

FREDENS PSYKOLOGI

AKIF MANAF

VÄRLDSBERÖMD FILANTROP OCH FÖRFATTARE
NOMINERAD TILL NOBELS FREDSPRIS

divina[©]media
PUBLISHING

Innehåll

Vad är fred?	11
Fredens offer	12
Fredens arbete	13
Fredens princip	13
Längtan efter fred	14
En fredlig värld	15
”Krig för fred”-myten	15
Fredens stabilitet	16
Fredens budbärare	17
Önskan om fred	17
Fredens poesi	18
Fredens psykologi	18
Fredens frö	18
Fredens ankomst	19
Hot mot freden	20
Fredsämnet	21
Fredens fiende	21
Fredens mål	22
Fredens triumf	23
Fredsprocessen	24
Fredens möjligheter	25

Fredsbygget	25
Fredens resa	26
Fredens perioder	27
Uppmaning till fred	27
Fredens blomma	28
Freden är vacker	28
Fredens ögonblick	29
Fredens mjukhet	30
Fredens stillhet	31
Vägar till fred	31
Fredens energi	32
Fredens människa	33
Fredens samhälle	34
Fredens kallelse	34
Fredens seger	35
Fredens illusion	36
Fredens väg	36
Fredens träd	37
Fredens sökare	37
Fredens värld	38
Att leva i fred	39
Fredens strategi	39
Fredens tillstånd	40
Fredens omfamning	41
Fredens bevarare	41
Fredens blomning	42
Absolut fred	43
Att vara i fred	43
Fredens barn	44
Fredens svärd	45

Fred och tro	46
Att uppnå fred	46
Fredens garanti	47
Fredens teknik	48
Fredens kraft	48
Fredens frukt	49
Fredens överlägsenhet	50
Fredens ensamhet	51
Rädsla för fred	51
Fredens evighet	52
Fredens spridning	53
Fredens hjärta	54
Fredens renhet	54
Fredens formel	55
Fredens uppfyllelse	56
Översvämande fred	56
Fredens paradigms	57
Fredens port	57
Fredens eld	58
Fredens regler	59
Fredens nyckel	60
Fredens ambassadörer	60
Fredens vingar	61
Den som inte vet vad fred är	62
Fredens tecken	63
Att stifta fred	63
Fredens alkemi	64
Fredens form	65
Fredens revolution	66
Fred är en omvandling	66

Fredens val	67
Fredens smak	68
Fredens beslut	69
Fredens doft	69
Fredens komfort	70
Fredens spel	70
Fredens försoning	71
Fredens fält	72
Brist på fred	73
Fredens rike	73
Fredens regn	74
Fredens sanning	75
Fredens förståelse	75
Fredens väckarklocka	76
Konsten att uppnå fred	77
Fredens flöde	77
Fredens ljus	78
Fredens budskap	79
Fredens väg mot frihet	80
Fredens värde	80
Fredens fundament	81
Fredens ”vara”	81
Fredens välbehag	82
Fredens glädje	83
Fredens löfte	84
Fredens tröst	84
Fredens rikedom	85
Fredens monument	86
Fredens pipa	87
Fredens behov	88

Fredens psykoterapi	89
Fredens återkomst	90
Fredens upptäckt	90
Frånvaron av fred	91
Fredens hinder	92
Fredens kristallisering	92
Fredens instrument	93
Fredens arbetare	94
Fredens kungar	94
Fredens dopning	95
Fredens spänning	96
Fredens lycksökare	96
Freden som fenomen	97
Fredens tillfredsställelse	97
Fredens lycka	98
Fredens omvandling	99
Fred i världen	99
Fredens dröm	100
Att skapa fred	101
Fredens begär	101
Fredens val	102
Fredens loop	103
Fredens dans	104
Fredens vägskaal	104
Fredens syntes	105
Fredens symfoni	106
Fredens livmoder	106
Fredens framgång	107
Fredens trädgårdsmästare	108
Fredens grodd	109

Vad är fred?

Syftet med denna bok är att belysa fenomenet fred genom att utgå från frågan ”Vad är fred?”. Fred, som är ett universellt fenomen, kommer att diskuteras och undersökas i detalj med hjälp av studier och forskning som inkluderar dialektiska, analytiska, psykologiska och fenomenologiska faktorer.

