

# Upplev den 5:e dimensionen

Mänskligheten står inför paradigmskiftenas paradigmskifte, från den tredimensionella världen till den femdimensionella – en harmonisk frekvens där ett icke-dömande förhållningssätt råder, där hjärtat leder vägen och vårt högre jag tar besluten. Övergången till en ny dimension är avgörande för mänsklighetens överlevnad. Det menar den amerikanska mystikern Maureen J. St. Germain, aktuell med boken "Den femte dimensionen" som ger oss de verktyg som krävs för att kunna nå denna högre frekvens – av Maureen kallad himmelriket på jorden.

Text Sofia Ekholm Bild Bruce Rolff, Aleshyn\_Andrei (shutterstock.com) Foto Pressfoto

**3**D, det vill säga den tredje dimensionen, vet de flesta vad det är, men vad är 5D och varför ska mänskligheten nödvändigtvis behöva byta dimension? Har vi det inte ganska bra redan som det är? Nja, vid en närmare granskning av oss själva och vår omvärld blir det ju faktiskt ganska snabbt tydligt att vi människor är i stort behov av förändring för att inte gå under.

Även planeten jorden, denna vackra himlakropp som vi kallar vårt hem och har fått det ärofyllda förtroendet att vårda och ta hand om, befinner sig i djup kris och behöver genast omsorg och omtanke för att ha en chans att överleva.

Men hur ska vi kunna nå det *Maureen J. St. Germain* kallar himmelriket på jorden om vi inte tar hand om vare sig vårt hem eller varandra? Om vi låter hat, våld och miljöförstöring råda istället för kärlek och respekt för oss själva och de runt omkring oss?

**ÄR DU EN AV DE** människor som funderar mycket på detta, som känner avsky, oro och sorg över hur vi behandlar varandra, vår planet – men även oss själva – så är det mycket möjligt att just du är en av de utvalda som befinner sig här på jorden för att vara mänsklighetens till hjälp vid övergången från den tredje till den femte dimensionen.

Känner du dig träffad, men samtidigt osäker eftersom du inte har en aning om hur du ska gå tillväga? Då är boken "Den femte dimensionen" den guide som kommer att hjälpa dig leda dig själv och dina medmänniskor in i framtiden och mot den frekvens

där vi lever tillsammans i glädje, kreativitet, harmoni och lycka.

"**HIMMELRIKET PÅ JORDEN**" och den ovanstående beskrivningen av den femte dimensionen kan ändå kännas lite svår att ta till sig om man inte är bekant med begreppet sedan tidigare. För att ytterligare förtydliga vad det innebär kan 5D beskrivas som det full-

**"5D kan beskrivas som det fulländade mänskliga tillståndet, där våra tankar, ord och handlingar är samstämmiga."**

ändade mänskliga tillståndet, där våra tankar, ord och handlingar är samstämmiga. Här är vi människor närvarande och kärleksfulla inför allt och alla vi möter.

I den femte dimensionen strömmar medkänslan ur våra hjärtan och här finns inga krav, det finns så att det räcker till alla och vetskapen om att alla våra behov kommer att uppfyllas med lätthet genomsyrar livet. De egna gränserna respekteras, både av oss själva och andra, och man behöver heller aldrig välja sida, stressa eller känna att man behöver tävla för att hinna före någon annan. Visst låter det fantastiskt?

**MAUREEN J. ST. GERMAIN** kallar sig mystiker men har inte alltid varit författare och andligt verksam, även om intresset för det ökanda alltid har funnits där.

- När andra barn läste serietidningar så läste jag esoteriska böcker, speciellt en bok som hette "Lives of the saints" berättar Maureen, som växte upp med katolska föräldrar och gick i katolsk skola som flicka.

Trots sitt intresse för det mystiska arbetade Maureen en tid inom näringslivet efter att hon hade gått ut högskolan. Hon fortsatte att utforska och utveckla sin andlighet vid sidan om det "vanliga" livet, och fick så småningom möjligheten att ge ut boken "Be a genie", som handlar om hur man kan använda helig geometri för manifestation. Sedan många år tillbaka ägnar sig Maureen enbart åt det hon en gång kallade sin hobby och hon har nu samlat på sig över 25 års erfarenhet inom andlighet och mysticism.

Maureen kallas sig inte gärna för lärare utan beskriver hellre sig själv som en människa som förmedlar kunskap och hjälper andra att minnas vilka de är innerst inne.

- Mitt uppdrag är att hjälpa dig bli ditt högsta bästa jag i varje given minut, säger hon.

**MAUREEN BERÄTTAR** att hon har en permanent guide vid sin sida och en direkt kontakt med källan och att hon nu, efter att ha hållit kurser och undervisat



KORT  
OM  
MAUREEN

**NAMN** Maureen J. St. Germain.

**SMEKNAMN** "Den praktiska mystikern".

**FAMILJ** Fyra vuxna söner och en partner.

**BOR** San Diego och New York.

**YRKE** Mystiker, förmedlare av andlig kunskap från den högsta källan. Grundare till Transformational Enterprises och Akashic Records International.

