



LUNDS
UNIVERSITET

Sociologiska institutionen

"Du är den kraftfullaste magneten i universum!"

En kritisk diskursanalys av den spirituella
självhjälpsboken *The Secret*

Författare: Isabelle Bervenius
Kandidatuppsats: SOCK04, 15 hp
Internet
VT-2016
Handledare: Birgitta Ericson

Abstrakt

Författare: Isabelle Bervenius

Titel: "Du är den kraftfullaste magneten i universum!" - en kritisk diskursanalys av den spirituella självhjälpsboken *The Secret*

Kandidatuppsats: SOCK04, 15 hp

Internet

Handledare: Birgitta Ericson

Sociologiska institutionen VT-2016

Dagligen möts vi av budskap om hur man *bör* leva sitt liv. Hur man blir framgångsrik, finner en partner eller uppnår lycka och inre harmoni. Ett utbrett och relativt billigt sätt att inleda sitt personliga utvecklingsprojekt på är att köpa sig en *självhjälpsbok*.

Föreliggande studie är en kritisk diskursanalys av *The Secret* som är en självhjälpsbok av spirituell karaktär skriven av Rhonda Byrne. I boken presenteras *attraktionslagen* eller *law of attraction* som nyckeln till ett lyckosamt liv och man begagnar den via *positivt tänkande*.

Boken har rönt enorm succé globalt och i synnerhet i USA. Jag undersöker hur *trovärdighet* och *autencitet* konstrueras i texten för att förmedla innehåll och budskap. Philippe Daudis *Makt, diskurs och handling* är min teoretiska utgångspunkt samt Zygmunt Baumanns teorier om identitetsskapande och Anthony Giddens koncept om självets reflexiva projekt.

Resultatet visar att trovärdighet och autencitet för bokens budskap skapas med hjälp av personliga vittnesbörd som ska bädda för igenkänning. Därtill (pseudo-) vetenskapliga belägg grundade i New Thought-rörelsens idévärld samt en rad exempel på historiska personer som påstås ha känt till *hemligheten*. Löftet om total drömmuppfyllelse enbart med hjälp av ren tankekraft är dock precis som det låter - för bra för att vara sant.

Nyckelord: *The Secret*, Rhonda Byrne, självhjälplitteratur, självförverkligande, New Age, New Thought, attraktionslagen, law of attraction, nyandlighet, individualism, harmoni, lycka

Inledning	3
<i>Problemformulering</i>	5
Tidigare forskning	5
Teori	7
<i>Philippe Daudi</i>	7
<i>Maktobservation i fem steg</i>	8
<i>Självhjälpsdiskursen</i>	9
<i>Självets reflexiva projekt</i>	11
<i>Individualism & identitet</i>	11
Metod	12
<i>Kritisk diskursanalys</i>	12
<i>Praktisk tillämpning</i>	13
<i>Metodisk transparens</i>	13
Analys	14
<i>Innehåll & upphovsmän</i>	14
<i>Fyra nyckelteman</i>	15
<i>Tema 1: Argument för attraktionslagens existens</i>	16
<i>Tema 2: Pengar & materiellt överflöd</i>	17
<i>Tema 3: Kristendom & New Thought</i>	19
<i>Tema 4: Liberal individualism</i>	20
<i>Tematiken relaterad till teorin</i>	21
<i>Besvarande av frågeställning</i>	24
Konklusion	27
Källförteckning	30

Inledning

Mitt examensarbete har sin upprinnelse i den mångfald av budskap som omgärdar oss med andemeningen att vi bör sträva efter att bli bättre, snyggare, smartare, mer framgångsrika, mer harmoniska, maximalt hälsosamma och så vidare. Helst vill vi finna en enda mirakelmetod som tillgodoser flera av behoven på en och samma gång.

Personligen är jag i högsta grad involverad i den *hälsotrend* som sägs pågå just nu. Jag tränar och yogar, mediterar ibland, äter vegetariskt och är intresserad av att läsa om och lära mig mer om hur man uppnår fysiskt och mentalt välmående. Däremot är jag skeptisk till det mått av pseudovetenskap som ofta smyger sig in i hälsokontexten. Detta exempelvis i form av tveksamma naturläkemedel, förordande av raw food som något som kan förebygga (till och med bota) cancer och terapiformer så som naprapati och kiropraktik som erbjuds på vart och vartannat träningscenter idag trots att det saknas vetenskapliga belägg för att dessa behandlingar har goda medicinska effekter. Det finns stora pengar att tjäna på människors osäkerhet i vår ständiga jakt på perfektion.

Med hjälp av ett diskursivt angreppssätt ämnar jag titta närmare på en bästsäljande och vida omtalad självhjälpsbok med utpräglat spirituella förtecken: *The Secret* av Rhonda Byrne. Denna bok har jag stött på oräkneliga gånger i sammanhang som angränsar hälsa, rekreation, självhjälp och självförverkligande. Jag har funnit den omnämnd i intervjuer med kända hälsoprofiler, omskriven på bloggar och tipsad om i radio och podcasts. *Affirmering* det vill säga att använda sig av en slags mantra som man upprepar för sig själv i syfte att få det man önskar, och *visualisering* som innebär att i fantasin bildligt föreställa sig det man vill ha eller strävar efter verkar överlag vara på modet just nu. Jag vill ta reda på hur det kommer sig.

Jag finner det meningsfullt att närstudera *The Secret* eftersom den är ett prominent inslag i den strömning (på gränsen till folkrörelse) av självhjälp, nyandlighet och New Age som florerar i samhället idag. Genom att låta boken utgöra mina insamlade data är jag medveten om att infallsvinkeln för studien i viss mån blir snäv eftersom jag väljer ut den som ensam representant för en hel genre - men det gör också att jag kan rikta min fulla koncentration på dess diskursiva betydelse.

Boken har sålts i drygt 28 miljoner exemplar på över 50 olika språk världen över. Den har legat orubblig på New York Times bästsäljarlista i över 200 veckor. *USA today* som är Amerikas största dagstidning har utnämnt den till en av de tjugo mest sålda böckerna under de senaste femton åren. (Olsewski 2015) Det är svindlande siffror också ifall man tar med i beräkningen att en och annan av dessa bokkopior måhända står och dammar oläst i bokhyllan.

Jag ämnar skärskåda de värderingar och idéer som förmedlas till läsaren, och om möjligt försöka resonera mig fram till ett svar på frågan om hur det kommer sig att den här boken har rönt sådana framgångar och dessutom banat väg för mängder av likartade självhjälpsböcker.

Med termen *positivt tänkande* kan man dels mena en optimistisk livsfilosofi i största allmänhet men det kan också åsyfta en livssyn med vissa *magiska* element där det gäller att tänka på ett visst sätt för att dra till sig det man önskar. I *The Secret* beskrivs *attraktionslagen* som en naturlag som är lika självklar som Newtons gravitationslag är för naturvetenskapen. Kortfattat förklaras det som att de *energier* individen sänder ut i atmosfären är desamma som sedan kommer tillbaka till denne, vilket gör att man kan kontrollera graden av lycka i sitt eget liv om man bara lär sig att tänka på *rätt* sätt. I *The Secret* rör det sig alltså om en mix av de bägge innebörder som begreppet positivt tänkande kan ha - både som attityd och magisk tankekraft. Läsaren kommer kunna ta makten över sitt liv och sin tillvaro förutsatt att hen bara lär sig behärska tekniken i fråga. Mängder av andra självhjälpsböcker tar fasta på ett liknande "medvetet tunnelseende" där poängen är att stänga ute och ignorera all form av negativitet.

I den litteratur som inriktar sig mer på framgång inom ledarskap och management används sällan samma esoteriska terminologi utan budskapet paketeras då istället i handfasta tips kring hur man tacklar allehanda arbetslivsutmaningar - men positivt tänkande som grundprincip är densamma. I boken *Gilla läget: hur allt gick åt helvete med positivt tänkande* av journalisten och aktivisten Barbara Ehrenreich går författaren till botten med det positiva tänkande som genomsyrar amerikansk ekonomi och politik. Bokidén föddes då hon blev diagnosticerad för bröstcancer och uppmanades att tänka positivt för att kunna "besegra" cancer.

"Att positivt tänkande har slagit an så starkt i näringslivet kan förklaras med att här är en tankemodell som å ena sidan inbjuder till djärvhet och framåtanda och håller folk på gott humör, men som å andra sidan lämpar över ansvaret på den enskilde när det går fel. Den som känner berättigad ilska över att vara ett offer i en kasinoekonomi uppmanas att se det som en möjlighet till nystart." (Mathlein 2010)

Problemformulering

Jag vill ta reda på hur *The Secret* av Rhonda Byrne kan ha fått en sådan oerhörd spridning och blivit läst och uppskattad av så många. Vari ligger tjusningen? Min frågeställning är:

- Hur konstrueras *trovärdighet* och *autencitet* för budskapet som förs fram i *The Secret*?

För att besvara frågan tänker jag undersöka hur bokens innebörd förmedlas, hur argumenten för trossatsen i fråga lyder samt vilka idétraditioner boken har sprungit ur.

Tidigare forskning

I magisteruppsatsen *En bok om att få ett bättre liv - självhjälpslitteraturens strategier till ett lyckosamt liv* (2007) undersöker sociologen Roger Lind vilka bekymmer som skildras och vilka åtgärder som förespråkas inom hjälphjälpsgenren. Med hjälp av kritisk diskursanalys skärskådar han tre böcker signerade Dr Phil, Mia Törnblom och Kay Pollak som allihop trots olika angreppssätt presenterar ett snarlikt åtgärds paket som går ut på att söka lyckan *inom sig själv*. De menar alla att de problem som människor söker lösa via självhjälp beror på en dysfunktionell samhällskropp. Men läsaren uppmanas som sagt inte förändra sin omvärld, utan att förändra det enda man kan ha oinskränkt kontroll över - nämligen sina egna tankar. Lind lyfter fram Anthony Giddens teori om expertsamhället och pekar på kvällstidningarnas många frågespalter som behandlar allt från relationer och privatliv till hälsofrågor.

