



**DET
INTUITIVA
THE INTUITIVE**

ANTOLOGI 

DET **OM HUR INRE**
INTUITIVA **VISDOM**
THE INTUITIVE **NÅR**
CONNECTING WITH INNER WISDOM **FRAM**

Den tredje och sista antologin i trilogin om ökad medvetenhet och feminin skaparglädje. Den första, *Famna Feminint Ledarskap*, kom ut 2019. Den andra, *Skiftet*, kom ut 2020.

Förlagshuset Siljans Måsar
www.siljansmasar.com

ISBN 978-91-88939-57-9

Antologi

© Förlagshuset Siljans Måsar, 2021

Materialet i denna bok är skyddat enligt upphovsrättslagen.

Omslagsmålning: © Johara Hartley, 2021

<https://joharahartley.wordpress.com/>

Grafisk formgivning: Lilla blå tornet AB
www.lillablatornet.se

Tryck: Jelgavas Tipogrāfija, Lettland 2021
www.jt.lv



– *Livet öppnar sig* –

*jag lyfter mig sakta ...
upp ur snäckans ilande tystnad
som den sovande siaren
håller andan
dras in i en vibrerande spiral
under evighetens broar
någon håller min hand
jag åker rakt in i solen
väggarna upplöses
jag går i himlen
på en lingongul havsbris i vinden*

UR SOLENS LÄRJUNGE AV
MADELEINE FJÄRILSDOTTER



The Golden Face work represents the female, in all her power and hyper-connectivity to all that is around her. She is bright, bold, strong and beautiful. Her face holds all her senses from smell, to sight, to sound. Her face is the vessel she experiences the universe through and simultaneously the universe is experiencing her through the impact of her different sensual frequencies, the way she sees, the things she hears and the words she speaks.

The colors the artist used reflect her vastness. The blue representing her overwhelming nature, much like the ocean or the sky, and the orange the strong nurturing aspect that brings passion and volatility. The combination of these colors is soft on the eye and warming to look at, although it is physically bold, much like her.

Om bokens omslag

Johara Hartley, ung konstnärinna från Sydafrika, fick i uppdrag att fritt skapa omslagsmålningen.

Likt en fjärils vingslag sägs kunna skapa en orkan på andra sidan jorden, påverkas även Alltet av våra val. Att lyssna till det intuitiva är att stärka kontakten med vårt högre medvetande, som den gyllene glorian på bokomslaget så vackert illustrerar. När vi följer vår intuition förgylls våra liv, vårt sinne och vår vardag och vi får tillgång till mer inre kraft och eget vetande, vilket kvinnan på omslaget förmedlar i ett hav av böljande toner, strängar, frekvenser och dimensioner. Den gyllene boken på baksidan, med de oskrivna bladen, bjuder in till att skapa framtiden genom vår visa intuition.

Vi valde att anlita en helt okänd konstnärinna från Sydafrika för konstverket, *The Golden Face*, till vårt bokomslag. Det kräver mod att överlämna sig till sin intuition, men även att stå upp för det bidrag vi alla är till helheten och att våga leverera utifrån vår egen essens. Det speglar sig inte bara i våra liv, utan även i författarprocessen att skriva den här boken, välja konstnär till bokomslaget, liksom för henne att visualisera och förverkliga sin tolkning av detta högaktuella ämne. Målningen beskriver det på ett

fräscht och modernt sätt, likväl subtilt, flödande och hoppfyllt, helt i samklang med tiden vi nu stiger in i.

Med valet av konstnär vill vi inspirera till engagemang över gränserna, främja samarbeten världen över, lyfta fram okända förmågor och stävja kulturella värden som kan lyfta mänskligheten in i morgondagen för en blomstrande framtid – med intuitionen som vägledare.

Inledning

Det enda av sant värde är intuition.

ALBERT EINSTEIN

Föreställ dig att du fullt ut kan lita på din intuition och helt följa den inre rösten som så ivrigt väntar på att få lyftas fram mer i våra liv. I dag när vi alla har möjlighet att expandera tanken, öka vår medvetenhet samt uppleva genomgripande förändringar på flera plan, kan just vår intuition hjälpa oss att bidra till en bättre förståelse om oss själva och vår omgivning. Den här antologin vill inspirera oss att väcka denna slumrande kraft inom oss så att vi ser, känner och förstår vilken gåva den kan vara i våra liv. Som intuitiva människor får vi större motståndskraft, ökad kreativitet och styrka, vi ser bredare perspektiv och sammanhang – vi ökar helt enkelt livsglädjen i våra liv. Målet är att helt våga lita på oss själva, vad som än händer i världen.

