

CAMILLA ELFVING

MEDIUM

**DITT LIV MED ANDEVÄRLDEN
EN HANDBOK**

Unika intervjuer med Gary E. Schwartz, Sara Duppils,
Steven Upton, Terry Evans, Moira Hawkins, Robert Hahn m.fl.

MEDIUM

DITT LIV MED ANDEVÄRLDEN EN HANDBOK

Unika intervjuer med Gary E. Schwartz, Sara Duppils,
Steven Upton, Terry Evans, Moira Hawkins, Robert Hahn m.fl.

CAMILLA ELFVING



INNEHÅLL

Förord	10
---------------------	-----------

FÖRSTA DELEN: LIVET SOM MEDIUM

Seans för Hollywoodkändisar	16
Med fötterna på jorden och huvudet i skyn	18
Medial simultanförmåga är trenden.....	22
Avancerat mediumskap på Spook Hall	32
Medeltidens mediumskap hos anglosaxare och vikingar.....	43
Hur jag blev ett andligt medium	54
Samarbetet mellan världarna	67
Aura och den andliga utstrålningen	80
Edward – min väktare av skatten	91
Ester – mirakel och bebådelse.....	100
Weeping wednesday får varje medium.....	104
Inuti finns ett evigt ljus	116

ANDRA DELEN: LEKTIONER I MEDIUMSKAP

Generellt om mediumskap	120
Vad särskiljer mentalt mediumskap från transmediumskap respektive fysiskt mediumskap.....	121
Att bli ett diplomerat eller certifierat medium via utbildningar.....	123
Utveckla din mediala förmåga	126
Dedikering och intention	128
Daglig meditation	130

Mentalt mediumskap.....	132
--------------------------------	------------

Transmediumskap	162
------------------------------	------------

Slutord	180
----------------------	------------

Rekommenderad litteratur om mediumskap.....	181
--	------------

Ord och definitioner	182
-----------------------------------	------------

INTERVJUER

Intervju med Sara Duppils	27
<i>Fler besöker medium idag för att få andekontakt eller rådgivning!</i>	
Intervju med Steven Upton	34
<i>Mediumskapet har gått in i den digitaliserade världen!</i>	
Intervju med Ann Gotthold	48
<i>Mediets viktigaste uppgift är att hjälpa människor att bli hela!</i>	
Intervju med Moira Hawkins	60
<i>Vi alla är andar, förpackade i fysisk kropp!</i>	
Intervju med Terry Evans	72
<i>Jag hade utomkroppsliga upplevelser och flög ut i Universum!</i>	
Intervju med Gary E. Schwartz	84
<i>Det finns övertygande bevisning för att detta är verkliga fenomen!</i>	
Intervju med Robert Hahn	109
<i>Den helige ande kom till oss!</i>	

ÖVNINGAR

Övning – busskuren.....	141
Övning – uppfatta en färg.....	142
Övning – be om en bild från andevärlden	143
Övning i clairsentience – att känna andar.....	144
Övning med blomma.....	145
Övning med naturföremål i kuvert.....	146
Övning – läs av banden till det förgångna, nuet och framtiden ...	146
Övning i psykometri – enskilt eller i grupp	147
Övning med fotografi i kuvert.....	148
Övning i clairvoyance – att se andar	148
Övning med ögonbindel	149
Gruppövning – från psychic till andekontakt	150
Övning – hur känns olika mediala sinnen?	151
Spegelövning.....	152

FÖRORD

I den här boken presenterar jag en fantastisk livsväg – att leva och verka som medium och andlig lärare. Boken är en skildring av det allt mer populära mediumskapet med glimtar ur dess kultur, historia och spiritualistiska filosofi.

Den innehåller spännande samtal med relevanta profiler som endera har vetenskaplig bakgrund eller praktisk. De medier som medverkar har över 30 års erfarenhet av mediumskap och kan åtskilligt om ämnet.

Steven Upton är lärare på den internationella mediumskolan The Arthur Findlay i England. Som aktiv inom spiritualismen sedan 1970-talet ger Steven Upton spännande tankar om var mediumskapet befinner sig idag och vad som är trender och nya företeelser.

Gary E. Schwartz är professor i psykologi, medicin, neurologi, psykiatri och kirurgi. Han är verksam vid Laboratory for Advances in Consciousness and Health vid University of Arizona.

Gary E. Schwartz är författare till många böcker om det paranormala och har gjort uppmärksammade experiment på medier och paranormala fenomen.