Staffan Nilssons doktorsavhandling i filosofi *Den potentiella människan - en undersökning av teorier om självförverkligande* belyser allmängiltighet och relaterbarhet som förutsättningar för självhjälpslitteraturens attraktionskraft. Tilltalet inom genren justeras efter den tänkta målgruppen men de existentiella frågorna som ställs är i princip desamma oavsett inramning. "Av att betona vikten av frågor om var, när och för vem verkligheten upplevs, följer för det första inte att mänskliga individer skulle vara helt olika; vilket de inte är." (Nilsson 2007, 18) De fem tänkare han studerat (Maslow, Gewirth, Taylor, Niebuhr och Lonergan) lämnar alla rum för vändpunkter och motgångar i sina livsbeskrivningar - vilka inte står i vägen för eller i motsats till personlig utveckling - utan tvärtom är en ofrånkomlig del av framåt rörelsen.

Helena Wijk har i sitt arbete *Nya tankar med gamla anor - en studie av New Thought-rörelsen och dess inspirationskällor* närläst sex självhjälpsböcker inklusive *The Secret*. Hon skriver: "Genomgående hävdar amerikansk självhjälpslitteratur med koppling till New Thought att människan är gudomlig och att hon kan återuppväcka minnet av sin egen gudomlighet."

(2013, 26) Hon låter förstå att man inom New Thought inte ser på människan som tyngd utav Adams synd på det lutherska viset, utan att hon är alltigenom god. I stället för att akta sig för kunskapens frukt måste hon skydda sig mot "(...) 'energitjuvar', 'känslövampyrer' och negativa 'kraftsnyltare' som ännu inte lärt sig konsten att tänka positivt." (2013, 27) Wijk undersöker rörelsens rötter i gnosticismen, en dualistisk religiös rörelse för vilken *gnosis* (kunskap, visdom) är förutsättningen för frälsning (NE 2016) och konstaterar att det onda inom New Thought har dämpats och ersatts av ett mer lättsamt fokus på ytlig status och materiella ting.

I vår individualistiska era är det närmast en *plikt* att syssla med personlig utveckling eller ha en käck självhjälpsbok på nattduksbordet. Att vilja bli en bättre människa är inget märkligt i sig. Det olyckliga är att det idag finns en tendens att stjälpas över problem av strukturell natur på individen och vänta sig att denne ska hantera dem som om de vore en privatsak. Ponera att anställda upplever hög stressnivå på sin arbetsplats på grund av en tung arbetsbörda och arbetsgivaren löser det genom att låta personalen gå en yogakurs. Då har man förflyttat det strukturella problemet (flertalet personer känner sig stressade) till en personlig nivå (att lära sig avslappningsövningar). Man behandlar *symptomen* i stället för den reella problematiken.

De flesta är nog beredda att hålla med om att en positiv attityd underlättar i många situationer. Däremot kan man tycka att det borde finnas en poäng med att bejaka alla sinnesstämningar; även de mindre smickrande. Att få höja rösten när man är arg och gråta när man är ledsen för att sedan gå vidare, och inte bara trycka undan smärtan genom att spela cool och oberörd.

"I självhjälpvärlden tycks man glömma att villkoren för det mänskliga livet har sina mörka sidor – och att vi behöver andra människor. Det mesta är inriktat på dig, dina känslor, dina önskningar, dina behov." (Mathlein 2010)

Religionshistorikern Olav Hammer har i den populärvetenskapliga boken *På spaning efter helheten* undersökt New Age-rörelsens olika falanger och deras rötter. Han försöker lokalisera nyandlighetens plats i vårt moderna samhälle. Han menar att psykologisk självhjälp idag (paketerad i billiga pocketböcker som säljs lite varstans) närmast kan liknas vid en ideologi:

"Människans sociala miljö, arv och kulturella kontext förbleknar i dessa amerikanska psykologers perspektiv. I stället uppmålas en form av metafysisk extrem individualism enligt vilken varje människa skapar inte bara sig själv utan även mycket av sin omvärld." (Hammer 1997, 200)

De tre nämnda studierna har alla en tydlig koppling till min egen då de behandlar de problem och åtgärdsstrategier som förekommer inom självhjälpslitteraturen, de existentiella frågor som manar till självförverkligande samt den rörelse som utgör grunden för den nyandliga livssyn som är själva fundamentet i *The Secret* - nämligen New Thought-rörelsen. Inte minst har samtliga tre forskare funnit att det individualistiska perspektivet dominerar. Det är den egna personen (inte dennes omvärld) som kan och bör korrigeras för att lösa problemsituationer, vilket Lind framhåller. Nilsson påpekar att denna typ av litteratur många gånger framhåller vår särart och våra olikheter trots att vi människor har fler nämnare som förenar oss än sådant som skiljer oss åt vad gäller tankar och tvivel kring livets mening och dylikt. Wijk visar hur de amerikanska självhjälpsböckerna hon granskat fortfarande har kvar sina gnosticistiska rötter, fastän teologin med tiden har kalibrerats om något och förenklats för att bli mer meddelssam och matnyttig. Vi uppmanas kort sagt till att undvika negativa energier och se till att vistas i lyckade människors presumtivt smittsamma strålgans.

Teori

Philippe Daudi

Det teoretiska verk jag främst kommer att använda mig av är Philippe Daudis *Makt, diskurs och handling*. En kritisk diskursanalysstudie som undersöker de maktstrategier som används inom organisationer samt vilken betydelse makten i sig har som fenomen. (Daudi 1984, 10)

Daudi anlägger sitt perspektiv utifrån Michel Foucaults diskursteori och presenterar möjliga sätt att kartlägga diskurs. Tesen han driver är att vår förståelse för fenomenet makt är basal och underutvecklad. Till att börja med på grund av att vi behandlar maktkonceptet som om det vore ett greppbart ting och inte en komplex och dynamisk företeelse som kan växla uttryck i olika kontexter. Konceptet makt reduceras ofta till de olika skepnader den kan anta som exempelvis auktoritet och inflytande - vilket resulterar i en sorts pseudokunskap som inte berör själva maktens natur som operativt fenomen. (Daudi 1984, 18-21)

"En diskurs producerar inte bara kunskap om ett visst objekt, den producerar och reproducerar själva objektet men framför allt producerar den och sprider (kanske påtvingar) en viss föreställning om objektet. (...) Denna föreställning ligger till grund dels för vidare diskursiva aktiviteter - diskursens reproduktion och vidareförning av/inom forskarsamhället - och dels för det som händer och sker i alla icke diskursiva praxis-institutioner, företag och organisationer." (Daudi 1984, 318)

Maktobservation i fem steg

I avhandlingens sjätte kapitel listar Daudi fem essentiella steg för att urskilja och definiera maktuttryck. Stegen bygger på den samlade kunskap som genererats via studien och dessa tänker jag använda som direktiv i min egen analys i syfte att ringa in självhjälpsdiskursen.

Steg 1: Erkännande av maktens existens och ambitionen att närma sig den som företeelse, i stället för att avskräckas av dess ofta negativa klang.

I Daudis studie gäller det den organisatoriska makten inom företag. Den politiska aspekten får inte förbises då den verkställs genom strategiska handlingar som exempelvis löneförhandling. Inom företag och myndigheter finns ofta en tendens till övertro på det egna systemets design, vilket leder till ett förringande av rådande maktstrukturer med hänvisning till modellen som efterlevs. Problemet är att de anställda är människor, och inte robotar. Verksamheten blir därmed mer komplex än önskat och makten fördelas annorlunda än vad det mönstergilla idealet anger. "Bilderna av den totalt passiva, handlingsförlamade och apolitiska aktören tillhör myten om de rationellt designade och totalt reglerade organisationerna." (Daudi 1984, 288)

Steg 2: Handlingar som utförs av aktörer i alla slags organisationer är alltid på ett eller annat sätt av *strategisk* karaktär. Det finns ett motiv bakom varje handling.

Människor strävar efter att tillgodose personliga intressen och samtidigt åstadkomma så vettiga kompromisser som möjligt inom de fält där sådana blir nödvändiga. Det kan således handla om att lägga beslag på makten och själv utnyttja den, eller också att handla så att man värjer sig från andras maktutövande (om man upplever det som förtryckande eller hämmande) för att behålla ett mått av egen frihet inom det bestämda ramverket. Oavsett vilket så krävs någon typ av förhållningssätt gentemot maktfenomenet - det går ej att blott blunda för det.

Steg 3: Forskaren bör fråga sig vilken *intellektuell konceptualisering* samt vilket *analytiskt angreppssätt* som kan skänka bästa möjliga förståelse för (makt-)fenomenet.

Vi kan tyvärr inte lägga makten i sig under lupp eftersom den är en abstraktion och därmed inte låter sig ringas in som empiriskt studieobjekt. Det är snarare maktens identitet så som den avspeglar våra föreställningar om den som är relevant. Diskursen *handlar* inte om ett objekt utan den *skapar* sitt eget objekt, och detta gör att diskursen vidareutvecklas. Dessa båda element påverkar varandra sinsemellan på ett sätt som är svårt att skärskåda. (I mitt projekt utgår jag från en *självhjälpsdiskurs* vilken må vara snäppet enklare att definiera.)

Daudi rekommenderar en granskning av diskursens *formationsregler* (en metodologi influerad av Nietzsche och Foucault) som går ut på att definiera diskursens yttre konturer och vad som hamnar utanför dem - för att genom en uteslutningsmetod kunna tala om vad den *inte* är:

- **Uteslutning 1:** Tre typer av förbud

A) Objektet som tabu: Makten är ett slags tabu eftersom begreppet i sig har en negativ klang.
B) De kontextuella ritualerna: Bygger organisationens urverk så att makten ses som en dysfunktion. C) Den talandes (el. skrivandes) privilegierande eller exklusiva rätt att uttala sig.

- **Uteslutning 2:** Uppdelning och förkastelse

Här handlar det om vad som kunskapsmässigt godkänns inom diskursen respektive vad som förkastas. Vad som accepteras och vad som ej godtas.

