

FORORD

Fra Goethe har vi uttrykket *den åpenbare hemmelighet*. Det passer bra på denne bokens tema. Evnen til oppmerksom hengivelse er vår sentrale åndelige evne, en åpenbar virkelighet vi kan utforske og øve. Samtidig ligger det en rekke hemmeligheter, paradokser og nye opplevelser å oppdage for den som følger denne bokens utforskning av oppmerksomheten. Georg Kühlewind har gitt boken undertittelen «Vitenskapen om jeget». Dette antyder at jeget *er* oppmerksomhet og hengivelse. Det jeg vi vanligvis fornemmer oss som – den identitet jeg knytter til meg som forskjellig fra alle andre, og som jeg opplever som gitt –, er ifølge Kühlewind en begrensning og et fordreid aspekt av en større og mer omfattende jeg-virkelighet. Det er denne Kühlewind forsøker å åpne opp for oss gjennom meditasjoner over oppmerksomhetens hengivelse. Hengivelse er alltid hengivelse til *det andre* og *den andre*. Det å gjenkjenne seg selv utenfor seg selv, det å finne seg selv i den andre og den andre i seg selv, det er kjærlighetens vesen. Vi kjenner alle forskjellen mellom å bli gitt ekte og varm oppmerksomhet, og samtaler og samvær uten tilstedeværelse. Det første skaper nærhet og fyller livet med mening, det andre uthuler oss og gjør oss deprimerte. Ofte hører vi om hvordan samfunnsutviklingen skaper tidsklemmer, hvordan alt går så fort, og hvordan livet blir hektisk og fratatt det nære og verdifulle. Men er det egentlig mobiltelefonen og hurtigtogenes skyld at vi ikke er til stede i oss selv? Den indre ro som Kühlewind leder oss inn i gjennom sine meditasjoner over oppmerksomhetens og hengivelsens vesen, og som samtidig er den høyeste aktivitet, er en kraft som kan skape det vi

savner. Dette er en virkelighet som må virkeliggjøres, og den må virkeliggjøres av oss. Det som først kan se ut som en innadvendt meditativ praksis, er altså bare tilsynelatende det. Forandring begynner med oss, og vår forvandling begynner med det i oss som allerede bærer i seg det vi søker: en verden fylt av oppmerksomhet og hengivelse.

Kühlewind var født i Ungarn i 1924 av sekulære jødiske foreldre. Hans opprinnelige navn var György Székel. Han vokste opp med sterk interesse for musikk og psykologi, og før krigen studerte han klassisk filologi og gresk mytologi hos den kjente filologen og myteforskeren Karl Kerényi. Under andre verdenskrig var han internert i flere konsentrasjonsleirer. Etter krigen studerte han kjemi, som han også underviste i ved universitet i Budapest. I en alder av 55 lot han seg pensjonere for å vie all sin tid til å undervise i meditasjon, antroposofi og erkjennelse. Da han begynte å utgi bøker i det kommunistiske Ungarn, tok han pseudonymet Georg Kühlewind. Han holdt foredrag og seminarer over hele verden og underviste ved utdanningen i Steinerpedagogikk i Budapest. Georg Kühlewind døde i 2006.

Torbjørn Eftestøl

STEMMING AV INSTRUMENTET

Uten forfatterens hensikt har denne boken nærmet seg et allment grunntrekk i moderne kunst: Som kunsten krever den svært stor aktivitet fra mottakerens side hvis han eller hun – hvilket forfatteren håper – forventer noe av boken som går utover vanlig forståelse.

Det finnes et betydelig antall meditasjoner i teksten. Også utenom setninger som betegnes slik, innbyr teksten mange steder til meditasjon. Dette henger sammen med temaet, som bare avdekkes gjennom *erfaring*, ikke gjennom rasjonell tenkning alene. Det dreier seg ikke om noe irrasjonelt, men – med et uttrykk av Steiner – om noe *over-rasjonelt*. Den oppmerksomme leser vil legge merke til og erfare mye som ikke er uttalt.

Mange motiv fremtrer gjentatte ganger. Hver gang blir de satt i en ny sammenheng, og tenkningen over dem blir ført videre. Det dreier seg om en prosess som ledsager teksten, ikke om informasjon.