

Mira Kelley:

# Våra parallella liv utspelas här och nu!

Mitt mål med boken "Bortom tidigare liv" är att berätta om hur regression hjälper människor till ökad hälsa och välbefinnande. Det säger Mira Kelley som av egen erfarenhet vet att regressioner, en återgång, till sina andra, parallella liv kan hjälpa mot känslomässiga och fysiska problem och till och med att släppa fobier och trauman.

**Text** Monica Katarina Frisk **Foto** Caroline White Photography **Bild** SSokolov, kesipun (shutterstock.com)



**”Insikten om att våra andra liv händer parallellt med verklighetens nu och inte i en serie, ger oss ett helt nytt perspektiv på vad tid verkligen är.”**

Mira Kelley är en välkänd expert på tidigare och parallella liv-regressioner. Mira har medverkat i författarna dr Wayne Dyers och dr Brian L Weiss böcker, samt gästat Oprah Winfrey. Hon bor både i Los Angeles och New York. Mira älskar havet och tillbringar så mycket tid som möjligt där.



**MIRA KELLEY HAR** under många år arbetat som regressionsterapeut och hjälpt andra till en större förståelse för hur ens eget och andras medvetande fungerar genom återblickar och upplevelser av tidigare liv.

Mira har fått ta del av så många livstransformerande ögonblick att hon ville dela med sig av dem för att andra ska kunna inspireras att göra klokare livsval.

- Jag la märke till en mängd olika mönster och den effekt alla dessa känslomässiga upptäckter och klarsyner också hade på mig själv. Jag såg en ny tidsuppfattning, bortom den traditionella linjära modellen. Jag lärde mig, under regressioner med klienter, att deras tidigare, nuvarande och framtida liv sker naturligt samtidigt. De pågår samtidigt, i en icke-linjär, nästan kvantmekanisk sfär. Det var en uppenbarelse för mig.

Det slår mig under läsningen av Mira Kelleys bok och i intervjun med henne, att hon talar om liknande fenomen som professor Max Tegmark gör i sin bok ”Vårt matematiska universum”. Max Tegmark säger ha sig ha bevis för att vi lever parallella liv i andra dimensioner. Och att det därmed finns det ett otal versioner av dig och mig i universum. Även boken ”Mirakelkursen” beskriver våra liv som ett hologram, där alla liv sker samtidigt. Hisnande.

Mira Kelley har inte bara fått insikter om andra verkligheter genom sitt arbete som terapeut. Hennes intresse för metafysisk och mystik började redan i tidiga tonåren under uppväxten hemma i Bulgarien.

- Mina föräldrar alltid lyssnat på mig och var stödjande och intresserade. De varken uppmuntrade eller undertryckte mina intressen. Och när jag sen valde att till slut fokusera på arbetet med regressioner stödde de mig helhjärtat.

**I BOKEN SKRIVER** Mira övertygande om att vi lever parallella liv. Jag frågar hur denna visshet har påverkat henne själv?

- Regression är egentligen inte ett minne som kommer upp till ytan. Visst, kan vi kalla det så för enkelhetens skull. Och det är hur vi uttrycker oss om våra andra liv, som ”tidigare” liv. Men om vi verkligen vill förstå vad som händer under en regression ska vi vara medvetna om att våra liv utspelas i nutid, nu i detta ögonblick.

- Detta är ny kunskap om regressionsprocessen och existensen i sig. Det finns verkligen inte något sådant som ”tidigare” liv, bara andra, parallella liv.

Mira Kelley är förvissad om att det finns en enkel sanning i livet som formas av vad man bidrar med. Om vi genererar och utstrålar negativ energi och hopplöshet, är det så vårt liv kommer att utvecklas. Om man är positiv och öppen att se en glad verklighet, är det vad som kommer att hända.

- Om och om igen har jag mött klienter som genom regressioner insett att livet formas av vad man för med sig och att de inte är hjälplösa offer för omständigheterna. Detta är genomgående en bejakande och upplysande insikt jag har fått, som är en röd tråd i boken.

Upptäckten av att parallella liv pågår i nuet

förändrar vår uppfattning av tiden, säger Mira.

