

Hotta Bergqvist

En resa till inre visdom



En resa till inre visdom

Lotta Bergqvist



Förlagshuset Siljans Måsar
www.siljansmasar.com

ISBN 978-91-89773-31-8

© Lotta Bergqvist, 2025
www.lottabergqvist.se

Materialet i denna bok är skyddat enligt upphovsrättslagen.
Det är inte tillåtet att återge, kopiera eller överföra detta dokument
i någon form, vare sig på elektronisk väg eller i utskrivet format.
Inspelning av publikationen är strängt förbjuden.

Collage omslag, framsida: Adobe Stock, AI
Foto omslag, baksida: Pia Viklund
Illustrationer inlaga: Lotta Bergqvist

Grafisk form: Kathleen Graphic Design
www.kathleen.se

Tryck: GPS Group, 2025





Inledning

*Om du vill hitta Universums hemligheter,
tänk i termer av energi, frekvens och vibration.*

Nikola Tesla

En kall, blåsig höstkväll deltog jag i en workshop. Det var en liten lokal, vi var många och stämningen var hjärtlig. I pausen tog sig en kvinna fram till mig med ett leende. Hon frågade mig om ett halssmycke som jag bar, en blå kristall, och berättade att hon såg hur kristallens energi jobbade runt mig. Med intensiv blick såg hon mig i ögonen och sa:

– Du är en lärare. Skrattandes svarade jag att någon lärare är jag inte, men jag känner en genuin glädje i hela mig när jag får dela med mig av mina kunskaper och erfarenheter.

Kvinnan jag mötte var medial och hon såg något i mig som jag inte var medveten om, något som låg dolt för mig. Vad var det hon såg?

Min nyfikenhet tog tag i mig och manade mig att gå vidare på min vandring i livet, och mitt sökande tog mig ut på nya slingrande vägar, ett verkligt äventyr.

Under min resa har jag mött fantastiska människor och fått uppleva saker som jag i min vildaste fantasi inte kunnat drömma om.

Det jag berättar här för dig, är mina personliga upplevelser och insikter jag fått på min färd.

Till dig som håller min bok i din hand, jag vill tacka dig för att du vill följa med mig en bit på vägen. Så ta ett djupt andetag och landa in i ditt hjärta.

Du har din alldeles egna resa att göra.

Lotta Bergqvist



Prolog

Det är söndag och sommarsolen värmer, den varma vinden leker med mitt hår. Sommarlovet har börjat, så skönt. Jag skuttar fram på grusvägen till farfars och farmors hus. Från köket doftar det gott, nybakat och kaffe. Det skramlas med koppar och fat och sedan kommer de magiska orden:

– Nu åker vi på söndagsutflykt. Får jag följa med? frågar jag och visst får jag det.

Jag sätter mig i den fina gråa bilen, som farfar köpte samma år som jag föddes. Bilen luktar gott, det luktar rent och lite bensin. Jag fullkomligt älskar söndagsutflykterna.

Ännu en underbar dag, bara vi, för att njuta en fikakorg i naturen. I bagageluckan ligger filter och vindskydd, det behövs för det är till havet vi åker. Vi badar och tvättar oss. Vi letar stenar och filar våra fötter. När vi är rena och fina, är vi klara för allt det goda vi har med oss i kaffekorgen. Farmor dukar fram koppar och fat. Vi sitter på filten och blickar ut över det blå. Vi säger inte så mycket, utan njuter av att vara tillsammans i solens sken. Vinden susar och vågorna skvalpar lugnt mot stranden.

Jag tittar beundrande på min farfar. Vi hör ihop, min farfar och jag, vi är ett.



Vem tror jag att jag är?

I mig har det alltid funnits en längtan efter att utforska och lära nytt. Många varma eftermiddagar har jag tillbringat i min trädgård i skuggan av ett träd med en bok och mina funderingar om både det stora och det lilla. Förnöjsamhet är ett bra ord för min känsla där. Livet var gott.

