



# Lev intuitivt och hitta ditt livs högre syfte

Helena-Magdalena Ivekrans-Nätt, författare, föreläsare, medium och astrolog, är född medial. Hon har alltid varit en sökare med en stark känsla av att det finns något större, något bortom det vår intellektuella förmåga kan uppfatta. Helena-Magdalena är aktuell med boken "Lev intuitivt – hitta ditt livs högre syfte" och vill inspirera dig att lära känna dig själv på ett djupare plan, följa din själs röst och hitta ditt livs högre syfte med hjälp av din intuition.

Text Katarina Johansson Foto Carin Sigeskog Bild Shutterstock



Helena-Magdalena Ivekrans-Nätts kall är att hjälpa människor att hitta sig själva, sin inre vägledande röst och sitt högre syfte. Det gör hon genom att arbeta som författare, föreläsare, astrolog och medium och hålla kurser i andlig och personlig utveckling i Sverige, Grekland, Portugal, Israel och Finland. Hon driver även kursgården The Lighthouse Onsala tillsammans med sin man Jörgen samt podden "Inre & Yttre resor" tillsammans med Benny Rosenqvist.

Jag träffar Helena-Magdalena för att tala om hennes senaste bok "Lev intuitivt - hitta

ditt livs högre syfte" som är en uppföljare till boken "Lev i ljuset - lär dig kanalisera" om hur du kan utveckla dina mediala förmågor som har givits ut tidigare i år.

**ÄR DET NÅGON** speciell målgrupp som du har i åtanke med boken "Lev intuitivt - hitta ditt livs högre syfte?"

- Jag möter många människor som känner sig vilna idag och det är framför allt till dessa människor som boken vänder sig, säger Helena-Magdalena. Uppstigningen och det stora uppvaknandet som vi befinner oss i är en mycket speciell tid. Det är kanske en av de största transformationerna som mänsklig-

heten har gått igenom då allt fler människor vaknar upp och börjar fundera över livet och djupare existentiella frågor. Det är också en tid som innebär plötsliga förändringar som man också kan finna stöd för inom astrologin. Den tilltagande rädslan, oron och vilsheten började när samhället stängdes ned på grund av covid, följt av krig, hög inflation och så vidare. Det är många av mina kunder som har tappat fotfästet och som behöver en inre förankring och guidning för att bli mindre påverkade av det som sker i världen just nu. Med boken vill jag förmedla att allt är i sin ordning och att var och en kan hitta lugnet i sig själv och få inre vägledning.

**BOKEN INNEHÅLLER** olika verktyg som varvas med citat och avsnitt från Helena-Magdalenas egen livsberättelse för att inspirera läsaren. Den inleds med några kortare kapitel följt av lite längre kapitel om framför allt astrologi och astronomerologi. Tycker du att dessa områden är särskilt viktiga för att förstå sig själv och sitt livs högre syfte?

- Efter att jag som 17-18-åring varit i Israel som au pair började jag söka på djupet, berättar Helena-Magdalenan. Jag studerade bland annat religion och livsfilosofi men min väg var astrologi. Jag är övertygad om att jag varit astrolog i tidigare liv för det kändes så bekant redan från början. Det var som att mina minnen återuppväcktes och jag fick den där "goa känslan" av att detta är min sanning.

- Astrologi, grekisk mytologi och gudar och gudinnor inom astrologin, är helt enkelt det största för mig och en uråldrig visdom som kan vara till stor hjälp för att förstå sig själv och få vägledning. Jag tror att människor förr i tiden kände in dessa energier och tillskrev energin till olika gudar och gudinnor för även om de kan ha olika namn och egenskaper i olika kulturer så finns det stora likheter.

**HELENA-MAGDALENA MENAR** att innan vi föds in i det här livet går vi med våra andliga vägledare igenom livets tema och vad vi ska lära oss i det livet. Utifrån det väljer vi våra föräldrar, plats, omständigheter och precis när vi ska födas så att planeternas positioner och energier kan hjälpa oss på den resan.

- Jag föddes in i en medial familj på mammas sida och var medial redan som barn. Jag såg andevärlden och talade med stjärnorna och bara visste saker. Jag har alltid ställt frågor som vem är jag och var kommer jag ifrån och tror på Gud och Jesus, men på mitt eget sätt.

- Som medial tonar jag in på personens själskod, fortsätter Helena-Magdalenan. Det är min specifika metod. Jag frågar när personen är född, exempelvis 17 mars, och det leder mig rakt in på själskoden. Det är en form av psychic reading som gör att jag får till mig hela personens själsenergi och en mängd information att arbeta vidare från.