- Insikten om att våra andra liv händer parallellt med verklighetens nu och inte i en serie, ger oss ett helt nytt perspektiv på vad tid verkligen är. Som mänskliga varelser med begränsade sinnen och förmåga att uppfatta universum, måste vi skapa ordning för att kunna utforska det. Därifrån kommer den abstrakta idén om att mäta ”tid”. Tiden är dock bara en måttstock som vi observerar verkligheten utifrån. När vi inser att tiden inte är linjär och att våra parallella liv pågår samtidigt och samverkar, kan vi slappna av vårt behov av att tvinga på existensen den linjära tidens struktur.

**MIRAS OTALIGA REGRESSIONER** med många människor visar att när man utforskar sina andra parallella liv, upptäcks ofta orättvisor, antingen riktat mot oss själva eller sådant vi åsamkat andra. Vetskapen om dessa händelser behöver balanseras så att inte energin sprider sig till detta liv. Därför är förlåtelse mycket viktig, säger hon.

- Säg till exempel att någon är oförklarligt mycket ensam i sitt liv. Det kan vara så att något eller någon kär anhängig försvann ur hans andra liv och den känslan av tomhet har överförts till det här livet.

Vad vi för över är ofta en katalysator att lära av och förstå och i slutändan hitta och ge förlåtelse, säger Mira.

- Mer än något annat är förlåtelse av dem som har sårat eller kränkt oss i ett annat liv, den oöverträffat mest transformativa handlingen, som pekar ut riktningen mot ett fullödigt liv. ▶

"Att återuppleva andra inkarnationer hjälper oss att förstå vilka vi är och ger oss vägledning om våra mest akuta emotionella och fysiska utmaningar."

**JAG UNDRAR HUR** en andra liv-regression fungerar?

- Regression är ett mildt men ändå kraftfullt verktyg. Jag guidar mina klienter till ett tillstånd av djup fysisk och mental avslappning. Med kroppen i avslappning går ens naturliga fokus inåt och man får tillgång till djupare nivåer än i sitt vakna liv.

Enligt Mira är vi alltid i kontakt med våra andra liv och de vi kommer att leva. De är en del av vår väg, vår natur och vårt arv. Genom att låta stimuli i den yttre världen försvinna in i bakgrunden, får vi kontakt med de erfarenheter som har skapat oss.

- Berättelser, bilder och känslor i andra liv är oftast omedelbart närvarande för klienten och flödar fritt i sinnet. Jag ber klienterna berätta vad som händer och de beskriver helt enkelt historien för mig.

Varje session är unik och vad man erfar är alltid perfekt anpassad för att ge individen vad som tjänar deras högsta goda. Tidigare livstider framträder aldrig slumpmässigt. Och de är verkligen inte bara roliga historier att berätta på en middagsbjudning, tycker Mira.

- Att återuppleva andra inkarnationer hjälper oss att förstå vilka vi är och ger oss vägledning om våra mest akuta emotionella och fysiska utmaningar. Genom denna enkla process upplever människor sina andra liv med flera olika resultat. Mina klienter lämnar dock alltid sessionen i förundran. Det ger dem också möjlighet att kommunicera med sitt högre jag, andliga vägledare eller änglar, och få vägledning inför viktiga beslut, samt att få svar på frågor man burit på länge.

**MIRA KELLEY VET** av egen erfarenhet att regression kan hjälpa mot känslomässiga och fysiska problem. Till och med att förstå och släppa fobier och trauman. Genom regression får man veta mer om sina relationer med andra och vilka roller dessa människor har spelat i en delad livstid.

- Att se trådarna mellan oss, de kontakter som skapats över tid, ger oss en uppfattning om våra är nuvarande omständigheter. Vi kan börja se oss själva och andra med större medkänsla, förlåtelse och kärlek.

På min fråga om hur hon kan veta att det verkligen är tidigare liv man upplever och inte bara ens fria fantasier, svarar Mira med att hänvisa till forskarna *Jim Tuckers* och *Ian Stevensons* studier om reinkarnation, särskilt de om barn som medvetet sägs minnas tidigare liv.

