

Mälardalens Högskola
Akademin för hållbar samhälls - och teknik utveckling
VT 2011

MELLAN TVÅ VÄRLDAR

Den subjektiva upplevelsen hos medium

**Sociologi: socialpsykologisk inriktning
SOA300
C-uppsats**

Datum: 2011-01-05
Handledare: Tomas Kumlin
Examinator: Jonas Lindblom

Författare: Veronica Lundmark

Sammanfattning

Denna uppsats är av en kvalitativ studie som baseras på fem intervjuer med spiritualistiska medium. I studien undersöks mediums erfarenheter och innebörden av fenomenet: *Hur upplever och hanterar medium erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld?* Medium sägs besitta en särskild förmåga att kommunicera med avlidna andar i en alternativ andevärld. Genom att mediet tolkar symboler, hör röster, känner andeväsen, upplever smak- och doftsensationer samt ser avlidna andar, är deras *upplevelser* väldigt lika de *symptom* som den psykotiskt sjuke lider av. Syftet med denna studie är att istället för att enbart se dessa erfarenheter som just *symptom* ur ett psykopatologiskt perspektiv för ohälsa fokusera på dem som subjektiva *upplevelser*. Denna undersökning sker därför utifrån en hälsokontext. I studien använder jag mig av fenomenologi som kunskapstradition och metod när jag försöker klarlägga fenomenets inre kärna eller essens. I min strävan att vilja förstå vad denna erfarenhet innebär och hur det kan hanteras har min förhoppning varit att belysa en alternativ syn, för dessa psykotiska symptom. Resultatet visar på fyra signifikanter som utgör essensen för fenomenet, dessa är: **Närvarande frigörelse**, **Övergående kroppsliga sensationer**, **Bekräftande tillit** samt **Personlig känslighet**. Av dessa fyra komponenter kan de två förstnämnda förstås utifrån att tydliggöra den fysiska och psykiska *upplevelsen* i sig av att befinna sig på gränsen mellan världarna. De senare två beskriver emellertid erfarenheten av själva *hanteringen* i samband med olika konflikter av befinnandet mellan de två upplevelsevärldarna. Resultatet har kopplats an till Aaron Antonovskys begrepp KASAM - känsla av sammanhang för att påvisa det salutogena perspektivet.

Nyckelord: Fenomenologi, KASAM, upplevelse, spiritism, psykos.

Förord

Jag vill rikta ett stort och innerligt Tack till Er respondenter som så vänligt och frivilligt ställt upp i dessa intervjuer. Tack vare att ni låtit mig ta del av er livserfarenhet samt de personliga upplevelser av flerdimensionell karaktär ni besitter sådan kunskap om, har denna studie kunnat bli möjlig. Hjärtligt Tack!

Tack också till min handledare Tomas Kumlin för all konstruktiv kritik. De givande och inspirerande samtal vi haft samt den relevanta litteratur du lånat ut till mig. Tack!

Jag vill även rikta ett stort tack till min underbara familj, för att ni finns i mitt liv och för att ni står ut med mig när jag går in i min ”skrivare-värld” Jag Älskar Er! Till min mor för att du alltid ställer upp Tack!

Tack också till alla er där ute som jag fått förmånen att lyssna till, ni som på olika sätt och vis öppnat er för mig. Det att jag fått skymta era själar är för mig meningen med att vara här Tack!

Med varm & vänlig hälsning

Veronica Lundmark.

Innehållsförteckning

Inledning.....	5
Syfte och Frågeställning.....	7
Disposition.....	7
Bakgrund.....	8
Spiritualismen.....	8
Det spiritualistiska mediet.....	8
Spiritualismens historia.....	9
Spiritualismens filosofi.....	10
Spiritualismens samhällsrelation.....	10
Tidigare forskning.....	11
Sjukdomsrelaterad tillgång.....	11
Dödsrelaterad tillgång.....	13
Drogrelaterad tillgång.....	15
Metod.....	17
Urval.....	18
Datainsamling & Etiska krav.....	19
Analysförfarande.....	20
Resultat.....	21
Närvarande frigörelse.....	21
Släppa kontrollen över det egna.....	22
Att vara här och nu i båda världarna.....	25
Övergående kroppsliga sensationer.....	26
Förändring av kropp & sinne.....	27
Bekräftande tillit.....	29
Att förstå den egna förmågan.....	29
Att kontrollera den egna förmågan.....	30
Att få hjälpa och bli berörd.....	31
Personlig känslighet.....	32
Att fastna i det personliga.....	32
Främmande i vardagsvärlden.....	34
Sammanfattning av resultat.....	36
Diskussion.....	38
Resultat kontra syfte och frågeställning.....	38
Resultat kontra tidigare forskning.....	39
Hälsosociologisk referensram.....	42
Det Salutogena perspektivet.....	42
KASAM.....	42
Resultat kontra referensram.....	43
Egna reflektioner.....	46
Källförteckning.....	48
Bilagor.....	49

Inledning

”[...] skillnaden mellan mystisk upplevelse och ett psykotiskt sammanbrott är att den som blir psykotisk drunknar i det vatten där mystikern simmar. Man måste vara beredd för upplevelsen”
(Joseph Campbell, *Myternas makt* 1994:40).

Kan du tala om för mig vad som är normalt eller för den delen vad som egentligen är onormalt? Skulle jag på samma sätt kunna tala om det för dig? Säger vi inte ibland till varandra - det du upplevt är inte verkligt det är fantasi, hallucination eller påhittat? Oavsett om vi människor erfar olika fenomen som verkliga eller överkliga, så är det ändå *något* som skett i vår inre upplevelsevärld. Vem som sedan har den rätten att döma ut vår upplevelse av detta *något* tåls att fundera över. Kanske har just du som läser detta varit med om något som upplevdes som överkligt när det hände, men som sedan ändå påverkat dig i ditt fullt verkliga liv. Vi är alla unika människor på denna jord. Borde då inte den subjektiva upplevelsen accepteras och förstås som just unik? Sett ur ett annat perspektiv blir detta kanske problematiskt i praktiken. Vi är ju alla också en del av ett större kollektiv, ett samhälle, en kultur, ett land, en värld där vi alla ska klara av att leva tillsammans. Sett till dessa ”alla tillsammans” blir det inte fullt lika enkelt. Vissa är starka och kan slåss för sin sak andra är svagare och har svårt att göra sig hörda. Det bildas hierarkier där de starkaste hamnar i toppen. De slagkraftiga behöver dock inte alltid vara fler än de svaga, de behöver inte heller vara de långsiktiga vinnarna. De starka och övertygande tycks ändock sitta inne med vetskapen om hur de skall bära sig åt för att bli hörda.

För att koppla an till en grupp av människor i vårt samhälle som kan förstås vara svaga, vill jag belysa de personer som lider av psykisk sjukdom. Det egna psyket eller sinnet har av någon anledning inte längre orkat med och därmed också av sagt sig den rätten att göra sig hörd. Jag har haft förmånen att få arbeta med några av dessa psykiskt sjuka människor, vilket jag var livrädd för till en början. Efter min första arbetsdag med personer diagnostiserade med schizofreni (”Kluvet psyke”, ej detsamma som multipla personligheter) insåg jag att dessa människor var mer rädda för sina egna inre världar och upplevelser, än vad jag behövde vara rädd för dem. Det finns hos dessa människor en förlust av kontakt med den verklighet som flertalet av oss anser vara den ”normala”. För den psykotiske har verklighetsuppfattning med andra ord förändrats. Parallellt med diagnosen och bristen inför förståelsen av den egna livsvärlden, det kollektiva livet, att vara en del av ett större samhälle och fungera i sociala sammanhang, såg jag också *personen* bakom diagnosen. Jag insåg att jag hade mött människor precis som du om jag, människor med förflutna barndomsminnen och uppväxtens hågkomst. Det handlar vidare om människor som levtt ett ”normalt” liv innan sjukdomen tystade deras röst i samhället. Istället ersattes deras egen röst med upplevelser av inre skrämmande och beordrande rösthallucinationer.

Det var mycket som fascinerade mig under alla mina möten med dessa sårbara och fina människor, men en sak kan jag inte få ur mitt huvud. Jag blev så fascinerad av den slående likheten med en annan grupp av människor som jag tidigare kommit i kontakt med. Dessa personer kan också förstås utifrån att inte ha kunnat göra sig hörda, på så sätt att de skulle hamna högt upp i den rådande hierarkin för vårt samhälle. Denna andra grupp av människor jag ska delge er består av spiritualistiska medium, vars upplevelser denna studie kommer att koncentrera sig på. Medium är personer som påstås ha en särskild förmåga att kunna kommunicera med avlidna andar som befinner sig i en andevärld. Jag återkommer till mediet och dess likheter med den psykotiskt sjuke, efter att jag meddelat er hur jag först kom i kontakt med denna spiritualistiska människokrets. Jag kom i kontakt med olika medium till följd av att jag för flera år sedan gick igenom en svår sjukdomsperiod, som utlöstes av för hög stressbelastning på grund av eget företagande plus en del andra familjeangelägenheter. Jag mårde väldigt dåligt både på det fysiska och psykiska planet. Jag tappade bort mig själv på sätt och vis och hamnade i något slags mellanrum, där jag inte längre visste åt vilket håll jag skulle gå. Den ständiga frågan till mig själv huruvida jag var frisk eller sjuk, normal eller onormal, tycktes aldrig upphöra. Fanns det ens en mening med mitt sökande efter en

mening med allt? Denna svåra tid ledde till början på ett gediget arbete med mig själv, sett till både min personliga och själsliga utveckling. Jag började nu istället att lyssna inåt, fick kontakt med en existentialistisk/buddistisk terapeut, läste ny slags litteratur om personlig och andlig utveckling. Jag sökte utbildning till Mälardalens högskola, vilket resulterade i att jag i skrivande stund snart är färdig Beteendevetare. Det var på högskolan jag fick svar på många av mina frågor. Självlärt från olika föreläsare och all litteratur, men också från möten med olika människor. En dag satte sig en kvinna ned bredvid mig på en kurs i psykologi. Denna klämmiga, snygga, rödhåriga kvinna började med stor inlevelse att berätta en hel del märkliga saker om sina klienter, vilket jag inte riktigt förstod. När hon senare förklarade att hon arbetade som medium blev det hon tidigare sagt mer begripligt, även om jag upplevde det hela väldigt ”överkligt”. Att kommunicera med avlida klienter var inte något som uppfattas som självklart eller ”normalt” i min värld. Hursomhelst ledde detta första möte till att jag senare fick möjlighet att träffa andra fantastiska mediala människor. Jag fick också erfara sådana upplevelser av total lycka, kärlek och harmoni, som jag inte trodde var möjliga. Jag fann den mening jag letade efter och jag hittade tillbaka till den väg jag är ämnad att vandra. Det fina är att jag idag känner mig så avsevärt mycket rikare på min färd. Nog om mig och mitt, när jag nu ska redogöra för min fascination av de likheter som finns mellan den psykotiske och det spiritualistiska mediet.

Jag beskrev tidigare psykosens symptom i form av hallucinationer, vilka den psykotiskt sjuke lider av. Dessa personer erfar upplevelser av att höra inre röster, se syner av diverse varelser och ljusgestalter samt innehar upplevelser av plötsliga smaker eller dofter, som inte torde kunna uppstå just för tillfället. Den psykiskt sjuke som skapat en ny inre värld tolkar bilder och sociala symboler som något enbart avsett för denne själv. På så sätt byggs den yttre verkligheten upp och tolkas utifrån den inre. Dessa vanföreställningar av inbillning eller illusioner är dock viktiga att belysa utifrån psykoanalytikern Johan Cullbergs teori. Cullberg skriver i sin bok *Psykosor Ett integrerat perspektiv* (2004) hur själva perceptionen är korrekt hos den psykotiske individen. Med andra ord är uppfattningen av olika upplevelser hos den psykotiske sanna och riktiga. Det är däremot tolkningen av upplevelsen som är inkorrekt. Den psykotiske kan vidare inte skapa korrekta sammanhang kring sina upplevelser, vilket leder till att personen inte längre klarar av sociala interaktioner med andra människor eller vardagslivets alla påfrestningar. När jag nu återgår till det spiritualistiska mediet och knyter an till dessa symptom ovan, vill jag istället fokusera på mediets *upplevelser* i jämförelse med den psykotiska *symptombilden*. Upplevelser som för mediet handlar om förmågan att kunna höra andevärlden, se andevärlden, känna andevärlden samt erfara olika smak och doftsensationer från denna alternativa värld. Hur kan den mediale lyckas tolka dessa upplevelser av ljusgestalter och andar parallellt med att hantera vardagslivets alla sociala interaktioner och krav? De psykopatologiska symptomen existerar också likt ett hot mot dessa mediala upplevelser. Detta för mina tankar till alla de människor som mår psykiskt dåligt av olika anledningar och som därmed brister i sitt sätt att vara och hantera det ”normala” livet. Tänk om det skulle finnas ett alternativt synsätt där alla dessa psykopatologiska symptom inte enbart skulle kunna uppfattas som just symptom, utan även skulle kunna förstås som egendomliga upplevelser?

Det finns mycket skrivet om psykosens och dess symptom kopplat till psykiatri och ohälsa. Det finns även en hel del att läsa utifrån antipsykiatri, som sätter sig emot den psykopatologiska symptombilden. Det finns dock inte lika mycket skrivet om den mediale upplevelser, trots dess gripande likheter med den psykotiskt sjukas symptom. Tänk om en alternativ syn skulle kunna hjälpa somliga människor att bättre förstå sina egna upplevelser och även hjälpa till att stödja dem till en bättre hantering av ett bristande vardagsliv? Skulle ett alternativt perspektiv kunna leda till att personal inom psykiatri och socialpsykiatri får en bredare förståelse inför dessa upplevelser? Kanske finns det människor ute i samhället som knaprar psykofarmaka mot diverse symptom, trots att de egentligen kanske inte skulle behöva det. Naturligtvis är det väldigt svåra frågor att besvara, men min nyfikenhet inför detta fenomen leder till att jag vill förstå mer av dessa upplevelser. Jag kommer därför i denna studie undersöka dessa erfarenheter av att förnimma en alternativ upplevelsevärld, där jag vill förstå erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld.

Syfte och Frågeställning

Syftet med denna studie är att öka förståelsen inför fenomenet: Hur upplever och hanterar medium erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld? Genom att fokusera på den subjektiva upplevelsen hos mediet vill jag förstå innebörden av dessa erfarenheter av att höra, se samt känna avlidna andar i en förnimbar andevärld. Jag vill också få fatt i hur denna upplevelse hanteras av mediet i det vardagliga livet. Jag finner dessa upplevelser vara intressanta att utforska då de väl kan jämföras med den psykotiskt sjuke personens symptom. Det handlar om symptom av hörselhallucinationer, synhallucinationer samt känselhallucinationer, vilka då förklaras utifrån ett patologiskt synsätt. Istället för att se på dessa erfarenheter som psykopatologiska *symptom* utifrån ett perspektiv av ohälsa, vill jag nu närma mig dem utifrån en hälsokontext och se på dem som subjektiv *upplevelser*.

I samband med fenomenet för denna undersökning ämnar jag ej att undersöka ett fysiskt trans - mediumskap, där medvetandet är försatt i ett hypnos liknande tillstånd och mediet intar en passiv roll. Denna analys utgår ifrån den vardaglig upplevelsevärldens förnimmelser av andevärlden. Det handlar således om ett mentalt mediumskap där mediet deltar aktivt, för att på så sätt kunna förmedla budskap vidare till klienter i vardagsvärlden.

Uppsatsens frågeställning är:

Hur upplever och hanterar medium erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld?

Disposition

Efter att jag nu inlett er i studien och presenterat dess syfte och frågeställning kommer jag under denna rubrik att redogöra för hur jag disponerat det fortsatta arbetet i uppsatsen. I inledningen har jag redogjort för mitt intresse av att studera detta fenomen. Under rubriken för studiens syfte har jag tydliggjort varför jag anser det vara signifikant att studera just detta ämne rörande psykotiska symptom kontra upplevelser hos det spiritualistiska mediet, enligt frågeställningen: *Hur upplever och hanterar medium erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld?* Jag kommer i nästa steg att presentera spiritualismens filosofi som bakgrund för studien. Jag ger där en beskrivning av det spiritualistiska mediet, en historisk tillbakablick, livsåskådningen och dess grundare samt spiritualismens samhällsrelation. Detta följs av att jag redovisar tidigare forskning på området för alternativa upplevelsevärldar. Jag har delat in detta kapitel för tidigare forskning i skilda teman för olika typer av tillgång till andra upplevelsevärldar, där upplevelsen av psykos får inleda rubriken. De resterande tillgångar jag presenterar är dödsrelaterad samt drogrelaterad tillgång till alternativa upplevelsevärldar. Detta följs av ett metod kapitel som inleds med en beskrivning av metodologiska grundtankar för fenomenologin som kunskapstradition. I samband med att jag belyser fenomenologi som analysmetod presenterar jag också dess grundare Husserl samt "livsvärlds" begreppet. Under metodrubriken framlägger jag även studiens urval bestående av fem respondenter, där två mediala män respektive tre mediala kvinnor presenteras. Datainsamlingens tillvägagångssätt som skedde via personliga intervjuer samt etiska krav från vetenskapsrådet redogörs också för i denna del. Efter detta redogör jag för analysförfarandet där jag har utgått ifrån Giorgis tolkning och anpassning till att närma mig Husserls tradition. Detta innefattar den deskriptiva fenomenologin som utgörs av tre olika steg för analysen. Detta åtföljs av resultatdelen där jag visar den omvandling som skett ifrån meningsbärande enheter till socialpsykologiska signifikanter, vilka genererar fenomenets essens. De fyra signifikanter för denna kärna är: *Närvarande frigörelse, Övergående kroppsliga sensationer, Bekräftande tillit* samt *Personlig känslighet*. Dessa beståndsdelar presenteras utförligt i resultatets sammanfattning samt i den strukturella modell som redovisas. Efter resultatdelen övergår jag slutligen till studiens diskussion. Jag börjar då med att presentera resultatet i relation till studiens syfte och frågeställning, därefter diskuterar jag resultatet i relation till den tidigare forskningen.

Sedan har det blivit dags att redogöra för mitt val av hälsosociologisk referensram, enligt Aaron Antonovskys teori om det salutogena synsättet. Jag presenterar då de olika komponenterna *Begriplighet*, *Hanterbarhet* och *Meningsfullhet* vilka utgör begreppet ”KASAM” känsla av sammanhang. Dessa komponenter diskuteras sedan i förhållande till studiens resultat. I ett sista moment kommer jag avslutningsvis att dela med mig av mina egna reflektioner för undersökningen, där jag bland annat berör begränsningar med studien och fortsatt forskning på området.

Jag önskar er vidare en rofylld läsning...

Bakgrund

Spiritualismen

Jag tänker här presentera Spiritualismen som livsåskådning och filosofi då det är det spiritualistiska mediets erfarenheter av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld som undersöks i denna studie. Jag börjar med att beskriva några begrepp kring det spiritualistiska mediet och dess roll i samhället, för att därefter fortsätta med dess historia och utveckling. Jag presenterar sedan spiritualismens filosofi, världsuppfattning samt slutligen dess samhällsrelation.

