



EVA-BRITT
WENNERSTRÖM

ANDEN I DITT LIV

En guide till mediumskap
och inre utveckling

FÖRORD AV LOUISE MINERVA-LI

Anden i ditt liv

En guide till mediumskap och inre utveckling

Eva-Britt Wennerström

Anden i ditt liv

ISBN 978-91-985713-2-5

Danskt band, första tryckningen

Copyright © 2013 Eva-Britt Wennerström

Utgiven av Regnbågsförlaget 2020

Tidigare inbunden utgåva utgiven av Mamalia 2013

www.eva-brittwennerstrom.se

Alla rättigheter reserverade. Boken får inte återges, reproduceras eller överföras i någon form eller på något sätt, elektroniskt eller mekaniskt (inklusive fotokopiering), spelas in eller lagras i någon form av informations- eller hämtningsprogram, utan utgivarens skriftliga tillstånd.

Illustration på omslaget: Kjpargeter – Freepik.com

Omslag och sättning av StjärnDistribution

Tryckt hos ScandinavianBook, Danmark, 2020

Innehåll

Förord av Louise Minerva-Li.	11
Prolog	15
Bakgrund: Hur boken blev till	17

Del ett: Begreppet medium

Introduktion.	23
-----------------------	----

KAPITEL ETT: Energibegreppet

Energi i skolböckerna	25
Den universella energin.	26
Vad innehåller den universella energin?	28
Människans energifält	29
Chakrasystemet.	29
Auran	30
Vår psykiska energi (vårt kraftfält)	31
Sammanfattning kapitel 1	32
ÖVNING: Lär dig känna auran.	32
Rekommenderad fördjupning	33

KAPITEL TVÅ: Att vara i sin kraft

Karisma	35
Vad är en psychic?.	36
Sinne	39
Sammanfattning kapitel 2	41
ÖVNING: Intoning.	41
ÖVNING: Avsluta dagen i tacksamhet.	42
ÖVNING: Kraften inom eller utanför dig	42
ÖVNING: Onödig handling	43
ÖVNING: Identifiera dig med kraft	43
Rekommenderad fördjupning	43

KAPITEL TRE: Mediumskap45

Historia	45
Spiritualismen idag – en religion, en vetenskap och en filosofi . .	47
Spiritism eller spiritualism?	48
Spiritualismens sju principer	52
Den svenska spiritualismen	54
Mediumskap – vad är det?	56
Ett spiritualistiskt medium ska ge bevis.	57
Fysiskt mediumskap	58
Fakulteter inom fysiskt mediumskap	61
Varför i mörker?	64
Fusk.	64
Bevisen finns i kommunikationen	65
Mentalt mediumskap	67
Perception	68
Kontroll	70
Kanalisering	76
Filosofi.	80
Vad är ett spiritualistiskt medium?	81
Kan alla bli ett spiritualistisk medium?	87
Psychic kontra medium.	89
Vad ska du göra som sittare?	95
Begreppet guider	98
Paranormala aktiviteter	101
Tidigare liv.	105
Sammanfattning kapitel 3	106
ÖVNING: Meditation för de döda	107
ÖVNING: Få kontakt med din guide	107
Rekommenderad fördjupning	108

KAPITEL FYRA: Mer om mediumskap 110

Var bor andarna?	110
Genvägar eller dedikerad träning	109
Det andliga gymmet	112

Ett fint besök i medveten närvaro	113
En kritisk granskning av utbildning	113
Utvecklingscirklar	115
Mediumutbildning	119
Medvetandet	120
Det omedvetna	123
Självsuggestion och mental träning	127
Det omedvetna i mediumvärlden	131
Sammanfattning kapitel 4	132
ÖVNING: Psykometri	133
ÖVNING: Prata med det omedvetna (1)	134
ÖVNING: Prata med det omedvetna (2)	134
ÖVNING: Skapa ditt eget mentala träningsprogram	135
Rekommenderad fördjupning:	136
 KAPITEL FEM: Det finns ingen död	 137
Spiritualismen som mall	137
Varför tala med döda?	138
Tro	142
Den inre resan	144
Sammanfattning kapitel 5	145
Rekommenderad fördjupning	145
 SLUTORD DEL ETT: Mediumskap och andlighet . .	 147