Fred är ett psykiskt tillstånd där varken fientlighet, konflikter, strider eller krig förekommer. Detta tillstånd innebär att vi lever i samstämmighet, harmoni, tystnad, lugn och med integritet. Det är ett uttryck för både sociala och individuella förhållanden med frånvaro av såväl externa konflikter på social nivå som interna konflikter på individuell nivå. Samtidigt återspeglar fenomenet fred det känslomässiga tillståndet hos en människa som är i harmoni med sig själv. En sådan människa befinner sig i ett tillstånd av lugn, balans och stillhet.

Ända sedan mänsklighetens början har fred varit nödvändig för vår långsiktiga överlevnad. De mest intelligenta människorna har alltid strävat efter fred, eftersom den är oumbärlig för mänsklighetens välbefinnande och utveckling, samtidigt som den är grunden för jämlikhet och lycka i samhället.

Många människor är själviska och giriga, vilket gör att de aldrig är nöjda med vad de har. Just själviskhet, missnöje och girighet är några av de största hindren på fredens väg. Ändå är fred avgörande för mänsklighetens överlevnad.

Ingen vettig människa vill ha krig som orsakar lidande. Krig föredras bara av känslökalla, inskränkta och omdömeslösa människor. Trots detta fortsätter krig att bryta ut i vår värld, vilket gör att vissa, tragiskt nog, definierar fred som perioden av avbrott mellan två krig.

Fredens offer

Ingen vill ge upp fred för kungar eller presidenter eller dö av absurda skäl. För att övertyga människor att slåss, måste makthavare därför legitimera krig på olika sätt. Numera vet vi alla att krig endast utkämpas för att fylla fickorna hos globala intressegrupper. Politiker kan inte längre lura någon med sina ”patriotiska” känslor och skicka dem i döden. Sanningen är att rika startar krig och lever, medan fattiga kämpar i krig och dör. Samtidigt gör krig de rika rikare och de fattiga fattigare. Stora delar av befolkningen måste således riskera både fattigdom och död. Därför måste makthavarna få folket att tro på ett stort och viktigt krigsändamål för att få med sig alla.

Fredens grundprincip är respekt och kärlek för människor. Människor som älskar och respekterar andra människor kan aldrig acceptera att vi tar till vapen och dödar varandra. Det spelar ingen roll vem som ger ordern eller vad straffet är, en sann människövän dödar aldrig en medmänniska.

Faktum är att endast fega människor går med på att delta i krig och döda andra människor, eftersom de är rädda att bli bestraffade om de inte lyder order. Men hur kan en människa övervinna denna rädsla? Jo, genom själslig utveckling. En själsligt utvecklad människa vet att vi människor består av både en kropp och en själ och dödar därför aldrig andra levande varelser.

Fred är kärlek, lycka, rättvisa, hopp, tolerans, ansträngning, ansvar, frihet, medvetenhet och lugn. Även imperialistiska länder som driver krig, påverkas negativt av den migration som orsakas av moderna krig.

Fredens arbete

Globala imperialister bedriver krig för att utöka sina nätverk och exploatera resurser över hela världen, vilket medför förödelse och brutalitet. I stället för att hjälpa de miljontals människor som lider av hunger, spenderar globala intressegrupper resurser på vapenproduktion och krig som hotar världsfreden.

När människor försöker förstå meningen med det som händer, är det naturligt att de också försöker förstå innebörden av begreppet ”fred”. Så vad är fred? Jo, det är ett arbete för försoning, det vill säga den strävan efter samstämmighet som följer när ett krig har avslutats. Fred är, med andra ord, en miljö som skapas genom harmoni och ömsesidig förståelse.

Alla vill leva i fred, men krigen tar aldrig slut. Varför? Det beror på själviska makthavare som inte dör i de krig de själva bedriver. För att vi ska uppnå fred måste vi alla sträva efter försoning och sluta fred med vår omvärld.

När människor inte bråkar med varandra utan, tvärtom, kommer väl överens, uppstår ett tillstånd av kompromiss, vilket i sin tur motverkar krig. Genom att uppnå en inre fred, kan vi också leva i fred med vår omgivning. En människa kan således bli en fredsälskare genom själslig utveckling.

