne for å skape et globalt sosialt demokrati, en demokratisk og rettferdig verdensorden i FN regi. Tiden er inne for å la The American Dream bli erstattet av The Euro Vision.

Hva kan du og jeg gjøre?

Jeg har skrevet en bok som har fått navnet *Kjærlighetens Bok*. Den beskriver hvordan vi kan utvikle oss selv, våre omgivelser og verden til å fungere som en hjertekultur, dvs. på de tre øverste trinnene i evolusjonen. Fra det innerste i oss selv til det ytterste i verden beskriver boka hva du og jeg kan gjøre for å realisere en global hjertekultur, neste trinn i evolusjonen.

Vi kan utvikle oss selv og vårt eget indre

Det aller første vi må gjøre er å endre vårt eget lykkebegrep. Vi må slutte å tro at egoisme og materialisme, karriere og status kan gjøre oss lykkelige. Vi må utvikle et nytt, helhetlig lykkebegrep. Når vi har en akseptabel økonomisk og økologisk levestandard, er det avgjørende for lykken at vi får dekket indre åndelige, mentale, følelsesmessige og kroppslige behov. Dette kan bare skje gjennom tid til å ta vare på seg selv og hverandre, ikke ved høyt tempo og forbruk. Første del av *Kjærlighetens Bok* handler om lykkebegrep som ikke gjør oss lykkelige, og om et helhetlig lykkebegrep som er mere sant enn det vi hittil har trodd på.

Reaksjoner på 1. og 2. nivå er nødreaksjoner når vi føler egeninteressene truet. Når vi ikke lenger skal reagere slik, må vi lære andre måter å kommunisere på. Hvordan kan du utvikle følsomheten din og kommunisere på en dypere og mer ekte måte? Hvordan kan du lytte ut andres egentlige behov? Hvordan kan du kommunisere dine egne behov slik at de berører andres hjerter, dersom de ikke er steinharde? Andre del av *Kjærlighetens Bok* handler om kommunikasjon og samarbeid fra hjertet og gir svar på disse spørsmålene.

Selv om du praktiserer kommunikasjon og samarbeid fra hjertet som beskrevet, vil du likevel oppleve fastlåste problemer og konflikter. Da har dere kommet til grensen for hva ditt og andres ego kan tåle uten at dere hever bevissthet fra 3. til 4. nivå i evolusjonen. Slike fastlåste problemer kan kun løses ved at man lar *hjertet* i stedet for *egoet* være selve styringssenteret i psyken. Fjerde del av *Kjærlighetens Bok* beskriver fem egomønstre som skapes i de første seks leveårene. Disse egomønstre er overlevelsesmønstre. De er nødreaksjoner på 1. og 2. nivå i evolusjonen. Det er disse egomønstrene i deg selv som gjør at du skaper fastlåste problemer som du gir andre skylda for. Disse egomønstrene er blyloddene som holder oss nede på lavere utviklingstrinn og holder tilbake utvikling i verden.

Skal du klare å skape ekte kjærlighet og varig samarbeid, må du bevisstgjøre, erkjenne og vikle deg ut av de fem egomønstrene. Femte del av *Kjærlighetens Bok* dreier seg om hvordan du kan gjøre det. De to hovedteknikkene er mestring og forvandling. Mestring er mental analyse, etikk og økt selvkontroll. Mestring er å øke din evne til å fungere på 3. trinn i evolusjonen og ikke lavere, når du er på ditt verste. Forvandling er å forvandle frykt og mistillit bak nødreaksjoner til mot og tillit som skaper kjærlighets- og samarbeidsimpulser (4. nivå) og inspirert kreativitet (5. nivå). Forvandling er å øke din evne til å fungere på ditt beste, dvs. på 4. og 5. nivå i evolusjonen uansett ytre betingelser.

Når vi har endret oss i vårt indre, kan vi skape omsorg og menneskelighet i det ytre

Kjennetegnet ved en hjertekultur er at man lar andres behov være like viktige som ens egne. Hva innebærer det å praktisere dette? Hva er kjærlighet i praksis på ulike livsområder?

- Hvordan kan vi ta bedre vare på oss selv, vår egen kropp og helse?
- Hva vil det si å praktisere hjertekultur i parforhold, familie og barneoppdragelse?
- Hvordan kan vi erstatte dagens headoffice med et heartoffice i arbeidslivet?
- Hvordan kan vi skape barnehager og skoler som bevisst utvikler elevenes evne til å fungere på høyere utviklingstrinn?