Enligt Mira är att utforska detaljer i andra livstider en mödosam process och ibland är data svårtillgängliga.

- Jag råder därför alltid mina klienter att sluta bry sig om vare sig tidigare liv är verkliga eller inte. Istället ber jag dem att fokusera på frågor som: "Är min upplevelse av ett andra liv relevant för mitt nuvarande liv? Hjälper den här nya förståelsen mig att förändras? Har

dessa nya insikter varit befriande och styrkt mig?" Och svaret på dessa frågor är alltid: "Ja."

Mira Kelley skriver om olika tillstånd som understödjer att kunna återuppleva andra parallella liv, som att befinna sig i hjärnfrekvenserna theta och gamma.

- Vi behöver inte några särskilda omständigheter för att uppleva våra andra livstider. Det kan hända spontant när vi befinner oss på en plats eller i en situation som påminner oss om ett annat liv, och det kan också hända i våra drömmar. Men som sagt, när vi får kontakt avsiktligt genom regression kan vi använda information från andra parallella liv att få svar och vägledning.

- För sinnet är övergången nästan omärklig. Det krävs bara en subtil förändring av vår hjärnvägsaktivitet. Under en regression skiftas hjärnvågorna i beta, vår normala dagsmedvetenhet, till alfavågor i avslappning. I det tillståndet och med min vägledning kan klienten lätt förflytta sig antingen till i ett theta- eller gammattillstånd.

**I THETA ÄR MAN** medveten, men lite dåsig, förklarar Mira. Upplevs ungefär som just innan man somnar eller strax innan man vaknar, ett slags gränstillstånd mellan medvetet och omedvetet.

- När det används med avsikt kan det ge djupgående insikter, healing och tillförsikt. Gammattillståndet ger oftast ökad iakttagelseförmåga och närvaro, där en känsla av

enhet med alla och en inneboende visshet och förståelse för naturen och existensen väcks. Det är i theta- och gammattillstånden som en regression sker.

På vilket sätt kan andra liv-regressioner hjälpa oss att hantera livet till vardags?

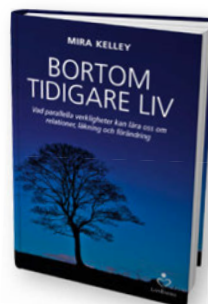
- Livet är en cykel av inlärning och undervisning, säger Mira lite dröjande. Mitt mål med boken är att berätta hur regression har hjälpt människor till ökad hälsa och välbefinnande, så att läsaren också kan nå dit. Jag hoppas också att läsaren ska känna förvisning och få nya perspektiv, samt kunna återknyta kontakten med det gudomliga inom sig.

Vilken är den viktigaste förutsättningen för att kunna växa som människa?

- Genom mina regressionserfarenheter har jag lärt mig att den verkliga makten skiljer sig mycket från det jag fick lära mig i skolan. Jag vet nu att kraften finns i att vara sann mot sig själv, snarare än att låta sig styras av andra. Människor som kontrollerar och manipulerar gör det bara för att de i själva verket är maktlösa, betonar Mira. För verklig kraft krävs endast längtan, villighet att ge vad som gagnar alla och tillit. För sann kraft behöver vi vara på samma våglängd med den högsta kreativa känslan. Jag har lärt mig att kraften kommer från att se sin sanna natur och lära sig förstå sitt innerstas kraftfulla väsen. ☺

Vinn!

Free lottar ut fem exemplar av boken "Bortom tidigare liv" av Mira Kelley, i samarbete med Livsenergi ([www.livsenergi.se](http://www.livsenergi.se)). Gå in på [www.livsenergi.se](http://www.livsenergi.se) och klicka på "Free utlottning". Skriv några rader om varför du är nyfiken på boken.



Plus mer

[www.mirakelley.com](http://www.mirakelley.com)  
"Bortom tidigare liv", Mira Kelley  
(Massoli förlag, 2016).  
Ladda ner en meditationsgåva:  
[www.mirakelley.com/gift](http://www.mirakelley.com/gift)