

POWER-DESIGN

PowerDesignMetoden

Musisk HRD & Guldæg

Birgit Lynge

2010

PowerDesignMetoden

- *Musisk HRD & Guldæg*

Som musikolog er jeg specialist i musisk personlighedsudvikling. Gennem 25 år har jeg udviklet musiske redskaber hertil, og dem har jeg nu samlet i PowerDesignMetoden, som jeg her vil præsentere til brug for de, som deltager i PowerDesigns workshops, kurser eller retræter under navnet Musiske Guldæg.

Det er især HR-ledere og mennesker med et stort ansvar, som vi servicerer og hjælper ved at lære dem metodens musiske redskaber at kende. Herigennem opnår man forøget lytteevne og indsigt samt større forståelse af, hvad der er behøvet for at skabe såvel produktudvikling som personlig udvikling hos medarbejderne. Alle ender således op med et overskud, en power, til maksimering af ressourcerne, på de områder man ønsker det. Ideen er som et hele at bruge ressourcerne til "at gavne og fornøje", hvor man end er i kæden, cirklen eller pyramiden af samarbejdspartnere, af medmennesker.

I det følgende vil jeg beskrive grundelementerne i metoden, og som navnet PowerDesignMetoden (PDM) antyder er disse de tre elementer (1) power, (2) design og (3) metode - alt i relation til musisk personlighedsudvikling.

Jeg vil dog indlede med min forståelse af det musiske, for det er netop, hvad der adskiller almindelig personlighedsudvikling fra den, vi med PDM praktiserer.

2

Det musiske

I et samfund, som vil vækste og bruge ressourcerne på en naturlig og sund måde, vil det musiske have en central placering.

Det musiske forstås her med udgangspunkt i oldtidens Grækenland, hvor de ni gudinder eller muser, alle søstre, gav inspiration og tilskyndelse til udvikling. Det gjorde de med en skaberkraft netop ud fra det musiske. De var åndelige væsener af hunkøn, og de stod hver for deres kunst- og videnskabsområde, længe før videnskaben adskilte sig fra kunsten. Muserne eller gudinderne repræsenterede kreativitet, dannelse og uddannelse, og de stod for områder, hvoraf nogle i dag er særdeles kendte, mens andre er fremmede. Det var sang til fløjtespil, korlyrik, dans, historie, komedie, tragedie, klagesang, episk digtning, kærlighedsdigtning, astronomi, hymne og pantomime. - Så mangesidig var musernes guddommelige udtrykmåder.

Deres fører var Apollon, solens og de skønne kunsters gud, og under hans ledelse spillede og sang muserne for de olympiske guder, inspirerede og behagede dem så de kunne gøre deres ypperligste for menneskene.

- Fra muserne til "solens og de skønne kunsters gud" til de øvrige olympiske guder og endelig til menneskene. Det var inspirationens og hjælpens vej til "et guddommeligt liv" i oldtidens Grækenland.

Oversat til anno 2010 vil det sige, at det musiske udspringer af det guddommelige og befinder sig i den indre feminine ”krop” hos såvel mænd som kvinder. Herfra finder det sit udtryk gennem de nævnte udtryksformer med det formål at danne, uddanne og glæde via de ypperligste udfoldelser i ”det skønne”.

- Så tæt kan jeg komme det musiske med ord.

I den musiske udfoldelse (dannelse og uddannelse) ligger en form for befrugtning af den maskuline ekspressivitet og handling udi en tingsliggørelse.

Når en person har skabt noget enestående, noget unikt, siger vi: ”Du er vel nok kreativ”. Vi nævner da ikke det musiske, selv om netop det musiske er den undfangende faktor i det kreative.

Vi kan kalde det musiske og kreative for *det feminines befrugtning af det maskuline*.

Måske derfor har det kreative tendens til at have ringe kår i den vestlige verden.

Måske derfor er det kreative ofte overset og overhørt, for det er vel forbeholdt manden - det maskuline - at befrugte kvinden - det feminine?

Svaret er entydigt: ja, på det fysiske plan.