Vanligtvis leder klasskonflikter inom ett land till yttre fiendligheter mot andra länder, eftersom makthavare då måste ta till krig för att kunna genomföra sin politik. I dagens kapitalistiska värld, där vissa länder är mer utvecklade än andra, finns ofta omfördelning av gränser på agendan, något som i sin tur ofta leder till krig. Stridslystna och giriga makthavare är ett ständigt hot mot en varaktig fred länder emellan.

Fredens princip

För att uppnå varaktig fred krävs välutvecklade samhällen med en hög grad av medvetenhet. Fred är nämligen grunden för själslig utveckling och en grundläggande princip när det gäller relationer inom själsligt välutvecklande samhällen. Utifrån denna premiss blir uttrycket ”krig för fred” helt felaktigt, eftersom förutsättningen för fred inte är stridigheter, utan själslig utveckling. Detta innebär att människor inte bör föra en aggressiv kamp mot militarise-

ring och krigspolitik utan i stället fredligt motarbeta utvecklingen. Att kämpa emot ett kärnvapenkrig, medför ett påskyndande av kriget. Om människor i stället utvecklas själsligt, lär de sig att leva fredligt tillsammans, sida vid sida, vilket kommer att hindra världskrig från att bryta ut. Det är bara genom själslig utveckling som fredliga krafter kan agera samstämmigt och solidariskt.

Så länge det finns giriga och trångsynta politiker och globala makthavare, kommer det alltid att finnas en risk för nya världskrig. Vissa ideologer hävdar att krig orsakas av människans natur, men krig är snarare ett uttryck för konflikter mellan olika grupper av människor.

Sanningen är att människor ständigt drivs av en längtan efter fred, eftersom freden i grund och botten är oundgänglig för mänsklighetens överlevnad. Tro det eller ej, men fred är faktiskt mänsklighetens normala tillstånd, medan krig är onormalt.

Krig uppstår genom konflikter i sociala relationer. På ytan ser det ut som det finns en vinnare och en förlorare i varje krig, men i slutändan finns ingen verklig vinnare. Det vi bör göra är att försöka lösa våra konflikter på ett så fredligt sätt som möjligt.

Längtan efter fred

Numera har fred blivit synonymt med ”frånvaro av krig”. För varje dag som går rör vi oss lite längre bort från fredens väg, trots att fred egentligen är ett livsviktigt behov.

Alla människor behöver och längtar egentligen efter lugn och ro, men för att uppnå detta krävs fred. Varje ögonblick försvinner en liten bit av våra liv och inom varje liten bit finns en längtan efter fred. Alla vill leva ett långt och fredligt liv, men innan vi vet ordet av har livet nått vägs ände och det är då ytterst viktigt att vi får ett fredligt avslut.

Permanent lycka är en illusion, men var och en av oss har möjlighet att utvecklas själsligt och på så sätt uppnå en inre fred. Eftersom den yttre världen är fylld med så många utmattande konflikter, är det främst i den inre världen vi kan uppnå den bestående fred vi alla drömmer om.

En del människor tror att krig bedrivs för att bringa välbefinnande till deras liv. Fak-

tum är att de i stället riskerar att bli fattigare, medan de politiska, ekonomiska och ideologiska intressegrupper som profiterar på krigen blir rikare. Efter krig byggs freden på de offer som ligger i sina gravar. Man kan säga att det blir ”kyrkogårdarnas fred”. De döda har kanske befriats från krigets grymheter, men de som lever kvar känner sorg och ständigt oro för att ett nytt krig ska bryta ut.

En fredlig värld

Det finns de som tror att soldater som dör i krig kommer till himlen. Denna tro är förstås en del av en mycket listig strategi för att driva oskyldiga människor i krig. Sanningen är att om vi ska kunna skapa ett paradiset på jorden, måste vi först och främst gräva ner stridsyxorna.