Det yttre som vi upplever och är del av kan inte alltid förklaras med hjälp av vårt förstånd, snarare är det våra inre termer, såsom intuition, inlevelse, inre seende, djupare känslor och vår inre röst,

som skapar och förklarar våra liv. Genom vår inre känsla, vår tro och förväntan börjar sökandet efter lust, kärlek och livsglädje, och med hjälp av vår intuition kan vi ledas i rätt riktning. Med den intuitiva rösten som ledsagare är det lättare att omfamna dagen, se med glädje på våra liv och känna större respekt och medmänsklighet gentemot varandra. Ju närmare vi kommer intuitionens kärna, desto mindre provoceras vi av andra och av samhällets krav. Intuitionen driver oss hela tiden mot att vi ska våga förverkliga våra drömmar och finna mening med våra liv. Den är själens röst som vill visa oss vägen hem till oss själva. Men hur kan vi lära oss att lyssna bättre till det intuitiva? Och hur gör vi för att inte falla i egots fällor?

När vi väljer att följa intuitionens signaler kan vi hitta det sanna och glädjefyllda flödet i våra liv. Vi hamnar i de sällskap och i de situationer där vi kommer till vår rätt och mår bra. Alla våra unika egenskaper, erfarenheter och gåvor lyfts fram och uppskattas, bortom egots syften. Det här ger livsglädje och meningsfull tillvaro. Samtidigt kan det intuitiva utmana bilden av oss själva. Det sporrar oss att förverkliga våra mål och drömmar trots alla rädslor, tvivel och låg självkänsla. Intuitionen verkar ha exakt koll på var vi befinner oss och ger oss, i precis rätt ögonblick, en hint om hur vi ska handla för att utvecklas, växa och mogna – i harmoni.

Många menar att mänskligheten är på väg in i en intuitiv tids-epok. Det märks framför allt genom att vi i högre grad börjar förstå och uppfatta energiernas intelligenta egenskaper. Utifrån förståelsen att allt är uppbyggt av energi, är steget inte långt till att inse att intuitionen är vårt viktigaste verktyg. Intuition är att förstå – djupt inifrån sig själv.

Enligt astrologin är månen symbolen för intuitionen, och även för det du behöver för att känna dig trygg, sedd och älskad. Genom sin vandring på himlavalvet visar månen dig livets egen naturliga rytm, med nystarter och avslut, sådd och skörd, tidvatten in och tidvatten ut, som om hela livet andas. Nymånen är det unga feminina som utvecklas till en mogen kvinna i fullmånens sken. Sedan åldras hon till en gammal, vis jordemor vid mörkermåne. För att sedan återuppstå på himlen på nytt. Månen är nyckeln som låser upp din feminina urkraft. Sedan urminnes tider har vi blickat upp mot hennes vita, mjuka sken och känt en mystisk samhörighet med människor i alla tider som gjort detsamma. Genom att lyssna inåt och smyga på dig själv, kan du utforska hur månens olika faser påverkar ditt liv. Låt henne låsa upp dörren till ditt intuitiva, inre vetande, så att du kan fylla ditt liv med allt som får din själ att sjunga. Månen vet vägen – via intuitionen.

Den här antologin vill beskriva vad det högaktuella men svår-fångade begreppet intuition egentligen innebär. Alla talar om den, men vad betyder den i praktiken? Vi har i boken samlat en mängd olika fasetter av den här skimrande och väl dolda diamanten, för att förmedla en så komplett bild av det intuitiva som möjligt. Kreativitet, kärlek och balans väcks och förstärks när vi låter intuitionen leda oss – något som författarna i denna antologi vill bidra med.

