

BAKTAL, SKVALLER OCH FÖRTAL

© Kristina Wennergren

HUR VI SKADAR OCH SKADAS AV VARANDRAS PRAT

I min första bok **INRE HARMONI** (1988) skrev jag ett kapitel om baktal. I min andra bok **INRE RESOR** (1989) fick jag anledning att åter ta upp detta viktiga ämne och skrev om skvaller och förtal ur fler synvinklar. Jag ville framhålla vars och ens eget ansvar och även belysa hur skadligt det är både för den som uttalar skvallret (det slår tillbaka på en själv) och den som det skvallras om (vilken träffas av pilarna i brist på eget beskydd). Jag ville också plocka fram ansvaret hos den som lyssnar på skvaller och som inte på något vis är "oskyldigt indragen".

Ur boken **INRE HARMONI**, kapitlet **Baktal**:

Det finns välorganiserat skvaller, medvetet och omedvetet, som döljs väl genom olika slag av manipulering. Det tar ofta lång tid innan gemene man upptäcker att man har blivit manipulerad.

Baktalar du? I så fall gör du motstånd mot något som *är*. Du gör motstånd mot livet. Du vill att andra ska vara på ditt sätt. Du älskar inte kravlöst. Du älskar inte livet som det är. Du vill hellre ha lögnen än sanningen till vän. Du vill ha det som *inte* är.

En bra regel är att aldrig säga något *om* någon som man inte vågar eller vill säga *till* dem. Dina ord avslöjar dina tankar, även om du ibland viftar bort dem genom att säga att du bara skojade. Vad du inte tänker, säger du inte heller. Det är en god vana att aldrig säga något negativt om någon, inte ens till de människor vi betraktar som icke dömande och kärleksfulla och som vi tror inte skulle föra det vidare.

Är du en person som ständigt går omkring och menar att du aldrig deltar i skvaller men att du inte kan hjälpa att du hör mycket? Förmodligen är du den som älskar skvaller mer än andra och som deltar på ditt eget sätt, där du låtsas att du inte är intresserad.

Det kan vara mycket lärorikt att diskutera attityder och beteenden rent generellt, men att peka ut någon för något speciellt är att sätta stämpel på dem. Genom att seriöst arbeta på denna väg, kan man så småningom själv undvika stämpling och baktal. Och även om man inte gör det, så lär man sig att inte in det. Man vet att det inte handlar om en själv utan om den som skvallrar. Den som är psykiskt stark skärmar av sig från liknande påhopp. Man måste inte bry sig.

"Han/hon talar illa om dig."

Detta är ett ganska vanligt uttryck. Vi kan titta lite närmare på det. Jag har en fråga till dig som hörde dessa ord: *Hur reagerade du på detta uttalande?* Det är inte vad som sades som är det väsentliga här utan din reaktion eller avsaknad av reaktion. *Höll du med? Var du tyst? Gav du en positiv kommentar, eller påpekade du andra synpunkter?*

Om du gjorde det senare utförde du en gudomlig handling. Om du var tyst eller höll med (vilket egentligen är samma sak, för med vår tystnad ger vi vårt samtycke), behöver du se över din reaktion. Detta behöver du göra oavsett om du reagerade passivt (höll tyst) eller aktivt (höll med).

Den som uttalade ovanstående ord behöver fråga sig varför han/hon framförde den negativa kritiken. Att tala om för någon att det har skvallrats om honom är lika negativt som baktalet i sig. Varför gör man detta? Vill man sprida onda energier? Vill man kontrollera människor och skeenden. Har du frågat dig själv vad du tjänar på att skvallra om andra människor. För att lyfta dig själv? För att skyla över dina egna oegentligheter?

"Jag tycker inte om honom. Jag vet ingen som tycker om honom!"

Du tror att dina egna ord inte räcker till, så du måste förstärka dina ord med att säga att andra tycker som du. Detta bevisar bara din feghet och svaghet, inte motsatsen.

Den som baktalar berättar mer om sig själv än om den man förtalar. Vi har alla valet att omvandla våra negativa tankar till positiva sådana, för alla händelser är i sig neutrala - det är våra tankar och ord som gör dem positiva eller negativa. Det går att träna sig till att bli en positiv transformator genom att tänka, tala och handla positivt till allas förmån vid allt skvaller. Vi kan välja att vara goda exempel.

När man förtalar andra människor, sår man frön av hat och fördömanden som sprids vidare. När man talar gott om andra, sår man frön av kärlek och godhet som sprids vidare. Det finns alltid något gott att säga om alla människor. Om du inte finner något gott att säga om någon, behöver du träna dig i att se det hos dig själv först, då finner du det också hos andra.