En dag kom frågan som en klar blixtn från någonstans – vem är jag?

Förutom det vanliga vill säga, namn, ålder, kön och yrke.

Vem är jag, vad är jag här för, vad vill jag, vad längtar jag efter?

Känner du igen dig, har du också funderat på det?

Frågorna började uppta mina tankar allt oftare och jag resonerade med mig själv om både det ena och det andra. För att i nästa stund läxa upp mig själv med tankar som – nej, det här är inte för dig – nej, inte kan väl jag – den drömmen är inte realistisk – vem tror du att du är!?

Vad mer kan jag begära

Visst hade jag det bra. Ett bra hem, en skön trädgård med vacker grönska. Bärbuskar och fruktträd med goda äpplen att äta och göra paj på. Jag hade hemlagad mat på bordet och ett arbete som jag trivdes med. En kärleksfull familj och goda vänner. Jag befann mig mitt i livet och hade verkligen inget att klaga på.

Men, det gnagde och skavde inom mig. Det fanns något som ville komma fram. Det fanns en tomhet, en längtan.

Jag kände mig ofta ledsen och ibland kom en oförklarlig ilska. Tårar rullade ner på min kind. Varför?

Visst, jag kände mig trött och sliten ibland. Det var mycket på jobbet, med långa arbetsdagar. Min rygg värkte, för att inte tala om mina knän som hade plågat mig under lång tid. I många år har jag kämpat och gått igenom flera operationer i mina knän. Det fanns ingen återvändo, inget brosk fanns kvar i knäna och nu väntade jag på en ny knäoperation. Under tiden försämrades mitt allmäntillstånd, förkylningar kom och avlöste varandra, och jag kände inte igen mig längre. Förnöjsamheten var som bortblåst.

Sammanbiten stängde jag till allt som kändes jobbigt. Det är så duktiga flickor gör. Det var väl inget att gnälla om? Min knäoperation kom äntligen och jag såg fram emot att bli fri från min smärta. Två oberoende ortopedläkare hade jag träffat, för jag ville få båda knäna opererade vid samma tillfälle. Till slut fick jag ett godkännande. Allt gick bra, jag hade den bästa supporten. En duktig läkare, min dotter som skickade helande energi till mig, och min far och farfar som var med mig hela tiden. Två nya knän

är ett brutalt ingrepp på kroppen. Smärtan greppade tag i mig så att jag nästan inte kunde andas, och det var inte lätt att hantera den under de första dagarna. Maximal smärtlindring och ispåsar runt knäna hjälpte mig bra. Det kändes tungt och konstigt när jag stod upp första gången. Smärtan högg i mig, men det kändes så skönt att få stå på benen igen. Nu väntade månader med rehabilitering framför mig, för att få upp rörligheten igen. Jag tränade tre gånger i veckan i en varmvattenbassäng. Det var den bästa träningen för mig, att promenera i vattnet.

Ingreppet i min kropp väckte upp många känslor i mig. Jag släppte fram en otrolig massa sorg under den tiden. Jag grät, men visste inte riktigt varför.

Det kändes skönt att få gråta ut, det kändes befriande.

Sommaren stod för dörren, jag längtade till min älskade cykel, att få ge mig ut på mina cykelturer. Min man skjutsade ner mig till kusten. Ner till havet till vår stuga. Där är marken slät och bra för gångträning. Jag fick lova honom att inte cykla på egen hand. Men jag kunde inte hålla mig, jag tog mig upp på cykeln och tog de första tramptagen. Försiktigt trampade jag med hälarna.

För varje dag fick jag upp rörligheten, till slut klarade jag av att cykla med trampen i hålfoten. Det var en seger som hette duga.

Det var en skön vår, solens värme och havsluften gjorde mig gott. På min cykel kände jag mig fri och lycklig. Min kropp återhämtade sig snabbt, jag återvände till mitt arbete efter semestern med ny energi.



