



Lycka är nyckeln till framgång

Alla kan nå ett friskare liv, leva lyckligare och krydda livet med rikedomar. Margareta Stenmark Magnusson, som i mer än trettio år har inspirerat andra att hitta sin kraft, förklarar i sin nya bok "Attraktionslagen på fem fingrar" vägen till framgång – hur man genom kunskap om attraktionslagen kallar till sig ett rikare och lyckligare liv. Det handlar inte om den stora vändningen utan om att varje dag, varje minut systematiskt fylla på kraftkontot.

Text Eva Magnusson **Foto** Julia Larsson **Bild** Mia Stendal (shutterstock.com)



Attraktionslagen är den lag som beskriver vår energi, både den vi avger och tar emot, och utgår från kvantfysikens teorier om att allt består av energier, säger *Margareta Stenmark Magnusson*, som i mer än 30 år inspirerat andra att hitta hem i sig själva, till sin egen kraft - sin optimala attraktionskraft.

- Det kan låta komplicerat, men i själva verket lever vi varje dag och varje minut med attraktionslagen, de flesta utan att ens veta om det.

- Varje dag attraherar vi till oss människor, händelser och en mängd annat i samma typ av energi som vi sänder till omvärlden och universum. Detta påverkar våra liv. Om vi är tillfreds sänder vi ut det och får liknande energi tillbaka, alltså tillfredsställelse.

- Det vi upplever som motgångar och hinder för vår framgång och positiva utveckling, är hinder vi själva lägger upp helt omedvetet, skapade utifrån gamla tankesätt och invanda mönster. Ett liv präglad av andras förväntningar, där vi försöker skapa och leverera enligt förväntningarna. Livet och tankarna går i samma hjulspår, dag efter dag, med utgångspunkt vad vi anser vara det normala. Det kan vara om oss själva, relationer, våra drömmar, arbetslivet eller hälsan. Och där stannar vi och känner oss otillfredsställda eller till och med missnöjda med livet. De gamla mönstren blir en rustning som döljer och håller tillbaka den egna kraften.

- Det vi upplever som motgångar och hinder för vår framgång och positiva utveckling, är hinder vi själva lägger upp helt omedvetet, skapade utifrån gamla tankesätt och invanda mönster. Ett liv präglad av andras förväntningar, där vi försöker skapa och leverera enligt förväntningarna. Livet och tankarna går i samma hjulspår, dag efter dag, med utgångspunkt vad vi anser vara det normala. Det kan vara om oss själva, relationer, våra drömmar, arbetslivet eller hälsan. Och där stannar vi och känner oss otillfredsställda eller till och med missnöjda med livet. De gamla mönstren blir en rustning som döljer och håller tillbaka den egna kraften.

MARGARETA FÖRKLARAR ATT framgång inte är nyckeln till lycka oavsett hur hårt vi strävar och sliter. Det är lyckan som ger oss framgång.

- Ofta definierar vi ett framgångsrikt liv med vad vi arbetar med, hur mycket vi har materialistiskt och fina titlar på ett CV. Det vi tror ska leda till lycka och framgång. Att prestationen är det avgörande. Det är att leva lite motsatt mot attraktionslagen.

- Den energi vi utstrålar skapas utifrån hur vi lever våra liv, som vad vi tänker, vad vi gör, vad vi äter, hur vi sover, vilka vi umgås med, vad vi upplever. Ju snällare vi är mot oss själva och följer våra hjärtan, desto högre energinivå. Allt vi medvetet eller omedvetet tillåter komma in i våra liv påverkar energin vi utstrålar och skapar avtryck i universum. Varje levande varelse utstrålar mätbar energi och den energi vi har, är också den vi sänder ut, vår energisignatur och vårt varumärke till universums marknad, som levererar därefter.

- Många tror att attraktionslagen är ett andligt påhitt eller något som man tar till när man vill ha mer pengar eller träffa drömpartnern. Men attraktionslagen är en naturlag som beskriver systemet för universums energier utifrån orsak och verkan. En naturlag är, precis som gravitationslagen,

något som omfattar alla.

- Och visst är det intressant, trots att attraktionslagen varit vetenskapligt bevisad och matematiskt framräknad i mer än hundra år, så tror många fortfarande att det är nåt flum.

MARGARETA SÄGER OCKSÅ att attraktionslagen handlar om från nu och framåt. Det spelar ingen roll var vi befinner oss idag eller gjort tidigare, vi kan alla börja idag att ta till oss vad universum har att erbjuda.