Yvonne Frank Månsson

Förlagshuset Siljans Måsar

Innehåll

Livet öppnar sig 5

Johara Hartley, Cover Artist

The Golden Face

Inner compass 15

Ylva Wegler

Intuition, intention och manifestation 33

Regina Schwartz

Inre visdom – en aldrig sinande,
porlande bäck 55

Monica Bryant

Intuition as an evolutionary impulse that
expands wholeness, wonder and wisdom 75

Yvonne Frank Månsson

Intuitionens vilja att förverkliga Dig 99

Caroline Lifvenforth

Vågar du följa din intuition,
när det gör som ondast? 117

Nanna Aida Svendsen

INNER COMPASS:
Living Close to Heart and Soul 145

Susanne Andersson

Vad händer när du litar till dig själv? 161

Lotta Larsson

Trygghet, tillit och intuition 183

Greta Bro	
Intuition: The Art of Sacred Sensing	203
Ingela Johnzon	
Fjärilsglimtsen som väcker din inre visdom	221
Marie Håkansson	
I våra drömmars land finns nycklar till livet	243
Ana Kuni	
There is a time for everything	261
Lillemor Groth	
Konsten att leva inifrån och ut	267
<i>The Soft Voice of the Soul</i>	287

Inner compass

NANNA AIDA SVENDSEN

*We have entered uncharted waters.
Conditions are wild and unpredictable.*

*I asked an old sailor
What to do in unmapped seas.
This was his reply:*

*Proceed very slowly and with care.
Hone your awareness and stay
Connected to your senses.*

*See, listen, taste, smell, feel
And receive those messages
Your vessel, your body,
And the world around you
Are constantly emitting.*

*Moment to moment
Trust your intuition*

*Notice the ways
It reveals itself to you.
Learn to discern
Insight from opinion
And the vagrancies
Of the mind.*

*Follow your inner compass
When an outer one
Is impossible to find.*

*Yes, I thought to myself
That old seadog is right.*

*In uncharted seas
Proceed very slowly
And with care,
Honing awareness
And trusting my inner compass
Moment to moment
To be my guide.*



Fotograf: Hamza Mbuyane

Johara Hartley

The feminine form is important as it is so strong, and unseen so. The world is no longer only physically observed from a physical point of view as both technology and energy shift give us the possibility to peer into resources never before considered. I have realized that as we are being held back, all that is left for us to do is to WATCH. And as we watch – we observe – and learn. When we have adapted, the intuition has been nurtured, which makes it possible for us women to watch and understand without asking too many questions.

I have always been inclined to depict the feminine form. For years I drew, painted and sketched female bodies and as I grew, I realized it was the unseen that I was truly inspired by. As I am finding my way in the art world, I playfully and consciously create space, rooting myself in a style for a period of time, until I must move forward again. The space between my shapes represents the cracks of consciousness, through which we get glimpses of the hidden. The world and societies perception are evolving, collectively. What's inside of you, what are you made of?

<https://joharahartley.wordpress.com/>

Golden Face

NANNA AIDA SVENDSEN

*I dreamed I saw a golden face
Somewhere to the left of me
Butterflies fluttered all around it
Whilst roots that ran deep
Anchored it
To both earth and sky*

*Her look was compassionate,
Accepting, benign
Yet it had an edge
I felt she could be fierce
As well as kind*

*The golden face smiled at me
And offered me a book
With empty pages
In which to write
The unfolding future
Of my life
Inspired by her*

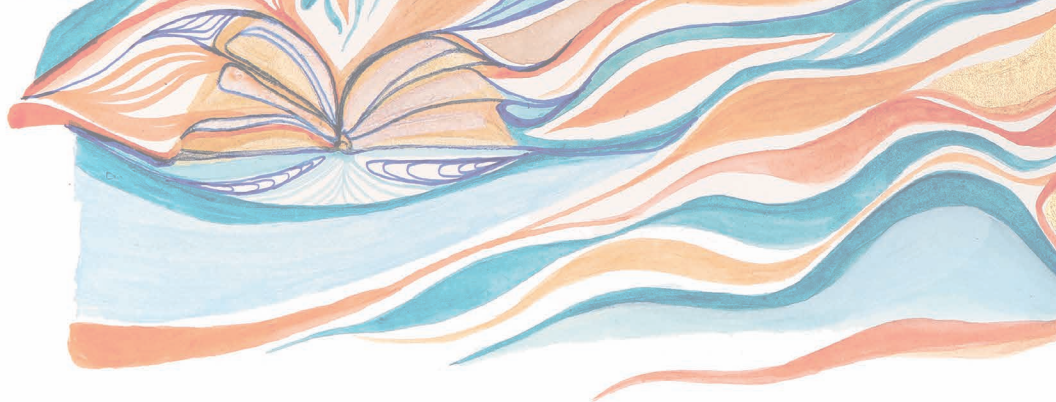
*I am the face
Of your feminine
She said*