Del två: Andlig skolning

KAPITEL SEX: Kraften i överlämnandet	156
Att överlämna sig	156
Överlämnande av intellektet	158
Överlämnande kvalitéer	163
Vilka behov har vi?	164
Intuitionen	166
Intuitionens källor	169

Frikoppling	172
Sammanfattning kapitel 6	175
ÖVNING: Skolning.	175
ÖVNING: Intuition i vardagen.	176
ÖVNING: Teatersport	176
ÖVNING: Kreativt skrivande	177
ÖVNING: Öva din kreativitet	177
Rekommenderad fördjupning	178
KAPITEL SJU: Tillgänglighet.	179
Ett lugnt sinne	179
Intoning.	181
Sömn.	193
Hjärnvågor.	194
Sammanfattning kapitel 7	195
ÖVNING: Är du inne eller ute?	195
ÖVNING: Enkel sömnövning för att frigöra hjärnan	196
ÖVNING: Receptiv meditation i två delar	196
ÖVNING: Reflekterande meditation – Bygg upp din kraft.	197
Rekommenderad fördjupning	198
KAPITEL ÅTTA: Överlämnande av egot	199
Psykosyntesen.	203
Delpersonligheter	205
Vilja.	208
Sammanfattning kapitel 8	220
ÖVNING: Sök efter en lojal delpersonlighet	221
Rekommenderad fördjupning	222
SLUTORD DEL TVÅ: Mediumskap och forskning.	223
Epilog	233
Inspiratörer.	242
Fördjupningslitteratur	245
Index.	247

BAKGRUND

Hur boken blev till

Finns det ett liv efter döden? Kan det vara möjligt att en själsgnista går vidare och så småningom finner sig tillrätta i en annan värld, annorlunda från vår egen? Har vi människor gömda, andliga potentialer, som vi glömmer och förtränger ju mer vi har styrt vårt leverne bort från de ursprungliga liv som vi kanske var ämnade att leva?

Kanske är detta bara ett önsketänkande från mig som inte vill dö och som med fasa ser fram emot den stund då jag måste lämna, kanske långt innan jag hinner förverkliga alla de drömmar jag har planerat. Tanken på att dö kan vara skrämmande. Inte för att döden i sig själv skrämmar, men tanken på att vara med om den gör mig paralyserad. Hur väl förberedd man än är, hur fantastisk familj och hur djupa och nära relationer man än har så är man till sist ensam, ensam att möta den sista utmaningen. Döden är den sista gränsen som man inte kan komma ifrån hur man än vänder och vrider sig, hur man är manipulerar och kontrollerar. Känslan av att ge upp, att överlämna mig känns överklig, om än väldigt förförisk. Jag smakar på tanken att ge mig hän ...

Jag har haft förmånen att vara med om otaliga så kallade oförklarliga händelser och jag har ofta inte hittat några relevanta förklaringar till dessa fenomen. En del av mig vill tro på en evig existens. Därför accepterar jag dessa händelser som sanna och jag kan därför med gott samvete stå bakom det jag skriver i denna bok. En annan del av mig vägrar envist att överlämna mig till en tro där alla döda vandrar omkring i ett slags

paradisland och att de, när de har lust, kommer fladdrande tillbaka för att prata med oss. Därför är jag ständigt kritisk och har svårt att acceptera någonting som sant om jag inte kan spåra informationen till flera olika, som jag bedömer, vederhäftiga källor.

Då de vetenskapliga studierna inom detta ämne är få, hämtar jag den mesta informationen från mina egna upplevelser, erfarenheter och kunskaper. Dock har jag strävat efter att hitta relevanta belägg som styrker mina teorier.

De empiriska fakta i avsnitten om mediumskap är många gånger ej testade enligt vetenskapliga principer. Detta torde vara svårt då vi i mediumskap och andlig skolning talar om individens egna upplevelser i relation till olika kommunikatörer (läs medier) och diskarnerade andar.