- För att bli lycklig och leva det liv vi innerst inne vill handlar det om att sluta fokusera på det jag INTE vill och börja lägga tankar mot det jag VILL. Energi följer alltid tankarnas spår. Varje positiv del som du attraherar in i små steg kommer medföra att grundnivån för dig själv kommer att höjas.

MARGARETA ÄR SJÄLV ett levande bevis på att attraktionslagen kan förändra livet. Från att ha varit sjuk, fattig och olycklig lever hon idag ett helt annat liv, baserat på de energier som hon sänt ut och attraherat till sig.

- Idag är jag frisk, rik och lycklig och lever mitt drömliv. Det är jag som har kommandot över mitt liv, men så har det inte alltid varit. Tidigare upplevde jag att det var omständigheterna som styrde och energier som drog mig nedåt. Det var inte förrän jag var längst ner i botten, långtids-sjukskriven och senare utförsäkrad, som jag på djupare plan satte mig in i kvantfysiken runt attraktionslagen. Och vilket resultat det blev! Magi skulle jag nästa säga!

”Attraktionslagen är en naturlag som beskriver systemet för universums energier utifrån orsak och verkan.”

- Det första jag gjorde var att inse att även om vi har i snitt sextiotusen tankar på en dag så sprätter de inte som popcorn åt olika håll, utan betar sig i hjärnan som pärlor på en tråd: en tanke efter en annan. Att en negativ tanke dyker upp kan jag inte göra något åt, men tanke två, tre och framåt, kan jag välja och har därmed ansvar för. Om det skall vara stärkande och expanderande tankar eller motsatsen.

- När jag kom i kontakt med kvantfysiken och attraktionslagen förstod jag hur fel jag levde och tänkte. Det var då jag började skapa innehållet i mitt liv utifrån mina förutsättningar och vad ▶



MARGARETA STENMARK MAGNUSSON

FAMILJ Man, två vuxna döttrar, fem barnbarn, hundar, hästar och höns.

BOR På drömgård utanför Östersund och i Spanien vintertid.

YRKE Mitt arbete med livsfilosofin Kraftskolan är mitt livskall och jag delar med mig av kunskaper som livsinspiratör, föreläsare, författare och coach. Utbildar Kraftcoacher.

MOTTO "Allt är alltid precis som det skall vara."

DOLD TALANG Energikänslig.

AKTUELL MED Boken "Attraktionslagen på fem fingrar".

jag ville, inte vad andra förväntade sig. Jag började helt enkelt påverka och ändra min energi utifrån att det vi utstrålar är det vi får respons på. Lika attraherar lika.

JAG GJORDE I BÖRJAN som många andra - testade med att önska mig p-plats där jag ville ha den. Och fick det! Så började jag önska annat, som till exempel att spontant träffa en speciell artist, att jag skulle få köpa tillbaka min älskade häst, att jag skulle få oväntade pengar, en speciell boktecknare ... Jag kunde konstatera att nästan allt som jag önskat och som jag slutade tänka på hur det skulle komma till mig - det bara hände!

MARGARETA FÖRKLARAR ATT ändra sitt energiflöde innebär att tänka och agera annorlunda än tidigare. En förändring börjar vanligtvis med små steg i en ny riktning och det nya skapar frågeställningar och situationer vi måste ta ställning till, som ibland till och med kan uppfattas som obekvämt och ovant.

- Rätt snart blir förändringen det normala och den nya energin skapar nya förutsättningar. Det blir både en inre och yttre utveckling.

- Att leva med kunskap om attraktionslagen är som att leva med livets handbok i sin hand. Att lära sig hur attraktionslagen fungerar är som att börja leka med Rubiks kub, nästan omöjlig att

förstå i början. När man lärt sig tekniken går det allt fortare att skapa resultatet man vill ha.

ATT TA TAG I SITT liv innebär också arbete, eller som Margareta uttrycker det:

- Det är lätt att säga att man ska, men sen händer det ingenting. En av anledningarna är att vi måste arbeta med kroppens lataste organ, hjärnan, som föredrar att tänka samma tankar om och om igen. Oavsett om det är det optimala för oss. Hjärnan och tankarna är de största motståndarna till förändring.

- Undermedvetet kan nya vanor och tankesätt stöta på motstånd när hjärnan tycker att det är besvärligt och hellre vill fortsätta i de gamla mönstren. Då det är lätt att tänka "det kommer aldrig att gå" och man blir fast i det gamla.

- Genom att arbeta med sitt sätt att tänka puffar man sig själv mot en annan känsla och förändringen kommer steg för steg. En positiv tanke leder till en positiv känsla som leder till en positiv handling, som i sin tur skapar en positiv spiral som leder till något större. Det som lyfter oss mot engagemang, tacksamhet, frihet, lycka och framgång.