*I am your wisdom
And your intuition
I am connected
To your inner knowing
Listen to me*

*Though rooted in the deep
I dance with butterflies
Delighting in their ability to transform
When they are ready
And give life
To their essential luminosity
And beauty*

*I will never harm you
Though life at times
May be dark
All I will ever do
Is help you find your light
And the grace of what you love*

*That you may become
Like a butterfly
And gift your luminescence
To the world*





Amberley
March
2021

Ylva Wegler



Fotograf: Jan Johansson

Ylva Wegler är coach, hypnotisör och författare. I en förlossningsdepression som varade i fem år, förlorade hon viljan att leva. En inre resa som resulterade i kunskaper om människans enorma potential tog sin början – kunskaper hon idag använder för att optimera sitt eget och sina klienters liv.

www.ylvawegler.se



Fotograf: Mikael Schwartz

En alldeles vanlig människa, med förmågor och brister, kärlek och rädsla, ibland stark och ibland svag. Men även en människa som för bara några få år sedan med ett oerhört mod vågade erkänna sin andlighet och började lyssna inåt, vilket blev början till ett liv byggt på inre visdom och intuition.

regina.s.schwartz@gmail.com

Regina Schwartz

s. 55

Monica Bryant



Fotograf: Emily Brown

Monica Bryant BSc (Hons), MA, has provided her unique Evolutionary Consulting and Coaching since 1994. She offers a transpersonal perspective in support of inner and outer evolution. With four decades of experience in archetypal psychology, she has a Masters in Myth, Cosmology and the Sacred based on transformative learning. Monica has a transdisciplinary approach to the evolving unified worldview and she has dedicated her life to creating wholeness, harmony and beauty. In the 1980s, she pioneered a symbiosis-restoring approach to health, was a university tutor and trained natural health practitioners internationally in regenerative biological healing. Monica has also been an entrepreneur for over thirty years, importing pioneering health-related and eco-friendly Evolved Products. She has a Swedish mother and has spent many summers in Sweden. Monica lives in the English countryside where for three decades she has created organic gardens and supported the ecological conservation of wildlife, flowers, birds and bees.

s. 75

www.evolutionary.co.uk



Fotograf: Felix Frank

Yvonne Frank Månsson är sedan 2008 författare och förläggare på Förlagshuset Siljans Måsar. Redan på 1980-talet startade hon eget företag som konsult och är utbildad utlandskorrespondent, hälsorådgivare samt kreativ producent vid Malmö högskola. Genom åren har hon även producerat stora kulturevenemang, med administration och marknadsföring som huvudsyssla, och dessutom gett ut nio egna böcker. Nu förverkligar hon andras författardrömmar, med fokus på det goda ordet och den intuitiva visdomen. Hennes mål är att värna om den fysiska boken, om medkänsla och respekt oss människor emellan samt att lyfta den medvetna, feminina skaparglädjen för samarbete, balans och förenande över alla gränser.

www.siljansmasar.com

Yvonne Frank Månsson

s. 99

Caroline Lifvenforth



Fotograf: Lena Evertsson

Caroline Lifvenforth, kontrasternas färgglada fjärl som låter sina vingar föra henne vitt och brett på livets palett där hon sprider sin nektar med klingande skratt vart än hon far fram.

Det intuitiva är hennes tredje bok och det märks att hon fullkomligt älskar att måla med ord och beröra på djupet.

I en känsloladdad kärlekskarusell tar hon oss med på intuitionens och synkronicitetens Autobahn. I svindlande fart dyker vi in i historiens mörkaste stunder för att upptäcka att de kanske inte alls uppstått av det vi trott ... och hur vi genom den insikten kan få tillgång till det mest fantastiska inom oss.

Såren vi åsamkat men också åsamkats under miljontals år kan nu läka ut, och fram skrider då det vackraste vi någonsin skådat – vi själva i vår äkta essens. Välkommen med på resan! ♥

www.carolinelifvenforth.se



Fotograf: Carl Lindström

Nanna Aida Svendsen is an explorer and mapmaker of the inner realms, writer and poet. Nanna's passion is linking consciousness with the heart and feeling into the emergent, naming where consciousness wants to evolve and what might be getting in the way. She has more than forty years of experience in these fields. Born in England, she grew up in Denmark and lived in America for 20 years with her Swedish-American husband. They currently reside in Sweden. Whatever the terrain she has been travelling, she has found inspiration and succour in the realms of depth psychology, meditation and the work of the mystic poets. Inner work, spiritual practice and writing have been her constant companions.

