

Eckhart Tolle: *Hög tid för ny medvetenhet*

När vi inte längre upplever världen som hotfull, finns där inte längre någon rädsla. Utan rädsla tänker, talar och handlar vi annorlunda. Kärlek och medkänsla uppstår och det påverkar världen. Eckhart Tolle anser att det är hög tid för förändring.

*Text: Monica Katarina Frisk
Bild: Anton Svedberg*



Eckhart Tolle vet att miljontals människor nu redo för ett uppvaknande, inte för att det är ett val vi har, utan för att det är en nödvändighet för att mänskligheten och jorden ska överleva.

Under tiden jag skrev den nya boken *A New Earth*, var det några som frågade mig: "Vad handlar din nya bok om?" Undantagslöst svarade jag: "Jag skriver eller talar bara om en sak."

Och vad är det?

– Andligt uppvaknande.

Kan man verkligen vakna upp genom att läsa en bok, undrar jag? Ja, det anser Eckhart Tolle, bästsäljande författare, som nyligen utkommit med boken *A New Earth*. Men bara om tre olika förutsättningar uppfylls, säger han.

– För det första måste läsaren vara redo, vara öppen för andliga sanningar, vilket är lika med en färdighet för att vakna upp. För första gången i mänsklighetens historia har ett stort antal människor nått till den punkt där man verkligen är redo, vilket i sig förklarar varför så många svarat an så djupt på *Lev livet fullt ut*.

– För det andra måste texten ha en transformerande kraft. Det betyder att orden kommer från ett uppvaknat medvetande, snarare än från ett kunskapsstyngt mänskligt sinne. Bara då är en text laddad med den kraft som

går långt bortom ordens informativa betydelse. Det är därför en sådan bok kan läsas om och om igen, utan att tappa sin livskraft.

– Och till sist måste terminologin som används vara så neutral som möjligt, för att kunna omvandla begränsningarna i vilken kultur, religion eller andlig tradition som helst. Bara på så sätt är den tillgänglig för den breda massan av läsare, oberoende av vilken kulturell bakgrund man har.

Vad är vitsen med att skriva en ny bok när "Lev livet fullt ut" fick en så stor betydelse för många?

– Ända sedan den kom ut har jag föreläst och undervisat hundratals gånger runt om i världen och under dessa sju år utvecklades själva undervisningen, säger han. Medan essensen är densamma – sanningen är tidlös – kom nya perspektiv fram, ny vägledning och alternativa förhållningssätt till sanningen uppstod, men också en känsla av tvingande angelägenhet.

A New Earth speglar denna utveckling och detta allvar.

Om *Lev livet fullt ut* fungerade och vi förändrade oss, som många verkligen gjorde, då behöver vi inte läsa *A New Earth* tycker Eckhart Tolle.

– Jag tror dock att *A New Earth* kommer att göra undervisningen, den enda sanningen, tillgänglig för en ännu bredare allmänhet. Den kan till och med vara intressant för dem som aldrig nånsin skulle tänka sig att läsa något andligt, men som inom sig bär på en odefinierbar andlig längtan.

Många redo att vakna upp

Enligt Eckhart Tolle är miljontals människor nu redo för ett uppvaknande, inte för att det är ett val vi har, utan för att det är en nödvändighet för att mänskligheten och jorden ska överleva. Allt snurrar på snabbare och snabbare – världens galenskaper, den kollektiva egostyrda funktionsrubningen, likaväl som uppenbarandet av en ny medvetenhet, uppvaknandet.

– Tiden håller på att rinna ut. Utifrån egots perspektiv är det dåliga nyheter, och det i sin tur är upprinnelsen till rädsla. Utifrån ett högre perspektiv är att *tiden håller på att rinna ut* just vad som behövs för att det nya medvetandet ska kunna förankras här på jorden.

Vad är egentligen sökandet efter ”kärleksrelationer”?

– Vad man vanligtvis menar med ”kärlek” är egots strategi för att undvika att hänge sig. Du söker efter att den andra ska ge dig något, som bara kan komma till dig när du ger dig hän. Egot använder den andra som ett substitut för att undvika att hänge sig. Det spanska språket är faktisk bland det tydligaste i uttrycket *te quiero*, som betyder ”Jag älskar dig” och ”Jag vill ha dig”. För egot är kärlek och begär efter någon samma sak. Men i den sanna kärleken finns inget behov, inget begär att äga någon eller att din partner ska ändra sig.

Egot väljer ut någon och ser den som speciell. Egot använder den andra för att dölja en konstant underliggande känsla av missnöje, av att ”inte ha tillräckligt” och av ilska och hat, som är nära besläktade. De här är bara olika facetter av djupt mänskligt ligande känslor, som inte går att skilja åt från det egostyrda tillståndet.

