

# Kvinner former familien



-kan styre nasjoner frem til en fredelig verden

Korte utdrag fra bestselgeren  
Kvinnesjelens kraft  
av Hernán Huarache Mamani



-til beste for mennesker og miljø

# Kvinnen er nøkkelen



Menneskehetens frelse ligger i kvinnens hender, og når hun er blitt en ekte kvinne, vil hun befinne seg i en krets av andre ekte kvinner, og sammen vil de kunne redde verden.

-Det finnes et profeti, og ifølge det vil Jorden ved inngangen til andre århundrede gjennomgå store klimatiske forandringer, og verden vil måtte tåle store tilbakeslag når det gjelder helse, økonomi og den sosiale rangordning innenfor menneskeslekten. Tiden har kommet da Den feminine ånd vil våkne etter tusen års undertrykkelse, for å gi fødsel til en verden i fred og harmoni.



IDÉ OG LAYOUT: CHRIS FRÖLICH

KILDE: KVINNESJELENS KRAFT - HERNÁN HUARACHE MAMANI

SATS OG DESIGN: OSO DESIGN CENTER, 3300 HOKKSUND.

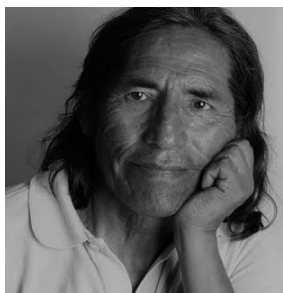
TRYKK: OSO PRINT CENTER, 3300 HOKKSUND

PRODUKSJON: PRODUSERT MED MILJØVENNLIGE MATERIALER OG PROSESSER.

# Innhold

|                                                    |        |
|----------------------------------------------------|--------|
| • Innledning                                       | side 4 |
| • Hvordan lærer man å bli en ekte kvinne?          | 5      |
| • Livet til en ekte kvinne, hvordan bør det være?  | 10     |
| • Alle kvinner kan hvis de vil                     | 12     |
| • Den virkelige kvinnen har alltid vært læremester | 17     |
| • Menneskehetens skjebne er i kvinnen              | 19     |
| • Å forstå mannen og kvinnen                       | 22     |
| • Mann og kvinne må utfylle hverandre              | 27     |
| • Den vitale energien                              | 31     |
| • Lær å puste på ny                                | 34     |
| • Vi er vesener av lys                             | 38     |
| • Epilog - Mange kvinner er nå på åndelig vei      | 40     |
| • Et virkelig fredsprosjekt                        | 41     |
| • Hjemmeskolens fordeler                           | 48     |
| • Konklusjon                                       | 50     |

# Innledning



Hernán Mamani, forfatteren av bestselgeren **Kvinnesjelens kraft**, er arvtager til kunnskapen om den suksessrike Inka-kulturen i Peru for 700 år siden. Der skapte kvinner det mest rettferdige og solidariske samfunn som har eksistert.

Etter snart tusen års undertrykkelse har tiden nå kommet til at Den Feminine Ånd igjen vil våkne, for å skape en verden i fred og harmoni.

Etter også å ha studert Vestens kultur, har Hernán kommet til at den maskuline utdannelsen isteden må baseres på kjærlighet og respekt for alt som lever. I dag beriker et fåtall maktsyke personer seg på bekostning av menneskeheden og kloden vi bor på.

**Kvinnesjelens kraft** kan bli redningen, og i begeistring for boken ble korte utdrag nedskrevet i dette lille heftet, hvor hovedbudskapet er:  
Kvinner, bli kvinne igjen, skap lykkelige familier og styr nasjonene frem til en fredelig verden!

Vennlig hilsen



*-til beste for mennesker og miljø*

*Chris Frölich*

# Hvordan lærer man å bli en ekte kvinne?



Ved å studere naturen inngående, svarte medisinkvinnen. Men først og fremst er det viktig at du lærer deg selv å kjenne og aksepterer deg selv som den du er. Du må bare være deg selv og ikke noe annet. Ofte konstruerer vi våre liv ved å plukke opp deler av andres, eller vi prøver å etterleve modeller som påføres oss utenfra. Det er mulig at din mor har hatt stor innflytelse på deg, eller det kan ha vært din bestemor, din tante, en venninne eller andre personer du har kjent. Dette utgjør biter i et slags teppe som du utruker deg med og dekker deg til med overfor andre, og som gjør deg ulykkelig. En sann kvinne er klar over hvem hun er og følger sin egen vei, i total bevissthet om sin eksistens.

Mama Maru så grunnende på henne og svarte: - Ja, det er mange kvinner som prøver å ligne noe annet enn det de er,

fordi det er få som har umaket seg med virkelig å se inn i seg selv for å finne ut av hvem de er og hva de egentlig vil. I ditt tilfelle har naturen gitt deg en kropp og en sjel der ånden er levende. Bare du, som kvinne, og ingen annen enn du selv, er i stand til å forandre ditt liv.

Og mens hun la mer ved på ilden, fortsatte hun: - Først når du har gjort det klart for deg selv hvem du er, er du på rett vei til å bli en virkelig kvinne. Kvinnen, i ordets egentlige betydning, er den som en dag skal være en manns livsledsagerske, mor til de barne livet gir henne, og begges læremester. Hun må være en dyktig hjemmets administrator, en kvinne som blir respektert av alle, en god hustru, en kjærlighetens gudinne og kunstner. Hennes klokskap, hennes viten, hennes ærlighet og hennes begeistring skal være hennes vakreste smykker.

Når en kvinne oppdager sitt sanne vesen, våkner de sovende kreftene i henne, de som gjør det unødvendig å bruke makt; hun vil lykkes i alt. Og skulle du tvile, fortsetter du å vegetere, som størstedelen av alle kvinner gjør.

Mama Maru, snakk litt om den kraften vi har, ba Kantu. -Det mest virkningsfulle våpenet til kvinnen er den indre energien, som beskytter både henne og alle hun elsker, fortsatte medisinkvinnen.

-Av den grunn må du lære å tre inn i din indre verden. Først når du finner frem til kjernen i deg selv, kan du ta i bruk all din indre energi. Du er sterk, du er utstyrt med mye energi, og du tilhører derfor en gruppe kvinner som er i stand til å forandre verden. Men foreløpig er det et hinder: Du kjenner ikke deg selv, og derfor aksepterer du heller ikke deg selv.

-Vårt samfunn er ikke interessert i å vite hva en kvinne virkelig er, og går inn for å deformere hennes natur fra den dagen hun blir født. Hva er det samfunnet lærer henne? Å forfalske seg, å skjule seg og ikke vise sine virkelige følelser, å undertrykke sine meninger, å forkle sine tanker.

- Men i dag får kvinner utdanning, mange blir yrkesaktive og er i stand til fritt å uttrykke sine ideer og tanker, innvendte Kantu.

- Det er ikke hele sannheten. Størstedelen av kvinnene uteksamineres ved skoler som er tilpasset mannen og som ender med å deformere deres sanne natur, og det påvirker deres liv og tar fra dem muligheten til å uttrykke sin kvinnelighet. Egenskaper som intuisjon og kreativitet, kunstneriske anlegg og følelser får ikke lenger tilhøre deres verden. På arbeidets alter har kvinnelige yrkesutøvere ofte måttet ofre en del av sin egentlige natur. Det er et fenomen som er typisk for de industrialiserte samfunn.

Hun avbrøt seg selv et øyeblikk for så å fortsette: - Man må ikke forveksle opplæring med oppdragelse. Det finnes mange menn med god utdanning som er dårlig oppdradd, og omvendt; det er mange uten utdanning som utmerker seg gjennom sin gode oppdragelse. Dette er noe vi opplever hver dag. Ved de fleste "utdanningsanstaltene" er det mange som arbeider for å ødelegge livet på Jorden, og noen få som ivrer for å bevare det. Skulle man velge mellom en vitenskapsmann uten moral og samvittighet og en uvitende person med oppdragelse, er den siste å foretrekke, for han kan ikke gjøre så mye skade som den første.

Kantu tenkte seg om før hun svarte på alt det hennes læremester hevdet. Det var jo faktisk slik at i en gjennomsnittlig gruppe bestående av ti vitenskapsmenn og forskere arbeidet syv i rustningsindustrien eller i forurensende foretak, to arbeidet for å bevare livet på Jorden og knapt nok én for å opprettholde den rene vitenskap. Og det var også sant at "siviliserte" mennesker hadde forårsaket mer skade på Jorden enn kravløse bønder og jegere, så derfor spurte hun: - Mener du at mannen ikke bør få undervisning?

- Jeg mener først oppdragelse og så undervisning. Oppdragelsen er viktigere enn all slags opplæring, og den får man

i familiens skjød. Gjennom oppdragelsen lærer man respekt for mennesket og menneskets følelser. Denne typen oppdragelse har som hovedformål å humanisere mannen. Utdannelsen, derimot, har til hensikt å utvikle tenkeevnen og fornuften.

- Betyr det at kvinnen, for å utvikle seg til en virkelig kvinne, først må rette seg inn mot hjertet og deretter mot forstanden?

- Helt riktig. Det man gjør med kvinnen nå, er å utelukke det feminine. På skoler og universiteter lærer kvinnen seg den maskuline tenkemåten. Der får man ikke lære å kjenne og forstå seg selv.

