

SANNING *i ord för* unga människor

Av Darren Allen

Det här är en rakt-på-sak-guide till livet, kärlek, sex, död och världen för ovanliga unga människor mellan 16 och 21, men givetvis kan vem som helst läsa den. Vi kommer att beta av mycket och vi kommer att tala om saker som trots att de är väldigt enkla kräver ganska mycket medveten uppmärksamhet. Om du känner att du börjar bli trött, ta en paus och fortsätt en stund senare.

RÅD & SANNING

Råd är värdelösa. Du kanske har märkt det? Du har redan fått en enorm mängd av värdelösa råd. ”Gör det här, gör inte det där, följ dina drömmar, sitt mindre framför skärmen, studera flitigt, skaffa ett bra jobb...” och så vidare. Vuxna kan bara inte hjälpa det – särskilt föräldrar och lärare sprutar ur sig regler som vattenkokare sprutar ånga. Men du borde kunna förlåta dem för du är själv minst lika dålig: du ger dig *själv* hela tiden ännu mer värdelösa råd. Intalar dig att du ska bli en bättre människa, från och med nu ska du vara mer så här, mindre så där... *det* bara fortsätter och fortsätter också, eller hur?

En anledning till att råd aldrig fungerar är för att de alltid leder till en inre strid. Det som händer när du ger dig själv råd eller försöker att ändra på dig, är att *en* del av dig ser en *annan* del av dig som den inte gillar, och uppfinner då ett tredje framtidsjag som *går* att gilla och försöker bli det. Inser du hur galet detta är? Och ändå gör alla så här. Jag *ett* inser att det inte gillar när jag *två* hamnar i en krånglig situation eller tappar humöret och säger då ”okej, jag ska vara mer som jag *tre* från och med nu”. Det är helknäppt.

Det enda som fungerar, det enda sättet att verkligen ändra på sig är att inse sanningen. När du inser sanningen förändras du naturligt – ibland ögonblickligen. Till exempel när du inser att du pratar för mycket, då tystnar du direkt. Du behöver inte ens försöka. Du behöver inte rådge

dig själv. Du bara håller käft. Andra saker tar längre tid, som när du hör dig själv ljuga för att framstå som bättre än du är; såna vanor är svårare att bli kvitt och då måste du fortsätta att betrakta dig själv. Men de försvinner också så småningom.

Det är ungefär samma sak med att ge råd åt andra för att försöka ändra på dem. Då och då måste du förstås vara brutalt ärlig mot dina vänner och din familj och väldigt, väldigt sällan måste du till och med tvinga dem till saker, men du kan bara verkligen ändra på andra såsom du också ändrar dig själv, genom att se sanningen i dem. När du verkligen ger någon din uppmärksamhet, försöker att förstå dem, erkänner och bekräftar dem så förvandlas de magiskt; eller åtminstone *kan* de magiskt förvandlas. Det händer inte jätteofta, men det är enda sättet det kan ske på.

Problemet är att ingen gillar sanningen. Sanningen är smärtsam för alla, för att alla lever en lögn. När sanningen uppenbarar sig tas den emot med förvåning eller skräck. Vanligt folk gör allt för att slippa höra den. De kommer att undvika allt och alla som påminner dem om den. Eller så ballar de ur totalt om bara en liten hint av en antydning om sanningen når deras öron.

Akademiker, lärare, journalister och präster – de som kontrollerar idéerna i världen – går häpnadsväckande långt för att dölja sanningen, för att låtsas att allting är precis som det ska vara eller att vi är i stor fara fast vi inte är det, att vi alla bär skuld fast vi inte gör det, att ingen är ansvarig fast vi alla är det. Eller så låtsas de att sanningen inte existerar, att vemsomhelst som nämner ordet sanning är någon sorts arrogant kultledare eller pretentiös narcissist.

Det här betyder inte att du måste tala sanning jämt och ständigt. Att tala sanning kan ibland bli en sorts lögn – ett sätt att få uppmärksamhet till exempel, eller att såra någon. Och ibland kan såklart en liten lögn hjälpa sanningen – när du säger till din vän att hennes nya frisyr är jättesnygg, eller när du smiter från en poänglös bestraffning i skolan eller på jobbet. Vad är det för fel med det? Inget. Alla – men *alla* – ljugar så här, och givetvis är det ingen fara.

Jag talar om viktigare saker än så här. Sanningen om ditt liv, om dina emotioner, om ditt förstånd, om världen. Jag kommer att förklara varför du har de problem du har, varför du oroar dig som du gör, vad som verkligen händer i världen och hur du upptäcker vem du verkligen är; men jag kommer inte att *befalla* dig om de här sakerna. Jag kan använda ordet ”borde” här och där, eller ge några förslag, men på det hela taget finns det inga råd här. Det är sanningen.

Eftersom det är sanningen kommer lögnen i dig inte att gilla det. Den inte-sanna delen i dig kommer att bli upprörd och antingen ge upp att läsa med en grymtning eller producera *åsikter* för att skydda sig. För att slippa lyssna kommer den att ogilla (oftast genom att hitta ett exempel som ”bevisar” att det är fel) eller hålla med (”ja, ja, ja, hört det förut”). Alla sådana åsikter – felaktiga *och* riktiga – produceras av förståndet för att det ska slippa att lyssna på riktigt.

Bättre då att bara läsa, att få en uppfattning om helheten än att bilda åsikter i förväg. Om ditt förstånd inte kan hålla uppmärksamheten, om det blir rastlöst, uttråkat eller irriterat, så kom tillbaka när det kan. När du lidit nog av det normala och falska sättet att leva kommer du att vara mottaglig för sanningen. I slutänden kan bara livet lära oss, inte en skrift som denna. Syftet med det här är inte att *lära* dig, utan att *visa* dig vad du redan vet och ge dig lite självförtroende – riktigt självförtroende det vill säga, inte fejksorten de lär dig i skolan – att bli den du är.

Låt mig ge dig ett exempel på sanningen innan vi börjar. **Du är galen.** Ängest och stress är dina ständiga följeslagare, du vet inte riktigt vad du ska ta dig till, ditt liv känns mållöst, du är beroende av droger eller dataspel eller shopping eller uppmärksamhet eller porr eller att oroa dig (vilka faktiskt är samma sak), du har väldigt lite självkontroll, sex verkar inte vara så underbart som det sägs – eller om det är det så varar inte underbarheten särskilt länge, du får ibland omåttliga explosioner av entusiasm men känner dig oftast olycklig eller uttråkad. Saker och ting går bra ett tag, men på något sätt slutar det alltid med att du känner dig missnöjd, otillfredsställd, frustrerad. Det goda livet verkar alltid befinna sig någon annanstans. Du kan ha gett dig själv en diagnos med psykisk sjukdom eller fått en diagnos av någon, eller kanske fått en receptmedicin; men faktiskt är dessa bara en distraktion från din galenskap, inte problemet självt. Så... vad är problemet?

ATT VÄXA UPP

När du var runt sju år insåg du att döden fanns, att människor dör, och du frågade antagligen en vuxen om döden. Du kan också ha undrat varför vi existerar eller varför någonting överhuvudtaget existerar. Du kan ha ställt frågor om universums natur eller gud, funderat över rätt och fel, över vitsen med världen eller på skillnaden mellan kvinnor och män. Om du vågade ställa någon av dessa frågor skulle du ha gjort de vuxna du frågade förvirrade eller oroade – för väldigt få vuxna vet sanningen om dessa saker.

De flesta vuxna – inte alla men de flesta – vet bara *tillräckligt* mycket för att ha en åsikt. Skrapar man på ytan och tittar under åsikten så hittar man inget alls, vilket generar och gör dem arga. När vuxna får svåra frågor av barn försöker de tysta dem eller stilla dem med ett enkelt men falskt svar. De säger saker som ”det bara är så” eller ”du kommer att förstå när du blir äldre”, eller så drar de en historia som någon en gång berättat för dem, typ ”för att gud sa så” eller ”på grund av the Big Bang”, eller så skrattar de och säger ”ååh, det är lite djupt för en tisdagsmorgon du!” och försöker undvika frågan genom att fåna sig eller distrahera dig. I grunden behandlar vuxna barn som barn.

Du har behandlats som ett barn hela ditt liv. Det är därför du fortfarande är omogen. Du var gammal nog att få höra sanningen när du var fem, men ingen berättade. Du var gammal nog att bli tillfrågad om meningsfulla saker när du var sju, men ingen frågade. Och du var fullt vuxen när du var fjorton, men världen tyckte inte det. Det här fördröjer dig, gör dig omogen.

Människor som behandlas som barn när de är barn upphör aldrig att vara det. De behandlar alla mindre mäktiga än de själva som barn. De blir kontrollerande och nedlåtande, särskilt mot sina egna barn. De blir också fjäskiga och undergivna mot såna som är mäktigare än de själva – kändisar, makthavare och chefer – eller så blir de föraktfulla och vägrar lyssna till intelligensen och erfarenheten som äldre människor har. De förblir helt enkelt olyckliga barn under en vuxen mask.

Hur sker detta då? När du var bebis och ett väldigt litet barn så var du mer känslig än du kanske någonsin kommer vara igen. Du var mirakulöst känslig för ton, vibbar och subtila känslor. Om du, som de flesta, växt upp i ett hem med människor som inte hade denna känslighet så har ditt hjärta blivit stampat på flera gånger om. Ibland omedvetet och ibland medvetet, men det kommer att ha sårat dig och gjort dig okänslig (precis som ärrvävnad är mindre känslig än oskadad hud); och du kommer fortfarande att bära runt på dina ärr, ditt ”pansar” – smärtan – vart än du går.

Världen har *ingen* aning om hur den ska handskas med smärtan du bär runt på. Ingenting – men *ingenting* – som världen säger dig om denna fundamentala smärta är intelligent. Alla teorier om världen (alltså de du får höra i skolan eller ser på TV) är fel. Alla världens terapier, vilka försöker dämpa din smärta (med mediciner eller tanklösa aktiviteter) eller tillfredsställa den (genom att tillåta dig tjata på om din hemskt jobbiga historia), slutar med att de istället livnär den.

Det enda sättet att ta itu med smärtan i ditt liv är att förstå den, att vara medveten om den (känner du den? Den brukar uppehålla sig i trakten av nacken) och göra något åt den. Vi ska titta på lite av detta här nedan, men det finns ett extraordinärt problem som ingen riktigt förstår eller pratar om. Det är detta: smärtan *själv* är intelligent. Den är smart och slug – ibland rent briljant. Den vet hur den ska gömma sig och få det den vill – vilket är mer smärta.

Och ännu mer otroligt, smärtan kallar sig själv för dig. Den har sina egna åsikter, begär och rädslor, vilka du tar för dina egna. När smärtan hör eller läser sanningen, om medvetande och omedelbar handling – någonting djupare än dess åsikter – får *den* panik, *den* blir emotionell och *den* avfärdar det den hör utan att lyssna. Inte *du* – den.

Det finns ett annat ord för smärtan du bär runt på; *personlighet*. **Personlighet är inte karaktär.** Din karaktär är *du*, och som sådan helt unik. Den är alltid kreativ, närvarande, passionerad, generös och kärleksfull, men i *din* unika stil och smak. Karaktär uppstår naturligt inifrån, av sig själv och långsamt under din livstid, ger sig tillkänna eller blir funnen. Ibland blir du ganska överraskad av det du finner.

Personligheten är *inte* unik. Den är i princip lik varje annan personlighet. Personligheten vill inte erkänna detta så den konstruerar en speciell *identitet* på ytan utav gillande och ogillande, vill-ha och vill-inte-ha, förhoppningar, rädslor, minnen och en *projicerad version* av karaktären. I grunden förvandlar personligheten karaktär till *karikatyr*, en sorts psykologisk kliché. Den verkar annorlunda, unik, speciell, men under ytan finns samma smärta som alla andra har; samma gnällighet, våld, ångest, depression, överentusiasm, beroende, anspänning och leda. Personligheter framstår olika, men de är alla baserade på smärta och på grund av detta så lever de alla samma sorts smärtsamma liv.

Har du noterat den vida skillnaden i det somliga säger med munnen och vad de säger med tonen i rösten, sin hållning och sina ögon? Folk kan säga de vänaste ord, erbjuda de vänligaste råd med en bister röst, en anklagande hållning eller med ögonen blixtrande av hat eller desperation. Folk kan säga ”jag älskar dig” med ord medan allt annat de gör säger ”jag hatar dig” eller ”jag vill äga dig”. Det är personligheten som agerar, självisk, ängslig och våldsam – överslättad med ett stelt leende, en stel kram och fina ord.

Personligheten kallar sig ”jag”, men är inte verkligen den du är. Den är en bild eller avbildning av karaktären. Den verkar vara du men är inte du. Det är en sorts mask (faktiskt betydde ”persona” en gång ”mask”). Har du lagt märke till det fruktansvärda maskliknande utseendet vissa vuxna, särskilt äldres ansikten har? Det är personligheten i sin mest extrema och utvecklade form. Det är vad som väntar ditt ansikte om du inte tar itu med din personlighet.

Personligheten är orsaken till mer eller mindre alla dina problem. Den rubbar dig ur din fulla uppmärksamhet och får dig att missa viktiga saker, gör dig lömsk och beräknande eller får dig att glömma, förlora, ha sönder och säga saker som du sen ångrar, den får dig att bygga upp

förväntningar som sen gör dig arg när de inte infrias, den får dig att grubbla över dina olika åkommor, får dig att stelna till och bara mumla i nya situationer (vilket inkluderar de flesta konversationer), får dig att vada i självömkan och martyrskap, gå igenom gamla oförrätter, förlora dig i hämndfantasier, fixera dig på människor och saker du tror du behöver för att bli lycklig (vilket du, om du nånsin får dem, aldrig blir), bli uttråkad under subtilt fascinerande upplevelser (på grund av att personligheten inte kan erfara subtiliteter) och masturbera över hur fantastisk du är (vilket alla som är klarsynta skrattar åt bakom din rygg). Personligheten gör dig väldigt olycklig.