Jag har många års studier bakom mig, inte minst mina år som elev till några av vår generations mest erfarna medier. Mina lärotimmar inom SNU, Spiritual National Union ligger till grund för många av de teoretiska avsnitten i kapitlet om mediumskap. Jag har sedan ungdomen passionerat slukat allt jag som har kommit i min väg inom psykologi, esoterik, religion och pedagogik. Sedan 1995 har jag envist och intensivt förkovrat mig i kurser, litteratur och praktiskt träning i den spiritualistiska rörelsen, främst med lärare från UK. Jag har fördjupat mig i de omfattande skrifterna av filosofen, läraren och vetenskapsmannen Rudolf Steiner som är pappa till både antroposofisk läkekonst, och waldorfpedagogik och biodynamiskt, ekologisk jordbruk. Roberto Assagioli, psykosyntesens italienska grundare, har sina rötter i den humanistexistentiella psykologin. Han var psykoanalytiker och esoteriker med väl förankrad kunskap i psykologi, filosofi samt kristen, judisk och österländsk mystik. Hans metod, psykosyntesen, fokuserar på individens potential och möjlighet till andlig och personlig utveckling.

Jag avslutade 2013 en utbildning till samtalsterapeut på Psykosyntesakademien i Stockholm. Under större delen av mitt yrkesverksamma liv har jag i egna företag varit verksam i konferens och nöjesbranschen i Stockholm.

Boken består av två delar. Del ett är av mer förklarande karaktär där jag talar om energibegreppet, ”psykisk kraft”, olika typer av mediumskap och dess olika fakulteter. Jag redovisar också min erfarenhet om hur detta fenomen faktiskt fungerar, vad ett medium är och vad som krävs för att bli ett. Jag utgår då mestadels från den spiritualistiska läran.

I del två för jag resonemang om vilken träning, aktiviteter och metoder som skulle kunna ligga till grund för en bestående andlig utveckling och vilka eventuella hinder och svårigheter som kan skönjas på vägen.

Beroende på vilken tradition man kommer ifrån förekommer en del olika uttryck för det som betecknas vara din inre del, den som inte är i full kontakt med medvetandet. Graden av medvetenhet uttrycks också på olika sätt. Gemena man är troligast familjär med uttrycket det *undermedvetna*. Inom mediumvärlden talar vi ofta om det undermedvetna som den plats där den inkarnerade anden möter den diskarnerade. Det ifrågasätts dock då vissa menar att mer utvecklade, andliga väsen istället väljer att manifestera sig genom ett högre medvetandet. För att inte fastna i en definitionsfråga med liten relevans för läsaren kommer jag i boken att använda mig av begreppet *det omedvetna* och avser här människans inre del som vi inte är medveten om. I de fall ett annat uttryck används kommer jag att redovisa det.

Med denna bok vill jag förmedla spiritualismen som en grundläggande, viktig och vederhäftig kunskapskälla för personer som utvecklar sitt mediumskap eller söker ett träningskoncept för andlig utveckling. Jag redovisar också egna och andras tankar kring vikten av en andlig skolning i en tidsålder då vi alltmer hänger oss åt andlig materialism, ”halleluja moments” och snabba lösningar.

Jag tror att den här boken kommer att besvara en mängd frågor hos de som studerar mediumskap eller söker andlig skolning. Jag tror också att den kommer att vara intressant för den som tvivlar men har modet att smaka på alternativen.

Spiritism eller spiritualism?

Det råder idag en viss förvirring kring vad dessa begrepp egentligen innefattar. Ordet *spiritism* används alltmer sällan fast det kanske är det begrepp som närmast beskriver de fenomen som denna bok berättar om. En titt i svensk uppslagsbok ger:

Spiritism

Tro, åskådning, lära enligt vilken människan (genom förmedling av ett medium eller på annat sätt) kan komma i kontakt med avlidnas andar.

Spiritualism

Religiös åskådning som hävdar (vanligtvis under förkastande av yttre kyrkliga former, traditionellt gudstjänstbruk, sakrament och dogmer) att anden (uppfattad som ett immateriellt och av kroppen fullständigt oberoende väsen) utgör organ för omedelbar förbindelse mellan människa och Gud.

Jag kontaktar Chester Serrander, historiker och skribent. Serrander arbetar konstant med att undersöka, skriva och debattera spiritualismen i alla dess former. Han beskriver skillnaden mellan spiritism och spiritualism på följande sätt:

Man hör ofta frågan om det är någon skillnad mellan spiritism och spiritualism. Det är emellertid en fråga som inte kan besvaras med några få meningar. Anledningen är att det råder delade meningar beroende av å ena sidan historieuppfattning, tradition och kultur. Å andra sidan av att man måste ta i beaktande den semantiska aspekten. Spiritualismen har sitt starkaste fäste i den anglosaxiska kulturen. Spiritismen kodifierad av Allan Kardec, med ursprung i Frankrike, har sin egen version och är mycket vanlig i de latinamerikanska länderna.

