

Mittpunkten som räddar liv

Mitt i allas våra stressiga liv finns en stilla mittpunkt. Ett centrum som ger lugn, tröst och trygghet. Det menar Love Nicklasson i boken *Leva centrerad* som nu ges ut av Förlagshuset Siljans Måsar.

– *Leva centrerad* handlar om att finna oss själva här och nu. Att vara i sin egen mittpunkt, släppa taget om gamla livsmönster som hindrar oss från ett fullödigt liv. När vi befinner oss just där, i vårt eget centrum, är vi närvarande och trygga. Det är därifrån vi får hjälp och vägledning och det är där vi kopplar an till universums grundton av harmoni, säger Love Nicklasson.

Vad vill du att boken ska lämna för avtryck?

— Den vill öppna en dörr till våra inre centrum. En mittpunkt inom oss som är konstant närvarande, men som samtidigt är opåtaglig och långt bort. Ett centrum som döljer sig bakom en tjock slöja av automatiska beteenden och tankar.

Varför har du skrivit *Leva centrerad*?

– Jag vill förmedla ett budskap som har hjälpt mig, på ett sätt som förhoppningsvis kan hjälpa andra. Jag har full tillit till att var och en som vill, kommer att hitta sin väg, och jag hoppas att min bok kan vara ett steg i en sådan riktning.

Vad i ditt eget liv har lett fram till en bok om vårt inre centrum?

– När jag insåg vilka stora sanningar som legat dolda för mig blev jag förstås oerhört glad men samtidigt väldigt frustrerad. Det var som om jag blivit lurad. Varför hade ingen sagt något tidigare? Att det bakom allt vilar en sanning som är svår att sätta fingret på, något som binder samman många av våra stora religioner och filosofier. Att det innersta i oss är det mest centrala i en människas liv. I det dolda vilar en kunskap som är så tillgänglig att det egentligen befinner sig endast ett ögonblick bort. Det bästa stället att gömma något är ju där ingen letar. Hos oss själva. Svaren finns där och ingen annanstans.

Vad är ditt viktigaste budskap?

– Att vi alla är värdefulla – oavsett vad – är det centrala i boken. För vi är värdefulla! Vi behöver inte bli någon. Vi är redan någon. Allt annat är försök till identifikation genom något vi inte är. I detta är nuet det enda vi egentligen kan ha.

Kanske lätt att säga – men svårare att leva upp till?

– Ja, det är lätt att identifiera sig med det fysiska och vända sig bort från det icke fysiska. För mig var det till exempel viktigt med vilken lön jag hade, vilken bil, eller var jag bodde. Det var enklare att identifiera sig med det. Men något mystiskt kallade på mig – precis som den kallar på oss alla – den icke fysiska stillheten inom mig, inom oss. När jag vågade titta fanns där inget farligt, bara sanningen – och den behövde jag ju inte vara rädd för. Den är här för att göra mig, oss alla fria. Eller rättare sagt, sanningen är att vi är fria. Vi är värdefulla. Vi är.

Maria Gabriella Lücke