

Medialitet

– en själslig superkraft som alla kan utveckla

Camilla Elfving, spiritualistiskt medium, är aktuell med en ny bok "Själens superkrafter – handbok för medialitet, healing och själsresor". Vi har samtalat med Camilla om varför boken behövs, om vad spiritualistiskt mediumskap innebär och vad kontakt med andevärlden kan ha för betydelse för människor och samhället i stort.

Text Katarina Johansson Foto Yohanna Idha Bild Shutterstock

Camilla Elfving arbetar heltid som spiritualistiskt medium, driver Mediumpodden tillsammans med Vivi Linde och är en av initiativtagarna till det nybildade Mediumförbundet. Hon är också författare till bland annat böckerna "Den slutna kretsen – en sann berättelse om fysiskt mediumskap och liv efter döden" och "Medium – ditt liv med andevärlden, en handbok". Vi har samtalat med Camilla om hennes senaste bok "Själens superkrafter – handbok för medialitet, healing och själsresor".

VARFÖR SKREV DU BOKEN? Vad tillför den bland alla andra så kallade självhjälpsböcker?

- Jag skrev boken för att jag tycker att innehållet är viktigt och märkvärdigt. Boken har ett helhetsperspektiv om hur man kan utveckla mediala färdigheter som i sin tur kan bidra till insikter, mental och existentiell hälsa och ett bättre samhälle. Jag placerar mediumskapet i ett större sammanhang, ger historiska, samtida och kulturella perspektiv och belyser den forskning som pågår inom området.

- Jag skrev också boken för att

jag hade behov av att få kontroll och översikt över den spretiga branschen och kartlägga målgruppen för det handlar ju också om en marknad.

MED BOKEN VILL CAMILLA nå ut till alla som är intresserade av andlig transformation och som vill öppna upp för sina själsliga superkrafter.

- Alla människor, unga som äldre och både kvinnor och män från alla samhällsklasser kan numera känna sig attraherade till andlighet. Målgruppen har med andra ord förändrats och är mycket bredare nu än den var på 1990-talet vid den förra andliga vågen.

- Jag vill också bidra till att ta bort fördomar och attityder, till exempel om vem som håller på med eller är intresserad av andlighet. Det finns också en trend och attraktion till det "mörka", inte minst bland unga människor på sociala medier, och jag vill erbjuda dem ett ljusare alternativ, även om jag inte vänder mig till någon speciell åldersgrupp. Att unga människor hänger på den andliga trenden innebär också tillväxt och fortlevnad och kan tyda på att andlighet håller på att integreras i samhället.

VAD MENAR DU MED själsliga superkrafter?

- Det är de andliga krafterna som finns inom oss. De kan vara latent och dolda, men med hjälp av träning kan de utvecklas och blomma ut. För många är det en naturlig process. Man upptäcker mer och mer, blir nyfiken och söker mer. Alla kan tveklöst utveckla medialitet och healingförmåga. Tidigare betraktades det som en spontan begåvning eller gåva som bara vissa människor har, men allt fler har frångått den föreställningen. Istället betraktas medialitet som en färdighet som går att träna upp. För medialitet krävs det bara att vara människa och vi har alla förmåga till självläkning och helande inom oss, liksom positivt tänkande.

- Alla kan också lämna sin fysiska kropp och uppleva andra dimensioner än den materiella. Det gör vi hela tiden när vi sover fast vi kanske inte är medvetna om det. Det är genom ens inre som man kommer i kontakt med andevärlden, som en trådlös länk eller telefonkontakt.

ENLIGT CAMILLA SÅ finns andevärlden här, där vi är hela tiden, fast på ett annat existensplan på

en annan hastighet.

- Allt finns egentligen "inuti". All verklighet är en inre verklighet som projiceras ut på den yttre världen. Det finns olika verkligheter, men vi delar bara den verklighet som vi båda befinner oss i och har gemensamt. Vid själsresor kan man behålla en del av den verkligheten även i den fysiska världen utan att det behöver bli några konflikter.

FINNS DET NÅGRA faror med medialitet?

