

Overdreven bekymring, frykt og mistenksomhet til teknologi (16 sider)

Innledning.....**side 1**

Vedisk holdning til teknologi og materialistisk utvikling i verden.....**side 1**

En spirituell person har en tendens til å ta avstand fra den materielle verdenen.....**side 2**

Spirituell relativisme.....**side 3**

Romantisering av natur og mistenksomhet til teknologi i New-age bevegelsen.....**side 3**

Vaksineteknologi.....**side 4**

Vaksiner, risiko og skapelsens natur.....**side 5**

Sunn eller usunn skepsis mot vaksiner.....**side 5**

Hva skjedde med eteren – naturens eget internett? (et lite utdrag fra Medium 3/21).....**side 5**

Kommentarer til artikkelen i medium.no.....**side 6**

Menneskeheten på vei utfor teknologiens stup? (utdrag fra hemali.no).....**side 6**

Kommentarer.....**side 7**

Viktigheten av kildekritikk.....**side 8**

Kan koronaen vise oss tegn på at vi som menneskehet bør endre på ting som ikke gavner helheten og planetens vel og ve?.....**side 8**

Hva med usikkerhet og frykt forårsaket av for eksempel kampen mellom hjertet og sinnet, som jeg føler gjennom intuisjon?.....**side 9**

Hvilken rolle har intuisjon i å hjelpe oss til å treffe gjennomtenkte beslutninger?.....**side 9**

Å gi opp motstand til det som er.....**side 11**

Tanker rundt emnet holografisk prinsipp og se på universet som udelt hele.....**side 12**

Holografisk projeksjon.....**side 12**

Fra Magasinet Visjon 1-2019 om holografi, kvantefysikk, helheten og universets flyt...**side 13**

Økologisk økonomi og se på verden som en intelligent orden.....**side 13**

Å se på verden som en intelligent orden og leve i harmoni med den.....**side 14**

Dokumentarer på nrk om konspirasjoner angående covid-19 pandemien og vaksiner....**side 15**

Bøker angående emnet Vaksiner og Konspirasjoner.....**side 15**

Innledning:

Teknologi er et område, som har interessert meg siden jeg har vært en liten gutt. Jeg har alltid vært fascinert av teknologien i science fiction filmer eller lignende. Min første datamaskin var Commodore 128 og så kom Amiga 500. Jeg brukte alle mine konfirmasjonspenger på den i 1988. Man ser en del dystopiske og dommedagsscenarioer i ulike filmer og serier hvor teknologi er inkludert. Å ha et sunt forhold til teknologi er viktig, men jeg har observert at teknologi er veldig sett ned på i områder som vaksiner spesielt i alternativbevegelsen.

Internett har vært en gave til menneskeheten og det er mange oppsider med det, men det er som med alt i verden baksider ved det, som inkluderer misbruk av mennesker og informasjon på ulike måter. Det inkluderer det mørke nettet og ikke minst det å falle i kaninhullet av konspirasjoner hvor vaksineteknologi, 5G mobilnett og smartmålere blir demonisert. De blir sett på som fiender av menneskeheten for å skade oss mer enn å hjelpe oss. Det er noe jeg reagerer sterkt på og er opptatt av å ha sunne verdier og holdning til emnet teknologi og dens fremtid.

Med denne bloggen ønsker jeg å advare mot å ha en overdreven bekymring, frykt og mistenksomhet til teknologi. Jeg advarer også mot anti-vaksineringsbevegelsen, som bruker enorme summer på å lage en del overdrevne og falske nyheter mot vaksiner.

Det er naturlig å ha sunn skepsis til ulike teknologier og filmer samt tvserier viser oss hvor galt det kan gå om man ikke har sunne verdier og følger moral og etikk i samfunnet med tanke på teknologi. Frykten for kunstig intelligens er også der, som skal ta over hele samfunnet. Jeg kaller det for Terminator-syndromet.

Vedisk holdning til teknologi og materialistisk utvikling i verden

Vedaene har ikke noe imot materialistisk utvikling. Vedaene forbanner ikke fjernsyn. Vedaene forbanner ikke datamaskiner, oppdagelsen av biler og oppdagelsen av raketter og alt som har med materialistisk utvikling. Som en spirituell søker, trenger jeg ikke å fordømme dem: De er alle gaver av Det Totale Sinnet. Faktum er at vi også bruker dem. Jeg hørte at Maharshi Mahesh Yogi har en vedisk kanal. Hvorfor kritiserer vi vitenskap? Veda er ikke imot noe vitenskap, på den andre siden sier vi velkommen og vi kan ha klasser som en data/ internett klasse. I regnfull sesong, trenger du ikke å komme og du kan sitte hjemme og lytte i fritiden. Hvorfor skulle jeg kritisere data, eller noe i det hele tatt?

Hva Vedaene sier er at hvis du bare er forpliktet til en materiell utvikling og hvis du ikke parallelt bringer med deg spirituell vekst også, kan den samme materialismen bli dødelig. Fordi hvert menneske er en blanding av materie (anatma) og ånd (atma, selvet, bevissthet). Vekst i livet bør være en vel balansert vekst; og vitenskapelig utvikling må også være der i velbalansert vekst, sammen med økonomisk utvikling alt er flotte ting. Men ikke la dem bli en hindring til spirituell vekst. Og hva som er spirituell vekst: Den ultimate veksten er oppdagelsen av det faktum at jeg er selvet/ bevissthet, som er essensen av hele universet, uendelig ekspansjon er spirituell vekst. Fysisk sett kan du ikke ekspandere bakenfor dens begrensninger.

Verken fysisk eller mentalt kan du ekspandere bakenfor dens begrensninger. Fullstendig uendelig vekst er bare mulig spirituelt sett og derfor imøtekom spirituell vekst, mens du jakter på materielle ting. Og en slik balansert mål av materielle, underholdning/ nytelse/ tilfredsstillelse, så vel som selv-kunnskap kalles for Karma yoga. Karma yoga har med passende holdning til handling i verden og erkjenne at vi bare har egentlig kontroll over våre handlinger og ikke resultater i verden. Det krever at vi er for det meste objektive i måter å møte utfordringer og erfaringer i verden på.

En spirituell person har en tendens til å ta avstand fra den materielle verdenen

Det er en populær tro om at hvis vi er spirituelle så må vi ta avstand fra den materielle verden. Imidlertid er det ifølge Upanishadene og Gita ikke to forskjellige verdener, én materiell og den andre spirituell. Gitas visjon er at alt som er her, er årsaken (Det Totale Sinnet). Universets skaper er også manifestert i forskjellige navn og former i og gjennom skaperverket.