**BERÄTTA MER OM** hur du ser på själen och vad som är en människans högre medvetande.

- Våra själar är ren energi enligt mitt sätt att se på det. Jag tror på reinkarnation och att vi lever med vår själ som en gång skapades liv efter liv. Det som jag lärt mig i mina tidigare liv följer med som blueprint och finns att tillgå som en resurs. När vi föds på jorden stannar en del av vår själs energi kvar i universum. Det är den delen av vår själ som är fri från den fysiska kroppen som jag betraktar som vårt högre medvetande och som vi kan tona in oss på.

- Det gör vi genom det första utomkroppsliga chakrat som är placerat cirka 30 cm ovanför

huvudet, förklarar Helena-Magdalenan. På så sätt kan vi inte bara komma i kontakt med vår själs visdom utan även kommunicera med universum, andevärlden, guider och änglar. Genom denna själs förlängning kan vi också fjärrskåda, göra astralresor och kommunicera telepatiskt. När vi tonar in på själen kan vi minnas det som vi varit med om i tidigare liv. Vi kan exempelvis också dras till olika platser där vi levat tidigare, som Grekland för mig, och på olika platser kan man få till sig viktig information och bilder som hjälper en vidare i det här livet.

- Vi lever vidare i stora själsfamiljer på flera hundra människor som vi delar liv med, liv efter liv, fortsätter Helena-Magdalenan. Några själar kan vara i himlen och andra på jorden, kanske i din biologiska familj eller som vänner eller mer på distans. De vänner som vi är riktigt nära och som vi har med oss genom livet och som vi ringer när det är något viktigt är vår "riktiga familj", vår närmaste själsfamilj.

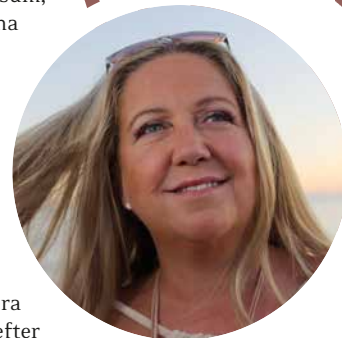
**DU MENAR ATT** det är genom intuitionen som man hör universum, sina andliga vägledare och själs inre guidande röst. Hur skulle du förklara intuition?

- Intuitionen är själsens röst, betonar Helena-Magdalenan. En del menar att magkänslan är samma sak som intuition men det anser inte jag. Magkänsla är en instinkt som är förankrad i biologin, det uråldriga limbiska systemet och hjärnans rädsloca amygdala för fysisk överlevnad. Intuition kan upplevas som magkänsla men intuition är så mycket mer och handlar om vår förmåga att känna in genom våra sinnen och höra själsens röst som besitter kunskap från våra tidigare erfarenheter och liv.

**HUR KAN MAN** träna sig på att höra intuitionen, den inre rösten eller själsens röst, och inte minst skilja det från alla andra tankar och känslor som kan röra sig i sinnet?

- Framför allt handlar det om att stanna upp och lyssna. Ta några djupa andetag och tona in dig på din intuition och ställ dina frågor. Att stilla sig är en förutsättning för att kunna höra denna subtila och slumrande röst, framhåller Helena-Magdalenan.

- Att meditera eller utöva mindfulness är grunden. Vi är inte särskilt öppna för guidning när sinnet är fullt av en massa annat och stress. Stannar du upp och tar några djupa långsamma andetag kanske du hör att du exempelvis ska ta en annan väg till jobbet idag. En annan väg som gör att du upptäcker något nytt eller undviker en olycka. Intuitionen kan både leda dig till saker som gynnar dig och från saker som missgynnar dig. Alla har intuition, men vi är olika bra på att lyssna på den. Ibland förstår man inte varför man ska göra så eller så, men följ din intuition ändå. Det är inte sällan först senare som du förstår varför. ▶



