

# Totalt Levande

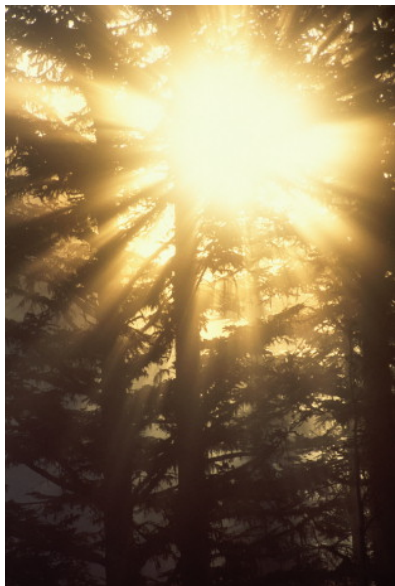
*Att vara **totalt levande** innebär att du spontant,  
helt utan ansträngning:*

- upplever livet direkt genom dina fem sinnesorgan, och inte genom sinnets eller egots glasögon
- lever helt i nuet, eftersom ingen annan tid är verklig
- accepterar och älskar livet, ditt öde, dig själv och andra som de är
- är ett med ditt gränslösa jag, vars natur är evig kärlek
- tycker att livet är oerhört spännande ~ allt förmår glädja dig
- känner vördnad och tacksamhet för allting
- lever i "friden bortom ord" och enhet med allt liv

*Det största av alla mirakel*

Livet är sagolikt vackert; har det någonsin funnits ett under som kan jämföras med själva *livet*?

Det är inte ovanligt att man åtminstone då och då får s.k. peak-upplevelser, där sinnet förstummas och du upplever enhet med allt, ser evighetens vibrerande skönhet. I dessa stunder är dina sinnen uppväckta från sin slummer. Din inre energi är inte längre bunden och då faller allting liksom på plats. Under dessa oförlömliga stunder upplever du verkligheten och livet oförvanskat, så som det egentligen är och alltid har varit. När du själv "vaknar upp", ser du hur allt plötsligt blir magiskt levande och gränslöst vackert. Du har nu "ögon som ser, öron som hör".



Många undrar säkert om det går att leva i och bevara denna kärlek och frid i vardagen, hela tiden, vad som än händer. Självklart! Det är ju din själs naturliga tillstånd, precis så som att vara helt frisk är din kropps naturliga tillstånd.

\*\*\*\*\*  
*"Min identitet förenades med det gudomliga på ett sätt jag aldrig upplevt förut. Jag upplevde total frid och extatisk glädje".*

*- Michael P Langevin, USA, utgivare av bl a "Magical Blend Magazine"*



### *Universum älskar din dröm*

Universum stödjer dina drömmar, inte minst de som brinner starkast. Det kan vara att få ett spännande och välbetalt arbete, bli frisk, köpa hus, bli skuldfri, hitta drömpartnern mm.

Vissa har upptäckt att utan inre kärlek och frid är det inget som förmår tillfredsställa dem på djupet. Vad de mest av allt önskar sig är en riktigt hög livskvalité, kanske rentav att bli fullständigt levande. Detta har beskrivits vackert av Dan Andersson: ”Tag all jorden bort, jag äga vill, vad ingen, ingen har.”

Så frågan bör snarare vara *ifall* du från hjärtat *verkligen vill* förverkliga ditt naturliga tillstånd, ditt gränslösa jag, och om du är villig att göra något för att det ska börja ske! Resan mot att bli totalt levande kan kräva stort mod – det är ofta en resa mot strömmen. Och tålamod, ty det kan ta sin tid, och hinder brukar det inte lida brist på. Samt ödmjukhet, ty här är ditt ego din verkliga fiende.

### *Vem tillåter du välja åt dig?*

Vi har möjligheten att skapa det liv vi vill. Vårt fysiska, psykiska och andliga välmående ligger till största delen i våra egna händer. För det begränsade jaget eller egot kan det faktiskt ha vissa fördelar att inte må så bra fysiskt eller psykiskt. Ditt liv kan bli himmelskt, mardrömslikt eller allt däremellan – helt beroende på vilken del av dig som du låter välja.

Det finns ju olika delar av oss själva som vi identifierar oss med och som därmed också får ”rösträtt”: kroppen, det begränsade jaget (rädsla, bitterhet, ilska, domaren i huvudet, diverse blockeringar) och det obegränsade jaget (kärlek, hopp, intuition, entusiasm, tillit, visdom).

### *Tecken och varningssignaler som livet ger*

När vårt liv grundas på rädslor; när vi tycker att livet är tråkigt eller meningslöst; när jobbiga känslor dominerar oss mer än för en kort stund – då är detta varningssignaler från det oändligt intelligenta livet att vi håller på att bli lite väl icke-levande.

Det gör alltid ont att inte vara helt och hållet levande. Om det bara är ettan som fungerar i din nya femväxlade bil, är det inte alltid heller så kul.