Personligheten orsakar många stora katastrofer i ditt liv, kanske de flesta, men vissa av dem är den givetvis inte ansvarig för – men den *är* ändå ansvarig för hur du hanterar dessa. När katastrofen slår till – och den drabbar *alla* någon gång – flippar personligheten ur, gör fel, vägrar att inse faktum om vad som sker och skyller på vadsomhelst eller vemsomhelst den kan; andra eller sig själv – det spelar ingen roll därför att till och med skylla på sig själv och känna skuld faktiskt göder den och tillåter den att slinka undan.

Å ena sidan lär sig alla övervinna sin personlighet till en viss grad. Om du är mellan sexton och tjuogoett har du antagligen lagt märke till att du, generellt sett, kommer bättre överens med folk än du gjorde när du var fjorton. Det beror på att personligheten, precis som kroppen, får en massiv kraftinjektion omkring fjortonårsåldern i samband med puberteten. Om du då inte var väldigt medveten (vi ska prata om det om en stund) så fann du dig inlåst i dig själv eller *självisk*. Du skulle varit överkänslig för kritik, funnit det väldigt svårt att visa din finkänsliga sida bland folk, visat dem att du bryr dig och att komma ut ur dig själv; och dina relationer med dem hade varit väldigt svåra. Detta passerar långsamt allteftersom du blir äldre och lär dig bemästra dig själv; till en viss grad.

Men bara till en viss grad. Fastän du lär dig ta tag i de mest orimliga delarna av din personlighet (till exempel slutar att dra de *riktigt* dumma lögnerna), så dör den sannerligen inte. Den gräver bara ner sig djupare och blir smartare; på vissa sätt mycket mer kraftfull. För många har personligheten runt tjugofemårsåldern nästan helt tagit över deras karaktär. Barndomens livlighet och konstighet och passion och känslighet, all den där vårdslösa entusiasmen, är *djupt* begravd. Förr eller senare visar det sig i deras ansikten, deras skuldror tyngs och de dör inuti. Eller så kommer något eller någon att aktivera all den dolda smärtan och de kommer åter att känna sig exakt som de gjorde i fjortonårsåldern. Obekväma, vilsna och arga.

Varför gör ingen nåt åt det här? För att de lever inuti sina masker. Masken känner ingenting som är verkligt så den vet inte att någonting är fel. När den läser eller hör om vad som verkligen är fel blir den förvirrad. Den tänker ”men det finns inget problem här”. Eller så skrattar den eller blir arg. Allting låter så löjligt, galet eller tråkigt.

Men medan den skrivna eller talade sanningen lätt kan viftas bort, så är den faktiska sanningen till sist omöjlig att ignorera. Den blir mer och mer uppenbar för att **du får vad du är**. Ditt livs yttre omständigheter reflekterar dina inre. Om du lever som din personlighet – arg, uttråkad, avundsjuk, spänd, frustrerad och ensam – så kommer något eller någon förr eller senare *förstärka* allt det där. Om du däremot lever som din karaktär, så kommer ditt liv långsamt bli bättre.

KARAKTÄR

Karaktären är extremt komplex. Det finns ditt förstånds karaktär, din kropps karaktär, din inre känslovärlds, din ytliga karaktär – som du visar för världen – och olika former av karaktär som uppvisar sig i olika sorters situationer. Varenda en av dessa ”världar” är kolossala – du har ingen aning om hur mycket du kan känna, förrän du upplever det – men de hålls gömda tills rätt omständigheter uppstår och ”aktiverar” dem. Det är så du *inser* eller *kommer till att förstå* – hur världen lär dig – vem du är.

Men så klart behöver du inte lära eller känna dig själv för att *vara* dig själv. Våldigt små barn har ingen erfarenhet av sig själva i världen men känner och uttrycker ändå glädjefyllt och direkt sin unika och lyckliga karaktär. Först och främst är karaktär ditt enkla och spontana *naturliga tillstånd*. Bara genom att du blir äldre och ditt medvetande utvecklas och reagerar på världen börjar du känna dig själv, eller ser dig reflekterad i det du gör.

Så **karaktären kommer först**. Och allteftersom den och du växer, upptäcker du vad den betyder i världen. På grund av att din karaktär i princip kan vara vadsomhelst, behöver du experimentera, särskilt när du är ung. Du får aldrig *verkligen* lära dig eller veta vem du är om du inte *kastar dig* in i många olika – sannerligen olika – situationer. Om du håller tillbaka, och går in i nya situationer halvhjärtat, eller om du inrättar ditt liv så att ”nya situationer” egentligen inte är så nya, så växer du inte upp, det vill säga blir den du är. Du förblir den du lärt dig att *typ* vara.

Du behöver inte testa allt så klart. Du har ändå en instinkt för vad du älskar som finns där från allra första början, men livet i den normala världen med dess löjligt begränsade alternativ (”valfrihet”), gör det väldigt, väldigt svårt att känna den instinkten. Du har kanske en instinkt att bli en Kung-Fumästare till exempel, en hästviskare, världens bästa snickare och en episk poet (ett geni i tre eller fyra discipliner) men eftersom världen inte upphöjer dessa saker kommer din livsinstinkt att bemästra dem vara den konstigaste, svagaste lilla viskning och extremt svår att uppfatta.

Personligheten vill inte att karaktären utvecklas, vilket är anledningen till att den klamrar sig fast vid omständigheter som den är van vid. Dessa omständigheter kan *verka* väldigt äventyrliga eller resonabla – det spelar ingen roll. Det viktiga för personligheten är att de är *bekanta*. Det kända. Oavsett hur smärtsam eller dum situationen är så väljer personligheten alltid det invanda före det genuint nya, och världen hjälper till. Denna värld, byggd på personlighet, gör det *extremt* svårt att tillfredsställande och naturligt experimentera i endera riktning, för att fly *undan* personligheten.

Genuint nya erfarenheter är de som manar dig att *göra* och *vara* någonting verkligen nytt. Att bara resa eller träffa nytt folk, skaffa nytt jobb, snappa upp ny information är inget verkligt nytt om du inte behöver gräva upp förmågor ur ditt inre, om du inte behöver vara lyhörd inför nya förutsättningar eller släppa taget om gamla rädslor. **Du behöver inte färdas långt**. Att volontärarbeta på traktens bilverkstad eller på ett ålderdomshem, eller bara tala med en främling på bussen eller skipa din telefon under en vecka kan avslöja mer om din karaktär än ett års backpackande i Sydostasien.

Personligheten livnär sig på gillande och ogillande. Karaktären rör sig instinktivt mot det goda och bort från det som är dåligt, men personligheten *går igång* på att hissa och dissa. Karaktären kan givetvis göra det också; du måste uppleva skillnaden själv. Lägg märke till hur

personligheten *lever* på det den älskar och hatar. Se hur den blir galen av upphetsat gillande – och snart därefter blir deppig eller uttråkad. Se hur den i hemlighet längtar efter en bra anledning att gnälla.

Karaktärens ”instinktiva rörelse” mot det det goda har ett annat namn, *samvete*. Detta är ”karaktärens röst”. Personligheten hatar samvetet och antingen ignorerar det eller försöker förvandla det till en massa ”borden och måsten”. Det är därför världen, som är full av personligheter, är *full* av ”borden och måsten”.

Samvetet är din karaktärs försiktiga viskning om vad du behöver. Det kan säga dig att du behöver motionera mer eller att du borde låta din mamma veta att du älskar henne, att du måste släppa din bitterhet gentemot någon som sårat dig, att du måste sluta röka, att du måste ge bort mer pengar, att du måste slå av din jävla dator eller att du måste göra slut med din pojkvän... Den kanske säger dig något just nu, men medan personligheten skriker viskar karaktären. Så länge personligheten lever kommer det den säger dränka dina pålitliga instinkter, vilket betyder att du inte når någon *insikt*.

Det fungerar en kortare tid. Så småningom förvandlas samvete till smärta. **Smärtan är ett budskap från din karaktär att du måste ändra kurs.** Eftersom smärta är instruktiv kommer personligheten att till varje pris försöka undvika den. Personligheten kommer att dränka smärtan – obekvämheter, pinsamhet, leda, bakfylla och abstinens – på alla sätt den kan. Den kommer att hitta på alla möjliga ursäkter, kasta sig huvudstupa in i ”nöjen”, bedöva sig själv med droger, förlora sig själv i ambitiöst arbete – tills den blir galen.

Vad säger dig *din* smärta att göra? Det kan vara att du inte kan göra någonting, att du bara måste acceptera och känna smärtan (känner du?); då kan den inte ta sig in i ditt huvud och göra dig olycklig. Eller den kan säga åt dig att agera, att göra något, att sansat prata med någon som sårar dig, eller att lämna en dålig situation, eller att ge din gamla farsa en kram och säga att du älskar honom, eller att ta ansvar för dina problem istället för att skylla på andra eller förlita dig på droger och andra kryckor. Vem vet – bara du. Frågan är om du är man eller kvinna nog att göra vad ditt samvete säger dig?

Se upp med det *världen* kallar ”samvete” bara. Det är antingen en *rädsla att vara annorlunda* – än din familj, dina vänner eller samhället – som kommer att omvandla rädslan till ”samvete” och intala dig att du måste vara precis som dem. Eller så är det personlighetens rädsla för att *åka dit*, att bli avslöjad som fåfäng, dum, grym eller självisk, eller över förhoppningen att *få någonting*, göra gott för andra på grund av att de är mäktiga, vackra eller rika, eller för att ”du” vill vara omtyckt. Verkligt samvete vill hjälpa eller skäms över att ha gjort något dumt, inte utifrån ett behov av att tillhöra en grupp eller utifrån kallt kalkylerande, utan på grund av en djup känsla att jag *är* den människa som jag ser i nöd eller har felat. Det är ingen logisk känsla, men **inget som verkligen är gott är egentligen logiskt.**

VÄRLDEN

Världen är ett dårhus. Den är långt mycket tokigare än du tror. Inget av det som sagts hittills hörs i världen, inte heller det som följer. Försök uttrycka någon av dessa idéer i skolan eller på jobbet. Du kommer att vara utstött inom några minuter.

Världen – civilisationen – skapades ursprungligen för att skydda och utvidga personligheten.

För tiotusen år sedan tog personligheten över karaktären och har spridit sig allt sedan dess, förnekandes, kontrollerandes eller utrotandes allt som den inte kan greppa, kontrollera eller förstå. Orörd natur, verkliga kvinnor, oskuldsfulla barn, ur-folk, storslagen konst, riktiga äventyr och sanning – i tiotusen år har personligheten gett sig fan på att underkuva och förstöra allihop.

Världen kommer inte att ge dig någonting. Allt den erbjuder är en illusion. De enda saker som betyder något i livet – umgås med vänner, att vara kär, vara fri att göra vad du vill, njuta av naturen, skapa vackra ting och ta hand om varandra – är inte givna av världen. De har ingenting att göra med världslig framgång eller några av leksakerna världen erbjuder.

Världen menar att dyra semestrar gör dig avkopplad, dyra mediciner gör dig frisk, dyr utbildning gör dig intelligent, dyra kläder får dig att se bättre ut, dyra leksaker underhåller dig och att dyra hus håller dig säker. Tror du på världen? Om du gör det får du den hårda vägen komma på att det hela är en illusion.

Vid det laget du har offrat hela ditt liv för att uppnå den framgång du nu vill nå i denna värld, är det för sent. Ditt liv har passerat. Du kan observera detta i olyckan och bitterheten som så många framgångsrika människor bär på. Läs en sanningsenlig biografi om en framgångsrik person: det genomgående temat, efter att den första kicken passerat, är misär, misär och åter misär.

Anledningen till all denna olycka är att **världen bara belönar konformitet och personlighet.** Det betyder att du måste leva som alla andra och se ut som att du är nöjd med det. Om du lever som alla andra och *inte* ser lycklig ut, blir de irriterade, därför att du påminner dem om hur olyckliga de själva är. Om du lever annorlunda än alla andra och *faktiskt* är lycklig kommer de vilja döda dig.

Folk älskar karaktär, och älskar att se den men det är alltid bara personligheten som belönas. Belöningen är status. Du får status genom att kopiera andra, lyda andra och kapa kontakten med ditt naturliga jag, vilket är anledningen till att framgångsrika människor så gott som alltid är de mest lydiga, minst originella och mest onaturliga i världen.

Karaktären är för generös, för oförutsägbar, för konstig, för subtil och nydanande för att nå stor framgång i världen. Några få fantastiska karaktärer når inflytelserika positioner men deras briljans falnar snabbt, och deras barn är praktiskt taget icke-existerande.

De mest framgångsrika i världen kallas för *rika*. Rika människor är väldigt bra på låtsas vara snälla. De är ofta de mest oförargliga och behagliga människorna i världen – *för att de kan kosta på sig att vara det*. Det betyder att de kan få andra att göra sitt smutsiga arbete, eller kan köpa sig ur svårigheter. Fattiga måste hantera sina problem själva.

Rika som är ”snälla” är väldigt ofta en *uppvisning* av karaktär. Men de rika är egentligen bara personlighet. *Din* personlighet kommer inte att märka skillnaden, varför du kommer att finna dig starstruck, imponerad, till och med fjäskig inför rikedom eller makt... tills du faktiskt spenderar tid med människorna du avundas, då du vanligen inser att de är dumma, taskiga och okänsliga.

