

30 år i andlighetens tjänst!

Så började det!

Free (då Energivågen) startades 1982 av Tomas Frankell och Pratima Åslund.

Vi har träffat båda för ett samtal om förr och vad som hänt sedan dess.

Frees värld får du ta del av i bildkavalkaden inifrån redaktionen och

vid jubiléer med annonsörer och annat skojigt

som hänt! Se upp, kanske upptäcker du en bild

på dig själv tio tjugo år tillbaka!



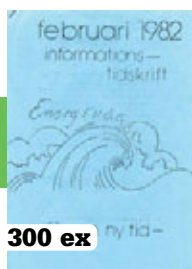
Första gången jag kom i kontakt med *Tomas Frankell* var 1981.

Som småbarnsmamma hade jag några år tidigare börjat intressera mig för magin i sagor och sägner. Jag ledde också några studiecirklar om berättarkonsten inom kursverksamheten vid Stockholms universitet.

Tomas Frankell hade samma år sålt allt han ägde för att köpa ett café på Vegagatan i Stockholm. Tomas

vision var att Café Vega skulle bli ett centrum för de många verksamheter och rörelser som då gick under benämningen new age. "Ett vegetariskt sökarcafé", brukade Tomas kalla det. Det var så våra vägar möttes, när jag på Café Vega drog igång sagokvällar med högläsning.

Nu är det hösten 2011. Bara några månader tidigare en sensommar dag återsågs Tomas och *Pratima Åslund*



för första gången på tjugofem år. De tog en skärgårdstur med gemensamma vänner *Annika Waldenström*, som på 1980-talet drev centret Akal i Stockholm.



Tomas Frankell är främst yogalärare och driver sedan några år Deva center på söder i Stockholm.

- Det är väldigt speciellt att träffa gamla vänner efter så många år, säger Tomas. Även fast vi ägnat oss åt helt olika saker så känns det med verkliga vänner som om tiden stått still. Det är som om vänskapen har djupnat, trots att vi inte setts.

Pratima ser på Tomas och håller med.

HUR KOM DET SIG att ni startade Energivågen?

- Jag var delaktig i Galleri Medmera i Stockholm på den tiden, säger Tomas. Det var där tidens terapeutiska utlevelseterapier fick sitt uttryck. Vi fick kontakt med många intressanta lärare, bland andra *Barbara Findeisen* och *Leonard Orr*, som är grundare till rebirthing.

Frigörande andning, som det kom att kallas på svenska, vidareutvecklades av bland andra *Lena Kristina Tuulse* och *Bo Wahlström*.



Pratima Åslund bor i Norberg, jobbar med arbetslösa ungdomar och är sedan många år engagerad fritids-politiker. Hon har två vuxna barn.

- Jag var också engagerad i Galleri Medmera och jobbade där ett halvår innan jag reste till Kalifornien för att utbilda mig mer i rebirthing. I USA blev jag inspirerad av annonstidskrifter, något som inte fanns här hemma då, säger Pratima.

- När jag sedan kommit hem igen och startat mitt företag Livsglädje träffade jag Tomas och berättade om mina upplevelser och tankar. Båda kände vi att det saknades ett forum för att få ut budskapet om vad som var på gång inom vårt område.

Namnet Energivågen kom till mig under en meditation, har jag för mig.

Pratima föreslog att hon och Tomas skulle starta ett informationsblad om vad som var på gång i storstaden. Tomas Café Vega fungerade under en tid också som mötesplats för det nätverk av annonsörer som växte fram kring Energivågen. Till en början var ambitionerna med tidningen mycket anspråkslösa. De tryckte upp ett halvt dussin maskinskrivna A4-blad i 300-500 ex för varje nytt nummer. Distributionen skötte de själva genom att köra ut en bunt runt om i Stockholm till bokhandlar, center och förstås till annonsörerna som naturligtvis själva ville nå ut så mycket som möjligt.