Det spiritualistiska mediet

Spiritism förklaras i Nationalencyklopedin som en strävan av ett medium att söka kontakt med avlidna människors andar. Mediet anses vidare vara en person som besitter en särskild förmåga, en kompetens som krävs för att kunna föra en kommunikation med andevärlden (NE.se). Spiritualismen anser däremot att alla människor har psykiska krafter som vanligtvis ej används. Genom att uppmuntra individen till att utveckla dessa krafter kan detta leda till ett mediumskaپ så småningom enligt Liselotte Frisk (1998) lektor i religionshistoria vid Umeå universitet. Den kommunikation som mediet för med andevärlden sker via *privatsittningar* där mediet sitter tillsammans med den avlidne andens anhöriga, för att tolka och förmedla budskap från anden till anförvanten. Mediet arbetar då utifrån ett aktivt mentalt mediumskaپ, vilket jag också utgår ifrån i denna studie. I samband med detta kommunicerar andevärlden via mediets sinne/hjärna för att på så vis kunna förmedla budskap vidare till sina anhöriga. I detta arbete är det enbart mediet själv som ser, hör och känner andevärlden. Det att se andevärlden benämns *clairvoyance* (klärvoajans) eller ”*klart seende*”. Mediet ser då en inre bild från andevärlden likt en drömsekvens eller ett fotominne. *Clairaudience* betyder ”*klart hörande*” och handlar om hur mediet uppfattar en inre röst, eller ett budskap från andevärlden i form av inre tankar likt ett ljudminne. Slutligen benämns det att känna andevärlden som *clairsentience*. Att ”*känna klart*” handlar om att mediet känner andens egenskaper i sin egen kropp via sina egna känslominnen. Kommunikationen sker inte enbart i privatsessioner utan kan också ske offentligt, vilket då kallas *seans* eller *demonstration*. Dessa demonstrationer går ut på att inför en större folksamling i det offentliga rummet förmedla budskap från andevärlden till anhöriga släktingar och vänner i publiken. Enligt spiritualisterna är seansen ett sätt att bevisa andevärldens existens samt att belägga tron för ett evigt liv (Frisk, 1998). Sett till offentlighetens ljus ovan går det idag även att följa tv-programmet ”*Det Okända*” för den som är intresserad. *Det okända* är ett tv-program på kanal 4 där medium blir inkallade för att personer har problem med spöken eller vilsna andar i sina hem. Dessa andar har av olika anledningar inte kommit över till den andra sidan i form av en andevärld, utan fastnat mellan världarna. Mediet skall då bistå med sin mediala förmåga. På Tv 3 visades tidigare programmet ”*Förnimmelse av mord*”, där handlade det istället om hur medium hjälpte polisen att lösa ouppklarade mordfall. Det finns även en hel del andra amerikanska och brittiska program som behandlar området för det paranormala. Flera medium har också förmågan att sitta in i framtiden eller hitta förlorade föremål. I Sverige finns ett medium och en sierska vid namn Anna-Lena Vikström (www.anna-lena.se) som även arbetat med att hjälpa polisen med diverse utredningar och fall. Anna-Lena hjälper även människor att finna borttappade saker och försvunna djur. Ett mediums arbetsområde behöver alltså inte enbart innefatta

att förmedla en kontakt mellan en avliden ande och en sörjande anhörig. Många medium håller också i diverse kurser och cirklar för personlig, andlig och medial utveckling. Meditation, healing samt andra kroppsterapi former förekommer också ofta. Meditationen kräver inte någon speciell teknik utan det handlar om att bli mer öppen för sin egen intuition. Tillsammans med de yngre spiritualisterna har det tillkommit en viss påverkan utifrån New Age fenomenets utbud som numer också finns inom läran. Det har då blivit vanligt förekommande med olika företeelser som schamanism, kanalisering och tarotkort (Frisk, 1998).

Spiritualismens historia

Även om den första dokumenterade spiritistiska seansen är daterad till år 1848 (Hammer, 1997) kan spiritualismen i sig begripas utifrån att ha uråldriga rötter. Tron på andeväsen och föreställningen om att kunna tala med andar har funnits i många olika kulturer världen över sedan urminnes tider (Frisk, 1998). I de traditionella kulturerna inbegriper fenomenet också andra typer av andar än enbart avlidna människor. Kommunikationen med den andra sortens andar sker genom olika former av besatthet till skillnad från den upplevelse av kommunikation som det nutida spiritualistiska mediet erfar. Kanaliseringen av andar i de mycket äldre kulturerna utfördes av en schaman eller medicinman (Frisk, 1998). Parallellt med att naturvetenskapens orsaksförklaringar kom att bli allt större under 1500-1600-talen och en frigörelse skedde ifrån kristendomens monopol på sanningen, ägnade sig ändå många av de större humanisterna och filosoferna åt andarnas och planeternas krafter. Runt 1700-talets mitt etableras den vetenskapligt rationella världsbilden i samband med upplysningstiden och den kristna kyrkan kritiserades då för att vara en irrationell fiende. I samband med denna kritik av kyrkan motarbetades också gamla metafysiska och spiritualistiska läror aktivt, läror som tidigare spelat en viktig roll för folket. När upplysningen så ändå blev ett faktum levde spiritualismen likväl kvar vid sidan om denna, om än i tystnad. Detta ledde till att den *spiritualistiska nyreligiösa lära* som sedan utbreddes sig under 1800-talet snarast är att betrakta som en gammal lära. Det handlar om en lära som under nästan lite mer än ett sekel av rationalism varit hämmad (Hammer, 1997).

Folkliga trosföreställningar om spöken och gengångare har alltid funnits i vår kultur, vilket lade en god grund för spiritualismens utveckling som västerländsk rörelse under 1800-talet (Frisk 1998). En viktig länk för spiritualismen mellan 1600- och 1800-talet var den svenske vetenskapsmannen och visionären Emanuel Swedenborg (1688-1772). Swedenborg började 57 år gammal som framgångsrik vetenskapsman plötsligt få visioner av alternativa världar och riken, han sade sig även kunna tala med änglar och andevarelser. Swedenborg redogjorde senare för sin komplicerade lära vilken innefattade en andevärld. I denna andevärld fick de mest svårbegripliga händelser som inträffade på jorden sin förklaring. Denna lära som varken var rotad vare sig i kristendomen eller vetenskapen lade sedan grunden för spiritualismen och även för teosofin (Hammer, 1997). Den moderna spiritualismen inleddes år 1848 genom systrarna Katherine (Kate) och Margaret (Maggie) Fox från New York. Familjemedlemmarna Fox stördes som nyinflyttade av knackningar i sitt hus. De båda systrarna som var 12 respektive 15 år började uppmärksamma dessa läten genom att ställa frågor och även få tillbaka förnuftiga svar via knackningar, som antingen betydde ja eller nej. I samband med detta begav sig hundratals gäster som också de ville ställa frågor till anden mot huset i byn Hydesville. Ett alfabetiskt system utfärdades av en vän till familjen, som gjorde det möjligt att ställa ytterligare frågor än enbart av ja eller nej karaktär. Entusiasmen spred sig i hög hastighet via massmedier som uppmärksammade fenomenet. Två år senare fanns det närmare 30 000 medier som konverserade med andar i USA. Med tiden blev det allt vanligare att andevärlden kunde ta formen av materia och visade på så sätt delar eller hela sig själv, vid de offentliga demonstrationerna som fanns att bevittna. Övriga händelser från denna tid enligt rapporter om vad andarna var kapabla till var: ”*papper som skrev sig själva, dansande bord, automatisk skrift, musikinstrument som spelade spontant, saker som förflyttades i rummet* (Frisk, 1998:33). Flera försök att vetenskapligt analysera fenomenen gjordes med varierande framgång. Flera medier kunde också avslöjas som bedragare. Spiritualisterna fick stark kritik ifrån dåtidens illusionister som kunde påvisa liknande fenomen med hjälp av olika sorters knep. Systrarna Fox som sedermera blev

alkoholiserade bekände år 1888 att andarna varit påhittade och att de själva åstadkommit knackningarna via deras stortåleder. Ytterligare längre fram i tiden då systrarna blivit väldigt illa därän tog de däremot tillbaka denna beklännelse och erkände att de blivit mutade till den tidigare offentliga beklännelsen (Frisk, 1998).

Spiritualismens filosofi

Amerikanen Andrew Jackson Davis (1826-1910) var den man som så småningom skänkte spiritualismen en genomtänkt filosofi och livsåskådning. Davis hade syner och hörde andevärlden redan som litet barn. I tonåren lärde han sig via mesmerismen (en hypnoslära för behandling av sjukdomar, sk. animal magnetism) att falla i trans. När Davis befann sig i dessa transcetillstånd hade han syner av Swedenborg bland andra. Davis engagerade sig mer och mer i spiritualismen, vilket resulterade i att han blev spiritiströrelsens störste teoretiker (Frisk, 1998). Davis var även antropolog samt doktor i medicin och arbetade som allmänläkare i över 20 år. Hans främsta kosmologiska verk som dikterades av honom under hypnos är: *The Principles of Nature* från 1845, men hans egentliga spiritistiska arbete är *The Philosophy of Spiritual Intercourse, Being An Explanation of modern Mysteries* från 1850. I den filosofiska inriktning och livsåskådning som spiritualismen fick genom Davis ligger den största betoningen än idag på rätten till åsiktsfrihet. Även om det finns variationer i trosuppfattning mellan organisationer och enskilda individer finns det enhetliga nämnare för filosofin som sådan. Under denna tid för olika nyreligiösa strömningar på 1800-talet blev det även viktigt inom spiritualismen att framhålla det individuella ansvaret och den inre potentialen hos varje människa, vilket gjordes på bekostnad av Guds fullkomliga makt. Det finns variationer i inställningarna då vissa spiritualister sätter sig emot kristendomen, medan andra anser sig vara kristna. I citatet nedan skildras det individuella självförtroendets utveckling i människosynen, samt spiritualismens gudsbild inom ramen för filosofin.

[...] det finns inte någon anledning att tro på människans syndighet och behov av Guds nåd. Ansvaret för självförbättring måste på olika sätt vila på människan själv, inte på Jesus eller Gud. Det finns en gudomlig gnista inom var och en (Frisk, 1998:34).

Ovan skildras en frigörelse ifrån kristendomen och tron på Guds nåd, där den gudomliga gnista vi alla har också leder till ett personligt ansvar hos var och en. Med hänvisning till den åsiktsfrihet som betonas inom spiritualismen finns det även en annan syn på denna gudsbild. Många spiritualister uppfattar istället Gud som en oändlig intelligens. Denna intelligens i form av en opersonlig princip eller kraft flödar och uttrycker sig på olika sätt i världen. Historiskt sett har man ofta inom spiritualismen kritiserat tron på en slags personlig Gud. Istället har målet för människan varit att leva i balans och harmoni med denna gudsprincip och naturlagarna. Att alla själar är unika och odödliga är det generella synsättet inom spiritualismen, där det handlar om en evig utveckling vidare mot högre fullkomlighet. Detta framåtskridande sker under vårt jordeliv för att sedan fortsätta i högre sfärer efter vår död, enligt läran. Något helvete existerar inte inom spiritualismen. Frälsningen eller den process av utveckling som sker är till för *alla* människor, även om det sker i olika takt för var och en. Under denna process av olika himmelska sfärer behåller individen oavbrutet sin personlighet. Även tron på reinkarnation utvecklades på olika håll i världen, vilket inbegriper det att födas på nytt och på så sätt utvecklas själsligt genom flera olika liv (Frisk, 1998).

Spiritualismens samhällsrelation

När det gäller spiritualismens samhällsrelation kämpade spiritisterna under 1800-talet för idéer som då upplevdes vara revolutionerande. Det rörde sig om förslag som i dagens samhälle kan förstås utifrån att vara helt självklara enligt: ”*bättre behandling av indianerna, fängelsereformer, kvinnans jämställdhet med mannen, högre löner för arbetarna, slaveriets avskaffande och ibland, fri kärlek.*” (Frisk, 1998:36). Det fanns tidigare inte något fokus på moralregler eftersom tron på synden inte existerar inom spiritualismen. Det är istället människan inneboende godhet och ständiga vilja att utvecklas som inkluderas i trosuppfattningen. Sett till dagens samhälle finns det inte direkt några kontroverser som innebär några radikala uppslag (Frisk, 1998). I samband med att den

protestantiska kyrkan blivit alltmer liberal och det inte heller gick att bevisa ett evigt liv enligt vetenskapliga belägg, avtog det allmänna intresset för spiritualismen under senare 1870-tal. Trots det avsvalnade engagemanget fanns flera spiritualistiska organisationer runtom i Amerika.

I Sverige bildades den första spiritualistiska föreningen 1878 (Frisk, 1998). Sällskapet Sanningssökarna grundades år 1904 och är idag Sveriges äldsta spiritualistiska förening. Då sällskapet bildades i Stockholm hette det *Frenologiska sällskapet*, efter Frantz Gall's frenologiska teori. Frenologin är precis som psykologin "läran om själen" eller närmare bestämt läran om att kunna utläsa en människas karaktär utifrån skallens form (Nationalencyklopedin, 2010). Detta kan vidare förstås som att hjärnans yta är centrum för alla själsegenskaper hos människan. Efter andra världskriget blev det tal om ett namnbyte och år 1921 ändrades namnet till *Spiritualistiska sällskapet*. Man frångick då också den frenologiska läran för att istället inrikta sig på spiritualistiska seanser. År 1956 antogs slutligen namnet *Sällskapet Sanningssökarna*. Föreningens huvudsakliga verksamhet består i dag av att anordna offentliga seanser, utbildningar, utvecklingscirklar samt hålla föredrag om den spiritualistiska filosofin. (www.sanningssokarna.se). År 1949 grundades SSR, Sveriges Spiritualisters Riksförbund, vilket också är aktivt än idag. Under 80-talets mitt bildades ytterligare ett samfund genom en upplösning av SSR, vilket resulterade i SRAU Spiritualistiska Riksförbundet för Andlig Utveckling. Idag finns det flera spiritualistiska föreningar runt om i världen. Ramsbergsgården är en svensk känd spiritualistisk kursgård under SSR där medier har möjlighet att utveckla sina förmågor under olika typer av utbildning (Frisk, 1998). Nu har det blivit dags att presentera studiens tidigare forskning.

Tidigare forskning

Jag har sökt i databaserna psycINFO, Sociological abstracts samt PubMed där jag använt mig av sökord som medium, spiritism, psykos, upplevelsevärld och alternativa verkligheter. Detta för att söka finna tidigare forskning som är relevant för studiens frågeställning: *Hur upplever och hanterar medium erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld?* Jag ville hitta tidigare undersökningar som gjorts angående upplevelsen att befinna sig mellan olika typer av upplevelsevärldar, vilka inte enbart innefattade psykos eller medial upplevelse. Jag har inte funnit några tidigare studier rörande det fenomen jag vill undersöka, vilket känns positivt då jag därmed kan bidra med något nytt. Det kom slutligen att handla om studier som på olika sätt innefattar ett överskridande av den naturliga livsvärlden, för att på så sätt kunna erfara eller ana en parallell verklighet. Jag har nedan delat in det jag funnit under tre rubriker för olika tillgångar till alternativa upplevelsevärldar. Jag börjar med att redogöra för det jag kallar sjukdomsrelaterad tillgång, som handlar om psykos. Därefter följer dödsrelaterad tillgång och avslutningsvis drogrelaterad tillgång till alternativa upplevelsevärldar.

Sjukdomsrelaterad tillgång

Psykos

"Dolt bakom det psykotiska livet pågår ett normalt psykiskt liv inom varje schizofren. Vi kan tillägga att det bakom vardagsbeteendet fortgår ett schizofrent liv inom varje människa."

MANFRED BLEULER

Psykosbegreppet är enligt psykoanalytikern Johan Cullberg (2004) ett rent fenomenologiskt-psykologiskt begrepp. Det finns inte någon biologisk definition eller markering i samband med denna term. De tidigare försök som gjorts i syfte att finna en neurofysiologisk motsvarighet till det psykotiska tillståndet har misslyckats. I de fall då en psykos är av ej övergående karaktär benämns den "schizofreni". För att ens kunna tala om begreppet psykos ska den innefatta aspekten av "vanföreställning" en inbillning eller hallucination. Begreppet hallucination står för sinnesupplevelser eller perceptioner utan någon motsvarighet i yttre stimulus. Olika typer av hallucinationer kan upplevas inom följande områden utifrån våra vanliga sinnesomdömen: syn,

hörsel, lukt, smak samt känsel. Inom psykiatri är hörsel hallucinos den vanligaste formen i samband med icke organiska psykos. Jag vill åter belysa det faktum jag tog upp i inledningen, nämligen att uppfattningen av upplevelsen är korrekt hos den psykotiske. Det är själva tolkningen av perceptionen eller upplevelsen som är inkorrekt (Cullberg, 2004).

Inom Institutionen för psykiatri på Hälsouniversitet i Linköping gjorde Per Borell, Tina Orhagen och Giacomo d'Elia (1995) en studie med titeln *Vad vet patienter med schizofreni om sin sjukdom?* Respondenterna bestod av 31 personer diagnostiserade med schizofreni, som genom deras kontaktpersoner blev intervjuade genom frågeformulär. 45% av patienterna hade god eller full insikt i sin sjukdomsbild mot 10% som istället helt saknade insikt, resterande hade viss sjukdomsinsikt. Det intressanta är att den värderade frekvensen av vanföreställningar och hallucinationer ej samvarierade med sjukdomsinsikten. Enklare uttryckt även om personerna ansåg sig lida av psykisk sjukdom och hade god eller full insikt i denna, ansåg de *inte* att upplevelser av vanföreställningar och hallucinos var symptom kopplade till själva diagnosen. Av patienterna hade 58% traditionellt tydliga problem med hallucinationer, detta trots att de skötte sin medicinering. Författarna sammanfattar att det är oerhört viktigt att använda sig av ”kompletterande psykologiska behandlingsmetoder för kvarstående symptom” (Borell et al. 1995:71).

En annan undersökning angående schizofreni utfördes av Gee, Pearce och Jackson år 2003, utifrån grundad teori och behandlar den subjektiva upplevelsen av psykos hos tillfrisknade patienter. Deltagarna bestod av tre män respektive tre kvinnor tidigare diagnostiserade med schizofreni. Medelåldern låg på 33,3 år och genomsnittslängden för sjukdomstiden var på 12 år. Författarna fann subjektiva upplevelser av psykotiska symptom i enlighet med att känna trötthet och uppleva sömnlöshet, att känna sig tyst och tillbakadragen, ha låg motivation, uppleva en misstänksamhet gentemot andra samt att vara nervös och orolig, även erfarenheter av paranoia och depression förekom. I denna undersökning till skillnad från den förra upplevde dock deltagarna det att höra röster som ett symptom för själva psykosen. På frågor om medicinens påverkan upplevde dock deltagarna varken positiva eller negativa effekter. De sade sig fortsätta medicinera enbart inför rädslan av vad som skulle ske om de inte tog medicinen. Efter att deltagarna blivit stämplade som mentalt sjuka och fått diagnosen schizofreni upplevde de också ett utanförskap. Sett till olika relationer, det sociala livet och arbetslivet kände deltagarna att de inte längre var någon som räknades. På frågan om deltagarna fått ut något positivt av den psykotiska erfarenheten efter att de tillfrisknat, sade tre av dem nej. De resterande tre tyckte att upplevelsen hade förbättrat deras relationen och kommunikation med familjen, vilket i sig skapat en trygghet. Erfarenheten resulterade även i att deltagarna nu uppskattade den egna situationen mer med en nyvunnen kännedom om hur skört individens psyke faktiskt är.

Stanghellini och Ballerinis studie (2007) undersökte den sociala dysfunktionen hos schizofrena patienter, utifrån en fenomenologisk approach. Författarna ville försöka förstå meningen av den schizofrena upplevelsen i den sociala världen. Det visade sig att patienterna i huvudsak hade sitt fokus på ontologiska frågor om verkligheten, beträffande vad som egentligen var verkligt kontra överkligt. Exempelvis så ifrågasätter den schizofrena sådan samhällsinformation som en frisk person tar för fakta. Deltagarna beskrev också upplevelser av hur deras egna sunda förnuft gick förlorat under tiden för psykosen. Författarna fann även erfarenheter hos deltagarna av att inte känna sig delaktiga i den gemensamma verkligheten, istället ansåg de sig vara drastisk annorlunda i jämförelse med övriga individer.

