



**Aftenposten**

FREDAG 4. mai 2012

Uke 18 • Nr. 119 • 153. årgang • Kr 25 ☆

○○

# A-magasinet



## Guruen

Indias mest kjente åndelige leder har vært i Norge med sine forbløffende løsninger på krig og terrorisme.

Hjernen din kan avsløre om du lyver



NYHET • DEL 1 • SIDE 4-5

## Høyre vil bli det nye arbeidspartiet

- Omfavner fagbevegelsen
- Krever faste ansettelser
- Dropper skattekutt

Høyre snur opp ned på partiets arbeidslivspolitik, og frir til «vanlige lønnsmottagere». I valgkampen neste år skal partiet profilere seg på nettsiden [www.arbeidspartiet.no](http://www.arbeidspartiet.no).



NYHET • DEL 1 • SIDE 8-11

## Viktige vitneprov

«Det er ikke vanlig å trekke en politiidentitet i tvil. Aller minst når en terrorbombe har rasert Oslos julisøvnige regjeringskvartal.»

Politisk redaktør Harald Stanghelle kommenterer fra terrorrettssaken

VERDEN • DEL 1 • SIDE 20

## Mr. Q og Mr. M vitnet i spionsak

Et spiondrama rulles opp i London, to år etter at en MI6-agent ble funnet død i en bag.

ØKONOMI • SIDE 2-3



«Dette er ikke den Orkla-kulturen jeg har kjent i 31 år»

## Sparket uten forvarsel

I går morges presenterte Torkild Nordberg resultatene for Orkla Brands. Tre timer senere var han uten jobb.

KULTUR • SIDE 6-9

## - Tenk på hva dere skylder Munch

Internasjonale kunstekspert er hoderystende til Norges forvaltning av Munch-arven, dagen etter at *Skrik* satte prisrekord. - Munch er etterspurt over hele verden, det er bare i Oslo at han ikke spiller så stor rolle, sier Louisianas kunstdirektør.

# Puster for fred

**- Hvorfor kommer en guru med 300 millioner tilhengere til Sarpsborg for å holde kurs i yoga, meditasjon og pusteteknikker?**

- Jeg ble invitert for lenge siden, men ventelistene er lange. Dette er det 15. landet jeg besøker på én måned. Heldigvis behøver jeg lite hvile og mat. Noen grønnsaker og tre timers søvn på gulvet hver natt, det holder.

**- Hva annet kan oppnås med dine metoder?**

- Et sinn fritt for stress, en kropp fri for sykdommer, et samfunn fritt for vold, et intellekt uten grenser, et minne fritt for drama og en sjel fri for sorg.

**- Hvordan oppdaget du resepten på så mye fint?**

- Den kom som en åpenbaring for 30 år siden, slik et dikt kan komme til en poet, mens jeg i ti dager meditererte i absolutt stillhet. Jeg begynte spontant å undervise, og så viste altså teknikkene seg å virke.

**- Hvor lang tid tar det å lære teknikkene du foreskriver?**

- 12 timer, spredt over tre eller fire dager. Verre er det ikke.

**- «Gi meg to timer daglig med en terrorist i seks dager, så skal jeg endre hans tankesett,» har du sagt. Ville det vært tilstrekkelig for mannen som nå skal svare for 77 drap i Norge?**

- Jeg er overbevist om at det er nok for alle terrorister. Når jeg gjenoppliver den myke menneskeligheten vi alle er født med, blir det umulig å ty til vold.

**- Hvordan klarer du konkret å**

## HVEM?

Sri Sri Ravi Shankar, Indias mest kjente åndelige leder.

## HVORFOR?

Mener å vite hvordan verden skal bli kvitt terrorisme og ekstremisme.

**oppnå en så dramatisk endring i en terrorist?**

- Dette er mennesker som er hjernevasket til å tro at de alene besitter sannheten og billetten til himmelen. Yoga, meditasjon og pusteteknikker bidrar til at hjernen deres finner ro og at de begynner å tenke på en annen måte. De begynner å se seg selv som mennesker i vår felles verden. De innser hva smerte er, og at den ikke må påføres andre. Jeg har sett store endringer hos de mer enn 300 000 innsatte i fengsler verden over som har gjennomført kurset mitt.

**- Men tilbakefallsprosenten er vel ikke akkurat null blant dem heller?**

- Alle endres til det bedre, men for noen av dem vil ikke ett kurs være nok. De kan behøve oppfølging og støttegrupper.

**- Hvordan kan vi unngå et nytt 22.7.-mareritt?**

- Nøkkelen er multireligiøs og multikulturell oppdragelse fra barna er helt små. Slik forebygger vi at de blir utrygge på egne røtter og redde for at deres kultur og religion skal forsvinne. Røttene styrkes nemlig når vi utvider vår horisont. Mangfold gir grunn for feiring, ikke for konflikt.

**- Er alle religioner og kulturer like verdifulle?**

- Det finnes godt i dem alle, men ikke alle deres uttrykk er like passende i vår tid. Vi må beholde de gode og kvitte oss med det bakstreverske.

**- Og hvem skal bestemme hva som er hva?**

- Vår felles sunne fornuft.

**- Du har meglet i konflikter verden over: Kamerun, Elfenbenskysten,**

**Kashmir, Irak, Sri Lanka. Hva har du oppnådd?**

- Mye, og likevel bare dråper i havet. Men det har vært godt å se at når man bringer vanlige mennesker sammen - indere og pakistanere, palestinerne og israelere, muslimer og kristne - så opphører politikernes retorikk å virke på dem.

**- Hva vil du svare kritikere som påstår at din tilnærming til konfliktene er naiv?**

- Jeg ønsker all kritikk velkommen. Kanskje jeg kan lære av den. Men jeg synes de skal se ordentlig på hva jeg gjør og oppnår, før de feller dom.

**- Du fikk bruk for dine diplomatiske evner da du og artisten Ravi Shankar på 1990-tallet kranglet om retten til å bære navnet?**

- Hehe, folk pleide å komme til kursene mine og tro at jeg skulle spille sitar, mens de kom på konsertene hans og forventet å lære meditasjon og pusteteknikker, så for å unngå forvekslingene føyde jeg til Sri Sri.

**- Du er blitt nominert til Nobels fredspris. Visste du at Nobelkomiteens leder, Thorbjørn Jagland, deltok på et av kursene dine da han var norsk utenriksminister, og fikk kritikk for å anbefale det til de ansatte i departementet?**

- Nei, men det er nok enda en grunn til at jeg neppe kan få prisen. Den synes uansett å gå til mennesker som kjemper, agiterer, ikke til en som bare viser vei til et sinn fritt for stress.

*ola.henmo@aftenposten.no*



FOTO: MONICA STRØMDAHL



Jeg har sett store endringer hos de mer enn 300 000 innsatte i fengsler verden over som har gjennomført kurset mitt