- Jag kommer ihåg hur besvikna de på bokhandeln East & West såg ut när de fick se de första numren, skrattar Tomas. De hade nog väntat sig något mer glassigt.

SÅ SMÅNINGOM tillkom flera annonsörer utanför storstadsområdena.

- Det var annonsörerna själva som hjälpte till med att sprida tidningen, säger Pratima.

Vad är det viktigaste ni minns av den första tiden med tidningen?

- Det var energin, säger Tomas. Ja, allt var möjligt. Vi bars av allt det som hände då. Det viktigaste för mig var att få föra ut de idéer om självutveckling som vi kommit kontakt med.

- Och för mig var det också att stötta alla engagerade människor som startade verksamheter och företag genom att ge dem en gemensam informationskanal, säger Pratima.

När de ser tillbaka på den tiden tycker båda att det fanns en impuls till ökad medvetenhet som lever starkt än i dag.

- Min passion då, om att kunna hantera sina rädslor och lära sig agera utifrån ett annat djup inom oss själva, är lika aktuell i dag, säger Tomas.

Efter något år med Energivågen gick Tomas Frankell vidare och startade upp Café Pan i Stockholm, med några nyfunna vänner: *Tiiu Serenander*, *Björn Hultin* och *Mats Samuels-*

På Pratima Åslunds 30-års fest träffade Monica (t v), Jan Romander, astrolog och psykolog (i mitten) och Tomas Frankell (t h).



Leonard Orr är upphovsman till frigörande andning, och inspirationskälla till Galleri Medmera i Stockholm och Lena Kristina Tuulses Wäxt-huset på Vaddö.

Tiiu Serenander, Tomas Frankell och Anita Båge med flera drev tillsammans Café Pan i Stockholm under 1983-1988.



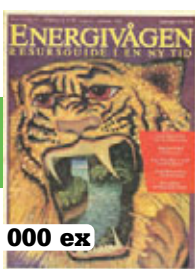
Bokhandeln Sök & Finn i Malmö är, tillsammans med Vattumannen och Näckrosen Bokhandel i Göteborg (f v: Jan Karlsberg, Gunnel Eckerstein och Per Frisk), bokhandlar som kontinuerligt erbjudit sina kunder Energivågen.



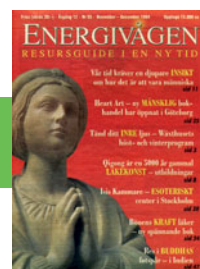
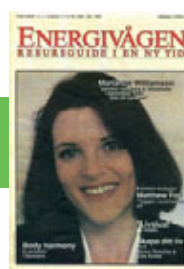
Jan Seilitz och Eva Seilitz var Vattumannen Bokhandels ägare under 1984-2001. 2002 fick bokhandeln två kvinnor som nya ägare: Ane Frostad och Eva Danneker.



Eva Lindström och Jan Vintilescu, ägare till East West Bookshop på Östermalm i Stockholm.



13 000 ex





Monica berättar om Energivågens nya nummer på Café Pan i Stockholm 1987.

son. Deras gemensamma vision var att starta ett stort new age-tempel i centrala Stockholm. Efter en lång tid av sökande fann teamet slutligen den nya lokalen på Götgatan 11 i Stockholm. Där blev Tomas ansvarig för all programverksamhet.

PRATIMA HITTADE EN ny kompanjon för att driva Energivågen vidare.

- Ja, och när du Monica kom in förvandlades tidningen till en mer professionell variant, säger Pratima. Vi gjorde också flera sidor och ökade upplagan till 3 000 exemplar.

Efter att ha samarbetat några nummer, flyttade Pratima från Stockholm, träffade sin dåvarande man och fick två barn. Men hon lämnade först över utgivningen av Energivågen till Monica. Första numret 1984 gjorde Monica istället med sin nyfunna kärlek *Per Frisk*.

