

Er det Universet og ikke en religiøs Gud, vi primært skal tro på som den højeste styrelse? Og får vi et bedre liv ved altid at tænke positivt, meditere og dyrke Mindfulness? Ja, sådan er det ifølge New Age, som siden 1960'erne har indtaget en større og større plads i vores bevidsthed – hvadenten vi er for eller imod. LIV&SJÆL sætter fokus på den spirituelle bevægelse.

NEW AGE

Af Vibeke Steinthal

Menneskets åndelige arbejde med selvudvikling ligger til grund for den spirituelle strømning, der går under betegnelsen NEW AGE. Den spæde begyndelse kan føres tilbage til 1930'erne, hvor teosoffen Alice A. Bailey talte om, at "Fiskenes tidsalder" ved det næste årtusindskifte ville blive afløst af "Vandmandens tidsalder" med store og positive forandringer af ydre og især menneskeligt indre karakter. Fiskenes tidsalder var ifølge Bailey præget af blind tro, stivnede dogmer og gold rationalitet, hvori-mod den nye tidsalder står for spirituel udvikling, intuition, fred og ubegrænsede muligheder.

Med rockmusicalen "Hair" (1967), begyndte New Age at finde fodfæste især i USA gennem 60'ernes hippiebevægelse. Det gav sig udslag i alternative bevægelser med formålet at forbedre livskvalitet og sundhed, herunder fokus på økologi.

Fællesnævner for de forskellige strømninger var troen på en større sammenhæng mellem spiritualitet og viden-

skab, på at Gud er inde i os selv, og at vi selv er herrer over vores skæbne. Denne tro kombineres ofte med en religiøs tro, hvor hver enkelt tilhænger trækker fra og til for at nå frem til et helheds-synspunkt – de ultimative sandheder.

Sideløbende voksede gamle forestillinger om reinkarnation. At vi ved at genfødes til nye liv på jorden skal blive ved med at lære og udvikle os, indtil vi bliver mere eller mindre perfekte væsener.

Ifølge fortalere vil den hastigt voksende tilhængerskare gradvis ændre menneskehedens samfundsopfattelse. Den proces menes at være godt i gang efter at have vist sig som øget bevidsthed over for miljø og økologi plus Berlinmurens og Sovjetunionens fald 1989-91, og den har ved årtusindskiftet som nævnt bragt Jorden ind i den nye Vandmandens tidsalder.



Følgende elementer indgår i New Age-begrebet, som også kunne kaldes "alternativ tro":

1. Alle mennesker, alle levende væsener spirituelt forbundet med universet som den højere styrelse.
2. Spirituelle væsener som engle, skytsånder, nedstegne guruer m.m. eksisterer og er rede til at hjælpe os.
3. Den menneskelige psyke har store kræfter, som gør os i stand til at heale vore egne sygdomme og gennem positive tanker, tale, handlinger kan give os et lykkeligt liv.
4. Mennesket er underlagt den spirituelle lov om karma (årsag og virkning)
5. Vi har alle en rolle at udspille i vores liv for derigennem at lære og udvikle os.
6. Døden er ikke afslutningen – vi genfødes for at kunne lære endnu mere.
7. Vores intuition menes at være guddommelig vejledning.
8. Intet er tilfældigt. Alt rummer en spirituel lærdom for os.
9. Meditation, yoga, tai chi og andre østlige praksisser er værdifulde.
10. Maden vi spiser, påvirker både krop og sind.
11. Tilhængere vælger at søge hjælp og støtte hos alternative behandlere, herunder healere, clairvoyanter, astrologer, krystalterapeuter m.m. og igennem egen visualisering, meditation, mindfulness m.m.

Under kategorien Alternative Behandlere finder vi i dag ved at kigge på listen her i LIV & SJÆL hele 51 forskellige grene – fra Alexanderteknik til Zonetapi. Plus de to parallelle "underafdelinger" Wellness til ren kropslig pleje og Feng-Shui til harmonisk boligindretning.