Inte förrän vi lyckas skapa en värld utan krig har vi möjlighet att skapa ett riktigt paradiset, så det är helt meningslöst att slåss för himlen. De soldater som blir lurade och skickade till frontlinjen tror att de krigar för fred, men freden kommer inte att uppstå förrän de slutar strida. Men varför har inte krigande soldater insett detta? Det finns tre anledningar: Den första är århundraden av hjärntvätt, den andra är rädsla för straff och den tredje är legosoldaternas girighet. Sanningen är alltså att soldaterna bara behöver sluta strida för att fred ska uppstå.

Alla krig slutar i fred. Problemet är att många fredsuppgörelser är påtvingade. Den förlorande sidan slickar sina sår, undertrycker sitt hat och drömmer om hämnd, medan den vinnande sidan hyllar sina döda soldater som hjältar och utmålar förlorarna som brottslingar. Men under jorden ligger alla stupade soldater i varandras armar. Samtidigt fortsätter deras själar ett inbillat krig, fyllt av smärta, hat och hämnd. Sjalarna inser inte att kriget är över och fortsätter att kämpa på slagfälten under en lång tid.

”Krig för fred”-myten

Det finns ingen logik eller mening i uttrycket ”krig för fred”, eftersom det är lika felaktigt som att säga att vi måste offra liv för att rädda liv, utstå lidande för att kunna njuta eller uppleva sorg för att kunna känna glädje. I århundra-

den har makthavare reducerat innebörden av fred till ”pausen mellan krig”, men i själva verket innebär denna paus förtryck av de besegrade så att de inte kan slå tillbaka.

När fred reduceras till en paus mellan krig, kommer större krig att följa, eftersom de som förlorat under denna paus ägnar sig åt att förbereda ett nytt krig för hämnd. Det beror på att de som är blinda av girighet inte förstår fredens värde. Sådana okunniga människor vill vinna till varje pris och är beredda att dö för det. Samtidigt tröstar de sig genom att tänka att de kommer till himlen när de dör, som om de skulle kunna fira segern efter döden.

Men själarna hos de som dör i krig, efter att ha dödat andra människor, fortsätter att vrida sig i smärta och kan inte få fred. Trots detta samarbetar korrumpierade präster med giriga kungar för att lura folket genom att lova himlen åt alla som dör i strid.

En mördare kommer aldrig till himlen, det strider mot existensens dynamik. Det beror på att den som tar ett liv kommer att förlora sitt eget liv, och den som orsakar smärta kommer själv att lida. En människa som dödar en myra kan inte undkomma myrans lidande, än mindre undvika det lidande som följer av att döda en människa.

Fredens stabilitet

En period av fred är en tid av stabilitet och utveckling. Efter andra världskriget rådde en period av fred, men stridslystna makthavare förvandlade den till ett kallt krig. Även om det inte fördes något hett krig mellan stormakterna under denna period, producerades många kärnvapen. Priset för denna fred var alltså produktion av atombomber. I dag finns det tillräckligt med vapen för att förstöra hela planeten, samtidigt som giriga makthavare håller på att föra världen till randen av ett tredje världskrig.

Fred betyder att ingen hotar någon, för ett hot är en gnista som kan tända ett krig. Global fred innebär att ingen dominerar eller förtrycker någon. Det är i grunden ett tillstånd där ingen utnyttjar en annan människa och där alla blir älskade, respekterade och uppskattade. Det finns varken förtryckare eller förtryckta. Alla belönas för sitt arbete och ingen får sitt arbete stulet. Det är,

med andra ord, en balanserad och rättvis ordning där mänskliga rättigheter respekteras. Ju mer kärlek, balans, lugn, rättvisa, välvilja, medkänsla, tillfredsställelse och lycka det finns i ett samhälle, desto fredligare är det.

Fredens budbärare

Krig utlöser oftast nya krig. Slutet på ett krig är i själva verket början på ett annat. Första världskriget ledde till andra världskriget och andra världskriget kommer att leda till ett tredje världskrig om nuvarande globala dynamik inte förändras. Därför är uttrycket ”krig föder krig” mycket passande.

Krig slutar inte förrän freden sätter stopp för det. Freden är människans vän och kriget hennes fiende, vilket innebär att makthavare som startar krig är mänsklighetens fiender. Hunger efter makt, maktberoende, girighet, egoism, missnöje, konfliktbenägenhet och otillfredsställelse är både mänsklighetens och fredens fiender. Tyvärr ser vi allt fler av dessa fiender för var dag som går och krigen verkar aldrig ta slut.