Ett litet överskott om 5 000 kronor det året gjorde det möjligt för Energivågen att köpa rättigheterna till författaren *Shakti Gawains* första bok "Kreativ visualisering". Det blev starkskottet till Energica Förlag.

Under nästan tio år erbjöds Stockholm mängder av föredrag och kurser kring allt vad nyandligheten kunde uppbringa. Många av dåtidens stora namn besökte Café Pan. Bland dessa fanns författarna *Caroline Myss*, *Gerald Jampolsky*, *Yogi Bhaijan*, *Peter Russel*, *Eva Moberg*, *Per Ragnar*, *Bibbi Andersson*, *Tony Buzan* och *Doris Ankarberg* med flera. Många skulle senare ge ut sina böcker på Energica Förlag.

- Under den här tiden hade också det man kallade för new age vuxit sig starkare, säger Tomas.

Det skrevs mycket i media om new age. Och det medförde också att det uppstod en friktion mellan etablerade religiösa övertygelser och de idéer som man förde ut.

- Nätverksamhället, human potential movement, och tankarna på att "vi kommer förändra samhället från gräsrotsnivå" var det som drev oss. Men ibland blev vi omskrivna som en sekt. Då förstod jag att nu höll new age på att börja definieras av andra, och inte av oss själva.



Sveriges enda buddhistiska stupa, heligt tempel, invigdes i Fellingsbro 1988 av Dalai Lama. Chefredaktörens tvåårige son Ville Frisk på knä framför Dalai Lama undrade: "Är han från Dalarna, mamma?"



Energivågen har under några år också tryckts i tabloidformat, som kvällstidningar.



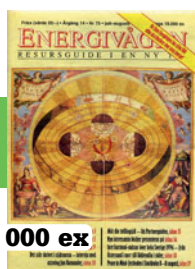
Per Frisk skriver in annonstexter på dator med ettåriga sonen Emil Alexander bredvid sig.



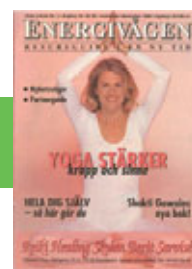
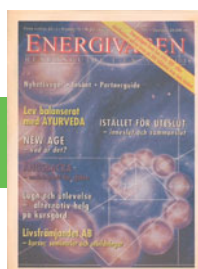
Energivågen delas ut av Per Frisk på Bokmässan i Göteborg 1988.



Kristina Wennergren 1988, författare och kursledare vid Bildtolkningscentret, på bokmässan i Göteborg. I dag mäsarrangör för HarmoniExpo.



20 000 ex





Monica och Per mottar Panpriset 1988, en glaskrystall, av Café Pans ägare Björn Hultin.



Anders B Johansson föreläste på 1980- och 1990-talet flitigt om andliga dimensioner och kontakter med andra planetsystem. Han verkar i dag som astrolog och esoterisk föreläsare.



Eva Eliasson klipper, klistrar och monterar Energivågens original för hand.



Annika Langlén's första bok "Ljus och färg som helande kraft" (1990) och Doris Ankarbergs bok "Samtal med Cleo" (1990) lanserades först i Energivågen. Lena Kristina Tuulsee, Wäxthuset signerar sin nya bok "Livslust" på bokmässan 1990.



Solbritt Jernberg, ekonomichef på företaget, packar Energivågen manuellt på lagret i Orsa.



Energivågen packas för distribution i firmabilen.