Men på det psykiske plan forholdet det sig så at sige omvendt. Her befrugter det feminine det maskuline (hos såvel kvinder som hos mænd). Og denne befrugtning fører efterfølgende til en idé, som under rette omstændigheder (læs: gunstige omstændigheder) føder en handling. - Nu er vi fremme ved Guldægget - eller blot ægget som efterfølgende kan forgyldes.

Potentialet til at forgyldte ægget ligger i vores omsorg for det og værdsættelse af det. - Måden vi nurser det og fører det ud i livet på. Hensigten vi har med at udruge det. Kort og godt: det vi vil (med) ægget. Den kærlige omsorg vi giver det, parallelt til vores forhold til vore børn, som vi kun har til låns, så at sige, for de tilhører livet - de tilhører Gud¹.

Ligeså tilhører vores kreationer livet og Gud. Vi skaber dem og forgylder dem med det formål og ønske, at de må blive til glæde for enhver, der kan finde glæde og gavn - nytte - derved.

Denne formålstanke nedsmelter eventuel griskhed og eventuel fængselslignende ejerfølelse over for det skabte.

Kreationen får stemme: Voice

Så vidt - så godt.

Nu til det forgyldte æg, Guldægget - kreationen.

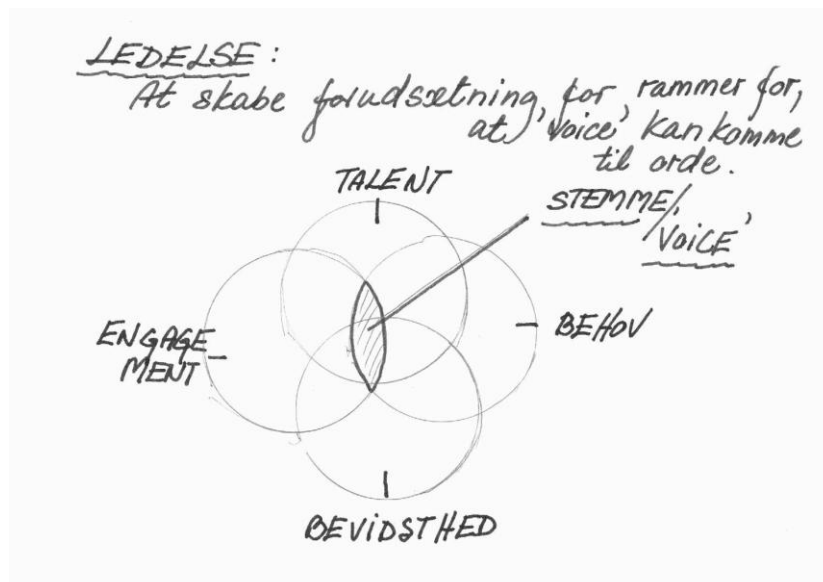
Lige som vi behandler guld på en værdig måde, må vi også behandle guldæg værdigt for at de bliver udklækket og guldfugle en dag flyver fra reden.

¹ Forfatteren Kahlil Gibran skriver i sin bog ”Profeten”. Jespersen & Pios Forlag. København 1981. s. 17: ”Jeres børn er ikke jeres børn. De er sønner og døtre af livets længsel mod sig selv. De kommer ved jer, men ikke af jer, og selv om de er hos jer, tilhører de jer ikke. Jeres kærlighed kan I give dem, men ikke jeres tanker; Thi de har deres egne tanker. Deres legemer kan I yde husly, men ikke deres sjæle; Thi deres sjæle dvæler i huset af i morgen, som I ikke kan besøge, end ikke i jeres drømme. I kan stræbe efter at blive som de; men søg ikke at danne dem i jert eget billede. Thi livet bevæger sig ikke baglæns og dvæler ikke ved det forgangne. I er buerne, hvorfra jeres børn udsendes som levende pile. På uendelighedens bane har bueskytten målet for øje, og han spænder jer med al sin styrke, at hans pile må bevæge sig hastigt og langt.

I den danske kultur har vi brug for en fornyet tradition omkring at sætte det musiske ind i en produktionsmæssig relation, så derfor vil vi gøre det her². Vi vil dechifrere det. Vi vil anskueliggøre det, som sker fra undfangelsen af en kreativ tanke til "fødslen" af et æg, som bliver til et guldæg og ved udklækning viser sig at være en guldfugl.