- För mig har det inte varit några problem eller lett till någon psykisk eller andlig kris. Det är som vid meditation och alltså inga konstigheter. Det största problemet i den "andliga världen" handlar om mänskliga egenskaper och tillkortakommanden, om ego, begär, rivalitet och angrepp. Det finns också en föreställning att alla medier är högt andligt utvecklande, men vi är vanliga människor som bråkas och brottas med våra egna och andras egon såsom människor gör.

- Det finns många skäl till att man söker sig till andlighet och det finns alltid en risk för narcissism. Andra faror skulle kunna vara religiös vidskepelse ▶

” Alla kan
tveklöst utveckla
medialitet och
healingförmåga.

KORT OM CAMILLA

NAMN Camilla
Elfving.

FAMILJ Dotter och
pojkvän (särbo).

BOR Södermalm i
Stockholm.

GÖR Spiritualistiskt medium.

STJÄRNTECKEN Stenbocken.

DOLD TALANG Gör egen
delikat bearnaisesås.

AKTUELL MED Boken "Sjärens
superkrafter – handbok för
medialitet, healing och själsre-
sor" samt Mediumförbundet.

och fixering vid onda krafter, som vid 1600-talets häxjakter. Jag förespråkar till exempel inte "anden i glaset", besvärjelser eller att man skulle behöva beskydd. Jag tycker att man ska ägna sig åt det positiva för vad man fokuserar på förstärks.

VAD MENAS MED spiritualism och vad innebär det att vara ett spiritualistiskt medium?

- Spiritualismen har tre grundpelare - det är en religion, en vetenskap och en filosofi. I andra länder, som exempelvis USA och Storbritannien, kallas spiritualismen för ett trossamfund. I Sverige ser det ju annorlunda ut och människor organiserar sig inte på samma sätt i "alternativa" trossamfund. Även om spiritualism kan kallas en religion är det inte en religion i den bemärkelse som människor vanligtvis menar med religion. Den är inte dogmatisk och har inga heliga skrifter utan är oerhört fri och enkel, grundad på sju principer (se faktaruta).

- Som spiritualistiskt medium följer man de sju grundprinciperna. För mig är det en livsstil och ett utövande snarare än ett trossystem. Det innebär att man följer en kunskapstradition inom vissa ramar och med vissa

riktlinjer för att få resultat, så på så sätt är den konservativ. Det är ett mediumskaap som härstammar från spiritualismen från slutet på 1800-talet och teosofin och en tradition som förvaltats av mediumsolorna, även om de amerikanska och brittiska mediumsolorna kan skilja sig lite åt. Den brittiska mediumsolan, som jag är skolad i och följer, sysslar till exempel inte alls med det "mörka" och att "rensa" energi.

VAD ÄR SKILLNADEN mellan en känsla av närvaro av en död anhörig och bevis på andekontakt?

- Skillnaden ligger just i bevisföringen, känslan eller intuitionen räcker inte, utan man ska leverera bevis genom att beskriva den andekontakt som man är länkad med så att de levande anhöriga känner igen hen. Andra färdigheter, som exempelvis remote viewing, telepati och att sia om framtiden, har inget med mediumism att göra utan med psykisk förmåga. Mediumskaap handlar enbart om andekontakt. Det hindrar dock inte att medium kan hålla på med annat också.

I BOKEN BERÄTTAR du om många av dina egna upplevelser. Två händelser som förefaller

vara särskilt avgörande är "själens mörka natt" (se faktaruta) vid en depression i tonåren och när din bror dog i en olycka. I samband med det senare kände du ett kall att bli medium för att återförenas med honom, men det blev inte förrän långt senare. Vad fick dig till din första mediumkurs i början på 2000-talet?

- Mitt inre kall ylade! Det var ett måste. Jag var trött på reklambranschen och ett yttligt lyxliv.

- Så här i efterhand förstår jag att jag var alldeles för ung och hade problem med mig själv som jag först behövde ta itu med innan jag kunde bli ett framgångsrikt medium. Tack vare psykoterapi vågar jag också mycket mer idag.

VAD ÄR DET BÄSTA och mest utmanande med att arbeta som medium?

- Det är det roligaste man kan vara med om och det mest behjärtansvärda man kan göra. Det handlar om bevis för fortlevnad och att vi fortsätter vår existens. För mig handlar det också om att påverka och förändra vårt samhälle till det bättre. Det är min livsuppgift.