Kantu måtte innrømme at hennes læremester hadde rett. - Og hvor og hvordan må vi utdanne oss? Hva er det vi må lære? spurte hun, levende interessert.

- Vi må skape en undervisningssituasjon som harmoniserer med kvinnens behov og interesser. I inkaimperiets epoke fantes det en institusjon som ble kalt Akllawasi, som var utpreget feminint, orientert. Dessverre forsvant den for flere hunder år siden; først gikk den ut av bruk hos inkaene, og siden ble den ødelagt av de spanske erobrerne. Ved den institusjonen lærte man at oppdragelsen måtte begynne hjemme, og at kvinnen er arnestedet for skapelsen og menneskesamfunnets konsolidering, aksene som samfunnet dreier seg rundt. Fordi det å oppdra og lære opp en mann er å forme et individ som kanskje ikke etterlater seg noe, mens det å oppdra og lære opp en kvinne er å forme kommende generasjoner.

- Mama Maru, du vil med andre ord si at kvinnen som oppdrager og lærer må begynne sin gjerning allerede i sitt eget hjem? Og hvis det er slik, hvordan må da hjemmet være?

- Kvinnen må gjøre hjemmet til et sted der man finner fred, ro, stabilitet og lykke. Det må være et sentrum der

hun kan oppdra både mann og barn. Hun må rette sine instinkter mot hver og en av dem: Hennes elever må få følge sin egen natur, utvikle sin karakter og moderere sine tilbøyeligheter. Hun må lede dem til sannhet, godhet og respekt for alle levende vesener, for oppdragelse er liv.

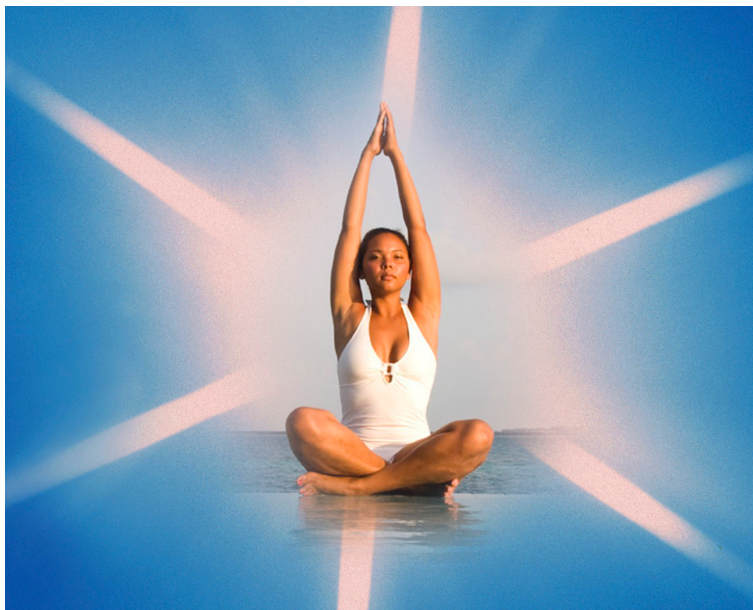
Den unge kvinnen grunnet litt, og så spurte hun: - Og hvilken rolle har mannen i oppdragelsen av barna?

- Kvinnen trenger en mannlig medspiller, som støtter henne i hennes oppdragergjerning. Og derfor, når hun skal velge sin ektefelle, må hun la seg lede av sjelen og ikke av øynene. For når hun knytter seg til en mann, er det for å leve hele livet sammen med ham, de må kjenne hverandre, hjelpe hverandre, støtte hverandre gjensidig.

Moderskapet er et valg. Det er ikke bare en biologisk funksjon, men også en sosial funksjon, mental og åndelig. Det eksisterer fysiske mødre og åndelige mødre. Og i morsrollen kan kvinnen bidra til å befeste dydene og til at bristene i menneskesinnet minskes.

Litt etter satt de sammen og spiste i taushet. Kantu tenkte at det å være kvinne var en vanskelig sak. På skolen eller på universitetet hadde de aldri snakket om slike ting. Lærerne og lærerinnene hadde kanskje pekt på et og annet, men ingen hadde noen gang snakket om betydningen av å være kvinne, og enda mindre om hvordan man skulle bli en virkelig kvinne. Det ble alltid referert til kvinnen som det svake kjønn, en underordnet skapning, eller mannens tro tjener, den som skulle ofre seg for familiens beste. Av og til ble det snakket om den frigjorte kvinnen som en opprører, en som ikke ville vite av moderskapet, som om kampen for likhet mellom kjønnene enten var et spørsmål om økonomisk uavhengighet, en tåpelig grille selvfølgelig, eller - og det var verre - et direkte angrep på mannens suverenitet.

# Livet til en ekte kvinne, hvordan bør det være?



Medisinkvinnen så lenge på henne før hun svarte: - Den sanne kvinne er livets læremester: Hun leder sin mann og hun oppdrar sine barn gjennom sine egne gjerninger, ved å lære dem opp og gjennom sitt eget eksempel. Husk det, Kantu, at i kvinnehjertet bor kilden til visdom, og det oppsøkes både av genier og idioter. Kvinnen trenger elever som hun kan gi opplæring og elske. Mannen trenger en læremester som gir ham innblikk i hvilke idealer han skal virkeliggjøre. Mann og kvinne har forskjellige roller, og de trenger hverandre for å bli fullstendige. En mann uten en kvinne er ingen ting, og en kvinne uten en mann er ikke stort mer. Hver for oss er vi ufullstendige individer på leting etter noe vi ikke har. Sammen utgjør en ekte mann og en ekte kvinne en styrke.

Den virkelige kvinnen behøver ikke å konkurrere med mannen. Hun er et individ utstyrt med sine spesielle egenskaper, som ikke kan sammenlignes med mannens. En

kvinne i et helhetlig samliv og i absolutt samarbeid med sin mann følger kjærlighetens vei, veien til sannhet og respekt for universelle lover. En virkelig kvinne vandrer mot fremtiden med mye kjærlighet, innlevelse og toleranse. Hun har et rent blikk og snakker vennlig og respektfullt. Hun har en stor ømhet i sitt hjerte. Hennes energi utgjøres av subtile vibrasjoner, som løfter henne til et høyt åndelig nivå. Derfor sies det den dag i dag: "Kvinner åpner døren til evigheten for mannen, den sanne kvinne er halvt gudinne, datter av Pachamama, Den store kosmiske mor, livets evige kilde." Slik blir hun veien til evigheten, veien til forening med det uendelige for den som vil lære å forstå og virkeliggjøre seg selv i livet.

- Hva er det viktigste for mannen i samlivet med en kvinne? spurte Kantu interessert, med tanke på sin egen fremtid.

- En mann som lever sammen med en ekte kvinne, guddommeliggjøres, erklærte Mama Maru med stor sikkerhet. - For å oppdage guddommens mysterier må mannen trenge inn i kvinnens hjerte, fordi Pachamama ønsker det kvinnen ønsker. Fordi Pachamama er kjærlighet, er også kvinnen det. Mannen må betrakte kvinnen som en del av den skapende natur, hvir moral er basert på respekt for livet.

I den absolutte ensomhet, ved hjelp av meditasjon, refleksjon og analyse av sitt eget liv, overvant kvinnen sin angst, sin redsel, for så å oppdage hvem hun virkelig var, og hva hun var kommet til Jorden for å utføre. Den som gikk inn i Pumatemplet, kom forberedt ut igjen, i bevissthet om sin egen kraft og sin egen styrke. Slik ble til og med sterile kvinner i stand til å føde barn.

## Alle kvinner kan hvis de vil.



- Alle vi kvinner kan, det er bare et spørsmål om vilje. Vil du noe, så kan du: det er ganske enkelt nok at du ønsker det av hele ditt hjerte. Hvis viljen derimot er svak eller skjør, kan du ikke. Når du har fattet den muligheten som bor i deg, vil du med løftet hode se på andre med kjærlighet og vennlighet og samtidig handle med alvor og beslutsomhet.

Tankene til Kantu begynte å vandre og havnet hjemme hos Mama Rosa, en eldre landarbeiderkone som i høy grad svarte til beskrivelsene til Mama Maru. Selv om hun ikke hadde utdannelse, var hun anerkjent blant svært mange, menn, kvinner og barn, som en god kvinne, et godt forbilde, en god hustru, venninne, søster og rådgiver. Hun var en respektert kvinne og utstrålte vennlighet og glede. Det ble sagt om henne at da hun var ung, hadde mange menn forsøkt å forføre henne, men etter å ha snakket med henne, så de på henne med nye øyne og endte med å lære av henne og respektere henne. Av alle de hjemmene Kantu hadde besøkt, var dette det eneste der lyk-

ken virkelig rådet. Hennes mann var dypt forelsket i henne, og de to var knyttet til hverandre gjennom et forhold og en samhörighet som hadde vart i mer enn førti år. Barna forgudet henne, og hun var et eksempel for sine svigerdøtre. Hvis en ung jente fikk problemer, gikk hun til henne for å få råd, og når en kvinne i landsbyen ventet barn, gjorde Mama Rosa i stand utstyr til den lille som var i anmarsj, selv om ingen hadde bedt henne om det. Gleden hun utstrålte, gjorde at også barn følte seg tiltrukket av henne, og i ledige stunder tok hun dem for seg og fortalte alle slags eventyr og fabler med stor innlevelse. Likedan var det ved sosiale sammenkomster, da flokket menn, kvinner og barn seg rundt henne. Erfaringene hun kunne vise til, var aldri selvskryt, men interessante historier som kunne være nyttige for alle. Mama Rosa var akkurat en slik kvinnetype som Mama Maru hadde beskrevet.