Ayurveda – Läran om livet

Mina täta förkylningar fortsatte och det tog på mina krafter. När jag till slut uppsökte doktorn för att mina luftrör var extra besvärliga, fick jag beskedet att jag hade en förkylningsastma. Ingen förklaring till varför man får förkylningsastma och inga råd om vad jag kan göra för att bli fri från besvären. Bara en påse med kortisonpreparat och slemlösande mediciner. Då kände jag att måttet var rågat:

– Nej, nu får det vara nog!

Jag trodde inte för ett ögonblick på läkarens diagnos och bestämde mig för att leta efter en alternativ komplementärmedicinsk utövare.

Med bestämda steg gick jag fram och satte mig framför datorn för att söka upp vad som fanns i närområdet och fann något som hette Ayurveda – och min nyfikenhet väcktes.

Mötet med Lena, en Ayurvedisk hälsorådgivare, var spännande. Hon tog pulsen på mig och ställde flera frågor om mig och mina vanor.

Lena berättade för mig att mina besvär härrörde sig från mitt sätt att leva och det jag åt. Jag fick goda råd med mig hem och en lista på mat som jag med min kroppskonstitution skulle äta. Jag tog bland annat bort mjöl och mjölk och minskade på sockret. Måltiderna åt jag på regelbundna tider och det blev mer växtbaserad mat. Mina besvär blev bra mycket bättre efter det. Det var fantastiskt och viljan att lära mer växte sig starkare. Jag hann inte mer än tänka tanken, förrän jag fann en Ayurvedisk grundkurs som skulle starta inom kort. Hela kroppen sa till mig att det här var något för mig.

Under de första fyra dagarna med den Ayurvediska läran tän-
des ett ljus inom mig.

Glädjen och förundran spred sig i min kropp. Tillsammans med en grupp härliga kvinnor lärde jag mig att vi är energi-
varelser, en del av allt. Vi bekantade oss med de fem elemen-
ten. Vi har alla eter, luft, eld, jord och vattenenergi i oss. Men vi
har olika mängd inom oss och har därför olika behov. Läran är
fler tusen år gammal och är en lära om hela livet. Här pratade
vi inte om sjukdomar utan om obalanser. När vi lär känna oss
själva, kan vi känna igen obalanser och kan då i tid vidta åtgär-
der som balanserar oss. Ayurveda lär oss vilken livsföring som
är bäst utifrån den kropps-konstitution vi har och med hänsyn
till årstider och dygnets timmar. Rutiner, mat, stillhet och fysisk
aktivitet i balans är viktiga nycklar till hälsa. Mina återkomman-
de förkylningar försvann när jag gjorde en kostomläggning och
började rena min kropp från sådant som belastade mig.

Med tiden försvann mina luftrörsbesvär. På köpet blev min
rygg också bättre.

En del av att må bra, att ha hälsa, hänger också ihop med
ditt sinne, vilka glasögon du valt att ha på dig. Hur du ser
på dig själv, ditt liv och din omvärld.

Att leva livet i balans är att ha balans mellan arbete och
vila, mellan kreativitet, glädje, rörelse och stillhet. Det
skapar livsenergi.

Meditation

I den här perioden av mitt liv mötte jag Lise-Lott, som bjöd in till meditationskvällar i sitt hem. Vi var en grupp tjejer som träffades regelbundet och blev guidade i meditationer.

Till en början var det svårt att stilla mina tankar, men allt eftersom kunde jag släppa allt runtomkring mig och bara vara i mig själv. Träning ger färdighet heter det och det stämmer. En av gångerna kom en klar, vit stråle som strömmade ner in i min hjässa. Mitt hjärta blev varmt och jag kände ett lugn, en sådan frid. En fantastisk upplevelse, en ljuvlig känsla. Det var en stillhet som jag blev förälskad i. Min nyfikenhet väcktes, jag ville lära mig mer. Vad är det som händer när jag mediterar? Jag sökte information, läste böcker och tränade varje dag. Det var välgörande för mig.