Förändringar sker långsamt och det finns ingen quick fix eller genvägar att ta till. Allt måste få ta sin tid. Men bara en förändring i veckan leder till femtiotvå på ett år.

MARGARETA PÅPEKAR också att varje förändring, hur liten den än är, leder till att vi växer som människa.

- Det är en märkbar skillnad. Jag brukar jämföra det med att vi blir som en fjärl som passerar olika stadier för att bli en gladare, tryggare, stabilare och positivare person med större lyster. Vår omgivning kommer att uppleva hur vi förvandlas till en annan person.

- Jag lever med attraktionslagen dygnet runt och för att kunna ha med mig attraktionslagen i ett lättformat använder jag en mall, mina fem fingrar. De symboliserar fem punkter med bokstäverna K R A F T. Jag kallar mallen "AttraktionsKraft - från skapelse till leverans", som min bok "Attraktionslagen på fem fingrar" bygger på. 🌱

Plus mer

www.kraftskolan.com

Böcker av Margareta utgivna på Kraftskolan:

"Attraktionslagen på fem fingrar" (2021).

"Bli din egen Kraftcoach" (2018).

"Kraft på 21 dagar" e-bok (2018).

"Kraften i Kärlek och Rädsla" e-bok, ljudbok (2017).

"Kraftfylld meditationer" ljudbok (2016).

Margareta ger ett smakprov på vad K R A F T står för

K står för **Känn in**. Varje dag kommer vi i kontakt med sådant vi tycker om eller inte tycker om, som påverkar vår känsla. Här bör vi stanna upp, registrera och bli medveten om: tycker jag om det eller inte?

Lägger vi fokus på det som tilltalar oss, uppskattar och är tacksam för skickas signaler till universum och vi får mera av det som ligger i den vibrationen. Universum levererar alltid utifrån den vibrationen vi har mest av. Vibrationen skapas främst av känslan och därför är känslan viktigaste styrinstrumentet, att man verkligen känner efter vad som är attraherande och lägger fokus på det.

- Sänder vi ut offerkänsla, ilska, nedstämdhet och besvikelse är det sådant som ligger i vibrationen vi kommer att få mera av. Därför är det så viktigt att koncentrera sig på det som känns positivt.

R står för **Riktningen** vi skickar med våra tankar och vibrationer, den riktningen vi medvetet ställer in livet på. Genom att göra klart för oss vad vi vill och varför, kommer universum enklare att kunna leverera det till oss.

- Här är det viktigt att komma ihåg att inte kämpa mot målet, utan låta målet förflyttas närmare oss. Är vi i hög vibration kommer det lättare till oss.

A står för **Ansa** och precis som i en blomsterrabatt måste ogräs rensas bort, alltså sådant vi inte mår bra av. Sådant som blockerar vår energi och ger lägre vibration och skapar motstånd. Här är det viktigt att vara ärlig mot sig själv och inte anpassa oss efter vad andra tänker och tycker.

- Det kan innebära att ifrågasätta vardagen och relationer. Vilka trivs vi att umgås med? Vill vi bo så här? Är detta rätt arbete för mig? Attraktionslagen är en resa i självkännedom och din resa gäller bara för dig.

F står för **Fylla på**. För att vi ska kunna leva i hög vibration och ta hand om våra tankar med hög energi bör vi befinna oss kroppsligt på samma nivå.

- Det är viktigt att komma ihåg att systematiskt fylla sig själv med det som ger positiv kraft, som goda tankar, bra kost, inspirerande miljö, långa promenader, helande och vacker musik. Det som ger oss kraft skapar hög vibration i kroppen.

T står för **Ta emot**. När vi formulerat vår personliga önskning uppfattas det av universum, som förbereder en leverans. För att vara mottaglig måste vi öppna upp, vilket vi gör genom att vara generösa.

- Man måste göra sig mottaglig och det gör man inte genom att sitta med armarna i kors och vänta. Det gör vi genom att dela med oss av det positiva som att ge komplimanger, ett leende, nyskördade äpplen, lyssna på en vän eller ställa upp när någon behöver hjälp.

När vi lägger beställningen och önskan till universum är det viktigt att vi låter det komma till oss och inte bestämmer hur det ska levereras. Vi vet inte hur saker och ting kommer att manifesteras sig. Det kan visa sig på det mest oväntade sättet. Börjar vi planera stänger vi ned oss igen och börjar tänka i de gamla mönstren.

- Sist men inte minst är det viktigt att känna tacksamhet för det som kommer till oss och inte ta det förgivet. Det förstärker lyxet av att leva det liv du vill.