Selv om mange New Age-elementer leder tankerne mod østlige religioner, er de langt fra identiske. Men New Age-bevægelserne har overtaget mange af de østlige religioners ideer og indbygget dem i bevægelsens tro og praksisser.

Bevægelsens popularitet og hyppige kritik af traditionelle behandlingsmetoder har bidraget til, at mange læger i dag viser forståelse for hele patientens behov i stedet for kun at fokusere på den specifikke sygdom. Denne indgangsvinkel – holistisk behandling – vinder mere og mere frem.

I 1900-tallets sidste årtier markerede New Age sig for alvor. Ikke mindst takket være en verdensberømt skuespiller Shirley MacLaine, der i bøger og film beskrev sin åndelige søgen og indsigt



Danskernes interesse for Krop og sjæl-bøger begyndte i starten af 80'erne. Redaktør Flemming Bindlev fra Borgens Forlag, der har været og er førende udgiver af genren, fortæller, at blandt de første rigtig godt sælgende New Age-forfattere var amerikaneren Wayne D. Dyer med blandt andet "Befri dig selv og få alt ud af livet" og "Du ser det, når du

tror det." Helt til tops på bestsellerlisterne røg Louise Hay's "Helbred dig selv" midt i 80'erne, fulgt nogle år efter af James Redford's "Den niende indsigt" formet som en eventyrroman med et spirituelt budskab. Siden har de mest populære forfattere i genren bl.a. været Eckhart Tolle, Deepak Chopra, John Gray – med serien om mænd fra Mars og kvinder fra

Venus – Daniel Goleman ("Følelsernes Intelligens") og Rhonda Byrne med "Hemmeligheden", der også foreligger som DVD. Herhjemme har den tidligere sanger Lars Muhl markeret sig flot, ikke mindst med "Gralstrilogien" og den helt nye "Taxo Luma", formet som en spændingsroman.

Nuets kraft

"Når den tvangsprægede stræben bort fra Nuet hører op, strømmer glæden fra Væren ind i alt, hvad du gør. I det øjeblik, din opmærksomhed rettes mod Nuet, føler du nærvær, stilhed og fred. Du er ikke længere afhængig af fremtiden til at give dig opfyldelse og tilfredsstillelse – du søger ikke frelse i den. Derfor er du ikke knyttet til resultatet af dine handlinger. Hverken nederlag eller succes har kraft til at ændre din indre tilstand af Væren. Du har fundet det liv, der ligger bag ved din livssituation."

Eckhart Tolle i "Nuets Kraft."

Det du giver, kommer igen

"De tanker, du har i dag, skaber den person, du er, og hvordan du har det i morgen. Positive bekræftelser fører til sunde tanker og derfor til sunde handlinger. Alt det, du giver ud til universet – positivt og negativt – kommer tilbage til dig, så hvorfor ikke sende positive tanker ud og få overskud og sundhed retur? Sig gerne nogle af de positive tanker højt til dig selv."

Louise Hay.

Fornylig bragte Politiken en artikel med overskriften "Det gode liv er en god forretning". I artiklen kunne vi læse om, hvordan krop og sjæl-bøger i den grad redder bogbranchen gennem finans-krisen.

Avisen minder om, at i opgangstiderne var der salg i bøger med opskriften på den perfekte slipseknude og på, hvordan man åbner en champagneflaske med sabel. "I dag er det bøger med opskriften på det fantastiske liv, mange efter-spørger. De køber bøger, der guider til ro i sindet, harmoni i tilværelsen, en genvej til sjælen og et godt helbred," skrev Politiken.

Vi oplyses om, at Borgens Forlag kun har undgået lukning takket være sine mange spirituelle udgivelser, og at interessen i dag synes større end nogen sinde. I den forbindelse udtaler forlagsdirektør Niels Borgen til Politiken: "Fra at være et esoterisk og mærkværdigt område er det blevet accepteret af en større del af befolkningen." Og Lars Muhl citeres for følgende: "Det er jo ingen nyhed, at mennesket søger dybde i tilværelsen, når det i en menneskealder er blevet spist af med ligegyldigheder og overflade."