- Det är utmanande med de oerhört höga prestationskraven.

Kraven på mediumutbildningen är stenhårda. Fokus ligger på den femte principen personligt ansvar. Tidigare låg vi också i skottgluggen för skeptiker, men den nya generationen skeptiker är mindre organiserade och mer resonabla.

VAD KAN MEDIALITET ha för betydelse för människor idag och samhället i stort?

- Det kan leda till en bättre värld. Det viktigaste är bevis på att det finns liv efter döden. Ett sådant perspektiv skulle leda till en stor förändring i samhället och att människor skulle våga öppna upp för något mer. Om fler skulle anamma karmalagen skulle vi också se ett större personligt ansvar, vilket skulle få konsekvenser på samhällsnivå.

- Även om medialitet just nu är väldigt trendigt så ser jag det som en organisk process och evolutionär utveckling där andlighet så småningom blir en självklar del i samhället. För mig är andlighet något konkret. Det handlar om att leva som man lär och att visa det i handling, att implementera de andliga verktygen på riktigt.

DU LYFTER GÄRNA fram forskning inom området. Varför är

Fakta

"Själens mörka natt"

eller "the dark night of the soul" är ett begrepp myntat av *Johannes av Korset*, en spansk poet, karmelit (katolsk munk) och mystiker på 1500-talet. Begreppet används för att uttrycka en fas av mörker, torka och tomhet i ens andliga liv, något som inte sällan föregår ett andligt uppvaknande.

Spiritualismens & tillika Mediumförbundets 7 grundprinciper

1. Vi härstammar från samma källa.
2. Syskonskap mellan alla människor.
3. Kontakt och gemenskap med andevärlden och änglamministeriet.
4. Själens odödlighet och fortsatta existens.
5. Personligt ansvar.
6. Våra handlingar får karmiska konsekvenser i livet efter detta.
7. Vägen till utveckling är öppen för alla.

Övning

"Sitta i kraften" för att få kontakt med andevärlden

En metod för att få kontakt med andevärlden är att "sitta i kraften" ("sitting in the power").

Sitt upprätt som vid meditation och ha ögonen öppna. Andas medvetet lite snabbare in genom näsan och långsammare ut genom munnen. Tänk på dina guider, andekontakter eller anhöriga på andra sidan. Be dem ödmjukt komma till dig och tänk eller säg att du ger dem tillåtelse att komma närmare din aura. Sitt en stund och känn om energin förändras. Upplever du förändring i energin och att du har andekontakt kan du göra en reading, till exempel med hjälp av kort, och ställa frågor till den ande/själ som är med dig i rummet.

det så viktigt? Räcker det inte med att människor har egna starka och meningsfulla upplevelser?

- Bevisföring och uppbackning av vetenskapliga studier är oerhört viktigt för det handlar inte om någon tro eller "bara" något subjektivt utan om ett vetande och bevis för en fortsatt existens.

PÅ MARKNADEN FINNS allt fler teknologiska instrument för att få kontakt med andevärlden. Vad tycker du om det?

- Det är en oerhört spännande och gränsöverskridande utveckling. Högteknologiska instrument är framtiden och något som den yngre generationen har lättare att ta till sig. Jag vill hänga med i min tid och

inte vara bakåtsträvande, men teknik kan inte ersätta en mänsklig själ. Det finns också en fara med teknik som saknar moral och etik.

I BOKEN TAR DU också upp trenden att använda psykedeliska droger för att uppnå ett förändrat medvetandetilstånd. Hur ser du själv på det?

- Synen på den här typen av droger har förändrats mycket idag och intresset bland yngre människor är stort. Jag förstår att det kan öppna upp och vara bra inom psykiatrin, men jag tror inte att det finns några genvägar. Man behöver också jobba med sig själv och det tar tid, därför förespråkar jag praktik och övningar som exempelvis finns i min bok.

DU HAR ÄVEN varit en av initiativtagarna till det nybildade Mediumförbundet. Kan du avslutningsvis berätta lite kort om det?