Kantu brøt tausheten og spurte: - Jeg ser jo at det finnes både lykkelige og ulykkelige familier, hvorfor er det slik? I hele mitt liv har jeg bare truffet ett lykkelig ektepar, og jeg tror faktisk at kvinnen i det forholdet svarer til din beskrivelse av en virkelig kvinne. Men jeg skjønner ikke hva den kvinnen har gjort for å tilpasse sin egen karakter og sin verdensanskuelse til mannens? Mama Maru var ivrig etter å svare: - Den kvinnen hadde sikkert arbeidet for å bli en sann kvinne, og ved å bruke sin egen indre energi må hun ha spent ut Pachachaka, det vil si den kosmiske broen. Hun har antagelig fått mannen til å gå over den broen og fulgt ham til Kjærlighetens oseaen, hvor Den guddommelige bor. - Jeg kan ikke se at jeg skjønner hva du mener, repliserte Kantu. - De som trådte inn i Pumatemplet, lærte å spenne ut den broen. Det var en av prøvene de måtte gjennomgå. Du må også gjennom den prøven og vise at du kan strekke Pachachaka for å lede den mannen du elsker mot evigheten. Gjennom kvinnen kan mannen nå frem til det evige, derfor er det så viktig for henne å lære å styre sin egen energi. Kvinnen har evne til å frigjøre mannen fra materialismen. Hvis en kvinne lykkes i livet med å få en mann til å søke virkelig selvrealisering, vil han bli ved hennes side som en disippel. Takket være henne vil mannen, som er dømt til å være slave

av den rene materialisme, motta den ilden som lar ham bli et skapende vesen. Hvis kvinnen greier å strekke ut energibroen, vil mannen - ved å gå over den - forstå at hun er den veien som kan føre ham til guddommen. Av denne grunn må en virkelig kvinne overgi seg helt til sin mann; bare hvis hun gjøre det, vil han få den nødvendige styrke og energi til å krysse Pachachaka og nå frem til Den guddommelige mor og Den guddommelige far og erkjenne at han er deres sønn. Stilt overfor guddommene vil han kunne bli en virkelig mann eller en Runa, et elskende menneske, respektfull og nysgjerring på hva livet er.

- Nå begynner jeg å forstå en ting som alltid har forundret meg, nemlig hvordan enkelte kvinner har hatt så stor innflytelse på sine ektemenn, selv om de ikke har vært direkte vakre, fant Kantu ut.

- I tidens og rommets tempel, som vi nettopp snakket om, lærte kvinnen også å komme i harmoni med seg selv, å oppnå fred med seg selv. I dag lever tusenvis av kvinner i byene i komplett disharmoni. Harmoni er noe fundamentalt; hvert element har samme verdi i den enheten som kalles "individ", og kvinnen kan glede seg over et liv i fred, uforstyrrelighet og trygghet. Den harmoniske kvinnen beholder sinnsroen selv i de vanskeligste situasjoner, og i øynene hennes avspeiles sjelens renhet, de gjenspeiler lyset fra en indre skjønnhet, noe som aldri kan ødelegges. Med årene vil hennes fysiske skjønnhet avta, en følge av tidens gang, mens den indre vil styrke seg og vokse tilsvarende. En harmonisk kvinne vil nyte godt av god helse og forlenget ungdom, noe hun deler med sin ektefelle og som igjen forlenger hans liv. Kroppen hennes vil bli som medisin for mannen, og gjennom sin enorme, vitale energi kan hun lindre og helbrede sykdommer på en rask og god måte.

- Jeg vil helst unngå å bli avhengig av en mann, repliserte Kantu.

- Jeg vil ikke være et leketøy lenger.

- Jeg snakker ikke om den kvinnen som lenker seg til en hvilken som helst mann og blir slave av hans lyster, svarte

Mama Maru. - Jeg snakker om den kvinnen som gir seg til den mannen hun har valgt seg som ektemann, den hun vil vandre sammen med på erkjennelsens vei.

- En virkelig kvinne kan tåle de tyngste ofre, fordi hun vet at hun er Templets fundament, vektstangen som beveger jorden, hun er den som sår ideer i mannens hjerne og derved gjør ham til et positivt eller negativt individ. Menneskehetens frelse ligger i kvinnens hender, og når hun er blitt en ekte kvinne, vil hun befinne seg i en krets av andre ekte kvinner, og sammen vil de kunne redde verden.

- Og hvordan kan du være så sikker på det? spurte Kantu. Mama Maru svarte: - Det finnes en profeti, og ifølge den vil jorden ved inngangen til det tredje millennium gjennomgå store klimatiske forandringer, og verden vil måtte tåle store tilbakeslag når det gjelder helse, økonomi og den sosiale rangordning innenfor menneskeslekten. Los Payakuna og los Machukuna har formidlet at den tid vil komme da Den feminine ånd vil våkne etter en lang søvntilstand, som har vart mer enn fem sekler, for å gi fødsel til en verden i fred og harmoni.

- Og hva må kvinnen gjøre for å fremme virkeliggjørelsen av en slik profeti? - Så lenge kvinnehjerte fortsetter å gløde av kjærlighet, vil verden være trygg. Men hvis denne kjærligheten slukner, kommer hat og likegyldighet til å ta over og ende med å legge den i ruiner.

Kvinnen er den broen som er strukket mot evigheten, mot en moralsk, intellektuell og åndelig sammenheng; det er en bevissthetstilstand. Når mannen fatter hensikten med sitt liv på jorden, og når himmelen er forent med jorden, da får han møte Skaperen, og kvinnen er den broen som lar ham komme til ham. Mens hun uttalte disse ordene som var så fulle av kunnskap og visdom, hadde Mama Marus skikkelse antatt den store læremesters majestetiske preg, og da Kantu satt og lot inntrykket sige innover seg, var det som om en glorie av lys omga den andre.

## Den virkelige kvinnen har alltid vært lærer



Mannen er en vanskelig og obsternasig elev, men kvinnen vil vite å oppdra ham og opplyse ham gjennom kjærlighet, alvor, likefremhet og tålmodighet. Bare slik vil kvinnen lykkes i å fullføre sin virkelige misjon, svarte konen, og deretter ble hun taus.

Nå visste den unge eleven, iallfall i teorien, hva som ventet henne. Hun måtte bare bestemme seg for å ta imot utfordringen. Og i dette valget, det viktigste i hennes liv, fantes det ingen middelvei, her gjaldt alt eller intet. Hun visste at skulle hun nå frem, måtte hun overvinne angsten; noen annen mulighet fantes ikke.

Hun funderte litt over dette, og så, med all den kraft en viljesterk og besluttsom forelsket kvinne som er innstilt på å ofre alt for mannen hun elsker, er i stand til å mobilisere, reiste hun seg og erklærte: - Mama Maru, jeg er rede til hva som helst!

Slangekvinnens stemme klang da i ørene hennes: - Er du

sterk nok og har du nok selvkontroll til å tåle alle prøvene du må gjennom?

Alle ville i dette øyeblikk ha kunnet observere gnisten og gløden i øynene hennes; en indre energi var mobilisert og aktivisert. Den underkastende, vennlige, vaklende og forvirrede unge kvinnen var i ferd med å utvikle seg til en sterk, besluttosom og modig kvinne. Livet var en utfordring og hun forberedte seg på å kunne takle det. Gjennom utredninger og lærdom hun hadde mottatt av den gamle medisinkvinnen, var den unge kvinnen i ferd med å oppdage de evnene naturen har utstyrt alle kvinner med, men som bare få er seg bevisste.

# Menneskehetens skjebne er i kvinnen



Ta med deg denne lærdommen. “Menneskehetens skjebne er lukket inne i kvinnen; hun er den som former den menneskelige rase, hun er skaperen. Kvinnen er den inkarnerte kjærlighet og budbringer for Pachamama, vår guddommelige mor som elsker alle. Kvinnen er livets kanal som menneskene passerer, en kanal som styres av ikke sansbare lover, som følger kjærligheten.”

Prestinnen fortsatte: - Min datter, ved siden av at du er en

viljesterk kvinne, bør du også bruke tiden til å finne den riktige veien i ditt hjerte, den som leder deg til Pachamama. Livets mysterium er din egen sjels mysterium. Derfor, for å bli kjent med deg selv, må du våge deg inn i din egen indre verden, trenge inn i ditt vesens ukjente kjerne for der å finne din sjel. Bare slik, i dypet av deg selv, vil du finne ditt tempel. Slik vil du kunne gi ditt bidrag til virkeliggjørelsen av profetien som sier at i den kosmiske syklus vi befinner oss, vil kvinnens oppvåkning kunne helbrede sår som er påført moder Jord.

“Jeg har lært å se i mørket! Jeg håper at dette indre lyset aldri slukner!” tenkte hun, for like etter å utbryte med høy røst: - Takk, Pachamama, du gode og kjærlige mor! Du har gitt kvinnene mange gaver og evner!