I ytterligare en studie som får avsluta denna rubrik undersökte man den subjektiva upplevelsen av paranoia. Detta gjordes via intervjuer samt en interpretativ fenomenologisk analys. Michelle, Campbell & Morrison (2007) ställde en grupp av människor, vilka aldrig diagnostiserats med psykiskt sjukdom men ändå upplevt paranoia känslor, mot en annan grupp av psykospatienter. Deltagarna bestod av 12 personer med sex i varje grupp. Båda deltagargrupperna beskrev upplevelser av osedvanlig perceptioner eller känslor samt upplevelsen av ångest. Båda grupper trodde också att paranoian berodde på tidigare negativa livshändelser. Den stora skillnaden låg dock

i frågan om kontroll. De psykotiska personerna förstod upplevelserna i form av hörsel och synhallucinationer som något liggande utanför dem själva och deras egen kontroll. Den grupp av människor som inte var psykotiska beskrev sig istället ha kontroll över situationen och händelserna. De senare kunde betrakta upplevelserna utifrån att det var något som de själva skapat. De icke psykotiska sade sig också ha kontrollen över sina egna tankar och planer, istället för att psyket besitter kontrollen över dem. I samtliga artiklar påpekar författarna vikten av att fler kvalitativa undersökningar utförs med fokus på den subjektiva upplevelsen av psykosen. Detta för att få en förståelse för patienten och bättre kunna bistå.

Dödsrelaterad tillgång

I samband med denna tillgång till andra upplevelsevärldar kommer jag först att beröra en studie om *efter döden kommunikation*. Denna tillgång avser hur efterlevande anhöriga upplevt en kommunikation av olika typer med en avlidna släkting eller nära vän. Detta följs sedan av erfarenheter i form av *nära döden upplevelser* (NDU), där också *ut ur kroppen upplevelser* (UKU) inbegrips.

Efter döden kommunikation

After Death Communication (ADC) eller efter döden kommunikation uppmärksammas i den studie jag här tänker referera till, angående upplevelser på området. James A Houck är den doktor och professor som år 2004 skrev *The Universal, Multiple, and Exclusive Experience of After – Death Communication*. Studien innefattar upplevelsen av att ha blivit kontaktad av en nyligen avlidna nära anhörig eller vän. Urvalet bestod av 162 stycken kvinnor och män som alla blivit berövade en anhörig på skilda sätt. Av dessa deltagarna rapporterade 122 personer (75%) att de upplevt minst ett tillfälle av ADC efter den anhöriges bortgång. Kommunikationen skedde både via drömmar och vaket tillstånd samt dessa två i kombination. Upplevelserna av kommunikation skedde genom visuella bilder av den avlidna släktingen, genom att deltagarna hört tydliga röster från den avlidne, kände bekanta dofter samt alla dessa i olika kombinationstyper. Det visade sig inte vara några skillnader i upplevelserna kopplat till genus, utbildningsnivå, religiös tillhörighet, ålder, typ av dödsfall eller tid sedan dödsfallet inträffade. Författarna drar därmed slutsatsen att ADC är en *universell naturlig företeelse*. De rapporterade siffrorna visade även att deltagarna hade upplevt fler än en typ av ADC med samma avlidna anhörige vid flertalet tillfällen, vilket resulterar i en *mångfald av kommunikationen*. *Exklusivitet* som ett tredje och sista begrepp i resultatet inbegriper det faktum att den efterlevande personen hade upplevt ADC utan att en tredje part i form av spiritualist, medium eller schaman varit inblandad. Detta visar enligt författarna att dessa upplevelser av kommunikation med avlidna andar inte enbart är till för det professionella mediet. Rollen denna tredje part spelar är istället att bekräfta det som den anhörige redan upplevt allena på sin kammare.

Nära döden upplevelse

Den typiska NDU beskrivning innefattar efter en total känsla av frid och lycka också det hur medvetandet lämnar kroppen. Enligt tidigare undersökningar säger sig olika personer ha sett sin egen döende kropp ligga kvar på bårn eller i sjukhussängen, medan de själva upplever sig sväva ovanför den. Detta fenomen benämns för *ut ur kroppen upplevelser* UKU (Hammer, 1997). I denna upplevelse passerar livet revy framför ögonen på individen som sedan ofta motvilligt sägs återkomma till den fysiska kroppen, då med en helt ny livssyn. Läkarvetenskapen ställer sig än idag avvisande till dessa upplevelser. Det handlar om upplevelser som har likadan karaktär oavsett ålder, social bakgrund, religiös tillhörighet eller utbildningsnivå. Den kritik som riktas mot NDU fenomen är att det kan tyckas vara religiösa föreställningar som trots allt ligger till grund för dem. Ett motargument mot detta är att också små barn har rapporterat likadana upplevelser. Barn som till skillnad från de vuxna inte haft några religiösa förväntningar till bakgrund (Hammer, 1997).

1975 utkommer läkaren Raymond A Moodys omtvistade men även uppskattade bok *”Life after*

Life” (I dödens gränsland, 2002, Natur och kultur) där Moody redogör för 150 stycken nära döden upplevelser, berättade av olika typer av människor. Idealtypen för denna upplevelse innefattar ”*tunnelpassagen, känslan av glädje, lycka och befrielse efter lyckad genomfart samt mötet med ljuset*” (Wistrand & Pilotti, 1982:113). I Moodys idealbeskrivning går också att läsa mer ingående om upplevelser av mötet med släkt och vänner, vilka tidigare avlidit och som nu finns där för att hjälpa till. En läkare och professor i kardiologi vid namn Michael B Sabom från USA kritiserade Moodys anekdotiska berättelser om nära döden upplevelser, där andar och liknade fenomen ofta antyddes. Sabom sökte upp några av sina återupplivade patienter för att försäkra sig om att dessa upplevelser inte förekommit hos någon av dem. Enligt Sabom berättade den tredje patienten han intervjuade till hans stora förvåning en komplett Moody version. Det var dock patientens allvarsamhet rörande upplevelsen samt vad den inneburit för henne personligen, som gjorde störst intryck på Sabom. Detta ledde till att Sabom tog beslutet att göra en strikt vetenskaplig studie angående NDU (Wistrand & Pilotti, 1982).

I boken *Recollections of Death* (1981) eller i den svenska utgåvan *Vi upplevde döden*, (Natur och kultur, 1993) redovisar Sabom 116 patienter varav 79 av dem sedan ingår i studien. Urvalet består av stabila friska personer som alla varit medvetlösa i samband med att de varit fysiskt nära att dö. Det rör sig om samtliga patienter ifrån två olika sjukhus under en femårsperiod där alla uppfyller kriteriet ovan. 40 % av deltagarna visade sig ha erfårit dessa upplevelser. Flera av deltagarna kunde endast uppge en allmän beskrivning av de återupplivningsförsök de sett på sig själv då de varit fullt upptagna av den underbara känsla av frid, lycka och klarsyn, att bli förflyttad till en ”paradisisk” värld samt mötet med en kärleksgestalt, vilka genomsyrade upplevelsen de fick erfara. 14 personer upplevde en tomhet och ett mörker innan de nådde fram till den transcendentala upplevelsen jag beskrev ovan. Däremot hade sex personer fokuserat på just själva återupplivning i samband med sin NDU. Dessa personer kunde uppge en väldigt detaljerad beskrivning av vad de själva sett. Denna skildring skedde utifrån att deltagarna befann sig svävande i taket, och därifrån beskrev vad som hänt i sjukhussalen. Av allt det som återberättats av dessa sex personer kan inget motsägas i jämförelsen med journaler eller platsbundna ögonvittnen (Sabom, 1993). Deltagarna rapporterade också om möten med andra vid tiden för NDU:n. Dessa andra var personligheter i form av döda vänner, släktingar, övriga andeväsen samt Kristusgestalter som antingen visade sig eller förekom som en icke synlig närvaro. Kommunikationen skedde genom att anden talade verbalt med hög röst, kommunicerade via kroppsspråket eller så skedde samtalet via tankeöverföring. Trots att själva nära döden upplevelsen i sig för de flesta innebar känslor av fridfullhet och lugn, var de några som efteråt reagerade med rädsla och oro. Det handlade om rädsor och oro inför att vara ensam om en sådan specifik upplevelse och att den berodde på sinnessjukdom. I samband med att Sabom (1993) intervjuade deltagarna upptäckte han att samtalet om upplevelsen också hade en djupare innebörd. Det uppstod en lättnad för deltagarna som upplevde denna oro när de fick reda på att de inte var ensamma om sina upplevelser, utan att det fanns andra normala (icke psykotiska) patienter som också redogjort för likadana erfarenheter. Sabom poängterar det som väldigt viktigt att inte betrakta nära döden upplevelser som hallucinationer eller psykiatriska anfall. En sådan betraktelse stärker enbart de känslor av ensamhet som deltagarna erfårit i samtal med sjukhuspersonal. Många deltagare medgav av de saknat den möjligheten att få diskutera sin NDU utifrån en öppenhet och förståelse. Sabom insåg att intervjusamtalet ledde till en fördjupad och förbättrad kontakt med patienterna, efter att de fått dela med sig av denna personliga och betydelsefulla upplevelse till en läkare (Sabom, 1993). Sabom sammanfattar också i resultatet hur de som upplevt en NDU har mindre dödsångest än de som inte upplevt en NDU. Personerna som erfårit NDU:n säger också att den minskade dödsångesten tillsammans med den ökade tron på ett liv efter detta beror på upplevelsen i sig. Skillnaden mellan grupperna bekräftades med hjälp av Templers och Dickensteins dödsångestskattningar (Sabom, 1993).

I en studie av Greyson B (2002) undersöktes nära döden upplevelser i en jämförelse gentemot människor som upplever fenomenet dissociation. Dissociation är en form av psykologiskt försvar, likt det att vara bortkopplad från verkligheten. Om man upplevt svåra traumatiska händelser i sin barndom eller uppväxt, är det möjligt att man utvecklar ett dissociativt mönster av att fly ifrån

verklighetens medvetande. Enligt den psykiatriska diagnosmanualen DSM-IV handlar dissociation om ett förändrat tillstånd av medvetande, perception, minne och emotioner. Dissociation inbegriper ett brett spektrum av psykiska symptom från normal till gravt patologiskt. Ett exempel på ett normalt förändrat medvetande tillstånd av dissociation är när du kör bil på motorvägen och plötsligt inser att du åkt förbi den avfart du skulle tagit av vid. Du har då befunnit dig i en alternativ upplevelse eller ett annat medvetandetillstånd. Andra tecken kan te sig likt det att inte vara helt närvarande i samtalen, fastna med blicken, dagdrömma mycket samt ha problem med minnet och hålla tider. Den patologiska benämningen är Dissociativ Identitetsstörning och handlar om störningar eller en förlorad kontakt med den egna identiteten, vilket tydligt märks av de anhöriga. Nära döden eller ut ur kroppen upplevelser kan förstås utifrån att vara dissociativa då den fysiska kroppen och dess sensationer temporärt lämnas.

I Greysons (2002) studie bestod urvalet av 96 personer som upplevt självrapporterade NDU:er samt 38 personer som varit nära döden utan att ha upplevt någon NDU. Datainsamlingen skedde via frågeformulär vilka inkluderade olika mätningar av styrkan på själva NDU:n samt mätningar av dissociativa symptom hos deltagarna. Dessa testades sedan enligt Spearman's rank-order correlation. Resultatet visade att de personer som erfarit djupa nära döden upplevelser och ut ur kroppen upplevelser också rapporterat betydligt fler dissociativa symptom i jämförelse med gruppen som inte upplevt någon NDU. Djupet av själva upplevelsen korrelerade positivt med symptomen, för de som erfarit NDU. Nivån på de dissociativa symptomen som deltagarna upplevde var emellertid inte i närheten av de patologiska störningarna för dissociation. De mönster av dissociativa symptom man fann i samband med NDU:er visade sig istället vara en icke patologiskt dissociativ respons på stress. Det handlar om ett försvar av att koppla bort verkligheten och delar av medvetandet när belastningen blir alltför stor. Detta försvar visade sig också underlätta för upplevelser av ut ur kroppen karaktär. Författaren avslutar med att poängtera vikten av att öka förståelsen inför den subjektiva upplevelsen av fenomenet dissociation och vad den kan innebära för NDU:er eller andra transcendentala upplevelser.

Drogrelaterad tillgång

Under denna sista rubrik för tidigare forskning tänker jag presentera forskning utifrån *Människans okända världar, Utforskning av det omedvetna genom LSD-terapi* (1977) av Stanislav Grof (originaltitel: *Realms of the human unconscious – observations from LSD research*, 1975). Tidiga förhoppningar i samband med LSD-forskningen var att hjälpa psykiatrin att finna förståelse inför det omedvetna själslivet, samt att vinna en fördjupad kunskap och förståelse om vad den schizofrene upplever. Genom att efterlikna schizofreni psykosens symptom med en *”modell psykos”* utifrån LSD-forskningen, trodde man sig kunna förklara den schizofrena psykosens sjukdomsbild som en biokemisk avvikelse. Detta misslyckades dock men forskningen kom likväl att bli betydelsefull sett till den subjektiva upplevelsen.

LSD

Grof är en psykiatriker och medvetandeforskare från Tjeckien, som blev känd för sina experiment med den psykedeliska (sinnesvidgande, själsöppnade) drogen LSD. De vetenskapliga experimenten behandlar en utforskning av det omedvetna genom LSD-psykoterapi, vilket tog sin början under 1950-talet. Grofs (1977) litteratur hänvisar till observationer som gjorts under 17 års forskning. LSD gavs bland annat till de terminalsjuka som var döende i cancer. Syftet var i de fallen att genom LSD-upplevelsen minska deras fruktan för döden samt reducera de fysiska och psykiska smärtor som sjukdomen åsamkat. Urvalet under åren för Grofs experiment har bestått av hundratals kvinnliga och manliga patienter i varierande åldrar med helt skilda kulturella bakgrunder, religiösa tillhörigheter, samt olika utbildningsnivåer. De upplevelser som sedan uppstod via experimenten visade sig istället bero på individernas personlighet. Olika stora doser av LSD har använts där förhållandena samt de individuella reaktionerna har varierat starkt kring försöken. 52 patienter med psykisk sjukdom behandlades med LSD under Grofs tid på psykiatriska forskningsinstitutet i Prag (Grof, 1975). Det är dessa journaler som utgör den främsta datan i undersökningen.

I samband med LSD-terapin var perceptionsförändringar det mest frekventa, där visuella intryck samt förändringar i lukt och smakorgan var vanligt förekommande. De sistnämnda inträffade ofta då deltagarna försattes tillbaka i tiden, till sin barndom. De emotionella förändringarna visade sig dock först. Vid medelstora doser LSD för ”normala” människor upplevdes euforiska känslor av exempelvis upprymdhet, total glädje, lust, frid, extas och avslappning. För den psykiskt sjuka och vid större doser visade sig upplevelser av en ökad nedstämdhet. Den oro som då kunde uppstå ledde ibland till svår panik och dödsångest. Vid vissa tillfällen kunde också funderingar på och försök till självmord förekomma hos dessa patienter. Varierade typer av känselstörningar i olika kroppsdelar upplevdes också av deltagarna i samband med LSD-terapin. Det rapporterades även om religiösa och transpersonella upplevelsevärldar bortom jagets gränser, samt bortom de vanliga barriärerna för rum och tid. I experimenten upplevde deltagarna olika möten med andeväsen, avlidna släktingar, goda och onda gudar tillsammans med andra upplevelser av religiös och mystisk art. Personer vittnade också om hur de upplevt sitt åldrande, sin död och senare sin återfödelse. Klärvoajanta upplevelser av att se komplicerade och detaljerade framtidssyner förekom även det. Vanligt förekommande känslor var upplevelsen av att vara ett med universum, hur vi alla människor är en och den samma. Det sistnämnda upplevdes tillsammans med känslan av en förlorad individualitet (Grof, 1975).

Erfarenheten beskrevs senare i flera fall, utifrån att ha varit den viktigaste upplevelsen i deltagarnas liv. Sett till flertalet av de döende cancersjuka patienterna fungerade LSD-terapin mycket bra. Patienterna fick ett mer harmoniskt förhållande till döden. De sade sig ha fått en inblick i andra dimensioner och alternativa världar, och upplevde sig vara en del av ett större sammanhang i kosmos. De var därför inte längre rädda för att dö och upplevde därmed ett större lugn. Upplevelserna av de fysiska och psykiska smärtorna kom också att mildras i samband med LSD-terapin. Efter ihärdiga debatter och kritik mot LSD-medicineringen som gett en hel del negativa effekter, då den kom att spridas till svarta marknaden och lekmanexperiment, utvecklade senare Grof en drogfri metod istället. Terapiformen Holotropisk Andning eller frigörande andning sägs simulera LSD-terapi. Denna andningsteknik som Grof utvecklade skall således ge liknande upplevelser att nå de omedvetna dimensionerna av olika upplevelsevärldar liksom LSD (Grof, 1977).

Sammanfattning av tidigare forskning

Jag har nu redogjort för tre olika tillgångar till alternativa upplevelsevärldar vilka jag anser vara relevanta för den kommande presentationen av min analys. ***Den sjukdomsrelaterade tillgången*** innefattar subjektiva upplevelser av psykos och visar hur patienter inte upplever att hallucinationer och synvillor går att medicinera bort. Oavsett om patienterna ansåg hallucinationer vara symptom för själva diagnosen eller ej, var det ingen av grupperna som tyckte att antipsykosmediciner hade någon positiv verkan mot hallucinationerna. Upplevelser av utanförskap och att inte längre räknas som någon upplevdes i samband med att få en psykotisk stämpel. Ontologiska frågor rörande vad som upplevs verkligt kontra överkligt och det att känna sig annorlunda skildras här också. Det att inte känna sig delaktig i den verklighet som de övriga i samhället tillhör, tillsammans med känslor av att ha förlorat det egna sunda förnuftet rymms också under denna rubrik. Sett till begreppet kontroll visade det sig hur de psykotiska upplevde en brist på kontroll i samband med hallucinationer och olika företeelser, då händelserna upplevdes ske utanför dem själva och deras egen makt. Den friska gruppen av paranoida personer hade kvar denna känsla av kontroll över sitt psyke och sina liv, då de ansåg sig själva ha skapat de vanföreställningar som upplevdes.

Den dödsrelaterade tillgången till alternativa upplevelsevärldar handlade om upplevelsen av efter döden kommunikation, samt nära döden och ut ur kroppen upplevelser. Olika typer av nära döden kommunikation har rapporterats vid flertalet tillfällen oavsett ålder, bakgrund och utbildningsnivå. Dessa har skett i form av att se, höra och känna bekanta dofter av de avlidna anhöriga både i drömmar och i fullt vaket tillstånd utan att ett medium varit närvarande. Denna kommunikation med avlidna andar i form av anhöriga och vänner förekom också i nära döden upplevelsen. Även här

skedde kommunikationen genom att personerna hörde andens verbala röst och visuellt såg den avlidna anhörige, där också tankeöverföring (telepati) förekom. Likt rubriken ovan rörande psykos finns också här känslor av utanförskap. Dessa uppstod då personerna till en början trodde sig vara ensamma om sina upplevelser vilket ledde till rädslor och oro inför att vara sinnessjuk. När de sedan fick sin upplevelse bekräftad av andra personers liknande erfarenheter försvann denna oro. Upplevelserna under denna rubrik för dödsrelaterad tillgång inbegriper också en minskad dödsångest och en stärkt tro på ett liv efter detta jordeliv. Också ett samband mellan dissociativa personer och upplevelsen av nära döden fenomenet presenterades, utifrån att dessa personer lättare kan koppla bort den vardagliga verkligheten likt ett försvar mot en alltför stor belastning av stress.