Psykoanalytiker Bob Moore har ofte nævnt, at sædceller bevæger sig ved hjælp af lyd. Vi overfører nu dette til den psykiske, og feminine, befrugtning af noget guddommeligt i det maskuline. - Musernes parring og åbning af gudernes dyrebareste rum.

I den følgende figur, inspireret af Stephen R. Covey, "The 8th Habit", kan du finde nærmere forklaring på det, som sker. Jeg vil blot bede dig erstatte overskriften Ledelse med ordet Lederskab. Årsagen er den, at ledelse ikke nødvendigvis indebærer kreativitet, mens lederskab indebærer at skabe ud fra og ind i en helhed.



4

Ledelsens opgave er at give plads til lederskab, således at en person kan få bevidsthed om og tro på sine talenter og muligheder for at være såvel skabende som handlende. Engagementet skal være åbenlyst og have plads, og behovet for at lade sig befrugte i den skabende energi skal være til stede - behovet er her overordnet de basale behov for tryk³. Når alle disse fire områder (cirkler) sammenflettes i en overlappning af hinanden, så opstår der i centrum en form for fællesnævner for det hele. "Noget" der giver lyd - kan høres⁴. Denne fællesnævner kalder jeg, som Covey, 'Voice'. Personen kan og vil nu, før eller siden, lade sin stemme ('voice') høre. Personen vil ytre sig. Ytringen kommer til orde: "Jeg får den tanke, at..." - "Jeg har den idé, at..." - "Min indsigt siger mig, at...". Ytringen skal nu have fødselshjælp og formes ved hjælp af de musiske udtryksmuligheder: stregtegning, symbolsk tegn, farver og former, musik og sang,

² Den 15. maj 2010 udtalte rektor Jesper Rasmussen fra Det Jyske Kunstakademi (i radioavisen): "Når man er kunstner, er man som definition et socialt tilfælde".

³ Jf. Maslows behovspyramide.

⁴ Her ligner det menneskets to stemmelæber i en let åbning, som lyden kan komme ud gennem (det skraverede felt).

fortælling, digtning, drama, dans. - Et såkaldt værksted er hermed åbnet. Her kan vi lege "for alvor" og lade kreationen indgå i eller i sig selv blive til *et produkt*.
Altid får vi et personligt udtryk eller aftryk, befrugtet af en muse undervejs, og kommet til orde, 'voice', med det maskuline som den fødende part; den aktiverende del.

Som ved et barns fødsel er det første udtryk selve skriget. Stemmen får lyd. Det lille, levende væsen giver lyd fra sig - giver sig til kende med 'voice'. Vi kan nu åbne yderligere for voice, stemmen, ved at synge powersinging, som er en meget enkel og fast struktureret måde at træne stemmen på. CD-trilogien "Musik på recept - recepten er sang" (1-3)⁵ giver os denne træning trin for trin. Og enhver, der kan sige sit navn, kan træne efter denne metode og opnå vidunderlige resultater på bare 3 uger.

Forgyldning eller fornægtelse

Og her står vi med ægget, som vi i vores sjæl véd: det er et guldæg, hvis vi vil det sådan...
ægget - forgyldningen.

Her indfinder den psykiske lutring sig. Den afgør, om det bliver et lueforgyldt æg eller blot et kasseret æg. - "Jeg har jo ikke noget at bruge det til", kan den ego-begrænsede (bundne?) sjæl tænke. - "Hvad skal jeg med det? kan det lyde fra en person, der har fået en ide og efterfølgende negligerer den - skrotter den. (Det blev en abort!).

Den centrerede person kan derimod tænke: - "Verden vil få glæde af dette æg, som vil blive til en syngende fugl. Jeg kan få hjælp undervejs. Når vi er flere om det, opstår der flere muligheder. Vi har nu flere hænder og flere hjerner. Vi har flere hjerter, der banker for denne sag. Vi har et samspil".

En regulær og gentagende prøvelse indfinder sig undervejs. Det er fristelserne... Om du som ejer af "den æglæggende gås" kan fristes til at slagte "gåsen"⁶ for på én gang og med en eneste handling, slagtingen, at søge at få adgang til alle guldæg med et hug, frem for at vente dag for dag i utålmodighed på ét æg ad gangen.