Vi har alla att tjäna på att frigöra våra behov av att plocka fram andra människors svagheter. Vi har alla att tjäna på att endast se det goda hos alla, att inte framföra andrahandskritik, att endast ge näring åt det som är gott – och upptäcka att det goda blir ändå godare.

"Han/hon talar illa om mig."

Låt oss titta lite närmare på detta ganska vanliga uttryck. Om det ligger något i vad vederbörande säger, kan du tänka över vad du behöver förändra i ditt liv. Om det inte finns någon sanning i vad som sägs,

behöver du inte bry dig. Du kan välja att gå vidare i kärlek. Vi har alltid det valet. Och sanningen kommer alltid fram, förr eller senare. Detta är en kosmisk lag. Universum vet alltid vad som är sant. Det räcker så. Vi kan träna oss i att gå raka genom livet utan att låta andras begränsningar hindra oss från att leva fullt ut.

Vi har ansvar för allt vi säger.

"Jag menade inget illa", säger du kanske.

Du lurar dig själv! Du slätar över, du vill inte ta ansvar för dina ord. Med negativa ord göder vi en negativ växt. Som en cancersvulst växer den med lavinartad fart. En liten snöboll blir stor, och du säger att du menar väl! Se ditt ansvar och ta det! Välj noggrant dina ord när du talar om andra, om du över huvudtaget ska säga något alls. Cancersvulsten är ursprungligen skapad av dig. Vill *du* att andra ska ge *dig* en cancersvulst av detta slag?

"Jag accepterar inte den personen, men jag säger inget, så har jag inget sagt. Jag vill inte tala illa om någon."

Detta är ett annat inte helt ovanligt uttryck. Du har redan sagt det! Du bäddar in det, men det är redan sagt. Undervärdera inte de människor du talar med. Detta är ett dubbelt budskap med manipulerande verkan. I slutändan skadas man alltid själv av det.

PSYKISKA MORD

Begreppet "psykiska mord" är indirekt besläktat med förtalsbegreppet, på så vis att människor skadar varandra, men här är det medvetna handlingar, väl uttänkta och planerade. Det är samma slags energier som är i rörelse i båda fallen, avsedda att skada en eller flera andra personer.

I kapitlet **Psykiska mord** i boken **INRE RESOR** berättar jag om en kvinna som gång på gång i livet milt sagt önskar folk dit pepparn växer. Med hjälp av tända ljus, förbannelser och besvärjelser önskar hon dem allt ont hon kan komma på. De människor hon har besvurit har hamnat i problem, råkat ut för olyckor, blivit sjuka eller rent av avlidit. I sextio år har hon gjort på detta sätt.

Varför har hon gjort detta, kan man fråga sig. På olika sätt har människor fallit i onåd hos henne. Detta är inte på något sätt unikt. Ofta i livet möter vi människor som på olika sätt stör oss, gör negativa uttalanden, irriterar oss, tycker illa om oss och visar det, uttrycker fördomar om oss, ser ner på oss, visar avsky, missförstår oss, motarbetar oss, talar osanningar eller på annat sätt gör oss illa.

Reaktionerna på detta är olika för olika människor. En del drar sig undan i tårar och sorg. Andra tänker på hämnd eller svarar med samma mynt, och ännu andra går runt och försvarar sig genom att själva tala illa om, d v s skvallra, förtala, fördöma och till och med hitta på lögner för att skada sin förföljare. Många människor behöver inte ens attackeras först för att göra andra illa. Det är en inneboende rädsla som skapar deras destruktiva leverne. De lever efter mottot **Det är bättre att förekomma än att förekommas.**

Så har vi de som går ännu längre, de som gör som kvinnan ovan. De önskar folk rent ut sagt "åt helvete". Och de gör det med olika hjälpmedel som voodoo, besvärjelser, förbannelse etc.

Själv är jag tacksam för att vederbörande ville ställa upp och berätta sin historia. Hon dog senare i cancer.

Det är ju så mycket enklare att inte låtsas om sina destruktiva sidor, att hålla masken utåt. Det är tufft att erkänna sina negativa sidor. Men hon valde att berätta. Istället för att förfasa sig över dessa människor när man hör talas om dem, behöver man se det som en lärdom, se över sin egen situation och tänka efter vad man själv behöver förändra i sitt eget liv. Den som vill vandra i ljuset, behöver ständigt arbeta med att skala av det som inte är rent.