Det finns en utbredd uppfattning att skillnaden enkelt består i att spiritismen/spiritisterna endast var intresserade av de fysiska fenomen som förekom vid

seanserna. Till exempel materialisationsfenomen, direktröst och borddans. Då var spiritualismen en motreaktion i den meningen att det viktiga var vad andarna förmedlade i sina budskap. Där var det alltså den andliga filosofin som var kärnan. Tanken var att de diskarnerades kunskap var överordnad de inkarnerades. Då ansågs det vulgärt att syssla med sällskapslekar á la spiritism när man istället borde koncentrera sig på den andliga filosofin.

Detta äger delvis sin riktighet, men jämförelsen av de två begreppen kan ytterligare problematiseras, vilket kräver en kortare beskrivning av både spiritismens och spiritualismens bakgrund. Det ska här sägas att det inte finns någon enhetlig tradition i exempelvis Europa, länder emellan, hur de två termerna används. Lokala variationer måste man alltså ta i beaktande.

Jag vill börja med att beskriva bakgrunden till spiritualismens principer. Robert Owen (1771-1858) kom från Wales. Han arbetade för sociala reformer och brukar beskrivas som en förespråkare för en slags utopisk socialism. Han ansåg att alla religioner byggde på en och samma löjliga fantasi. Med tiden förändrades han och konverterade till spiritualismen. Denna förhistoria är viktig i förståelsen för vad det amerikanska mediet, Emma Hardinge Britten, i trans förmedlade under seanser på 1860-talet. Hon hävdade att hon, från Owens ande förmedlade idéer i spiritualistisk anda. Det var dessa idéer som sedan kom att sammanfattas och kallas för De sju principerna. De var, enkelt uttryckt, ett slags budord som kom att bli grunden för Spiritualist National Union (SNU). De är ännu i denna dag grunden för SNU som formar spiritualismen utifrån tre grundpelare; filosofi, vetenskap och religion. Denna grund är i huvudsak det som renläriga spiritualister världen över bekänner sig till.

Nu bör det tilläggas att det skett mycket splittring i olika sammanslutningar till följd av samhällsutvecklingen eller personliga övertygelser. Många kallar sig idag för spiritualister utan att för den skull följa de ursprungliga principerna.

Efter 1920-talet, delades spiritualismen i tre olika riktningar. Den första av dessa fortsatte traditionen av enskilda utövare, andra var organiserade i cirklar centrerade kring ett medium och sittare, utan den kyrkliga hierarkin och dogmer.

Den andra riktningen av spiritualismen har valt att införa formella organisationer, mönstrade efter formell organisation i kristna samfund, med etablerade trosbekännelser och liturgier, och formella utbildningskrav för medier. I USA är spiritualistiska kyrkor sedan år 1893 främst anslutna till National Spiritualist Association of Churches. Motsvarande i Storbritannien är Spiritualist National Union, som grundades 1901. Under 1920-talet uppstod en praxis om formell utbildning i spiritualistismens principer. Den traditionen fortsätter i dag med Arthur Findlay College i Stanted, norr om London.

Den tredje riktningen inom spiritualismen har varit en fortsättning på den empiriska orienteringen av religiösa fenomen. Redan så tidigt som 1882, med grundandet av Society for Psychical Research, som bildades som en helt igenom sekulär organisation med syftet att undersöka spiritistiska påståenden. De baserade sin tro på livet efter detta på fenomen som var möjliga att studera med åtminstone rudimentära vetenskapliga metoder.

Den organiserade spiritismen av idag grundas i huvudsak på Kardec's principer. Den är tydligare då den fortfarande tillämpas så som Kardec ursprungligen kodifierade läran. Teoribasen finns sammanfattat i hans huvudsakliga verk: Andarnas bok, Mediernas bok och Evangelium enligt spiritismen, Heaven and Hell och Genesis.