Midt i alt dette livets drama, med et utvidende univers, kollapsende stjerner, jordas rotasjon, menneskelidelse, vold og kjærlighetshistorier kan vi granske i virkeligheten hvor vi ikke finner noe annet enn tilstedeværelsen av et enormt nettverk av intelligens. Hvis vi virkelig begynner å anerkjenne dette, vil vi ikke ta avstand fra noe eller forkaste noe som tilhører den materielle verdenen.

Ifølge visjonen av de vediske skriftene finnes det ikke noe som heter det spirituelle kontra den materielle verdenen. Mennesker har bygget en del templer for å tilbe gudinnen Lakshmi, som

har med materiell overflod å gjøre. Mennesker ber om penger, mat, hjem, barn og så videre. Vi kan bruke rikdom og penger til utdannelse for våre barn, kjøpe passende hus eller leiligheter og bøker, gi til veldedighet eller kaste bort penger på spill. Hvordan vi bruker penger avhenger av vår modenhet. Vi kan ikke avvise penger ved å si at det tilhører den materielle verdenen og derfor forkaste det som ugunstig.

I Gitas visjon kan vi vokse til å bli en person, som ikke ser noe annet enn en intelligent orden (Det Totale Sinnet) her. Spiritualitet er ikke ment for de som ikke kan håndtere verden og flykte fra den og tenke at den materielle verdenen er full av smerte og la meg ty til den spirituelle verden for å oppnå fred. Hvis vi følger denne troen, kan vi potensielt sett begynne å utvikle et spirituelt ego, slik at vi kan se ned på alle tapte sjeler som er fanget i den materielle verdenen.

Spirituell relativisme

Rasjonaliteten har generelt ikke hatt en populær rolle i moderne spiritualitet. Det mentale er ofte blitt assosiert med den lavere natur, som kun kan gripe tingene meget skjematisk og stivt, og som ikke har gitt plass til det umiddelbare og det intuitive. Det kan man forstå av flere grunner, men tankesinnet er en dyrebare del av vår helhet. New age-spiritualiteten er tilbøyelig til å bli beskyldt for å være en feel good spiritualitet, som kan komme til å dyrke det nytelsesfylte, mirakuløse og emosjonelt komfortable på bekostning av skjelneevnen. Man kan ikke avgjøre sannheter utfra følelsetilstander. Enten har et trafikkuhell funnet sted, eller ikke. Individuell følelse blandes sammen med konkrete fakta, som er som å sammenblande en fruktkasse med en verktøykasse. Når fornuften blir underkjent, kan det oppstå alvorlige misforståelser, og når det strekker seg inn i spirituelle felt, oppstår det en naivitet og en relativisme, som er tilbakeskritt. Fornuft og skjelneevne er en del av sunn spiritualitet.

Romantisering av natur og mistenksomhet til teknologi i New Age-bevegelsen

(Bloom video)

Motstand mot vaksiner er vanlig i New-age og alternativbevegelsen og i artikkelen – Make not love, not vaccines: Why are new age hippies so anti-vax? Påpeker nettopp faren med slike holdninger og verdier:

<https://julesevans.medium.com/make-love-not-vaccines-why-are-new-age-hippies-so-anti-vax-7eef1d4e083d>

Det er mange fine poenger i artikkelen og den spirituelle læreren William Bloom er en av de jeg husker veldig godt fra artikler i Alternativ Nettverk på 90 tallet og starten av 2000-tallet. Han var ofte her i Norge og husker at Øyvind Solum og co inviterte han ofte hit. Jeg støtter det han sier. Spesielt det han sier her, som har undertoner av anti-intellektuell og anti-rasjonell holdning:

«Det er derfor New-age undervisninger og samfunn kan være så farlige. De underviser oss til å følge våre instinkter og følelser i kunnskapens fravær. Vi trenger å følge visdom og ikke våre følelser. «

Jeg nevner også senere hvorfor intellektet, det rasjonelle og det kognitive blir sett ned på av flere alternative og spirituelt bevisste mennesker. Mens Vedanta og vedisk kunnskap jeg følger er mer opptatt av personlig vekst og følelsesmessig transformasjon. Modningsprosessen

fører oss til visdom, som noen vil kalle for et skjæringspunktene mellom kunnskap og intuisjon (å stole på følelser). Det er et tålmodig arbeide, som krever at vi jobber systematisk og over lang tid. Mens mange ønsker seg mer raske løsninger.

I tillegg er denne romantiseringen av naturen og demoniseringen av det moderne samfunnet, som inkluderer ekstrem mistenksomhet mot teknologi, som vaksiner. I tillegg deres holdning til massemedia og myndigheter, som jeg mener er giftig mistillit og holdning til demokratiske prosesser.

Covid-19 har ført til at flere i alternativbevegelsen har falt inn i det såkalte kaninhullet av konspirasjonsteorier.

Det er en tendens til at New-agere og alternative bevisste mennesker heller mot å bli motstandere av vaksiner. Det skyldes deres overdrevne forhold til natur og mistenksomhet til teknologi og modernisme. New age har kommet ut av romantisme, som har gjort naturen til en gud og den moderne sivilisasjonen til en djevel. Dette kan lede til noen rare distinksjoner. En anti-vakser, som kalte seg for psykedelisk healer i Costa Rica så på vaksiner som unaturlig, mens psilocybin (sopp) og ayahuasca ble sett på som gode spirituelle allierte. Selv LSD og MDMA var spirituelle allierte selv om de er syntetiske kjemikalier.

Vaksineteknologi

(ted video om vaksine)

At vaksiner er eksperiment er delvis sant, men jeg forholder meg til blant annet eksperter som Anne Spurkland (født 1960) er en norsk medisinsk forsker innen molekylær immunbiologi, lege, spesialist i immunologi og transfusjonsmedisin og fagbokforfatter. Hun er professor i anatomi ved Universitetet i Oslo.

Hun sier dette ifm teknologien til de nye vaksinene:

<https://immunglimt.no/2021/07/07/bor-jeg-ta-vaksinen/>

"Hei igjen

Når det gjelder påstanden om at mRNA-vaksinering er et prøveprosjekt på menneskeheten, så er det ganske langt fra sannheten. Teknologien som blir brukt i mRNA-vaksinene er basert på minst to tiår med forskning. mRNA-vaksinering har vært prøvd ut tidligere, også på mennesker, både mot kreft og mot andre infeksjonssykdommer. Men det er riktig at metoden ikke har vært brukt tidligere i det omfanget vi ser nå.