Den kvinnen som har tro på seg selv, som stoler på sine egne krefter og sin indre energi, går seirende ut av hvilken som helst situasjon.

I hele sitt liv, inntil denne dag, hadde hennes selvbilde vært skadelidende, og hun hadde pålagt seg selv en væremåte som ikke stemte med hennes egentlige vesen. Det hadde bodd to personer i henne; den virkelige Kantu og den hun viste andre. Dette dobbeltlivet hadde avsporet henne fra de viktigste målene i livet, og det hadde fremfor alt utvisket hennes personlighet. Slik hadde hun forringet sin egen verdi som kvinne, og det hadde skapt en forvirring i henne. Denne væremåten tillot henne ikke å virkeliggjøre seg fullt og helt som kvinne. For å tilpasse seg samfunnets kvinnemodell kunne hun ikke være oppriktig overfor seg selv og sitt eget indre, og derved hadde hun tilført seg selv en tilsynelatende ubotelig skade.

Med årene hadde hun også begynt å engste seg for å bli eldre, noe som er typisk for kvinner, og det var nok et resultat av det infantile synet hun hadde hatt på seg selv. Men nå hadde hun forstått hemmeligheten ved å kunne leve et

fullverdig liv og beholde den samme vitaliteten som da hun var yngre. Vitalitet er sjelens ungdom, aksept av seg selv og gjenopprettelse av harmoni.

“Å være kvinne vil si å legemliggjøre et individ som samtidig er fjell, skog og sjø. Et individ der livet blir skapt. I hennes kropp er snødekte fjell, kløfter og daler, der det strømmer vann som istemmer en uendelighet av lovsanger. Fuglene blander seg med de fargeglade blomstene og plantene; bjørnen slukker sin tørst med vannet og fryder seg over blomstene. Og kolibriene, med sine spisse nebb, flyr fra blomst til blomst og suger livets nektar. Hvis du er kvinne, er du en livets medspiller, og din vandring er en pilgrimsferd. Du er født som kvinne for å lære menneskene å oppsøke Pachamama, for du er selv det dypeste uttrykk for kjærlighet. Men husk, som alt annet i naturen kan du være formidler av kjærlighet så vel som av hat og disharmoni. Du kan huse vakker, bugnende vegetasjon, majestetiske fjell og de skjønneste landskaper, eller det kan bo en ørken i deg, et ufruktbart land uten liv.”

# Å forstå mannen og kvinnen



Mann og kvinne er ikke like, de utfyller hverandre. Det mannen mangler fra naturens side, det har kvinnen, og omvendt. De er ikke like, verken fysisk eller mentalt. I hvert eneste individ vibrerer energier av ulik dimensjon, i samsvar med deres egen natur.

Å innse forskjellene vil hjelpe deg til å forstå mennene, vite hva de tenker, hva de ønsker å oppnå. Slik vil du finne ut av hvem du vil dele livet med. Du må ikke gi kropp og sjel til en som ikke fortjener det. Når du gir deg til en mann, må det være for at du skal få ham til å vokse og følge kjærlighetens vei. Du må lære ham å elske, og ved hjelp av kjærligheten kommer dere til å få et lykkelig samliv. Gjør du det ikke på den måten, blir livet ditt sterilt. Du må hjelpe mannen til å gjenoppdage sin egen åndelige kraft. Bare slik kan du løfte deg selv og bli en lysets kvinne.

Helt fra jeg oppdaget de forskjellene, har jeg forstått det

vesentlige ved å være kvinne, et privilegert vesen, utstyrt med en ekstraordinær kraft....og da fikk jeg også forståelse for mitt eget liv. Takket være den kunnskapen har jeg kunnet legge hvilken som helst mann for mine føtter; men det har jeg ikke vært interessert i, jeg foretrakk å gi dem hjelp til å utvikle seg.

Jeg har virkelig elsket de mennene jeg har levd sammen med. Det kom øyeblikk da jeg visste at min kjærlighet aldri ville dø. I de periodene levde jeg intenst, jeg ga alt av meg selv og mottok erfaring og viten i bytte.

De mennene jeg har levet sammen med, har elsket meg, og jeg har elsket dem. Når man først innser hvor annerledes de er, begynner man å kjenne dem, og når man kjenner dem, vil man også begynne å forstå dem, og har man først lært å forstå dem, vil man også komme til å elske dem utover bare det å ville eie kroppen deres eller livet deres, konkluderte den gamle kvinnen med ettertrykk.

Mannen tenker stort sett i formuleringer omkring jeget, i individualistiske vendinger, og han er mer saksorientert. Kvinnen derimot, er mer tilbøyelig til å tenke kollektivt. Derigjennom manifesterer kjærligheten seg, selve livets lov. Ordet "vi" er mer i bruk hos henne. For å sette seg i respekt tyr mannen til fysisk styrke og muskelkraft, mens kvinnen, av naturlige årsaker, ikke kan gjøre det samme. Hun bruker tålmodighet, vennlighet og overtalelse. Mannen forandrer og river ned; kvinnen forener, gir liv, rettfærdiggjør, helbreder og skaper.

Når det gjelder seksualitet, er mannen overfladisk og utvendig. Det han er ute etter, er tilfredsstillelse og besvangring, mens kvinnen går dypere, inderligere; hun vil ha kjærlighet, gi av seg selv og motta i seg selv.

Den ene vil så sin sæd, mens den andre tar imot den og lar livet spire. Mannen bygger huset, men kvinnen gjøre det til et lunt rede. I sitt forhold til andre søker mannen anerkjennelse.

Mannen tenker, vurderer og handler; kvinnen fantaserer, bruker sin intuisjon og drømmer.

- Mama Maru, hva kan jeg selv gjøre for virkelig å forstå en mann? spurte hun.

- Du må studere ham oppmerksomt som et hele: hans fysiske utseende, hans gester og hele hans opptreden. Så skal du lukke øynene og lytte til klangen og rytmen i stemmen hans. Når du har gjort det, vet du allerede mye om ham: hva han tenker, hvordan han reagerer, hva han vil, hvilke idealer han har, om han er en ærlig mann eller ikke. Deretter kan du spørre ham om hvordan han ser på familien, arbeidet sitt, vennene, livet, religion, kjærlighet, følelser. Spør ham ut om hans lengsler, planer og interesser. Siden må du studere mannen når han er i aktivitet, legg spesielt merke til hvordan han oppfører seg når han arbeider, hvordan han uttrykker eller undertrykker sine følelser, og hvordan han løser problemer. Slik vil du oppdage hvilke resurser han er utstyrt med, og hvordan han kan hjelpes til å bruke dem. Først når du ser om han er en person som passer for deg, kan du gi ditt liv til ham i kjørlighet, med hengivelse og glede.

- Hva mener du er det viktigste i et samliv? spurte Kantu.

- Kjærligheten, svarte medisinkvinnen uten å nøle. - Kjærligheten forener, styrker, utvikler og opphøyer. Vi lever for å elske; uten kjærlighet visner sjelen, og livet fortjener ikke å bli kalt liv. Man lever bare når man elsker, men kjærligheten er ikke evig, den er ikke varig. Så når man først elsker, må man leve intenst i nuet, for kanskje den dør en gang i fremtiden, kanskje den slukner. Livet må ofres på kjærlighetens alter, for når man gir seg hen i kjærlighet, vil man også få kjærlighet tilbake.

- Jeg har sett kjærlighetsløse ekteskap, ektefeller som fortsatte å leve sammen selv om de ikke var glad i hverandre lenger, repliserte Kantu.

- Ekteskapet er en institusjon som er skapt av samfunnet. Det ideelle er et ekteskap i kjærlighet, men vi vet alle at det finnes fornuftsekteskap. Ekteskapet binder mennesker sammen. Det er som et solid bur: De som står utenfor, vil gjerne inn, og de som er innenfor, vil gjerne ut. Ekteskap er ikke synonymt med kjærlighet.

- Men bør man da gifte seg eller ikke?

- Du bekymrer deg for mye om ekteskapet, lille due! Det dreier seg om en institusjon som utelukkende er skapt for å beskytte foreldre og barn, det har ikke egentlig med kjærlighet å gjøre. Når to personer elsker hverandre, knytter de sine liv sammen i eller utenfor ekteskapet. Og når kjærligheten dør, er det like greit å gå fra hverandre. Man kan ikke forgude en avdød.

- Men hvordan kan jeg vite om en mann er glad i meg eller om jeg er glad i ham? Og hvordan skal jeg oppføre meg?

- Å elske og å være glad i tilhører begge deler et parforhold, men det er to forskjellige ting. Når en kvinne lytter til sine instinkter, vet hun om en mann elsker henne, eller kanskje ikke, men en mann er ikke slik. Mannen er tilbøyelig til å vurdere forstanden høyere enn følelsene, men har gjør det ikke alltid, han greier ikke å skjelne mellom å begjære og elske. Enhver mann kan føle en ekte eller en sykelig tiltrekning til en kvinne uten at det har med kjærlighet å gjøre, sa Mama Maru og gjorde et lite opphold, og så fortsatte hun:

- I ditt tilfelle har du elsket og elsker fortsatt lidenskapelig. Og han vil ha deg bare fordi han tiltrekkes seksuelt av deg. Det er åpenbart at han ikke elsker deg, ellers hadde jeg bedt deg dele livet ditt med ham. For å vinne hans kjærlighet må du benytte deg av den seksuelle dragningen som lokkemat, og i tillegg må du bruke din indre, positive energi. Intensiteten i dine følelser vil nå ham i forhold til den styrken du legger i energien; den vil avsløre hvor dyktig du er. La energien din strømme fra det dypeste i deg selv, og han kommer til å se et lys i deg som vil skinne og lede ham på rett vei. To liv smelter sammen til ett, det vil si at himmel og jord

forenes, og en kjærlighetens kilde blir skapt.