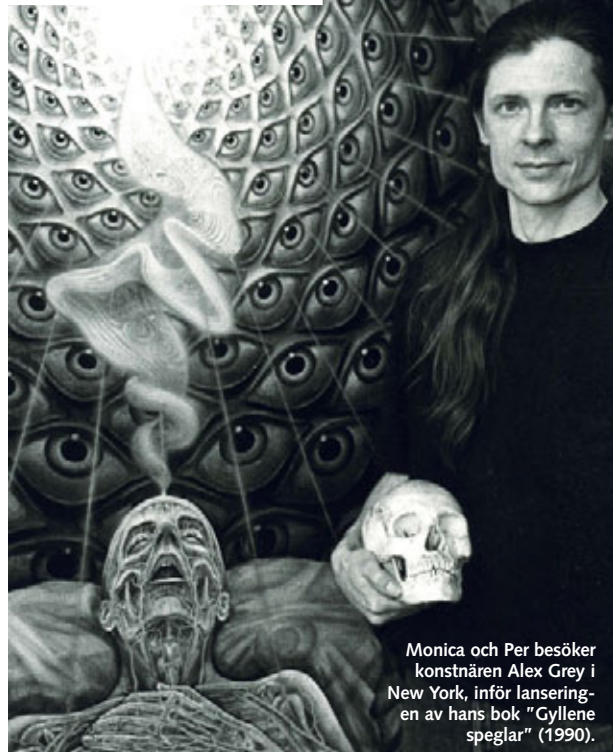


Monica och Per träffar bästsäljande författaren Louise L Hay i Kalifornien 1989, vars böcker lanserades stort i Energivågen.

Monica och Per träffade också författaren och upphovskvinnan till dansformen "5 Rythms" Gabrielle Roth. Många är det som utbildats av Roth och inspirerats av de 5 rytterna: Anne Grundell, Eva Lexell, Carina-Maria Caur och Jonas Klingberg med flera.



Här signerar Alex sin träsmålning vi köpte av honom.



Monica och Per besöker konstnären Alex Grey i New York, inför lanseringen av hans bok "Gyllene speglar" (1990).



23 000 ex



F v: Viveka Lammers, Lennart Hallström, Charlotte von Essen, Ursula W Sjölund, Doris Ankarberg m fl.



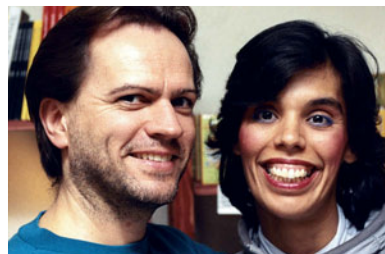
Curt Jonsson läser nya numret av Energivågen på 10-årsjubileet, 1992.



Eva Seilitz berättar om yoga. Eva är i dag nationell yogasamordnare inom Kriminalvården.



Monica i samtal med Tomas Tuulse, Wäxthuset, Väddö.



Premleena Wettergran, kursledare och egen företagare. Jivan Wells, jivanwells.se. Kenth Carlsson och Gina Carlsson, rawfoodmiddagar.se.



Energivågen har funnits med på Ängsbacka festivalen sedan starten 1997.



Inga-Lill Sahlin, ekonomichef, Marie Sjölander, korrektur och Åsa Östlund, layout.



Elisabeth Broomé, journalist, skrev både i Energivågen och var redaktör på förlaget. Elisabeth skrev också reportage i HALSA under 1990-talet, sedan tidningen tagits över av paret Frisk.



Monica intervjuas för SVT1:s program "Taxi" om Energivågens utveckling under 15 år.



Monica hyllar och kramar om Soenam Jamyangling vid Svensk tibetanska skol- och kulturföreningens fest på Berns i Stockholm 1998. Exiltibetanen Soenam startade STSKF 1988, som under årtionden samlat in pengar till olika skolprojekt, bland annat i Katsel, Tibet. I dag driver föreningen med hjälp av bidrag och donationer 108 skolor med 13 000 barn. Monica och Per Frisk bidrog genom tidningen HALSA att bygga upp en av skolorna i Tibet, och var faddrar för två tibetanska skolflickor under mer än tio år.



Energivågen firar 20 år, 2002, på discoklubben Yahoo på Söder i Stockholm. Fr v: Berit Mossbäck, Monica Katarina Frisk, Annika Borgenstrand och annonsförsäljare Mats Östholm.



NÄR ÅTTIOTALET GICK mot sitt slut var det återigen dags för förändring. Tomas lämnade Café Pan för nya äventyr.