På den annen side er dette en teknologi som er svært nært viruset selv, så hvis man påstår at mRNA kan gi langvarige og skadelige endringer i immunsystemet eller DNA, så gjelder påstanden i minst like stor grad selve viruset man skal beskyttes mot.

Nei, så selv om vi selvsagt ikke vet helt sikkert, er det svært usannsynlig at det skal dukke opp alvorlige langtidsbivirkninger av vaksinen flere år etter at man fikk den. Vi vet imidlertid at SARS-CoV-2-viruset kan gi alvorlig sykdom særlig hos eldre, og langvarige bivirkninger med betydelige helsekonsekvenser også hos unge mennesker.

Hilsen Anne S"

Vaksiner, Risiko og Skapelsens natur

Du kan ikke velge et syn som fullstendig vil fjerne risiko fordi risiko er skapelsens natur. Livet er helt og holdent eksperimentelt. Vi er alle Det Totale Sinnets forsøkskaniner siden det leder oss til lyset. Smerte og tap er uunngåelig.

Vi er ikke bare selvbevisste mennesker, men vi er også ivrige etter å hjelpe Det Totale Sinnet. Vi er klar over risikoens natur og belønninger, som er valgmuligheter i enhver situasjon i et hvert øyeblikk. Å ha på munnbind, isolere seg sosialt og bli vaksinert gir mening av to grunner:

- 1) Det øker sjansene for å unngå COVID-19 og redusere bekymringer.
- 2) Det øker sjansene til en klar åndelig fordel ved å sette oss på samme side som Det Totale Sinnet, den store vitenskapelige innovatøren. Det er åpenbart at dets vilje ønsker at menneskerasen overlever. Genetikk, eugenikk, medisin og så videre er alle oppriktige forsøk på å hjelpe menneskerasen til å overleve, og i den overlevelsen å vokse i lyset.

Feil kan selvsagt skje, men hvordan kan vi lære annet enn gjennom våre feil? Hvordan kan vi vokse hvis vi ikke lærer om oss selv og vårt miljø? Hvordan vil vi overleve som en rase hvis vi ikke er villig til å ofre noe? Vår fødsel på denne jorda er et offer, fordi så lenge vi elsker livet, må vi ofre det før eller siden.

Covid-19 er en mulighet. Vaksiner er en mulighet til å tjene verden. Det er sunn fornuft bak den tankegangen. Frykt er viktig opp til et visst punkt, som får oss til å handle på passende og fornuftig måte. Å demonisere vaksiner hjelper ingen.

Sunn eller Usunn skepsis mot vaksiner?

Jeg vil vise til et par eksempler på hvor man kommer med overdreven bekymring, frykt og mistenksomhet til vaksiner og generelt til teknologi.

Hva skjedde med eteren – naturens eget internett? (et lite utdrag fra Medium 3/21)

av Christian Paaske

Klar for å bli vaksinert?

Gjennom den teknologiske revolusjonen står vi fare for å bli slaver, offer og kontrollert av maskinene vi selv har skapt. Datateknologi er i ferd med å bli et Frankensteinmonster som kontrollerer stadig flere områder av våre liv. Transhumanisme er en agenda av å erstatte stadig flere kroppslige og mentale funksjoner med teknologi. Dette har kommet til et nivå av å true vår menneskelighet og gjøre oss til maskiner. Med data og internett er menneskelig og kunstig intelligens i ferd med å smelte sammen.

Vaksiner blir nå introdusert for å bringe dette et langt skritt videre. Vår tids vaksine-general Bill Gates vil nå at hele menneskeheten skal injiseres med en vaksine som i tradisjonell forstand ikke er en vaksine, men en permanent endring av kroppens DNA/RNA. Det vil si selve den biologiske programmeringen eller direkte genmodifisering. Det skjer med tomater og dyr – og nå også mennesker. I tillegg inneholder både testen og vaksinen nanopartikler som er egnet biologiske datavirus. De er som geriljasoldater ut av en trojansk hest programmert til å utføre en rekke spesialiserte individuelt tilrettelagte oppdrag i det nylige okkuperte territoriet eller vertsorganismen. Med andre ord – din kropp.

Vaksine er bare et av flere biologiske våpen til å hacke seg inn i den menneskelige hjernen, overta kontrollen, omprogrammere den og styre den fra utsiden. Den tungvinte manipuleringen av menneskeheten gjennom religion, skolesystemet, vitenskap, massemedia, underholdning og andre former for indoktrinering og hjernevask blir unødvendig når hjernen kan programmeres direkte. Produsenter trenger ikke lenger kjøpe reklame, men betale for hvor mange kunder som på neste handletur vil legge deres produkt i handlekurven.

Det kan fortsatt holdes politiske valg, men alle vil likevel stemme på de partiene som har bestilt deres stemmer. Kontrollen stanser ikke her. Brysomme personer som likevel ikke lar seg kontrollere kan bare med et tastetrykk skrus av. Krig trenger ikke utføres med soldater, kanoner, tanks og bomber, men kan i framtiden utkjempes i dataspill og kontrolleren over eteren. Star Wars var visst en dokumentar-film?

Kommentarer til artikkelen i medium.no:

Paaske sine meninger har blitt trykket i ulike artikler, senest (per mai 2021) i medium 3/21 og i form av en bokomtale av en bok som går imot all sunn fornuft, sunne verdier og passende god holdning. Det fremmer også demonisering og lite nyansert verdensbilde. Vaksiner og Bill Gates er den store stygge ulven og blir sett på som biohacking, som hører hjemme i sci-fi filmer eller tv-serier og har ingenting med sunn samfunnskritisk holdning å gjøre. Paaskes syn innebærer også en også flørting med høyreekstreme tanker, som vi har sett med angrepet på demokratiet og kongressen i USA.

Paaske og likesinnede sin tenkning og holdning skaper giftig mistillit til myndigheter og nyhetsmedier. Det undergraver demokratiets fundament.

Når man klager på noe der ute i verden og er ganske mistenksom, vil man også være mer utadvendt og bli mer subjektiv. Dess mer man jobber med å elske verden som den er og møte den som den er samt ha en holdning om at det er en intelligent orden som tilrettelegger alt i livet, vil man unngå å være mistenksom. Man vil også være mer objektiv og være i en sunn modningsprosess eller vekst. Å være mistenksom overfor verden er synonymt med å være mistenksom overfor de upersonlige intelligente kreftene, som tilrettelegger alt dette oppsettet vi erfarer og gjennom alle lover i denne ordenen. Det er å være mistenksom overfor universets årsak, som deler ut alle resultater i verden.