Musik, film og Facebook:

Ole Kjær fra musikforlaget Fønix kan fortælle, at de startede i starten af 80'erne med meditations-musik og i

årenes løb har solgt over 5 mio. bånd og CD'er. I 83 slog forlaget sig ned i Aarhus og oprettede i 88 eget pladeselskab efter hidtil at have købt alt fra udlandet. Idag eksporterer de til over 25 lande, ikke mindst Japan.

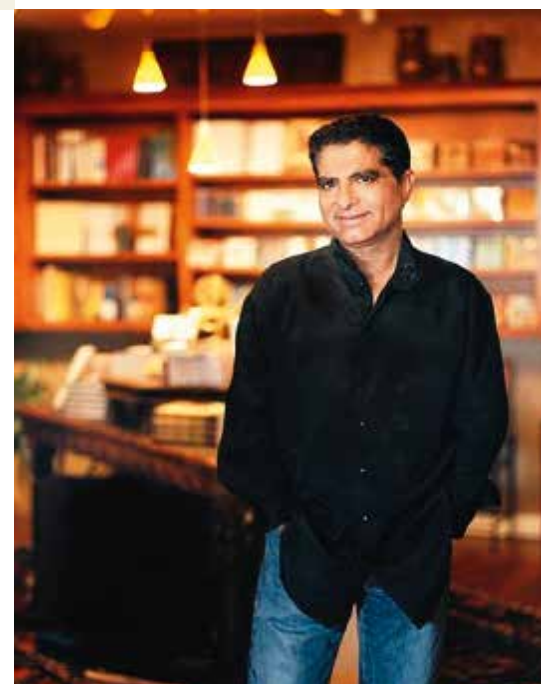
"Vi var lidt sene til at opdage, at der også opstod et stort DVD-marked med spirituelle film og med Yoga- og Pilates-øvelser, men nu er vi godt med," og DVD'en med "Hemmeligheden" har solgt helt eventyrligt!" siger Ole Kjær.

For et par måneder siden fik Danmark et spirituelt mødested på Facebook. "Det spirituelle Danmark" hedder Facebook-gruppen, og allerede efter et par uger rundede siden 1000 synes godt om-klik fra brugere. Adressen er: www.facebook.com/pages/detspirituelledanmark

I gruppen kan man udveksle viden, stille spørgsmål, give gode råd og debattere i en kærlig og positiv ånd. Yderligere henvises brugeren til spændende artikler og links om spiritualitet. Inden årsskiftet vil Facebook-siden blive suppleret med hjemmesiden www.detspirituelledanmark.dk

Idémænd er journalist, forfatter og forlægger Bo Østlund, som selv har taget en uddannelse som clairvoyant og ved siden af sit skrivende arbejde tilbyder spirituelle udviklingsmøder.

De førende New Age-forfattere:



DEEPAK CHOPRA

F. 1946 i Indien. Som voksen flyttede til USA. Han er uddannet læge og har undervist på en række amerikanske universiteter. I 1985 startede han egen lægepraksis. Gennem mødet med en indisk Yogi studerede Chopra Ayurveda-medicin. I 96 åbnede han sammen med en neurolog et Center for Wellbeing i Californien. Han har skrevet ca. 65 bøger, hvoraf de 19 blev bestsellers. Bl.a. "De syv spirituelle love for succes", "Vejen til kærlighed" og "Skyggeeffekten."



RHONDA BYRNE

F. 1951 i Australien. TV-forfatter og producer. Hendes bestseller "Hemmeligheden" fra 2006 solgte det første år alene 19 mio. eksemplarer. Succes'en fulgte hun op med en DVD og har siden udgivet bogen "The Power". Begge bøger handler om, at mennesket har kraft til at få opfyldt alle ønsker ved at fokusere tilstrækkeligt stærkt og tillidsfuldt på dem og forsikre sig selv om, at det vil ske. Derfor bør vi allerede inden det sker takke universet for, at det forholder sig sådan.