Being in nature has also played a part. Its beauty continues to nourish her daily and a sense of communion with its rhythms and seasons helps her know she belongs. She has published six books, three of them with Siljans Måsar.

www.soultimereflections.com

Nanna Aida Svendsen

S. 145

Susanne Andersson



Fotograf: Marie-Therese Karlberg

Susanne Andersson är en intuitiv vägledare som för varje klient hon möter anpassar sin coachning för att hjälpa denne vidare i livet. Genom att utvecklas och bli våra bästa jag fattar vi bättre beslut, vilka i slutändan skapar en bättre värld – och det är hennes mission. Susanne är en envis och livsglad kvinna som levt och andats personlig utveckling på ett intuitivt plan sedan barnsben. Hon har alltid varit nyfiken, velat lära och veta mer, och många gånger drivit omgivningen till frustration genom att säga att allt inte är som det uppfattas vara. Den drivkraften har fört henne framåt och uppåt, in i olika utmaningar och ständigt lärande. Hon har verkat i företagsvärlden och i offentlig sektor på olika positioner i drygt 30 år. Sedan 2019 har hon sitt eget företag, 7 Circles AB, där hon delar med sig av sin gåva i form av coachning och personlig vägledning.

www.susanneandersson.nu



Fotograf: Beate Metzloff, Livbild

Lotta har alltid haft en inre drivkraft att bidra till att skapa en bättre värld, även om den yttre arenan har sett väldigt olik ut. Hon har varit aktiv inom politik, föreningsliv, fackligt arbete och har en pol.mag. i rättsvetenskap. Hon är även utbildad yogalärare, gympaledare och har haft uppdrag som föreläsare. Lotta vandrar den shamanska vägen. Trumman, kraftsång och seidrstaven hjälper henne på hennes resor. Hon använder numerologi och astrologi för att vägleda sig själv och andra. Nu driver hon Facebooksidan "Fröken Lotta – Älska Livet", där hon delar med sig av sin kunskap och ger inspiration till andra att se Livet som den gåva det är.

www.frokenlotta.se

Lotta Larsson

s. 183

Greta Bro



Private photo

Greta Bro is a psycho-spiritual teacher, spiritual midwife, vibrational healer, writer, archetypal psychologist and pioneer in women's spirituality. For over 40 years, Greta has been leading workshops and retreats that focus on healing multigenerational trauma, the interface of personal growth and social healing, the reemergence of the Sacred Feminine and on the birth of a new collective myth. She is currently completing a book entitled *Passionate Wholeness*, which addresses the nature of the soul, the seven key stages of ensoulment, the reemergence of the Sacred Feminine, the reunion of masculine and feminine energies in each of us and the re-evolution of compassion that is healing our world. Greta is also a gifted singer and songwriter and performs her original music at home in the United States and internationally. Her concerts combine jazz, world soul, poetry and spontaneous discourse on healing our world. She has received praise for her original CD, *Love's Song* in America, Europe and Brazil. Greta lives in Gloucester, Massachusetts.

s. 203

www.gretabro.com



Fotograf: Hasse Broms

Ingela Johnzon är författarinnan med det gröna hjärtat och ledstjärnan som tror på människan och naturens egna krafter. Pennan, kameran och sekatorn är hennes favoritverktyg. Hennes stora passion är att förmedla tankefrön som kan tända fjärilsglimtsen i människors ögon och själshjärtan, så att de kan finna nästa steg på sin livsstig. Fjärilsglimtsen är de där nya insikterna som kommer likt ett stjärnfall direkt in i själshjärtat, en plötslig vetskap som bringar klarhet. Hon har 40 års erfarenhet som utbildningsledare inom olika utbildningsprojekt, personalarbete, vägledning, friskvård, trädgårdsrehabilitering, naturmedicin, Feng Shui och Vedic Art. Med den intuitiva gåvan och sin vilja att inspirera genom tankefrön, vägledningssamtal, helande naturkurer och grönt skapande vill hon hjälpa mottagaren att hitta nya vägar till sin inre visdom. Hennes första bok *Splittrad – en resa till lugn och ro* trycktes år 2000, efter det skapades tankefrövykort och kortleken *Landa i din livsoas* 2018.