En kväll när jag hade lagt mig började mitt hjärta glöda. En klar och tydlig känsla fanns inom mig, ett klart vetande att ”nu skall jag sluta mitt arbete”. Hjärtat glödde av en kärleksfull värme. Värmen strålade ut i min kropp och ut i mina händer. Vad i hela världen var det som hände? Jag var tvungen att fråga min man, jag la mina händer på honom och frågade. Han kände värmen.

Snabbt som ögat slog hjärnan på och mitt ego sa:

–Inte kan du sluta arbeta nu, hur skall du försörja dig, vad skall du göra om du inte arbetar? Men mitt hjärta gav sig inte, jag fick samma starka ordlösa budskap om och om igen. Meddelandet kunde inte vara tydligare, så jag bestämde mig för att nu är det dags för något annat. Vad, hade jag inte riktigt klart för mig än.

I mitt vänstra öra började jag höra ett högt, kristallklart klingande ljud. Det var så högt och jag fick svårt att sova. Ljudet var med mig dag som natt. Ibland så starkt att jag kände mig yr. För att få hjälp med att slappna av och somna lyssnade jag på meditationer med hörlurar. Det hjälpte mig på så många sätt. Då kunde jag koppla ifrån ljudet i örat samtidigt som jag blev guddad i sköna meditationer. Det gjorde mig gott. Men jag uppsökte en läkare och fick mina öron undersökta. Inga fel hittades. Idag vet jag att ljud, speciellt i vänster öra, betyder att högre dimensioner jobbade med mig. Har du också hört det? Det kan vara dina guider, ärkeänglar, uppstigna mästare och/eller andra ljusvarelser. Universum ställde in mina frekvenser, de rattade in mig som på en radioapparat.

Idag vet jag också att en insikt, en stund av klart vetande, är en röst från själen. Det är ett inre vetande som inte är kopplat till din tankeverksamhet, det är en glimt av vad du har varit med om, en glimt av din själ genom eoner av tid, ditt högre jag.

Frihet över min tid

Dagen då jag lämnade mitt arbete kom slutligen. Ett arbete som jag verkligen hade tyckt om, även om det varit tufft ibland. Nu var det slut och jag tackade för allt jag fått vara med om. Ett nytt kapitel i mitt liv började och jag var förväntansfull. Jag fick friheten att göra vad jag ville med min tid. Det kändes så skönt, som om en varm skön filt omslöt mig.

Lise-Lott fortsatte jag att träffa. Efter ett av våra möten skrev jag ned vad jag upplevt. Jag skrev det lätt, det kom ifrån hjärtat.

Ibland kommer lustan att skriva, att fatta pennan och låta ordet få flöda fritt. Frågor som jaget, vem jag är innerst inne, upptar stora delar av min tid.

Goda samtal vänner, sjuksysstrar emellan underlättar. Stunden vi fick idag tillsammans var en gyllene stund. Trots att vi inte hade talat med varandra på flera månader, föll allt på plats. Vi fortsatte där vi slutade senast.



När vi möttes flödade orden fritt och avslappnat mellan oss. Vi gav varandra vila. Jag kände värmen i mitt bröst när vi lade orden i varandras mun och delade energierna. Systerskap, två själar emellan. En fin stund på jorden.

Känner du så tillsammans med någon?

Min utbildning inom Ayurveda fortsatte och jag blev så småningom både hälsorådgivare och terapeut. Nu började en ny rolig period i mitt liv. Jag växte som människa och många pusselbitar föll på plats. Det blev ett helt nytt liv för mig. Som avslutningspresent fick vi elever ett Ayurvediskt horoskop. Vi fick alla en personlig stund med kvinnan som hade tolkat horoskopet. För mig berättade hon att vid tidpunkten för min födelse befann sig planeterna Rahu och Keto på en rak linje. Rahu är kopplad till den norra noden och symboliserar världsliga begär, framgång och erkännande som motiverar strävan efter prestationer. Ketu, som är kopplad till den södra noden, står för andlighet, avskildhet och befrielse. Den uppmanar individer till att söka sanningen, visdomen och inre frid.