Rika åker på dyra semestrar, tar dyra mediciner, går på dyra skolor, kör dyra bilar, bär dyra kläder, köper dyra leksaker och bor i dyra hus... och är ändå de mest spända, sjuka, dumma,

fula, uttråkade (tråkiga) och osäkra människorna på jorden. Halva anledningen till att de hatar fattiga (och det gör de, fast de försöker dölja det) är att fattiga utan pengar ändå kan vara mer avslappnade, friska, intelligenta, vackra, intressanta, trygga och generösa.

Kan vara, men inte så värst ofta. Fattiga, okända, lågstatusmänniskor är oftast lika korrupta, själviska och tröga som rikt folk – men på ett monstruöst, uppenbart och *högljutt* sätt. Och *väldigt* sällan finner du en rik människa som är genuint god, generös, öppen hjärtig och praktisk (fast till och med då någon som antagligen varit fattig en gång). Hursomhelst, även om du kanske sover bättre med rika grannar, **om du vill ha sunt förnuft, generös hjälp eller mänskligheten i sitt esse så vänd dig till fattigt folk.** Bara de har det.

Har du insett hur galen världen är än? Det kommer du. Ingen är riktigt lycklig, miljarder svälter, jordens natur dör... det är förskräckligt. Och ändå: det accepteras i princip av alla! Ingen revolterar, och när man gör det är det för att göra världen bekvämare. Varför? Varför anpassar sig så många i grunden helt enkelt till världen? Du behöver inte leta länge för svaret på det. Kolla bara runt på vad alla håller på med. Glor på flimrande ljus i nedsläckta rum, konsumerar väldiga mängder av droger, tvingar sig själva att vara lyckliga, jagar efter saker som får dem att känna sig speciella ett tag, exponerar sina liv för osynliga auktoriteter, suger överallt i sig budskap som säger dem att de är under hot, att de är värdelösa, att de är sjuka och lyder de mest puckade människorna på planeten – chefer och ägare. Vad kallar vi normalt den här sortens aktivitet? Det kallas *hjärntvätt*. Därför revolterar ingen.

Fastän det går mycket djupare än så. Innan världen hjärntvättar dig så *domesticerar* den dig, förvandlar dig till en hjälplös, beroende valpperson oförmögen att livnära dig själv, läka dig själv, underhålla eller ta hand om dig själv utan dess produkter, maskiner och specialister. Den fördunklar dina sinnen och gör dig ohyfsad och förutsägbar och suger din vilda frihetslängtan ur dig. Och *sen* blir du hjärntvättad av världen att tro du är fri och lycklig – eller om inte, att det inte har med världen att göra (det är ditt fel) och att du ingenting kan göra åt det (du är inte ansvarig).

Låter allt detta pessimistiskt? Deprimerande? Det är för att jag talar om *världen* – och således finner personligheten, vilken är världen i dig, det mörkt, ödsligt och negativt. Din extraordinära karaktär, vilken är *jorden* i dig, finner faktiskt den här sortens kritik inspirerande och frigörande. Plötsligt kan den se en väg framåt, ut ur hjärntvätten, ut ur skrällen och ut ur världen; och *in* i något verkligt gott. Detta gäller även...

KOLLAPS

Det finns tre syften med civilisationen: 1) att mätta den oändliga makthungern hos personligheterna som styr den 2) att tillfredsställa skuldekonominns ändlösa krav som de styrande baserar sin makt på och 3) att stilla den oupphörliga rädslan hos de vanliga personligheterna som mäktiga personligheter regerar över. Allt det här innebär att civilisationer (Mesopotamien, Rom, Maya etcetera) är förbundna till oändlig *exponentiell* tillväxt. De utnyttjar och utarmar naturen omkring dem tills civilisationen själv kollapsar. Civilisationer förstör också den naturliga karaktären – känsligheten, kärleken, generositeten, modet och kamratskapen mellan vanligt folk, alla ett hot mot civiliserade maktstrukturer. När karaktären dör så ser eller bryr sig ingen om vad som egentligen händer och därmed försvinner även vår makt att göra motstånd.

Vår är den första globala civilisationen. Den mänskliga världen omfattar nu hela jorden som den är beroende av, kväver och utmattar den. Vi står nu, som du kanske märkt, på randen till kollaps. Det är bara väldigt, *väldigt* lite tid kvar och inget, men *inget*, kan göras för att hindra den. För att hindra kollapsen måste vi sluta använda alla fossila bränslen, alla petrokemiska produkter (plast, gödningsmedel, bilar), all matimport, sluta bryta sällsynta jordartsmetaller, på ett meningsfullt sätt återinföra den vilda naturen och ”skala ner” ekonomin till medeltidsnivå ungefär – över hela världen, och inte bara på en gång utan *för tjugo eller trettio år sen*.

Tro inte på någon som hävdar motsatsen. Det är en fantasi. Se (bortom nyheterna) till vad som *verkligen* sker med jordens permafrost, med världshaven, med regnskogarna, med insekterna eller jordmånen. Den fullständiga förstörelsen döljs av vanliga nyhetsmedier (och är dold för den vanliga stadsbon) men finns där att finna om du vill. En massiv utplåning är väldigt, *väldigt* nära. Inom din livstid. **Civilisationen är nära kollaps och så gott som allt och alla kommer att dö.**

Detta är skrämmande men det är sanningen, och om du inser sanningen helt och hållet så kan du befria dig från rädslan för den. Det gäller för alla rädsor – de får sin kraft från förnekelse; från personligheten. Som vi sett så vägrar personligheten inse sanningen vilket också betyder, som vi kommer att se, att den vägrar att möta döden. Personligheten tror alltid att det finns ”hopp”, att det finns ”tid”.

Det finns inget hopp och tiden är ute.

Jag vet inte om du fått uppleva hur någon du älskar långsamt dör, men det som ofta händer är att allt är optimism för ett tag; det vill säga förnekelse. ”Du blir snart bättre!” säger vi och sätter vårt hopp till löftet om läkarna och deras mediciner och till uppmuntrande ord från vänner. Eller så vet vi säkert att döden är på väg men låtsas inte om det. Vi ser eller pratar inte om den; det vore ”deprimerande” eller ”för mycket att bära”. Men i slutet kan vi inte, om vi har tur, undvika verkligheten längre och vi möter döden. Vi inser att ”ja, de dör” – och vi säger det till dem och möter den tillsammans. Då sker någonting alldeles särskilt. En ny förståelse för vår kärlek uppstår, en ny sorts medvetande och kommunikation. Vi inser fantastiska saker; enkla men otroliga – och otroligt ömma. Vi får känslan att döden är naturlig och att det naturliga är övernaturligt. Eller om inte så känner vi en konstigt hjärtskärande tillförsikt i dess riktighet, eller i framtiden; trots den hemska sorgen och förlusten att – fantastiskt och otroligt – allt kommer ordna sig; betydande att – fantastiskt och otroligt – ingenting egentligen går förlorat här. Det är så det är och måste vara, som nu när världen dör.

Det betyder inte att det rätta är att lägga sig ner och låta världen vinna. Du är naturen, och så som naturen gör uppror mot världens fängelse gör även det naturliga i dig. Den mest lågmälda fatalism som vissa ”medelklass-doomers” rekommenderar är faktiskt ett förnekande av den inre naturen, ner till dess djupaste rötter, och därför också en inre död.

Personligheten vill ha en framtid, en karriär, säkerhet, nöjen, vill ha en *värld*. Det är slut nu. Inse det och låt ditt liv och värderingar ändras genom insikten. Det är bara för att du inte kan acceptera det, för att du insisterar på att se problemet med en kollapsande värld *genom* din personlighet som du är förlamad av förnekelse, fruktan, bedrövelse och förtvivlan. Karaktären känner definitivt sorg och enorm, isande oro men den har också väntat på denna kollaps i millennium. Mitt i allt kaos som väntar *finns* det nånting bra. Men först kommer...

SKOLAN

När du når skolåldern så har en stor del av det hårda jobbet att krossa din originella natur redan gjorts, men det är en hyfsad bit kvar. **Skolan är designad att bryta ner alla dina naturliga instinkter** – att komma och gå som du vill, att göra som du vill, att leka fritt (särskilt i det utforskade), att dela och ge bort. Du kan inte stå upp när du vill i skolan, inte gå på toan utan lov, är ständigt bevakad, bedömd, betygsatt. Har du någonsin tänkt på hur tokigt allt detta är?

Meningen med skolan är *inte* att utbilda dig utan att göra dig dum. Vitsen med skolgången är att separera barn från vuxna i tjugo år och förhindra dem att lära sig något av värde tills de börjar jobba. Poängen med skolan är att du ska skuldsätta dig så att du måste skaffa ett jobb. Skolan föresätter sig att övertyga dig om att du inte går att lita på; att du behöver en lärare, en läroplan och en skola för att kunna leva och lära. Det dröjer inte länge förrän du är övertygad, förrän du ”gillar skolan”.

En *vettig* anledning till att vissa gillar skolan är att den är bättre än deras hemmiljö. Det är ungefär som att säga att du gillar en komfortabel, ordnad fängelsemiljö för att den skyddar dig från ett slagfält.

En annan anledning till att vissa gillar skolan är att de får vänner där. Världen drar nytta av det, av din kärlek till dina kompisar och identifierar detta ”vi” med skolans ”vi”. Arbetslivet gör det också. Ta till exempel krigsmakten, män och kvinnor åker utomlands för att mörda andra män och kvinnor. Det är sinnessjukt och hemskt – men de älskar sina vänner och denna kärlek kapas av krigsmakten som rättfärdigande. Soldater säger inte ”jag dödar folk för att min regering vill ha oljan under deras fötter”, de säger ”jag dödar folk för att skydda mina kompisar”.

En annan anledning att vissa gillar skolan är att de tycker om att lära sig. De förstår inte hur lite lärande det egentligen pågår i skolan och hur mycket de kunde lära sig om de *gjorde* saker istället för att bara mata in idéer i huvudet, eller hur mycket de kunde lära sig om de fick välja sina egna lärare, eller om de verkligen älskade det de gjorde. De *mest* intelligenta eleverna inser detta eller känner åtminstone frustration inför det.

Men vad skulle vi göra utan skolor?! Självklart skulle vi behöva ett annorlunda samhälle om de inte fanns, i vilket du kunde lära dig överallt som folk brukade göra. I ett pedagogiskt samhälle skulle du hjälpa till att bygga hus och fixa verktyg, hjälpa till i sjukhus och teatrar eller i orkestrar, bibliotek och laboratorier. Ja, det skulle du – varför inte? Finns ingen bra anledning till att inte göra det.

En annan anledning till att du kämpar på i skolan är konkurrens, fast de allra flesta uppskattar den inte särskilt mycket därför att de allra flesta, logiskt nog, inte är ”vinnare”. Obeveklig och aggressiv konkurrens om ett litet antal prestigefyllda universitets- eller högskoleplatser, och ett ännu mindre antal välbetalda eller tillfredsställande jobb håller studenterna i schack, får dem att kämpa uppför berget av idiotisk ansträngning som skolan kräver.

Kom ihåg att skolor och universitet är separerade från samhället. Under hela din ungdom gör du *inget nyttigt* för världen. Du hjälper inte till att odla mat eller laga cyklar eller ta hand om ödlor (eller vad du nu älskar att göra), du lär ingen annan (vilket du är fullt kapabel att göra – äldre barn är jätteduktiga på att lära yngre), du tillbringar ingen tid på intressanta platser där

viktiga saker händer och – värst av allt (fast du kanske inte ser det så) – du tillbringar ingen tid i naturen, lär dig att leva där, göra eld, dyka i sjöar, klättra i träd, sätta eld på saker. Allt det här innebär att när du väl tar studenten eller examen så kan du faktiskt ingenting, vilket spär på din omogenhet.

Men det är okej förstår du för ingen i världen *förväntar* sig faktiskt att du kan någonting. Allt världen vill ha är lydiga robotar som kan utföra en eller annan idiotsyssla utan att klaga.

Därför förstör skolan din karaktär, din intelligens och din förmåga att fungera i livet och tvingar dig in i ett tillstånd av slavligt beroende. Den student som verkligen är unik, intelligent och kapabel sållas bort långt innan han eller hon kommer någonstans i livet.

Skolan förstör karaktären och tunnar ut intelligensen genom att få dig att göra dumma saker. Antalet korkade saker du måste göra i skolan eller lyssna till från lärare är bortom vett och sans. Världen vill ha personer som kan sköta och leda andra människor och maskiner (de kallas därför "utbildade"), men mest av allt vill den ha lydiga personer som gör dumma saker, vilket betyder att de måste sägas åt att göra och acceptera allt detta dumma strunt. De som vägrar att utföra dumheterna ratas av systemet. Du får klaga men du *kan inte* vägra. Så småningom tänker du inte på att du gör all denna dumma skit. "Sånt är livet", kommer du säga.

Att förslava och tillintetgöra din karaktär är den absolut viktigaste delen av skolgången, därefter att fylla ditt huvud med lögnar – om arbete, kön, kärlek, sex, död och allt annat som vi synar här. Samma sak gäller "massmedia" - tidningar, filmer och tv-program – på vilka de flesta vanliga människor bygger sina åsikter. Utbildade professionella bygger sina åsikter på ett fåtal smarta böcker och sina lärares åsikter, utbildade bygger sina på skvallerpress och tv-program. Men de är alla världens lögnar, designade för att skydda världen från sanningen.

Låt oss titta lite mer på sanningen. Lagg märke till att allt som du snart läser är motsatsen till vad du fått höra i skolan eller ser på teve.