- **Uteslutning 3:** Oppositionen sant och falskt

Vad som anses vara sant och falskt, rätt eller fel inom diskursen och hur detta motiveras. Diskursen ifråga betraktad inifrån enligt sina egna termer ger här en möjlighet till uteslutning i fråga om på vilka grunder viljan att producera kunskap och att *veta* någonting vilar. Vilka led anses logiska; vad betraktas som evidens för att det ena eller andra ter sig på ett visst sätt?

Steg 4: Det fjärde steget är att acceptera antagandet att maktens empiriska manifestation *konstitueras* genom och *konstituerar* människors handlingar. Makt är inte *detsamma* som handling utan ingår som ett element i själva handlingsprocessen.

Steg 5: Det femte steget är att varsebli de negativa effekter som maktutövningen kan ha på dem som ingår i det sammahang där den nyttjas. Finns det ett föränderligt utbyte mellan parterna (förhållande mellan tvång/dominans och underkastelse/förtryck) eller har det uppstått en maktkamp där den ena parten uteslutande härskar över den andra? (Daudi 1984, 285-323)

Självhjälpsdiskursen

Daudis prototyp för att ringa in maktdiskursen lämpar sig också för att definiera vad *självhjälpsdiskursen* är vilket är en förutsättning för att kunna besvara min frågeställning med *trovärdighet* och *autencitet* som nyckelbegrepp. Till diskursen räknar jag självhjälpslitteratur av alla de slag samt de uppmaningar vi möts av i press och sociala medier som handlar om att stärka sitt självförtroende, bli socialt kompetent eller framgångsrik i karriären et cetera.

De fem steg som Daudi har lagt fram kommer i min studie användas för att (steg 1:) söka finna vad som är diskursens premisser och logiska struktur, (steg 2:) se vilka strategier som används inom den, (steg 3:) se vad självhjälpsdiskursens identitet består i och hur den fortlever, (steg 4:) se vilka (uppmaningar till) gärningar som manifesterar självhjälpsdiskursen samt (steg 5:) se vilka effekter erkännandet av den lära som förordas i *The Secret* kan få för dess hängivna förkunnare.

Det är inte ovanligt med kristna, andliga och spirituella inslag inom självhjälplitteraturen. Terminologin som används i *The Secret* doftar New Age: *skapelse, kraft, perfektion, passion, universum, affirmation* och *visualisering* är ord som används flitigt. En titt på de stora online-bokhandlarna Adlibris och Bokus topplistor inom kategorin Filosofi & Religion visar att de tio mest sålda böckerna vid dags dato handlar om *attraktionslagen, mindfulness, att bli vän med sin själ, nära döden-upplevelser* och om att ha *mediala förmågor*. (Adlibris, Bokus 2016)

The Secret är en typisk manifestation av självhjälpsdiskursen eftersom den syftar till att sprida en kunskap som ska ge läsaren kontroll över sitt liv och göra denne framstående, populär och lycklig. Boken har ett grundmurat fokus på *individ* som sin egen lyckas smed. Där finns inga dubier kring att lägga för stor vikt vid materiella tillgångar. Tvärtom är just pengar ett framträdande tema, och ekonomisk rikedom framställs i mångt och mycket som vägen till lyckan. Tilltalet är rättframt och författarna tar sig an de metafysiska bitarna med viss humor:

"Om du tror att du är den där 'köttkostymen' som springer omkring, tänk efter en gång till. Du är en andlig varelse! Du är ett energifält som verkar i ett större energifält." (Byrne 2006, 169)

Citatet är signerat den medverkande New Thought-författaren och motivationsföreläsaren James Ray. Ray har för övrigt avtjänat två års fängelse efter att tre personer dött i en så kallad *sweat lodge* på ett retreat som han anordnade, visar en snabb sökning på Google. (En indiansk reningsceremoni där temperaturen kan stiga uppemot 100 grader.) (New York Times 2011)

Utöver Daudis analyssteg så kommer jag att använda mig av centrala begrepp och idéer hämtade från de båda brittiska sociologerna Anthony Giddens och Zygmunt Bauman för att kunna länka mitt analysresultat till en mer vidlyftig social kontext. Båda behandlar vårt moderna samhällssystem och den ökade globalisering och individualisering som försiggår. De intresserar sig för distinktionen mellan det individuella och det samhälleliga (som ibland tycks vara en flytande gräns) vilket i högsta grad påverkar identitetsskapandet.

Själkets reflexiva projekt

Giddens lyfter fram det faktum att vi i nuvarande tidevarv själva konstruerar vår personlighet i allt högre grad - eller åtminstone den bild som vi väljer att förmedla utåt. Han talar om *själkets reflexiva projekt* och förklarar detta som "Den process varigenom självidentiteten konstitueras genom den reflexiva uppbyggnaden av självberättelser." (Giddens 1997, 276) Självidentiteten är med andra ord inte given utan skapas och bevaras genom tillbakasyftande handlingar, det vill säga handlingar som dels får en utvändig verkan och dels påverkar aktören själv. Han framhåller också följande: (vilket Byrne förmodligen inte skulle hålla med om) "Att det finns en mängd valmöjligheter betyder inte att alla val är öppna för alla individer, eller att vi fattar alla våra beslut i full insikt om raden av tänkbara alternativ." (Giddens 1997, 102) Att man har ett fritt val betyder inte per automatik att man har (eller kan få) full kontroll.

Individualism & identitet

Ett tema hos Bauman är den samtida tendensen att individualisera problem som i grunden är kollektiva och i stället lämpa över ansvaret på enskilda individer. Ett exempel är den utbredda arbetslösheten. En arbetslös ("arbetssökande") person ges ofta hela skulden för sin belägenhet och beskylls för att vara lat och oföretagsam. Detta fastän arbetslösheten i själva verket är ett extensivt strukturellt problem som följd av bland annat ökad datorisering och effektivisering. Identitetens betydelse för oss idag beskriver han liksom Giddens som föränderlig. I en intervju i DN i samband med ett Sverigebesök talar han om världspolitiken som urvattnad och om vårt växande förfrämmande inför varandra, vilket han ser som en av vår tids största faror:

"Och friheten har fått solidariteten att förtvina. Därmed är vi inne i den postmoderna eller 'flytande moderniteten', ett nytt tillstånd, där människan förvisso är mäkt, men ensam, otryggare och ängsligare än någonsin." (Zaremba 2011)

Han nämner *shopping* som något vi ägnar oss åt för att slippa inse vår maktlöshet inför sådant som verkligen spelar roll. "Shoppingturerna fyller det tomrum som lämnats av de resor som fantasin inte längre företar till ett alternativt, tryggare, mänskligare och rättvisare samhälle." (Bauman 2002, 183) Samma konsumistiska attityd antar vi gentemot självidentiteten i den mån vi nedmonterar och ombildar den för att säkra vår sociala position. Genom att plocka isär självidentiteten i fristående delar riskerar man att förlora respekten för helheten, vilket skapar grogrund för självtvivel och självdestruktivitet. En ensam fjäder, skruv eller mutter kan se oansenlig ut för sig själv men alltjämt vara avgörande för att hela maskineriet ska fungera.

Metod

"Språk betraktas (...) inte som ett färdigt system utan som en handling. Inte heller ska det ses som en spegel av verkligheten där ute, utan som aktivitet. Språk används och detta betyder att fakta inte ligger färdiga, utan är produkten av språktillämpning. Språket 'gör' något med världen; det frammanar eller konstruerar vår verklighet." (Börjesson & Palmblad 2007, 10)

I det följande kommer jag att redogöra för min metodiska utgångspunkt, hur jag resonerar kring urval och avgränsning i fråga om forskningsmaterial samt hur jag rent praktiskt kommer att gå till väga för att genomföra analysen.

Kritisk diskursanalys

Jag kommer att använda mig utav *kritisk diskursanalys* som metod för min uppsats, en inriktning som avgränsar sig till att undersöka språkliga praktiker. Syftet är att problematisera och undersöka social och kulturell utveckling i diskursivt avgränsade eller överlappande sammanhang. I mitt fall handlar det om att ringa in den självhjälpsdiskurs som *The Secret* ingår i. Jag har valt att djupdyka i just denna publikation (framför att jämföra flera böcker på samma tema) eftersom den som enskilt verk har haft ett så pass omfattande inflytande. Jag väljer att låta strukturen för studien vara flexibel och utvecklas i takt med att jag ger mig i kast med forskningsmaterialet.

Winther Jørgensen & Philips (2000, 66-70) listar fem stycken gemensamma drag för de olika fraktioner av kritisk-diskursanalytiska approacher som förekommer. För det första så betraktas text och sådant vi producerar med hjälp av språket som havande en både reproduktiv och konstitutiv karaktär. Detta gäller också visuell kommunikation, även om det framför allt är det språklingvistiska som står i fokus. För det andra så menar kritiska diskursanalytiker att det råder ett *dialektiskt* förhållande mellan diskurs som social praktik och andra sociala dimensioner. "Diskursen inte bara bidrar till att forma och omforma sociala strukturer och processer utan speglar dem också." (Winther Jørgensen & Philips 2000, 68) För det tredje så granskas språkbruket via textanalys så som det förekommer i form utav social interaktion. Detta är framför allt den brittiske lingvistikern Norman Faircloughs angreppssätt då han utarbetade tekniker och riktlinjer för språkanalys. För det fjärde så kan man skönja den *marxistiska* traditionen inom den kritiska diskursanalysen på så vis att det görs gällande att diskursiva praktiker understödjer ett vidmakthållande av ojämlikhet mellan sociala skikt i fråga om klass, kön eller etnisk tillhörighet. Metoden är *kritisk* då poängen är att kasta ljus

över det som orsakar och upprätthåller en orättvisa - kommunikativt såväl som i samhället i stort. För det femte och sista så är detta kritiska förhållningssätt alltså inte politiskt neutralt eller vetenskapligt objektivt utan tvärtom en ansats till *politisk aktivism* som syftar till social förändring genom att ta parti för mindre bemedlade samhällsgrupper.