Observer din mann, ikke for å kritisere ham, men for å samordne fremtidsplanene. Men for å forstå ham og lære ham å kjenne må du først kjenne deg selv og akseptere deg selv som kvinne.

- For å kunne realisere deg fullt og helt i livet trenger du en manns kjærlighet, og for å vinne den må du først erobre ham med din myke kvinnelighet uten at han oppdager det, for mannen liker å se på seg selv som erobreren, selv om han i realiteten ikke er det. Mama Maru gjorde en liten pause før hun fortsatte: - Mannen er lykkelig når han deler livet med en feminin kvinne full av livsglede og som er like innstilt på å nyte sexlivet som han er. Du er fysisk sett attraktiv og fristende, men hold igjen så lenge som mulig, eller i det minste til skjønnheten i ditt indre også gjør inntrykk på den du vil ha.

- Du må uten ord la ham forstå at du ønsker hans nærvær. Med takt og følsomhet må du inspirere ham til å handle. Du må aldri fortelle en mann hvilken vei han skal velge, begrense deg til å foreslå. Men vis deg som en kvinne full av liv, og med det som mål må du holde deg selv i form, både fysisk, mentalt og åndelig. Han må overbevises om at du er en støtte for ham og ikke en byrde han må bære. Og husk én ting: Seksualiteten er en del av kunsten å elske, basert på innsikt i den andres tidsikk og mentalitet, og kan ikke forklares med ord. Man må forsøke seg frem.

## Mann og kvinne må utfylle hverandre.



Den vanlige forestillingen om at det er mannen som skal lære opp kvinnen når det gjelder sex, er gal. Den kunnskapen din kjæreste foregir å eie, er bare en liten del av det hele og har bare å gjøre med det laveste nivået, nemlig avl og nytelse. Utfoldelse av sex gir også helse og spiritualitet, men det forstår han ikke, for det er ingen skole som underviser i et så viktig fag som det å leve sammen med et annet menneske, det å kunne utveksle nytelse og kjærighet. Mannen er like uvitende som kvinnen når det kommer til nytelsens og kjærighetens kunst, for han mangler ferdighet og erfaring i samlivets kunst.

Kantu ble nokså overrasket over det hun fikk høre, og derfor spurte hun: -Hvordan skal en kvinne forberede seg på seksuallivet?

- Først og fremst må hun se på sin egen kropp som noe hellig, og det mest intime stedet er det helligste, for det er stedet for reproduksjon, gjenfødelse, regenerasjon, selve den åndelige alkymi. Derfra strømmes all den energien som er virksom i et levende individ. Våre besteforeldre kalte det chaka, møtestedet for den synlige og usynlige verden. Man bør holde seg til unitarisk sex, det som kalles hellig seksualitet. Formålet med det er å lære å aktivisere den energien som befinner seg i individets nederste del og heve den mot det høyeste, og derved gå inn i det uendelige, i tidens og rommets domene, kjærlighetens rike. Kvinnen greier i kraft av sin spesielle natur å komme inn i det rommet, og det er derfor hun vet hva kjærlighet er. Mannen har problemer med å nå den dimensjonen. Han vet at kjærligheten finnes, men vet ikke nok om den. Her ligger vår oppgave: "Lære mannen kjærlighetens vesen å kjenne." For å lykkes med det må kvinnen i første rekke perfeksjonere seg når det gjelder berøringssansen. Seksualakten har med berøring å gjøre, og erotikken er en lek som tillater perfeksjonisme. Men det er bare med intuisjon og ømhet en kvinne vil lykkes i å lede en mann over i kjærlighetens dimensjon. Og veien som fører dit, er lang og strevsom. Man er nødt til å frigjøre seg fullt og helt fra de tabuene som samfunnet har påført oss, og være villig til å ta en risiko.

For at et par skal ha hell med seg i samlivet, må de bruke motsetningene seg imellom til å skape en enhet og ikke til senere å bryte med hverandre eller for å se på hverandre som rivaler. Hvis kvinnen skjønner hvordan denne enheten kan skapes, må hun bruke sin egen indre energi for å gjøre det lettere for mannen å tilpasse seg.

Derfor spurte hun: -Hvis mann og kvinne ikke er like, hvem av dem er da den sterkeste?

Mama Maru svarte: -Du tenker fortsatt som en mann. Når du snakker om den sterkeste, setter du det ene individet opp mot det andre. Det ideelle er ikke å skille mannen fra kvinnen, men å finne ut av hvordan de kan utfylle hverandre. I

en slik prosess ser man ikke etter motsetninger. Det finnes folkeslag der respekten for kvinnen er reell, der hun blir behandlet nesten som en gudinne, og det finnes andre der samlivet er preget av overlegenhet og underlegenhet mellom partene, svarte Mama Maru.

-Vet du hvordan den andiske kvinnen var før spanjolene kom? spurte Kantu.

-For noen hundre år siden deltok den andiske kvinnen i arbeidet med dannelsen og organiseringen av samfunnet. Utover det å ha tilgang til å delta i slike aktiviteter var hennes viktigste rolle å oppdra og forme fremtidens generasjoner. Hun medvirket i mange andre oppgaver også, men det viktigste var å være mor og hustru. Den andiske kvinnen levde sammen med mannen som hans hustru, kamerat og læremester. Hennes univers var ikke begrenset til hus og hjem, men omfattet også verden utenfor, hun deltok ikke bare i festligheter og arbeid, men medvirket også ved valg av representanter til politiske verv. Hun førte et aktivt liv i overenstemmelse med sitt talent og sin skarpsindighet, og hun uttrykte fritt sine meninger om ethvert tema. For datidens kvinne eksisterte ikke begrepet "jeg"; det som eksisterte var mer omfattende, nemlig begrepet "vi".

Hun var seg selv og ikke den foreldrene ville hun skulle være. Den indianske kvinnen var fri; hun arbeidet som et hvilket som helst annet medlem av samfunnet, og hennes meninger og tanker ble respektert. Noen steder kunne kvinnene bli ledere, de løste hverdagens problemer og administrerte arbeidsfordelingen.

Deres eneste ledetråd var "kjærligheten". Før de aksepterte en mann som livsledsager, foretrakk de å bli kjent med ham gjennom å leve sammen med ham en tid; bare på den måten kunne de se personen slik han virkelig var, med dyder og mangler, i overbevisning om at de ut fra den erfaringen sammen ville kunne utvikle seg videre. I Andes var ikke barna den biologiske morens eiendom. Faktum er at hun delte dem med andre mødre. Det nyfødte barnet ble sett

på som sønn eller datter av alle; alle kvinner var barnas mødre, og selv barnløse kvinner hadde rett til å skjemme dem bort og kjærtegne dem. Det eksisterte ikke ord for å uttrykke mødres eiendomsrett: barnet ble betraktet som et vesen som understrekte prinsippet om et felles moderskap og menneskelig vekst. Oppdragelsen av barne var også et felles ansvar. Det nye individet hadde biologiske og psykiske behov som bare moren kunne tilfredsstille, men bare oppdragelsen som sådan og videre utdanning ble tatt hånd om av moren og andre mødre i fellesskap. De formidlet basiske kunnskaper. I første rekke ble barna lært opp til å være seg selv, å respektere og sette pris på seg selv, fordi det var nødvendig først å elske seg selv for å kunne elske andre. Har du ikke lært å sette pris på deg selv, kan du ikke lære andre å elske sin neste. Vi kan ikke gi bort noe vi ikke har, ei heller lære bort noe vi ikke selv har lært eller erfart. De fikk også vite at en indianers første plikt var å elske alle sine medmennesker; kunne de ikke det, var de dømt til ensomhet, fortvilelse og forfall. I de tider var det fremgang og utvikling i Andes, fordi man respekterte forskjellene mellom mann og kvinne, og det ble utviklet en kollektiv måte å tenke og handle på.

Da hun hadde sagt dette, tidde medisinkvinnen for å fortsette med sine daglige gjøremål. For sin del satte Kantu seg ned for å tenke over alt hun hadde fått høre. Hun lukket øynene for å bruke sjelens øyne, og da så hun Mama Maru skinne med kjærlighetens lys.

# Den vitale energien



Nå for tiden blir den vitale energien, den seksuelle aktiviteten, kun sett på som kjønnslig utfoldelse, en ren kjønnsakt. Den blir utelukkende assosiert med lystfølelse og formering, uten at folk forstår at det egentlig dreier seg om en strøm av livgivende energi som finner frem til det mest bortgjemte i oss. Den har ikke bare å gjøre med forplantningen som sådan, det er en handling som fører til helse, kreativitet og inspirasjon. Seksualitet som energi former vår sosiale, psykologiske og mor-

alske aktivitet overfor andre mennesker, og når det gjelder vår egen personlighet fastsetter den hva vårt moralske ansvar omfatter.