JOB

Om du gillade skolans många dumheter, och att ljuga en massa, käfta och gå bakom ryggen eller rövslicka dig till toppen av din klass eller vilken grupp du nu tillhörde, eller att offra det bästa av dig själv och ditt liv för att få en totalt abstrakt belöning eller bit papper eller betyg...OMG du kommer *älska* att jobba! Du kommer sannerligen vara väl förberedd på det i alla fall. Inget av det du lärde dig på dina kurser kommer att vara till *någon som helst* nytta, men allt du lärde dig – och var tvungen att bli – för att lyckas i skolan är samma saker som sen får dig att lyckas i arbetslivet.

För att sammanfatta: För att lyckas i skolan måste du undertrycka dina naturliga instinkter, låta din initiativförmåga krossas, kämpa dig till toppen av högen, lyda de outtalade reglerna, fokusera superintensivt på ett fåtal abstrakta uppgifter som inte har någonting med livet att göra och du måste göra massor av puckade och åter puckade saker. Det är även så här du lyckas i jobbet.

Jobb är livets misär. Alla utom ett fåtal är olyckliga på jobbet. Titta nu på sakerna omkring dig i ditt rum. Vem byggde dem? Vem högg ner träden till plankorna? Vem bröt järnet, zinken

och kopparen till datorerna, högtalarna och kablarna? Vem hällde plasten i formar eller satte ihop delarna i leksakerna, sopkärlen och behållarna? Vem skördade bomullen eller vävde tygerna till kläderna, sänglinnet och mattorna? Svaret är de flesta av de jobbande människorna på jorden. Tror du att de var glada när de gjorde dem?

Och hur är det med alla runtomkring dig som ger service eller får betalt för att ta hand om världen; affärsbiträdena, lärarna, taxiförarna, de som jobbar på callcenters, städarna, sopåkarna, sjuksköterskorna. Hur är det med dem? Är de lyckliga på jobbet? Verkligen glädjefyllda? Eller är de stressade och frustrerade – allt dolt med ett ”hur kan jag hjälpa dig-leende”? Som bäst är de flesta lite uttråkade men tar sig igenom tack vare bra arbetskamrater. ”Äh. Det är okej”, säger de. ”Man ska inte klaga!”

Men det kan de fanimej, och gör det också. Det som skänker störst tröst i arbetet och världen i stort faktiskt, är att klaga. Alla gör det hela tiden, överallt. Det är en sorts universell drog. Prata om vadsomhelst med i princip vemsomhelst och inom en kvart så gnälls det friskt.

De enda som trivs på jobbet (förutom de halvdöda drönare som accepterar sin lott) är de i toppen av pyramiden; naturfilmsfotografer, de välrenommerade journalisterna, modedesigners och antikhandlare, politikerna, konsulterna, de hyllade författarna och filmstjärnorna. Hur många av de här jobben tror du är tillgängliga i jämförelse med hur många som hoppas att få dem? Om du inte är rik har du större chans att bli träffad av en guldasteroid än att få ett av dessa jobb – och till och med om du lyckas inser du snart att de inte är så glamorösa. Du kommer finna samma småaktighet, käftande och kompromissande som överallt annars i världen.

Slår detta dig som rätt och riktigt? Låter det rätt att nästan ingen verkligen är tillåten att njuta av det de gör? Ingenting är ju egentligen smärtsamt med att tillverka stolar, köra bilar, odla grönsaker, laga tvättmaskiner – faktum är att dessa saker kan vara *otroligt* tillfredsställande – till och med att servera folk på restaurang och sopa gator kan vara trevligt – och ändå är dessa sysslor *vedervärdiga* för de miljoner och åter miljoner människor som utför dem. *Varför?* Varför hatar eller känner sig så många nedtryckta av sina jobb?

Svaret är givetvis *pengar*, eller snarare *profit*. **Jobb finns inte för att hjälpa oss leva utan för att hjälpa de som kontrollerar jobben tjäna pengar.** På grund av detta tas allt som är tillfredsställande med att jobba bort – för det är inte lönsamt. Det är inte lönsamt att ta god tid på sig, att vara verkligt generös, att få göra som man vill, att jobba småskaligt, att ta hand om naturen, att laga saker själv eller bara älska varandra. Finns inga pengar i nåt av det.

De som kontrollerar arbetet är nu oändligt rika (och tjänstemännen som serverar dem väldigt rika). Ett av syftena med världen – det vi kallar systemet – är att *hålla* dessa personer rika och mäktiga. Alla dess lagar och de flesta av dess idéer finns till för att få det förskräckliga arbetslivet att verka normalt och riktigt.

Försök säga till folk inte att du inte vill jobba – vilket såklart bara är ren lathet – utan att du inte vill jobba *i världen*. De kommer att skratta åt dig, kalla dig galen eller börja oroa sig. Om tillräckligt många börjar tänka så här kommer de som kontrollerar världen att straffa dem *allvarligt*, till och med döda dem. Så här är det för att kontinuerliga, tanklösa sysslor i världens tjänst i grunden är en *religion*, och religiösa människor reagerar så på hädelse.

Dina föräldrar skulle bli väldigt oroliga om du sa att du inte vill jobba i världen; och ändå är

det du verkligen menar att du inte vill driva dig själv till vansinne, utföra en meningslös uppgift för att göra någon annan väldigt rik i hopp om att en dag få ge mer order än du tar, i en värld som står på randen till fullständig katastrofal kollaps.

Men vad kan man då göra? Det är inte lätt att utan kvalifikationer sticka iväg och ta hand om lamor, odla mirakulösa morötter eller vad ditt hjärta nu önskar (när du fattat vad du vill efter experimenterandet jag nämnt ovan). Många saker som är värda att göra – som stärker din karaktär – betalar sig inte. **Världen är ointresserad av ditt hjärtas önskningar** och lär inte belöna dem.

Detta är särskilt sant för det konstnärliga. Om du vill bli en fantastisk konditor eller vävare, eller något annat sånt praktiskt, så är det väldigt tufft men du kan ändå börja tjäna en slant på det ganska så snart. Om du vill bli en stor författare, skådespelare, artist, dansare, komiker, filosof eller musiker – en *fantastisk* alltså – så väntar dig många hundår innan du fulländat ditt hantverk. Det är därför bara rikt folk lyckas inom detta nu för tiden. De knallar rakt in i ett fint konstnärligt jobb, utan vare sig förmåga eller karaktär, och producerar förskräcklig konst. Eller, lite lägre ner på stegen, så spenderar de sina liv på institutioner och skaffar sig kreativa meriter, klättrar uppåt i den kreativa sektorns hierarkier som belönar medelmåttighet och tittar sen ner på de som har levt osäkra liv för att bemästra sitt hantverk och behandlar dem, i bästa fall, som underhållande barn.

Men hursomhelst, vad kan man göra? Hur ska du leva och lära dig att göra det du älskar – praktiskt och kreativt? Bryt mot lagen, tigg, ta deltids- eller tillfälliga jobb, fuska dig till jobb eller examina, utnyttja systemet eller spela till och med hederlig ett tag... Jag kan inte ge specifika råd i det men essensen är denna. Gör *vad som än krävs* för att följa din magkänsla att experimentera och tillåta din magkänsla att hitta det den verkligen älskar och gör det, gör allt i din makt för att göra det. Du måste bita i det sura äpplet och göra grymma världsliga jobb ibland, du måste smutsa ner händerna och ta din andel skit men om du ger efter för arbetslivet, så dör ditt finare jag...

Låt oss tala lite om det där hjärtat...

KÄRLEK

Kärlek är inte en emotion. Kärlek kan vara en upplevelse eller en känsla, men är inte en emotion. [Öa: *I svenskan används oftast ordet känsla för att beteckna båda begreppen medan engelskan frekvent använder (och liksom svenskan förväxlar) båda*] Du kan kalla den för en emotion om du vill men den är helt olik ångest, depression, upphetsning, leda, ilska, rädsla, skräck och hjälplöshet – smärtan hos personligheten som kurar i magtrakten, sitter på bröstet eller i hjärtat, gör nacken stel och greppar tag i bakhuvudet. Här ska vi (oavsett vad ordboken säger) kalla den för emotion så att vi kan se skillnaden.

Emotionen är en parasit, en del av den parasitiska personligheten vilken livnär sig på din närvaro, energi och godhet. Emotioner kallar sig själva ”jag” och sen skyddar ”du” (ditt fejk-du) dem, tokigt nog. ”Du” ursäktar dina emotioner, ”du” skyller dem på andra och olika saker och ”du” njuter i hemlighet av dem. Hela tiden lider något djupare medvetande, viskandes ”det är *inte* jag”.

Emotionen, personlighetens bränsle, har bara tre grundlägen: överexalterad (uppåt), uttråkad

(kall) och olycklig (nere; deprimerad, ängslig, rädd, miserabel, etc., etc.). När emotionen är uttråkad letar den efter spänning och blir uppåt. Sen blir den nere igen och kommer att leta efter nya problem. Så småningom, när uppåt-nere-processen är uttömd, blir den kall, stängd och uttråkad igen.

Personligheten kommer att vägra se denna process för vad den är. Den vägrar inse att efter den varit uppåt (upphetsning över ett dataspel kanske, eller över att vinna, eller onani) blir den, efter ett par timmar eller dagar, nere igen. Personligheten förklarar uppåt-perioder och nere-perioder som "naturliga" och säger att något annat sätt att leva på vore tråkigt (fast leda är dess egna standardläge). Uppåt och nere är normala, men de är inte naturliga. Ditt naturliga tillstånd är inte tråkigt utan högst levande.

Förståndet är nästan helt kraftlöst inför emotioner. När du känner dig orolig eller deprimerad gör inga ord du eller någon annan försöker intala dig någon större skillnad. Alla lagar, alla råd, alla "borden", all självhjälp, allt är helt värdelöst. Emotionen förvränger det till något den kan ignorera eller förkasta. Det enda som funkar med emotioner är *acceptans* (att känna det) och *handling* (att göra något åt saken).

Emotioner är oförlåtliga. Ja, dina föräldrar och världen har satt dem i dig, konditionerat dig att bli dum och full av rädsla, okänslig, omogen och självisk – ja, det är i stor utsträckning världens fel, och det är viktigt att kunna se det – men slutligen är parasiten *din* parasit, och bara *du* kan bli kvitt den; och bara genom att ta ansvar för den.

Att ta ansvar för dina emotioner är svårt. Jag ska visa dig hur svårt: **Du har ingen rätt att vara olycklig.** Någonsin. Är du beredd att acceptera det? Den parasitiska personligheten tål inte att höra detta. Den kan inte överleva denna sanning för den behöver *rättfärdigande* för sin olycka, och den behöver ett gömställe. "Okej", säger den, "jag ska inte vara sur *då*, men jag har rätt att vara sur *nu*".

Gillar du sura personer? Gillar du att umgås med såna? Inte? Men när du är på dåligt humör förväntar du dig ändå att andra ska ta det och acceptera dina dåliga ursäkter.

Kärlek är en upplevelse eller känsla. Vad är en upplevelse eller känsla? Om du beger dig till ett ställe med orörd natur, en gammelskog till exempel, eller en remsa orörd strand, tar ett djupt andetag och låter dig själv bli varse stämningen i nuet, dess särskilda kvalitet, ton, atmosfär, så inser du att det är *fullkomligt* unikt, *fullkomligt* speciellt, men inte en emotion. En skog i gryningen under ett lätt novemberregn har en helt annan kvalitet än en skog på en blåsig vårdag – fast den rastlösa personligheten kan inte se skillnaden (den *hatar* naturen). Att genomgå dagens unikheter är en intensiv och ljuvlig upplevelse eller subtil men ändå kraftfull känsla. Det är så här kärlek känns. Intensiv, subtil och ljuvlig.

Men det extraordinära med kärlek är att den inte *bara* är en upplevelse eller känsla. Det finns någonting *bakom allting* som också är kärlek. Vad är detta "bakom allting"? Faktiskt är det för fantastiskt för att kläs i ord. Alla ord som används för att beskriva det fångas omedelbart upp av personligheten och basuneras ut. Detta får det att låta töntigt, knäppt eller bara helt fel.

Så om jag inte kan beskriva detta "bakom allting" vad kan jag säga om det? Inget – det är bokstavligen obeskrivbart. Det betyder inte att det inte kan kläs i ord på *något* sätt, bara inte bokstavligen. Man kan, till exempel, säga vad kärlek *inte* är. Vi har förstått att kärlek inte är en emotion. Vi har också förstått att den inte är gillande eller ogillande. Och vi har också

insett att den inte är en tanke eller ett tänkande. Alla dessa saker kommer och går. Om du någonsin hör någon säga att kärleken är smärtsam är detta anledningen – de har misstagit något som kommer och går för något som aldrig kommer och går. Så småningom när det som är imitationen har blivit upptäckt och avfärdad, består kärleken.

En annan sak som kan sägas om kärlek är att använda ord som ”pekar” på upplevelsen av var den finns, vilket betyder i detta här och nu. Känner du kärleken nu i din *magtrakt*? (inte i hjärtat, det är inte där kärlek startar). Ser du kärleken vibrera omkring dig, i de superintensiva sakerna i rummet och rymden mellan dem? Antagligen inte. Du känner dig *antagligen* som det folk kallar ”normal”, något orolig, lätt uttråkad, aningen stel, smått upphetsad och lite död. När man säger ”det där är solen” eller ”det här är ett träd” eller ”du är min vän” använder man ord, vilka vi alla förstår – men vad är *faktiskt* solen? Vad är *faktiskt* trädet? Vem är din vän *bakom allt* som du vet om honom eller henne?