LARS MUHL

F. 1950. Dansk forfatter, tidligere sanger. Allerede som barn var Lars Muhl åben for den åndelige side af livet, og da han i 1996 blev ramt af uforklarlig sygdom, der bandt ham til sengen, kom han i kontakt med en clairvoyant healer, der gav ham livet tilbage. Hans sangkarriere startede som 16-årig, og han blev især kendt med powerpop-bandet Warm Guns og for sine senere soloalbum. Han er i dag udelukkende spirituel forfatter og har sammen med sin kone Githa Ben-David stiftet Gilalai Institut for Energi og Bevidsthed. Bøger bl.a.: "Gralstrilogien" og "Taxo Luma". www.larsmuhl.com



ECKART TOLLE

F. 1948 i Tyskland. Forfatter og åndelig lærer, universitetsuddannet i psykologi, filosofi og litteratur. I dag bosat i Canada. Hans ungdom var præget af angst og depression, men en dag vågnede han op til fuld afklaring, som blev udgangspunktet i hans bestseller "Nuets kraft" fra 90'erne.

I de seneste år er han rejst verden rundt som foredragsholder, bl.a. i Danmark, og en af grundene til hans popularitet er, at hans livsanskuelse tiltaler moderne mennesker, som søger efter en form for spiritualitet uafhængig af religion. Blandt hans andre bøger er "En ny jord".

Links:

www.borgen.dk
www.bog-mystik.dk
www.fonixmusik.com
www.detspirituelledanmark.dk

LOUISE HAY

F. 1926 i USA. Efter en svær barndom blev hun fotomodel med succes, men brød totalt sammen, da hendes mand forlod hende efter 14 års ægteskab. Hun søgte hjælp hos en religiøs bevægelse i New York og lærte om tankens kraft. I 70'erne læste hun alt om at positiv tænkning og fremsagte positive bekræftelser kan forandre vores liv, og hun hævder derigennem at have helbredt sig selv for kræft. I 1984 skrev hun sin første bog "Helbred dit liv". Hun gjorde på det tidspunkt en kæmpeindsats for AIDS-patienter og siden startede hun eget forlag. Blandt hendes andre bøger er bl.a. "Kvindens styrke", "Elsk det som det er", "Kærlighedens kraft".



Spændende LÆSNING

Har du fået lyst til at læse bøger fra New Age forfatterne, er her nogle gode forslag:



I GENOPFIND KROPPEN, GENOPDAG SJÆLEN

Af Deepak Chopra

I bogen går Deepak Chopra både teoretisk og praktisk til værks og giver dermed et yderst brugbart værktøj til at forny vores livssyn og udvide vores muligheder. Chopra ser kroppen som et billede på vores tanker og følelser, og hans budskab er, at vi skal genopdage og udleve det glemte mirakel, som krop-sind-forbindelsen vitterlig er.

På den teoretiske side deler Chopra ud af sin enorme viden om tankernes betydning for krop og energi, om hjernens funktion, gener og celler. Han ser også på de dybere motiver til forskellige uvaner og overbevisninger, og han undersøger, hvad kærlighed egentlig er, og hvad den gør ved os, ligesom han tager de mere dystre følelser op – alt spundet omkring et af bogens centrale begreber: energi.

På den praktiske side byder han på forskellige test, quiz og øvelser, som giver en god fornemmelse af personlige styrker og svagheder, og han giver masser af gode råd til små ændringer i tænkemåde i f.eks. hverdagens gøremål, så man kan udskifte uønsket og hæmmende tanker med ny og frisk energi på alle niveauer.

TAXO LUMA FORTÆLLINGEN OM EN AVATAR

Af Lars Muhl

Taxo Luma er en nærmest holografisk fortælling, som er baseret på en virkelig profeti om en kommende Messias. Ud over selve historien formidles også esoteriske, metafysiske og tantriske indsigter, som hovedpersonen får brug for i jagten på den genkomne Messias. Romanen er også en apokalypse, en samfundskritik af en verden, der er på vej ud over kanten af materialisme og grådighed.