Denne manifestasjonen av energi er i sin opprinnelse grunnleggende feminin. Alt som foregår, fra skapelsen, forplantningen og oppdragelsen av det nye individet, er feminint. Mannen besvangrer, men kvinnen skaper og utvikler liv. Derfor er det feminine selve bæresøylen, utgangspunktet for liv.

Den delen som kalles chaka, sa Condori og pekte på korsbenet og venusberget, er tilholdsstedet for den vitale energien, som er en meget sterk og skapende energi hos kvinnen. Kvinnen har derfor en mye sterkere seksualdrift og større energi enn mannen; det er bare det at hun ikke er seg det bevisst, fordi hun er under press av visse kulturelle forhold og tabuer som i sin tur beskytter økonomiske, politiske, sosiale og religiøse interesser.

Enkelte menn har med alle midler forsøkt å forringe kvinnens livsvilkår ved å dominere og slavebinde henne. Mannen frykter kvinnens seksualitet og misunner henne den; det er bare virkelige menn som respekterer og verdsetter den mest intime del av kvinnen.

Vi medisinnmenn kaller det kvinnelige kjønnsorgan Paqarina, det betyr “fødselssted” eller Pakarina, “stedet som forvalter menneskehetens skjebne”. Vi som følger den åndelige vei, kaller det også Ulana, eller “stedet for viten”; og vi ser på det som hellig. Der har mannen mulighet til å forstå de universelle, uforanderlige og herskende lover som går utover jordisk og menneskeskapt tid og rom, og som er knyttet til den guddommelige dimensjonen som eksisterer i hver og en av oss.

En mann som oppsøker en kvinne, må gjøre det med beundring og fordypelse, for det er bare gjennom den feminine dør han kommer frem til uendeligheten. Og kvinnen på sin side må spenne broen av eksisterende energi mellom sitt kjønn og hjerte.

# Lær å puste på ny



Det første skritt på veien er å lære å puste på ny. Condori forklarte henne at mennesker som hadde fjernet seg fra naturen, ofte mistet sin naturlige pusterytme, noe som også hadde rammet henne. -Du må lære å puste naturlig igjen, sa han. -Det vil jeg hjelpe deg til å forandre på visse prosesser i organismen, slik at du lettere oppnår det du vil.

For å få pusten tilbake til det normale, må du gjøre følgende øvelser: Lukk øynene og pust dypt inn og forsøk å konsentrere deg om det som skjer i din indre verden. Når du merker at du må puste ut, gjør det langsomt til du har fått ut det meste av luften. Når du merker at organismen trenger ny luft, puster du inn; så tar du en pause til du føler trang til

å puste ut igjen. Det viktigste ved denne øvelsen er at du er din egen inn- og utånding bevisst. Du kan variere pusterytmen slik du selv måtte ønske.

Condori gjorde en pause før han fortsatte: -Før du begynner å aktivisere energien din, må du også gjøre disse øvelsene for å revitalisere lungene; Reis deg opp i stående stilling, rett ryggen og legg de knyttede hendene over brystene slik at du rører ved brystbenet med knokene. Trekk pusten dypt og langsomt til du har fylt lungene helt. Når du har gjort det, skubber du albuene langsomt bakover til tommelfingrene berører armhulene.

Når du har kommet så langt, puster du ut samtidig som du bringer hendene i utgangsposisjon igjen. Du må hele tiden passe på at utpustingen skjer når hendene ligger på brystbenet. Fortsett med denne øvelsen ti ganger til, og pass på å bruke et halvt minutt for hver inn og utånding.

Med den neste øvelsen rensker du opp i luftveiene. Mens du står, legger du begge hender på magen og puster dypt og langsomt inn. Når du har fylt både mage og brystkasse med luft, bøyer du kroppen langsomt forover, samtidig som du slipper luften ut igjen.

Med hendene øver du et visst press på magen for å lette utpustingen. Når du har fått ut all luften, og det må skje mens du fremdeles står bøyd, går du tilbake til utgangsposisjonen uten å puste inn før kroppen er helt oppreist. Denne øvelsen må du også gjøre ti ganger og bruke tredve sekunder på hver bevegelse.

Så er det enda en øvelse, og den skal også venne kroppen din til å puste naturlig og riktig. Du skal stå oppreist og puste langsomt inn mens du hever armene til de står i rett vinkel ut til siden.

Hold pusten mens du strekker armene frem og bøyer deg forover til hendene berører føttene. Pust ut. Så reiser du deg hurtig og går tilbake til utgangsposisjon. Gjør dette også ti ganger, og husk, du må puste inn når du hever armene, og puste ut når du senker dem.

Det neste jeg skal lære deg, er følgende: Du står oppreist, med ryggen rak, armene langs siden og hodet hevet. Pust langsomt inn til lungene er fylt, og så, uten pause, puster du langsomt ut igjen. Gjenta dette til du greier å synkronisere pusten til hjerterytmen.

De følgende dagene fortsatte Condori å instruere henne i enda flere teknikker for å hjelpe henne tilbake til den medfødte pustemåten. Kantu forstod at respirasjon var selve livet og en grunnleggende del av kunsten å mestre den seksuelle energien.

Da Cantori lærte henne å praktisere den hellige seksualiteten, behandlet han henne som en gudinne, med utsøkt omtanke og ømhet. Litt etter litt ble hun for første gang virkelig kjent med de forskjellige følelsene som blir utløst når to kropper kommer i kontakt med hverandre. Det fikk henne til å oppdage de seksuelle forskjellene mellom mann og kvinne. Den intime kontakten hun hadde hatt med Juan, var ikke den samme som den hun nå opplevde med Condori. Utøvelsen av den hellige seksualiteten ga henne helt andre sanseopplevelser.

Hun lærte å leke med den seksuelle energien, å være som bølgene på havet når de skyller mot land og leker i sanden, når en liten bølge blir til en stor og denne igjen blir til andre som er enda større.

Dette var en helt ny erfaring, og en dag kunne hun ikke la være å spørre Condori: -Hvorfor får jeg helt andre fornemmelser og følelser nå enn da jeg var sammen med Juan? -Fordi det du opplevde sammen med Juan begrenset seg til en jakt etter nytelse, svarte han. -Vi går i en annen retning. Vi arbeider med å studere og finne ut av hvordan nytelsen oppfattes. Vær alltid en ivrig observatør av egen kropp, og du skal få oppdage at du er som et finstemt musikkinstrument som en musiker spiller på og ut fra sin dyktighet vil kunne frambringe store symfonier, enklere musikalske komposisjoner eller ordinære melodier med. Den virkelige

kunsten å aktivisere energi er å kunne hente frem den symfonien som forener deg med universet: en symfoni av kjærlighet og higen mot det høye.

Og nå skal du få lære noen øvelser som vil styrke utvendig og innvendig muskulatur, sa Condori og viste henne hvordan hun skulle utføre dem. -Denne vil styrke bekkenet! Du står rett opp og ned med hendene på hoftene, trekker pusten dypt inn og holder den. Strekk høyre ben så langt som mulig ut til siden, så trekker du det tilbake igjen, mens du puster langsomt ut. Gjør det samme med venstre ben. Gjenta øvelsen ti ganger med hvert ben.

Den neste vil styrke sonen omkring korsbenet. Legg deg på ryggen, pust langsomt og dypt inn, mens du løfter bena. Så skal du bevege dem så langt ut til siden som mulig, og deretter går du tilbake til utgangspunktet. Du må sørge for at hele bevegelsen sett under ett utgjør en sirkel utenfra og innover og innenfra og utover. Med litt øvelse vil du se at du oppnår effekt både for muskler, bekkenet og korsbenregionen.

## Vi er vesener av lys



Hvis du vil ha maksimalt utbytte når du skal absorbere solens energi, må du stå tidlig opp og vente på soloppgangen. Når planetenes konge viser seg i horisonten, skal du åpne øynene og puste inn mens du ser på solen, og lukke dem når du puster ut. Gjør denne øvelsen ti ganger. Du kan sitte eller stå mens du gjør den, det spiller ingen rolle, skjønt det beste er å gjøre den stående. Du må lære deg gradvis til å se på solen, så pupillene dine ikke skades. Husk derfor å lukke dem halvt når du puster inn, og helt når du puster ut.

Når du stirrer mot lyset, oppfatter du ikke bare glansen, men du kommer også til å skjelne formen, bakgrunnen og fargen bedre. Disse dataene er viktige når du skal forsøke å lade opp deg selv gjennom respirasjonen, i særdeleshet hvis du, for å nå et mål du har satt deg, har behov for større intuisjon og må ty til intellektet mer enn til din fysiske styrke. Når det er natt

og fullmåne, skal du stirre på den med helt åpne øyne, hold for det venstre neseboret og pust inn med det høyre neseboret. Bruk denne pustemetoden, og så skal du få se hva som skjer inne i deg. For å øke effekten, la et fat med vann, ikke av metall, bli stående ute om natten, og så vasker du deg i det vannet neste morgen før solen står opp. Når du blir sulten, spis noe som også har stått ute.