Har den så kallade nyand-ligheten och det som erbjudits i Energivågen genom åren, numera Free, spelat någon roll i samhället, tror ni?

- Helt klart, säger Pratima. Den tiden lade grunden till allt jag har gjort i mitt liv sedan dess och hur jag lever. Mitt starka samhällsengagemang inom kommunal politik, nätverks- och utvecklingsarbete, volontärarbete för människor i kris, och ambitionen att alltid ha ett lösningsfokuserat förhållningssätt och en medvetenhet i det jag gör. Allt sprider sig som ringar på vattnet.

- Ja, absolut, säger Tomas. Det är en fantastisk impuls som går över världen. Tänk bara på hur den här impulsen spridit sig genom till exempel Oprah Winfrey.

Tomas anser att all förändring slutligen handlar om befrielse från rädsla.

- Det är samma krafter inom oss som ligger bakom när vi arbetar med personlig befrielse som stora skiften

likt den arabiska våren. Det är oerhört hoppingivande. Och det kan faktiskt ingen ta ifrån oss vilken betydelse det har haft. Det är den friskaste delen av new age eller nyand-ligheten, tycker jag.

Fastän Pratima inte i dag är personligt delaktig i det som erbjuds i Free, hittar hon alltid något som inspirerar.

- Jag blir så intresserad varje gång det kommer ett nytt nummer. Den har ett stort värde för mig. Ett sätt att hålla kontakt med den världen, faktiskt.

Där Pratima bor i Bergslagen är det numera etablerat med shiatzu, akupressur, ayurvedisk massage och yoga.

- Så det är en del av det dagliga livet.

När Tomas ser tillbaka på sina mest aktiva år ser han att han inte kunnat göra något annat eller bättre.

- Jag är så nöjd med vad jag bidragit med. Ett sådant rikt liv.

Och både Pratima och Tomas tror att Free verkligen har bidragit till att fylla ett tomrum som fanns och att tiden fyller sin funktion fortfarande. ☺

Text Monica Katarina Frisk

Bilder och foton Arkiv In House

Plus mer

Läs mer på: devanews.se, commongroundmag.com, alexgrey.com, angsbacka.se. Not.: Många av de som omnämns i artikeln och i bildtexter har vänsidor på facebook att söka kontakt med.

JUBILEUMSERBJUDANDE!

Vinn en spahelg i Dalarna!

Free lottar ut en spavistelse med boende i Orsa, Dalarna i samband med vårt 30-årsjubileum. Kom hela familjen eller med en nära vän och upplev ett fantasiskt spa och ett naturnära boende. Gå in på www.free.se och läs vidare om hur du kan vinna den fantastiska vistelsen. Se även annonsen på sidan 53.



Äntligen i Göteborg!



1 årig utbildning med Tomas Frankell

Start: 2 – 4 mars 2012

Livsyogas lärarutbildning (kundaliniyoga) lär dig yogapass, meditationer, mantras, andningsövningar och hur dessa påverkar fysiskt och psykologiskt.

Vi använder exakt samma pass som inom kundaliniyogan men lägger också stor vikt vid självkännedom och medvetenhet. Inga förkunskaper krävs.

11 moduler under ett år. Totalt 33 dagar



Tomas Frankell, känd från SVT introducerade kundaliniyoga i Sverige och leder sin egen yogaskola.

Utveckla din intuition med Tomas Frankell

3 tillfällen(12 dagar) under ett halvår

Start: Stockholm och Göteborg september 2012

Vår intuition är en obegränsad källa till kreativitet, vägledning och beslutsfattande.

Denna utbildning stärker vår intuitiva muskel. Genom spännande meditationer och kreativa övningar lär vi oss skilja mellan önsketänkande och verklig intuition. Intuitionens är själens språk som förenar oss alla.

Läs mer om kurser och utbildningar på
www.devanews.com

tel 08-32 66 20 mail: tomas@devanews.com