Taxo Luma er en særegen vision, måske et mareridt – eller et håb med en drøm, vi lige nu befinder os midt i.



THE SECERT – HEMMELIGHEDEN

Af Rhonda Byrne

THE SECERT – HEMMELIGHEDEN viser, hvordan man gennem positiv tænkning kan begynde at forstå og finde uudnyttede og skjulte ressourcer, som alle mennesker besidder.

Loven om tiltrækning siger, at lige tiltrækker lige – så når vi tænker en negativ tanke, tiltrækker vi også tilsvarende negative tanker. Vi bliver det, vi tænker mest på, men vi tiltrækker også det, vi tænker mest på. Ved at lære The Secret – Hemmeligheden får vi viden til at ændre de ting i vores liv, vi ikke er tilfredse med.

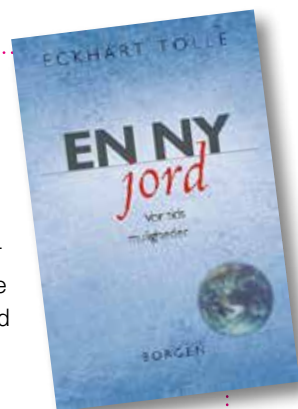
Bogen indeholder bidrag fra en lang række mennesker, hvor de mest kendte i Danmark er Neale Donald Walsh og John Gray.

EN NY JORD

Af Eckhart Tolle

Eckhart Tolles bog, NUETS KRAFT, har haft afgørende betydning for mange mennesker, der søger større nærvær og en dybere mening med livet.

I EN NY JORD kaster han sit skarpe blik på menneskehedens nuværende situation og beder os indtrængende om at se i øjnene, at verdens problemer har rod i vores identifikation med egoet og dets stolthed og magtbegærlighed, og at dette fører os længere og længere ud i den rablende og farlige sindssyge. Vi kan imidlertid ændre denne potentielt dystre fremtid ved at flytte vores fokus til nuet og acceptere øjeblikket, som det er – et bevidsthedsskift, der vil befri os fra fortidens snærende forestillinger og fremtidens grandiose drømme, og som er tilgængeligt for alle her og nu – uanset baggrund, socialt tilhørsforhold og alder.



LEV I NUETS KRAFT

Af Eckhart Tolle

Eckhart Tolle er en af vor tids store spirituelle lærere. Han arbejder direkte med væren i Nuet og viser os, hvordan vi kan overvinde følelsesmæssig smerte og tankens tyranni ved at være fuldkommen nærværende. Tolles ord er fulde af indsigter og giver os glimt af en større virkelighed.

LEV I NUETS KRAFT præsenterer en række øvelser, der kan bruges, når man vil tackle de forhindringer, der uvægerligt opstår, når man ændrer vanemæssige grublerier over fortiden og bekymringer for fremtiden.



FÅ ET FANTASTISK LIV

Af Louise Hay & Cheryl Richardson

Denne bog tager udgangspunkt i en række møder med Cheryl Richardsson, som detaljeret beskriver Louise Hays hverdag og hvordan hun har indrettet sit liv og sit hjem i overensstemmelse med de ideer, som hun har brugt sit liv på at videregive til andre. Under deres møder gennemgås hovedpunkterne i Louise Hays budskab som ny inspiration til alle, der ønsker større selvværd, bedre helbred, tilfredshed med deres arbejde og økonomisk overskud.

OPLEV DET GODE LIV NU!

Af Louise L. Hay

Bogen henvender sig til alle, der ønsker større selvværd, bedre helbred, tilfredshed med deres arbejde og økonomisk overskud og byder på øvelser, der viser en, hvordan man kan skabe gavnlige forandringer på ethvert område i sit liv.

Der indlagt en cd med Louise Hays råd og vejledning og bekræftelser (på engelsk), som man kan bruge som støtte. Hun anbefaler, at man lytter til den når som helst – dag eller nat – når man ønsker at positive ideer skal gennemtrænge ens bevidsthed og fylde en med håb og glæde.