Utifrån ovanstående drag kommer jag att betrakta *The Secret* som ett inslag i självhjälpsdiskursen som både *fastslår* och *mångfaldigar* tesen om att lyckan är tillgänglig för vem som helst som ägnar sig åt positivt tänkande. Bokens existens både påverkar självdiskursen och är en produkt av den eftersom de delar värdegrund. I studien kommer jag inte att studera språket på mikronivå utan anta ett makroperspektiv där det är innehållets trovärdighetsanspråk som utvärderas. Jag antar en kritisk hållning gentemot *The Secret* och självhjälpsdiskursen eftersom det tankesätt som företräds resulterar i ett fördömande av dem som tänker negativa tankar och därmed enligt Byrne inte förtjänar sin beskärda del av lyckan.

Praktisk tillämpning

Metoder för kritisk diskursanalys har framtagits för tre olika nivåer. Dels för den rent *textuella* nivån där språkanalys kan begagnas och dels den *diskursiva* nivån där man undersöker vilket inflytande texter och diskurser har på varandra sinsemellan. Slutligen vill man placera in den språkliga praktiken (själva diskursen) i en *social kontext* vilket inte alltid är okomplicerat. Detta gör man som sagt för att nå förståelse för hur den ömsesidiga påverkan mellan språklig respektive diskursiv praktik tar sig uttryck. (Ahrne & Svensson 2011, 154) Jag gör ingen detaljerad språkanalys utan koncentrerar mig helt på den schematiska strukturen och sociala kontexten. Till att börja med kommer jag att läsa boken rakt igenom för att tillägna mig budskapet liksom en "vanlig" läsare och märka ut sidor att återkomma till. Sedan tänker jag gå igenom boken igen sida för sida och undersöka de markerade ställena närmare. Slutligen kommer jag att se över mina anteckningar och gruppera det samlade stoffet i ett antal teman som täcker (vad jag uppfattar som) bokens bärande element. Dessa skärskådas i analysen med hjälp av Daudi, Giddens och Bauman och illustreras med hjälp av utvalda citat och exempel.

Metodisk transparens

"Diskursanalysens syfte är (...) att *kartlägga de processer där vi kämpar om hur tecknets betydelse ska fastställas* och där vissa betydelsefixeringar blir så konventionaliserade att vi uppfattar dem som naturliga." (Winther Jørgensen & Phillips 2000, 32)

För traditionella forskningssätt à la empiriska studier så är strävan att välja en metod som kan skildra en så sann och exakt verklighetsbild som möjligt. Inom diskursanalysen finns däremot ingen måttstock som kan tala om vilken undersökningsdesign som är den rätta. "I stället handlar diskursanalys om att tydliggöra vad som är forskarens och vad som är studieobjektens sammanhangsförståelse eller tolkningsram." (Börjesson & Palmblad 2007, 18)

Som forskare har jag med mig mina egna värderingar i läsningen av *The Secret* och försöker inte dölja min skeptiska inställning till de dogmer som ingår i självhjälpsdiskursen. Det betyder dock inte att jag klandrar de människor som finner förtröstan i denna typ av litteratur. Jag vill förstå vad bokens dragningskraft och lockelse består i. En invändning emot att göra den här typen av studie är att den blir snäv eftersom den koncentreras till en enda textmassa. Jag motiverar vikten av att göra en sociologisk djupdykning i ifrågavarande bok med den *maktposition* som Byrne besitter i och med den globala försäljningssuccén. *The Secret* står därför inte för sig själv utan har ett rotsystem som sträcker sig långt utanför bokens pärmar.

Analys

Innehåll & upphovsmän

En summarisk redogörelse för innehållet i *The Secret* kan vara på sin plats. Utöver förord och biografier över de medverkande så finner vi följande kapitel: hemligheten *uppenbarad, enkelt förklarad, hur du använder den samt kraftfulla processer*. Därefter hemligheten med *pengar, relationer, hälsa, världen, dig och livet*. Varje kapitel avslutas med en sammanfattning i punktform. Tonen är lättillgänglig och personlig och ibland väljer författaren att betona Du och Dig med stor bokstav.

Allt eftersom introduceras de medverkande författarna genom citat och personliga berättelser om sina erfarenheter av attraktionslagen. Rhonda Byrne är huvudförfattare men i biografien i slutet räknas tjugo stycken män och fyra kvinnor upp som medverkande skribenter, varav fem är framlidna historiska personer som enbart står med i egenskap av idémässiga portalfigurer. Ett axplock av yrkestitlarna bland de medverkande är: föreläsare, andlig budbärare, feng shui-konsult, kiropraktor, kvantfysiker, hälsopedagog, meditationslärare, marknadsföringsexpert, ekonomisk rådgivare, aktiehandlare, investerare och välståndscoach. Flera av dem är sedan tidigare väletablerade författare inom självhjälpsgenren. Däribland Jack Canfield, medskapare till bokserien *Chicken Soup for the Soul* och John Gray som ligger bakom den (stereotypa) kioskvältaren *Män är från mars, kvinnor är från Venus* som kom i början av 90-talet.

De historiska personer som omnämns som huvudinfluenser är Genevieve Behrend, Robert Collier, Charles Haanel och Prentice Mulford. Samtliga har kopplingar till den filosofisk-religiösa New Thought-rörelsen vars teorem är tron på att den högsta intelligensen (Gud) finns överallt, att det gudomliga finns inom oss bara vi släpper fram det, att sjukdomar uppstår som en konsekvens av (sjuka) tankar och att den *rätta* sortens tänkande är helande för kropp och själ. New Thought är ett samlingsnamn för kristna samfund som bildades i USA under andra halvan av 1800-talet med Kristen vetenskap (Christian Science) som gemensam nämnare. (INTA 2016)

"Enligt Kristen vetenskap är Gud ett gudomligt medvetande. Medvetande och ande är det enda som verkligen existerar. Materian är en illusion, och det är bara denna illusion som genomgår förfall, lidande och sjukdom. Det onda finns därmed i egentlig mening inte." (Hammer 1997, 216)

En central tanke enligt Kristen vetenskap såväl som New Thought är alltså att de tankar vi tänker *manifesteras* och förvandlas till erfarenheter i det verkliga livet. (INTA 2016)

Verksam idag är exempelvis den amerikanska författaren Louise Hay, uttalad New Thought-anhängare. I boken *You can heal your life* förkunnar hon "I believe we create every so-called illness in our body" (Hay 1984, 123). Hon menar bland annat att barn som behöver glasögon själva har orsakat sitt synfel som följd av dåliga hemförhållanden som de vill slippa se:

"Whenever I see small children wearing glasses, I know there is more stuff going on in their household they do not want to look at. If they can't change the experience, they will diffuse the sight so they don't have to see it so clearly." (Hay 1984, 125)

I hennes böcker kan man också skönja ett slags modernt konsumtionsbeteende som går igen även i valet av tro och religion. Den ska vara effektiv, tillfredsställande och individanpassad. "There are so many different religions to choose from. If you have one now that tells you that you are a sinner and a lowly worm, get another one." (Hay 1984, 132)

Fyra nyckelteman

För min analys har jag sorterat innehållet i olika teman utifrån återkommande framträdande inslag. Dessa är: argument för attraktionslagens existens, uttalat fokus på pengar och materiell rikedom, en kristen värdegrund med koppling till New Thought-rörelsen samt en liberal och individualistisk livsåskådning. I det följande visar jag varför just dessa teman är relevanta.

Tema 1: Argument för attraktionslagens existens

"Lagen om attraktion säger att *människor och förteelser med liknande frekvenser dras till varandra*, och det innebär att när du tänker en tanke drar du också till dig *liknande tankar*." (Byrne 2006, 21) En skribent i *Newsweek* uttrycker sig så här om boken:

"Its explicit claim is that you can manipulate objective physical reality - the numbers in a lottery drawing, the actions of other people who may not even know you exist - through your thoughts and feelings. (...) Byrne emphasizes that this is a law inherent in 'the universe,' an inexhaustible storehouse of goodies from which you can command whatever you desire from the comfort of your own living room by following three simple steps: Ask, Believe, Receive." (Adler 2007)

Läsaren underrättas om att hen har en magnetisk kraft som förmedlas via tankar. Kraften drar till sig sådant som *liknar* de signaler denne sänder ut - sådant som håller samma frekvens. Boken förtäljer dock inte hur dessa frekvenser kan uppmätas. Det framhålls också att det inte är viktigt att förstå *hur* det går till utan man ska bara lita på *att* det fungerar. Det påstås också att "(...) det har bevisats vetenskapligt att en positiv tanke är hundratals gånger starkare än en negativ tanke." (Byrne 2006, 35) men någon källa för denna utsaga finns tyvärr inte heller.

Ännu en metafor som används är att man ska se sig själv som en *mänsklig tv-mast*. En mottagare som fångar upp signaler och omvandlar dem till rörliga bilder likt en tv-skärm. Man behöver ställa in en särskild frekvens för att få fram rätt tv-kanal och på samma vis måste vi tänka positiva tankar för att bringa glädje till våra liv. (Byrne 2006, 24) Läsaren får också rådet att betrakta universum som en postorderkatalog - man behöver bara ge universum sin beställning för att få det man önskar. (Byrne 2006, 58)

För att få det beställda måste man undvika *negationer*. Attraktionslagen tar inte ställning till vad man vill eller inte vill utan kommer framkalla mer av det man riktar sin uppmärksamhet mot. Därför gäller det att tänka *jag vill att det ska bli sol ute* och inte *jag vill inte att det ska regna*. Gör man det sistnämnda så fångar universum nämligen bara upp att det är regn man har i tankarna och då blir det nederbörd. (Byrne 2006, 27) Det handlar om att *visualisera* det man vill ha med sin vildaste fantasi så att man verkligen tror på det man föreställer sig.