Dette er spørsmålene tredje del av *Kjærlighetens Bok*, som heter "Kjærlighet i praksis", gir svar på. Det du kan gjøre er å ta dette på alvor og begynne å praktisere det i ditt liv og i samliv og samarbeid du har med andre mennesker.

Når vi mestrer kjærlighet i det små, kan vi skape en kjærlighetens økonomi i verden

Sjette del av *Kjærlighetens Bok* heter "Kjærlighetens økonomi". Her blir det beskrevet hvordan vi kan endre det økonomiske systemet og den internasjonale rettsordenen, slik at det blir mulig å skape fred og bærekraftig utvikling. Her blir det beskrevet hvordan vi kan videreutvikle dagens todimensjonale blandingsøkonomi som fremmer økonomisk vekst. Vi kan skape en firedimensjonal blandingsøkonomi som vil kunne fremme bærekraftig utvikling. Dette er ikke luftsloft. Det er bare å videreutvikle og forstørre økonomiske systemer og rettsystemer som allerede eksisterer, bare i alt for liten skala og omfang foreløpig. Hva kan du gjøre for å fremme kjærlighetens økonomi?

- Du kan bidra til å innføre bærekraftig ledelse på din arbeidsplass som ivaretar både røde sosiale verdier, grønne miljømessige verdier og blå økonomiske verdier. En slik verdifokusert ledelse er alternativet til kapitalisme der bare blå verdier står i fokus.
- Du og jeg kan arbeide i nærmiljøet eller lokalpolitikken for å skape lokalsamfunn som gir rom for den enkeltes begavelse samtidig som vi ivaretar alles behov best mulig.
- Du og jeg kan arbeide i nasjonale organisasjoner eller politiske partier. Gjennom dette kan du bidra til at The Euro Vision blir målet i stedet for The American Dream.
- Du og jeg kan spre budskapet til våre nærmeste der du bor og arbeider, via ord og gjerning.
- Du og jeg kan spre budskapet til resten av verden via organisasjoner, bevegelser og kampanjer som vi støtter med tid og/eller penger.

Slik kan vi sammen både lokalt, nasjonalt og globalt skape en Hjertekulturkampanje. Et kulturelt løft som gjør at The Euro Vision overtar for The American Dream som lykkebegrep, kulturideal og framtidvisjon. Det vi trenger er et mangfold av mennesker, organisasjoner, bedrifter og samfunnsinstitusjoner som skaper SOL i hele verden:

S – Samarbeid om utvikling - i stedet for egoisme, materialisme og kapitalisme

O – Omsorg for hverandre og naturen - i stedet for grådighet, kamp og krig

L – Livsglede og livskvalitet - i stedet for overdrevet statusjag, levestandard og karriere

Slagordet SOL oppsummerer essensen av The Euro Vision. SOL er verdiene og visjonen som kan, bør og må erstatte The American Dream som mål for utviklingen i dette århundre.

Hvilken verden vil du ha? Tiden er inne for å ta stilling.

- Bare gjennom aktiv bevisstgjøring, kan vi demme opp for kristen og muslimsk fundamentalisme som vil stanse utviklingen og holde oss fast på det aller laveste utviklingstrinnet.
- Bare gjennom aktiv bevisstgjøring og organisering, kan vi demme opp for grådighetskulturen som en del politiske ledere, multinasjonale konserner og mange næringslivstopper synes å ønske at skal få fritt spillerom i samfunnet, noe som vil holde oss fast på det nest laveste utviklingstrinnet.

Bare gjennom aktiv innsats kan alternativet, The Euro Vision bli virkelighet. Bare gjennom et verdensomspennende kulturløft, en Hjertekulturkampanje, kan vi skape et globalt sosialt demokrati. Bare gjennom din og min innsats kan bærekraftig utvikling erstatte økonomisk vekst som mål for utviklingen. Bare gjennom din og min innsats kan vi skape SOL i hele verden - Samarbeid om utvikling - Omsorg for hverandre og - Livsglede og livskvalitet - Lokalt, nasjonalt og globalt.

Per Hjalmar S væ

F redlund, B ergen, V erden

Påskan 2003