Till sist vill jag nämna en betydelsefull fråga som tydligt skiljer spiritism och spiritualism. Reinkarnationen har en central betydelse i spiritismen, alltså återfödelse i mänskligt liv efter döden. Enligt den spiritistiska läran förklarar reinkarnationen de moraliska och intellektuella skillnaderna människor emellan. Den visar också vägen till människans moraliska och intellektuella perfektion genom möjligheten att ändra sina misstag och öka sin kunskap genom successiva liv. Det är av denna anledning som spiritismen inte accepterar mänsklig återfödelse i djur, eftersom detta skulle innebära tillbakagång istället för utveckling. Slutligen, till skillnad från spiritualismen, omfattar spiritismen inte någon religion: Spiritismen är en filosofi som dess anhängare lever efter. Spiritismens anhängare har inga präster eller ministrar och följer därför inte några religiösa ritualer i sina möten. De kallar heller inte sina mötesplatser för kyrkor, i stället kallar de dem

vid olika namn såsom centrum, samhälle eller förening. Deras verksamhet består huvudsakligen av att studera den spiritistiska läran, tillämpa andlig healing och organisera välgörande uppdrag.

Spiritualismens sju principer

Spiritualismen bygger på sju principer som nedtecknades år 1871 efter att Emma Hardinge Britten i trance mottog direktiv från Robert Owen i andevärlden. Principerna var inte ämnade att användas som dogmatiska regler utan mer som en moralisk vägvisare som alla kunde enas om.

1. Guds faderskap

Huvudprincipen i denna filosofiska rörelse är att allt är sprungen ur en gudomlig energi som vissa kallar Gud. Denna kraft är skaparen av allt som finns och den finns i allt och alla.

2. Människans broderskap

Eftersom vi alla kommer från samma källa – vi är systrar och bröder – har vi alla lika värde. En spiritualist ska därför verka för att försöka förstå sina medmänniskors behov och villkorslöst hjälpa alla, oavsett ras och färg.

3. Andarnas gemenskap och ministeriet för änglar

Gemenskap med gudomlig energi är en naturlig och viktig del av tillvaron. Kommunikation mellan Anden själv och oss är en inbyggd förmåga. Spiritualisterna använder denna förmåga till kommunikation direkt eller via ett medium. Det huvudsakliga syftet med kommunikation med andevärlden är den bevisning som stödjer denna filosofi. Ministeriet för änglar fungerar som mellanhand för den gudomliga kunskapen som inspirerar individ och samhälle. Därunder står andarna som naturligt kan kommunicera direkt med medier eller andra.

4. Den kontinuerliga förekomsten av den mänskliga själen

Anden är en del av den kreativa kraften och är i sig oförstörbar. Energi är oförstörbar, den ändrar bara form. Efter döden fortsätter själen att leva vidare i en annan form.

5. Personligt ansvar

Gud har gett oss en enorm potential som vi kan använda för att utveckla vårt liv. Varje människa har ett personligt ansvar, vilket betyder att du är helt och fullt ensam ansvarig för dina egna handlingar och tankar. Du kan alltså inte skylla på andra eller omständigheter för ditt eget agerande.

6. Ersättning och vedergällning för goda och onda gärningar

Denna lag handlar om orsak och verkan. Den opererar i vårt dagliga liv och i andevärlden. Vi blir alla ansvariga för de val vi gör på vår resa och det kommer att påverka vår själsutveckling. Dock blir vi inte dömda när vi kommer till den andra sidan. Där får vi möjlighet att se på de vad vi gjorde och hur vi eventuellt hade kunna välja på ett annat sätt.

7. Evig utveckling för alla mänskliga själar

Evigheten börjar inte först efter döden. Alla har möjlighet att växa här och nu, och allt vi gör eller planerar att förändra för att underlätta själens växande skapar en positiv reaktion. Det kommer alltid finnas möjlighet till själslig tillväxt i den stora evigheten.

I England finns idag ett stort antal spiritualistiska kyrkor. Man utför ”services”, gudstjänster där man sjunger, lyssnar på filosofiska förkunnanden, ber och umgås. Istället för en präst använder man sig av ett medium som demonstrerar sina gåvor. Han eller hon förmedlar meddelanden och filosofi från den andra sidan till kyrkobesökarna. Ett medium i en spiritualistisk kyrka har även många andra uppgifter. Han eller hon kan också viga, vara lärare och förrätta begravningar. Man får sitt certifikat

från ett antal få, stora organisationer som bedriver utbildning på praktisk och teoretisk nivå. Olika testgrupper åker sedan runt i landet för att kontrollera att de utexaminerade medierna sköter sig och arbetar på en acceptabel nivå. Man kanske kan jämföra detta med Michelinguiden, en organisation som sätter betyg på restauranger.