De fleste av lydene i byen er uheldige for mennesket. De skader sinnet, bringer det på avveie og gjør kroppen syk. Hvis du ser på en mann fra byen og på en som lever i kontakt med naturen, vil du kunne merke at de ikke har samme type energi. En mann som lever naturlig, er mer ladet og har en større energimengde enn en mann fra byen.

Kantu måtte tenke på lyden av bilhorn, bildur, motorsykelbråk, den skingrende lyden av enkelte musikkinstrumenter og den øredøvende musikken i diskotekene. Hun husket blikkene og uttrykkene til dem som lyttet til slik musikk, og innså hvorfor det var uomgjengelig nødvendig å velge seg ut de riktige lydene.

Nå er du en målbevisst kvinne, du går målbevisst og vet å sette deg i respekt på en hyggelig måte!

Kantu kunne glede seg over en følelse av uendelig kjærlighet, og hennes åndelige utbytte ble stadig større. Hun hadde lyktes i å utvide bevisstheten, og alle verdens skapninger forekom henne så vakre: fuglene, blomstene og alle levende vesener. Hennes kjærlighet kjente ingen stengsler eller grenser; hun følte seg fri, hun var ikke offer for tidens eller rommets luner. Hennes verdensanskelse var i endring.

Du må være forsiktig med hva du sier; pass på at bare ord som uttrykker håp, innlevelse og kjærlighet får slippe over dine lepper, og ikke ord som innebærer hat, nag eller pessimisme. Ditt ord er skapelse og skapelseskraft.

Kantu, du har greid det, du har tent din indre sol, dypt inne i deg selv. Jeg skal være lyset som skinner på deg utenfra, men fra nå av har du også ditt indre lys.

# Epilog

## Mange kvinner er nå på åndelig vei



Når man hjelper sin neste, blir trettheten borte av seg selv, særlig hvis man gjør det med kjærlighet, sa Kantu, og hun tilføyde: -Det har jeg lært av Mama Maru og Tata Condori, og det er en del av en profeti som burde gå til hjertet på hver eneste kvinne. Vår misjon på Jorden er å spre kjærlighet overalt, for det er bare gjennom kjærligheten vi kan lede menneskeheten inn på en åndelig vei, og gå i møte med den som styrer universet.

Profetien ser nå ut til å gå i oppfyllelse. Mange kvinner er på vandring langs den veien, andre kommer allerede etter, og atter andre er i ferd med å våkne.

Brigida så på medisinkvinnen. Mot det svake lyset som trengte inn i rommet, strålte en glorie ut fra kroppen hennes. Hun forstod at denne medisinkvinnens var en lyskvinne, og at hun hadde valgt å gå i menneskehetens tjeneste.

Kantu så på venninnen med kjærlige øyne og sendte henne sitt vakreste smil, og en himmelsk atmosfære kunne fornemmes omkring henne. Hun var ikke lenger en vanlig kvinne, men en Kjærlighetens gudinne.

# Et virkelig fredsprosjekt



Prosjektet til la Universidad de la Vida la Paz er meget viktig for menneskehetens fremtid. For fullt og helt å forstå dets filosofi og formål finner vi det hensiktsmessig å presentere noen avsnitt av en forelesning som ble holdt av professor Hernán Huarache Mamani med tittelen “Nødvendigheten av en ny utdannelse”.

“Etter å ha vært i kontakt med Vestens kultur, studert den og opplevd den på nært hold, og deretter ha sammenlignet den med det gamle Perus kulturelle visjoner, er jeg kommet til den konklusjon at vår viten om det feminine univers vil kunne hjelpe det moderne mennesket til å finne veien tilbake til et samfunn med fred og velstand. Det er jo et faktum at i samme stund som jeg nå taler til dere, står verden i fare for å bli ødelagt og forringet av menneskene.

En rekke regjeringsoverhoder i våre nåværende samfunn ten-

ker bare på å berike seg selv og overser totalt de store skadene de påfører miljøet.

Egoistiske personer uten moral utnytter skruppelløst vitenskapelige og teknologiske oppdagelser i sin streben etter å berike seg selv, uten å ta i betraktning verken umiddelbare eller langsiktige virkninger av sine handlinger.

Når de vitenskapelige, teknologiske og økonomiske interessene til en liten gruppe menn får bestemme over og påvirke velstanden i hele samfunnet, er det et klart signal om at en ren forakt for livet har tatt over makten.

Jeg spør meg selv om disse mennene er seg bevisst at de ved sin handlemåte truer med å utslette hele menneskeheten. De turer frem på en ansvarsløs måte, uten kjærlighet til og respekt for livet og kloden vi bor på.

Imens må størstedelen av menneskeheten lide under trusselen om kollektiv utslettelse på grunn av utslipp av kjemiske og radioaktive stoffer, lekkasjer ved oljeutvinning i havet, bruk av plantegift og forørkning av enorme jordbruksarealer eller bruk av masseødeleggersvåpen.

Enten får minoritetens egoisme overtaket, eller også vil majoriteten av menneskeheten seire ved hjelp av sin klokskap og innsikt.

Når jeg ser det hektiske livet til de menneskene som hver dag haster av gårde til arbeidert, er jeg sikker på at de ofrer sin livskvalitet, for de lever hele tiden under påvirkning av frykt, smerte, sorg, ensomhet eller bekymring.

Jeg spør meg selv: Hva kan vi gjøre med dette? Jeg har tenkt på deg mange ganger, og for hver gang blir jeg mer sikker i min sak: Hvis vi ikke forandrer vår nåværende tenkemåte og måten vi oppfører oss på og lever på i denne vår verden, er menneskeslekten dømt til å forsvinne fra jordens overflate.

Jeg har alltid ment at for å løse dette problemet må vi gjøre bruk av en kreativ utdannelse, basert på kjærlighet, sannhetssøken og respekt for alt som lever.

Med dette som mål er det nødvendig å gjøre en helomvendning og skape en ny undervisningsinstitusjon som kompletterer eller forbedrer den allerede eksisterende.

Den nye institusjonen må legge vekt på å utvikle kreativitet, bevissthet, en åndelig og hellig dimensjon når det gjelder vår eksistens, og anspore oss til å se på moder Jord som en levende organisme, som vi er en del av.

Min undervisningserfaring både i Peru og i Europa har gitt meg anledning til å analysere de problemene som utdannelsessituasjonen av i dag står overfor.

- a. Utdannelsen av mennesket har sakket akterut i forhold til utviklingen av vitenskap og teknologi.
- b. Den nåværende undervisningen er amoralsk, begrepsorientert og ensrettet og gir ikke kreativiteten nok spillerom.
- c. Undervisningen og opplæringen er overfladisk og fører til materialisme og overdrevent konsum.
- d. Det finnes ikke mange utdannelse sinstitusjoner some er rettet mot vårt indre, mot utvikling av bevisstheten og et åndelig liv.
- e. De kulturelle, vitenskapelige, teknologiske og kunstneriske institusjonene bidrar ofte til utarming av jorden.
- f. Penger blir vurdert høyere enn liv.

For å skape et nytt menneske for det tredje årtusen og sikre fred, brorskap og rettferdighet i verden, må interesserte personer få stilt til rådighet gode undervisningsmetoder for å utvikle den menneskelige natur i retning av fellesskap, harmoni og velstand gjennom å vektlegge samarbeid, toleranse, gjensidig respekt mennesker imellom og et liv i samspill med naturen.

For å oppnå dette må vi prioritere følgende disipliner:

1. Utdannelse som er rettet mot fred og kosmisk bevissthet.
2. Vitenskap om liv kontra utbygging: fornuftig bruk av energi for å forsvare liv og beskytte miljøet.
3. Holistisk medisin som tar hensyn til forskjellige folkeslags tradisjoner.
4. Agronomi med det formål å bevare økologiske sammenhenger.
5. Kostholdslære basert på kunnskap om matvarer og kunsten å tilberede dem.
6. Undervisning med sikte på menneskelig utvikling og forvandling: studiegrupper for vekst, kreativitet, meditasjon og åndelig utvikling.
7. Kunst og kreativitet: musikk, dans, teater maling.
8. Undervisning som angår familieforhold for å utvikle et solidarisk samfunn.
9. Kommunikasjonskunnskap for å bedre informasjon menneskene imellom.
10. Psykologi: anvendt psykologi med det formål å ta i bruk de 90 prosent av vår kapasitet som vi fremdeles ikke benytter.
11. Studier av alle verdens kulturer og religioner.
12. Økonomi og demografi for å oppnå et samfunn som garanterer for de grunnleggende behov ethvert menneske har.
13. Administrasjon og fornuftig bruk av naturressursene med minst mulig forurensning.
14. Studier i økologi for å løse problemene med forurensning gjennom å undervise i og anvende disse disiplinene til beste for alle levende vesener på Jorden.

Ved å undervise i og anvende disse disiplinene til fordel for alle mennesker på Jorden vil vi kunne skape et rettferdig, fredelig og solidarisk samfunn for mer enn ti milliarder mennesker uten at det vil føre til stor forurensning, nemlig ved at vi bruker dagens teknologi i kombinasjon med den som ble utviklet av menneskene i Andes i preinka- og inkakulturene i Peru.