Den drogrelaterade tillgången presenterades avslutningsvis utifrån Grofs LSD terapi. I samband med det stora och varierade urval Grof (1975) använde sig av i sina experiment visade sig upplevelserna rentav vara kopplade till individernas *personlighet*. Perceptionsförändringar, visuella intryck, omväxlingar i kropp och sinne samt lukt- och smakorganen är här vanligt förekommande. Upplevelser bortom jagets gränser tillsammans med en förlorad känsla av individualiteten förekommer också det under denna rubrik. I likhet med de andra tillgångarna ovan visade sig även i dessa undersökningar upplevelser av möten med andeväsen och avlida släktingar. Ytterligare en likhet med den dödsrelaterade tillgången är den minskade rädsla inför döden som upplevelsen resulterat i. Efter att deltagarna fått uppleva alternativa världar och dimensioner i samband med LSD-terapi, har detta fått dem att känna sig som en del av ett större sammanhang i kosmos.

Likheter mellan samtliga tillgångar till alternativa upplevelsevärldar är varseblivningen av olika andeväsen och ljusgestalter samt alla de olika kroppsliga och sinnliga förnimmelser som upplevs. Sett till dessa erfarenheter ovan blir det vidare intressant att se hur det spiritualistiska mediet erfar sina upplevelser av att befinna sig på gränsen mellan två världar. Nedan presenteras nu metodavsnittet.

Metod

Med hänvisning till syftet för denna studie att undersöka fenomenet: *Hur upplever och hanterar medium erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld?*, har jag valt att göra en kvalitativ studie utifrån fenomenologisk ansats. I samband med fenomenologiska undersökningar arbetar man utifrån ett induktivt arbetssätt, vilket innebär att jag inte kommer att pröva några befintliga teorier genom deduktion för min analys. Jag kommer istället att knyta an till relevanta teorier för det empiriska resultat som påvisas. Detta för att jag vill försöka upptäcka något nytt och därmed bringa en ny förståelse för fenomenet i sig. Det blir möjligt att göra denna upptäckt först då jag riktar mitt fokus mot förståelsen av den subjektiva upplevelsen, för det jag vill studera. Jag vill i samband med förståelse som begrepp påminna om skillnaden mellan naturvetenskap och humanvetenskap, vilken begrips väl utifrån Diltheys ord: *Naturen förklarar vi, själslivet förstår vi* (Starrin och Svensson, 1994:73). Eftersom jag således vill förstå mina intervjupersoners upplevelser känns det naturligt att använda mig av fenomenologiska kunskapstradition. Genom att jag riktar min förståelse mot upplevelsen av fenomenet i sig klargörs det som tidigare ansetts vara oklart och en mening kan därmed skapas inför fenomenet (Giorgi, 2009). Eftersom det väsentliga för mig är att få fatt i förståelsen av fenomenet, anser jag detta val av metod vara avgörande för denna analys.

Livsvärld

Fenomenologi som forskningsansats och filosofi blev aktuell i början av 1900-talet. Fenomenologins grundare är filosofen Edmund Husserl, som ständigt granskade och omarbetade sitt verk *”Logical investigations”* (Giorgi, 2009). Husserl myntade även begreppet *”Lebenswelt”* eller *”livsvärld”* som är avgörande för det fenomenologiska perspektivet. Det var detta begrepp som ledde till ett nytt sätt att förstå världen på. Det är i den konkreta livsvärlden som vi erfar den subjektiva upplevelsen av alla olika fenomen. Med livsvärld hänvisar Husserl till den vardagliga värld som vi alla föds in i och lever i. Livsvärlden är den primära grundvärlden som vi dagligen tar

för given. Det är vidare den värld där vi upplever vår grundtrygghet därifrån allt annat upplevs. Det är utifrån livsvärlden som de andra mer specifika världarna utgår, exempelvis den akademiska världen eller nöjesvärlden, ty dessa övriga världar tar också livsvärlden för given (Giorgi, 2009).

Livsvärlden utmärks enligt Husserl av att leva i den ”*naturliga attityden*” där vi går upp på morgonen för att göra diverse sysslor, innan vi åker till arbetet för att åter komma hem på kvällen. Den naturliga attityden är enklare uttryckt vardagsmänniskans inställning till livsvärlden, där allt tas för givet. För att man ska kunna undersöka upplevelser i den naturliga attityden måste man distansera sig ifrån den. Även om det är den naturliga attityden vi först måste få fatt i är det sedan bakom denna konstruktion vi måste söka, för att på så vis finna ett fenomenets essens. För att kunna undersöka den naturliga attityden och därmed nå fram till fenomenets essens måste jag utgå ifrån den fenomenologiska attityden. Denna attityd handlar enligt Husserl om att ”gå till sakerna själva” såsom de visar sig för oss, i den konkreta livsvärlden (Giorgi, 2009). Detta görs för att man ska kunna upptäcka något nytt i samband med ett fenomen. Jag beskriver den fenomenologiska attityden mer ingående under nästa rubrik. En viktig grundtanke inom fenomenologi är att man inte kan utesluta utan måste ta hänsyn till medvetandet. Den säkraste vägen att nå kunskap startar enligt Husserl med medvetandet själv, eftersom ingen kunskap kan uppstå utan hänvisning till detta. Genom att jag riktar mitt medvetande mot ett specifikt objekt blir det till ett fenomen för mig. Med andra ord upplevelsen av objektet är fenomenet. Det är således i själva upplevelsen vi kan nå förståelsen och den inre kärnan av fenomenet (Giorgi, 2009).

Essens

Det är i erfarenheten av den levda livsvärlden som jag sedan finner fenomenets essens. Ett fenomen kan vidare förstås utifrån att vara variationer av den naturliga attityden, variationer av upplevelser i den egna livsvärlden, men också variationer i form av jämförelser mellan olika livsvärldar. Essensen är sedan den gemensamma nämnare eller det som uppenbarar sig bortom alla dessa variationer (Giorgi, 2009). Jag intar nu en inställningen av att vilja förstå dessa variationer bakom fenomenet: Hur upplever och hanterar medium erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld? Det sanna är det invarianta i det som varierar eller det stabila som trots allt förblir vad det är.

För att kunna nå ända fram och upptäcka denna essens måste jag inta den fenomenologiska attityden. Denna attityd handlar om att reducera enligt den ”fenomenologiska reduktionen”. Jag reducerar i form av att begränsa mig eller genom att förminska allt det jag redan vet om fenomenet i fråga. Reduktionen handlar om att upphäva den naturliga attitydens sätt att betrakta världen eller verkligheten på. Detta görs genom att bortse från de naturliga praktiska förklaringar som redan existerar om ett visst fenomen. På så vis kan jag se bakom den redan konstruerade betydelsen och därmed upptäcka något nytt. Vidare kan detta förklaras utifrån att jag som forskare måste sätta min förförståelse inom parentes (bracketing), således sätta parentes om min förflutna kunskap rörande det fenomen som nu ska studeras. Det är först nu fenomenet kan visa sig som det verkligen är, i sin totala essens (Giorgi, 2009). Giorgi återger i sin text Merleau-Pontys ord: ”*The phenomenological attitude is assumed because it tries to understand the natural attitude better than the natural attitude can understand itself*” (Giorgi, 2009:99). Detta citat beskriver det att sätta parentes runt den naturliga attityden som nödvändigt, då den fenomenologiska attityden istället är att föredra. Den naturliga attityden kan inte förstå och se på sig själv utifrån ett distanserat sätt för undersökningen. Däremot kan den fenomenologiska attityden av reduktion göra det.

Urval

I samband med fenomenologi som metod går det utmärkt att använda sig av ett mindre urval i undersökningen. Det blir istället avgörande att verkligen få fatt i de respondenter eller för fenomenologin ”medutforskare” som är genuint intresserade. Deltagarna benämns medutforskare då det besitter en stor kunskap och erfarenhet av fenomenet i fråga, som de dessutom vill dela med sig av samt att de själva är intresserade av fenomenet. I jämförelse med ett större slumpmässigt

urval eller likväl andra mindre urval finns inte alltid detta genuina intresse för studiens syfte och dess fenomen. Jag har personligen kontaktat de medutforskare för studien som jag tror innehar det intresse som krävs för att göra denna undersökning möjlig. Medutforskarna innehar också den erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan dessa två upplevelsevärldar, då de arbetar aktivt som medium. Dessa medium har förutom tillgång till den värld eller verklighet flertalet av oss känner till som den "normala" vardagsvärlden, också förmågan att upprätta kontakt med de avlidnas värld eller andevärlden. Detta urval kan dels förstås utifrån att vara ett homogent strategiskt urval (Patton, 2002) eftersom jag vänt mig till en viss grupp av individer, för att undersöka deras upplevelser. Samtidigt visade det sig bli ett synnerligen varierat urval, även om jag inte själv eftersträvade denna variation som följer nedan.

Medutforskarna för denna studie består av tre kvinnor respektive två män i varierande åldrar mellan 39-50 år. Förutom yrket som medium har medutforskarna arbetat som: chaufför, byggarbetare, vårdbiträde, väktare, egen företagare, arbete på kurorter och hälsohem, affärsbiträde, sömmerska, dietist, försäljning, sekreterare, samt utredare och forskare i samhällsvetenskap och beteendevetenskap. Två av medutforskarna innehar akademisk utbildning. Några arbetar under tiden för intervjuerna som medium vid sidan av ett annat arbete, medan andra arbetar som medium på heltid. Samtliga deltagare för studien har känt av andevärlden sedan barnsben, men har inte förstått att de varit mediala förrän i åldrarna mellan 18-32 år. De har alla någon äldre i sin familj eller släkt som också bär eller burit på den klärvoajanta förmågan. Tiden som deltagarna har arbetat aktivt som medium varierar mellan 2,5-16 år. De olika lärare som funnits till hands för deltagarna är kända namn inom spiritistiska kretsar som Iris Hall, Julia Griffiths, Terry Ewans och Jörgen Gutavsson. Alla medutforskare förnimmar andevärlden utifrån en kombination av att se, höra och känna dess väsen, där även lukt - och smaksensationer förekommer, även om alla dessa tenderar att variera från person till person. Den religiösa tillhörigheten varierar från ingen religiös tro alls, till kristendom, buddism, egen unik tro samt en avhoppare från sekten Jehovas vittnen. Samtliga medutforskare är handplockade. Medan tre av dessa är kända för mig sedan tidigare, är de två resterande det inte.

Datinsamling & Etiska krav

Insamlandet av material har skett genom personliga intervjuer. Att göra intervjuer kan ses som ett självklart tillvägagångssätt i samband med fenomenologisk metod, där den subjektiva upplevelsen betraktas som data. Det kan således vara svårt att komma åt dessa upplevelser av livsvärlden på annat sätt. Det skulle kunna gå via en text men med tanke på att jag kan ställa följdfrågor vid en intervju, vilket t.ex inte kan göras om datan består av dagböcker eller liknande, är intervju det mest effektiva tillvägagångssättet (Dahlberg, Dahlberg och Nyström 2008). Som ett första steg ringde jag upp medutforskarna för studien. I samband med detta samtal informerade jag var och en om studiens syfte och frågade därefter om de ville delta. Efter att samtliga visat intresse för undersökningen, skickade jag ut ett brev till alla blivande medutforskare. I detta brev enligt bifogad bilaga 1 (se längst bak) redogjorde jag närmare för studien syfte samt delgav dem viss information om mig och mitt personliga intresse för studiens ämne. Jag informerade även om de etiska aspekter eller krav som jag ämnar hålla mig till. Dessa är enligt vetenskapsrådet (2002) följande: Information om att medverkan är frivillig och när som helst kan avbrytas, har delgivits samtliga medverkande för studien. Var och en är också informerade om att forskningsmaterialet hanteras konfidentiellt under samt efter processens slutförande. Det framkom även i detta brev att de uppgifter som lämnats av de medverkande för studiens syfte, ej kommer att brukas inom annat område än det för forskning. Inga namn kommer heller att avslöjas i samband med analysen eller undersökningen i stort. Vederbörande har så även blivit erbjudna att ta del av den färdiga studien.

Jag har tillämpat semistrukturerade intervjuer enligt bilaga 2 (se längst bak) för denna undersökning, då jag till viss del använt mig av färdiga frågor. Dessa frågor har jag delat in i olika teman enligt följande struktur: praktiska frågor för urval, introduktions del, att pendla mellan världarna, tolkning mellan världarna, fast i världarna och slutligen frågor beträffande positivt kontra

negativt i samband med de olika världarna. Genom att använda mig av färdiga frågor försäkras jag mig om att behålla närheten till syftet för studien. Samtidigt har frågorna varit öppna för att medutforskarna skulle få möjlighet att fritt tydliggöra innebörden av deras subjektiva upplevelser för mig. Slutligen har jag transkriberat samtliga intervjuer, vilket slutade på ett nedskrivet material av 42 sidor text.

Analysförfarande

För att sammanfatta analysförfarandet har jag i ett allra första steg redogjort för min förförståelse av fenomenet: Hur upplever och hanterar medium erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld? Detta har jag gjort i ett tidigt skede, eftersom jag genom att uppmärksamma min förförståelse då lättare kan sätta den inom parentes. Jag kan aldrig frånga den helt men att reducera eller sätta förförståelsen inom parentes är som jag tidigare nämnt nödvändigt inom fenomenologi. Eftersom det inom denna tradition handlar om att se bortom eller transcendera den egna förförståelsen av fenomenet, som ska undersökas i livsvärlden. På detta sätt blir det möjligt att kunna upptäcka den innersta essensen av fenomenet. Detta gör jag nu genom att ”gå till sakerna själva” som de verkligen visar sig för mig (Dahlberg, Dahlberg och Nyström, 2008:32).

I den deskriptiva fenomenologi jag använt mig av enligt Husserls tradition, utgår den beskrivande approachen ifrån tre konkreta steg för metoden (Giorgi, 2009). Det **första steget** behandlar det att läsa transkriberingarna för att få en helhetskänsla för materialet. När jag kände att jag fångat denna helhet började jag sedan arbeta med intervjuerna en och en. Jag utgick då ifrån *en* intervju som jag lärde mig innan och utan, innan jag gick vidare med de resterande transkriberingarna.

I det **andra steget** av processen som innefattar det att dela upp texten i mindre enheter letade jag efter förändringar i texten, vilket innebär att man delar upp den i meningsenheter. Meningsenheterna belyser det som verkligen sägs i intervjun om erfarenheten av det upplevde fenomenet. Inte alla meningar har denna relevans av en psykologisk verklighet eller erfarenhet, vilket också blev tydligt under detta steg (Giorgi, 2009). När jag kände mig färdig med den första intervjun på så sätt att jag inte längre upptäckte något nytt i materialet, gick jag vidare med att fördjupa mig i de meningsenheter jag funnit. Jag har i detta arbete hållit mig väldigt nära medutforskarnas beskrivningar och det som faktiskt uttrycks i texten och sedan läst om igen och igen. Jag har inte heller börjat tematisera beskrivningarna eller meningsenheterna för tidigt utan stannat kvar inom den fenomenologiska reduktionen för fenomenet, i enlighet med Giorgi (2009). I arbetet med de senare intervjuerna har jag arbetat på samma sätt men här har jag den första intervjun med mig till bakgrund, vilket påverkar mig och leder till en automatisk jämförelse. Det handlar om en jämförelse i form av att upptäcka likheter med den första intervjun, men även det att uppdaga nya fynd i de senare. Först mot slutet av detta andra steg började jag ana en första empirisk tematisering av de meningsenheter jag funnit för analysen så här långt, vilket sedan resulterade i åtta meningsbärande enheter. Dessa enheter eller teman påvisas i konverteringsstrukturen (se tabell 1). Jag kommer utförligt att beskriva dessa meningsbärande enheter under resultatdelen som strax följer, men först en redogörelse för det avslutande steget i analysen.

När jag hade gjort denna första omvandling och fått fram de åtta meningsbärande enheterna utifrån medutforskarnas beskrivningar samt letat efter invariansen i dessa, gick jag vidare med det **tredje och sista steget** för analysen. I detta steg har jag konverterat eller omvandlat de meningsbärande enheterna till en socialpsykologisk känslig framställning (se tabell 1). Detta har skett utifrån att jag föreställt mig en tänkbar struktur för de olika meningsbärande enheter jag funnit. Denna omvandling från meningsbärande enheter till socialpsykologiska signifikanter har skett i olika processer för detta tredje steg, där jag flera gånger återvänt till medutforskarnas primära beskrivningar. Det handlar inte enbart om att upptäcka det som kan tyckas vara självklara likheter eller matchningar, utan tolkningen har skett utifrån en mycket högre abstraktionsnivå än så. De meningsbärande enheter som konverterats till fyra socialpsykologiska signifikanter måste vara och är genomgående för hela strukturen, för att kunna belysa fenomenets innersta essens. I

konverteringsstrukturen enligt tabell 1 nedan visar jag den omvandling som skett från meningsbärande enheter till socialpsykologisk signifikanter.

Tabell 1.

Konverteringsstruktur

Meningsbärande enheter

Släppa kontrollen över det egna
Att vara här & nu i båda världarna

Förändring av kropp & sinne

Att förstå den egna förmågan
Att kontrollera den egna förmågan
Att få hjälpa & bli berörd

Att fastna i det personliga
Främmande i vardagsvärlden

Socialpsykologisk signifikanter

Närvarande frigörelse

Övergående kroppsliga sensationer

Bekräftande tillit

Personlig känslighet

Den första meningsbärande enheten av att släppa kontrollen över det egna samt att vara här och nu i båda världarna resulterade i den socialpsykologiska signifikanten *Närvarande frigörelse*. Den andra enheten beträffande förändring av kropp & sinne hos mediet konverterades till Övergående kroppsliga sensationer. Den största förändringen i modellen ovan skedde för den tredje signifikanten. De meningsbärande enheterna av att förstå den egna förmågan, att kontrollera den egna förmågan samt att få hjälpa och bli berörd konverterades här till signifikanten *Bekräftande tillit*. När jag återvände till beskrivningarna fann jag att de olika upplevelser av bekräftelse som mediet erfar leder till att en tillit skapas. Avslutningsvis konverterades de meningsbärande enheterna att fastna i det personliga samt främmande i vardagsvärlden till *Personlig känslighet*, som den fjärde komponenten för fenomenets essens. På vilket sätt dessa fyra signifikanter utgör denna kärna för fenomenet presenterar jag utförligt i den strukturella modellen för resultatet längre fram i resultatdelen som nu följer.

Resultat

Syftet med denna studie har varit att få fatt i det spiritualistiska mediets erfarenhet av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld, samt vad det innebär att befinna sig i detta gränsland. Studiens frågeställning är: Hur upplever och hanterar medium erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld? Resultatet utmynnar i fyra socialpsykologiska signifikanter: *Närvarande frigörelse*, *Övergående kroppsliga sensationer*, *Bekräftande tillit* samt *Personlig känslighet*. Dessa fyra utgör tillsammans fenomenets essens. Jag kommer som första steg börja med en utförlig presentation nedan av de fyra signifikanter, jag funnit för analysen. De två första signifikanter jag kommer att redogöra för är *Närvarande frigörelse* och *Övergående kroppsliga sensationer*, vilkas sedan åtföljs av *Bekräftande tillit* samt *Personliga känsligheten*. Under dessa rubriker kommer jag att redogöra för de olika underteman till de fyra signifikanterna. I sammanfattningen av resultatet som senare avslutar denna del påvisar jag hur dessa fyra socialpsykologiska signifikanter bildar en helhet, genom att vara beroende av varandra på olika sätt.

Närvarande frigörelse

Under denna rubrik visade sig beskrivningarna utifrån två olika teman för mig, ”Att släppa kontrollen över det egna” samt ”Att vara här & nu i båda världarna”. Det första temat ”Att släppa kontrollen över det egna” innebär att släppa greppet om det egna personliga jaget. Detta görs genom att mediet frigör sig både ifrån sin fysiska kropp och dess känslor samt sitt psykiska sinne i

form av egna tankar. Denna frigörelse ifrån det egna personliga jaget sker medvetet för att en total närvaro skall bli möjlig, i samband med upplevelsen av andevärlden. Genom att mediet öppnar upp sig för andevärlden i denna process av frigörelse ges tillgång till en alternativ upplevelsevärld. Det är i denna frigjorda medvetna närvaro som mediet får möjlighet att förnimma andevärlden. Denna öppenhet för andevärlden samt den frigörelsen ifrån det egna sker under tiden för arbetet med andekontakten och klienten (andens anhöriga). Den alternativa upplevelsen av här och nu kan även hålla i sig ytterligare en stund efter sessionen, för att sedan återgå till den normala vardags upplevelsen av här och nu.