Ann Gotthold är mediet som är undersköterska inom intensivvården. Hon berättar bland annat att spärrarna öppnas helt när man är nära döden. ”Många patienter pratar rätt ut i rummet

med andevärlden”, säger Ann.

”De pratar först på mental nivå, men när de är mycket nära döden så är det som om dimensionen skiftar och de har kontakt även på fysisk nivå. De ser och hör andevärlden mycket tydligt”, säger Ann som vid flera tillfällen när hon vakat vid någon som är dödssjuk kunnat se och uppfatta samma sak som patienten.

Terry Evans har gjort stor karriär som medium. Han har egen kursgård och förekommer i tv och tidningar.

Terry har på senare år deltagit i vetenskapliga undersökningar av mediumskap i Kina med forskare som kartlägger olika nivåer av medvetandet. Terry fick nå olika typer av förändrade medvetandetillstånd som samtidigt mättes och kunde jämföras med de resultat man hittat hos erfarna buddhismunkar.

Moira Hawkins bor huvudsakligen i Stafford, England men har jobbat i Sverige. Moira Hawkins är typexempel på ett ”multitasking medium” – en trend som boken belyser.

I transmediumskapet är det mesta möjligt, menar Moira. ”Huvudguiden kan tala till klienten och klientens egna guider kan komma igenom, samt döda anhöriga som antingen kan tala direkt genom mediet eller så kan huvudguiden agera medium/moderator och lämna meddelanden från nära och kära. Allt detta och mycket mer kan uppnås genom transtillståndet.”

Robert Hahn är läkare och professor i anestesi – smärtlindring. Robert Hahn har tillsammans med Marie-Louise Hahn publicerat flera böcker om andlighet och mediumskap.

Sara Duppils är aktuell med forskning om samtida spiritism eller nyspiritism som hon kallar det själv. Hon undersöker människors upplevelser av avlidnas andar ur ett vetenskapligt perspektiv.

Boken *Medium* består även av en handboksdel som ger en

orientering i ämnet och möjlighet att på egen hand träna upp den mediala förmågan genom övningar.

Övningsdelen består av en generell introduktion och är sedan indelad i mentalt mediumskap och transmediumskap. Övningarna är tidlösa och passar både nybörjare och personer med erfarenhet. En del av övningarna är lämpliga i en så kallad träningscirkel där personer träffas regelbundet för att öva sina psykiska förmågor och kontakt med andevärlden.

Jag har faktiskt aldrig hört någon ångra sina psykiska förmågor. Glöm inte heller att spiritualism är den enda religion som ger bevis!

Camilla Elfving

Stockholm den 22 mars 2017

INTERVJU MED

Steven Upton

LÄRARE PÅ THE ARTHUR FINDLAY COLLEGE

**MEDIUMSKAPET HAR GÅTT IN
I DEN DIGITALISERADE VÄRLDEN!**

Minister Steven Upton bor i Worksop, Nottinghamshire, England. Till yrket är han healer och medium samt lärare på Arthur Findlay. Fram till 2016 var han vice ordförande och talesperson för Spiritualist National Union.

Camilla: Hur har mediumrörelsen ändrats eller utvecklats, var står vi idag?

Steven Upton: Mediumskapet har inte haft någon evolutionär utveckling vad jag kan se, det är ingen skillnad på forna dagar – vi pratar om samma saker idag som vi gjorde igår, det vet vi genom alla böcker om spiritualism, mediumskap och kända medier.

Däremot har det blivit mer materialistiskt, det är exempelvis färre som är intresserade av volontärarbete idag.

Vidare har vi gått in i den digitaliserade världen, vilket jag bara ser fördelar med – mediala demonstrationer som exempelvis livesänds via internet med deltagare från hela världen som är anonyma för mediet utesluter ju exempelvis cold reading och kan på så sätt bli ännu mer bevisledande. Och så kan man nå många fler på detta sätt.

Camilla: Hur ser du på mediumskapet?

Steven Upton: Mediumskap handlar inte om att hjälpa folk för mycket eller tala om för människor hur de ska leva sina liv. Det är inte syftet och det är viktigt att komma ihåg.

Idag finns det två varianter av mediumskap – *kommersiellt mediumskap*, där underhållning, tv-program och sådant ingår, och sedan har vi *andligt mediumskap* som är mer inriktad på religiös verksamhet, akademiska studier och ”service to others” – att tjäna mänskligheten. För min del finns det plats för båda, så jag dömer inte, utan försöker återge min uppfattning om dagsläget.