Vi søramerikanske indianere, som skapte vår egen kultur i tidligere århundrer, planlegger nå, i den samme overbevisningens ånd og med den samme entusiasme og kreativitet, å grunnlegge en utdannelseinstitusjon som vil bli rettet mot menneskets åndelige utvikling.

Vår kultur hadde utformet en vitenskap og en kunst som var basert ikke bare på mannens analytiske evne, men i større grad på kvinnens fantasi og intuisjon.

Den andiske kulturen var i det alt vesentlige en kvinnekultur, som ga oss anledning til å løse sosiale, politiske, økonomiske og oppdragelses- og utdannelsesmessige problemer gjennom to institusjoner: Yachaywasi og Akllawasi.

Når det gjelder den første, var undervisningen rettet mot det ytre og hadde innflytelse over den materielle utviklingen av samfunnet ; den andre var en institusjon som tok seg av det indre, utviklingen av det åndelige. For syv hundre år siden foranlediget Akllawasi at perwanske kvinner dannet staten Tahuantinsuyo,. Det var et globalt samfunn som stod for utvikling av materielle verdier og menneskets åndelige egenskaper. Og med dette for øye ble det skapt en vitenskap, en kunst og en teknologi som søkte å bevare liv og garantere fred for alle folkeslag i Andes. Disse kloke kvinnes pågangsmot var den inspirasjonen, motoren og impulsen som ga støtet til et av de mest rettferdige og solidariske samfunn som har eksistert. Dessverre ble denne institusjonen - et sant og virkelig universitet der den peruanske kvinnen i en fjern fortid nøt en status som dagens kvinner først nylig har oppnådd - rasert av krigerske erobrere, som i flere hundre år ikke brakte annet enn kaos, ødeleggelse og død til Andes. Akllawasi ble definitivt ødelagt av de spanske inntrengerne.

Hvis vi i dag, for å bekjempe det herskende kaos i den moderne verden, skulle ønske å gi mennesket ikke bare komfort, men fred, harmoni og åndelig utvikling, måtte vi skape en institusjon i likhet med Akllawasi.

## Dagens maskuline skolesystem kan erstattes av **Hjemmeskolens fordeler:**



1. Hjemmeskole ER lovlig, med krav at barna skal få samme lærenivå som i off. skole (eller bedre!).
2. Barna får frihet til lek og selvutvikling, lære seg selv å kjenne, som gir selvtillit og harmoni resten av livet.
3. Barna lærer i trygghet og kjærlighet av foreldre som elsker å gi de beste kunnskaper for at de skal få et lykkelig liv.
4. Barna blir selvstendige av å lære det de ønsker, når de er modne for det. De settes da i gang og overvåking er unødvendig.
5. Hjemmeskole gir et bredere perspektiv, hvor barna også lærer å se innover, kjenne og følge hjertet, som er selve grunnlaget for fred. Gjesteforelesere brukes til spesielle fag.
6. Barna får sitt søvnmonster tilfredsstilt, som er fininnstilt til deres fysiske og psykiske behov.
7. Hele familien får frihet til å oppholde seg der det passer

best for utfoldelse i friluftsliv og sosiale behov.

8. Hjemmeskole er like viktig for barna som morsmelk er for spebarna. For helt å forstå dette, er det bare å innse at barnehage og skole, borte fra hjemmets kjærlige trygghet, er en enorm belastning på barnas psyke.

9. Kjærlige mødre i hjemmet, er selve grunnlaget for å skape en lykkelig, sammensveiset familie. Deretter bør nasjonen styres av disse kvinner, hvis intelligens domineres av hjertet. De vil gi fred i landet og i Verden.

10. Kjente personer som hadde hjemmeskole er bl.a Albert Einstein, George Washington, Thomas Edison, Graham Bell, Benjamin Franklin, Bernard Shaw, Mark Twain, Leo Tolstoj, m.m.fl.

### **Konklusjon:**

#### **Hjemmeskole er bra.**

Skole, friluftsliv og praktisk arbeide går hånd i hånd. Ingen morgenstress, ingen bilkjøring, ingen unoter fra andre.

Elevene arbeider selvstendig, velger selv dagens fag. De er lykkelige, og kvalitetskontrollen er om kvelden.

Hjemmeskole er lovlig, hvis barna består vårens eksamen i henhold til skoleplanen.

#### **Hovedpoenget er å lære barna mer**

Dannelse, selvtillit og hjelpsomhet. Kropp og kosthold.

Filosofi og psykologi. Nøysomhet, kjærlighet og livslykke.

Familien får frihet til gjesteforelesere, studieturer og reiser.



**It is wiser to raise a happy, healthy child  
than to repair an adult.**



# Lettleste temahefter av Chris Frölich



- |                        |                                  |
|------------------------|----------------------------------|
| 1. Livsglede           | 9. Nytt livssyn                  |
| 2. Bygge og bo         | 10. Levende mat                  |
| 3. Det Haster          | 11. Verdens enkleste kosthold    |
| 4. Din indre kraft     | 12. Pustens hemmeligheter        |
| 5. Feng Shui           | 14. Peace is possible            |
| 6. Unngå vaksiner      | 15. OSO 75 års jubileumsbok 2007 |
| 7. Lev frisk lenger    | 16. Kvinnen former familien      |
| 8. Tibetansk Livskunst | 17. Din lille Livsveileder       |

Industri og Livsvisdom, av Arvid Møller. Boken er på 200 sider, pris kr. 200.- Hefter pr. stk. kr. 20.-

Lev frisk lenger DVD 45 min. • Fri Energi DVD 60 min.

Pris pr. stk. kr. 200.-

Alt kan bestilles fra OSO Miljøfond: [r@osoecofond.com](mailto:r@osoecofond.com).

Heftene kan også lastes ned fra [www.osoecofond.com](http://www.osoecofond.com).

## Anbefalte bøker, i takknemlighet til forfatterne

- |                                |                                                                                    |
|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| 30. "Etisk vegetarisme"        | Norsk Vegetarforening                                                              |
| 31. "Syre-base balansen"       | Frede Damgaard                                                                     |
| 32. "Reverse Aging"            | Sang Whang                                                                         |
| 33. "ph-mirakelet"             | Robert O. Yong                                                                     |
| 34. "Diet for a small planet"  | Francis D. Lappe                                                                   |
| 35. "Foods that Heal"          | Dr. B. Jensen                                                                      |
| 36. "Health Magic Chlorofyll"  | Dr. B. Jensen                                                                      |
| 37. "Nature has a remedy"      | Dr. B. Jensen                                                                      |
| 38. "The Tao of Health"        | Daniel Reid                                                                        |
| 39. "The Tao of Detox"         | Daniel Reid                                                                        |
| 40. "Den uendelige visdom"     | Stephen Chang                                                                      |
| 41. "Tibetansk livskunst"      | Christopher Hansard                                                                |
| 42. "The Untold Truth"         | I. Blair Hamilton                                                                  |
| 43. "En ny modell for helse"   | Vithoulkas                                                                         |
| 44. "Sunn livsstil og helse"   | Ø. O. Hansen                                                                       |
| 45. "The Medical Mafia"        | Dr. G. Lancotot                                                                    |
| 46. "A shot in the dark"       | Coulter & Fisher                                                                   |
| 47. "Magnetterapi"             | Norsk Magnetterapi                                                                 |
| 48. "Kvistgjengeri"            | G. Wollmann                                                                        |
| 49. "Kvantemedisin"            | <a href="http://www.almasenteret.com">www.almasenteret.com</a>                     |
| 50. "Living Nutrition"-magasin | David Klein - <a href="http://www.livingnutrition.com">www.livingnutrition.com</a> |
| 51. "Blodtypedietten"          | Dr. P. J. D'Adamo                                                                  |
| 52. "Jordens Tilstand"         | World Watch Institute                                                              |
| 53. The Food Revolution        | John Robbins                                                                       |
| 54. Naturlegen                 | Robert Dehm                                                                        |
| 55. Pust                       | Sissel Tvedte                                                                      |
| 56. Peace is possible          | Prem Rawat                                                                         |
| 57. Mulighetsloven             | Anne Mette Røsting                                                                 |
| 58. Lev lenger                 | M. Tombak                                                                          |
| 59. Get Fresh*                 | <a href="mailto:UKMagazine@fresh.net-work.com">UKMagazine@fresh.net-work.com</a>   |
| 60. Life Force                 | Dr. Brian Clement                                                                  |
| 61. Kvinnesjelens kraft        | Hernán Huarache Mamani                                                             |
| 62. Primal Mothering           | Ph Hygeia Halfwood                                                                 |

\*"Get Fresh", UK Magazine er enestående engasjerende og lærerikt.  
Abbonér, og bestill gjerne 4 tidligere utgaver. You will love it!

**Kjære leser!**

Dette heftet er basert på utdrag fra bestselgeren "Kvinnesjelens kraft" av Hernán Huarache Mamani. Hefet er svært interessant og opplysende, og jeg håper leseren vil ha et åpent sinn og ta imot disse konstruktive ideene, som har sin opprinnelse i Peru med røtter helt tilbake til den fantastiske Inka-tiden, en svært avansert sivilisasjon. Jeg ønsker deg god lesning!



Med vennlig hilsen

*Chris Frölich*

**-kvinnesjelen kan styre nasjoner frem til en fredelig verden.**



*-til beste for mennesker og natur*