www.johnzon.com

Ingela Johnzon

s. 221

Marie Håkansson



Fotograf: Nathalie Mahzouni Kanfjäll

Marie Håkansson bor sedan ett år tillbaka i Stockholm – en dröm som blev verklighet mycket tack vare attraktionslagen. Tankar från pilgrims-teologin tilltalar henne: att se livet som en inre och yttre vandring där ansvaret för medmänniskor och jorden är en viktig del. Marie har ett ben i Svenska kyrkan och kloster, ett i andra andliga sammanhang. Där finner hon energi, samhörighet och andlig växt. Kommunikation bortom orden och det intuitiva sinnet är viktiga redskap för henne, inte minst i yrkeslivet. Marie jobbar i skolans värld med den yngre människan.

FB: Marie Håkansson (Mirre)



Fotograf: Mary Riazanova

Ana Kuni is a Ukrainian-born visual artist currently living in Cape Town, South Africa. She is known for creating large-scale art pieces with underlying messages of spiritual growth and awakening. The main character of her work is the Warrior Woman, whom she describes as a conscious, compassionate and creative being living in harmony with nature. Ana's biggest passion is the discovery of the highest human potential and ways to apply it in the modern world, creating an equal co-existence with the natural world.

www.anakuni.com

Ana Kuni

s. 261

Lillemor Groth



Fotograf: Arvid Groth

Lillemor Groth är juristen, domaren och företagsledaren som efter en resa till de tibetanska delarna av Nepal, blev intresserad av naturfolkens kunskaper om att leva i samklang med de kvantfysiska naturlagarna. Resan förändrade hennes syn på livet och ledde till ett intensivt utforskande även av andra ursprungsbefolkningars metoder. Hon insåg att det existerar energitekniker både för att leva mer i glädje och för att leda företag till vinstresultat med minsta möjliga ansträngning. Idéerna omsattes i praktiken i bolagsfamiljen *Grothbolagen*, som hon driver tillsammans med sin man. Numera arbetar hon som vägledare, inspiratör, *ancient wisdom*-terapeut och författare i det egna företaget Grow Wiser. När boken *Konsten att tina en frusen själ* släpptes, startade hon en Facebook-sida med samma namn. Idag följer drygt 17 000 personer sidan för att läsa om hur den energimässiga väderleken förväntas påverka deras vardag. Hon skriver även för tidningen *Inspire*.

s. 267

FB: *Konstenatttinalillemorgroth*, www.grothbolagen.se, www.growwiser.se

TRETTON FÖRFATTARE FÅR ORDET I 2000-TALET'S MEST INTUITIVA ANTOLOGI

Många av våra gamla tankesätt och kulturella mönster tjänar oss inte längre. Vi längtar istället efter mer glädje, kreativitet, kärlek och hopp inför framtiden. Vart ska vi vända oss när världen omkring oss inte längre stöder det vår djupare del inom oss vill, behöver och längtar efter? Frågorna som vi står inför, både individuellt och kollektivt, är existentiella och djupa, och den inre kraften vänder nu utmaning till expansion.

Kan svaren ligga i vår anpassning till inre kunskap? Bankar den på dörren till vår medvetenhet? Försöker det intuitiva visa oss det som inte längre fungerar i våra liv? Väcks nu våra dolda förmågor, vår glädje och allt vi älskar, så att friheten att återupptäcka vår inre visdom kan få ta plats?

Vår intuitiva kraft går inte längre att förneka. Tretton författare, nio svenska och fyra engelsktalande, delar här med sig av sina upplevelser av intuitionen – glädjen och svårigheterna – samt ger inspiration och vägledning till att öppna upp och integrera det intuitiva än mer i våra liv.

Medverkande författare: Ana Kuni, Caroline Lifvenforth, Greta Bro, Ingela Johnzon, Lillemor Groth, Lotta Larsson, Marie Håkansson, Monica Bryant, Nanna Aida Svendsen, Regina Schwartz, Susanne Andersson, Ylva Wegler och Yvonne Frank Månsson.

Omslag/cover: Johara Hartley

ISBN 978-91-88939-57-9



9 789188 939579 >



Förlagsnuset
SILJANS MÅSAR
www.siljansmasar.com