Den svenska spiritualismen

Sveriges mest kända internationella medium torde förmodligen vara Emmanuel Swedenborg som under 16- och 1700-talet verkade som naturvetare, filosof, vetenskapsman, bibliotekarie, teosof och kristen mystiker. Hans teologiska verk och förutsägelser om världens utveckling läses fortfarande av människor i olika länder. Sir Arthur Conan Doyle, författare bland annat till Sherlock Holmes, var en av spiritualismens huvudfigurer under det förra seklet. Han skrev: "För att till fullo förstå Swedenborg behövs en Swedenborgs hjärna, vilket inte uppfylls mer än en gång varje århundrade. Spiritualismen kommer vara evigt tacksam för det arbete som frambringades genom Emanuel Swedenborg." "Den nya kyrkan" baserad på Swedenborgs läror finns fortfarande, både i Skandinavien och i de anglosaxiska länderna.

Den svenska spiritualismen lever idag en tynande tillvaro. Ramsbergsgården i Västmanland har spelat en central roll i den svenska historien. Fram till 1990-talet fanns mer eller mindre aktiva spiritualistiska föreningar runt om i landet. Några är fortfarande aktiva. Dessa var organiserade i ett centralt förbund, SSR, som administrerades från Ramsbergsgården.

Denna stora träbyggnad från slutet av 1800-talet var från början ett fattighus, ålderdomshem och pensionat och köptes 1968 av förbundet för att tjäna som centralpunkt för medlemmar i de olika föreningarna. Gården kom sedan att tillhöra en privat familj, Sundblads, som i olika konstellationer drev den som kursgård fram till 2002. Därefter kom Colin Fry att äga och driva gården fram till 2007 när Jane Lyzell (elev

till Colin Fry) och Joel Strandberg tog över och drev den fram till 2015 då fastigheten såldes till en privatperson.

Några av Sveriges mest kända medium har bott och verkat på gården, däribland Ernst Broberg och Lennart Bendix. De gamla medierna har lämnat efter sig ovärderliga böcker och annat material som numera bevaras i ett bibliotek på övervåningen.

Den bild många svenskar har av spiritualismen stämmer föga med den verksamhet som idag bedrivs. Många, inklusive författaren, har i minnet när Hemmets veckotidning under sextioalet gjorde reportage om dåtidens medier, bland andra Astrid Gilmark från Uppsala. Seanserna beskrevs ofta som allvarsamma och högdragna och man fick intrycket att de gärna inramades med svarta sammetsgardiner och blankputsade silverkandelabrar. Man fick en känsla av att det fanns en högkyrklig prägel på hela etablissemangen.

Till Ramsbergsgården reste många gäster för att umgås med varandra och värdparet, delta i seanser och studera. Det var ett socialt kunskapsfäste, och gästerna förväntades hysa den största aktning för kyrkorummet och gudtjänsterna.

Någonstans under sjuttio- och åttioalet hände någonting. Spiritualismen förändrades och styrde över i mer ljusa, lätta och humoristiska tankegångar. Seanserna blev mer glädjefyllda stunder där de inkarnerade och de diskarnerade kunde mötas i frid och harmoni. Man insåg vikten av humor, skratt och sång för att lätta upp stämningen och möjliggöra för de nära och kära att kunna närma sig sina jordiska familjemedlemmar.

Under nittioalet kom ytterligare förändringar. Nu introducerades kurser och utbildningar och man anlät medier och lärare som mindre fokuserade på teorin och disciplinen bakom seanser och demonstrationer. Man blev mer praktiskt inriktad på att ge kurser och utbilda medier och healers. När Colin Fry blev huvudlärare och sedan också ägare till gården kom vikten av den teoretiska förståelsen att återvända till läroplanen.

Men Colin Fry introducerade också gården som internationellt collage. Förutom välrenommerade internationella medier kom studenter från hela världen till gården. Jane Lyzell och Joel Strandberg fortsatte den traditionen och gör så än idag under namnet Lyztran AB. Dock på annan plats.