Camilla: Vilken människa blir ett medium, hur och varför?

Steven Upton: Det finns två typer – det spontana mediet, de som har det som naturbegåvning, och sedan finns det de som utvecklar mediumskapet genom mycket och lång träning. De bästa medierna är absolut produkter av jättemycket träning.

Men vem som är bra beror på vem du ”benchmarkar” mot. Det största misstaget är egentligen att jämföra sig med

andra. Mitt tips är detta – fråga dig själv var du var för 5, 10 eller 15 år sedan. Har du utvecklats positivt, har du gått framåt? Då är det bra.

Camilla: Vilka trender inom mediumskap uppfattar du? Vad går vi mot?

Steven Upton: Tidigare var mediumskapet och våra förmågor mycket mer uppdelade – aningen var man ett healingmedium eller ett mentalt medium eller ett fysiskt medium. Idag är vi ”multitasking” i högre uträkning, vilket innebär att ett medium hanterar alla aspekter av mediumskapet. Den trenden är ganska ny.

Sedan finns ett tilltagande intresse för healing. Vi har tappat healingdemonstrationerna men det är möjligt att de kommer tillbaka. Ta exempelvis Harry Edwards, ett briljant trans- och healingmedium som verkat i det förgångna.

Camilla: Beskriv gärna hur en sådan healingdemonstration går till!

Steven Upton: Då står mediet på plattformen (scenen) med publiken framför sig och känner in åkommor hos publiken via sin clairsentience (medial känsel). Sedan går mediet fram till en person och börjar beskriva dennes situation exempelvis ”jag upplever att du har ont i ditt högra knä stämmer det?” Varpå personen i publiken får svara på det. Sedan får personen ta emot healing av mediet.

Camilla: Ni har en ganska accepterad inställning till healing i Storbritannien eller hur?

Steven Upton: Ja, det har varit godkänt att praktisera healing på sjukhusen, tillsammans med annan form av vård, i England sedan 1970-talet. Notera att det aldrig har ersatt någon annan form av medicinsk insats utan att det fungerar komplementärt. Till och med Prins Charles är intresserad av healing och har uttalat sig positivt i tidningar om komplementär healing.

Camilla: För en total nybörjare i mediumskapet som saknar inblick, träning etc. – hur kan den börja med det här?

Steven Upton: Det finns två aspekter av mediumskapet – den akademiska och den praktiska. Vad som är sant att säga är att mediumskap inte bara kan läras in teoretiskt, via böcker, utan mediumskapets inläring innebär även praktisk erfarenhet. Däremot bör man börja med att studera ämnet litterärt. Det finns många bra böcker om mediumskap, men också en del som är skräp så man får välja med omsorg.

Så, en del av resan in i mediumskapet är att ta till sig ämnet teoretiskt. En del studenter vill inte läsa om ämnet utan bara praktisera, men det är något jag avråder från. Man måste förstå vad det är man gör, inte bara göra det, och det bästa man kan göra för att utveckla mediumskap är att skaffa sig böcker och börja läsa.

Sett till den praktiska och erfarenhetsmässiga delen så tränar man upp mediumskapet via utbildningar och kurser. Det är viktigt att fråga vilka kvalifikationer en viss lärare eller ut-

bildare har så att man vet att kursen håller hög standard.

Tyvärr är det inte alla som har råd att gå på exempelvis Arthur Findlay och liknande utbildningar men då finns andra vägar. Spiritualistkyrkor och föreningar brukar i regel ta mindre betalt för utbildning och träning.

Har man tillgång till internet finns exempelvis SNUi Facilities som är vår nystartade webb-baserade skola inom mediumskap där man kan sitta varhelst man vill i världen och ta del av lektioner och även ställa frågor – på så sätt gör vi mediumskapet tillgängligt för många.

Att sitta i träningscirkel med någon som verkligen vet hur det ska gå till är också en möjlighet som inte behöver kosta.

Camilla: Vilka är dina bästa tips till personer som vill utvecklas ännu mer inom mediumskapet?

Steven: Jag ser inte på mediumskapet som en gåva utan som en ”skill” – en färdighet, en tränad talang. Om man ska göra något utav detta och ta betalt för det så måste man ha nått en hög standard och kvalitet. Mitt bästa tips är därför att ha tålmod. Man behöver verkligen lära sig att göra det här bra. Människor som bara tränat på någon enstaka kurs och går ut med tjänster inom det här gör verkligen andevärlden och hela branschen en otjänst.