Det andra temat *Att vara här & nu i båda världarna* under denna rubrik visar på den relevansen av att kunna vara närvarande inför både vardagsvärld och andevärld samtidigt. Det handlar för det första om en rumslig närvaro och medvetenhet inför klienten, som befinner sig i *vardagsvärlden*. Mediet fungerar likt en tolk på gränsen mellan två olika språk, då det handlar om att förmedla budskap ifrån anden i andevärlden till den anhörige i vardagsvärlden. Det handlar tillika om att innehava en närvaro inför *andevärlden* för att mediet överhuvudtaget skall kunna förnimma den ande, som kommer för att bli tolkad. Sist men inte minst måste mediet också hålla en fokuserad närvaro på vad som sker i den nu bortkopplade kroppen. Det är i denna frigjorda kropp som mediet med samtliga eller enbart några av sina sinnen förnimmer de budskap som anden vill förmedla.

Sett till denna rubrik av *Närvarande frigörelse* är det ändå inte så att medutforskarna upplever sig vara någon annanstans som exempelvis i hypnos eller i ett tillstånd av trans, där medvetandet förflyttats. De anser sig vara här i vardagsvärlden fullt ut även om de samtidigt upplever en alternativ närvaro. I den alternativa närvaron av frigörelse förnimmer mediet andevärlden, genom fysiska och psykiska upplevelser i den egna frigjorda kroppen. Detta beskrivs som att andevärlden är inneboende i den vardagliga världen av "här och nu" istället för att vara åtskild från den. Informationen från andevärlden kan enligt medutforskarna förstås utifrån att vara en finare signal, likt det att ställa in en annan frekvens. Nedan följer en redogörelse över dessa två teman för den första signifikanten av Närvarande frigörelse.

Släppa kontrollen över det egna

En viktig aspekt i det mediala arbetet är att kunna släppa tankar och känslor som förknippas med det egna jaget. Att tömma sig eller frigöra denna kontroll över det egna personliga visar sig bland annat i form av tankeförlust och minnesluckor. Det är dock inte enbart kognitiva störningar som visar sig hos mediet i samband med att släppa kontrollen över det egna jaget. Den fysiska kroppen och dess känslor måste också frigöras, för att möjliggöra andevärldens förmedling av budskap via mediets kropp. Detta kan te sig lite olika vilket jag kommer att beskriva utifrån två olika steg. Det första steget berör kroppsliga upplevelser och förändringar i samband med att öppna upp för en kontakt med andevärlden. Detta steg innefattar med andra ord mer påtagligt den kroppsliga frigörelse som sker ifrån det egna jaget. Det andra steget behandlar den fysiska upplevelsen i kroppen av att stänga ned kontakten med andevärlden. Det senare skildrar snarare hur kontrollen över det egna jaget och kroppen varit förlorad, för att sedan återigen uppleva kroppen som sin egen. Under detta andra steg beskrivs också de olika kognitiva störningar som uppstått i samband med frigörelsen och som kan hålla i sig även en stund efter sessionen med andevärlden.

Det första steget som jag börjar redogöra för handlar om hur mediets fysiska smärtor och krämpor tillfälligt försvinner, under tiden för sessionen med andevärlden. Detta visar på att frigörelsen sker när den egna kroppens känslor kopplas bort. Detta sker när mediet medvetet öppnar upp för att arbeta med andevärlden och på så sätt låter denna frigörelse ta plats. Nedan inleder medutforskare nr 1 (M.1) med att beskriva hur fysiska sjukdomar försvinner under sessioner med andevärlden, för att senare återvända när andekontakten avslutats. Detta visar hur medutforskarna släpper kontrollen över det egna jaget och frigör sin fysiska kropp under sessionen.

För jag har gjort sessioner när jag har varit sjuk själv fysiskt, en förkylning eller feber eller någonting och

trott att jag inte kommer att klara de. Men jag bestämmer mig för att sätta mig ner och göra det och under de 45 minuterna är jag helt frisk, och när jag kommer tillbaka igen så är jag förkyld (M.1).

Här beskriver M.1 upplevelsen av hur den egna kroppen ena stunden är sjuk men efter att hon trots detta bestämt sig för att utföra sessionen med andevärlden, försvinner detta sjukdomstillstånd. Den egna kroppen frigörs i samband med att mediet öppnar upp för att göra den andliga förmedlingen möjlig. Därmed kopplas också de fysiska smärtor och krämpor som finns i mediets kropp bort. M.1 beskriver också hur detta tillstånd är av övergående karaktär, då ”friskheten” enbart håller i sig under tiden för sessionen för att sedan återkomma till den egna kroppen vid dess slut. Flera av medutforskarna beskrev hur dessa upplevelser håller i sig en stund efter sessionen, för att sedan återgå till det normala. I citatet som följer beskriver

M.5 upplevelsen av att få all den energi som behövs för att klara arbetet gentemot andevärlden. Detta oberoende av om det handlar om privata sittningar eller större offentliga demonstrationer inför flertalet människor.

När jag är uppkopplad till andevärlden, när jag gör mina sittningar eller min storseans eller vad jag än gör, jag får all energi utav dom för att orka igenom mitt arbete. Det är inte jobbigt, jag är inte slut, jag behöver ingen återhämtning överhuvudtaget. Det jag behöver det är efter mitt arbete är färdigt, men under arbetes gång så behöver jag inte den vilan (M.5).

I detta citat beskrivs det att fysiskt orka med det andliga arbetet. Frigörelsen ifrån den egna kroppen ger sig till känna i form av att inte uppleva någon trötthet under tiden för det andliga arbetet. Genom att M.5 är uppkopplad mot andevärlden finns inga känslor av trötthet eller utmattning. All den energi som behövs finns i mediets frigjorda kropp som står till andevärldens förfogande. M.5 beskriver ändå hur han måste få återhämta och vila upp sig efter sessionen. Jag ser det som att så länge kroppen är frigjord och mediet släppt kontrollen över det egna jaget finns där inte heller känslor av trötthet, sjukdomar eller andra smärtor. Det alternativa tillståndet av närvaro i upplevelsen av att befinna sig på gränsen mellan världarna tycks tillfälligt frigöra de eventuella smärtor och krämpor, som mediet annars upplever i den egna kroppen. Denna frånvaro av smärtor och sjukdomstillstånd blir möjlig då den medvetna frigörelsen från det egna jaget sker.

Nedan följer upplevelsen av ytterligare fysiska förändringar, vilka sker i samband med att mediet nu öppnat upp för andevärlden och frigjort det egna jaget. M.5 beskriver hur han upplever dessa förändringar under sessionens början, vilka sker då anden visar sin närvaro genom att förmedla fysiska känslouttryck i mediets kropp. Känslor tillhörande anden själv, eller känslor som beskriver klienten (andens anhängare).

[...] och väldigt tydligt är det i min fysiska kropp. Jag känner av, jag får känna smärtor i min kropp. Jag får känna när man har någonting fel hos, dels den [anden] som är här, och när dom pratar om den [klienten] som sitter framför mig. Jag känner det på en gång att det blir en förändring, då är det oftast den första kontakten som kommer till mig. [...] ibland får man känna sån smärta så man inte knappt klarar av att handskas med den, men så kommer jag ihåg, det är inte min smärta. Jag pratar om din smärta eller den som kommer från anden (M.5).

M.5 beskriver i citatet ovan smärtor och andra förändringar som medutforskarna upplever i den nu frigjorda kroppen, efter att ha öppnat upp för andevärlden. Dessa förnimmelser av känslor och egenskaper i mediets fysiska kropp beskrivs utifrån att tillhöra anden själv. Men det kan också vara klientens smärtor som anden beskriver för mediet. M.5 beskriver vidare hur han omedelbart känner en förändring i kroppen, då den första andekontakten ger sig till känna i hans kropp. Denna upplevelse och känsla av någon annans svåra smärta blir möjlig att förstå och hantera genom vetskapen att det egna jaget är bortkopplat. Det är någon annans smärta som mediet upplever och inte den egna.

Det andra steget under denna rubrik beskriver de fysiska och psykiska upplevelser som sker i

kroppen då kontakten med andevärlden avslutas, eller då mediet stänger ned sig. Dessa upplevelser påvisar hur det egna jaget varit bortkopplat under tiden för sessionen, för att nu återvända till den egna fysiska kroppen. M.3 beskriver nedan denna kroppsliga upplevelse precis efter att han stängt ned sig och avslutat kontakten med andevärlden.

I samband med det då så blir det också en annan känsla i kroppen, alltså man känner sig mera, man känner av stolen man sitter på liksom, och man känner fötterna på golvet liksom. Man känner liksom att man är här på ett helt annat sätt. Innan så har man kanske varit lite svävande nästan, eller ja lite mer eterisk. Det blir så att man liksom vidgar ju sig på något sätt i det här; du blir större, hela en själv blir mera på något sätt och det krymper in då till att bara bli kroppen så att säg när man stänger ner sig (M.3).

M.3 beskriver i citatet upplevelsen av att åter landa i den egna fysiska kroppen efter att ha varit frigjord ifrån den. Det beskrivs utifrån att faktiskt känna av stolen han sitter på och golvet under sina fötter på ett mer markant sätt. Han upplever nu en annan känsla av närvaro i den fysiska kroppen. Han beskriver vidare känslan av kroppen då den är frigjord, som mer expanderad än annars. När han sedan stänger ned sig krymper denna känsla ned till att enbart bli den vanliga kroppen. Detta beskriver upplevelsen av att ha släppt kontrollen över det egna jaget, för att sedan återgå till upplevelsen att vara tillbaka helt i sin egen kropp.

M.1 beskriver också upplevelsen av att åter landa i den egna kroppen efter att ha varit frigjord ifrån den. Hon återger upplevelsen av att stänga ned sig efter en session med andevärlden, där hon talar om för sin klient att hon är på väg att avsluta.

Och när jag sen avslutar ser jag att energierna falnar lite grann, att de tynar av. Och jag känner att kraften börjar släppa mig. Och då säger jag det att nu är jag på väg att avsluta. Så då bara sluter jag ögonen och då kommer jag ner i min fysiska kropp igen, kan man säga. Jag upplever det så (M.1).

M.1 beskriver först hur hon ser att de andliga energierna börjar bli allt svagare för att slutligen helt tyna av och försvinna. I samband med detta känner hon fysiskt hur den kraft som funnits hos henne börjar släppa taget. Jag tolkar det som att frigörelsen börjar återgå till upplevelsen av att åter befinna sig i den totala erfarenheten av det egna jaget. Medutforskarna känner att de återigen landar i sina egna fysiska kroppar, då andekontakten stängts ned.

Under detta andra steg för rubriken att *släppa kontrollen över det egna* finns också beskrivningar av kognitiva störningar som medutforskarna erfar. Tankeförlust och minnesluckor är vanligt förekommande, vilket uppmärksammas i samband med att medutforskarna stänger ned kontakten med andevärlden. M.4 beskriver nedan upplevelsen av minnesförlust när hon precis avslutat en session.

Och sen så kan jag inte räkna. [...] så att om jag då ska skriva kvitto till nån då, eller någon som inte ska ha den här vanliga momssatsen, alltså då är det ju tvär kört. Jag brukar få be om hjälp i så fall, för det nej det funkar inte. För ju längre in i det här tillståndet jag är desto mindre av mitt eget har jag, Sen så går det ju ganska snabbt att komma ur det (M4).

M.4 beskriver upplevelsen av att inte kunna räkna, vilket kan förstås utifrån att vara en tillfällig kognitiv störning av minnet. Eftersom M.4 tömt sig på sina egna personliga tankar och förmågor har hon också tillfälligt förlorat den förmågan att minnas hur man räknar. Hon beskriver det som att ju längre in i det tillstånd av frigörelse kontra tillgänglighet för andevärlden hon är i desto mindre av det egna personliga blir kvar. Även om klienten får hjälpa M.4 att räkna ut den korrekta momssatsen precis efter sessionen, går det ändå någorlunda snabbt att komma tillbaka till den normala tillståndet av vardagsupplevelse. M1 beskriver situationen efter en privatsittning. Detta citat skildrar upplevelsen av att inte minnas vad som förmedlats via mediet från andevärld till klient.

Det är alltid samma, och jag måste säga att när en klient har gått ifrån mig så glömmer jag allt. Vad jag har sagt kommer jag inte ihåg, så att jag kan inte plocka upp en individ eller en situation eller ett ämne

överhuvudtaget, min hjärna är tom efter (M.1).

Här syns den tankeförlust över att minnas vad som sagts under tiden för andekontakten och sessionen med klienten. M.1 upplever en tillfällig minnesförlust som visar på förmågan att hon har frigjort sig från sitt eget vanliga tankemönster och minne. Hon har tömt sig för att enbart kunna tolka och förmedla andevärldens budskap. Detta för att inte blanda in sina egna tankar eller värderingar i det som skall förmedlas vidare till klienten. Det uppmärksammas av mediet först då det egna jaget är under total kontroll igen, i den vardagliga närvaron. Nu går jag vidare med nästa tema för den första signifikanten.

Att vara här och nu i båda världarna

Under det andra temat för *Närvarande frigörelse* beskrivs upplevelsen av att befinna sig närvarande i båda världarna samtidigt som väldigt viktig. För att upplevelsen av att befinna sig mellan vardagsvärld och andevärld ska bli möjlig måste mediet vara här och nu i vardagsvärlden, där klienten och mediet interagerar med varandra. Mediet måste finnas på plats fysiskt och psykiskt för att detta samspel ska bli möjligt. Mediet måste även samtidigt vara närvarande inför andevärlden för att kunna tolka den ande som vill förmedla något. I samband med att kunna vara helt närvarande inför andevärlden krävs frigörelsen av det egna jaget, som nu skett. Denna erfarenhet av att vara frigjord från det egna personliga jaget samtidigt som en närvaro av den fysiska och psykiska kroppen måste finnas på plats inför klienten, kan beskrivas som att befinna sig i en alternativ upplevelse av ”här & nu”. Denna alternativa upplevelse kan jämföras med den vardagliga upplevelsen av att vara ”här & nu”, då vi befinner oss i en total medveten närvaro av både vår egen kropp och vårt eget sinne. I det inledande citatet för detta tema beskriver M.4 nedan upplevelsen av att befinna sig på gränsen mellan världarna, enligt det att vara både i vardagsvärlden och andevärlden samtidigt.

Jag går inte in i en annan värld, utan jag får kontakt med den och det är skillnaden. Jag flyttar liksom inte på mig själv. [...] alltså det är ju verkligen så att, här är dom och här är du liksom, ja som en förmedlare och tolk. Är du ute ur kroppen så är det medvetandet som flyttar sig, men förmedlar jag då är hela jag här, det är bara som en radioantenn liksom (M4).

M.4 beskriver ovan hur hon finner sig vara närvarande i vardagsvärlden samtidigt som hon får kontakt med andevärlden. Det skildras likt en tolkningssituation, där tolken är fullt medveten och närvarande i sitt vardagsspråk. På samma sätt är mediet närvarande inför den vardagliga världens språk och inför klienten, som behärskar detta språk. Tolken måste samtidigt vara närvarande inför det andra språket som skall tolkas, för att kunna förmedla vidare till klienten. På samma sätt som tolken inte förlorar sig själv i det andra språket han tolkar, kan också mediet förstås utifrån att inte förlorar sig själv i andevärldens språk och förnimmelser. Den medvetna närvaron inför arbetet att på plats tolka ett budskap ifrån anden i andevärlden till klienten i vardagsvärlden är det primära. M.4 avslutar med att beskriva sig som en platsbunden radioantenn som ställer in en viss frekvens, för att kunna uppfatta en viss signal. M.5 beskriver också upplevelsen av denna alternativa närvaro för både vardagsvärld och andevärld.

Jag är mest närvarande här i vardagen för att jag är här, men dom använder ju då mitt sinne eller mina sinnen för att förmedla det från andevärlden som ska förmedlas, men jag är absolut här. [...] jag är fullt närvarande i mitt arbete, men alla mina sinnen används av andevärlden. Det är ungefär som att jag lånas ut lite grann som en trasdocka, men jag är fortfarande närvarande (M.5).

I detta citat beskriver M.5 vikten av att vara närvarande i vardagsvärlden. En medveten närvaro inför det vardagliga arbetet måste finnas så att mediet ska kunna förmedla budskap vidare, trots de frigjorda eller utlånade sinnen. Detta ”trots” kan även förstås utifrån att vara ”tack vare det utlånade sinnen”, vilket då visar på vikten av närvaro inför andevärlden. Nedan beskriver M.3 hur visuella bilder som mediet får tillgång till via närvaron inför andevärlden tolkas utifrån vardagsvärldens närvaro

Självklart så kan jag ju ibland få en känsla av om det kommer en från andevärlden och visar mig en vacker plats där den kommer ifrån eller har koppling till, så kan jag ju få en bild av hur det ser ut, och för ett ögonblicks sekund befinna mig där liksom för att insupa den bilden. Men det är ju fortfarande inte så att jag tar mig dit och sen är jag där, utan det är ju bara som ett foto ungefär. Jag är på plats där jag är (M.3).

Detta citat visar på båda typer av att befinna sig ”här & nu” i båda världarna samtidigt. Dels handlar det om den medvetna närvaro som krävs inför andevärlden för att kunna uppfatta denna bild. Sedan är det återigen den medvetna närvaron av vardagsvärlden som finns där för att tolka. Mediet kastar in en blick i andevärlden för att kunna tolka och förmedla vidare till klienten, utan att förlora sig själv i det. Likt fotografiet där vi kan drömma oss bort och hamna någon annanstans i tanken. Här är dock närvaron det primära istället för tillståndet av dröm eller fantasi, där vi kan förlora oss för ett slag. Även om M.3 kräver ett ögonblick för att verkligen ta in bilden så att den kan återges till den anhörige, förvinner han inte in i ett drömtillstånd.

Nästa citat beskriver upplevelsen av att vara ”här och nu” i en session utifrån en tidsram. Dels handlar det om att vara närvarande på en tidsbunden plats konkret i vardagsvärlden, men också om att vara ”här & nu” i sinnet, för att klara av arbetet med andevärlden.

Man måste vara här och nu varje sekund och vara fullkomligt skärpt, alltså man hinner inte vara någon annanstans, för att informationen kommer så fort. Så man måste vara fokuserad för att kunna förmedla den till 100%. Man kan inte vara och om 10 minuter ska jag åka iväg eller nåt sånt, det funkar inte. Eller gud vad jag mår illa eller någonting. Jag är inte, jag känner inte min kropp om man säger så, på det sättet. Eller jag är inte i mitt vardagsliv om man säger så, utan jag är här och nu (M.2).

M.2 beskriver vikten av att verkligen vara närvarande och fokuserad i tanken för att kunna tolka den snabba informationen som kommer ifrån andevärlden. Närvaron krävs också inför klienten i vardagsvärlden för att mediet ska kunna förmedla något. M.2 beskriver avslutningsvis denna alternativa upplevelse av att vara ”här & nu” liksom en paradoxal erfarenhet. Samtidigt som hon inte upplever sig vara sin egen kropp fullt ut och inte heller säger sig vara i sitt vanliga vardagsliv är hon trots detta fullkomligt skärpt och närvarande, enligt upplevelsen att vara ”här & nu varje sekund”.

Sammanfattningsvis kan den närvarande frigörelsen ses utifrån tre olika steg. Jag ser först hur det att frigöra sig och släppa det egna jaget måste ske ”här & nu” som första steg, för att mediet ska kunna stå till andens förfogande. För det andra måste mediet befinna sig ”här & nu” inför andevärlden för att på så vis kunna förnimma något överhuvudtaget. Det sistnämnda krävs med andra ord för att upplevelsen av att befinna sig mellan dessa två världar ska kunna bli möjlig. Sist men inte minst ser jag vikten av att befinna sig ”här & nu” i vardagsvärlden, vilket krävs inför klienten och det att förmedla budskap. Dessa ord får avsluta den första rubriken av *Närvarande frigörelse* när jag nu går vidare med att presentera den andra signifikanten för fenomenets essens.