Runt om i vårt land kan vi idag hitta olika föreningar och sammanslutningar vars syfte är att verka för andlig och personlig utveckling. Man blandar ofta yoga, mindfulness, coaching, meditation, auraläsningar och liknande med seanser och healing i olika former. Jag vet många arrangörer som är djupt engagerade i program och gäster, och som offrar mängder av frivillig tid till att presentera och utföra evenemang som ska passa medlemmarna i föreningen. Det känns gott. Dock är jag rädd för att vi ibland blir förförda att frossa i ett andligt smörgåsbord bestående av de många ”rätter” andlighet kan bjuda på.

Från detta smörgåsbord klarar vi bara att äta litegrann från varje rätt och de olika smakerna mixas och blir svåra att särskilja. Istället för att konsumera andliga upplevelser i mängder tror jag att andlighet fördjupas om man som student ger sig hän och disciplinerat ägnar sig åt en sak i taget. Det är svårt, jag vet, jag har själv gjort misstagen.

Väljer du att studera mediumskap är min rekommendation att du också studerar spiritualismen. Vi talar om en vetenskap, en filosofi och, om man så vill – en religion. Här finns mängder av information och metoder för att lugnt och tryggt utvecklas i en takt som du känner dig bekväm med. Naturligtvis spelar här din mentor och lärare en väldigt stor roll. Jag rekommenderar dig att hitta ett lärosäte som har sitt ursprung i denna tradition, och lärare (gärna flera) som är förtrogen med dess träning och historia.

Mediumskap – vad är det?

Inom spiritualismen arbetar man med två huvudgrupper; *fysiskt mediumskap* och *mentalt mediumskap*.

I en fysisk seans behöver fler deltagare vara närvarande, förutom mediet. Informationen från andevärlden kommer då *inte genom mediet*. Bevisen ligger i att *alla* deltagarna genom sina fysiska sinnen ska uppfatta fysiska förnimmelser såsom knackningar, lukter samt i den yttersta formen klara röster och fysiska kroppar från andra sidan. Deltagarna bör, enligt de spiritualistiska reglerna, uppfatta andra dimensioner för att det ska räknas som bevis.

Ett mentalt medium sätter sig i förbindelse med andevärlden för att förmedla information eller healing. I detta fall kommer informationen från andevärlden *genom mediet* och sittaren är den som avgör bevisens relevans eller healingens verkan. Svårigheten i detta mediumskap är att avgöra vilken nivå man jobbar på, andevärldens eller den psykiska nivån.

Ett spiritualistiskt medium ska ge bevis

Gemensamt för både fysiskt och mentalt mediumskap är att mediet förväntas bevisa överlevnad. Det betyder att mediet utan tvivel ska kunna presentera bevis, till exempel sittarens personliga minnen som mediet omöjligt kan ha känt till sedan tidigare. En bra sittning är när sittaren utan tvivel känner igen den person som mediet beskriver. När den fysiska kroppen dör och slutar att fungera går själen vidare till den existens som vi kom ifrån och som vi besöker under sovande timmar på natten. Den fysiska överrocken som vi kallar kropp stannar kvar på jorden medan anden lever vidare i en annan dimension.

Nedan följer några viktiga begrepp inom mediumskap:

Ett *spiritualistiskt medium* är en person som har extraordinära gåvor. Det kan innefatta allt från att kunna läsa en persons aura till förmågan att sätta sig i förbindelsen med andevärlden och kommunicera andevärldens budskap. Det viktiga är att känna skillnaden mellan dessa båda gåvor. Jag återkommer om detta.

Ett *medium* är en person som har liknande gåvor som ett spiritualistiskt medium, men som inte nödvändigtvis arbetar under spiritualismens parapl, vilket kan innebära att man inte lägger samma vikt vid bevisbörda.

Sittning är ett annat ord för privat seans. Det är oftast en situation där mediet träffar endast en person.

Budskap är den information som lämnas från en ande till en jordmänniska, med andra ord; från en diskarnerad ande till en inkarnerad ande.

Storseans är en publik föreställning där ett medium ger budskap till vissa personer i publiken, allt under vägledning av de personer hon samarbetar med från andevärlden. Storseans kallas även *demonstration*.

En *sittare* är den person som deltar i en privat sittning, storseans eller i en cirkel.

En *plattform* är den plats som mediet i en storseans arbetar ifrån. Det är oftast en scen eller en iordninggjord plats framför publiken.

En *cirkel* är en utvecklings- och undervisningsform inom spiritualismen. Människor samlas regelbundet i en grupp under samma omständigheter för att utveckla sitt sinne och olika typer av mediumskap.