Den fantastiska sanningen är att *ingen egentligen vet vad någonting är*. Allt de vet är namn. Solens, trädets, din väns och alltings verklighet är ett mysterium. Detta betyder inte att de är utom räckhåll för dig, att du aldrig kan uppleva dem. Det betyder att ditt förstånd och dina emotioner aldrig kan känna dem, och att du måste lära dig se igenom förståndet och emotionerna för att förnimma den sinnesutvidgande reella naturen hos saker som de är.

Oroa dig inte om allt detta låter fånigt eller förvirrande eller fördunklande. Det kommer att klarna vad det lider; ha bara i åtanke idén att det är personligheten som är förvirrad, personligheten som inte känner kärlek just nu, personligheten som flyr från kärleken in i tvivel, oro, nöjen, affärer och alla andra substitut den har uppfunnit.

Den huvudsakliga ersättningen för kärlek är;

SEX

Sex är personligheten som tänder på sig själv, på en reflektion av sig själv. Det är helt mentalt och emotionellt; vanligen mer mentalt för män som tänder på den fejkade idén av vad som händer, och vanligen mer emotionellt för kvinnor som tänder på den fejkade känslan av vad som händer.

Sex regerar världen. Det var mannens rastlösa sexmani, hans vilja att fylla varje livmoder i världen, att knulla och knulla och knulla, som ursprungligen organiserade samhället och som formade det till den fruktansvärt våldsamma plats vi nu ser omkring oss. Det var så vissa män fick makten att ligga med fler kvinnor.

Organisationen av världen i ett antal krigsförande harem kallas ofta för ”patriarkat”. Detta ord är *väldigt* vilseledande och undviks helst därför att det ignorerar visdomen hos äldre män, och det ignorerar kvinnors *delaktighet*. Faktum är att sinnessjuka sexbesatta man-liknande kvinnor kan kontrollera samhället också, av liknande anledningar som sinnessjuka sexbesatta män, vilket är vad som nu börjar ske i världen.

Att älska är helt väsensskilt från sex. Som vanligt förstår inte personligheten skillnaden. Den tror ”att älska” är en tramsig, krävande, tråkig *sorts* sex, för att vissa tramsiga, krävande och tråkiga personer har kallat det så. Men så är det inte. Att älska är *radikalt* annorlunda sex.

Att älska innebär att *mannen fysiskt älskar* kvinnan. För att göra detta måste han först av allt träda ur sitt exalterade sinneslag som tänder på idén av vad som händer. Han måste se bortom kvinnans yta – fast han givetvis älskar den också – och känna den mystiska *kvalitet* som finns bakom den. Denna mystiska kvalitet är vad han egentligen älskar, som aldrig upphör fascinera i alla kvinnor han möter, från väldig unga till väldigt gamla.

Om mannen inte kan uppfatta kvinnans kvalitet och kapitulera inför den, helt och hållet ge upp sitt galna mansintellekt och sin rastlösa, behövande och aggressivt krävande personlighet, kommer han aldrig *någonsin* bli lycklig i ett förhållande. Han kommer alltid att bli uttråkad och alltid börja hata henne; ibland efter första gången han kommer i henne, ibland efter ett par månader eller år. Detta gör kvinnan deprimerad, emotionell, bitchig, totalt oresonabel och full av helvetiskt förakt.

Mannens personlighet säger ”Åååh, det gillar jag, gillar inte, jag gillar när hon ser ut så, men inte hennes lår, eller hennes ansikte i en viss vinkel, och jag önskar att hon var mer som...” Hans personlighet försöker kontrollera kvinnan, underkuva och lura henne i säng. Den manliga personligheten nedvärderar kvinnan, får henne att tvivla på sig själv, gör henne osäker. Hans personlighet flyr från kvinnan. Detta är helt skamligt; djävulskt egentligen.

Kvinnor plockar givetvis upp dessa trick också, men hennes personlighet är svagare än hans eftersom hon är mer känslig. Detta betyder paradoxalt nog att, för att undertrycka sin förkroppsligade feminina visdom kan hon till slut bli *mer* sinnessjuk, grym och blind än honom.

Det är också personligheten hos unga män som får dem att komma för tidigt, för att deras sexmani ständigt är uppumpad till explosionsgränsen och de inte kan lugna sig och återinträda sina sinnen. Och det är personligheten hos äldre män som gör dem impotenta, för den har dränerat dem på kärleksfull vitalitet och utan ungdomens knullbegär är de kukdöda.

Om du är kvinna och ligger med en man vars personlighet styr hans liv så kan du vänta dig smärta, hjärtesorg och misär. *Garanterat*. Har du upptäckt detta än? Det kommer du. Det finns två grundläggande manliga personligheter – skitstöveln och fegisen. Om du är kvinna och inte förstår skillnaden mellan personlighet och karaktär så kommer du spendera ditt liv pendlandes mellan de två, aldrig riktigt älskad och fyllande hålet där kärlek saknas med substitut.

Vanligen har man sex för att kvinnan underkastar sig mannens begär att ha sex. Ibland – och allt oftare i den moderna tiden – är det tvärtom eller på grund av ren och skär leda. Resultatet är alltid smärta. **Sex leder till smärta**; fast vid det laget du är vuxen är du ofta för okänslig för att egentligen känna den.

Det kan ibland verkligen klicka mellan vissa, de har sublimt eller extremt bra sex, kanske flyttar ihop eller till och med gifter sig. Men så, efter ett tag, blir mannen uttråkad, de har mindre sex och kommer sakta att dö inombords. Kvinnan kommer att lida akut, men vid det laget är deras personligheter så beroende av varandra att de inte kan göra slut. Du har mött par som dessa. Vänliga, vanliga, trevliga människor – som dör på insidan.

Du kan bara vara kär om du är hängiven att älska, att tillsammans bryta greppet personligheten har över era liv, att släppa gillande och ogillande och att älska trots det dina emotioner säger dig att du ”känner”.

Att älska innebär först av allt, när du träffat någon du är attraherad av, att *inte* älska under ett par månader. Då vet hon att han verkligen älskar att vara med henne och inte bara är ute efter sex. Hon kan inte tro på något han säger, för han säger *vadsomhelst* för att komma innanför trosorna på henne. Han är rätt genialisk på detta – och på ett sätt borde hon vara glad att han är det, för det *är* hans geni. Men hon ska vara väldigt försiktig. Hon ska aldrig älska om hon inte är helt säker på att det handlar om kärlek.

Att älska betyder att älska utan upphetsning, att vara närvarande och uppriktig. Mannen, så van vid porr och upphetsning kan finna det svårt att få stånd när han skriker till att älska. Kvinnan kan finna det oromantiskt, ospännande och få svårt att bli uppeggad. Det kan bli pinsamt. Dessa svårigheter är ”grindvakten”. Efter den finns paradiset.

Han njuter av hennes feminina kvalitet. Självklart njuter han av hennes särskilda karaktär också, men han måste se förbi den till den mystiska kvaliteten ”kvinnlighet” bakom allt. Detta är en förnimmelse, vilket betyder att han måste vara *förnimmande* – i sin kropp och inte sitt huvud – för att uppfatta det. Han älskar känslan av henne i hans händer, han älskar hennes doft, han bara älskar det hela! Hon håller honom närvarande, i sin kropp; för honom tillbaka om hon ser hans vilsna knullblick börja vandra.

Till en början är båda väldigt, *väldigt* stilla. Detta bryter ner personligheten vilken alltid är i rörelse, alltid tänker, alltid vill ha något mer. När de är tillräckligt närvarande tillsammans kan de göra vadsomhelst – vilka fänigheter eller animaliska passioner som helst är tillåtna – men återvänder alltid till stillheten. Detta kommer att frammana en njutning som kommer att slå dig med sin intensitet, orgasmer så sinnesstört intensiva, långa, många och härliga att du aldrig mer kan återgå till det gamla knullandet (eller töntigt ”älskande”).

Homosexuella kan inte älska på detta sätt. De kan vara kära tillsammans, lyckliga tillsammans till en viss grad, de kan till stor del tillfredsställa varandra och *kan* givetvis vara fantastiska människor. Men de *kan inte* älska på det sätt som jag talar om, vilket kräver motsatta polariteter. Detta är miraklet med att älska, två *olika* sorters medvetanden som upplever samma fysiska kärlek.

Nu för tiden är denna idé otroligt kränkande. Världen förnekar att såna polariteter existerar – världens religion, som alltid är skräckslagen inför det mystiska, säger att det inte finns något manligt eller kvinnligt, inte egentligen. Unga har absorberat detta och tror att det är sanningen och det är inte sanningen. Vilket gör dem väldigt olyckliga.

KÖN

Kvinnor föds mogna, män uppnår mognad. Fjortonåriga flickor saknar erfarenhet och kan vara väldigt fäniga, men i viktiga frågor är de mycket klokare – vilket betyder mer närvarande – än pojkar i samma ålder. Du har antagligen märkt hur otroligt omogna tonårskillar är jämfört med tonårstjejer? Pojkar måste uppnå mognad, eller visdom, eller närvaro, ett kall som tar åtminstone ett och ett halvt årtionde till.

Män, alla män, är totalt sexfixerade. Kvinnor är det inte – men de lär sig att bli. Världen lär kvinnorna att vara oroliga och behövande, att rastlöst fokusera på sex, att dra sig till det och onanera, att ligga runt och försöka tillfredsställa ordinära mäns löjligen begär. Inget av detta är naturligt för kvinnor. De är naturligt mogna och älskande och sensuella och lekfulla och

erotiskt passionerade – men kvinnor är *inte* naturligt lagda åt den sexgalenskap som män har. Sexfixering, fantasier, porrberoende, onani och så vidare är inte naturligt för män heller, men män är födda med en onaturlig komponent – ett ”något att göra” eller en *strävan* – vilket kvinnor inte är. Detta gör män mycket mer mottagliga för en sinnessjuk sexualitet; gör dem mer begärsfyllda och mer intresserade av pornografiska bilder. Det är också därför de spelar mer dataspel. Men återigen så ändrar sig kvinnorna nu i samma riktning. De använder datorer och skärmar så mycket att de *tror* de älskar dataspel. Det gör de inte, inte i närheten av hur mycket män gör det.

Världen lär kvinnan att sträva fast det inte faller sig naturligt för henne. Hon kan ha världsliga ambitioner och uppnå saker – även sånt som kräver hennes manliga sinne – men *driften* till detta är inte medfödd. Den är villkorad in i henne av världens sjuka manliga ambition. Kvinnans ”ambition” - om den kan kallas det – är att känna kärlekens magnifika hemligheter, naturens lycka, att vara fullkomligt fri, spontan, mystisk och kreativ. Hon måste vara detta i världen så klart, vi måste ju alla leva i den – men innerst inne vet hon att det finns något viktigare hon vill ha, och älskar, och hon behöver inte ge sig ut på en manlig upptäcktsresa för att finna det hos sig själv.

Jag pratar *inte* om bebisar, familj, vara hemmafru och så vidare (men inget fel i något av det – en fri värld i hemmet är i sanning något fint). Jag pratar om något mycket mer mystiskt, som ingen alls talar om och väldigt få kvinnor lever efter. Förhoppningsvis känner du en alldeles underbar, mystisk kvinna som lever det, då förstår du vad jag menar.

Hyperabstraktion, det vill säga konstant tänkande villkoras också in i kvinnan. Av naturen är hon inte en nörd, inte mental på samma sätt som män är, vilket är anledningen till att vetenskap och tekniska ämnen främst befolkas av män. Kvinnan är närvarande, förkroppsligad – och gläds åt det – men återigen, världen böjer och försöker förvandla kvinnan till en manlig dator vilket tar henne ur sin kropp och gör henne emotionell och olycklig.

Det är därför kvinnor ofta blir hemska chefer – för att nå framgång i den sinnessjuka manliga världen måste kvinnan bli en galen man, avskuren från sin fysiska instinkt, sin fantastiska generositet, spontanitet och kärleksfulla godhet. Mannen, mera okänslig, är bättre på att hantera den enorma pressen i sin fruktansvärda värld.

Den abstrakta tudelningen av mannen, vilken uppdagar sig i hans liv som ”något att göra” eller strävandet, distanserar honom från livet. Han tror hans kall i livet är att bli känd eller rik eller att få ett bra jobb. Men faktiskt är hans livsuppgift att läka, eller överbrygga tudelningen i sitt psyke och inse det kvinnor – åtminstone kvinnor vid sina sinnens fulla bruk – redan ”vet”.

Han läker sig själv och växer upp till man genom att älska kvinnan. Den abstrakta delen av honom är skräckslagen inför detta, därför att det innebär en sorts död, vilket är anledningen till att mannen är rädd för kvinnan – för det hon verkligen är. Han flyr från kvinnan in i jätteambitioner (arbetsnarkomani), hyperabstraktion (nörderi, onani, porr), andra kvinnor (promiskuitet) eller andra män (grabbgänget, homosexualitet). Mannen hanterar även sin rädsla för kvinnan genom att objektifiera och kontrollera henne, vilket kan leda till obscena våldsamheter. I allt detta är kvinnan medskyldig. Hon går med på eller rättfärdigar det, i honom och sig själv.

Mannen läker också genom att bemästra sitt hantverk, vilket visar sig vara konstigt likt att älska kvinnan, fast inte *lika* påfrestande.

Vad vill kvinnor ha av en man? Det borde nu vara uppenbart. **Kvinnor vill ha en man med karaktär och med närvaro**, vilken är källan till karaktär tillsammans med lättsamhet, kurage och det självbämstrande som krävs för att bringa karaktären till ytan. Det kvinnan vill ha är en kärleksfull man men på grund av att hon lärt sig att ”kärlek” betyder såsigt beroende, klängighet och annat slappt nonsens och på grund av att hon själv har blivit en rastlös sexuell man inser hon inte längre att det är kärlek hon vill ha, så hon nöjer sig med mindre; mycket, mycket mindre.