Övergående kroppsliga sensationer

Nu har jag kommit fram till den andra signifikanten som utgör essensen för fenomenet: Hur upplever och hanterar medium erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld? I rubriken utav kroppsliga sensationer av övergående karaktär har jag funnit beskrivningar som kan förstås som olika typer av *förändring av kropp & sinne*. Dessa upplevelser beskrivs hos medutforskarna som fysiska förändringar i form av att den egna kroppsstorleken plötsligt krymper eller växer liksom andens utseende. Upplevelsen av en förändrad personlighet, dialekt samt tillfälliga smak- och doftsensationer äger också rum under denna rubrik. Likväl som erfarenheter av mycket varierande plötsligt förändrade känslotillstånd. I samband med att mediets egna kropp och tanke frigjorts via den *Närvarande frigörelsen* jag redogjort för ovan, ges nu anden tillträde att använda mediets kropp. Mediet kan nu plötsligt uppfatta ett förändrat känslotillstånd i den fysiska kroppen som inte upplevs som sitt eget. Dessa fysiska och psykiska förändringar förmedlas ifrån andevärlden till den anhörige i vardagsvärlden, via mediet. Sjukdomsbilder eller andra diverse fysiska smärtor talar exempelvis om vad anden led av för krämpor under sitt fysiska

jordeliv. De övergående sjukdomar, smärtor samt andra känslouttryck som mediet upplever i sin frigjorda kropp behöver inte enbart tillhöra anden, utan kan också höra hemma hos den anhörige (klienten), enligt medutforskarnas beskrivningar. På detta sätt vill anden visa att han/hon mycket väl känner till vad den anhörige gått igenom, eller går igenom i sitt liv. Detta bekräftar också för medutforskarna att frigörelsen skett, då mediet själv inte kan ha kännedom om sådan information.

Förändring av kropp & sinne

Här nedan inleder M.2 denna rubrik med upplevelsen av olika fysiska förändringar som tillfälligt sker i henne. Detta efter att hon frigjort sig från sitt eget personliga jag och nu känner av en andlig kontakt i sin kropp, vilket sker under en privat session.

Så kan det bli så att jag känner att den är så nära, så att jag ändrar inte rösten så mycket men dialekten till exempel. Jag kan säga saker som den här personen brukade säga, jag känner mig förändrad i kroppen. Jag kan förändras genom att jag får större bröst. Jag kan bli man, men jag har aldrig känt att jag fått en snopp, ibland är det så man vill titta efter (skratt). Jag kan känna mig mycket större eller mycket mindre och tanigare, jag kan känna mig gammal (M.2).

I detta citat beskriver M.2 hur hon upplever förändringar av sin egen dialekt, samt hur klienten bekräftar för mediet att det som mediet nu säger är något anden ofta brukade yttra. M.2 beskriver också känslan av dessa fysiska förändringar när kroppsstorleken plötsligt upplevs förändras. Även förändringar av enbart vissa kroppsdelar förekommer också, samt förändringar av manliga och kvinnliga egenskaper. Medutforskarna har på samma sätt beskrivit denna förändring av sinnet genom att plötsligt känna sig jätteglada, arga deprimerade eller blyga, på samma sätt som M.2 beskriver hur hon plötsligt upplever sig åldras. Nedan följer ett citat som visar på de olika smak- och doftsensationer som förekommer i samband med olika sinnlig förändringar.

Om det är en storrökare jag har att göra med, då kan jag ju få röksmak i munnen. Det händer att jag kan få olika smaker i munnen av mat. Jag kan få av vin, ja olika smaksensationer liksom, som är kopplat till anden, för än så länge har jag inte druckit vin på någon sittning (M.3).

M.3 beskriver ovan hur han får en plötsliga förändrade smakupplevelse i sin mun, trots att han själv inte påverkat situationen genom att intaga någon föda eller cigarett under sessionen. Det som mediet förnimmer via sina sinnen är vad anden vill förmedla vidare till klienten.

Upplevelsen av att höra andevärlden ryms också under denna rubrik av övergående kroppsliga och sinnliga förändringar. Detta beskriver M.1 nedan, i en jämförelse med hennes egna inre tankar eller den intuitiva känsla, som kan förstås utifrån att vara den magkänsla vi alla har tillgång till.

Man kan ju säga att det är ju som att höra det inne i huvudet, men jag hör ju röstläget om det är en kvinnlig eller manlig röst till exempel.[...] intuitivt när en känsla eller en tanke kommer så kommer den mer underifrån kroppen och upp, ganska jordiskt. Men när jag får en kontakt från den andliga världen om det är en tanke eller information då kommer det ifrån luften, det vibrerar ju olika i mig (M.1).

M.1 beskriver upplevelsen av att känna hur hon hör andevärlden. Hennes egen normala tanke eller intuitiva känsla upplever hon komma mer underifrån sin egen kropp, vilket sker i den vardagliga upplevelsen. När det däremot är ett budskap som hörs ifrån andevärlden upplever hon det komma mer utifrån luften. Denna skillnad eller förändring upplevs kännas i form av en vibration. M.2 beskriver i citatet nedan också den känslan av att höra andevärlden som något kommande utifrån. Därtill talar hon även om förändringen i form av att inte känna igen sina egna tankar, likt ett tecken på att det är andevärlden och inte hennes eget.

Det är som en inre röst, men den är starkare och man förstår att det inte är ens egen, när den säger saker som man inte ens tänkte på. Då kommer det liksom utifrån, det kommer inte från mina tankar. Det är utifrån men ändå är det i mig, inne i örat. Jag känner inte obehag för det händer ju när jag kommunicerar med dem (M.2).

M.2 beskriver upplevelsen att höra andevärlden som en förändring av det egna, då det plötsligt kommer tankar som inte borde finnas där. Tankar som logiskt inte hör ihop med mediet själv men ändå uppfattas i det egna fysiska örat. Denna upplevelse av att höra andevärlden kan förstås vara av övergående karaktär, när detta enbart sker under kommunikation med andevärlden.

Att fysiskt känna förändringar av smärta och sjukdomstillstånd är vanligt förekommande hos den mediale. Nedan redovisar jag ett citat som beskriver en sådan upplevelse.

Jag kan bli fruktansvärt illamående eller bli jättesnurrig i huvudet eller få en fruktansvärd huvudvärk eller ont någonstans i kroppen. Jag får ont i en axel eller ont i en arm, ont i bröstet. Jag kan börja må dåligt och bli jätteledsen. [...] det som är jobbigast med det, det är om de hade mycket krämpor, då känner jag mig väldigt sjuk och har väldigt ont överallt, och då blir det ju väldigt skönt när de går sen. Då känner man sig frisk igen. Jag vet alltså hur det känns att dö i hjärtinfarkt, hur det känns att få hjärnblödning, hur det känns att drunkna, hur det känns att ha cancer i hela kroppen [...] (M.2).

M.2 beskriver i citatet upplevelsen av övergående kroppsliga förändringar i form av sjukdom och smärta i mediets egna kropp. Detta sker i samband med att anden vill förmedla något om sig själv till den anhörige klienten. M.2 beskriver upplevelser av övergående kroppsliga sensationer som berör allt i från smärre sjukdomar till själva dödsögonblicket. Hon beskriver samtidigt dessa som att vara övergående när hon berättar hur hon först känner sig väldigt sjuk, medan det blir väldigt skönt när andarna sedan lämnar henne och hon åter får känna sig frisk.

M.3 beskriver nedan hur han upplever det att plötsligt förlora en kroppsdel, då anden på detta sätt vill bli igenkänd av sin anhörige (mediets klient).

[...] och när någon som har förlorat ett ben kommer, då kan jag liksom känna att mitt ben domnar bort eller försvinner. Problem med lungorna eller lungcancer kanske rentav, då brukar det ofta vara en tung andning och sen förknippat med ett illamående. När jag berättar för min syster [klient] då brukar det automatiskt avta eller då försvinner det (M.3).

M.3 beskriver känslan av hur hans ben domnar bort eller helt försvinner, vilket enligt honom betyder att anden på detta sätt vill tala om att han eller hon enbart hade ett ben i jordelivet. M.3 beskriver också hur en tung andning hos honom kan tyda på att anden hade lungcancer eller problem med lungorna. Då M.3 säger "brukar det ofta vara" tolkar jag det som att det är en återkommande upplevelse, som han lärt sig känna igen i den egna frigjorda kroppen. Detta citat visar också hur upplevelsen av förändring är av övergående karaktär. M.3 beskriver hur de kroppsliga sensationerna försvinner efter att han meddelat klienten om de upplevda känslouttrycken. Detta kan förstås likt ett samarbete mellan ande och medium. I de fall när mediet förmedlar rätt uttryck till klienten behöver anden inte längre förmedla smärtan vidare i mediets kropp.

Nedan skildrar M.5 en svårighet med att tolka dessa kroppsliga upplevelser. Ibland upplevs andens egna personliga egenskaper och sjukdomstillstånd, medan det andra gånger handlar om att anden vill berätta om klientens tillstånd. Anden vill enligt medutforskarna berätta något personligt för mediet om den anhörige, för att denne skall få en direkt bekräftelse ifrån anden.

Ibland är det svårt att separera dom, jag brukar ibland vara tvungen att fråga dom att, är det dig [klienten] vi pratar om nu eller hör jag fortfarande kontakten [anden] prata om sig själv? (M.5).

M.5 beskriver det som svårt att skilja på förnimmelserna som han upplever. Han berättar hur han ibland måste fråga klienten vem känslan tillhör, anden eller klienten. Ändock kan dessa upplevelser förstås utifrån att vara någon annans känslor som upplevs tillfälligt i den egna kroppen, då mediet vet att dessa inte är bestående och inte heller innefattar den egna personliga kroppen.

I samband med rubriken *Övergående kroppsliga sensationer* har jag berört olika beskrivningar av tillfälliga upplevelser av förändringar via kropp och sinne. Detta sker genom att mediet tillfälligt upplever sig själv likt den ande som vill förmedla något, om sig själv eller sin anhörige. Genom att mediets egna kropp och sinne frigjordes enligt den första signifikanten *Närvarande frigörelse* blir också upplevelser av denna andra signifikant möjliga. Dessa förändringar av kroppsliga sensationer är alltså av övergående karaktär och försvinner, då mediet får andens känsla bekräftad av den anhörige klienten. Om inte förr så försvinner dessa *Övergående kroppsliga sensationer* efter att mediet stängt ned kontakten mot andevärlden och åter landat i sitt eget personliga jag.

Bekräftande tillit

Nu har jag kommit fram till den tredje signifikanten av fenomenets essens, som inbegriper de konflikter och den hanterbarhet som man kan finna i samband med mediets erfarenhet av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld. Denna rubrik beskrivs utifrån tre olika teman: *Att förstå den egna förmågan*, *Att kontrollera den egna förmågan* samt *Att få hjälpa & bli berörd*. Under det första temat finner jag upplevelser som belyser vikten av kunskap. Det handlar om kunskap i form av utbildning, erfarenheter samt bekräftelse. Denna kunskap leder till en förståelse och hanterbarhet av det mediala uppvaknandet, utvecklandet och arbetet. Vidare bidrar denna förståelse till *Att kontrollera den egna förmågan*. Det handlar här om att kunna hantera förmågan samt olika konflikter som uppstår i erfarenheten av att befinna sig mellan världarna. Det att inneha denna kontroll skapar en tillit inför den mediala förmågan och det mediala arbetet. Det tredje temat för denna rubrik *Att få hjälpa & bli berörd* handlar om den bekräftelse som mediet får ifrån klienten i vardagsvärlden. När klienten visar sig bli berörd av det som förmedlas från andevärlden via mediet, upplever medutforskarna en bekräftelse. Denna bekräftelse leder också till upplevelsen av hanterbarhet samt tillit. Dels rör det sig om en tillit att våga lita på sin egen förmåga och det arbete som utförs, men det handlar också om en bekräftelse och tillit inför andevärlden. Det handlar vidare om att våga lita på de budskap som kommer ifrån den andliga världen och ha tillit till att denna alternativa värld existerar. Jag börjar med att presentera det första temat.

Att förstå den egna förmågan

Nedan beskriver M.2 hur hon hanterat upplevelsen av sin mediala förmåga och dess utveckling. Hon berör vikten av utbildning och förståelse inför vad andevärlden handlar om samt hur detta lett till en hanterbarhet.

Jag har alltid varit trygg för att jag har alltid haft folk runt i kring mig, som jag har känt har vetat vad dom pysslar med, så jag har känt mig trygg i det, tills jag stod så stark på mina egna ben, så jag kände mig trygg med det. Fast jag hade ju rädslor för andevärlden i början, men sen när jag väl börja förstå vad handlar om, när jag började utbilda mig då, det är där min trygghet har kommit. Jag introducerades i det sakta på rätt sätt (M.2).

M.2 beskriver hur hon upplevt en trygghet i sin mediala utveckling då hon haft människor kring sig som besuttit kunskap om andevärlden. Också den förståelse hon fått via utbildningar har lett till att M.2 har fått sin förmåga bekräftad. På så sätt har hon kunna upplevt en trygghet och tillit i samband andevärlden. Hon beskriver också hur denna förståelse har lett till att hon inte längre har kvar några rädslor och därmed kan hantera upplevelsen. När hon blivit stark och trygg i sin egen mediala förmåga behövde hon inte längre andra för att få bekräftelse. Förståelsen inför den egna kunskapsförmågan har lett till att hon upplever en egen bekräftande tillit, inför arbetet med andevärlden och klienter. Även det att introduceras i medialiteten sakta har varit viktigt, att stanna upp, reflektera och förstå vad det är som händer i den mediala utvecklingen.

M.3 beskriver nedan hur förståelsen hjälpt honom att inte uppleva sig som galen i den vardagliga världen i samband med den mediala förmågan.

Alltså innan man började få grepp om vad allt det här handlade om, så var det ju liksom att fan jag är ju

färdig för hemmet, det här går ju inte, och så där vart rädd och orolig liksom, för vad som pågick egentligen. Men när man väl fick dom här olika sakerna förklarad för sig och man fick allt att falla på plats, då fanns det ju ingen anledning till att oro sig och hela den biten (M.3).

M.3 beskriver vikten av att förstå det som sker genom att få den mediala förmågan förklarad för sig: Det handlar om vikten att inse att det faktiskt rör sig om en öppenhet inför att kunna förnimma andevärlden och inte om eventuell sinnessjukdom. Denna förståelse leder till ett bekräftande av den egna förmågan, vilket i sin tur leder till en tillit. Dels handlar det om att få bukt med rädslor inför andevärlden, men också rädslor inför att drabbas av galenskap i den vardagliga världen. Samtliga deltagare har hanterat dessa rädslor genom att söka kunskap om det som sker på olika sätt och vis, för att förstå den egna upplevelsen. Nedan beskriver M.5 upplevelsen av att befinna sig på gränsen mellan världarna och att hamna i ett tillstånd av rädsla.

Jag hamnar ibland i rädsla, men rädsla är det första som kommer, men jag har också lärt mig att handskas med rädslan och på det viset ja just ja det är inte så farligt, och så börjar jag resonera med mig själv och sakta kan jag liksom gå tillbaka till det normala (M.5).

M.5 har lärt sig att hantera den eventuella rädsla som kan uppstå i samband med att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld. Genom att han har lärt sig att handskas med sin rädsla, kan han nu styra över rädslan, som ibland förekommer i samband med den mediala förmåga. Istället för att hamna i ett tillstånd av rädsla eller panikångest har kunskapen lett till en förståelse, som gör att han kan fortsätta ha tillit och vara närvarande i upplevelsen mellan världarna.

Att kontrollera den egna förmågan

I citatet som följer beskrivs upplevelsen av att förstå och därmed kunna kontrollera och hantera sin mediala förmåga, som visar sig likt en känslighet och öppenhet inför andra människor i vardagsvärlden.

Jag känner ju precis lika mycket med folk runt omkring mig, som med människor som inte är kvar längre. För att om jag går in i en rum med massa människor, så känner jag ju av hur folk mår. Är man känslig så känner man ju folks känslor, och jag försöker då aktivt att stänga av (M.4).

Här beskriver M.4 hur hon inte enbart känner av andevärldens känsloliv, utan också känslor tillhörande medmänniskor i vardagsvärlden. Den mediala förmågan jämförs här med en känslighet inför andra människor känsloliv, på samma sätt som mediet känner av andens energier och känslor. Medutforskarna har en förståelse inför att de besitter denna öppenhet och känslighet, och har därför insett vikten av att stänga ner sig i samband med större folksamlingar. Detta visar hur det att kontrollera den egna förmågan i *vardagslivet* också inbegrips i signifikanten *Bekräftande tillit*. Att mediet upplever en förändring av denna känslighet när hon stänger ned sig, bekräftar i sin tur upplevelsen som sann. Detta leder till en stärkt tillit inför den mediala förmågan. M.1 berättar nedan hur hon har fått lära sig vikten av att stänga ned sig efter en session med andevärlden.

Alltid när jag har gjort en session så är jag väldigt lätt i sinnet. Jag kan inte bara gå ut på stan direkt utan... Det har jag testat i något sammanhang bara för att testa och jag blir helt yrslig, jag mår illa, det funkade inte alls. Så jag måste vara i min egen energi en halvtimme när kunden gått och sen så stänger jag ner (M.1).

M.1 beskriver här den upplevelse som medutforskarna anser vara väldigt viktig, nämligen att stänga av eller stänga ned kontakten med andevärlden då de inte arbetar. Detta görs för att inte gå runt och vara öppen i sinnet och ta in ytterligare förnimmelser från andevärlden. På samma sätt handlar det om att inte ta in information från andra människor i den vardagliga världen. M.1 beskriver känslan att må dåligt då hon inte stängt ned sig innan hon går ut på stan. Denna erfarenhet av att kontrollera den egna förmågan bygger på kunskap och förståelse av hur hon själv fungerar. M.5 beskriver nedan det att kontrollera den egna förmågan genom att ha lärt sig hålla kvar sin egen energi och sitt eget känsloliv, för att klara av att arbeta medialt.

Du kan inte ta med dig andras bördor in i ditt eget liv. Jag kan inte stanna kvar känslomässigt i din värld och ta med mig den in i min värld. Då är jag snart borta i det jag gör. Om någon ande försöker komma igenom när jag inte arbetar, så delger jag inte vad jag upplever i det läget. Utan det stannar hos mig, för dom får inte komma in och ta över mitt liv, jag måste sätta den gränsen (M.5).

M.5 beskriver först betydelsen av inte ta på sig andras känslor och bördor som en viktig aspekt för att hantera arbetet som medium samt livet i vardagsvärlden. Detta görs genom att sätta gränser och distansera sig efter möten med människor. Även det att sätta gränser gentemot andevärlden beskrivs som viktigt. Detta kan göras genom att stänga ner eller distansera sig från det som upplevs, då ett budskap exempelvis kommer igenom vid fel tillfälle. Kunskapen om att detta är möjligt leder till förståelsen av hur förmågan ska hanteras. Ett annat sätt att förstå och hantera den mediala förmågan på är enligt M.1, att ibland ta paus från det mediala arbetet och andevärlden.

Successivt så la jag bort allt vad meditation hette, att förhöja sin energi och kundalini, och allt vad det hette, hålla bort det. Så att jag kom ju ner i kroppen och det är egentligen dom sista åren som jag blivit riktig jordad, och nu har jag en balans i mitt liv, men det hade jag inte då. Det var en paus på några år, men sen absolut kom jag i kontakt igen (M.1).