"Att ta emot innebär att känna det du kommer att känna när det du önskat dig har manifesterats. Att må bra nu ger dig samma frekvens som det du vill ha." (Byrne 2006, 78)

Byrne hänvisar till kvantfysiken som bevis för attraktionslagen. "Kvantfysiken berättar för oss att hela universum har uppstått ur tanken!" (Byrne 2006, 29) Hammer ägnar ett helt kapitel åt vetenskapens roll inom New Age. Han nämner kvantfysiken och relativitetsteorin som två vanligt förekommande inslag i syfte att legitimerara nyandlig tro. I *The Secret* står följande:

"Vad kvantfysikerna och Einstein säger är att allt händer samtidigt. Om du kan förstå att det inte finns någon tid och acceptera den tanken, då kommer du att se att allt det du vill ha i framtiden redan existerar. Om allting händer på en och samma gång, då existerar det redan en parallell version av dig som har det du önskar dig!" (Byrne 2006, 73)

Trosföreläsningar kan också legitimeras genom att man lyfter fram vetenskapsmän som anammat dem. Genom att visa på att en framstående, högutbildad person minsann har anslutit sig till läran vinner man trovärdighet och tyngd. Begreppsvärlden inom majoriteten New Age-falanger är påtagligt inspirerad av naturvetenskapen då man talar om *energier, frekvenser, vibrationer, dimensioner, magnetism* och så vidare. (Hammer 1997, 222-223)

"Det finns (...) en underförstådd värdering som verkar självklar för den New Age-orienterade och därför aldrig skärskådas. Varför skulle begreppet energi vara mer andligt än begreppet materia? (...) En gissning är att det handlar om en sorts språklig exorcism, att skribenter och läsare sprungna ur den nyandliga miljön tror sig kunna bli av med *materialismen* genom att göra sig av med ordet *materia*." (Hammer 1997, 225)

Ännu ett exempel som presenteras som belägg för attraktionslagens existens är placebo-effekten. Vanligen används ju begreppet som en benämning på positiva lindrings- eller läkningsresultat vid en behandling där ett läkemedel som ska utprovas ersätts av en verkningslös substans - så att eventuella gynnsamma effekter då endast kan förklaras utav patientens tilltro och förväntan på att det ska fungera. (NE 2016) Byrne gör en udda tolkning: "Placeboeffekten är ett kraftfullt fenomen. När patienter *tänker* och verkligen *tror* att tablettor är ett botemedel kommer de att *få* det de *tror*, och så blir de friska." (Byrne 2006, 136)

Tema 2: Pengar & materiellt överflöd

Pengar och rikedom är ofta tabu i religiösa sammanhang. Man ska ha tillräckligt för att kunna försörja sig men inte gripas av begär eller girighet. I *The Secret* märks inga sådana hämningar. Där beskrivs utan krusiduller att man kan bli snuskigt rik bara genom att *tänka* fram överflöd. Entreprenören och motivationsföreläsaren Jack Canfield vittnar om följande:

"Jag tror att den sortens liv som alla drömmer om är vad jag lever varje dag. Jag bor i ett stort hus som är värt över 30 miljoner kronor. Jag har en underbar fru. Jag kan åka på semester till världens allra mest fantastiska platser. Jag har klättrat i berg. Jag har utforskat världen. Jag har varit på safari." (Byrne 2006, 52)

Canfield berättar också sin livshistoria. Om sin "mycket negativa pappa" som menade att pengar inte växer på träd och att de som är välbärgade har blivit det på någon annans bekostnad. (En rimlig tolkning kan man tycka.) Canfield berättar sedan om hur allting vände då han deltog vid en kurs ledd av affärsmannen och New Thought-profilen Clement Stone som lärde honom att *visualisera rikedom* - närmare bestämt en check på över sju miljoner kronor i royalties för Canfields debutbok. Mycket riktigt så strömmade pengarna in. (Byrne 2006, 105-108) Byrne skriver också: (vilket vittnar om en okritisk attityd gentemot förekomsten av inkomstskillnader och klassklyftor samt stor beundran inför dem som besitter ekonomisk rikedom)

"Det kommer kanske inte som någon överraskning för dig att de rikaste människorna på jorden är de största filantroperna. De ger bort stora summor pengar, och när de ger öppnar sig universum genom lagen om attraktion och stora summor pengar strömmar tillbaka till dem - mångfaldigade!" (Byrne 2007, 117-118)

Byrne nämner Wallace Wattles *The Science of Getting Rich* (1910) som främsta inspirationskälla, en bok hon fick i present av sin dotter då hon genomgick ett personligt trauma. Wattles introducerade *law of attraction* eller *attraktionslagen* (den bärande idén i *The Secret* - han myntade dock inte själva begreppet). Medelst denna kraft sägs våra tankar bli magnetiska, så att dåliga tankar bringar olycka medan de goda alstrar välstånd. (Byrne 2006, 86)

"En liten lek jag hittade på som hjälpte mig att ändra på mina känslor inför alla räkningar jag hade var att låtsas att räkningarna i själva verket var checkar. Jag hoppade jämfota av glädje när jag öppnade dem och sa: 'Mer pengar till mig! Tack. Tack'. Jag tog varje räkning, föreställde mig att den var en check, och sedan lade jag till en nolla för mitt inre för att göra den ännu större. (...) Jag öppnade aldrig mina räkningar förrän jag hade försatt mig i det här tillståndet där jag kände att de egentligen var inkomster." (Byrne 2006, 114-115)

Citatet ovan är från välståndskoachen David Schirmer. Ett underligt råd från någon som ska föreställa vara expert på investeringar. Journalisten Tim Watkin beskriver *The Secret* som en förtrollande Disneyvärld med en mörk baksida. Han jobbade själv i en bokhandel där boken

sålde slut gång på gång efter att Oprah Winfrey prisat den i sin talkshow. Framför allt var det personer ur arbetarklassen som kom och köpte den för dyrt förvärvade slantar. (Watkin 2007)

Tema 3: Kristendom & New Thought

The Secret inleds med ett citat från *Smaragdtavlan (Tabula Smaragdina)* vilket är en hermetisk text som är ett slags trosbekännelse inom den alkemiska mytologin och även viktig inom allsköns andra esoteriska strömningar. (Read 2016) Citatet lyder: "Så som i himlen, så ock på jorden. Så som i det inre, så ock i det yttre." (Byrne 2006, försättsbladet)

På sajten *Cult Awareness and Information Centre* (en stödorganisation för människor som vill lämna eller har lämnat en religiös sekt) grundad av den australiensiska Jehovas Vittnen-avhopparen Jan Groenveld länkas det till en artikel om *The Secret*. Artikeln visar på att budskapet i boken stammar ur New Thought-rörelsens idévärld vilken på senare år bevisligen har blivit så pass *mainstream* att den som sagt hyllas av Oprah Winfrey på bästa sändningstid.

Artikelförfattaren Terry Melanson jämför begreppen New Age och New Thought. Han menar att den sistnämnda är mer organiserad och pekar specifikt på kompatibiliteten mellan New Thought, Rosenkruzarna (esoterisk orden med tyska rötter) och den metafysiska världsbild som presenteras i *The Secret*. (Melanson 2007) En *panteistisk* gudsuppfattning förenar smaragdtavlan med New Thought och *The Secret* - den teologiska doktrin som förkunnar universum som varande *ett* enda transcendent andeväsen (en "all-kraft" eller "ur-energi") och dessutom alltings ursprung. (NE 2016)

Bokomslagets estetik andas ockultism. Över framsidan spelar ett sken som från eldslågor med ett rött lacksigill invid titeln. Bladen inuti är svagt gulnade som papyrusrullar för att likna en helig skrift. I en artikel i *Newsweek* redogör skribenten för detta med ett par träffande formuleringar:

"To a tired genre full of earnest bullet points and windy exhortations, 'The Secret' brings breathless pizzazz and a market-proven gimmick, an evocation of ancient wisdom and hidden conspiracies that calls to mind 'The Da Vinci Code'." (...) The book is a miracle of cover art, a jacket suggestive of a medieval manuscript punctuated by a crimson seal." (Adler 2007)

Lösryckta bibelcitats finns utströdda för att understödja attraktionslagen. Till exempel Matteus 21:22 "Allt vad ni ber om i era böner ska ni få, om ni tror." och Markus 11:24 "Därför säger jag er: tro att ni skall få allt det ni ber om i er bön, då blir det så." (Byrne 2006, 64)

Byrne skriver också att man ska välsigna och lovorda sin fiende för att kärleken (den högsta frekvensen) därmed kommer att lösa upp det onda. Det kan läsas som en omskrivning av det bibliska budskapet om att *vända andra kinden till* (Matteus 5:39). På ett annat ställe i boken lyfts även Moder Teresa fram som tidig förkunnare av Hemligheten. (Byrne 2006, 153)

Tema 4: Liberal individualism

"Många offerar sig för andra i tron att det gör dem till goda människor. Det är helt fel! (...) Det finns ett överflöd för alla och det är varje persons ansvar att dra till sig det man önskar." (Byrne 2006, 128)

Enligt *The Secret* är praxis att sätta sig själv i första rummet. Det framställs som att man först därefter kan göra gott för världen. Enligt Byrne är det meningslöst att kämpa emot sådant vi inte vill ha i våra liv och omvärld. Att ägna sig åt politisk aktivism, motarbeta krig och våld eller verka för ett samhälle fritt från droger framställs som kontraproduktivt - rentav felaktigt.

"Att göra motstånd är ungefär som att försöka förändra de yttre bilderna när de redan har sänts ut. Det ger inget resultat alls." (Byrne 2006, 152)

I kapitlet som går igenom hur man praktiserar hemligheten står det hur man bär sig åt för att få en smal och attraktiv kropp. Byrne går så långt som till att påstå att kroppsphysiken inte alls är avhängig hur man lever, hur man sköter sin kost eller hur pass ofta man motionerar:

"Oavsett om människor har fått höra att de har låg sköldkörtelfunktion, låg ämnesomsättning eller en ärftligt betingad övervikt handlar det i själva verket om att de tänker 'feta tankar'. Om du ser någon av de här omständigheterna som tillämplig på dig och tror på den, då måste det bli din upplevelse och du kommer att fortsätta vara överviktig." (Byrne 2006, 69)

All form av ohälsa sägs alltså ha triggats utav individens egna (negativa) tankar. Virus och smittor, ärftlighetsanlag för sjukdomar, förslitningsskador på grund av tungt kroppsarbete eller andra yttre faktorer tas det ingen notis om i den här förklaringsmodellen. Föreläsaren och kiropraktorn John Demartini som medverkar i *The Secret* skriver:

"Vår kropp skapar sjukdomar för att ge oss feedback, för att tala om för oss att vi har obalans i våra tankar (...)" (Byrne 2006, 137) Byrne lägger dock till en brasklapp om att det i vissa fall kan vara klokt att kombinera attraktionslagstänkandet med regelrätt medicinsk vård.