**AKTUELL MED** Boken "Den femte dimensionen – en praktisk guide till flerdimensionell förändring".

*o* Tips!

**Gör alla dagar till bra dagar genom att använda den här enkla bönen:**

*"Jag ber om en dag av himmelriket på jorden för mig själv och för alla jag kommer i kontakt med."*



## Samspelet mellan tankar, känslor och handlingar i den femte dimensionen

☺ Var närvarande i nuet – men känslig för vindens riktning.

☺ Lär dig om din omgivning, men låt den inte styra dig.

☺ Lär dig förstå dina känslor och lita på dem.

☺ Att tänka efter innan du agerar innebär nu att både tänka och känna efter innan du agerar.

☺ Att tänka efter innan du agerar handlar nu om att titta åt båda hållen och sedan även vända dig uppåt till ditt 5D-jag innan du går till handling!

☺ Var orädd (inte obetänksam). Du kan odla den förmågan genom att skriva ner alla dina rädslor och sedan be dem att berätta för dig vad de handlar om.

☺ I den femte dimensionen styrs du inte längre av rädsla.

om de olika dimensionerna i över 20 år, är redo att ge en heltäckande förklaring till och en översikt över det stora dimensionsskiftet.

- Allt material som jag delar med mig av i boken har kommit till mig genom mina guider.

Maureen kallas ibland för den praktiska mystikern, vilket enligt henne själv beror på att hon har en förmåga att kunna plocka ner det abstrakta och sätta in det i ett praktiskt sammanhang.

- Smeknamnet passar mycket bra. Jag vill vara väldigt praktisk, jordnära och hjälpa människor att förstå att det här är verkligt och påtagligt, säger hon.

**MAN FÅR EN** tydlig bild av Maureens praktiska sida när man läser "Den femte dimensionen", då boken precis som undertiteln lovar är en praktisk guide till flerdimensionell förändring. Processen från den tredje dimensionen till den femte sker i två steg, där det första handlar om att upptäcka ett nytt sätt att se på sig själv och verkligheten. I det andra steget lär man sig hur man ska vara proaktiv och välja ett nytt sätt att

**"Tillsammans med att alltid ha ett öppet hjärta är kontakten med det högre jaget en av huvudnycklarna till att vakna i 5D."**

vara utifrån de nya insikterna som guiderna och den högsta källan delar med sig av genom Maureen. Förutom alla verktyg man behöver för att kunna nå den femte dimensionen så får man även instruktioner på hur man stärker kontakten med sitt högre jag.

- Tillsammans med att alltid ha ett öppet hjärta är kontakten med det högre jaget en av huvudnycklarna till att vakna i 5D, säger Maureen.

**MEN VARFÖR ÄR** det viktigt för frekvensskiftet att skapa en kontakt med sitt högre jag, och hur utvecklar man den om den befintliga kontakten är svag?

Om du är en person som hellre lyssnar och litar på andra än dig själv är följande övning ett bra sätt att stärka kontakten med ditt högre jag och förvandla tro till visshet.

Övningen går ut på att du ställer frågor till ditt högre jag samtidigt som du håller de sju överenskommelserna under en lite längre tidsperiod, helst i minst sex veckor. Börja övningen med att göra en hjärtcentrerad meditation där du frågar vilka symboler eller signaler från ditt högre jag som visar dig ett "ja", ett "nej" eller att något är "neutralt".

**1** Bestäm en tidsperiod. Det här kallas för din övningsperiod. Den bör inte vara kortare än 45 dagar. Den kan vara längre. Sätt ett

slutdatum för dina övningar. Om det är den 1 april idag är ditt slutdatum den 15 maj.

**2** Ställ enbart ja- och nej-frågor. Använd inga öppna frågor.

**3** Ställ oviktiga, betydelselösa frågor, det vill säga sådana frågor där du inte bryr dig om vilket svar du får, till exempel: "Ska jag ta den här vägen till arbetet?" eller "Ska jag ha den röda skjortan på mig?" Om du frågar om vad du ska ha på dig, fortsätt att ställa nya frågor tills du får ett "ja". Ställ oviktiga frågor under dagens lopp, gärna så ofta som mellan trettio och femtio gånger.

**4** Följ alltid svaren du får. Gör inga undantag. Det här skapar klarhet under din övningsperiod. Om du sedan beslutar dig för att inte följa ditt högre jag är det helt i sin ordning - men du kommer förmodligen att ångra det.

**5** Ställ inga viktiga frågor. Om du absolut inte kan låta bli att ställa vissa frågor under övningsperioden, gör ett undantag. Men låt dem vara sällsynta.

**6** Ställ inte frågor om framtiden, som till exempel: "Kommer trafikljuset att slå om innan jag hinner fram?" eller "Kommer telefonen

att ringa inom de närmaste fem minuterna?” Den här sortens frågor bjuder in egot till att hålla uppsikt över dina framsteg. Om du håller reda på dina resultat bryr du dig fortfarande om hur de blir. (Se överenskommelse nr 3.)