KAMRATER

Det finns ett annat, rätt förvånande substitut för kärlek förutom sex, som förstör din känslighet, intelligens och medvetna närvaro. Det är dina *kamrater* – dina kompisar i skolan och de i din ålder du hänger med. Under hela mänsklighetens historia och förhistoria ända tillbaka till tidernas begynnelse, förmedlades kulturen från föräldrar till barn, från äldre och klokare med mer erfarenhet. De senaste 10 åren har det upphört *helt*. Barn har helt slutat lyssna på vuxnas musik, slutat fångas av vuxnas historier, slutat lära sig eller anamma vuxnas sätt att tänka, tala och agera på. Nu lär sig unga sin kultur *helt och hållet* från andra unga (bortsett från de idiotiska lärdomarna i skolan som gör begränsat intryck). Detta formar en fullständig och enorm katastrof för dem och för världen.

Det här tog fart för femtio eller sextio år sen. Till en början vad det *delvis* bra eftersom barn förstår vissa saker bättre än vuxna, och de kunde dela detta i sin hemliga värld, låta det växa till nya former av uttryck och lösgöra sig från vissa av vuxenvärldens galenskaper. Men redan från början började denna ”ungdomskultur” skada unga också. När de började spendera mer och mer tid ifrån vuxna – först av allt i skolan, sen på klubbar och barer och sen i virtuella världar – tog de mer och mer skada. Det här betyder inte att det är något problem att ha vänner och att gå ut – givetvis inte. Men det betyder att om du får din kultur uteslutande via dina kamrater missar du tre saker som du behöver, utan vilka du blir väldigt olycklig. Dessa är kärlek, visdom (eller erfarenhet) och begränsningar.

Dina kamrater kommer aldrig älska dig som dina föräldrar gör. Alla föräldrar skadar sina barn – ibland hemskt mycket. Vi har tittat på hur ignoranta dina föräldrar är och hur tokig världen de skapat blivit. Men i de flesta fall älskar de dig förbehållslöst. Det gör inget om du kantar dig – du är älskad. Det är inte likadant med dina kamrater. De kommer inte att offra sig själva för dig, de kommer inte att hjälpa dig om de hamnar i dålig dager och de kommer sannerligen inte älska dig om du förkastar dem. Du kanske har tur nog att ha en eller två fina vänner – kanske – men du kan inte räkna med kamratgruppen som omger dem. Den kommer att bedra dig vid första bästa tillfälle, och skratta när du faller. Det här gör dig oerhört nervös.

Det andra stora problemet med att ta din kultur från dina kamrater är att de saknar erfarenhet. Återigen, vuxna kan vara oerhört korkade. Det de flesta förstår om frågor av grundläggande vikt får plats på ett vykort. Dessutom har vuxna, som vi sett, fått livet som du känner studsa runt i magen fullständigt stympat. De har mer att lära från dig i vissa vitala avseenden, som lekfullhet och till och med mod. Men vuxna har ändå årtal, årtionden – ibland nära ett århundrade mer erfarenhet än barn. Vad tror du det gör med ungdomar att helt ignorera den? Jag ska säga dig vad det gör – det gör dem dumma och rädda. Du kanske vet vad du känner

mycket bättre än vuxna vet. Du kanske till och med vet att det är möjligt att känna mer än vuxna gör. Och du vet *definitivt* vad du vill ha mer än dina föräldrar gör det. Men du vet inte vad du behöver. Inte lika bra som vuxna vet eller kan veta. Att inte lyssna på vuxna, inte lära sig av dem betyder att du inte verkligen vet hur du ska bete dig. Detta betyder inte ”dina föräldrar vet alltid vad som är bäst”. Det gör de antagligen inte; de har den förkastliga vanan att alltid rekommendera den *säkraste* vägen. Men det finns några vuxna där ute, inte allt för långt bort, som känner sanningen om ditt liv bättre än någon av dina kompisar gör.

Problemet är att det inte känns lika bra att be vuxna om råd, att söka din kultur hos vuxna, försöka lära av och till och med hänga med dem. Det känns mycket bättre att ta råd från kompisar, spendera all tid med dem, rikta all din uppmärksamhet mot dem. Ditt liv med dina kamrater kan vara en enda röra men du håller dig till den världen eftersom den känns trygg. Det känns tryggt att prata i timmar med dina kompisar, att kopiera dem, att vara lojal mot dem, att vara viktig för dem, att vara älskad och erkänd av dem. Vad du inte inser, fast det inte är något fel med att älska sina vänner, är att du faktiskt är beroende, rädd att bli utstött eller retad av dem. Du har lärt dig att *fullständigt* förneka en vuxenvärld som du istället borde älska och lära från, och det förnekandet har faktiskt ihjäl dig, och oss.

Den tredje saken du behöver men inte får av dina kamrater är begränsningar. Faktiskt är det inte du som behöver begränsning utan din personlighet. Lagar är dårskap men om personligheter kan göra som de vill övermannar de helt karaktären och medvetandet. Idag bryr sig många barn inte alls om begränsningar, vilket betyder att deras personligheter växer som cancer. Unga håller på att bli fullkomligt galna. Och med skämtet till skola, arbetslivets mardröm och civilisationens förestående kollaps verkar det inte finnas något som kan stoppa galenskapen.

Verkar inte, men det finns. Det är...

DÖDEN

Allting går sönder eller slits ut, alla situationer förändras och alla dör, inklusive du. Du kan förneka detta så mycket du vill, du kan gömma dig från det på alla sätt, men dödens sanning *kommer* hitta dig till slut. Livets mening är att förstå det innan dess.

Du finner döden genom att dö. Inte allt på en gång – det vore bokstavligen självmord – men genom att låta din personlighet dö. Vi har sett hur ditt samvete driver dig att hörsamma din karaktär; vad det betyder är att ditt samvete kontinuerligt föreslår dig att förinta din personlighet, bit för bit. Dina övertygelser, dina ägodelar, dina ambitioner, din prestige, din skönhet, dina rutiner, din finansiella makt. Ju mer intelligent du dör i denna bemärkelse ju mer ger du upp ditt falska jag, desto mer anar du en större och djupare sanning än din personlighet.

Vad är det som dör när folk dör? Är det deras karaktär? Innan du svarar ja, fråga dig detta. Hur känner du denna karaktär? Den finns inte i ditt förstånd – det ger dig bara fakta – och den finns inte i dina emotioner – de säger dig bara vad du vill ha eller inte, vad du gillar eller inte – och den finns inte ens i dina sinnen – de visar dig bara färger, ljud och lukter. I verkligheten – och som allt annat jag hävdar här, kontrollera själv om det är sant – så upplever du andras karaktär genom din karaktär, det vill säga i din upplevda kärlek för dem.

När du älskar någon på detta sätt genom att bara känna kärleken till dem, i magen, i ryggen

inuti din kropp, bakom emotionerna och utan tanke, då är du mirakulöst sammankopplad med dem. Det vetenskapliga förståndet protesterar och det religiösa sinnet försöker göra det till en sentimental idé, men verkligheten är att i denna subtila känsla av kärlek finns ingen separation – ni är tillsammans – och därför finns ingen död.

Väldigt ofta krävs just döden för att du ska begripa detta. Efter att någon du älskat dör får du en orubblig, extraordinär känsla av att de finns i din kärlek, eller att din kärlek finns hos dem, att de är här. Ibland. Eller så känner du bara i den lågmälda kärleken du har för dem, i magen, att den olidliga ledsamheten förvandlas till en uthärdlig sorg. Du kan se att **döden lockar fram det bästa i dig**.

Men vad du än tänker eller känner inför döden så är sanningen att detta är en värld av död. Vi gömmer oss alla för detta. Vi springer alla från döden. Ingen tittar verkligen på den någon längre stund. Se hur förvånade folk är när någon dör. Otroligt! Han dog! Se hur vi, som samhälle gömmer de dödas kroppar. Titta på hur skrämmande indirekt och obekvämt vi talar om och hanterar döden.

Möt döden. Möt dina älskades död. Tala om döden med dem. Möt din egen död. Lev som om du håller på att dö. Möt alltings död – allting du är fäst vid, till och med de subtilaste idéer, kommer att tas ifrån dig. Mycket bättre att släppa taget nu medan det inte är så smärtsamt, än att få det du är fäst vid bortslitet ur dina händer. Att befria sig eller släppa taget, det kallar vi också kärlek.

Klamrar du dig fast vid något? Någon hemsk smärta som du göder? Hyser agg mot någon du hatar eller skyller på? En dåraktig ambition? Är du beroende av dataspel, droger, uppmärksamhet eller mat? Är du fäst vid dina kamrater? Klamrar du dig fast vid din hemskt sorgliga historia eller din alldeles utmärkta ursäkt? Hur är det med din personlighet – alla dina gillar och ogillar – ganska hårt grepp du har om dem va? Eller du kanske till och med klamrar dig fast vid din kropp och *försöker* att leva?

Vad sägs om att släppa taget istället? Försök släppa dessa saker fria, få dem av ditt bröst. Det är ett sorts döende, och det otroliga resultatet är att kärleken består.

Ju mer du älskar desto lyckligare är du. Det låter självklart, men det som inte är självklart, åtminstone för personligheten, är hur mycket som finns att älska runt omkring dig, att vara tacksam för, att stilla vårda. Ju mer du tittar, lyssnar och känner efter kärlek desto mer framträder den.

Så småningom blir hela ditt liv ljuvligt.

ÄNGSLAN

All ängslan i världen ändrar ingenting. Inget som du oroar dig för är så illa som själva oron. Inget straff är så illa som rädslan för bestraffning. Vad var det som oroade dig för tre år sen? Borta nu! De värsta sakerna – alltså de svåraste och smärtsammaste – som händer dig i livet kommer nästan alla vara saker du *inte* oroade dig för. Se dina kompisar ängslas och oroas sig – du kan tydligt se att det inte finns någon anledning för det och säger det åt dem också. Men de kan inte sluta. Du kan inte sluta. Varför?

Oro är en sorts mental onani, ett beroende. Du vill sluta, du kanske till och med vet att det är helt meningslöst, att problemet löser sig självt när tiden är inne och att du om ett eller två år helt har glömt bort det som ännu en episod, men på nåt sätt vill hjärnan INTE hålla käft. Det du vägrar inse, eller intelligent hantera är att oron är en oförmåga att sluta tänka som drivs av den emotionellt rastlösa personligheten. Ta itu med den så försvinner oron.

All oro börjar i kroppen som ett *pyttelitet* grepp. Det stiger genom strupen upp i psyket där det fixerar sig vid ett problem. Emotionen *letar faktiskt efter problem* (särskilt i sin "neråtfas"). Den använder din intelligens för att finna problem att "livnära sig" på. Se ditt rastlösa intellekt återvända till något att gräma sig över – det kan vara något stort som en närståendes kritiska sjukdom eller nåt absurt litet, som ett lågt provresultat, oavsett problemet så kommer emotionen finna det och *fylla* ditt medvetande med det och likt en djävulsk parasit konsumera din medvetna kraft.

Det ängsliga intellektet delar sig i två - "rådgivaren" och "problemtagaren" - och argumenterar med sig självt. Eller så hittar det någon, en vän, som kan agera "rådgivaren". De två dividerar med varandra och genererar mer emotion, vilket får problemet att verka värre. Detta fortsätter och fortsätter tills problemet antingen är löst – då ett nytt problem *direkt* tar vid – eller tills du blir vansinnig och får panik över någon totalt superlöjlig grej. Du "vet" att det är löjligt men "du" kan inte hejda dig – därför att "du" är problemet.

Problemet är inte problemet. Problemet är emotionen i din kropp, det pyttelilla greppet som försöker att besitta din hjärna och kalla sig dig. Om du spenderar ditt liv med att tänka och oroa dig och önska och fokusera på saker utanför din kropp – som de flesta gör – kommer du inte upptäcka greppets tag eller hur du kan lösgöra det, och du hamnar till sist helt i orons våld. Det är omöjligt att sluta tänka och ta itu med oron om du är främmande för din kropps subtila signaler (känner du dem?). Ta dig in i din kropp så tystnar ditt huvud. Tillfredsställ ditt intellekt och inom fem minuter så kommer tvivel, fruktan och ängslig önskan.

Det här är anledningen till att du inte oroar dig när du arbetar (särskilt vid fysiskt arbete), när du är i naturen, när du älskar, när du tar en skön dusch efter en dags slit, när första tuggan mat når din hungriga mun, när du utövar sport och klättrar i berg. Det är också därför folk är helt besatta av att göra sånt, för att få hjärnan att hålla käft och komma in i sina kroppar. Men de kan egentligen äntra sina kroppar närsomhelst och skingra emotionen bara genom att känna den.

Emotionen hatar att upplevas medvetet (känner du?) och hatar handling. Agera direkt om du kan, annars känn emotionen. Sluta uppmuntra den; och gnäll inte över det – det göder den också. Inneslut den.

MINDFULNESS

Mindfulness betyder medveten närvaro, att känna kroppen och uppleva det närvarande nuet. Alla *tror* att de förstår mindfulness nu för tiden. Ordet hörs och finns överallt för att stat och bolag har upptäckt att stillhet och lycka hjälper arbetare att utan klagomål förslava sig själva.