För att hitta den perfekta partnern behöver man agera som om denne redan fanns i ens liv. Detta illustreras med en berättelse om en kvinna som visste precis vilken sorts man hon önskade träffa och vilka egenskaper han skulle ha. Hon bodde för sig själv i ett stort hus men modifierade sina tankar *som om* han redan fanns i hennes liv så hon började parkera bilen i ena halvan av garaget för att göra plats för ett fordon till, tömde sin garderob för att ge plats åt hans kläder och sova på ena sidan sängen. När hon gjort allt detta trädde attraktionslagen i kraft - hon träffade förstås sin drömprins och gifte sig med honom. (Byrne 2006, 125-126)

Ännu en uppmaning i syfte att värna sin individuella sfär och personliga trevnad går ut på att bokstavligen stänga ute omvärlden. I kapitlet *hemligheten med världen* så avråder Byrne nämligen från att ta del av nyhetsrapportering rörande nöd, krig och internationella konflikter.

"När jag upptäckte Hemligheten bestämde jag mig för att inte titta på tv-nyheterna eller läsa tidningen längre, eftersom det inte fick mig att må bra. (...) Bli inte fångad av de bilder som har dykt upp om de inte är vad du vill ha. Ta ansvar för dem, ta lätt på dem och slå bort dem om du kan, och släpp sedan taget om dem." (Byrne 2006, 155-156)

Tematiken relaterad till teorin

Så vad är självhjälpsdiskursens premisser och logiska struktur som den yttrar sig i *The Secret*? Daudi beskriver att maktfaktorn inom organisationer ofta förbises - att man förutsätter att den modell och värdegrund som följs fungerar perfekt och utesluter sådant som maktobalans och maktmissbruk, men att det i själva verket är de strukturer som skapas *organiskt* utav människorna inom verksamheten *utifrån* dessa förhållningsregler som faktiskt resulterar i social skiktning och hierarkier av olika slag. Den anställdes handling bör inte ses som en bieffekt utan som en drivfjäder, för att kunna komma tätt inpå maktfenomenet. (Daudi 1984, 288) Samma tendens till förenkling av verkligheten förekommer i *The Secret*. Eftersom attraktionslagen fungerar *si* så blir det *så* om du bara tänker positivt. Det är ett deterministiskt sätt att se på världen där - om detta önsketänkande fungerade - man borde kunna förutsäga och genomskåda alla händelseförlopp. Enligt devisen i boken om att det finns ett överflöd av lycka i världsalltet som vi inte behöver konkurrera om utan som räcker till alla, så borde ju alla människor vara trygga och lyckliga. Istället måste man rimligtvis acceptera det faktum att världen förändras *som följd av människors handlingar* vilka utförs av individer, familjer, organisationer, hela nationer och så vidare. Störs inte attraktionslagens kurs ifall människor handlar på ett sätt som går emot den vilja som den försöker tillmötesgå? Vad händer om två

personer som hejar på varsitt fotbollslag på samma gång önskar att just deras lag ska vinna, det vill säga två diametralt olika utfall? Blir det inte något slags kortslutning i kosmos då..?

Enligt Daudi har aktörernas handlingar inom företag och organisationer alltid en (mer eller mindre uppenbar) strategisk karaktär och det finns motiv bakom dem. (Daudi 1984, 288) I *The Secret* finner vi det strategiska handlandet på *metanivå* eftersom den huvudsakliga uppmaningen är att lägga sig till med ett taktiskt tankesätt som ska påverka livet till det bättre. Detta verkställs dock uppenbarligen *inte* genom aktiva handlingar enligt Byrne utan genom att en allsmäktig naturlag gör bönerna hörda. De föreläsare, alternativläkare, självhjälpsgurus och coacher som tillsammans ligger bakom *The Secret* (samt det kommersiella imperiet omkring) lär också ha varit mycket framsynta vad gäller synopsis, affärsidé och marknadsföring.

"Genom att försöka skydda sig mot de överordnades arbitraritet, utvecklade de underordnade olika strategier och taktiker som i sin tur ledde till diverse repressiva motåtgärder från de överordnades sida. Man hamnade i onda cirklar med låsta positioner, koerciva och kontrakoerciva handlingar, med förlust för alla inblandade partier som resultat." (Daudi 1984, 290)

Citatet ovan handlar om undersökta grupper i Daudis studie men beskriver också väl hur lätt man som individ kan fastna i ett passivt, destruktivt tankemönster där saker och ting tycks omöjliga att förändra. *The Secret* avråder från handlingskraft och upproriskhet och föreslår att vi i stället ska *visualisera* och förlita oss på högre makters ynnest med monopol på lyckan.

Hur bildas självhjälpsdiskursens identitet? Med andra ord: vad består den i och vad gör att den består? När Daudi ska definiera maktbegreppet så framhåller han att den är tämligen svår att sätta fingret på eftersom den är en abstrakt idé. Istället får man söka närma sig den via dess yttre konturer. Detta genom att via uteslutningsmetoder fastslå vad den *inte* är. (Daudi 1984, 292-293) Inom självhjälpsdiskursen finns vissa grundförutsättningar som inte ifrågasätts. Den kanske främsta av dessa är självförverkligandet som ideal, det vill säga att det ses som en självklarhet att eftersträva förbättring och fulländning till varje pris. Ett visst förbehåll finns i och med att läsaren av *The Secret* också uppmanas till att öva på att känna tacksamhet - dock inte för sakens skull, utan med siktet inställt på att det ska verka gynnsamt för ens syften.

Giddens skriver om tuktandet av den egna fysiska kroppen och tar upp det faktum att olika tvångsmässiga beteenden som anorexi och ortorexi ökat markant de senaste årtioendena. Han menar att de kroppsideal vi matas med via reklam och media är farliga inte enbart därför att

de är ouppnåeliga för de allra flesta, utan kanske i synnerhet på grund av att de får oss att *förfrämligas* inför vår egen kropp. När vi slutar se kroppen som den unika helhet som den är och istället objektifierar den och delar upp den i separata delar som vi värderar var för sig så skapar det en osund distans som kan resultera i självdestruktiva beteenden. (Giddens 1997, 132) En liknande risk kan finnas på det psykologiska planet och i fråga om de egenskaper man önskar förbättra och förverkliga hos sig själv. En människas väsen är mer mångfacetterat än summan av karaktärsdragen och det är inte alltid möjligt eller ens önskvärt att försöka optimera enskilda delar av jaget om man inte verkligen vet säkert vad man pysslar med.

Efter att ha tillämpat uteslutningsmetoden för att ringa in maktdiskursens kännetecken så drar Daudi slutsatsen att det han finner vara dess yttersta gränser är av central betydelse om man vill förstå makten som fenomen. Det är dessa brytpunkter som bildar diskursens skelett. (Daudi 1984, 308) Vill man närma sig självhjälpsdiskursen och de produkter den producerar så bör man utgå från de problembeskrivningar som vanligen ges i böcker och medier. De är ofta snarlika i form och innehåll (hur man gör för att bli mer duglig i diverse avseenden) och initialläget är som sagt att allt *kan* och *bör* förbättras. Bauman skriver apropå modernitetens utvecklingstörst att "Den djupaste, och kanske enda, meningen med framsteg är känslan att tiden är på vår sida, eftersom det är *vi som får saker och ting att hända.*" (Bauman 2002, 136)

Det femte steget för maktobservation som Daudi går igenom handlar om att varsebli de potentiellt negativa effekter som den normativa (enligt honom primitiva) synen på makt kan ha för de inblandade aktörerna. Han beskriver hur den överordnade parten i en maktobalans betraktar makten som sin och använder den på ett förtryckande vis, vilket leder till att den underordnade parten måste söka värja sig och detta i sin tur gör att de överordnade så att säga får fog för sina tvivel på de underordnades lojalitet. Det hela blir en ond spiral eftersom ojämlikhet och orättvisa ger upphov till stridighet och maktkamp. (Daudi 1984, 318-320) Samma ofördelaktiga dynamik uppstår om man sätter sin tilltro till affirmationer, positivt (önske-) tänkande och en allsmäktig gudomlighets välvilja. Systemet eller trossatsen i sig ifrågasätts inte utan betraktas som fulländad medan fel och brister skylls på aktören själv. Självhjälpsdiskursens grundförutsättningar tas för givna - vi är nog många som vill tro att vi *förtjänar* att vara lyckliga - alltså kan det tyckas *logiskt* att någon rättvis kraft skulle träda in och verka för detta syfte. Det är ett synsätt som i princip bortser från den sociala samvaron och de känslomässiga band som för de allra flesta människor är det allra viktigaste i livet. I stället ser man bara sig själv i relation till universum. Sin egen spegelbild i ett luftslott av drömmar som man likt en betalande kund i en butik förväntar sig ska besannas. Giddens

skriver att "Narcissismen står i motsats till den förpliktelse som krävs för att upprätthålla intima relationer" (Giddens 1997, 202) och om att solidaritet och moral inte längre är av vikt: "Autenciteten ersätter värdigheten: det som gör en handling god är dess autentiska förhållande till individens behov och att den kan uppvisas som sådan inför andra." (Giddens 1997, 203)

Besvarande av frågeställning

Det börjar bli dags att återgå till problemformuleringen för min studie:

- Hur konstrueras *trovärdighet* och *autencitet* för budskapet som förs fram i *The Secret*?