**7** Använd inte någon form av spådomskonst under din övningsperiod. Använd inte kinésiologi, muskeltestning, fingertestning, spåkort eller pendel. Spådomskonst har sin plats och kan vara användbart, men inte under din övningsperiod. Om du är terapeut och använder de här metoderna med dina klienter, begränsa användningen av dem. När det gäller dig själv, fråga enbart ditt högre jag under övningsperioden.

- Ditt högre jag skiljer sig från ditt lägre jag, som ger dig känslobaserade intuitiva signaler men som är kopplat till ditt ego och dina begär. Ditt lägre jag är reaktivt, medan ditt högre jag är proaktivt. Ditt högre jag tar nya steg, medan ditt lägre jag försöker förhålla sig till det som händer, förklarar Maureen och berättar vidare:

- Ditt högre jag ser till att du är ärlig och uppriktig. Många gånger har jag velat göra en sak, men valt att först stämma av med mitt högre jag. På så sätt har jag fått information som har hjälpt

mig att välja en annan riktning, vilket har lett till en mer femdimensionell upplevelse.

**ÄR DU EN PERSON** som är bra på att tänka och resonera? Maureens råd till dig är att använda den förmågan och sedan låta hjärtat avgöra. Låt tankarna leda dig genom var och en av de känslor som uppkommer, men fortsätt sedan vidare, utan att stanna kvar i de negativa känslorna.

**ENLIGT MAUREEN** är övergången till den femte dimensionen helt avgörande för mänsklighetens framtid.

- Det här är ett framväxande område där naturvetenskap och forskning möter filosofi och andlighet. Vad som får oss att vakna är den starka kopplingen vi har till vår andliga natur och att forskningen, naturen och filosofin håller på att vävas samman till ett nytt sätt att vara.

Kanske blir du förvånad av att få veta att vi människor redan är femdimensionella och att vi förflyttar oss fram och tillbaka mellan olika dimensioner, men att det finns vissa saker som håller oss tillbaka, till exempel känslor av rädsla, självrättfärdighet och förnekande samt att vi människor har en tendens att klaga på saker och ting, befogat eller inte. För att lättare kunna

nå den femte dimensionen behöver vi bli mer uppmärksamma på när vi tänker och agerar dömande, och förstå att nyckeln till himmelriket på jorden ligger i vår förmåga att öppna våra sinnen, bli kreativa och låta medkänsla och kärlek vara våra främsta ledstjärnor.

**MAUREEN SÄGER** att den största aha-upplevelsen om 5D, men också det som är svårast att förstå, är idén om att vi kan vara femdimensionella och sedan växla tillbaka till 3D igen. Övergången till den femte dimensionen är dock inte någonting som sker en gång för alla, så att vara där en tid är ingen garanti för att man kommer att stanna kvar där för alltid. När man en gång har befunnit sig i 5D är det dock lättare att hitta dit igen. De flesta växlar mellan dimensionerna, men med hjälp av de verktyg som finns tillgängliga i boken har du möjlighet att hålla dig kvar i den högre frekvensen längre perioder i taget. Maureen själv säger sig befinna sig i den femte dimensionen ungefär 80 procent av tiden.

- Det är dags att expandera din uppfattning om verkligheten. När du bestämmer dig för att vara uppmärksam på den femte dimensionen så kommer du lägga märke till en massa saker som du tidigare avfär-

dade som konstigt men som i själva verket är det nya normala. Du måste acceptera tanken på att det pågår mer saker i den här världen än du någonsin har kunnat föreställa dig ur ett linjärt perspektiv. Betrakta boken som en samling nycklar som hjälper dig att göra anspråk på din födselörrätt, förstå din verklighet och lära dig hur du kan vara med och samskapa en ny version av himmelriket på jorden. Du behöver omvärdera allt du har trott om dig själv, ditt liv och syfte i livet. Möjligheten att bli ditt mest avancerade jag genom att förändra ditt sätt att se på saker är här, avslutar Maureen. ☺

## Plus mer

www.maureenstgermain.com  
Böcker skrivna av Maureen:  
"Den femte dimensionen – en praktisk guide till flerdimensionell förändring" (Livsenergi, 2019).  
"Opening the Akashic Records", Maureen J. St. Germain (Bear Company, 2019).  
"Be a Genie", (Phoenix Rising Publishing, 2013).  
"Beyond the Flower of Life", (Phoenix Rising Publishing, 2009).





Det är din förmåga att föreställa dig något annat som förändrar ditt liv  
Jag tror på din förmåga!



**KONSULTATIONER • KURSER • RETREATS • CIRKLAR**  
Meditation • Healing • Atlantis • Överflöd • Tidigare liv • Feminin kraft • Orakel

**TrueSelf AB Maria Nylow**  
info@trueself.se · www.marianylow.se

 TrueSelf  
 Maria Nylow

 **TRUESelf**  
MARIA NYLOW