Faktiskt är verklig mindfulness i första hand inte bara "stillhet och lycka". Den är behaglig, sansad och trygg ja, men också skrattretande dum, galet passionerad och explosivt kraftfull. Den är helt mystisk, unikt mänsklig inte bara idiotiskt uhhmm-ande. Denna sorts

”mindfulness” hittar inte in på yogaretreaten.

Mindfulness är i andra hand revolutionär. Den leder till *handling* – revolt, att säga upp sig, elda upp sitt hus, slicka din chefs panna, vara djupt stötande och leva med en superupplöst intensitet. Alla som påstår att de mediterar och inte riskerar att få sparken vet inte vad ordet betyder.

Och för det tredje är mindfulness *inte töntigt*. På detta sätt är den som ”kärlek” – ett annat ord förstört av överanvändning (”åh min gud, jag *älskar* din nya väska!, älskar dig raring!, massor av kärlek till dig, *självklart* älskar jag honom, ska få mig lite kärlek ikväll”, etc., osv., mm.). Töntighet är i princip brist på originalitet – gräddan av mänsklig mindfulness som blivit sur, hård och stinkande av känslolöshet. I själva verket är mindfulness och kärlek motsatsen till töntigt. De är originella och enkla – närvarande och inkopplade i det otöntiga nuet.

Att vara medvetet närvarande innebär att bemästra dig själv och ett upplösande av din personlighet. Detta gör du genom att känna din emotion (känner du?), känna den förnimmande kroppen runt den (kittelkänslan i fingrarna, läpparnas ömma sensationer, fjärlarna i din mage och så vidare), släppa taget om fokuset (”backa från” ditt fokuserade stirrande, ta in hela bilden). Detta i kombination med medveten handling tystar intellektet och aktiverar revolutionär glädje.

Men detta är en *färdighet*. Du kan inte bara slå dig ner vid ett piano och hamra fram en komplex sonat. Ditt själv är precis som ett piano och det krävs mycket övning för att bemästra det. Ingen övning = konstant lidande. Övning = livet blir bättre och bättre. Och precis som med att lära sig piano är det bara de som verkligen vill som lär sig. Alla andra är intresserade ett par minuter, som mest ett par veckor, plinkar lite och ger sen upp när det börjar bli svårt.

RELIGION

Religion är tron att ord och idéer bokstavligen är verkliga. Folk som följer en religion reagerar på ord och idéer som om de vore verkliga saker. Om du kritiserar deras favoritord och -idéer skriker, dånar och faller de omkring, eller går till attack mot dig som om du *bokstavligen* hade skadat dem. Kritik tas alltid emot som en kränkning av religionsmedlemmar. Religiösa människor är oförmögna att höra *tonfallet* – i vilket verklig kränkning huserar.

Här kommer några exempel på religioner: socialism, kapitalism, feminism, sexism, vetenskapism, postmodernism, kristendom, islam, buddhism, judendom, nationalism (eller att tillhöra en specifik grupp), ateism, humanism, professionalism och lönearbete. Skolan är en sorts religion också, inklusive de små grupperingar som bildas i den, även många idrottslag är det, likaså psykiska sjukdomar och vissa handikapp (se nedan). Inte alltid eller nödvändigtvis, men normalt de flesta. Om du öppet kritiserar endera av dessa saker kan du vänta dig en våldsam respons.

Religioner karakteriseras också av *grupptänk*. Detta är en rad idéer, attityder och handlingar som övertygar *omedvetna* människor i grupper. Exempel på detta inkluderar – slutna sällskap och snobberi (vår grupp är bättre än andra), överdrivet generaliserande och stereotypisering (se på folk utanför gruppen som karikatyrer), en tendens att bli mer extrema över tid (eftersom man når andras erkännande genom att uttrycka extrema åsikter i föredragen riktning), blindhet inför obekväma eller kritiska fakta (allt som sätter oss i dålig dager), en press på oliktankare

att rätta in sig (vemsomhelst som yttrar tvivel), bisarra känslor av osårbarhet (heja oss!) och fullständigt avfärdande av utomstående (oavsett hur vänliga de må vara).

PLATSER & FOLK

Det spelar inte *allt* för stor roll var du bor. Självklart behöver du en viss komfort och tillgång till naturen – och vissa platser är verkligen vidriga – men slutligen, om du är intressant och kärleksfull, så finner du intressanta och älskvärda personer och upplevelser i princip var som helst.

Första intrycket stämmer alltid. Ditt första intryck av en plats stämmer alltid men om du ska leva där för en kortare tid, och är orolig för din framtida bekvämlighet, är det högst osannolikt att du är förmögen att uppfatta det intrycket. Istället är det mer troligt att du uppfattar ett andra intryck – orolig och ensam de första dagarna, vilket färgar allt som följer.

Det gäller människor också. Första gången du träffar någon och helt tar in dem, får du ett *fullständigt korrekt* första intryck. Du är dock vanligen inte uppmärksam utan uppfattar istället ett *sekundärt* intryck – en emotion som gillar eller ogillar – och ett tredje intryck – tankar. Ditt omdöme sviker dig och du blir bedragen och förvirrad, gillar personer som kommer att såra dig och ogillar såna som vore väldigt bra att känna.

Vill du resa? Om inte så är det något fel på dig – vi föddes fria, som utforskare. Det betyder *verkligen* inte turistbältet i Thailand eller att ”göra” Kroatien under två veckor om året (”åh min gud, sååå mysigt B&B”), det *behöver* inte ens betyda att vandra genom Europa eller utforska den orörda natur som finns kvar (vilket inte är särskilt mycket). Resandet kan vara långsamt, att leva ett par år i ett land, några år i ett annat, eller så kan det vara lokalt, att utforska nedlagda tunnelbanestationer, eller mänskligt, hitta sätt att verkligen träffa så många intressanta personer som möjligt, eller så kan det handla om att hoppa av, bo i ett tält och containerdyka, eller så kan det innebära utforskandet av ditt eget inre med en älskare eller helt ensam eller med en snäll svamp... det kan vara alla möjliga saker och är det också. Vad det *inte* är, är kontoret-lägenheten-upprepa i all oändlighet.

På tal om ”helt ensam”, du *är* helt ensam. Kärleken är miraklet som får ensamheten att inte alls vara ”du”, ett tillstånd av fullständig samhörighet med en annan. Vi är helt olika och ändå är vi samma erfarenhet. Men denna bisarra verklighet, greppad av väldigt få, ändrar inte på sanningen att du – ditt medvetande – är det enda existerande medvetande du kommer att uppleva. En oförmåga att vara ensam är en rädsla för att uppleva vem du verkligen är. Detta leder till ett begär att uppleva andra människor och saker; den rastlösa djävulska rädslan som kallas ”ensamhet”.

VETENSKAP

Vetenskapen förstår inget av vikt, inte heller kan den göra det. Någonsin. Vetenskap konstrueras av intellektet – vilket skapar objekt i världen, förvandlar dessa objekt till idéer och relaterar dem till varandra. Detta är såklart väldigt användbart; men användbart är inte detsamma som *sant*.

Ta till exempel medvetandet, vilket är hur det känns att vara du, det observerar dina tankar, är

sanningen i din erfarenhet och en *kvalitet*. Det är kvaliteten av ”du-het” som är medveten om vad det än är som händer. Just nu är medvetandet upplevelsen av ”du-het” bortom informationen du läser. Det är ”jaget” bakom ögonen (eller öronen, magen, vadsomhelst) som är *här*. Vetenskapen kan inte studera denna kvalitet. Den kan bara någonsin studera objekt, eller *kvantiteter* som alltid endast finns *där*. Den kan studera de kemikalier och färger på hjärnröntgenbilder som produceras när vi känner glädje, men kan *aldrig* studera den *verkliga* upplevelsen av glädje.

Faktiskt så existerar *ingenting* av det vi studerar verkligen i världen. Studiet kommer till oss genom våra sinnen och via vårt rationella förstånd vilket presenterar oss med en bild eller representation av världen. Allt som vi tror vi ser och hör och känner är bara data, ”avläsningar” på förståndets kontrollpanel. Förståndet kan bara *känna till* avläsningarna, som det bara kan *känna till* noterna på ett partitur. Det kan inte uppleva musikens skönhet. Det kan inte uppleva vad avläsningarna är *av*.

Det finns bara en sak jag *verkligen* kan uppleva – endast en sak i hela universum som jag kan ”komma åt” direkt utan att gå via en avläsning, och det är mitt medvetande. Det vetenskapliga avläsningsberoende intellektet är skräckslaget inför denna upplevelse.

GENI

Geni är livet – kolossalt, djupt och närmast omöjligt att klä i ord. Eftersom det kommer via karaktären säger vi att små barn, som är ren karaktär, rent liv, är rent geniala. Men givetvis krävs det en hel del för att känna och uttrycka livet – nästan en livstid. Detta är inte bara en fråga om att tillägna sig färdigheter, utan om att uppleva mer och mer av livet. Alla böcker du kan läsa om geni och förmåga handlar om färdigheter. Ingen av dem nämner erfarenhet av livet.

Att tillägna sig färdigheter kräver lärande. Att uppleva livet kräver o-lärande. Att lära sig färdigheter kräver engagemang och envisa. Att uppleva livet kräver mod och gnista. Att tillägna sig färdigheter är livets hantverk, att uppleva livet är konsten i det.

Konstnärer som inte egentligen upplever livet har ingenting att säga. De rekombinerar bara idéer och är därför inte originella. Självklart är alla delvis o-originella, till och med Shakespeare, men geniet adderar sitt extraordinära liv till sina ”rekombinationer”. Om du vill bli en extraordinär konstnär *måste* du leva ett extraordinärt liv.

TEKNOLOGI

Du kanske lagt märke till att teknologin helt har förslavat oss. Världen drivs av enorma mängder energi och oföreställbart komplexa maskiner och system. Vi behöver el för att värma våra hem, vi behöver skärmar för att få vänner, vi behöver bilar för att få vår mat eller besöka doktorn och doktorn behöver all möjlig teknik för att göra oss friska... och så där fortsätter det. Vad gör detta beroende med oss? Vad gör det med dig? Vad gör vilket beroende som helst med dig? Det gör dig svag och rädd. Det gör dig till en slav – domesticerad.

Tro det eller inte, du behöver faktiskt inte någon smarttelefon. Det gör du inte – och dess närvaro i ditt liv förvandlar dig till ett rastlöst olyckligt pucko, oförmögen att sova eller

dagdrömma. Du förlitar dig på din telefon för att göra mer och mer, att hitta saker, fixa saker, översätta och komma ihåg saker. Den gör sig ständigt påmind i din ficka, pockar på din uppmärksamhet. Den gör dig spänd i kropp och huvud när du stirrar i den, bringar dig ur dina sinnen – bort från kärleken i din kropp. Köp en ”dum” telefon och återta din egen intelligens. Du kan inte totalt skippa tekniken i ditt liv så klart. Titta på oss båda – jag skriver på en dator, du läser troligen på en – men du kan skära ner på den. Du kan använda enklare verktyg, du kan odla dina egna grönsaker, du kan lära dig att se i mörkret, du kan göra dina egna kläder, du kan göra dina egna möbler. Allt du tar tillbaka från teknologin tar du också tillbaka från världen och placerar i dina egna händer. Och det känns bra.

PERSONLIGHET & KARAKTÄR (igen)

Karaktären skämtar och alla skrattar. Personligheten spelar Allan och alla skäms. Karaktären säger väldigt lite och alla blir fascinerade. Personligheten säger väldigt lite och alla tycker det låter konstigt. Karaktären är passionerad och alla rycks med av intensiteten. Personligheten är upphetsad och gör alla irriterade. Karaktären är hjälpsam och snäll och gör alla förtjusta. Personligheten är trevlig för att den vill bli uppskattad; och alla hatar det (vilket gör personligheten cynisk och föraktfull). Karaktären är självsäker, personligheten arrogant. Karaktären skrattar åt sig själv, personligheten tar sig själv på *väldigt* stort allvar. Karaktären söker upp de som vet bättre och ber om kritik. Personligheten accepterar bara kritik från såna som inte egentligen kan ge den. Personligheten kallar alltid sig själv för karaktär och undrar sen varför ingen älskar den.

Karaktären är älskad och uppskattad av andra karaktärer men hatad av personligheter, därför att personligheter hatar allt som är autentiskt och älskat. Personligheter kan inte lyssna eller älska på riktigt – snarare begär och smickrar och behöver och kontrollerar de, och kurar ihop sig i grupp tillsammans med andra personligheter för tröst och uppmuntran.

Karaktären är rätt så nöjd på egen hand; för att karaktär är en belöning i sig. Karaktären står i kontakt med det som är intressant i livet och kan alltid hitta något intressant att göra eller skapa, eller bara slå sig ner och inte göra någonting särskilt. Personligheten blir galen om den är ensam. Den måste alltid ha kul eller vara upptagen med något för att den är livrädd för stillhet. Den vet att stillheten är dess död.

Personligheten bryts även ner av spontanitet, generositet och kärlek, så den hatar de sakerna. Kom ihåg; personligheten är masken. Den känner egentligen inget, lider egentligen inte, bryr sig egentligen inte. Den kan låtsas känna, lida och bry sig. Den kan le och låtsas vara intresserad och omhändertagande, men den är död. Den är levande död. Bara karaktären lever och därför gör personligheten allt i sin makt för att undertrycka och förstöra karaktären. All instinkt att släppa loss, visa känslighet, uttrycka verklig glädje och godhet stampas på av personligheten och världen som den byggt.

Karaktären är medvetandet. Den är din kvalitet eller smak av medvetande. Denna smak av duhet har funnits med dig från början; det är därför övning i att känna denna smak gör dig mer originell. Ju mer medveten, ju mer karaktärsfull du är desto bättre blir ditt liv.