- - - Men tanken om slagtingen går ikke. Kilden til æggene er dig og din indre feminine energi samt dit indres energimæssige kildevæld. Og kilden er Det levende vand. Det evigt strømmende når blot passagen holdes fri for ukrudt, der kan tilgro kildens vandstrøm. Også sten kan lægge sig i vejen for strømmen, ja endog tildæmme den, så den løber over sine breder. Der skal ustandseligt renses for både vildtvoksende vækster og sten. Der skal sørges for de bedste betingelser for kildens frie strømmen, og Det levende vand skal forstås som den basale åndelige næring, som strømmer i os⁷ fra fødsel til død.

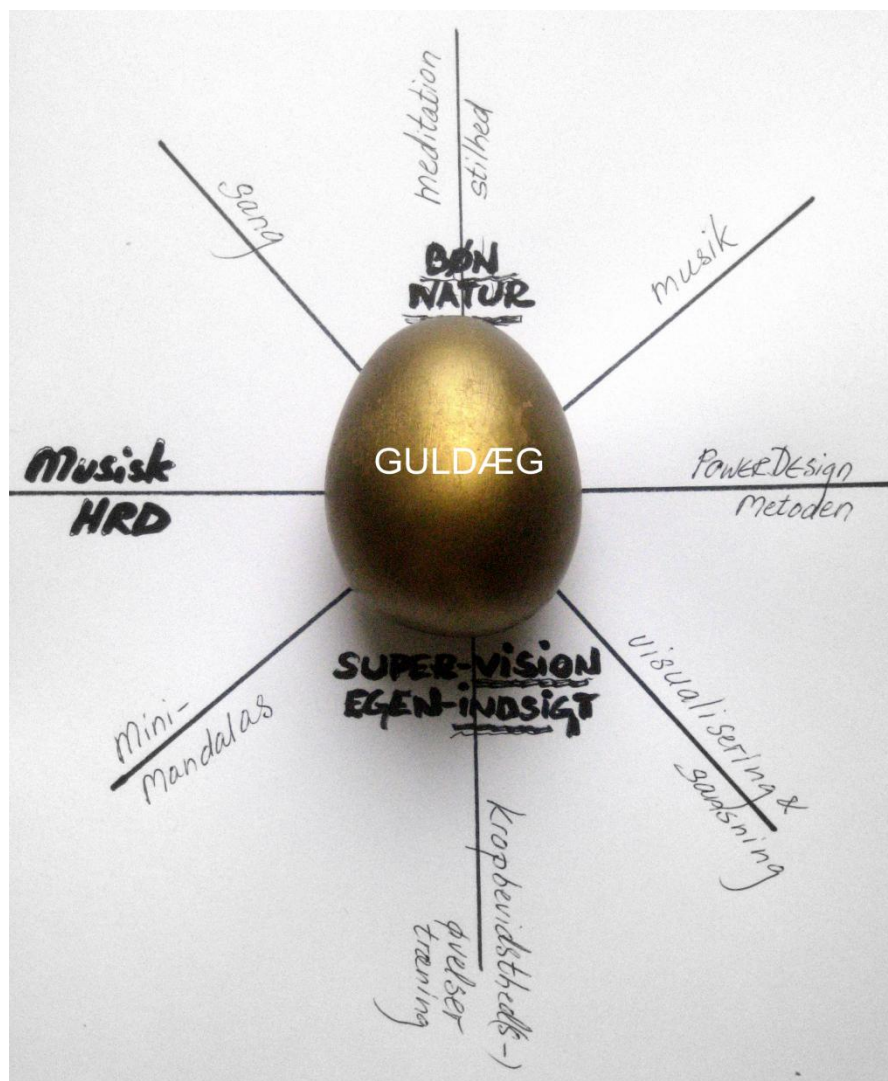
⁵ De 3 CDer kan købes gennem www.BirgitLyngedk/shop og hos diverse musikforhandlere. - Du kan endelig google produktet og finde navne på forhandlere rundt i Danmark.

⁶ Jf. Fabeln "Gåsen og Guldægget" af grækeren Æsop. - Du kan downloade fabeln fra min hjemmeside: www.birgitlyngedk/Guldæg.

