



Bli en kärlekens AMBASSADÖR

En guide till ett högre medvetande är tänkt som en kärleksfull inspiration för dig som känner att det är viktigt att vi börjar leva på ett sätt som bättre passar såväl våra kroppar, som vår fantastiska planet. Andliga vägledaren Lee Seger guidar dig till hur du kan ta ställning och välja det liv du vill leva.

TEXT: LEE SEGER FOTO: CHARLOTTET STRÖMWALL (PORTRÄTTET),
LOTTA ZETTERLING (BOKEN)

Under de senaste årtiondena har vi haft en andlig utveckling, något som tidningen Nära så fint hjälpt till att förankra, och att du är ett ankare för ljus har förhoppningsvis landat inom dig. Att du är viktig och att livet skulle bli skevt här utan dig och din energi.

Att det går att kommunicera med de som har gått över känns idag säkert också helt naturligt. Likaså det faktum att jorden är ett levande väsen som själv nu utvecklas och förändrar förutsättningarna för oss som lever på och av henne. Du vet säkert också



**LEE
SEGER**
guide till ett
högre med-
vetande

*”Andlig utveckling
är idag detsamma
som personlig utveckling,
eller snarare
mänsklig utveckling”*

att allt går att hela, om vi bara ger oss möjlighet. Andlig utveckling är idag detsamma som personlig utveckling, eller snarare mänsklig utveckling.

Bit för bit har den här nya expanderade kunskapen om vad det innebär att vara människa gjort att vi ser saker och ting klarare, att vårt medvetande har höjts. För att låta det bli ännu högre behöver vi bli medvetna om att det verkligen är nu vi skapar den framtid vi vill ha. Det är den potentialen vi bär inom oss.

Tro – dröm – välj

Där finns tre väsentliga aspekter i

detta med att redan idag arbeta för framtiden. Det ena är att vi behöver tillåta oss att tro, att ha hopp. När vi tror att det är möjligt att skapa en förändring, då har förändringen fått det startskott den behöver.

Den andra är att i vår fantasi drömma fram en så behaglig värld som möjligt. Det gör vi ju enklast genom att inse att det inte finns någon som helst anledning till att det som en gång har hänt, behöver hända igen. Alltså är det fritt fram att utgå från att allt som ska hända i framtiden kan bli bra. Det gäller släktmiddagen imorgon och relationen mellan länder om 200 år.

Det här är Lee

Ålder: 57 år.

Bor: Malmö.

Familj: En dotter, 21 år, en son, 31 år, fina vänner, min dotters katt Sigge.

Gör: Författare och konstnär med mångårig erfarenhet av helande och vägledning. Med över 2 000 sessioner och en 45-årig nyfikenhet på varför vi är här, och vilka möjligheter vi har, inspirerar och utbildar hon idag andra att hitta sina vägar.

Hemsida: leeseger.com

Instagram: lee_seger

Facebook: facebook.com/leesegerBA

Spotify: Lee Seger

Tredje aspekten av detta är mer handgriplig och den berör de val som vi ständigt fattar. Alltifrån hur vi ska förhålla oss till en känsla, till vad vi handlar i affären, och vad vi tänker om oss själva och andra.

Tro, hopp och kärlek brukar man ju prata om och på sätt och vis är detta samma sak. Våga tro på att det går att vara hoppfull inför en positiv framtid. Och när det gäller kärlek blir det bäst för framtiden när vi gör val utifrån hjärtat.

Det som följer här är en liten lat-hund, eller guide om du så vill, till hur vi kan hålla detta i vårt medvetande. Några punkter som du säkert själv kan både utveckla och utöka.

För saken är ju den att vi inom oss vet exakt vad det är vi ska göra, och hur. Det som ligger i vägen är erfarenheter från detta liv, och andra för den delen. Starka känslor som inte blivit bearbetade, rädslor, stressade kroppar och förstas egots röst som för säkerhets skull vill att allt ska vara som det brukar.

Alltihop är starka krafter, men som jag brukar säga: ”Hade det varit enkelt hade vi gjort det för länge sedan?” Då hade vi haft fred på jorden, levt i harmoni med våra kroppar, jorden själv och allt annat levande. Nu är vi inte riktigt där än, men jag är helt övertygad om att vi kan ta oss dit. Hur känner du? ■



Lees guide till ditt magiska jag

Jag hoppas att du efter att ha läst nedanstående punkter ser dem som något du kan införliva och göra till ditt. De är ingen trappa utan en cirkelrörelse som tar oss från en plats till en annan inom oss – oavsett var vi var från början. Att leva ett liv som gör framtiden glimrande är varför vi är här. Att vara kärlekens ambassadörer är hur vi gör det!

1. Förstå varför vi behöver förändras

Detta är ju förstås det viktigaste av allt, att verkligen, i djupet av sin själ, förstå att vi är här för att vända ett destruktivt förlopp. Att Gaia bett oss komma för att ändra mänsklighetens väg mot katastrof, som inte bara drabbar henne utan även oss själva. Tänk så sorgligt om vi förlorar möjligheten att komma tillbaka till denna underbara planet. Jag har svårt att tänka mig att det finns vack-

rare platser någonstans i kosmos.

Vi behöver också förstå var vi har gått vilse. För att förändra framtiden behöver vi förstå historien. Kunskap om patriarkatets påverkan, på både män och kvinnor, och den effekt den fått på miljö och vår relation till allt annat levande, är idag ett måste.

Tänk så här:

Med andra glasögon ser jag möjligheter istället för missmod.