En av baksidene med å stole for blindt på visse kilder og steder på internett uten å ha en sunn kritisk sans eller dømmekraft i seg. Det er rart å se hvor lett noen sluker slik info rått uten å tenke seg om.

Menneskeheten på vei utfor teknologiens stup?

av Susanne Heart

<https://steigan.no/2021/08/menneskeheten-pa-vei-utfor-teknologiens-stup/>

<https://hemali.no/siste/menneskeheten-pa-vei-utfor-teknologiens-stup/>

Noen få utdrag:

«I februar var jeg i digitalt møte med Elon Musk. Han sier at medisin allerede er digital i samarbeidet mellom BigTech og BigPharma. Teknologibransjen påvirker oss mentalt døgnet rundt. Nå er det cellene sin tur. Celler er biologiske datamaskiner hvor program kan installeres, ved bruk av mRNA eller DNA genteknologi. Musk [peker på hvordan vi nå kan programmere en sommerfugl](#) til å gjøre det vi vil. Tesla er i gang med RNA-fabrikk. Genterapi fikk en kick-start i pandemien og industrien fikk fritak fra å levere langsiktige trykghetsdata. «

«Det er ingen tvil om at det kan være mulig for enkeltmennesker med fysiske eller psykiske lidelser å få et bedre liv gjennom presisjons- og genterapi. Testing av genterapi på nesten hele menneskeheten derimot, gjør at flere eksperter er alvorlig bekymret for kroppens kollaps.»

«Vi må tenke over hvilken fremtid vi vil ha. Digitalisering av kroppen kan vanskelig stoppes. Utviklingen kan gjøre menneskeheten biologisk avhengig av teknologi for å overleve. Skal fremtidig helse bygges gjennom digital programmering fra teknologisk medisinindustri? Eller har vi tillit til kroppens egen intelligens? Dette avgjørende etiske verdispørsmålet må demokratisk forankres i folket. Det er dette vaksinedebatten handler om for meg. Hvordan skal vi klare å redde naturen hvis vi ikke engang har nok kjærlighet til å bevare oss selv?»

Kommentarer til artikkel i hemali.no:

Det er klart at digitalisering gir muligheter og at den type teknologi, som vi ser med koronavaksiner gjør at utviklingen går raskt. At man må tenke på moral og etikk med tanke på verdier er viktig og der er jeg enig samt stille spørsmål ved bioteknologi o.l. som har med helse -og menneskelig utvikling.

Men vi må være forsiktig med å antyde det som vi leser om blant annet Paaske og andre konspirasjonsteoretikere om frykten for transhumanisme blant annet. Det er fare for en overdreven bekymring, frykt og mistenksomhet. Det er ikke lang vei til å flørte med konspirasjoner og det gjør at jeg advarer å stole for mye på det som dukker opp på hemali.no og steigan.no hvor det smøres ekstra tykt på overdreven bekymring, frykt og mistenksomhet. Jeg holder meg unna slike kilder som det lukter en del anti-vaksineringsholdninger som ikke er av sunn art og er upassende. Samt at en side som steigan.no er med og stimulerer til giftig mistillit til vanlig massemedia og myndigheter. Det er destruktivt for de sårbare demokratiske prosesser.

I bloggene – Vaksiner og tillit til helsemyndighetene under en pandemi

<https://www.bevissthetsvitenskap.com/post/vaksiner-og-tillit-til-helsemyndighetene-under-en-pandemi>

og Kritisk tenkning – Intuisjon og Fryktbasert mistenksomhet

<https://www.bevissthetsvitenskap.com/post/kritisk-tenkning-intuisjon-fryktbasert-mistenksomhet>

advarer jeg mot denne form for å stole på kilder, som flørter med konspirasjoner eller virker å være en dimensjonale. Med andre ord demoniserer og ser svart-hvitt på vaksiner og skaper en

upassende og usunn form for mistillit til vanlige massemedia og myndigheter. Falske nyheter flourerer utenfor vanlige massemedia og det er lett å miste dømmekraften når man faller ned i kaninhullet av konspirasjonsteorier og ikke minst internett med utallige nettsider.

Viktigheten av kildekritikk

Noen få utdrag:

Såkalte eksperter

Hvem som kan publisere noe på nett og å få det til å se ekte og profesjonelt ut. Og når internett og sosiale medier flourerer med ulik informasjon, er det lett å finne noen som skriver noe som støtter opp om akkurat det man selv mener. Men er virkelig de såkalte ekspertene som intervjues og skrives om på nettsidene eksperter?

Metoder

Professor Leila Ferguson ved avdeling for helsevitenskap ved Høyskolen Kristiania, har utviklet noen tips for kildekritikk:

- 1) Hvem er forfatter? Hvorfor skriver de teksten? Har de noe å vinne på det de skriver? Se gjerne etter «videresendt» symbolet – er dette noe som er kommet fra «en venn av en venn»?
- 2) Hvordan passer dette med det jeg har hørt før? Hvordan henger dette sammen med det som står på andre (pålitelige) sider? Vet jeg noe om motargumenter?
- 3) Er det «hold» i forfatterens argument? Har de belegg for det de skriver og kan det brukes som støtte for påstanden som kommes med? Om artikkelen viser til forskning, hvordan er det gjort, av hvem, og hva er det egentlig forskerne finner ut?
- 4) Sjekk mot andre kilder. Hvis flere kilder kommer med motstridende informasjon, kan en god strategi være å finne en autoritet. [Rapport over meldte mistenkte bivirkninger av koronavaksiner \(oppdateres jevnlig\) - Legemiddelverket.](#)

Kan koronaen vise oss tegn på at vi som menneskehet bør endre på ting som ikke gavner helheten og planetens vel og ve?

utdrag fra artikkel i medium.no 3/5-21 – Å håndtere frykt og usikkerhet ifm koronapandemi og andre hendelser i verdenen - https://f93f736c-ec30-48fc-9f11-0dd8269828e7.filesusr.com/ugd/bbf970_b695c63039534f07bbdaa81bf293da4f.pdf

Ja, det er jeg overhodet ikke i tvil om. Det er en intelligent orden bak alt som gjennom upersonlige prinsipper spiller ut karma kollektivt, så vel som individuelt. Det har vi ikke noe kontroll over. Bruk i stedet mer energi på det vi har kontroll over – Det er nøkkelen til å vedlikeholde sunn og god helse, velvære og ha suksess i livet.