M.1 berättar hur hon var tvungen att distansera sig och ta en paus från utvecklandet av sin egen förmåga. Detta gjorde hon genom att enbart befinna sig i upplevelsen av vardagsvärlden för att där jorda sig och finna balans. M.1 upplever nu en skillnad av att ha varit mer jordad och balanserad i upplevelsen mot tidigare. Detta visar på mediets behov av att hantera förmågan och vara närvarande i den vardagliga världen, för att inte sväva ut helt och förlora sig själv. Också denna förståelse av distans inför den egna förmågan leder till en bekräftelse och en tillit. Förmågan finns där men det handlar om att se efter sig själv och sitt eget välmående först och främst.

Att få hjälpa och bli berörd

Detta tema handlar om upplevelser av att få beröra och hjälpa sina medmänniskor. Upplevelsen av att verkligen ha hjälpt någon annan får man först då den andre bekräftar att den verkligen blivit hjälpt. Detta sker genom att medutforskarna själva ser att klienten blir berörd eller att klienten rent ut berättar att han/hon blivit berörd, samt fått hjälp och stöd av de budskap som förmedlats. Denna bekräftelse från klienten leder till att medutforskarna upplever en tillit inför andevärlden, men också inför den egna förmågan att förmedla budskap vidare.

Det att hjälpa kan också förstås som en hjälp till självhjälp för mediet. I samband med den mediala förmågan och arbetet med andevärlden har medutforskarna vunnit en tillit och mening, inför livet i vardagsvärlden. Nedan beskriver M.1 hur hon blir berörd över den bekräftelsen hon får, när klienten blir berörd.

Det är ju fantastiskt att sitta mitt emot en människa och se att det som förmedlas genom mig talar med din själ, och tårarna bara sprutar. Det är dom absolut bästa mest fantastiska situationer tycker jag, och det berör så starkt att få bevittna det. Och det är inte jag, utan det bara kommer igenom. Det kan beröra mig bara jag säger det. Det är stort tycker jag (M.1).

Ovan ser jag hur M.1 själv blir berörd över att ha fått beröra klienten. Detta leder i sin tur till en bekräftelse hos medutforskarna att det som sägs är sant och riktigt för klienten. Det handlar vidare om att ha tillit till att budskapet kommer ifrån andevärlden. Detta kan förstås som att mediet själv är en objektiv lyssnare till det som sägs via henne. Också M.2 talar om upplevelsen av att bli berörd då hon får möjlighet att hjälpa sina klienter.

Alltså att få dela med sig av den gåvan och se när få kontakt med någon som dom omöjligtvis kan få kontakt med annars, alltså det är så fantastiskt så det finns inte. Och se den här glädjen och verkligen få höra, för det hjälper ju människor och man känner ju verkligen, man känner när dom hör av sig och säger- gud jag har mått så bra efteråt. Och när dom kommer och beskriver sig själva så bra, så dom blir igenkända och varenda gång det funkar, så blir jag lika berörd (M.2).

M.2 återger ovan en positiv känsla av att verkligen få möjlighet att hjälpa en människa som behöver stöd och tröst. Här ser man tydligt hur bekräftelsen fås genom att klienten hör av sig till medutforskaren och talar om hur mycket sessionen har betytt. Även om denna bekräftelse leder till en tillit inför andevärldens budskap, beskriver M.2 hur hon varje gång förundras över att det verkligen fungerar. M.4 beskriver nedan det mediala arbetet utifrån att också hjälpa människor att få en bättre självinsikt och utvecklas personligen, genom att mediet använder sig av sin intuitiva förmåga som används i kombination med den mediala.

Det bästa är ju naturligtvis att man kan hjälpa människor med så otroligt mycket, man kan verkligen vara till gagn för en annan människa. [...] genom att hjälpa att se speglingar som den här personen verkligen behöver få, för att ta tag i sitt liv och kunna gå vidare i livet. Genom att förmedla kontakt med anförvanter, så kan det bli mycket tröst och kärlek och uppklarande av missförstånd. Ja, det är verkligen ett sätt att tjäna sina medmänniskor på (M.4).

M.4 upplever sig glad och nöjd över att kunna bistå sina medmänniskor på olika sätt i samband med den mediala förmågan, där hon också kan hjälpa klienter med råd och stöd för att de bättre ska klara av sitt vardagliga liv.

Jag har under denna rubrik av *Bekräftande tillit* redogjort för upplevelser av *Att Förstå den egna förmågan*, *Att kontrollera den egna förmågan* samt erfarenheter av *Att få hjälpa & bli berörd*. Den Bekräftande tilliten är den tredje signifikanten för den kärna som utgör fenomenet: Hur upplever och hanterar medium erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld? Denna rubrik har till stor del handlat om hur upplevelsen mellan världarna hanteras av medutforskarna. Det visade sig att kunskapen och förståelsen av den mediala förmågan i samband med den bekräftelse som fås i möten med andra likasinnade och klienter, leder till den tillit som växer i en oupphörlig bekräftelse. Den mediala förmågan och det mediala arbetet kan vidare förstås vara en hjälp till självhjälp, då mediet upplever ett välbefinnande av att själv bli berörd genom arbetet gentemot andevärlden och klienter. Nedan följer nu den fjärde och sista signifikanten för fenomenets essens innan jag slutligen sammanfattar resultatdelen.

Personlig känslighet

Under denna rubrik har jag funnit upplevelser av hur medutforskarna känt sig personligt sårbara och känsliga i samband med den mediala förmågan och det mediala arbetet. Denna känslighet av det egna personliga jaget påverkar dem i deras arbete på olika sätt. Det handlar om olika upplevelser som visar på hur det egna personliga kan stå i vägen för att hindra ett bra flöde eller en bra kontakt med andevärlden och de budskap som ska förmedlas vidare. Detta visar sig via egenskaper eller störningar i form av irritation, prestation och frustration, vilka presenteras under rubriken *Att fastna i det personliga*. Under det avslutande temat *Främmande i vardagsvärlden* beskrivs upplevelser och känslor av att enbart vara på besök i den vardagliga världen. En värld som ofta uppfattas som meningslös, jobbig och tröttsam, medan andevärlden omtalas likt känslor av välbefinnande och det att vara hemma. Det sista temat berör även upplevelser av att känna sig främmande på så sätt att medutforskarna inte upplever sig accepterade och erkända i vardagsvärlden, utan istället utlämnade och skyddslösa. Denna signifikant kan vidare förstås likt en konflikt mellan världarna. När medium vill närma sig andevärlden hindras de ibland av vardagsvärlden i form av det egna personliga jaget eller egot. När de på samma sätt ska befinna sig i vardagsvärlden upplever de sig ofta främmande i denna värld och känner sig mer hemma i andevärlden. Det blir på så sätt en svårighet för mediet att integrera båda världarna.

Att fastna i det personliga

Nedan inleder M.1 denna rubrik med en beskrivning av hur hon alltför väl ville hjälpa sin klient, en kvinna hon redan kände till sedan tidigare. M.1:s egen starka vilja att hjälpa en bekant hindrar henne från att utföra sitt arbete korrekt. Andekontakten uteblir då M.1 inte lyckas komma bortom

det egna personliga utan fastnar i det.

[...] jag ville hjälpa den här kvinnan så oerhört, så mitt personliga tog över och saken hör till också att jag känner henne. Jag visste lite om hennes situation och så försökte jag verkligen, men då efter fem tio minuter så kände jag ganska fort, att det här går inte. Det fungerar inte, mitt personliga jag sänker den här energin. Jag kommer inte upp, jag hade ett lock över mitt huvud, jag ville hjälpa henne [...] (M.1).

M.1 beskriver ovan hur hon inte lyckas öppna upp kontakten inför andevärlden utan upplever det som att hon har ett lock över sitt huvud. Jag ser hur den egna personliga känsligheten hindrar mediet från att frigörelsen ifrån det egna jaget sker fullt ut. Om mediet inte släpper det egna och bara är en tom kanal för andevärlden att förmedla igenom blir det en störningen på linjen. En störning i frekvensen och tolkningen mellan världarna. Störningen består av den *egna* viljan att hjälpa till samt vetenskapen om en viss problematik, då klienten är känd sedan tidigare för mediet. Detta visar hur M.1 fastnar i det egna personliga när det egna jaget av olika anledningar inte kan frigöras.

Nedan beskriver M.2 hur det egna personliga hindrar henne i det mediala arbetet, i viljan att vara duktig och prestera inför andra människor.

Man vill ju vara duktig. Speciellt om det är elever från cirkeln som kommer, då är det ännu mer prestation så klart, och det är den jag inte tycker om. Men det har inte med andligheten och göra, det har ingenting med medialiteten att göra, det har ingenting med andevärlden att göra. Det har bara med mig själv att göra (M.2).

Ovan beskriver M.2 hur hennes egen personliga känslighet visar sig i form av prestationsångest inför det mediala arbetet och förmågan att nå fram till andevärlden. Det handlar om en prestationsångest över att kanske inte lyckas nå fram till gränsen mellan världarna, för att kunna förmedla budskap vidare till eleverna i den mediala utvecklingscirkeln. M.2 betonar också att prestationen är inneboende i hennes egna personliga jag. Det har inte med andevärlden eller medialiteten att göra, utan det handlar om att kunna gå bortom det personliga. Den egna personliga känsligheten som inte lyckats frigöras helt innefattar alltså den egna upplevelsen av att vilja vara duktig och prestera.

M.5 beskriver nedan hur det egna personliga jaget ibland hindrar honom i från att uppleva tillit till andevärlden och den egna förmågan.

När jag då är tvungen att stanna upp så inser jag att återigen så var det mitt ego, mitt sinne som drog iväg. Och det blir så här att någonstans finns ett lugn, men jag gav möjligheten till att dra iväg. Så jag har lärt mig lite grann att handskas med det, även om jag ibland också hamnar i det här (M.5).

M.5 beskriver hur egot och det egna sinnet ibland drar iväg med honom. Det finns ett lugn och en tillit till det som sker i samband med andekontakten men ibland tar den egna personliga känsligheten över. Fantasin skenar iväg då de egna tankarna går in, vilket leder till en sårbarhet inför det mediala arbetet. M.5 beskriver också hur detta är en fråga om övning för att kunna hantera liknande situationer. Att fokusera på att faktiskt släppa det egna personliga. Den personliga känsligheten visar sig också i form av yttre störningar från vardagsvärlden, likt citatet nedan.

I och för sig det går ju ganska fort att och komma tillbaks igen, men visst är det en störning. Jag sitter på en session på jobbet och så är det någon som råkar knacka på dörren, eller min klient har glömt att stänga av mobiltelefonen, eller jag har glömt det. Det blir en störning som att man liksom kommer ut flödet lite grann. Men det är ju inte som att du ligger och sover i djup sömn och så ringer telefonen och du blir väckt, eller sitter i djup meditation och blir väckt, nej. Störningen är en irritation, men inte så att du hoppar till (M.4).

M.4 beskriver hur hon upplever en sårbarhet inför det mediala arbetet, i samband med att det personliga jaget reagerar på något i vardagsvärlden som leder till att störningen uppstår. Det handlar om att åter komma tillbaka till flödet eller det fokus som krävs, för att befinna sig på gränsen mellan

världarna. M.4 är dock närvarande i vardagsvärlden även om hon blir störd av samma värld.

Främmande i vardagsvärlden

Nu har jag kommit fram till det sista och avslutande temat för hela analysen, vilket behandlar upplevelser av att känna sig *Främmande i vardagsvärlden*. Främmande likt känslan av att enbart vara i vardagsvärlden på besök, ett besök som inte upplevs vara lika behagligt som att befinna sig i upplevelsen av andevärlden. Det finns en konflikt i upplevelsen av befinnandet mellan vardagsvärld och andevärld som visar på att medutforskarna ser andevärlden som det primära. De beskriver sig ofta vara tillfälliga besökare i vardagsvärlden. Denna konflikt växer sig större då medutforskarna inte upplever sig vara accepterade i vardagsvärlden fullt ut. Detta speglar sig vidare i hur det mediala arbetet inte erkänns i samhället. Jag ser hur dessa upplevelser av att vara Främmande i vardagsvärlden handlar om en känslighet och en sårbarhet hos mediet precis som det att fastna i det personliga ovan, vilka tillsammans bildar den sista signifikanten *Personlig känslighet*. Detta är den fjärde och sista socialpsykologiska signifikant som utgör essensen för fenomenet: Hur upplever och hanterar medium erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld?

Nedan inleder M.5 detta tema med beskrivningen av hur han upplever konflikten mellan världarna, där andevärlden upplevs som mer hemma än vardagsvärlden.

Andevärlden den är så nära att den ser oss, kan betrakta oss, men om vi skulle ta del av den världen, och bara kunna vandra till den, då skulle vi inte stanna i den här världen och uppleva våra läror. Det skulle vara så enkelt att åka hem (M.5).

M.5 beskriver här andevärlden som det huvudsakliga hemmet och hur han enbart är på besök i den vardagliga världen. Han skildrar också hur gärna vi skulle ta oss hem igen om vi hade den möjligheten att bara vandra till andevärlden. Jag tolkar det som att han upplever det som ansträngande att vara i vardagsvärlden och ta del av alla lärdomar. Jag ser därmed en utsatthet i känslan av att inte känna sig hemma i den vardagliga världen. Nedan skildras också konflikten mellan världarna väldigt konkret av M.1.

Jag tycker det är jobbigt att leva bland människor, det är konflikten. Jag har många gånger mycket närmare till den andra världen, jag trivs mycket bättre där, även om jag trivs bra här också. Jag tycker jag har ett fantastiskt liv och jag är jättenöjd med allt jag gör. Men ska jag vara helt sann så kan jag ju sitta i ett meditativt tillstånd en hel dag och vara hemma, men när jag går in här i den här världen, då är jag inte hemma, jag är på besök. (M.1).

M.1 beskriver sårbarheten över att inte känna sig som hemma i vardagsvärlden, hon säger sig trivas bättre i andevärlden. Sårbarheten visar sig inte enbart i det att inte känna sig hemma, utan hon tycker också det är jobbigt att leva bland människor. Vidare ser jag en konflikt då hon också trivs i båda världarna. M.1 är lycklig för allt hon har här i vardagsvärlden samtidigt som hon inte känner sig hemma här. Detta visar på det främlingskap som upplevs av medutforskarna i vardagsvärlden. Upplevelsen av att vara främmande i vardagsvärlden handlar också om att inte känna sig accepterad eller erkänd i denna värld, vilket M.3 beskriver som en svårighet.

Alltså det är ju fortfarande någonting man får smyga med. Det visas på tv:n, det är lite mer öppet så här, men så är det fortfarande någonting som sker bakom stängda dörrar. Det tycker jag är synd, det tycker jag är dåligt liksom att det ska behöva vara så. Väldigt många är intresserade av det här och är öppna och så för det, och att det fortfarande ska behöva tassas så här, det tycker jag inte är ok (M.3).

M.3 upplever det som jobbigt att det mediala arbetet är något man måste smyga med, då det inte är ett accepterat yrke. Jag ser det som att medutforskarna upplever en sorg och frustration när de inte får stå upp för den mediala förmåga och sitt yrkesval i samhället. Detta leder till att de personligen också känner sig mer främmande och utsatta i den vardagliga världen.

M.4 beskriver nedan känslor av att vara utlämnad i vardagsvärlden i samband med det mediala arbetet.

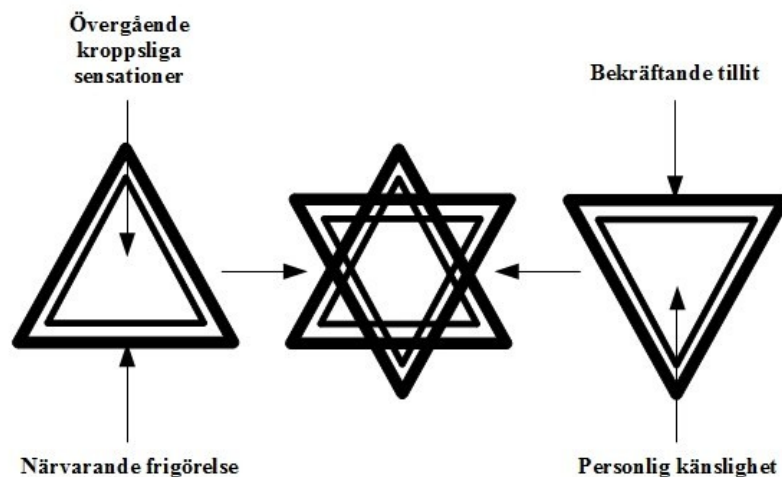
Nackdelen är ju att det här är ett yrke som inte är erkänt, att man är väldigt utlämnad och skyddslös faktiskt, det är inte så roligt. Nu har jag inte varit ansatt själv, men jag vet ju att flera andra kolleger har varit det (M.4).

M.4 beskriver den känslan som finns hos medutforskarna av att vara utlämnad och skyddslös. Jag ser hur dessa erfarenheter leder till en utsatthet i form av påhopp, men också om en utsatthet av den egna personligheten. Medutforskarna får dagligen brottas med känslor över att kunna bli utsatta eller angripna av någon som vill avslöja dem som bluff. Då medialitet inte är vare sig ett erkänt yrke eller en erkänd företeelse i samhället, skapar detta känslor av inte vara accepterad i vardagsvärlden på två olika sätt. För det första är medium inte erkända i den yrkessamma arbetskåren för samhället, vilket leder till en allmän sårbarhet. För det andra är de inte heller erkända för sin personliga mediala förmåga, vilket leder till en privat utsatthet och känslighet av det personliga jaget. De förnekas på sätt och vis en stor del av sin existens i den vardagliga världen. Medutforskarna har denna känslighet och öppenhet oavsett vilket yrke de tillämpar, men den mediala förmågan måste dock oftast förbli en dold kunskap.

Jag kan sammanfattningsvis se dessa två teman *Att fastna i det personliga* samt det att vara *främmande i vardagsvärlden* som gemensamma upplevelser för den *Personliga känsligheten*. Att uppleva denna känslighet kan vidare begripas utifrån att det egna personliga tar över och skapar ett främlingskap inför tillståndet att enbart ”vara”. Detta sker på det personliga planet då sinnet, egot eller jaget tar över, eller inte låter sig frigöras. Jag ser också ett främlingskap och en känslighet inför vardagsvärlden och den känslan av att enbart vara på besök i en värld, där mediet inte blir bekräftad och inte heller känner sig som hemma. Medutforskarna anser sig istället höra bättre hemma i den andliga världen där ett högre välbefinnande upplevs. Jag har nu delgett er min presentation av de fyra socialpsykologiska signifikanterna för fenomenets kärna enligt: *Närvarande frigörelse*, *Övergående kroppsliga sensationer*, *Bekräftande tillit* samt *Personlig känslighet*. Dessa besvarar tillsammans studiens frågeställning: *Hur upplever och hanterar medium erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld?* Jag kommer nu att sammanfatta resultatet nedan och visa hur dessa signifikanter är beroende av varandra för att tillsammans utgöra fenomenets essens.

Figur 1.

Strukturell modell för resultat



I den strukturella modellen ovan syns hur jag sammanfört de fyra olika signifikanterna till en enhetlig kärna likt symbolen av en stjärna. Varför jag har gjort indelningen om två och två på det sätt som jag gjort, beror på att de olika trianglarna representerar två olika erfarenheter av upplevelsen mellan världarna. De två signifikanter till vänster i modellen *Närvarande frigörelse* och *Övergående kroppsliga sensationer* beskriver mer ingående själva **upplevelsen** och känslan av befinnandet mellan vardagsvärld och andevärld. De ytterligare två signifikanterna för den högra triangeln *Bekräftande tillit* samt *Personlig känslighet* beskriver erfarenheter av att **hantera** upplevelsen att befinna sig mellan de två världarna. När dessa båda trianglar förs samman bildas symbolen av en stjärna likt en helhet, som utgör essensen av fenomenet och besvarar frågeställningen: *Hur upplever och hanterar medium erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld?* Den Närvarande frigörelsen utgör den större triangeln till vänster där Övergående kroppsliga sensationer som representant för den mindre vänstra triangeln, kan förklaras utifrån att vara inneboende i den Närvarande frigörelsen. På samma sätt är signifikanten av Personlig känslighet inneboende i den större triangeln av Bekräftande tillit höger i modellen. Jag redogör mer ingående för denna relation i den förestående sammanfattningen.