Att balansera dessa krafter är nyckeln till att uppnå harmoni och andligt uppvaknande. Släpp taget om det du inte behöver, sträck dig mot något nytt och spännande. För mig innebar det att jag i mitt liv ska föra en gammal kunskap in i den nya världen.

När jag fick det berättat för mig stod alla hårstråna på min kropp rakt upp. Jag fick en rysning genom kroppen, jag visste att det var sant. Det är det här mitt hjärta sagt till mig. Hela jag visste att nu är jag på rätt väg. Det var dags att fullfölja mitt uppdrag här i livet!

Vår själ vet

Alla har ett kall, en klar insikt djupt därinne. Vår själ vet. Vi lever våra liv och rätt som det är får vi en glimt av något som vi känner igen. Det känns som att det här har jag gjort förr, eller det här skulle jag vilja göra. Vi får ledtrådar, budskap ifrån vår själ. Ledtrådar som du kan välja att följa eller inte. Valet är ditt. Jag valde att följa mitt hjärta, jag valde att lyssna.

Vi har ett ego, det värnar våra fysiska liv. Egot drivs av rädslor, egot är vår kritiker och vår domare. Egot färgar våra glasögon och påverkar hur vi ser på världen. När vi lever i egots värld, kontrolleras vi av våra rädslor. Men vi behöver vårt ego för att överleva på jorden, det skyddar oss när vi är i fara. Däremot får vi inte låta egot styra över våra liv. Gör vi det, då lever vi inte fullt ut. Då lever vi i skuggan av vårt sanna jag.

En vitamininjektion för kropp och själ

Första gången jag åkte till Indien, var tillsammans med min dotter. Vi åkte till ett Ayurvediskt center i Kerala. Två veckor med hälsosam mat och med dagliga Ayurvediska terapeutiska behandlingar. Där mötte vi upp en grupp kvinnor som var nya bekantskaper för oss. Vi var förväntansfulla, men mycket trötta. Flygresan hade varit lång och passkontrollerna otroligt krångliga. När vi till slut kom ut från flygplatsen slog en het och bullrig värld emot oss. Bussen som väntade på oss var inte stor, alla hade stora väskor med sig. När allt efter mycket möda var inpackat gav vi oss i väg i den trånga varma bussen. Det vi mötte var en högljudd trafikmiljö med bilar, mopeder fullpackade med varor, djur, kvinnor och barn i en salig blandning. Alla körde kors och tvärs och signalerade hela tiden. Vi var mycket lättade när vi väl kom fram och fick checka in på vårt rum. Vi bodde i en huslänga med tre dubbelrum, alla med separat dusch och toalett. På framsidan av längan löpte en altan skuggad av stora palmer. Vi som bodde i längan träffades där på eftermiddagarna för att samtala och dricka goda fruktdrinkar.

Vår vistelse började med ett besök hos den Ayurvediska läkaren för samtal och pulstagning. Vi fick våra ordinationer och en terapeut tilldelad oss. Tidigt varje morgon började vi med ett yogapass nere vid stranden. Det var svalt, tyst och så skönt. Mina knän klarar inte riktigt av att sitta i skraddarställning, men jag följde med i de mjuka rörelserna så gott jag kunde.

Frukosten, en buffé av tropiska frukter och grönsaker, stod uppdukad på takterrassen.

Det var vackert och det smakade underbart. Därefter bytte vi om till fotsida stora saronger. Det var dags för oljebehandlingar av olika slag och massage. Våra dagar var så sköna och vilsamma. Själv tillbringade jag många timmar i hängmattan i skuggan av en palm. På kvällarna samlades vi för att summera dagens upplevelser. Vi diskuterade olika teman och vår gruppleddare gav oss olika övningar som vi jobbade med och reflekterade över.