\*\*\*\*\*  
*I många år har jag gått andliga kurser men har aldrig förr haft den underbara känslan att ”komma hem”. Sättet du berättade om livet kombinerat med en djup kärleksenergi fick min själ att vakna upp. Jag känner att detta är vad jag sökt i alla dessa år.*

*- Helga, Belgien (efter en endagskurs, 2007)*

## *Vän med livet*

Att leva är en konst. Följer vi kroppens och hälsans lagar blir vi friska. Ju mer vi lever efter de mentala och andliga ”naturlagarna”, desto bättre kommer vi att må. Vill vi må gränslöst bra, dvs. bli alldeles levande, finns det vissa saker vi bör göra och inte göra. Allt är upp till dig. Som man bäddar får man ligga.

## *Ljusskolan*



Freddy har insett att det inte nödvändigtvis behöver vara otroligt svårt och kräva enormt mycket tid att bli *långt* mer harmonisk och levande. Det är snarare kvaliteten på ditt arbete än dess kvantitet som avgör resultaten. Freddy *vet* dessutom att det går att bli fullständigt levande – till och med permanent.

Pga. olika orsaker har han på kurserna hittills bara gett delar av det han egentligen önskat ge. Genom att Ljusskolan öppnar (maj 2008) är det slut på att hålla tillbaka. Skolan är en utbildning för dig som sätter värde på din livskvalité och vill bli riktigt levande.

De allmänna kurserna, som är korta och inte kräver förkunskap, kommer också att finnas kvar. Ljusskolan består av flera steg, där varje steg är en separat kurs; kvällstid i 7-10 dagar, alternativt en retreat på ca tre dagar.

Alla är vi olika, och Ljusskolan kan omöjligen passa alla. För att få optimalt resultat, krävs det ett intensivt deltagande, passion mm. Det rekommenderas att delta i Ljusskolan bara om det känns riktigt rätt för dig.

## *Nå bortom drömmarna*

Freddy är en obotlig optimist och sprudlar av entusiasm. Han ser jämt en massa lösningar och möjligheter. Han älskar att sprida om allt det otroliga som livet erbjuder. Av egen erfarenhet vet han att om man siktar mot stjärnorna når man ibland ännu högre. Han försöker samtidigt ge en realistisk bild av vägen hem och erbjuder inga magiska piller eller genvägar med copyright på.

På kurserna följer han intuitionen och guidningen från den oändliga Källan; alltså inga färdiga mallar eller kursprogram.

\*\*\*\*\*  
*Förra året, efter din kurs, mötte jag den gudomliga Källan direkt. Numera känner jag hela tiden att Ljuset håller mina händer. Ljuset skapar kärlek, glädje och ett tillstånd av inre stillhet. Kunskap kommer hela tiden av sig självt.*

*Mitt tillstånd är att allting är den gudomliga Källan.*

*- Elena, Ryssland (efter en endagskurs, 2007)*

## *Vad ingår i Ljusskolan?*

Ljusskolan är spontan, men den lär vara en blandning av: praktiska övningar, befriande visdom, meditationer, sharing, kontemplation, frågor och svar, vila, dans, vara med naturen, föreläsningar, ljushealing, stunder av tystnad

## *Exempel på teman i Ljusskolan*

Varför vi ej har frid ☉ Få bort grundorsaken till motgång och sjukdom ☉ Total ödmjukhet, accepterande och tillit ☉ Komma bortom inre lidande ☉ Vän med dig själv och Källan ☉ Masker och självbedrägeri ☉ Rena din aura och familjen mår bättre ☉ Sinnets tjatter ☉ Bunden och full av förväntningar? ☉ Äkta förlåtelse och medlidande ☉ Vad kan förstås? ☉ Mirakeltänkande ☉ Hela dina relationer ☉ Tillfreds = osjälvisk ☉ Inre harmoni attraherar yttre harmoni ☉ Frigör din inre energi ☉ Kärleksbrist – roten till alla problem ☉ Hur maten påverkar oss ☉ Sanningen befriar ☉ Vad är meditation? ☉ Det magiska barnet ☉ Att släppa blockeringarna ☉ Livets mirakel ☉ Enhet med Alltet

## *Freddy Nielsen – författare, kursledare, coach*

Freddy har på heltid i drygt 20 år ägnat sig åt att intensivt utforska livets och människans möjligheter och potential, att finna fungerande vägar ut ur begränsningar, lidande och problem.

Han har själv uppnått mer än han drömde om och delar därför gärna med sig, för att supporta andra att uppnå varaktig och djup transformation.

Han har alltsedan 1992 hållit otaliga kurser och föredrag i mer än 15 länder för hundratusentals personer; i många år höll han kurser och healing gratis i fattiga länder.

Hans kurser och föreläsningar har oftast varit för andliga sökare, men även på: skolor, barnhem, sjukhus, armén, fängelser, vanliga arbetsplatser, byar och kyrkor i Afrika; för pop- och filmstjärnor, präster och mullor, politiker och kungligheter osv.

Flera internationella författare och kursledare har gått eller organiserat hans kurser (bl a flera av lärarna från filmen/boken ”The Secret”).



\*

**073 - 742 33 61**  
**[totallyalive@gmail.com](mailto:totallyalive@gmail.com)**  
**[www.livinginjoy.com](http://www.livinginjoy.com)**