Man bör ha suttit i en medial träningscirkel under minst fem år till att börja med. Man bör ha gjort många sittningar och demonstrationer i träningssyfte, utan att ha tagit betalt för det.

Att bara gå på kurser och utbildningar är inte heller utvecklande om personen inte praktiserar kunskaperna hem-

ma efteråt. Och ännu värre, personer som lär ut detta efter någon veckas utbildning. De lär ut det dom själva inte kan. Men mediumskaap går inte att lära sig fort utan jag anser att ett minimum på fem år måste man lägga innan man kan erbjuda tjänster, och för att undervisa tycker jag ett minimum på tio år innan man ens bör fundera på att vara lärare.

Camilla: En del människor pratar om demoner och onda andar, vad är din och SNU:s kommentar till det?

Steven Upton: Nej, det finns inga demoner eller onda andar som försöker sabba någons liv. Det händer inte! Det som däremot finns är rädsla och det vi skapar själva genom våra egna rädslor. Vår möjlighet att kommunicera med andevärlden sker genom Guds kärlek.

Problemet är att det finns en massa skräckfilmer som är avsedda som underhållning men som sätter skräck i personer som inte kan skilja mellan verklighet och fiktion.

Och går vi tillbaka i tiden en fem-sexhundra år så trodde man allt från att det flög ut onda andar ur näsan när man nös, till att epilepsi var demonbesättelse. De visste inte bättre på den tiden. Idag vet vi bättre och när det gäller mediumskaap måste vi vara rationella och genomskåda våra illusioner och rädslor. Det finns inga demoner eller andar som vill människor illa.

Camilla: Går vi mot en allmän acceptans och förståelse för att livet fortsätter efter döden? Kommer alla vara av den trosuppfattningen? Kommer vi ha tillräckliga vetenskapliga bevis för att konstatera att vi överlever döden?

Steven Upton: Alla sju miljarder människor? Nej. För det är inte meningen att det ska bli empiriskt bevisat utan det är en personlig resa och insikt att förstå att det finns liv efter döden.

Tidigare sekel har undersökt saken och lagt fram bevis (Sir William Crooks med flera) men så kommer en ny generation som inte accepterar vad föregångarna gjort och så fortsätter det, om och om igen. Vi har forskare som kommer hit från olika universitet och vi har vårt eget forskningslabb på Arthur Findlay men det spelar ingen roll.

Dessutom så är det själva resan och vägen till en förståelse för att livet fortsätter som är viktig och värdefull. Det är alla insikter som medföljer. Om vi fick ett bevis, godtagbart för alla, så skulle själva resan till förståelsen gå förlorad.

Camilla: Vad trender inom mediumskap och åt vilket håll går vi? Var står vi med det här om hundra år?

Steven Upton: Mediumskapet har funnits i alla tider, men vad vi kan lära oss av historien från den moderna eran, som dateras från 1848, är att vi kan se att det har anpassats till att möta dagsbehoven.

Vi hade det *fysiska mediumskapet*⁵ som öppnade upp människor. Sedan antog det formen av underhållning för parlamentet under den viktorianska eran, därefter möjligheten till individuell kommunikation med andevärlden och sedan vidare till att göra publika demonstrationer.

Efter första världskriget dominerades behovet av att få bevis för personlig överlevnad, då massvis av soldater hade stupat i kriget och familjer runt hela Europa hade förlorat famil-

5 Paranormala fenomen som uppträder i den fysiska verkligheten.

jemedlemmar. Samma sak upprepades vid andra världskriget. Så vi ser en tradition som följer med människan.

När det gäller framtiden så bör man som medium fråga sig om man vill hålla på med bordsdans och ouijabräden, som man gjorde i slutet av 1800-talet eller om man vill bota cancer. Vad väljer du? Detta sagt med lite sarkastisk humor men det finns ett allvar bakom det.

En stark trend är att ha simultana förmågor, att vara mångfacetterad. Healing och transmediumskap kan exempelvis kombineras och även transmediumskap och psychic där medvetandet kan dela upp sig i en mångfacetterad förmåga. Det gamla sättet att tänka är ju att separera varje event och syfte. Det vi ser nu att vi öppnar oss för olika kombinationer, multipla aspekter av mediumskap, på en och samma gång. Medvetandet kan öppnas mycket mer än vad vi tidigare känt till och som en hint om framtiden är detta vad vi ser komma.