En natt hade jag en mycket tydlig dröm som jag försökte återge genom att måla det jag upplevde. Det jag såg var en stor och vacker tyllkjol mot en blå bakgrund, en balettdansös. Det kändes som att den drömmen ville visa mig något viktigt.

Under min vistelse där blev jag kontaktad av ett Ayurvediskt läkarpar. Vi kom överens om att träffas. De hämtade upp mig för en tur till staden Thrissur, där de ville visa mig sin verksamhet med Ayurvediska läkarstationer och tillverkning av örtmediciner. Det blev början på vårt samarbete. Två år senare återvände jag till Indien igen och till deras resort med en grupp kvinnor. Indien är ett mycket spännande land, så totalt olikt något annat land jag besökt.

Väl hemma i Sverige igen strövade jag omkring i ett köpcentrum. Jag var på jakt efter en present till en väninna. På väg ut passerade jag ett långt bord fyllt med böcker. I ögonvrån såg jag skymten av en bild jag kände igen. Jag tog upp boken och där stod jag med en bok av Paulo Coelho, Häxan från Portobello. Häpen och helt övertygad om att detta var meddelandet till mig. Jag köpte boken och skyndade mig hem för att läsa. Boken handlade om en kvinna och hennes strävan efter sanning, kärlek

och andlighet. Hon reste och sökte efter upplysning. Det kallar jag synkronicitet, det vill säga ingen slump utan ett meningsfullt sammanträffande.

Har du upplevt något liknande?

Upplysning

Min Ayurvedalärare åkte till Glastonbury i England med olika grupper.

Det drog verkligen i mig, så jag sa till min dotter:

– Nu åker vi med. Det kändes spännande att få bekanta mig med trakten som kallas Avalon och att bli guidad där.

Vi flög till London och därefter fortsatte vi med bil till Glastonbury. Min dotter Jennie och jag åkte tillsammans med Lena. När vi åkt en stund sa Lena:

– Jennie, jag måste bara säga dig att du har en stor vit ängel bakom dig.

– Ja, svarade hon, det är många som säger att jag har en ängel med mig. Själv blev jag tagen av stunden och rörd. Det var bara början på vår resa. Under den veckan besökte vi många underbara platser och vi fick tillsammans och enskilt uppleva helt otroliga saker.

Vid en meditation under ekarna i Avalon, fick jag en kraftig aktivitet i mitt tredje öga, området mitt i pannan. Jag såg en stav med ormen slingrande runt, Eskulapstaven, som är uppkallad efter läkekonstens gud, Asklepios. Jag såg mitt hjärta pulserande i ett rött hav. Mina händer blev varma och fulla av sockerdricka.

Känslan av eufori var hög och jag kände verkligen i mitt hjärta, att jag skall hjälpa människor att läka och växa.

Efter en lång promenad i omgivningarna kom vi tillbaka till stan och Maria Magdalenas kyrka. Där stillade jag mig och fick en tydlig aktivitet i min panna. Jag såg mig själv på en väg som ledde in i en tunnel. Jag kom ut i en kyrka där jag vandrade längs en gång med höga kolonner. På den ena kolonnen fanns en hylla av sten. Där står avlånga pergamentrullar. Jag gick fram i kyrkan och stannar framme vid koret under den klart lysande blå kupolen. En stråle med blått ljus strömmade ner i mig. En underbar upplevelse som jag bevarade i mitt hjärta.

Flera år senare när jag satt i min bil och väntade på att få köra ombord på en båt, fick jag ett mycket vackert budskap till mig, av Maria Magdalena. Maria från den lilla staden Magdala vid Galileiska sjön, var kvinnan som levde tillsammans med Jesua och som tillsammans med Jesua lärde människorna om kärlekens kraft. Precis som Jesua hade Maria tolv lärjungar.

Jag fattade pennan och skrev samtidigt som en tår sakta rann ner för kinden.