## Kort om

### HELENA-MAGDALENA

**NAMN** Helena-Magdalenan  
Ivekrans-Nätt.

**ÅLDER** 54 år.

**STJÄRNTECKEN** Vågen.

**FAMILJ** Min man Jörgen, tre egna döttrar och två bonusbarn samt fyra barnbarn.

**BOR** Göteborg.

**GÖR** Författare, föreläsare, astrolog, medium, poddare.

**MOTTO** Livet är en spännande resa.

**AKTUELL MED** Böckerna "Lev intuitivt – hitta ditt livs högre syfte" och "Lev i ljuset – lär dig kanalisera".

# ”

**Intuition talar genom känslan och är din själs inre röst. Hjärnan är inte känsla utan känsla är kropp och själ.**



**INTUITION KAN ALLTSÅ** sammanfattas som en form av känsla?

- Ja, absolut. Intuition talar genom känslan och är din själs inre röst. Hjärnan är inte känsla utan känsla är kropp och själ. Jag hör så ofta människor berätta att de känt att exempelvis ett jobb inte skulle fungera, men de lyssnade inte då utan konstaterar i efterhand att de egentligen visste det. Det är det som är intuition, även om den logiska och rationella delen av oss vill övertala oss att det inte kan stämma eller "make sense". Intuitionen verkar inte bara här och nu utan du kan också använda den för att se in i framtiden. Själens är som sagt fri och kan resa bortom tid och rum. Ställ en fråga om framtiden, till exempel om du ska resa till en specifik plats, och tona in på hur det känns. Känns det bra, gör det, men känns det inte bra, gör det inte. Har du ingen känsla alls kan det vara för att det inte blir någon resa.

**DU SKRIVER OCKSÅ** mer om högekänslighet och sensitiva själsgrupper i boken och har ett lånat test om högekänslighet av den amerikanska forskaren och psykoterapeuten *Elaine N. Aron* som myntade begreppet. Vad

vill du framför allt förmedla med det?

- Det är kanske den viktigaste anledningen till att jag skrev boken, upplyser Helena-Magdalena. Många människor är högekänsliga utan att förstå det. Högekänslighet är ett medfött personlighetsdrag som återfinns hos 15-20 procent av befolkningen globalt sett och är lika vanligt bland både kvinnor som män. Jag är själv högekänslig och när jag läste Elaine N. Arons bok "Den högekänsliga människan - konsten att må bra i en överväldigande värld" undrade jag varför ingen hade berättat det för mig förut. Jag hittade min soultribe och hoppas att läsaren också ska göra det.

- Jag, som tidigare arbetat som chef inom socialtjänsten, ser många likheter med neuropsykiatriska diagnoser, och menar att det i stället för diagnos och mediciner ibland kanske bättre kan förstås som en högekänslighet för att man är ett indigo- eller kristallbarn. Jag var först lite tveksam om hur det skulle tas emot men jag har fått bekräftelse från många kursdeltagare som menar att detta har varit till stor hjälp för att både förstå sig själv och kunna hantera livet, säger Helena-Magdalena avslutningsvis. 😊

**Vinn!**

Free lottor ut 3 exemplar av boken "Lev intuitivt" i samarbete med Vattumannen förlag. Gå in på [free.se](http://free.se) och klicka på "Free utlottning".

Skriv gärna några rader om varför du är nyfiken på boken.



## Plus mer

[www.helena-magdalena.se](http://www.helena-magdalena.se)

"Lev intuitivt - hitta ditt livs högre syfte" (Vattumannen förlag, 2022). "Lev i ljuset - lär dig kanalisera" (Vattumannen förlag, 2022).

"Lev i din kraft" (Egmont 2015, ljudbok Saga Egmont, 2020). "Lev din dröm" (Egmont 2014, ljudbok Saga Egmont, 2020).

### Att komma i kontakt med din själs visdom

Genom att lyssna inåt till vår guidning – gärna med hjälp av meditation – kan vi alla hitta vår själsliga längtan. När vi börjar meditera regelbundet stärker vi vår intuition och därmed vår inre vägledning.

### Meditationsövning! Få kontakt med din intuition

- ☺ Andas långsamt in och ut.
- ☺ Slut dina ögon och låt andetagerna bli djupare och djupare.
- ☺ Känn hur du slappnar av mer och mer i kroppen.
- ☺ Låt dina tankar komma och gå, föreställ dig att du tittar på himlen och att dina tankar är moln som passerar. Betrakta molnens färd och känn hur dina tankar släpper taget om dig mer och mer.
- ☺ Nu är du i kontakt med din intuition, med din själ. Låt det som sker ske och försök landa i ett tillstånd av varande.
- ☺ Kom sedan långsamt tillbaka till rummet där du sitter.

#### UTBILDNINGAR:

**ASK YRKESUTBILDNING**  
Start 4 februari 2023

**SHAMANKVINNANS VÄG**  
Medicinhjulet, inka- och den nordiska traditionen  
Ny kursstart under 2023!

**TRANCEKANALISERADE MEDITATIONER**  
Se hemsidan för aktuella datum

**BEHANDLINGAR**  
Shamansk energimedecin, ASK, portalhealing och seidr

**ENERGIRESOR TILL SPANIEN**  
1-8 april 2023

*Annia Löwentun*

[www.annialowentun.se](http://www.annialowentun.se) 070-588 09 14 [info@annialowentun.se](mailto:info@annialowentun.se)