⁷ Teolog og retræteleder Robert Llewelyn har engang påpeget, at blot 3 minutter med intuitiv sang eller nynnen centrerer vores energi i 'hara', som er centrum i underlivet (mellem bækkenbund og navle) og arnested for såvel fysisk som psykisk skabelse. Han citerede ved en sådan lejlighed Bibelen, St. John 7, 38 (Ny testamente): "*He that believeth on me, as the scripture hath said, out of his belly shall flow rivers of living water*". - Llewelyn mente, at det citerede er blevet fejlagtigt oversat med "hjerter" (heart). På

Musisk HRD og fællesskab

På en rationel måde vil det musiske i sin frie strømme kunne forklares som noget, der naturligt taler med og fra følelserne og ikke kun fra vores forstand. Det kan skitseres i en figur, der viser, hvilke af de musiske områder vi kan anvende til HRD, ved hjælp af PowerDesignMetodens redskaber (nedenstående figur).



6

dansk er det oversat med "hans indre", hvilket unægtelig ligger langt fra det præcise udtryk 'underlivet' - på sanskrit: 'hara'.

Det musiske og skabende har kun de grænser, vi selv sætter. Samtidigt lærer det os tryghed ved det ubegrænsede. Sangens toner forsvinder ud i æteren. Billedets tema fører os ud i det uendelige eller "bare" tilbage til barndommen. Musikkens stemning fører os lige ind i hjertets sorg & fryd, der vandrer til hobe. Dansen hvirvler os fri af tung energi og stemning. Eventyret får os til at tro på, at vi kan flytte bjerge og godt tør møde trolden eller det, der er værre - døden.

De fleste mennesker bruger inspiration fra det musiske indirekte og til en vis grad passivt, men peger vi på den direkte måde at bruge det musiske på, kan jeg helt aktuelt nævne disse: Vi, Tine Lilholt og jeg, holder workshops rundt på kunstmuseer i landet - workshops om hvordan det musiske kan gøres bevidst og være den største hjælp til at skabe produkter. Vi hører bilradio med musik på vej frem mod "målet". Vi fejrer en fødselsdag med venner i teatret. Vi hører Susse Wold læse op ved en koncert i Musikhuset af H. C. Andersens eventyr. Vi danser wienervals i Hoffburg og fejrer årtusindskiftet. Vi ser dansere udtrykke Svanesøen på Det kgl. Teater. Vi nyder at være omkranset af alt det musiske ved åbningen af De olympiske Lege i Tokyo. Vi ser på TV Dronning Margrethes 70 års fejring med alt det musiske i et fuldtonigt og farverigt udtryk. Når vi vil stemme sindet og samles omkring noget stort - eller gøre noget til noget stort ved at ophøje det, så anvender vi det musiske i et af sine mangfoldige udtryk. Vi forgylder en begivenhed, en stund. Det være sig i det private rum eller i det offentlige rum. Vi hjælper noget eller nogen på vej, som ved en begravelse, og vi forlænger de eventyrlige glæder ind i en evighed i hjertet ved at skabe et tidløst rum af glæde og fællesskab. Det være sig ved dåb, konfirmation, bryllup eller jubilæum. Det være sig fejring af årstider og kirkehøjtider, af personer, virksomheder eller institutioner. Vi bestemmer her selv, om vi vil åbne for det musikes "Levende vand", men forestil dig disse begivenheder helt uden det musiske til at samføre sjælene og forgyldte sekunder, minutter, timer - begivenheder i livet... Nej, vel - for så dør vi i sjælen.

I eksemplet nedenfor har jeg i en minimandala⁸ på en helt enkel måde tegnet noget så abstrakt som: min vilje. Her udtrykt i det billede, der kom i mine tanker, da jeg koncentreret tænkte på og fik indføling med min vilje. Tegningen viser et billede af lianer i en urskov. Grønt-grønt-grønt. Vækst og frodighed. Plantevækst der forbinder Himmel og Jord som et stærkt tovværk. En paradisfugl, med al sin skønhed og alle sine farver, sidder i sit rette element. Her hører den til.