Var hälsad vackra själ, du är efterlängtd. Jag har väntat på dig. Det är med glädje vi återförenas i våra hjärtan. Du har känt av mig ett tag och du vet i ditt hjärta att vi hör ihop. Det är nu dags för dig att blomma ut. Ditt uppdrag är att visa kärlekens väg. Att hjälpa människor att återfå kontakten med själens låga. Jag finns med dig och du kan kalla på mig när du behöver hjälp.



Jag kände en sån tacksamhet och var helt tagen av stunden.

Åter tillbaka till Glastonbury, England. I en meditation inne i det gamla klostret The Abbey, mötte jag mig själv som munk. Det var helt fantastiskt och omvälvande. Jag var en man med en vandringsstav. Jag fick till mig att jag skulle vandra med ordet och kärlekens språk för att sprida hopp åt människorna. Sedan var jag plötsligt vid Sitges lilla kyrka som ligger på höjden, söder om Barcelona. Jag kände att den kyrkan hade betytt mycket för mig. När och varför, det visste jag inte. Plötsligt såg jag att jag befann mig i Stockholm på Stortorget och övervakade en klockinstallation. Helt uppfylld och förundrad kände jag en sådan tacksamhet över att få dessa bilder till mig. Vad betydde det här, vad ville det säga mig?

Dagen efter återvände jag själv till The Abbey, jag kände mig dragen till den delen som hade varit klostrets kök. Där mötte jag mig som munk igen, jag arbetade med att hänga upp örter på tork. Det var så omtumlande och samtidigt så fridfullt. Jag satte mig ned med ryggen mot den murade väggen och sjönk in i en djup stillhet. Då fick jag glimtar av en lång vandring genom flertalet länder i Europa. Min känsla hade varit sorg och ensamhet. Min vandring hade varit påtvingad. Jag förstod varför den lilla kyrkan i Sitges hade visat sig för mig dagen innan. Där hade jag fått vila och omvårdnad. Alldeles överväldigad och djupt rörd tackade jag Universum som hade visat mig detta.

En av de sista dagarna innan hemresan, tog vi bussen till Wells. En fin liten stad med en mycket stor katedral. Intill ligger Biskop-

ens hus med en parkliknande trädgård med flera små vattendrag och rosor i alla dess färger. Solen sken, det var skönt att vandra i trädgården och njuta av allt det vackra. Katedralen, en stor och ståtlig byggnad, stod där och väntade mig. Väl inne kände jag en stor beundran för alla duktiga byggare som hade byggt och utsmyckat kyrkan. Att vandra runt och titta på de vackra målningarna och den unika astronomiska klockan var storslaget. Efter ett tag kände jag mig dragen mot en bred stentrappa med skålade steg. Här har många fötter trampat under århundraden. Trappan leder mig till ett ljust, runt och vackert rum med väggfasta stenbänkar. Ovanför varje sittplats på stenbänk fanns små skyltar med ett namn på. Jag gick runt och läste namnen och så satte jag mig ned på en plats där jag kände mig hemma. Här visste jag att jag hade varit tidigare, det var så starkt. När var jag här och varför? Jag lämnade det runda rummet och funderade över den bekanta känslan.

Vem är du, innerst inne? Vad längtar ditt hjärta efter?

Livet är en resa – en resa där vi ibland går vilse, tvivlar och söker svar. *En resa till inre visdom* är en berättelse om att finna sin inre röst och våga följa den. Genom livets med- och motgångar visar författaren hur intuition, kärlek och självkänedom kan leda oss hem till oss själva.

Den här boken är en inbjudan till att lyssna på ditt hjärta, öppna dörren till din inre visdom och låta kärlekens energi vägleda dig. Den handlar om att finna sin väg i livet, både fysiskt och andligt, genom att lyssna till sin inre röst och våga följa sin passion, kreativitet och glädje. Den utforskar kärlekens gränslösa kraft – den högsta energin – och hur dess frekvens kan öppna dörrar till din inre visdom.



 **Förlagshuset
SILJANS MÅSAR**

ISBN 978-91-89773-31-8



9 789189 773318 >