Trovärdighet inför påståendet om attraktionslagen som varande en naturlag skapas framför allt med hjälp av personliga vittnesbörd - och inte genom vetenskapliga redogörelser. Det understryks också att poängen inte är *hur* det fungerar (Byrne framhåller att de flesta av oss inte kan redogöra i detalj för hur elektricitet alstras men att vi trots allt nyttjar det dagligen) utan det väsentliga är *att* det fungerar. Giddens skiljer på att sälla sig till ett förnuftsmässigt auktoritetssystem och att ha en religiös tro: "Tron vilar nästan definitionsmässigt på tillit. Men att ta sin tillflykt till en dominerande auktoritet är i grunden ett uttryck för underkastelse". (Giddens 1997, 232) Gällande *The Secret* så finner vi en kombination av de båda om man tar till sig läran om attraktionslagen. Man godtar de vetenskapliga förklaringarna (underkastelse) samtidigt som man måste *tro* på sin egen förmåga att framkalla lycka i livet (tillit).

Läsaren kan troligtvis känna igen sig i de mer generella utlåtanden som förekommer om positiva och negativa energier. Bilden av att något av naturen gott för *mer* gott med sig är en enkel och godtagbar analogi. Dessutom har nog de allra flesta någon person eller släkting i sin närhet som man är illa tvungen att upprätthålla en relation med trots att det "tar mer än vad det ger" - en så kallad energitjuv. Måhända finns det risk för att läsaren förbiser det faktum att det saknas vattentäta skott mellan att å ena sidan uppleva att andra människors energinivåer eller humör *påverkar* en, till att å andra sidan anta att hela universum därmed skulle *bestå* av en dualistisk uppdelning utav positiv och negativ energi. Giddens skriver angående hur vi manövrerar livets oförutsägbarhet i moderniteten att:

"Individerna övervinner som regel dilemmat mellan auktoritet och tvivel genom en kombination av rutiner, hängivenhet åt en viss livsstil och tillit till vissa abstrakta system. Men detta 'kompromisspaket' kan gå mot sin egen upplösning när individen utsätts för påfrestningar. (Giddens 1997, 231)

Attraktionslagen framhålls ju som en naturlag med motiveringen att den är undantagslös och ickevärderande - men då kan man fråga sig ifall diversifieringen mellan positivt och negativt inte är en värdering i sig? Inom diskursanalys betraktas språket som handling (Börjesson & Palmblad 2007, 10) och genom den svartvita uppdelningen mellan positivt och negativt som görs i *The Secret* så läggs ribban för livssynen i fråga. Vad händer med alla *neutrala* tankar som cirkulerar i stratosfären - vad gör universum med dem? Törsten efter *quick fixes* och enkla svar på svåra frågor är förstås en tungt vägande faktor som gör att man som läsare kanske ser mellan fingrarna med en del godtyckligheter. Bemödar man sig inte om att granska de diffusa referenserna till kvantfysiken som påstådd vetenskaplig basis så kan Byrnes predikan låta som en hållbar och kanske till och med förnuftsenslig teosofi. *The Secret* erbjuder både en spirituellt, trosmässig trygghet inför existentiella frågor och löftet om snabb behovstillfredställelse av det ytligare slaget. Så här skriver Bauman om förtröstan:

"En väsentlig del av varje förtröstan är att se ett värde i något mer varaktigt än det flyktiga och endemiskt förgängliga enskilda livet; något som är bestående och gör motstånd mot tidens undergrävande verkan, som kanske till och med är odödligt och evigt. (...) Förtröstan kan vara en andlig sak, men för att den ska bestå måste den ha en världslig förankring; dess förtöjningar måste nå djupt ner i de dagliga livserfarenheterna." (Bauman 2002, 192)

Ännu ett grepp för att få läsaren på fall är de partier som anspelar på igenkänning. Samtidigt har de en överraskande kvalitet som ger en slags "aha-känsla". I kapitlet om hur man applicerar hemligheten på sitt eget liv står det om hur man uppnår sitt kroppsideal. Det exemplifieras med att man troligen har någon i sin omgivning som tycks kunna "äta som en häst" utan att gå upp i vikt. Då personen själv kommenterar och säger det högt vid något tillfälle så gör själva *verbaliseringen* och tron på det egna utlåtandet att personens kropp också fysiskt *manifesteras* som smal bortsett från kaloriintag och energiförbrukning. (Byrne 2007, 69) Denna förklaringsmodell är förstås trösterik för alla som någon gång har kämpat med vikten och upplevt att de ansträngt sig utan att få önskat resultat, medan folk runt omkring verkar slarva med maten utan att gå upp i vikt. Frestande förstås; att få lov att tro att det har med ens tankespiraler att göra i stället för genetisk predisposition, ämnesomsättning och andra krasst reella omständigheter. Godtar man argumenten för attraktionslagen så befästs utsagor som dessa - vilket kan associeras till hur Daudi beskriver att "Vi överskattar organisationernas rationalitet och har en övertro till designens förträfflighet" vad gäller maktfördelningen inom företag. (1984, 287) Brister avfärdas som undantag. En anställd som blir utbränd har avvikande defekter, och den överviktige måste ha tänkt "tjocka tankar"...

De vetenskapliga beläggen är som sagt grumliga och förklaras inte mer ingående, men liksom Hammer påtalar (1997, 225) angående språkbruket inom New Age och i *The Secret* så vill man legitimera tron med hjälp av vetenskap - och vice versa. Det får ses som ett modernt krav att ställa på en (visserligen inte religion utan) spirituellt livsfilosofi; att man helst ska slippa oket att engagera sig i en kyrkoförsamling för att således istället kunna fokusera helt och hållet på *egna* behov. Ett plus i kanten och extra kredibilitet uppnås ifall det finns kopplingar till något så pass vetenskapligt respekterat som den invecklade kvantfysiken - som ju är svår att ifrågasätta om man inte är verkligt insatt i disciplinen.

Autenticitet konstrueras genom den historiska inramning som utgörs av citat från berömdheter som påstås ha känt till hemligheten. Uttalandena vittnar emellertid inte om så mycket annat än originalitet eller målmedvetenhet - det är de välkända namnen i sig som skapar förankring för läran. Daudi skriver angående hur man kan iakttä oppositionen mellan sant och falskt inom en diskurs att: "Det betraktas som självklart att det som är observerbart och mätbart är sant, oberoende av dess värde för det studerade fenomenet." (1984, 302) Likaledes får här de uttalanden som citeras sin betydelse *eftersom* de yttrats utav kända namn trots att yttrandena inte alls är relevanta i sammanhanget då de ju över huvud taget inte har något att göra med (den långt efter deras livstid utkomna boken) *The Secret*.

Genom att låna en term ur marknadsföringsindustrin kan man säga att skaparna av *The Secret* åstadkommer en synnerligen lyckad *storytelling*. Med begreppet menas att man utgår från en sann historia eller anspelar på något som människor känner igen i syfte att bygga ett konkurrenskraftigt varumärke. Man använder mjuka värden för att få kunden att på ett emotionellt plan identifiera sig med just det som varumärket vill representera. I *The Secret* finns goda förutsättningar för denna typ av anknytning via utdrag ur bibeln, förgrundsgestalter ur New Thought-rörelsen som framhävs och (lösryckta) citat från en brokig skara celebriteter: Buddha, Winston Churchill, Martin Luther King, Albert Einstein, Carl Jung och Henry Ford. Boken som trycksak är som sagt formgiven för att efterlikna en helig skrift - också det en listig PR-strategi för att simulera anor, visdom och äkthet. Innehållet är dock varken dunkelt eller svårtytt som en religiös urkund kan vara - utan lättläst på gränsen till glättigt. Läsaren uppmanas öppna boken på måfå närhelst denne behöver vägledning och lovas då finna råd för sitt spörsmål på den slumpmässigt uppslagna sidan. (Byrne 2006, 182) Den air av tidlöshet som detta förmedlar - att en lång rad historiska personer känt till hemligheten och att svaren går att finna där vi söker dem oberoende av tid och rum - korresponderar med modernitetens plastiska natur och beredskapen vi förväntas ha inför att omforma vår identitet när så krävs:

"Det är det slags identitet som lämpar sig för en värld där konsten att glömma är en tillgång som inte är mindre, ja som kanske är mer, betydelsefull än konsten att minnas, där glömska snarare än lärande är förutsättningen för ständig duglighet, där allt nyare ting och människor träder in i och ut ur den statiska uppmärksamhetens synfält, och där minnet självt är som ett videoband vars innehåll alltid kan suddas ut så att nya bilder kan spelas in." (Bauman 2002, 110)

Flexibilitet som kvalitet är inte något som enbart efterfrågas på dagens arbetsmarknad - det är en egenskap vi förväntas besitta på ett flertal livsområden. Enligt *The Secret* ska man inte nöja sig med medelmåttighet utan sikta mot sina drömmar, och för att nå dit måste man aktivt jobba för att förändra sina tankar och indirekt också sig själv och sin identitet. Att glömma och gå vidare är också en förutsättning eftersom ältande eller bearbetning av svårigheter bara alstrar mer negativitet. I stället ska man släppa taget om det gamla, byta riktning och börja sitt nya liv med att göra sig av med allt det som tynger en. Lyckas man till fullo med detta så blir man nog en särdeles ombytlig, historielös och känslökall person eftersom man då inte vill kännas vid de mörka sidorna av sig själv, sin bakgrund eller personlighet. Det blir en slags plastikoperation utav självidentiteten - allt för att slippa möta frihetens inbyggda bräcklighet. "För många människor som kastats ut i friheten utan att bli tillfrågade är erbjudandet om en 'stor förenkling' frestande och svårt att tacka nej till. (Bauman 2002, 110)

Konklusion

Det finns mycket att säga om *The Secret* både betraktat som bidrag inom självhjälpsdiskursen och som samtidsfenomen. Med hörnstenar hämtade ur kristendom och mysticism, men med ett ytskikt av lättsmält självhjälpsjargong utfärdas löftet om att få fria händer i drömfabriken. Boken lyckas erbjuda något som för en sökare kan framstå som det bästa av två världar: en lättillgänglig typ av andlighet i avsaknad av stränga gudagestalter med krav på motprestation. Fokus på den egna lyckan avfärdas inte som ytlig utan uppmuntras rentav eftersom man enligt läran måste börja med sig själv innan man kan hjälpa andra. Ju större överflöd man lyckas tillskansa sig själv desto lättare kan man förmå andra att uppnå samma välstånd. Genom att agera *egoistiskt* så handlar man *altruistiskt* enligt denna tankemodell.