– Efter en tid kommer den människa vi valt ut som speciell i våra ögon, inte längre kun-



– *Det är bara hängivenhet som kan ge dig det du söker i den som är föremål för din kärlek, säger Eckhart Tolle.*

na dölja det som är din egen smärta, hat, missnöje eller att du känner dig olycklig, som alla har sina rötter i denna känsla av otillräcklighet. Då framträder den känsla som dolts och vi projicerar den på den andra – på den som du trodde skulle kunna rädda dig.

Acceptera vad som är

Plötsligt vänds kärlek till avsky. Egot har ingen aning om att hatet är en projektion av den universella smärta du känner inomboards.

– Det är bara hängivenhet som kan ge dig det du söker i den som är föremål för din kärlek, säger Eckhart Tolle. Det är förstås en omedveten process i sinnet. Men i det ögonblick du fullkomligt accepterar vad som är, uppstår något inom dig som har dolts av de egostyrda begären. Vad som uppenbaras är en medfödd, djupt förankrad frid, stillhet och livfullhet. Det är det obetingade väsendet, den du är i din sanna essens. Det är det du letat efter i dina kärleksrelationer.

När denna förståelse händer framträder en helt annorlunda form av kärlek, som inte har med kärlek eller hat att göra. Den favoriserar varken människor eller saker.

– Du kan naturligtvis sitta fast i det mest smärtsamma dilemma, yttre eller inre, känslor eller situationer, och i det ögonblick du accepterar vad som är, går du bortom det och förvandlar det. Även om du hyser starka känslor som hat, i det ögonblick du accepterar att det är så du känner, så omvandlas det. Känslan kan fortfarande finnas där, men plötsligt befinner du dig på en plats där det inte längre har någon betydelse.

Det fysiska universumet fungerar på grund av spänningen mellan motsatser. Varmt och kallt, utveckling och förruttnelse, rikedom och fattigdom, framgång och misslyckande

är tillvarons polarisering och helt naturligt en del av varje relation.

Vi kan alltså aldrig bli kvitt polariseringen?

– Nej, inte på formens plan. Men vi kan omvandla polariseringen genom hängivenhet. Du får då kontakt med något djupare inombords där motsatserna inte längre finns. När du befinner dig i ett tillstånd av acceptans eller hängivelse uttrycks motsatserna på ett mer välvilligt och vänligt sätt.

Ju mer omedvetna vi är, i desto högre grad är vi identifierade med formens värld. Ju mer dragen till formen, ju mindre hängiven du är, desto mer extrem, våldsamt eller kärvt blir din upplevelse av motsatserna.

Om uppvaknandet inte förändrar sakernas naturliga tillstånd, som tudelningen, spänningen mellan motsatser, vad spelar det för roll då?

– När du lever ett hängivet liv, framträder något genom dig som inte är av denna världen.

Sker det någon förändring till det yttre?

– Ytterst är det inre och yttre samma sak. När du inte längre upplever världen som hotfull, finns där inte längre någon rädsla, och utan rädsla tänker, talar och handlar du annorlunda. Kärlek och medkänsla uppstår och det påverkar världen. Även när du befinner dig i en konfliktfylld situation är det ett flöde av frid genom motstridigheterna. Då sker det verkligen en förändring.

– Det finns lärare och viss undervisning som menar att inget förändras egentligen. Så är det inte. Något verkligt betydelsefullt händer. Det som är bortom formen lyser igenom, det oändliga genomlyser denna världens form.

När vi inte längre ”reagerar mot” något, utan accepterar motsatserna i världen, förändrar det hur motsatserna uttrycks?

– Ja. Motstridigheter fortsätter att hända och uppstår hela tiden, men de underbyggs inte längre av dig. Att inte ”reagera mot” det som händer, gör att motsatserna inte understöds. Det gör att i en konflikt tycks själva motsatsförhållandet kollapsa. Ingen människa, ingen situation blir längre till en ”fiende”.

Motsatserna försvagas i stället för att förstärkas. Och det i sin tur gör att de börjar upplösas?

– Just så. En sådan livshållning är början till slutet för den här världen.

MER ENERGI:

Böcker av Eckhart Tolle:

Tystnaden talar – lyssna till budskapet i ditt inre, Lev livet fullt ut i praktiken (Energica Förlag 2002),
Lev livet fullt ut (Energica Förlag 2000)

A New Earth – Awakening to Your Life Purpose, Eckhart Tolle (Dutton 2005)

Läs mer på: www.eckharttolle.com