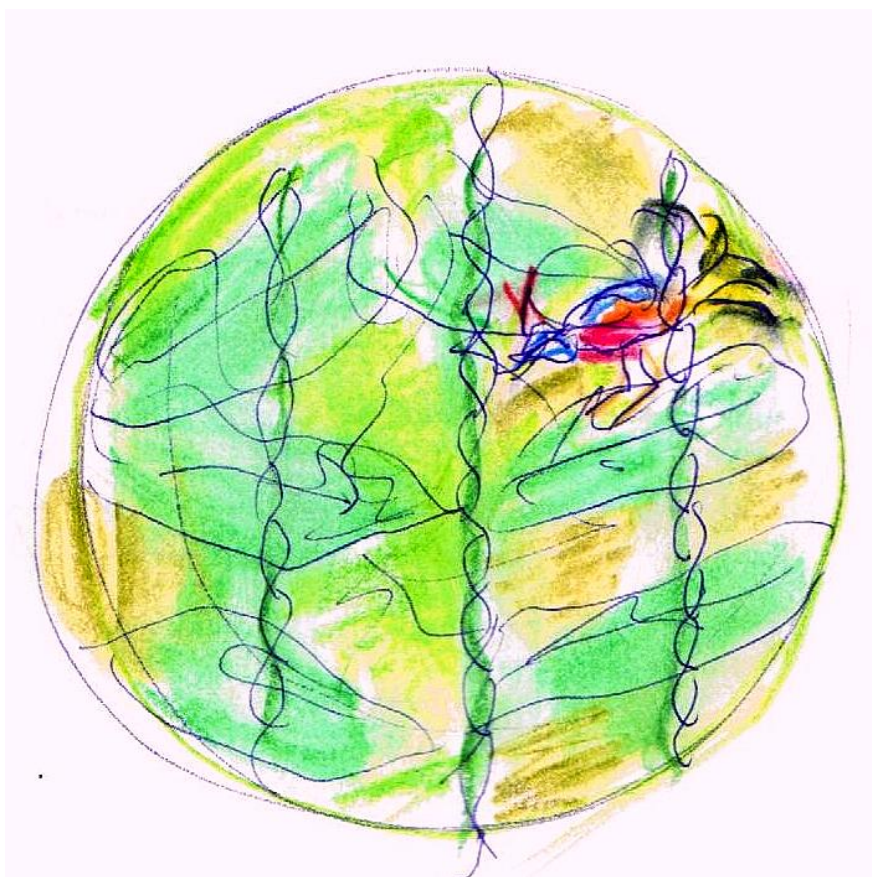
- Ingen tolkning er dog nødvendig hverken med en minimandala-tegning (farver, symboler, figurer, former) eller med sang, dans eller eventyr. Det musiske er i sig selv sjælens måde at udtrykke sig på, og vi forstår det i alle aldre og ind i alle bevidsthedslag. Det er parallelle indtryk til de indtryk, som gives os i drømme. Det musiske ER sjælens sprog.

C. G. Jung har om vore indre oplevelser sagt, at vi kun kan opleve os selv herigennem, og til de indre oplevelser hører drømmene og forestillingerne, alt sammen kredsende om Gud, ligesom

⁸ Minimandala er en forenklet og simpel mandalategning, hvor detaljer udelades og kun ganske enkle streger i hovedtræk angiver et valgt tema, som her: vilje. Det foregår sådan, at jeg kontakter nøglestemningen i 'vilje', og det, som kommer ført i min indre visualisering, tegner eller skribler jeg ind i en cirkel på 7-8 cm i radius. Derefter lægger jeg hurtigt farver på, ligeledes som jeg ser dem for mit indre.

planeterne kredser om solen⁹. Andre har udtrykt, at drømmene er breve fra Gud.

En transformering finder sted blot derved, at vi udtrykker os musisk. Energien passerer således en stagnation og transporteres til næste trin eller endog "næste niveau", hvor nye opgaver naturligvis venter os. Men på et tidspunkt, på et sted i et forløb¹⁰, er transformeringen fuldendt, og bevidstheden om det af os udvalgte tema (nøgleord) føles befriet og fuldbragt; Vi er i flow igen, og arbejdet med at nå til et udvalgt mål kan fortsættes.