Det er en årsak til hvorfor ozonlaget blir tynnere, hvorfor det skjer klimaendringer og endringer i miljøet, med en stigning av havnivået verden over. Det er lover involvert her også. Når vi beveger oss mer i harmoni med disse lovene kan det hende vi gjør livene våre mer tilfredsstillende eller bedre. Du gjør deg selv en tjeneste. Det går ut på å ikke skape ting i

verden som forårsaker lidelser for andre.

Hva kan du gjøre med gravitasjonsloven? Hva er det store med den loven? Kan du velge å ignorere den når du lever livet ditt? Hvis du hopper ut fra en bygning fra 5. etasje uten å bry deg om gravitasjonsloven, så vil den loven utføre resultatet: Du faller og dør eller skader deg. Å sende en rakett til månen krever også at man har brukbar kunnskap om gravitasjon. Vi har ikke råd til å ikke kjenne til disse nevnte lovene. Når vi anvender sinnet til å stadig forstå mer av verden og de komplekse lovene, samt flyter med disse lovene, vil vi sjeldnere følge frykt.

En spesifikk frykt er uunngåelig å kjenne på i disse tider. Ikke klandre deg selv for dette ved å kalle dette for en negativ følelse eller å prøve å bekjempe den. Dess mer du prøver å bekjempe den, jo mer vil den holde fast i deg. Men det er viktig å ikke la frykten ta overhånd, som nevnt før – ved å finne en konstruktiv måte å engasjere deg i verden på og se på hva du kan gjøre og ikke kan gjøre.

Gjør ting du elsker å gjøre og som du ikke har hatt tid til å gjøre på lenge. Ta gjerne kontakt med noen du ikke har hatt noe særlig kontakt med på flere år. Nå ut til mennesker og hjelp dem gjerne på den måten du kan gjøre i denne tiden, som også fører til endringer i sinnet ditt. Reflekter eller undersøk litt rundt hva verden egentlig er. Vi har en tendens til å ikke se vår ansvarlighet i verden, men heller sette merkelapper på ting, som at verden er kaotisk. Men verden er styrt av lover. Det er manglende forståelse som gjør at vi har en dårlig gjennomtenkt holdning til verdenen. Det å være korttenkt har sin pris for menneskeheten, både individuelt eller kollektivt.

Når vi er mer i flyt med verden og dens lover og forstår at verden er intelligent, ikke kaotisk, vil vi også skape mer harmoniske situasjoner i den ytre verden. Vårt indre landskap vil være mer fritt fra frykt og vi vil engasjere oss mer intelligent i verden. Usikkerhet er en del av livet. Den første visdomslæringen er at vi ikke kan kontrollere alt. Usikkerhet kan enten føre til usunn frykt eller muligheter – muligheter for deg til å reflektere over ting og vokse som person og være i harmoni med skapelsen.

Hva med usikkerhet og frykt forårsaket av for eksempel kampen mellom hjertet og sinnet, som jeg føler gjennom intuisjon?

Sinnet har to måter å operere på. Den ene er at når en situasjon oppstår så tenker du i sinnet litt over det først og så produserer det en følelse. Dette kaller vi for en følelsesmessig respons til en situasjon. Intuisjonen kan være riktig eller ikke riktig, men den kommer fra ubevisste prosesser i sinnet. Den er ikke alltid til å stole på. Hvis intuisjonen din sier at verden går under og du ikke tør å gå ut, er den ikke gyldig.

Visdom er noe vi må jobbe med over tid og vi må granske virkelighetens natur for å oppnå visdom. Intuisjon har sin plass i å vise oss signaler. Men det å utvide sinnet til å lære ting om hvordan virkeligheten og verden er, gir oss større forståelse for hva som egentlig skjer. Den vediske visjonen viser oss hvordan verden og virkeligheten er, og ikke hvordan vi oppfatter verden og virkeligheten som. I våre liv har vi muligheter til å utvikle oss og oppnå visdom.

Hvilken rolle har intuisjon i å hjelpe oss til å treffe gjennomtenkte beslutninger?

INTUISJON

Hva er intuisjon? Av og til, uten å bearbeide data bevisst, mottar vi noe innsikt (som virker å være sterk/klar). Som vi ofte kaller intuisjon.

Hva er kilden til intuisjon? Det er to kilder:

Det underbevisste sinn

Alle hendelser som du går igjennom er lagret i det underbevisste sinn. I det er det laget mange forbindelser (relatert til tidligere hendelser). Disse forbindelsene er hinsides bevisst kunnskap, ellers ute av stand til å operere.

Av og til produserer det underbevisste sinnet en beskjed til det bevisste sinnet (som vi kaller intuisjon).

Hvorfor kaller vi det intuisjon? Fordi vi ikke har brukt det bevisste kognitive sinnet til å komme fram til beskjeden.

Vår respons?

***Ignorerer:** Fordi vi er vant med å bruke bevisst tenkning. Hvis det er ikke bevisst, avfeier vi den.

***Lytt** og handle i samsvar med den.

FORSIKTIGHET:

*Ikke alle forbindelser i det underbevisste er basert på visdom. På denne måten kan meldingene (som vi kan kalle for Intuisjon) villedde deg.

*Hvis du alltid går til denne underbevisste intuisjonen, kan du bli forutinntatt og dømmende. For eksempel: Denne personen gir meg ikke gode vibber/energier.

SAMMENDRAG:

Intuisjon er 50/50 (klok/uklok). Derfor er det viktig å anvende bevisst analyse som et supplerende verktøy.

Hva med oppdagelser som har kommet gjennom intuisjon:

- * Det har gjennom å følge underbevisst intuisjon blitt gjort mange oppdagelser.
- * Intuisjonen som er grunnlaget for oppdagelsen er basert på å være opptatt av et spesifikk emne i mange år.

For eksempel: Einstein var overrasket over hans eget sinns oppdagelse av tid-/romrelativiteten.

I vitenskapelige kretser har disse intuitive oppdagelser blitt presentert til eksperter, som har

sørget for at det er ikke har blitt motsagt av logikk. Bare da er det akseptert som kunnskap.

Isvara – Det Totale Sinnet

Vi skaper egne historier/konklusjoner i vårt sinn. Sinnet, som er betjent av Det Totale Sinnet. Hvor enn sinnet er, er der Det Totale Sinnet er (All-Kunnskap-Kraft).

Imidlertid gjør våre subjektive fortellinger sinnet mer fjernt fra Det Totale Sinnet.

Over tid, når personen renser sinnet, vil vedkommende oppnå større tilgang til Det Totale Sinnet.