Genom massiva försäljningssiffror och viral spridning har bokens budskap nått ut till miljoner människor och således haft ett ofantligt stort inflytande. I trossatsen att universum återgäldar samma energifrekvenser som man själv utstrålar via tankar finns en immanent determinism

som är omöjlig att argumentera emot inom ramen för läran. Den som är betryckt får skylla sig själv för att inte ha "bjudit in lyckan" som ju väntar bakom nästa krök på klartecken i form av positiva tankesignaler.

Förmodligen är det inte främst välmående, välutbildade personer som är villiga att lyssna till budskapet. Snarare är det personer från marginaliserade samhällsskikt som känner maktlöshet i tillvaron och kan tänka sig att prova vad som helst i hopp om bättring. Att köpa *The Secret* som ju rymmer idel entusiastiska vitsord för attraktionslagens kraft (och dessutom löftet om att avslöja hemligheten bakom alla dessa framgångssagor) är en enkel åtgärd att ta till om man känner att man har allt att vinna och lite att förlora. Det var med tanke på detta som jag ville göra en *kritisk* diskursanalys som ett sätt att ta läsaren i försvar gentemot upphovsmännen till boken - och det obehag som den i värsta fall kan vålla. Principen att värna sin egen privata lycka (om så krävs på bekostnad av någon annan) och sköta sig själv i sin strävan efter överflöd och rikedom får mig osökt att tänka på en gammal punklåt: (Ebba Grön 1981)

Slicka uppåt, sparka neråt!

Du kan klättra ännu ett steg

Det gäller att kämpa för sin lycka

Man vill ju få det bättre,

och ännu mera deg

Signifikativt för en självhjälpsbok är dess kalkylerande karaktär. Som läsare serveras man en handlingsplan med konkreta tips på hur man bör gå till väga för att nå sitt mål. *The Secret* erbjuder mystisk andlighet i snabbmatsförpackning. Gudomlig härlighet väntar runt hörnet för den som tror. Blandningen utav högt och lågt (uråldrig visdom, shopping och ytlig fåfänga) tilltalar läsaren på flera plan och låter denne känna sig *from* men också *tongivande* i skapandet av sin drömtillvaro. Varför någonsin nöja sig om endast fantasin sätter gränserna? Vikten av att praktisera tacksamhet betonas upprepade gånger - men kan man kalla det tacksamhet att gå runt och visualisera att man redan har något (bättre) som man ännu inte har, för att därigenom genast få det? Om man bemästrar attraktionslagen korrekt enligt anvisningarna så äger man snart allt man någonsin önskat sig. Men om tillgången på lycka, rikedom och prakt är oändlig och räcker till alla - och om den fungerar som en naturlag och ej genom Guds nåd - så behövs väl ingen tacksamhet? Tacksamhet är att vara ödmjuk inför livet och de gåvor man fått, och att acceptera att det inte alltid blir just som man tänkt sig. Att inte hela tiden gapa efter mer.

Om attraktionslagen existerar och är så felfri - så kan man tycka att världen borde vara rättvis redan eller åtminstone på god väg att bli det. Här stöter vi på det klassiska Teodicé-problemet (NE 2016) som har varit en stötesten inom kristendomen i tusentals år. Det vill säga: frågan om hur Gud, som ska vara så god och allsmäktig kan tillåta att det förkommer så mycket ondska och lidande i världen. Att svaret på den frågan uteblir kan man inte enbart klandra Byrne och *The Secret* för. Men att tro att man utplånar all ondska och negativitet genom att helt sonika inte låtsas om den är en naiv och farlig affär.

Troligen gör man klokast i att lämna universum ifred. Upphöra med att överbelasta rymden genom att pumpa ut forcerat positiva tankar - och stället leva våra jordelivet så gott man kan *inklusive* motgångar. I stället för att be den gudomliga skapelsen om hjälp vid minsta knipa så får vi se till att hjälpa varandra. Ta ansvar och våga befatta oss med tragedier och tabun i stället för att blunda för dem eller (ännu värre) iskallt klandra de människor som drabbats av olycka. Men resonerar man på det viset så hade det förstås inte funnits någon *hemlighet* att tillkännage inför miljontals desperata självhjälpsjunkies. Följaktligen hade det då inte heller blivit någon bästsäljare att tala om - och det vore ju tråkigt. För utan den rikliga avkastningen från braksuccén *The Secret* så hade det varit betydligt svårare för Rhonda Byrne att ägna sig åt förströelser så som att låtsas att hennes utgifter är intäkter, och att räkningarna som dimper ner i brevkastet i själva verket är feta checkar.

Källförteckning

Tryckta källor

- Ahrne, Göran & Svensson, Peter. *Handbok i kvalitativa metoder*. Malmö: Liber.
- Bauman, Zygmunt. 2002. *Det individualiserade samhället*. Göteborg: Daidalos.
- Byrne, Rhonda. 2006. *The Secret - Hemligheten*. Orsa: Energica förlag.
- Börjesson, Mats & Palmblad, Eva (red). 2007. *Diskursanalys i praktiken*. Malmö: Liber.
- Daudi, Philippe. 1984. *Makt, diskurs och handling*. Lund: Studentlitteratur.
- Giddens, Anthony. 1997. *Modernitet och självidentitet - självet och samhället i den senmoderna epoken*. Göteborg: Daidalos.
- Hammer, Olav. 1997. *På spaning efter helheten. New Age - en ny folktro?* Stockholm: Wahlström & Widstrand.
- Hay, Louise L. 1984. *You can heal your life*. London: Hay House UK.
- Winther Jørgensen, Marianne & Phillips, Louise. 2000. *Diskursanalys som teori och metod*. Lund: Studentlitteratur.

Elektroniska källor

- Adler, Jerry. 2007. 'The Secret': Does self-help book really help? *Newsweek*. 5 maj. <http://europe.newsweek.com/secret-does-self-help-book-really-help-95559?rm=eu> (Hämtad 2016-04-19)
- Adlibris. 2016. Topplista över försäljning inom kategorin Filosofi & Religion. <http://www.adlibris.com/se/avdelning/filosofi-religion-9679> (Hämtad 2016-04-06)
- Bokus. 2016. Topplista över försäljning inom kategorin Filosofi & Religion. <http://www.bokus.com/topplistor/filosofi-religion> (Hämtad 2016-04-06)
- Ebba Grön. 1981. Slicka uppåt, sparka neråt! Från albumet *Kärlek & uppror*. [LP] Stockholm: Mistlur Records.
- Gnosticism. 2016. *Nationalencykpedin*. <https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/l%C3%A5ng/gnosticism> (Hämtad 2016-04-27)
- International New Thought Alliance. 2016. *Declaration of Principles*. <http://www.newthoughtalliance.org/about.html> (Hämtad 2016-04-12)
- Lind, Roger. 2007. *En bok om att få ett bättre liv - självhjälplitteraturens strategier till ett lyckosamt liv*. Magisteruppsats. Högskolan i Kalmar. <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:225334/FULLTEXT01.pdf> (Hämtad 2016-04-26)
- Lovett, Ian. 2011. Guru Sentenced to Prison in Sweat Lodge Deaths. *The New York Times*. 18 november. <http://www.nytimes.com/2011/11/19/us/james-ray-self-help-guru-is-sentenced-to-prison-in-sweat-lodge-deaths.html> (Hämtad 2016-04-06)

- Mathlein, Anders. 2010. Positivt tänkande har ersatt bönen. *Svenska Dagbladet*. 19 oktober. <http://www.svd.se/positivt-tankande-har-ersatt-bonen> (Hämtad 2016-04-15)
- Melanson, Terry. 2007. Oprah Winfrey, New Thought, "The Secret" and the "New Alchemy". 11 April. *Conspiracy Archive*. <http://www.conspiracyarchive.com/2014/07/20/oprah-winfrey-new-thought-the-secret-and-the-new-alchemy/> (Hämtad 2016-04-22)
- Nilsson, Staffan. 2005. *Den potentiella människan - en undersökning av teorier om självförverkligande*. Doktorsavhandling. Uppsala universitet. <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:166391/FULLTEXT01.pdf> (Hämtad 2016-04-26)
- Olsewski, Paul. 2015. Atria Books Announces New Book From Bestselling Author Rhonda Byrne for Fall 2016. *Simon & Schuster*. 13 oktober. <http://about.simonandschuster.biz/news/atria-books-announces-new-book-from-bestselling-author-rhonda-byrne-for-fall-2016/> (Hämtad 2016-04-26)
- Panteism. 2016. *Nationalencyklopedin*. <http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/l%C3%A5ng/panteism> (Hämtad 2016-04-22)
- Placeboeffekt. 2016. *Nationalencyklopedin*. <http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/l%C3%A5ng/placeboeffekt> (Hämtad 2016-04-20)
- Read, John. 2016. Alkemi och alkemister. *Rosenkors-Orden AMORC*. <http://www.amorc.se/arkiv/alkymi.htm> (Hämtad 2016-04-22)
- Teodicéproblemet. 2016. *Nationalencyklopedin*. <http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/l%C3%A5ng/teodiceproblemet> (Hämtad 2016-05-01)
- The Official Website of The Secret. 2016. *The Official Store*. <http://www.theseecret.tv/store/> (Hämtad 2016-04-29)
- Watkin, Tim. 2007. Self-Help's Slimy 'Secret'. *The Washington Post*. 8 april. <http://www.washingtonpost.com/wp-dyn/content/article/2007/04/06/AR2007040601819.html> (Hämtad 2016-04-20)
- Wijk, Helena. 2013. *Nya tankar med gamla anor - en studie av New Thought-rörelsen och dess inspirationskällor*. Kandidatuppsats. Umeå universitet. <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:788697/FULLTEXT01.pdf> (Hämtad 2016-04-27)
- Zaremba, Maciej. 2011. Maciej Zaremba möter Zygmunt Bauman. *Dagens Nyheter*. 23 augusti. <http://www.dn.se/kultur-noje/maciej-zaremba-moter-zygmunt-bauman/> (Hämtad 2016-05-19)