At stemme som man stemmer et orkester og samle som man gør med de enkelte

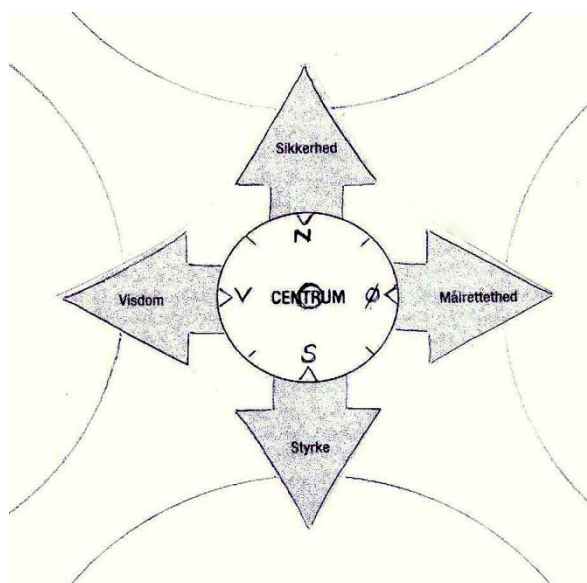
⁹ "Erindringer, drømme, tanker - Mit livs myte" af C. G. Jung (1875-1961). Lindhardt & Ringhof 1984. Side 11.

¹⁰ Når det drejer sig om sang (powersinging), sker det efter ca. 20 minutters sang. Når vi tegner sjælens nøgle-temaer i en mandalategning sker det i processen fra tegning til tegning, fra cirkel til cirkel.

orkestermedlemmer - endog placeret i instrumentgrupper (specifikationer), det er det grundlæggende for at bryde igennem og klinge fuldt ud. Vi ”bryder ud i sang” - eller i dans. Farvepaletten kan få visse mennesker til at sætte sig ud over tid og rum, som det rationelle har herredømmet over. Vi glemmer tid og sted, når vi er i centrerede i os selv og via det musiske udtryk kommer i en slags centrum i forhold til alt.

En grundstemning tegner sig efterfølgende som i nedenstående skabelon fra Stephen R. Covey i bogen ”Gode vaner - 7 gode vaner. Personlig og professionel effektivitet”¹¹. Jeg har videreudviklet modellen ved at sætte et kompas i centrum:

Sikkerhed: Din følelse af værdi,
identitet,
følelsesmæssig forankring,
selvværd og personlig styrke



Styrke: Dit anlæg for eller din evne til at handle.
Kraft og magt til at udrette noget.
Din evne til at overvinde dybt indgroede vaner
og opdyrke nye på et højere niveau.

Visdom (pilen mod venstre):

En enhed - en gestalt - et integreret hele. Dit perspektiv på tilværelsen og din fornemmelse af balance og princippers anvendelse. Din dømmekraft, fatte- og skelneevne.

Måltrettedhed (pilen mod højre):

Din kilde til retningssans i livet.

Centrum (midt i kompasset - kompassets ophæng):

Dronning Margrethe II udtrykte i et Tv-interview 5. april 2010 følgende om sin tro på Gud:
”Det er derfor, man kan klare ting, for man véd, helt alene er man *ikke*”.

¹¹ Gyldendal Business. 2008. Side 117 og 322.

Den åndelige dimension er dit centrum, din kerne, dit engagement i dit værdisystem. Det trækker på kilder, der inspirerer og løfter dig og knytter dig til hele menneskehedens tidløse sandhed. Når vi sørger for at være forbundet her, så informeres vi gennem det indre øre, gennem såkaldte "tilfældige møder" og gennem dagens og nattens drømme til at styre rigtigt efter kompasset. Det er som om, der således føjes det til, vi måtte have brug for. Opgaven er egentlig blot at være nærværende og opmærksom over for disse tegn og "indsigelser". Balancen mellem taknemmelighed og griskhed samt mellem tålmodighed og aktiv handling sørger for, at vi undgår at forcere udviklingsprocessen både af os selv og vores guldæg. Den enkelte guldfugl skal nok komme ud af ægget, når tid er.

Og husk: Vitaminpiller er super, mens kunstgødning giver som oftest en forceret vækst og deraf ringe styrke.

BØN: "Kære Gud. Giv mig tålmodighed..... NU!!!"

Birgit Lynge
Helgenæs
16. maj 2010