Sinnet kan trekke ut av Det Totale Sinnets all-kunnskap-kraft.

Altså vil vise personer utvise denne type intuisjon.

For eksempel i filmen *Mannen som kjente til Uendelighet*: Ramanujan visste intuitivt, men Professor Hardy ved Cambridge ønsket logikk til å bevise det.

To sinn som møtes

***Rasjonell:** Logisk deduksjon

***Intuisjon** (basert på Det Totale Sinnet): At man intuitivt forstår.

For eksempel: Professor Hardy fortalte Ramanujan: «*Du må trene sinnet til å logisk vise hva du ser akkurat nå. Du kan ikke si at det er ok.*»

KONKLUSJON: Noen mennesker er utelukkende rasjonelle (avfeier intuisjon), og noen er utelukkende intuitive (og ignorerer kognitive prosesser).

SAMMENDRAG

* RENT sinn er på bølgelengde med Det Totale Sinnet, som er uttrykket som Intuisjon.

* Intuisjon (både underbevisst og basert på Det Totale Sinnet) er bare et bi-produkt av din modenhet. Den er ikke ment til å være det viktigste i livet.

Å gi opp motstand til det som er

En av måtene vi motsetter oss å akseptere situasjoner som de er på, er ved å prøve å ha kontroll over situasjoner som vi har lite kontroll over. Vi bruker mye tid og energi i nytteløse forsøk på å kontrollere hendelser og manøvrere livet vårt på en slik måte at hendelser skjer i overenstemmelse med våre ønsker. Siden vi også anerkjenner vår manglende evne til å kontrollere hver hendelse, utvikler vi bekymringer og frykt for fremtidige hendelser som er ukjente for oss. Til tider merker vi at vi er paranoide om hvordan livet kommer til å utfolde seg. Vi lever i evig frykt over at noe galt skal skje. Kanskje opplever vi et lite mageknip, som vi kan forestille oss å være alvorlig magesår og begynner å ha bekymringer. På denne måten tilbringer vi ikke livet i nåtiden, men bekymrer oss over innbilte problemer.

Overdreven bekymring viser at vi ikke er villige til å akseptere livet som det er og ønsker å kontrollere ukontrollerbare hendelser. Problemet her er at selv før uønskete hendelser skjer, er vi i kontinuerlig frykt og dette holder oss tilbake fra å nyte og gjøre det beste ut av livet. For eksempel kunne vi bruke en vesentlig stor del av tiden til å kontrollere fremtiden slik at vi kan vokte rikdommen vår og forsikre oss om at den ikke reduseres. En veldig suksessrik leder i en multinasjonal bedrift fortalte at et vanlig samtaletema i sosiale lag var frykten for å miste

rikdom. De er opptatt i deres nåtid av å ønske å kontrollere fremtiden til å unngå et mulig tap av deres formue siden det har implikasjoner for deres forbindelsesnettverk, deres anseelse og innflytelse, utdanningen av deres barn, deres ferie og deres luksuriøse livsstil.

Det er ikke noe galt i å ta forholdsregler for å beskytte det vi ønsker å beholde. Imidlertid, å lide under psykologisk frykt om tap og å være overdrevent opptatt av denne bekymringen viser en spesifikk dysfunksjonell atferd fra deres side. Slik atferd dukker opp når vi motsetter oss å akseptere faktumet at vi har begrenset kontroll over måten hendelser utfolder seg på. Når man ikke anerkjenner dette vil det lede til bekymringer, stress og frykt.»

Tanker rundt emnet holografisk prinsipp og se på universet som udelt hele

Holografisk projeksjon

Dette er en god analogi for den tilsynelatende virkeligheten, eller maya, en holografisk projeksjon; bildet endrer seg når posisjonen og orienteringen av synet på systemet endrer seg (som tolkningen av vasanas skaper individets tilsynelatende virkelighet) på eksakt samme måte, som hvis et objekt var tilstede, på denne måten lager bildet som viser seg som tredimensjonell. Dette er eksakt hvordan maya fungerer: det er bare et lysknep, som er reflektert bevissthet.

Holografisk projeksjon (eller maya) i seg selv er ikke et bilde; det består av en tilsynelatende tilfeldig struktur av forskjellige volum, tetthet eller kontur. Hvis du tar vekk projeksjonen, vil enhver del reflektere helheten. Dette er en god beskrivelse av Isvara Det Totale/Upersonlig Makrokosmisk Skaper/Skapelse.

«Relativitet- og kvanteteorien er enig i at de begge impliserer behovet for å se på verden som en udelt hele, hvor alle universelle deler, inkludert den som observerer og hans instrumenter, slår sammen og forener i en totalitet. Denne nye formen av innsikt kan kanskje bli kalt for Udelt Hele i flytende bevegelse. Dette synet impliserer at flyten er, på en eller annen måte forut til tingene som kan bli sett til å forme og oppløse i flyten. I denne flyten, er ikke sinnet og materie separate substanser. De er heller forskjellige aspekter av den ene hele og ubrutte bevegelse. »

-David Bohm, amerikansk (1917-1992) kvantefysiker og vitenskapsmann

<https://www.sciencedaily.com/releases/2017/01/170130083231.htm#.WJIqDj8ikMA.facebook>

Professor Skendereis sier dette i linken over:

«Holografi er et stort sprang framover på den måten vi tenker om strukturen og universets skapelse. Einstein sin relativitetsteori forklarer veldig bra nesten alle store skalaer i universet, men starter å løse opp når en undersøker dens opprinnelse og mekanismer på kvantenivå. Vitenskapsmenn har jobbet i tiår for å kombinere Einstein sin gravitasjonsteori og kvanteteori. Noen tror konseptet av et holografisk univers har potensialet til å forsone disse to. Jeg håper vår forskning tar et nytt steg mot dette.»

Videoen Bevissthetens Kreative Spill av Terje Toftenes er inne på emnet hologram, som nevnes litt her i et sammendrag:

" Holografiske bilder er enda en del av puslespillet hvor hver eneste del av en holografisk plate inneholder informasjon om hele platen. Det er enda en nøkkel til hvordan naturen kan

skape mineraler, planter, dyr, mennesker, solsystemer og en uendelighet av skapninger i en harmonisk orden langt ut over tilfeldige og kaotiske mutasjoner av prøving og feiling over lang nok tid.