Camilla: Vilka värden och vinster finns om människor i allmänhet tränar sina psykiska förmågor såsom intuition, ingivelse, telepati och så vidare?

Steven Upton: Det skulle förmodligen göra oss mer lyhörda för andra människors behov, fast på mer subliminal nivå. För vi är mer sympatiska och empatiska genom dessa förmågor och vi skulle troligen bli mindre konfrontativa och aggressiva. Vi kommer förmodligen förstå mer hur vår egen attityd påverkar andra människor. Det är viktigt att understryka att psykisk förmåga (psychic ability) inte har något att göra med andar eller andevärlden.

Du kanske inte kan älska alla människor men du kan vara

snäll mot alla. Det kommer att förändra världen om vi är snälla och vänliga, världen kommer att bli en lyckligare plats.

Camilla: Slutligen, är det något du vill säga till blivande medium och personer intresserade av mediumskap?

Steven Upton: Det råd jag vill ge till blivande medium är att ge dig själv tiden, för det är så viktigt att ha tålamod och låta utvecklingen ta den tid det tar. Och sedan ska man fundera över vad man ska ha mediumskapet till, vad är poängen med det, hur ska det användas? För mediumskap handlar inte om personen själv i fråga utan enbart om att hjälpa andra människor, och det är viktigt att förstå.

Sedan tycker jag personligen att man måste ha medkänsla i detta yrke, är det någon som verkligen behöver en sittning eller healing, för att det skulle hjälpa hela den personens liv, men som inte kan betala för det så bör man kunna bjuda på det.

anteckningarna studeras gemensamt. Klienten responderar och ger feedback på de intryck mediet har fått.

ÖVNING – HUR KÄNNES OLIKA MEDIALA SINNEN?

SVÄRIGHETSGRAD: MELLAN

Prova att bara använda ett medialt sinne åt gången. Denna övning kan göras i form av en privatsittning, det vill säga för en person, eller i form av en gruppseans, för flera klienter.

Sitt eller ställ dig upp och be om kontakt med andevärlden. Koncentrera dig enbart på ett sinne, börja exempelvis med hörseln. Försök höra vad andevärlden vill säga, försök uppfatta genom att lyssna och fokusera helt på enbart att höra och förmedla det du hör.

Byt sedan sinne och använd bara synen – stäng av hörsel och känsel och mobilisera all koncentration till tredje ögat, din inre syn. Vad ser du? Vad förnimmer du visuellt? Förmedla dina intryck.

Slutligen, använd enbart känseln och gör samma sak. Detta är en bra övning för att få grepp om hur de olika mediala sinnena fungerar.

MEDIUM

DITT LIV MED ANDEVÄRLDEN
EN HANDBOK

**Vill du ha kontakt med andevärlden?
Vill du veta vad mediumskaap verkligen är?
Har du koll på trender och vetenskaplig forskning
på mediumskaap och healing?**

CAMILLA ELFVING från Stockholm är ett andligt medium och författare till flera böcker om det paranormala. I den här boken presenterar Camilla en fantastisk livsväg – att leva och verka som medium och andlig lärare. Camilla tar med läsaren in i den internationella mediumvärlden. Boken innehåller exklusiva intervjuer med forskare på mediumskaap och healing samt kända, verksamma medier med över 30 års erfarenhet av mediumskaap.



Boken MEDIUM består även av en handboksdel som ger en orientering i ämnet och möjlighet att på egen hand träna upp den mediala förmågan genom övningar. Övningarna är tidlösa och passar både nybörjare och personer med erfarenhet.

Mediumskaap är universellt och inkluderande med främsta motiv att hjälpa människor till insikt om att:

- Vi överlever döden
- Varje människa har eget ansvar för sina handlingar
- Våra handlingar på jorden räknas
- Vi är sammanlänkade

Mediumskaap och den kärleksfulla andlighet, som är odogmatisk och universell, växer och blir attraktiv för allt fler människor. Mediala tjänster efterfrågas och att vara medium är ett yrke på dagens arbetsmarknad.

Att människor når inre frid och sann kärlek till sig själv och sina medmänniskor är helt nödvändigt för ett fredligt samhälle. När vi får ett själsligt perspektiv på oss själva sker en mycket stor förändring.

Inspired Life
by **VATTUMANNEN**

978-91-87512-43-8



9 789187 512438