2. Ta reda på vad som pågår inom dig, vem du är och vad du vill

Det mest fantastiska är att den förändring som ska till, till stor del kan ske hemma i soffan. Genom att möta vårt inre, hela det som varit och kärleksfullt bygga upp något nytt – så gör vi samtidigt detsamma med världen utanför.

När vi inte styrs av vår rädsla och vår oro är det inte längre det vi ser i världen, och det gör automatiskt att det blir lätt-

are att kunna tänka sig ett annat sätt att leva på. När vi tänker det, och känner hoppet och möjligheten i våra hjärtan, så sker det. Så fungerar attraktionslagen.

Att därför lägga tid på att förstå vilka vi är, varför vi känner som vi gör, är vad som skapar den största skillnaden. Det är vad som gör det möjligt. Det innebär också att vi till större del äger våra känslor och slutar att projicera dem på andra. Vi förstår att allt som sker är en spegling, en kärleksfull karta om oss själva, som leder oss till friheten att vara som vi verkligen är.

Med nyfikenhet blir inte bara det egna livet enklare att leva, utan även livet ur ett större perspektiv.

Tänk så här:

Mitt personliga helande gör att frekvensen på jorden förändras.

3. Ta ställning för ett annat sätt att leva

Det som händer när vi börjar bli bekanta med våra egna dramor – sådant som vi tenderar att upprepa om och om igen – är att vi även börjar se de dramor som utspelar sig utanför oss. Det kan vara vänners, eller kollegors dramor och det kan vara de stora kollektiva dramor som ofta stärks av medias belysning av dem.

Vad vi då kan göra är att säga nej tack! Vi behöver inte delta i skvallret om andra, eller gå upp i allt hemskt som hela tiden verkar hända runt omkring oss (vilket ju är ett effektivt sätt att hålla hoppet borta, eller hur?). Vi kan istället välja att behålla vårt eget perspektiv, så får andra göra som de vill.

Genom att våga ställa oss lite utanför det som är så lätt och enkelt – att bara glida med – gör vi enorm skillnad. Vi ändrar energin i rummet och vi visar att en annan väg är möjlig. Mjukt och fint. Utan att pådyvla något på någon annan, utan bara välja vad vi ser som en högre frekvens i sammanhanget.

Tänk så här:

Jag väljer hur min vardag ska upplevas.

4. Systerskap

Ett annat sätt att få till denna förändring är att förstå hur viktigt det är att hjälpa varandra. Konkurrens är en illusion som lurar oss att jämföra oss. Varenda en av oss behövs och det är inte möjligt för någon annan att ta vår plats. Så ju mer vi hjälper varandra desto bättre blir det, även för oss själva.

I ett sisterskap – som givetvis inbegriper både män och kvinnor – vet vi att den förändring som behöver göras sker genom att vi lyfter och återigen hedrar det feminina. Det innebär bland annat att vi lyfter andra kvinnor och ger dem det utrymme de behöver för att skapa en förändring.

Vi hedrar också den feminina energin som hjälper oss att gå djupare in i vårt inre, som öppnar dörrar för andra sätt att leva, genom att prata om den, genom att inte skämmas för att vara andlig, och att exempelvis använda vår intuition. Systerskapet inkluderar också relationen med Moder Jord, som ju är ett feminint väsen och genom att vi börjar ta ställning för henne på en daglig basis stärker vi arbetet med att hitta en ny balans.

Tänk så här:

Jag inser att kvinnorna går före i detta magiska arbete med att ändra förutsättningarna för mänskligheten på jorden.

5. Åt mer ekologiskt och plantbaserat

Fler och fler forskare säger med bestämdhet att vi behöver gå över till en plantbaserad kost för att stoppa den miljökris vi lever i, och den etik ett högre medvetande ger säger med samma bestämdhet att vårt sätt att behandla våra systrar och bröder djuren i djurproduktionen, är helt orimligt.

Att slopa kött och kyckling är att ta stora steg mot den värld vi så gärna vill uppleva, och att välja ekologiskt så långt det går är också att skicka en signal till producenterna om vad vi vill stoppa i våra kroppar, och hur vi vill att jorden ska behandlas. Det gör skillnad varje gång vi gör ett val i affären.

Erbjudande! **Andlig coach**

Som läsare av Nära får du 20% på nästa kursstart av Andlig coach (värde: 1 300 kronor). Det är en digital utbildning som du kan gå antingen för din egen skull, eller för att du vill hjälpa andra. Nästa kursstart är den 17 september med sista anmälningsdag den 29 augusti. Läs mer på andligcoach.se. Uppge rabattkod: **NÄRA09271** kassan så får du din rabatt.

Idag finns det enormt mycket mer alternativ för den som vill äta mer veganskt, och återigen är det kombinationen av nyfikenhet på vad som är möjligt, och insikten hur viktiga vi som individer är – som skapar möjligheterna.

Tänk så här!

Jag väljer med omsorg vad jag stoppar i mig.

6. Låt kärleken vara med

Vad skulle kärleken göra, är en ofta ställd fråga och den är ju fantastisk i sin enkelhet. Om vi i alla tankar, i alla val ställer oss den frågan – vad skulle kärleken göra här? – har vi mer eller mindre svaren på en härlig och glimrande verklighet att leva i.

Det innebär att vi säger till oss själva att vi är okej, den hjälper oss att förlåta och gå vidare eftersom kärleken alltid övertrumpar egots förkärlek till att hålla oss kvar i det som varit, och den får oss också att ställa upp för dem som inte har en röst. Kärleken får oss att välja vilken frekvens vi vill uppleva, och den hjälper oss därmed att stanna på ett högre medvetande. Att vara kärlekens ambassadörer är att revolutionera världen – en dag i taget.

Tänk så här:

Jag låter kärlekens frekvens styra mina val.