[Du får kjøpt filmen på blu ray,dvd eller som vanlig strømming på internett her.](#)

Fra Magasinet Visjon 1-2019 om holografi, kvantefysikk, helheten og universets flyt

«Noen kvantefysikere konkluderer med at universet er holografisk oppbygd. Hvis det stemmer, er dette en revolusjon i vår bevissthet som det vil ta lang tid for oss mennesker å ta på alvor og integrere. Holografi er at helheten kan leses i den enkelte delen. Universet må ses som en sammenhengende helhet og ikke som en samling av atskilte deler. På samme måte som bølgene ikke kan ses atskilte fra havet, kan ikke delene som det hele består av, eksistere atskilt fra helheten.

David Bohm var en svært anerkjent kvantefysiker. Myriadene av ting, alt som finnes, mente Bohm, synes å være deler av en sømløs og ubegrenset helhet av vibrasjoner og bølgelengder hvor alt flyter i et samspill, som bevegelsene i en strøm av vann. De enkelte delene har ikke en mekanisk, men en organisk forbindelse, som betyr at de utvikler seg i sammenheng med helheten, i relasjoner med andre.

Sitat av Lao Tzu: «Uten å gå ut av huset mitt, er jeg kjent med hele universet.». Det kan tolkes som at han intuitivt hadde fanget opp holografien.

Å få avklart hva bevissthet er, er helt avgjørende for vår selvoppfattelse og forståelsen av livet. Fysiker og nobelprisvinner Max Planck mente at materien, den fysiske verden er en virkning av bevissthet. Kvantefysikere har nå fortalt oss at alle såkalte tomrom mellom partiklene slett ikke er tomme, men smekk fulle av energi. Dette ble lagt til side i flere tiår fordi det var uforståelig, helt til Bohm konkluderte med at det var bevissthet i tomrommene, deler av en større bevissthet.

Ifølge fysikere som er tilhengere av et holografisk verdensbilde, er vi en slags mottakere som flyter gjennom en kaleidoskopisk flom av bevegelse og frekvenser. Helheten finnes i alle deler og atskillelse finnes ikke. Vår opplevende virkelighet er illusjoner, som vi selv former ved at vi tolker en flyt av frekvenser. Den holografiske hjernen vår er god på lynrask dechiffriering og tolker denne flommen eller flyten. Universet synes logisk å by på ubegrensede, og for oss ufattelige muligheter for opplevelser ut fra vår bevissthet, som er i stadig endring. «

Holografisk prinsipp og hologrammer er en av mine hjertebarn i fremtidens teknologiske utvikling og som man ser kan man bruke den som metaforer i å se på at virkeligheten og universet er udelt hele. Du kan lese mer om det i bloggen min

<https://www.bevissthetsvitenskap.com/post/indras-nett-udelt-hele-holografisk-projeksjon>

Bør vi frykte fremtidens teknologier? Jeg mener det er overdreven bekymring, frykt og mistenksomhet rundt dette. Det er ikke bare gjenspeilet som nevnt i science fiction filmer, tv-serier og flere mennesker verden over.

Økologisk økonomi og se på verden som en intelligent orden

I debatten om klima og teknologisk utvikling er det også veldig ensidig fokus på teknologi. Kunnskap, visdom og teknologi må gå hånd i hånd som er til det beste for menneskeheten. Emnet økologisk økonomi er et viktig emne og her er litt utdrag fra bloggen – Klimavalg – Hva bør gjøres i energipolitikken?

<https://www.bevissthetsvitenskap.com/post/klimavalg-hva-b%C3%B8r-gj%C3%B8res-i-energi-politikken>

Boka [Økologisk økonomi av Professor Ove Jacobsen](#) er verdt å nevne, som en kan kjøpe via flux.no:

Norges ledende ekspert på økologisk økonomi, professor Ove Jacobsen, har samlet kunnskap fra mer enn 40 forskere på feltet.

Et av tidens viktigste spørsmål er hvilket samfunn vi i fremtiden vil leve i. Jacobsen argumenterer for at den grønne økonomiens symptomdempende tiltak ikke er tilstrekkelig for å løse dagens utfordringer knyttet til økonomi, samfunn og miljø.

Med referanser til mer enn 40 sentrale forskere innenfor mange fagområder, fra øst og vest, kvinner og menn, innenfor en tidsperiode på mer enn 100 år, argumenterer forfatteren for at en endring forutsetter en ny politisk plattform der styrkeforholdet mellom liberalisme, marxisme og anarkisme er grunnleggende forskjellig fra det som kjennetegner dagens kapitalistiske system.

Økologisk økonomi er inspirert av mange ulike retninger, for eksempel bioøkonomi, evolusjonistisk økonomi, ny økonomi, fredsøkonomi, assosiativ økonomi, feministisk økonomi, buddhistisk økonomi, delingsøkonomi, sirkulær økonomi, kretsløpsøkonomi og solidaritetsøkonomi.

En rekke fellestrekk ved de ulike perspektivene er brukt som grunnlag for å utvikle en utopi for et samfunn forankret i økologisk økonomi. Utopien er dynamisk og har som formål å ta vare på og utvikle potensialet for utvikling hos den enkelte og i fellesskapet. «Utopia is not about the impossible, the impossible is to carry on as we are!»

«Som veiviser til en alternativ økonomi er denne kunnskapsmettede og engasjerte boken unik. Jacobsen skaper en syntese av idehistorie, økonomisk historie, kritisk samtidsdiagnose og økofilosofi som viser at det er nødvendig å tenke nytt og annerledes om økonomiens mål og mening. Den fortjener å få mange lesere, ikke minst blant beslutningstagere. «

-Thomas Hylland Eriksen, Professor i sosialantropologi, UIO

[Å se på verden som en intelligent orden og leve i harmoni med den:](#)

"Den tilsynelatende uorden av nåtiden bli sett på som resultater av valg mennesker har gjort i fortiden. En intelligent orden setter årsak og virkning sammen til å produsere hva vi ser i dag. For eksempel, kan vi klandre ordenen for global oppvarming? Kan vi si at det er ingen orden fordi hvis det var en orden, ville klimaet være den samme? Nei. Så lenge vi fortsetter å gjøre feile valg om hva vi produserer og forbruker, vil orden produsere virkninger som global oppvarming. Vi kan ikke klandre ordenen for den. Vi må endre og gjøre bedre valg og ordenen vil produsere mer gunstige resultater i overenstemmelser med våre handlinger.