Rädsla är inget problem, säga dumma saker är inget problem, bli arg är inget problem, balla ur totalt är inget problem; till och med att sära någon är inget problem. Vad som *är* ett problem är hur du bemöter dessa saker, hur du omedvetet flyr från ansvaret för dem. Om du ser dig

själv (om karaktären ser medvetandet), försvinner problemet. Om du erkänner att du tråkar ut någon *medan* du gör det så kommer du att förnöja dem. Om du medger att din robotjärna tar över *när* den har gjort det så kommer din medvetenhet applåderas. Om du erkänner din dumhet mitt *upp* i den agerar du intelligent. I slutänden kommer du inte dömas för felen du omedvetet begår, men utifrån hur medvetet du hanterar dem.

HÄLSA

Du vet redan vad ett hälsosamt liv är. Inget socker, lite kolhydrater, naturlig mat, motion, inga droger, spendera tid i vildmark, någon eller något att älska och ansenlig tid ifrån skärmar. Du vet detta *mentalt* men kan inte leva hälsosamt för att du är *emotionellt* beroende av ohälsa. Som alltid är nyckeln medvetande – i detta fall att komma över ett beroende av ohälsosamt leverne – om att faktiskt inse att en tallrik rostad potatis följt av ett lass glass sänker och ger dig huvudvärk – och att agera – när du beslutar dig att sluta proppa i dig kolhydrater.

När du blir sjuk, försök att lista ut vad det är du gör i ditt liv som kan orsaka det. Detta är något som ingen läkare kan berätta för dig – för att ingen läkare känner dig lika bra som du själv. En läkare sätter sig inte ner och går igenom varje mål mat du äter för att upptäcka att du stoppar i dig för mycket vitt ris som saktar ner din tarmfunktion. En läkare kommer inte veta att du onanerar tre gånger om dagen och att det gör dig enerverad och lättirriterad. En läkare förstår inte att ditt immunsystem lamslås av stressen som din partner lämpar av på dig, eller smutsen som luftkonditioneringen pumpar i dig på kontoret. En läkare kommer inte fråga dig om din hemska uppväxt vilken kvaddade ditt kroppsyke. En läkare kommer aldrig att diagnostisera dig med ditt liv eller med civilisationen. Om du måste gå till doktorn gå dit för råd och tester. Leta alltid efter en djupare orsak än deras diagnoser annars blir du aldrig frisk.

Jag nämnde att denna text inte handlar om råd, och det gör den inte, men det finns en sak om din hälsa som du inte ser innan det är för sent. Det här – sättet du lever i tjugo- och trettioårsåldern kommer att märkas på din kropp och i ditt ansikte i fyrtio- och femtioårsåldern.

LAGEN

Tänk en stund på vad som är mot lagen. Att vara naken är olagligt i många länder, att inte gå till skolan är olagligt i så gott som hela världen också, att inte ha en adress är antingen olagligt eller så gör det ditt liv så svårt att det lika gärna skulle kunna vara det, att ha flera olika namn är också olagligt eller omöjligt, likaså att vara anonym, att äta mat som matbutiker kastar bort är mot lagen, att ta sinnesutvidgande droger, på många platser är det olagligt att sova i parker, att göra upp eld och slå läger är olagligt på de flesta platser, att tjuvjaga och palla äpplen, du tillåts inte se döda människor, och fastän du är tillåten att inte jobba så är det återigen nästan omöjligt. Det kommer snart att vara omöjligt att leva utan en dator eller smarttelefon.

Varför? Titta på ovanstående lista igen. Varför är dessa saker mot eller i praktiken mot lagen? Vem eller vad tar *faktiskt* skada av dessa saker? Svaret såklart är världen, eller systemet. Systemet fungerar inte om alla kan ränna runt var och när de vill, det måste ha dig i skolan eller på jobbet, du måste vara *medgörlig*, lätt att kontrollera och övervaka. Nu när folk är lätta att kontrollera så har lagen inte så mycket att göra, men fall ur ledet, bara lite grann, så kommer du känna den svida direkt.

En gång var vi fria – vad hände med oss? Ta en titt på de få fria människorna kvar på jorden för att finna svaret på det – vad händer med de avlägsna stamfolken, oberoende byarna och avhopparna? Deras makt att ta hand om sig själva, undvika kontroll och uppfatta sin egen sanning tas våldsamt ifrån dem. De blir fångslade eller förslavade precis som vi alla en gång blivit. Sen kommer staten och gör vår fångenskap legal.

POLITIK

Politik är tråkig och idiotisk eftersom den är sysselsatt med att lösa världens problem inifrån världen. Detta kallas för *reformer*. Reform betyder att försöka lösa problemen med att befinna sig i ett fängelse genom att rösta för bättre fångvaktare, lova mer komfortabla celler, demonstrera mot orättvisa fängelseförhållanden, att försöka placera en stark man i ledningen för fängelset som styr upp det eller att smida revolutionsplaner att störta fängelseledningen och ersätta den med en ”rättvis” som styr fängelset ”i fångarnas namn”. Den totala fruktlösheten i detta påtalas aldrig. Den som faktiskt försöker befria sig själv eller andra från fängelset betraktas som en terrorist, extremist eller galning.

Det betyder inte att terrorister, extremister och galningar inte finns. Självklart gör de det; för varje år blir de fler. Men att vilja vara fri, göra allt man kan för att bli det – det är bara skräckinjagande, extremt och galet för *fångar*. För dig är det den enda politiska sanningen.

Det finns ett ord som beskriver denna politiska sanning: det är anarkism. Men var försiktig; enormt många anarkister är också fokuserade på fängelset. De är oftast arga eller väldigt allvarliga, unga och aggressiva eller så vevar de runt på svarta flaggor. Verklig anarkism går till roten av problemet – den söker frihet från världsfängelset och personlighetens bur.

KONVERSATION

Bra samtal grundas på erfarenhet, närvaro och prestigelöshet. *Erfarenhet* betyder att ha någonting att tala om. Det betyder inte att ha anekdoter, eller många år av liv bakom sig, vilket i de flesta fall innebär icke-erfarenhet. Att ha någonting att prata om innebär snarare att ha sett och känt och *lagt märke* till saker, att tillföra konversationen idéer födda ur medveten erfarenhet om ditt eget liv eller om medvetet betraktande av andras. Det finns inget intressantare än att höra någon säga ”vet du, jag har insett att...” De flesta inser inte nya saker därför att de är förlorade i samma gamla tankar och begär och besvär, så de har egentligen inget att säga.

Ett samtal är också omöjligt utan *närvaro*, utan först av allt uppmärksamheten på det snabbt växande konversationsträdet (eller långsamma blixtnedslaget) mellan er. Du måste ha förmågan att följa konversationens grenar, och betjäna dem istället för dig själv. Många är egentligen bara intresserade av att generera emotionell spänning (vanligen kvinnor) eller att utbyta mental information (vanligen män) eller både och; istället för att delta i ett levande samtal. De kan varken uppfatta samtalet eller verkligen lyssna på vad någon annan säger, i sanning ta in och absorbera hela samtalspartnern. Självfallet *är* det här ofta ganska smärtsamt; det är svårt att ta in folk utan erfarenhet, närvaro eller förmåga att släppa taget om sig själva, men till och med då, om du är närvarande, så kan du finna överraskande mänskliga beröringspunkter överallt. Eller om inte – och återigen, bara om du är tillräckligt närvarande – så har du förmågan att undvika tråkiga och meningslösa konversationer, inte bli indragen i

ännu en poänglös klagofestival eller ett supertrist datautbyte.

Den sista samtalshemligheten är *prestigelöshet*, förmågan att släppa taget: släppa taget om smärtan efter att ha sagt något dumt, släppa taget om behovet av att skryta upp dig själv och släppa taget om pressen att överdriva det emotionella innehållet i ett samtal (genom till exempel lösryckt skvaller, överdriven aggression och sexskämt) eller att förnöja datorhjärnan med drivor av fakta, gillande, ogillande, åsikter och så vidare. Särskilt viktigt, och svårt när det börjar gå hett till, är att släppa taget om att få rätt – vilket innefattar valet att bli kränkt. Om du inte klarar det kommer du garanterat skämma ut dig förr eller senare.

Allt detta kräver medvetande. Omedvetna människor är en skräck att samtala med.

VANSINNE

Många unga läser psykologi men de får inte lära sig hur de finner sanningen i sin egna medvetna erfarenhet, hur man förnimmar skillnaden mellan rätt och fel, hur man verkligen älskar och blir älskad, hur man är spontan eller hur man befriar sig från världsfängelset. Att vara sinnesfrisk behandlas aldrig på psykologikurserna.

Istället lär sig studenterna att göra personliga och sociala problem till medicinska-psykologiska problem, ignorera eller avsky radikalt annorlunda sätt att leva eller känna, förneka sina egna djupaste känslor och upplevelser och massor av etiketter och teorier som *verkar* stämma in på deras egna liv, men som *faktiskt* aldrig fungerar. Studenter som lyckas väldigt bra inom psykologi och blir terapeuter eller professorer är som alla professionella tjänstemän. De *tror* att de förstår sig på livet och vad som är sant, de tror till och med att de känner dig bättre än du känner dig själv, och ändå har de inte någon *verklig* erfarenhet av livet utanför en institution. De är institutionaliserade.

Den fantastiska sanningen som ingen psykologkurs eller populärpsykologisk nyhetsartikel någonsin kommer nämna för dig är att **det inte finns något sånt som mental sjukdom**. Schizofreni, OCD, PTSD, depression, ångest, anorexia, fobier och så vidare är verkliga – människor *lider* av dessa saker, de är *problem* – men de är inte *sjukdomar*. De skapas *av* världen, föder personligheten tills den ger upp ditt ansvar. Fattigdom, stress, rädsla och ett meningslöst liv skapar mentala problem – de skapar inte *sjukdomar*.

Mentala ”sjukdomar” är uppfunna av psykologer och läkemedelsbolag baserat på *beteenden* (homosexualitet, att sno saker och fly från slavägare ansågs förr som sjukdomar) – på saker som folk gör. Och varför gör folk dessa saker? För att de har mentala sjukdomar! Ser du idiotin i detta? Vi vet att Sara är nere för att hon inte kan stiga upp på morgonen. Vad orsakar hennes utmattning? Depression. Hur vet vi att hon är deprimerad? För att hon inte kan stiga upp på morgonen. Varför kan hon inte stiga upp på morgonen? För att hon är deprimerad. Varför...?

Idén om ”mentala sjukdomar” håller psykologer och psykoterapeuter sysselsatta, läkemedelsbolagen lönsamma, tillåter folk att skylla på sin ”kemiska obalans” (eller sin väldigt väldigt tragiska historia) för sina problem och låter samhället låsa in människor det inte gillar eller bedöva dem med droger. Därför existerar ”mentala sjukdomar”. I verkligheten så gör *världen* dig galen genom att förstöra din karaktär och *du* gör dig själv galen genom att vara beroende av din personlighet.

Galenskap är med andra ord *vårt* ansvar, och slutligen är det *ditt* ansvar. Det är förfärligt att leva i världen, men det är upp till *dig* att finna vägen tillbaka till dina sinnens fulla bruk. För personligheten och världen ser sinnesfriskhet ut som vansinne.

DET VAR ALLT

Bra gjort om du läste hela vägen till slutet. Inte många klarar det. Mångas personligheter avfärdar sånt här som tråkigt, dumt, pretentiöst predikande. Om du tog dig till slutet så borde du ha en eller två sanningar att ta med dig vidare i livet. Återvänd efter en tid och hitta ett par nya.

BARA SOM EN PÅMINNELSE

Råd är värdelösa.

Människor som behandlas som barn när de är barn upphör aldrig att vara det.

Världen har ingen aning om hur den ska handskas med smärtan du bär runt på.

Personlighet är inte karaktär.

Personligheten är inte unik.

Du får vad du är.

Karaktären kommer först.

Personligheten vill inte att karaktären utvecklas.

Du behöver inte resa långt.

Personligheten livnär sig på gillande och ogillande.

Samvetet är din karaktärs försiktiga viskning om vad du behöver.

Smärtan är ett budskap från din karaktär att du måste ändra kurs.

Inget som verkligen är gott är egentligen logiskt.

Världen är ett dårhus.

Världen kommer inte att ge dig någonting.

Världen belönar bara personlighet.

Om du verkligen behöver hjälp vänd dig till fattigt folk.

Civilisationen är nära kollaps och så gott som allt och alla kommer att dö.

Skolan förstör din karaktär, din intelligens och din förmåga att fungera i livet.

Jobb är livets misär.

Jobb finns inte för att hjälpa oss leva utan för att hjälpa de som kontrollerar jobben tjäna pengar.

Världen är ointresserad av ditt hjärtas önskningar.

Kvinnor föds mogna, män uppnår mognad.

Alla män är sexfixerade.

Han läker sig själv och växer upp till man genom att älska kvinnan.

Kvinnor vill ha en man med karaktär och med närvaro.

Kärlek är inte en emotion.

Du har ingen rätt att vara olycklig.

Sex är personligheten som tänder på sig själv.

Att älska är helt väsensskilt från sex.

Sex leder till smärta.

Du finner döden genom att dö (till ditt jag).

Döden lockar fram det bästa i dig.

Första intrycket stämmer alltid.

Vetenskapen förstår inget av vikt.

Geni är livet.

All ängslan i världen ändrar ingenting.

Problemet är inte problemet.

Verklig förändring uppnås inte genom att försöka förändra dig själv.

Det inte finns något sådant som mental sjukdom.

Originalalets titel är *Words of Truth for Young People*. Översättning av Jesper Jäderkvist, 2022.