Önskan om fred

Krig kan börja genom att någon till exempel bråkar med sin granne, skriker åt sin partner, slår sina barn, är respektlös mot sin vän, grälar med sina kollegor eller bara är allmänt elak mot andra människor. Faktum är att vi, oftast omedvetet, banar vägen för krig varje gång vi kommer i konflikt med andra. Efteråt undrar vi kanske varför ett krig har uppstått, eftersom vi inte inser att varje tanke, ord och handling har betydelse och att alla handlingar som stoppas i ”krigets spargris” leder till krig.

Alla som vill uppnå fred bör vara mer uppmärksamma på sina tankar, ord och handlingar och sluta argumentera, slåss och bråka.

O människa, vet att du kan lägga grunden för det kommande kriget eller stoppa det med dina handlingar.

I dag dödas fortfarande hundratusentals människor i religioners namn, även om de flesta religioner har ett grundläggande fredsbudskap. Sanningen är att alla som startar krig i religioners namn, utan undantag, är icke-religiösa och förråder sin religion.

Människor talar mycket om fred men krigar ändå. Tyvärr räcker det inte att *tala* om fred, eftersom fred endast kan uppnås när orden följs av handling. En sann fred säkerställer också att krig inte uppstår på nytt.

Fredens poesi

Fred är existentiell poesi och kan därför uppnås om alla sjunger fredens sång. Fred är vackra drömmar, kärleksfulla ord, föräldrars förhoppningar, läkande ärr, träd som planteras, knoppar som slår ut, doften av ångande varma måltider, vänner som knackar på dörren, solsken som strömmar in genom fönstret, glädjen i en fest, boken som ett barn läser, vindens viskningar över ett fält, soluppgångens ljus, oavbruten sömn, vänliga ord, insikten att vi är odödliga, tätt knutna händer, nybakat bröd, plogens spår i marken, ett tåg lastat med årets skörd och en värld som andas djupt.

Fredens psykologi

Fram till i dag har psykologisk vetenskap främst använts för att gagna krig, men nu är det dags att använda den för att skapa en fredlig värld.

Fredens psykologi kopplar fredliga attityder till det mänskliga psyket. Den bortser från skillnader i samhället med syftet att vi alla ska kunna leva tillsammans i fred. Då allt mänskligt beteende är resultatet av det mänskliga psyket, lär antalet fredsvänner öka om det mänskliga psyket förändras i positiv riktning.

Vägen till fred går således via en förändring av människors attityder. Det enda hindret är att attityderna inte förändras på ett positivt sätt. En människa som bråkar med sin granne kan till exempel vara fredlig, men förstår inte att han eller hon banar väg för krig genom att bråka.

Fredens frö

I varje människa finns ett frö till själslig utveckling och fred. Om en människa inte har förmåga att utvecklas på grund av inre konflikter, kan fröet däremot förvandlas till ett krigsfångelse.



Akif Manaf föddes i Azerbajdzjan år 1958 och växte upp i en familj där båda föräldrarna var läkare. 1975 började han studera vid Institute of Economics i Moskva, där han tog en kandidatexamen i ekonomi och matematik och senare en magisterexamen i ekonomi. Han började därefter undervisa vid samma lärosäte och år 1994 avlade han en doktorexamen i filosofi.

Genom sin gedigna kunskap i ämnet filosofi och frågor som rör personlig utveckling, bidrar Akif Manaf till att utveckla och sprida kunskap med hjälp av egna utbildningar och böcker. I denna anda har han även grundat organisationerna International Change Federation och World Change Academy som är internationellt verksamma.

Akif Manaf har ett stort engagemang i fredsfrågor och är aktiv i organisationen International Peace Association som syftar till att förhindra ett tredje världskrig genom kunskapspridning och konsolidering av fredsambassadörer från hela världen.

Han fortsätter samtidigt att undervisa vid många institutioner, däribland Bilgi University och Boğaziçi University i Istanbul.

Övriga böcker av Akif Manaf