Visdomstradisjoner verden over kan være med å gi oss gode holdninger og sunne verdier. Måten vi ser på naturen og bærekraftig livsstil er jo det man blir inspirert til å følge. Å se på verden som en intelligent orden bidrar også med å inspirere andre til å følge det samme. Og jobbe for å være i harmoni med naturen og alt levende. Å se og vise at vi alle er sammenkoblet og tar på alvor naturens signaler på ulike måter. Å vise ansvarlighet med tanke på denne klimarapporten fra FN er viktig. Det innebærer å ha en imøtekommende, inkluderende, fleksibel og medfølelse holdning mot nye ideer, tankemodeller og måter å møte klimautfordringer på. Det finnes mange gode ideer om fornybare energier og løsninger til å redusere karbonbaserte spor. Prosesser tar tid og en har mange ønsker eller ideer om noe burde bli gjennomført. Det er en enorm kompleks og nyansert verden vi lever i og mange faktorer spiller inn, som vi ikke har kontroll over. Holdningen om at resultatene skjer på grunn av behovene av det totale gjør at en vil være mer avslappet til det som skjer og la prosessene gå i det tempo det skal. Ens bidrag er en dråpe i det store verdenshavet, men alt hjelper uansett hva det er.

Jeg bekymrer meg ikke for fremtiden og tror at det er så uendelig mye potensial i nye fornybare energiløsninger, men vi må ha is i magen og la ting utfolde som det skal. Det er fint med stort engasjement og da er det viktig å kanalisere energien på mest mulig konstruktiv og intelligent måte. «

Dokumentarer på nrk om konspirasjoner angående covid-19 pandemien og vaksiner

1) Vaksinekonspirasjonen - <https://tv.nrk.no/program/KOID23009721>

Legemiddelgigantene er ikke alene om å profitere på pandemien. Noen vet også å utnytte dem som er skeptiske til vaksiner. Det kan bli farlig. En dokumentar som viser at sårbare mennesker og andre skeptikere mot vaksiner blir forført inn i anti-vaksinekulter i USA spesielt og navnet Andrew Wakefield er jo velkjent som en av disse anti-vaksere som har mottatt en del penger fra ulike rike folk.

2) Helene sjekker ut og møter Koronaskeptikere - <https://tv.nrk.no/serie/helene-sjekker-ut>
Hvorfor tviler noen på at vi har en pandemi og er mot koronavaksiner? Ann Helen arrangerer markeringer for frihet og klemmer fremmede. Her får en også møte på ekstreme anti-vaksine motstandere som Kjetil Dreyer og andre.

Bøker angående emnet Vaksiner og Konspirasjoner:

Øyvind Strømmen er fylkestingsrepresentant for Vestland fylkeskommune og [har skrevet en blogg om "Hvordan konspirasjonsteorier står i veien for samfunnskritikk"](#) og skal komme ut med en bok om, som heter **Giftpillen - Konspirasjonsteorier og deres ødeleggende kraft i august 2021:**

"..Når ein utfordrar etablerte idéar, må ein vakta seg vel for å enda opp med ein slags selektiv skepsis, der ein tillet seg å tvila på alt som kjem frå etablerte kjelder, men samstundes byrjar å omgå såkalla "alternative" kjelder ukritisk eller beint fram naivt..." Boka er ute nå og kan [bestilles her](#).

En viktig blogg om immunforsvaret, som er verdt å nevne.

Velkommen til min [blogg om immunforsvaret](#).

Jeg heter Anne Spurkland og er professor i medisin ved Universitetet i Oslo. Jeg underviser i anatomi og forsker innenfor immunologi og autoimmune sykdommer. I bloggen svarer hun på disse emner:

1. Slik virker koronaviruset i oss

Hva gjør egentlig koronaviruset med oss? Og hvordan virker luftveiene våre som forsvarsverk? Forsker og professor i immunologi Anne Spurkland gir deg svarene. Du kan lese mer om [her](#).

2. Bør jeg ta vaksinen?

Vi kommer ikke gjennom covid-19-pandemien uten at de fleste av oss enten blir vaksinert mot SARS-CoV-2 eller blir smittet med viruset. Så da er spørsmålet: Bør jeg ta vaksinen? [Her](#) kan du lese mer på ulike spørsmål ifm covid-19 og vaksinen. [Barn bør vaksineres ifølge Anne Spurkland](#): "[Barn bør vaksineres. Hvorfor skal barn gjennomgå den infeksjonen når vi har vaksine?](#) Det er ikke sånn at det å ha infeksjoner, gjør deg friskere. Immunforsvaret trenger ikke infeksjoner, sier professor og forfatter Anne Spurkland til VG. Hun er ekspert på immunforsvaret og følger tett med på hva som er nytt på vaksinefronten. Vaksinerings av barn vil være bra for immuniteten i samfunnet, mener hun, men også for barnet selv. Professoren trekker frem at rundt 1 av 3000 barn får sykdommen Multiorganbetennelse syndrom hos barn (MIS-C) av covid-19.

– Barn blir mye mindre syke, men noen får den alvorlige betennelsestilstanden MISC i kjølvannet av infeksjonen. Hvorfor er foreløpig uklart, men det diskuteres om viruset har evne til å aktivere visse immunceller uten grunn. En annen mulighet er at viruset utnytter medfødte, men hittil ukjente hull i barnets immunforsvar.

– Barn er stort sett beskyttet mot konsekvenser, men noen barn får betennelsestilstanden, og det er alvorlig nok. Det har vært barn som har dødd. "

Anne har skrevet en håndbok om immunforsvaret, som du kan få kjøpet [her](#):

FRISK NOK!

Håndbok i immunforsvar

Covid-19-pandemien har med all tydelighet vist hvor viktig immunforsvaret er for våre liv sammen med andre. Pandemien har også styrket interessen for å vite mer om hva som skjer når vi rammes av sykdom og hva vi kan gjøre selv.

Frisk nok! kan leses som et motsvar til selvhjelps bøker der målet er å overbevise deg om å ta riktige valg for å "styrke immunforsvaret". For det er hverken ønskelig eller mulig å styrke immunforsvaret gjennom inntak av bestemte matvarer eller isolerte stoffer. Det finnes ikke noen kvikk-fiks for et organsystem som er like gammelt som livet selv. Å se på immunforsvaret fra et evolusjonært ståsted vil gi deg nyttig innsikt og spare deg for unødvendige utlegg til tiltak som har tvilsom nytteverdi. Anne Spurkland har skrevet en no-nonsense bok om hvordan immunforsvaret virker og hva som påvirker det, for eksempel søvn, mat, stress og vaksiner.

"Glimrende korreks. Anne Spurklands glassklare prosa om det innfløkte immunforsvaret er en uhyre verdifull korreks til konspirasjonsteoretikere, sjamaner og sjarlataner. Cathrine Krøger, Dagbladet (terningkast 6)"