Fysiskt mediumskap

Denna form av mediumskap är den mest primitiva. Fysiskt mediumskap karakteriseras av att *fenomenen som produceras kan uppfattas av deltagarnas egna fysiska sinnen*. Det är alltså andevärldens sätt att på olika vis manifesteras sig i det fysiska rummet.

När det gäller fysiskt mediumskap hävdar många spiritualister att mediets sinne inte är involverad i själva processen. Jag undrar om det till ett hundra procent är möjligt? För att detta ovanliga mediumskap ska kunna fungera måste det produceras någonting som kallas för *ektoplasma*. Denna substans består av olika ämnen som exempelvis klor. Ektoplasma produceras framförallt av det fysiska mediet men vissa hävdar också att en mindre mängd kan tas från de olika sittarna som sitter med i seansen. Ektoplasman är genomskinlig eller ser ut som en vit dimma eller ett moln, och den kommer ut i rummet från huden och olika håligheter hos mediet. Du har förmodligen sett gamla svartvita bilder av människor som sitter i en cirkel med ett ”sovande” medium, där ektoplasman kan skönjas som ett vitt-grått moln någonstans runt mediet.

Ektoplasma är väl känd i andevärlden och de diskarnerade andarna använder denna subtila molnsubstans för att exempelvis levitera saker, skapa en megafon att tala ur, eller i sin allra högsta form att själv som andevarelse ta plats i. Efter att seansen avslutats dras substansen tillbaka till mediet och sittarna. Detta tillbakadragande är en situation i seansen som kan vara kritisk och som måste handhas med extra försiktighet. Längre tillbaka i tiden behandlade man de fysiska medierna på ett sätt som inte var förenligt med hälsa och välbefinnande. Det finns åtskilliga historier om nitiska vetenskapsmän och nyhetstörstande journalister som riskerade livet på – och faktiskt också tog livet av – fysiska medier i England för att bevisa sina olika teser om att livet efter detta är en bluff.

Alec Harris var ett medium från Wales som verkade framförallt under 1900-talets första hälft. Han var ett fantastiskt fysiskt medium vars seanser besöktes av många dåtida celebriteter. Mr. Harris hade förmågan att producera ektoplasma som andevärlden helt kunde materialisera sig i. Andevärlden tog alltså fysisk form genom att använda denna substans. Med *hel materialisation* menar vi att anden återskapar hela sin kropp inklusive alla organ, hud, röst med mera. *Partiell materialisation* uppstår när endast en del av kroppen materialiseras.

Ett spiritualistiskt medium förmedlar budskap från avlidna personer som av någon anledning vill kommunicera med dig. Syftet är att bevisa att det inte finns någon död, men kontakten med andevärlden kan också skänka stor tröst och inre trygghet.

I *Anden i ditt liv* får du en djup inblick i spiritualismens grundläggande principer. Du får också praktisk vägledning i att träna ditt sinne och stärka dina egna psykiska gåvor. Eva-Britt Wennerström klargör skillnaden mellan olika sorters mediumskap och klärvoajans. Hon redogör för en mängd andliga begrepp som till exempel energi, chakrasystemet, auran, trance, kanalisering, andliga guider, mental träning, medveten närvaro, spiritualistisk healing och mycket mer. I bokens andra del leds du in till din inre ande och erbjuds kraftfulla verktyg för personlig utveckling. När du kommer i kontakt med ditt djupaste inre får du tillgång till sann andlighet. Då öppnas även dörrarna till verklig kreativitet och en djupare sorts livsglädje som även smittar av sig på dina medmänniskor. Varje kapitel avslutas med praktiska övningar och rekommenderad fördjupningslitteratur.

"Anden i ditt liv är en mycket bra bok för dig som vill lära dig mer om hur mediumskap och ESP fungerar och på vilka sätt de skiljer sig åt. Boken är intressant att läsa och överskådligt upplagd, den är lätt att förstå och ta till sig. Eva-Britt har gjort ett gediget arbete. Med både kunskap och värme visar hon oss vad sann andlighet och personlig mognad innebär."

LOUISE MINERVA-LI

"Jag känner Eva-Britt som en begåvad, extremt nyfiken och erfaren elev. Jag är inte alls överraskad att det är hon som skriver den första boken i Sverige som handlar om hur mediumskap faktiskt fungerar."

COLIN FRY

 Regnbågsförlaget