Men "psykiska mord" är inte något som alla människor går omkring och gör varje dag. Varför är det då så viktigt att detta kommer till allas kännedom? Denna fråga besvaras i kapitlet **Skvallret och förtal** i boken **INRE RESOR**:

Vad kan man lära av ovanstående exempel? Hur kan vi använda denna kunskap i våra egna liv? De allra flesta människor sysslar ju inte med liknande ting.

Tror de ja! Alla gör det på sitt eget vis. Ovanstående berättelse kan sättas in i de flesta människors liv.

Men var finns jämförelsen med de som inte tänder ljus och uttryckligen önskar folk dit pepparn växer?

Nästan alla människor kritiserar, baktalar eller fördömer sina medmänniskor. Eller de stöder skvallret och kritik, aktivt eller passivt. Varje dag. Detta är på sikt lika farligt för "offret" som om man medvetet hade suttit ner och önskat dem ont. Detta oavsett om "offren" vet om det eller inte.

DE KOSMISKA LAGARNA

De kosmiska lagarna är obönhörliga. En av dem, "bumeranglagen" berättar för oss att allt vi sänder ut kommer tusenfalt tillbaka till sin ursprungskälla. Därför ska man först och främst veta att när vi förstör för andra får vi tusenfalt igen, av samma energi som vi sände ut mot någon annan.

Det är alltså ytterst farligt att arbeta med voodoo och andra besvärjelser, för den som skadar andra skadar sig själv ännu mer. Jag har sett det hända många gånger där konkurrenter missunnar andra den framgång man själv vill ha.

Vi behöver alltid komma ihåg hur de kosmiska lagarna fungerar i alla människors liv, att ingen kan undgå dem. Illasinnat tal träffar således alltid den omtalade, hur bagatellartat utsändaren än tycker att det är. Allting återvänder således till sin ursprungskälla, d v s till den som sände ut det, den som uttryckte de negativa orden, den som utförde voodoo och andra besvärjelser.

Att ta ansvar för liknande handlingar är det få människor som är villiga att göra.

"Han tiggde om det," kanske man säger.

Ja, alla har sitt ansvar, även den omtalade. Men det fråntar inte andra människor sitt ansvar. Oftast är man inte medveten om hur utsatt man själv är för andras negativa prat. Man vet att man blir sårad, ledsen eller arg, men man tänker inte på den djupgående effekten av det hela, det psykiska/mentala och hur det arbetar under ytan och skadar oss långsiktigt. Alla människor är oskyddade i sin egen ofullkomlighet. Det är därför vi skadas. Den dagen vi alla lever i tillit och gudomlig kärlek, kan inget ont drabba oss på detta sätt.

Vi kan döma och kritisera ovanstående handling.

Mord! Svart magi! Förbannelser och besvärjelser! Skulle jag aldrig syssla med!

Men du kanske skvallrar, baktalar och fördömer. Det är lika skadligt. Detta är också svart magi men i en annan grad. Detta kan också leda till sjukdom och död hos den kritiserade men är i regel en långsammare process. Alla som talar eller tänker illa om andra människor är lika delaktiga i dessa handlingar och därmed också lika ansvariga som om de medvetet hade sysslat med ondskefulla ritualer. Ansvaret är lika stort, oavsett vilken kraft vi lägger i handlingen, oavsett om vi kallar det "oskyldigt prat" eller "svart magi".

Det är nu dags för den medvetna människan att börja tänka om och ta sitt eget ansvar när det gäller detta. Vi är inte oskyldiga till andra människors lidande. Ja, de har på en undermedveten nivå valt att lära i smärta, och

de behöver skapa sig ett beskydd i form av ljusa tankar, ord och handlingar, men det fräntar oss inte vårt ansvar i det hela.

Är *du* redo att ta *ditt* ansvar? När andra utför voodoo och djävulsdyrkan hjälper detta oss att spegla våra egna handlingar. De flesta sysslar med det, på ett eller annat sätt, på sitt eget vis. Andras ondska visar vår egen. Onda handlingar utanför oss speglar likadana attityder inom oss.

Vi kan nu göra en insats för att skydda oss själva och våra medmänniskor.

Vi kan skapa oss bättre beskydd genom att rensa upp i våra liv, i kropp, själ samt i vår boende- och arbetsmiljö. Vi kan alla göra en insats för att skapa en bättre värld. Vi kan alla sluta skvallra och förtala - både i det stora och det lilla. Vi har inte rätt att tala illa om andra människor eller ifrågasätta deras sätt och leverne, inte ens om vi själva är utsatta för deras kritiserande.

Den som vill veta mer om 21 Kosmiska Lagar kan läsa boken **KOSMISKA LAGAR** av Kristina Wennergren.