- Förbundet är för hela det "nyandliga" Sverige och alla andliga och spirituella sökare som vill ta del av det andliga smörgåsbordet. Det är både ett branschförbund och en intresseförening som med informationskampanjer arbetar för det andliga samhälle som vi vill leva i. Förbundets vision är ett samhälle som har en positiv syn på andlighet och mediumskap. Vi vill stödja och kommunicera vetenskaplig forskning inom parapsykologi, främja ett etiskt och ansvarsfullt agerande hos yrkesutövare och verkar för en god kåranda. ☺

Liten ordlista inom mediumskap

Här är en liten ordlista över vanligt förekommande termer inom mediumskap samt vid forskning inom området.

Aura – biofält som omger den fysiska kroppen.

Andevärlden – ett annat existensplan eller en parallell dimension som kan upplevas i samma rum som den fysiska dimensionen.

Barnum-uttalande – mediet uttalar generella påståenden som i princip kan passa alla.

Cold reading – mediet försöker få information genom att ställa ledande frågor till klienten.

Healing service – brittisk mediumtradition med förmedling av healing vid publik seans.

Hot reading – mediet söker på förhand upp detaljer om en person men låtsas få det till sig.

Medial länk – andekontakt med andra sidan, den ande/själ som mediet har kontakt med.

Platt energi – ingen förändring av energin vid försök till andekontakt, tolkas som brist på andekontakt.

Plattform – scenen vid en publik seans.

Publik seans – mediet uppträder och får kontakt med andevärlden inför publik; storseans.

Reading – den "läsning" som mediet gör och förmedlar vid en sittning eller publik seans.

Seansteknik – vett och etikett vid en publik seans.

Sitta i kraften – en meditationsliknande teknik för att få kontakt med andevärlden.

Sittning – en individuell session med ett medium.

Varm uppstart – mediets uppstart med en ny klient efter en kort paus mellan klienter.

Vinn!

Free lottar ut 3 exemplar av boken "Själs superkrafter", i samarbete med Vattumannen förlag. Gå in på free.se och klicka på "Free utlottning". Skriv gärna några rader om varför du är nyfiken på boken.

Plus mer

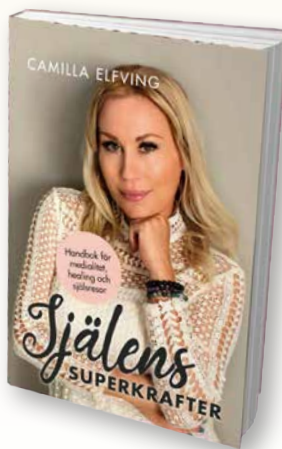
www.elfvinginstitute.org
www.mediumforbundet.se

"Själsens superkrafter – handbok för medialitet, healing och själsresor"

(Vattumannen förlag, 2022). "Medium – ditt liv med andevärlden" (Vattumannen förlag, 2017).

"Den slutna kretsen – en sann berättelse om fysiskt mediumskap och liv efter döden" (Vattumannen förlag, 2017).

"Resan inåt" (Energica förlag, 2006). "Upptäck ditt andra sinne" (Energica förlag, 2003).



Spirituellt Center – Föreläsningar & utbildningar

Healing · Intuition · Mediumskap · Högekänslighet

I mer än 20 år har jag haft förmånen att få följa flera tusen människor på deras andliga resa – när de utvecklar och fördjupar sina healing- och intuitiva förmågor. Jag skapar en trygg plats med likasinnade där din andliga utveckling stöds med teori, filosofi och praktiska övningar. Jag har också samlat mina 20 års erfarenheter i att hjälpa och coacha HSP personer i boken "Högekänslighet & Intuition – gå ifrån brus och trötthet till intuition och energi".

Insikter och bättre förståelse. "Boken var precis vad jag behövde. Sedan länge har jag insett att jag är högsensitiv men inte hittat några bra verktyg för att hantera det. Boken gav mig precis de verktyg och insikter som jag behövde för min fortsatta resa framåt. Jag använder den och kan även rekommendera den till andra som är högsensitiva." – Anna W.



Helén Olausson · www.spirituelltcenter.se  Spirituelltcenter  [helenspirituelltcenter](https://www.instagram.com/helenspirituelltcenter)