Sammanfattning av resultat

För att sammanfatta resultatet kommer jag att visa hur de olika signifikanterna för essensen av fenomenet: Hur upplever och hanterar medium erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld?, är beroende av varandra och sammansatta för att bilda denna enhetliga kärna. Jag börjar med att redogöra för triangeln till vänster i modellen för att sedan fortsätta med den högra triangeln. Avslutningsvis för jag dem båda samman.

Att befinna sig i upplevelsen mellan världarna

Jag börjar med att presentera den vänstra triangeln som berör själva upplevelsen och känslan av befinnandet på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld. Den *Närvarande frigörelsen* kan förstås utifrån att vara den grundläggande upplevelse som först måste ske för att mediet ska kunna nå fram till gränsen mellan världarna. Jag har därför placerat denna komponent i en av de större trianglarna i modellen. När frigörelsen av mediets egna personliga kropp och tanke ägt rum kan tillika en alternativ medveten närvaro förekomma. Upplevelsen av denna alternativa närvaro måste finnas inför mötet med andevärlden, för att en varseblivning av denna värld ska bli möjlig. Mediet blir nu tvungen att i denna alternativa närvaro skapa ett totalt medvetet fokus på sin egen frigjorda kropp. Detta görs för att kunna uppfatta vad anden vill förmedla genom mediets kropp. Mediets alla sinnen öppnas upp och skärps i samband med denna Närvarande frigörelse, så att mediet ska klara av att förnimma andevärlden och dess budskap. Sist med inte minst måste även den primära vardagliga närvaron finnas kvar hos mediet inför mötet med andens anhörige (klienten) i vardagsvärlden. Denna närvaro och medvetenhet i nuet måste mediet ha i samspelet med klienten, för att budskap ska kunna förmedlas ifrån andevärld till vardagsvärld. Mediet har också ett ansvar inför hur klienten reagerar och förhåller sig till det som meddelas.

Efter att denna frigörelse inträffat och den alternativa närvaron gett sig till känna i mediets fysiska och psykiska kropp, blir det nu möjligt för andevärlden att använda denna kropp som en kanal att förmedla igenom. Detta sker i samband med den andra komponenten *Övergående kroppsliga sensationer*, där mediet nu börjar uppleva förändringar i den frigjorda kroppen och tanken. Denna rubrik tillhör den mindre triangeln som kan förstås vara inneboende i den större av Närvarande frigörelse. Dessa övergående förändringar är inneboende på så sätt att de blir möjliga först efter att frigörelsen skett. Fysiskt visar det sig först genom att mediets egna smärtor och eventuella sjukdomar upphör att verka, under kontakten med andevärlden. Krämpor och sjukdomar som sedan återkommer till mediet vid andekontaktens slut. Vidare yttrar sig upplevelserna genom att andevärlden tillfälligt använder mediets frigjorda kropp, för att på så vis förmedla sig själv och sina budskap igenom den. Detta görs genom att mediet får uppleva diverse fysiska smärtor, sjukdomstillstånd, psykiska besvär samt andra positiva som negativa egenskaper som tillhör anden. Anden meddelar även sina anhörigas krämpor genom upplevelser i mediets frigjorda kropp. Det

handlar om upplevelser som inte skulle bli möjliga om inte den Närvarande frigörelsen redan skett. Jag vill se dessa två komponenter för essensen av Närvarande frigörelse och Övergående kroppsliga sensationer tillsammans med varandra, då de båda kan förstås utifrån att besvara studiens frågeställning huruvida medium *upplever* det att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld. Dessa två skildrar en upplevelse av vad som faktiskt sker fysiskt och psykiskt för mediet i samband med befinnandet på denna gräns mellan världarna. Dessa signifikanter kan således beskrivas som en av de två trianglar för modellens ”stjärna” ovan. Närvarande frigörelse representerar den större yttre triangeln i och med att denna frigörelse ligger till grund för att den Övergående kroppsliga sensationen överhuvudtaget ska bli potentiell.

Att hantera upplevelsen mellan världarna

Den högra triangelns två delar eller fenomenets ytterligare två signifikanter är *Bekräftande tillit* samt *Personlig känslighet*. Dessa två rubriker kan bättre förstås utifrån att beskriva erfarenheten av att *hantera* upplevelsen att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld. Jag vill börja med att beskriva den Bekräftande tilliten som representant för den högra yttre triangeln. Jag har placerat denna signifikant i den andra större triangeln eftersom jag här funnit erfarenheter som visar på en grundläggande vikt av att förstå och hantera den egna mediala förmågan. Det är viktigt att få den egna förmågan bekräftad genom olika typer av kunskap, där den egna erfarenheten av medial utbildning och utveckling anses vara relevant. Möten med erfarna medium och likasinnade kamrater leder även det till bekräftelsen att det faktiskt rör sig om en medial förmåga. Slutligen och kanske den mest angelägna bekräftelsen handlar ändå om den som fås av klienten. Den sistnämnda bekräftelsen tillsammans med de övriga leder till att en tillit etableras, en tillit som gång på gång bekräftas och intygar att det mediet säger om anden eller den anhörige stämmer. Starka upplevelser och känslor av att få hjälpa och beröra sina medmänniskor leder till att mediet själv påverkas och på så sätt finner en mening med sin förmåga samt det mediala arbetet. Mediet finner en mening i samband med vad den egna förmågan kan utträta för andra människor i vardagsvärlden. Likaså handlar det om upplevelser av en mening inför vad den mediala förmågan och kontakten med andevärlden inneburit för mediets egen syn på livet. Den Bekräftande tilliten är på så sätt grundläggande för att mediet ska kunna hantera erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld i den subjektiva upplevelsen. Denna tillit gör det möjligt för mediet att fortsätta sitt mediala arbete och lita till den mediala förmåga hon eller han besitter.

Den andra signifikanten av Personlig känslighet enligt den mindre triangeln till höger, kan förstås utifrån att vara inneboende i den yttre triangeln av Bekräftande tillit. Tack vare att den ständiga bekräftelsen byggt upp en tillit hos mediet kan också upplevelser av sårbarhet inför det egna jaget hanteras genom denna tillit. Mediet vet att när det egna personliga inte frigjorts fullt ut uppstår det svårigheter eller konflikter. Tack vare kunskapen om att det är den egna personliga känsligheten som ibland tar över kan tilliten inför andevärlden ändå bestå. Mediet vet att egot ibland går in och visar sig via egenskaper av exempelvis frustration, irritation eller prestation. Medutforskarna vet också att detta har med den egna sårbarheten att göra och inte den mediala förmågan i sig eller andevärldens existens. Även känslor av att vara främmande och oaccepterad i samhället kan hanteras genom att den Bekräftande tilliten finns i grunden. Jag ser hur den personliga känsligheten på detta sätt ryms inom det att hantera upplevelsen av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld. Denna sårbarhet blir dock möjligt att hantera först då den Bekräftande tilliten redan finns i upplevelsen. Om inte kunskapen, bekräftelsen och tilliten skulle finnas där skulle inte heller mediet kunna hantera dessa situationer som uppstår i samband med den personliga känsligheten. Mediet skulle då inte heller ha lärt sig den skillnaden mellan att vara en tom kanal kontra upplevelsen av hur den egna känsligheten tar plats likt en störning, eller inte frigörs fullt ut. Eventuella händelser och upplevelser skulle förmodligen enbart bortförklaras om inte bekräftelsen gjorde sig hörd. Trots de olika typer av konflikter som kan uppstå mellan världarna finns den grundläggande tilliten inför andevärlden, som tillsammans med klientens bekräftelse hjälper mediet att hantera det egna livet i vardagsvärlden samt upplevelsen av det mediala arbetet på gränsen mellan världarna. När dessa två trianglar överlappar varandra bildas essensen för fenomenet: *Hur*

upplever och hanterar medium erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld? Detta sker i samband med att dessa fyra socialpsykologiska signifikanter av *Närvarande frigörelse, Övergående kroppsliga sensationer, Bekräftande tillit* samt *Personlig känslighet* tillsammans utgör fenomenets inre kärna, likt den strukturella modell ovan av en stjärna. Det att befinna sig i själva *upplevelsen* mellan världarna och det att *hantera* att befinna sig där är två olika aspekter, som tillsammans skapar en förståelse av fenomenet som helhet. Efter denna omfattande del för jag er nu vidare in i studiens avslutande diskussion.

Diskussion

Under denna rubrik tänker jag först redogöra för resultatet i relation till studiens syfte och frågeställning. Därefter kommer jag att diskutera analysens resultat i förhållande till den tidigare forskningen. Sedan presenteras mitt val av hälsosociologisk referensram i enlighet med Aaron Antonovskys salutogena perspektiv, där jag också diskutera denna teoretiska referensram i relation till studiens resultat. Jag avslutar sedan med egna reflektioner över studien som helhet.

Resultat kontra syfte och frågeställning

Syftet med studien har varit att öka förståelsen inför det spiritualistiska mediets erfarenhet av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld. Jag ville undersöka detta fenomen utifrån ett hälsoperspektiv med fokus på den subjektiva upplevelsen samt hanterandet av den. Den fascinerade likheten mellan dessa upplevelser och den psykotiskt sjukes symptom av hallucinationer var det som fick mig att vilja utforska detta område.

Resultatet visar hur fenomenet utgörs av fyra socialpsykologiska signifikanter som alla är beroende av varandra och bidrar till att besvara frågeställningen: *Hur upplever och hanterar medium erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld?* Vidare kan dessa fyra signifikanter delas upp i två olika aspekter för att bättre besvara frågan. Den första aspekten bestående av *Närvarande frigörelse* tillsammans med *Övergående kroppsliga sensationer* beskriver själva upplevelsen i att befinna sig mellan upplevelsevärldarna. Den andra aspekten bestående av *Bekräftande tillit* samt *Personlig känslighet* skildrar hanteringen av denna upplevelse. Frågan huruvida medium klarade av att hanterade den mediala upplevelsen fanns med i mitt ursprungliga intresse av att undersöka detta fenomen. Jag trodde dock inte att det skulle bli en sådan markant uppdelning som resultatet påvisar mellan upplevelsen i sig och hanterandet av den. Att det vidare finns en stark bekräftande del i samband med erfarenheten av detta fenomen leder till en bibehållen kontroll och en känsla av sammanhang hos medutforskarna. Ett sammanhang som må saknas hos den psykotiske. Detta sammanhang ser jag som den avgörande skillnaden mellan psykotiska symptom kontra den mediala upplevelsen. Tack vare att mediet lyckas få in sin upplevelse i ett meningsfullt sammanhang blir erfarenheten också hanterbar i den fullt verkliga vardagsvärlden som delas med andra. För att se på detta utifrån ett bredare perspektiv kanske vi ska fråga oss vad som döljer sig bakom den konstruerade verkligheten vi tidigt introduceras i som barn? Det mediala barnet som får höra att dessa upplevelser är fullt normala av sina förfäder, vilka också har denna förmåga växer också upp med tron på att det finns parallella upplevelser av verkligheten. Sett till alla dem som förestår sådana upplevelser av att förnimma en andevärld utan att få någon bekräftelse, skapas där inte heller något sammanhang över erfarenheten. Jag kan också se detta hos det barn som växer upp inom en destruktiv sekt med sektledarens makt hängande över sig, samtidigt som det inuti den lilla kroppen finns en stark känsla över att något inte står rätt till. Detta barn kan förmodligen trots sin känsla inte se någon annan sanning, förrän en alternativ verklighet kan bekräfta denna föräning. Inom spiritualismen betonas människans individualitet och det att utveckla den egna sensibiliteten och intuitionen. Jag kan tycka att detta är något som borde uppmärksammas mer i samband med vår vardagliga verklighet, hur den än må uppfattas. Om vi förlorar kontakten med oss själva och vår egen inre känsla för vad som är rätt och fel, då förlorar vi också oss själva. Jag anser vidare att jag har ökat förståelsen för fenomenet i enighet med syftet för studien samt lyckats att placera upplevelsen i en hälsokontext. Nu får den tidigare forskningen

angående olika tillgångar till alternativa upplevelsevärldar ta plats i relation till resultatet.

Resultat kontra tidigare forskning

Sjukdomsrelaterad tillgång

I den tidigare forskning började jag med att presentera den sjukdomsrelaterade tillgången till alternativa upplevelsevärldar som behandlade olika subjektiva upplevelser i samband med psykos. Det framkom att medan vissa patienter ansåg hallucinationer vara psykopatologiska symptom utifrån diagnosen ansåg andra att så inte var fallet. Det gemensamma var dock att ingen tycket att medicineringen hade några goda effekter mot hallucinationerna. Jag vill nu delge er några ord från psykoanalytikern Johan Cullberg innan jag knyter an till mitt resultat. Enligt Cullberg (2004) har inte antipsykosmediciner någon större effekt mot rösthallucinationer däremot dämpar de personligheten hos personen i fråga. Detta kan bli problematiskt då den akuta psykosen är över och rösterna ändå består. Det kan då uppfattas som att personen behöver ännu mer antipsykosmediciner när så inte är fallet. Cullberg (2004) skriver också hur det att höra röster är normalt och kan gestalta en ökad sårbarhet och känslighet som föreligger hos vissa personer.

För att nu koppla an till mitt resultat vill jag jämföra dessa hallucinationer med signifikanten *Övergående kroppsliga sensationer* som mediet erfar i min analys. I samband med dessa sensationer förekom upplevelser som väl kan jämföras med hallucinationer av att höra, se, känna och uppleva doft- och smakförändringar. Mediet kan dock hantera den mediala upplevelsen av andevärlden utifrån den bekräftelse som fås av klienten, vilket redovisas i samband med signifikanten *Bekräftande tillit*. För att jämföra mediets upplevelser av andevärlden med de hallucinationer som inte går att medicinera bort måste jag fråga mig om denna känslighet och ökade sårbarhet som Cullberg (2004) beskriver finns hos vissa personer, är något gemensamt för den mediala och den psykotiske gruppen av människor? Om hallucinationerna hos den psykotiske kan gestalta en känslig och sårbar person kan då denna känslighet vidare jämföras med signifikanten *Bekräftande tillit* och undertemat *Att kontrollera den egna förmågan*. Under detta tema visade det sig hur medutforskarnas innehar en känslighet och öppenhet inför andevärlden samt inför andra människor i den vardagliga världen. Skulle denna sårbarhet kunna vara något som också finns hos den psykotiske? Skulle det vidare kunna innebära att båda dessa grupper löper en större risk för att insjukna i psykisk sjukdom? Sett till behovet hos medutforskarna av att lära sig kontrollera den egna mediala förmågan kanske det kan vara till hjälp även för andra individer. Om dessa upplevelser nu kan kopplas till en viss personlighet oavsett om personen är medial eller ej finns förmodligen också behovet av att hantera erfarenheten av denna sårbarhet hos fler personer.

De känslor av utanförskap som framkom i den sjukdomsrelaterade tillgången i den tidigare forskningen, vill jag jämföra med signifikanten *Personliga känslighet och dess undertema Främmande i vardagsvärlden*. Det handlar som bekant om olika upplevelser av att känna sig främmande och oaccepterad i vardagsvärlden. Dessa upplevelser av främlingskap och sårbarhet i vardagsvärlden kan ändå hanteras av de mediala medutforskarna tack vare den kunskap, bekräftelse och tillit som mediet upplever sig få på olika sätt och vis både via vardagsvärld och andevärld. Sett till signifikanten *Bekräftande tillit* i en jämförelse mellan den mediala upplevelse kontra den schizofrena patientens verklighetsuppfattningen är mediet helt på det klara med vad som är den vardagliga verkligheten. Genom den bekräftelse som mediet ständigt får från olika håll kan upplevelsen hanteras och kopplas samman med denna verklighet.

Sett till den viktiga skillnaden av att inneha kontroll över upplevelsen eller ej i den tidigare forskningen, visade det sig att patienterna upplevde sina hörsel och synhallucinationer vara något som skedde utanför dem själva och deras egen kontroll. De friska paranoidea deltagarna beskrev sig istället ha kontroll över händelserna, utifrån att det var något som de själva skapat. För att koppla detta till mitt resultat ser jag hur mina medutforskare i samband med signifikanten *Närvarande frigörelse* innehar en kontroll likt den friska kontrollgruppen ovan. De mediala medutforskarna har kontroll över upplevelsen i samband med att de på eget initiativ genomför frigörelsen av sitt eget

personliga jag. De öppnar upp genom att *Släppa kontrollen över det egna* för *Att vara här och nu i båda världarna*. Detta för att sedan åter stänga ned kontakten gentemot andevärlden efter avslutad session i samförstånd med signifikanten *Bekräftande tillit* och undertemat *Att kontrollera den egna förmågan*. Erfarenheten hos den mediale är likt patientens något som sker utanför dem själva, istället för att vara något som de själva anser sig ha skapat. Psykopatienten kan dock inte skapa sammanhang över det som sker i samband med upplevelsen och säger sig heller inte ha kontroll över situationen. Mediet förstår istället upplevelsen utifrån att vara föremål för andevärlden och har också lärt sig att hantera och kontrollera olika hörsel och synförnimmelser. Den friska kontrollgruppen säger sig själva ha skapat eller fantiserat ihop upplevelsen och kan på så sätt kontrollera den. Skillnaden ligger i att den mediale inte anser sig ha hittat på något eller fantiserat ihop något själv utan det upplevs komma utifrån som hos den psykotiske, men från andevärlden. Det är således något som sker utifrån en yttre omständighet men som visar sig i form av inre övergående kroppsliga sensationer i den frigjorda kroppen.

Dödsrelaterad tillgång

I den tidigare forskningen rörande dödsrelaterad tillgång till alternativa upplevelsevärldar behandlade jag nära döden kommunikation samt nära döden upplevelser. Det visade sig där finnas gemensamma upplevelser av att kommunicera med andeväsen på olika sätt och vis utifrån de båda upplevelserna, utan att ett medium varit närvarande. För att koppla detta till den mediales upplevelser och resultatet för min analys finner jag det intressant att det finns andra människor som haft dessa upplevelser av att förnimma en alternativ upplevelsevärld där kommunikation med avlidna andar förekommit. Att det inte heller fanns några skillnader i denna kommunikation kopplat till bakgrund, religiös tillhörighet, utbildningsnivå och så vidare är också det intressant kopplat till mitt resultat. Trots den variation som fanns i mitt urval för studien var upplevelserna av kommunikation med andevärlden inte heller skilda åt. Erfarenheterna kunde samsas under signifikanterna: *Närvarande frigörelsen* och *Övergående kroppsliga sensationerna* som båda tog plats i medutforskarnas fysiska kropp. För att koppla an till den exklusivitet som kommunikationen innebar i samband med den tidigare forskningen kan upplevelserna utifrån signifikanten *Bekräftande tillit* istället förstås vara medutforskarnas bekräftelsebehov i min analys. Det visade sig att bekräftelsen är väldigt viktig för mediet för att kunna skapa en tillit till den mediala förmågan och det mediala arbetet. Denna bekräftelse erhåller mediet från klienten som befinner sig i vardagsvärlden enligt undertema *Att få hjälpa och bi berörd*. Personerna som upplevt efter döden kommunikation vänder sig istället till mediet som har tillgång till andevärlden för att få bekräftelse på att deras upplevelser är sanna och riktiga. Bekräftelsen fungerar åt båda håll för att utesluta att upplevelsen enbart är inbillad eller ett tecken på sinnessjukdom.

Den lycka, fridfullhet och klarsyn som NDU föreståndarna erfarit i sina upplevelser skildras på liknande sätt hos den mediale som erfar vardagsvärlden som mer jobbig och svårhanterlig i jämförelse med andevärlden som upplevs vara mer trivsam och hemlik, enligt signifikanten *Personlig känslighet* och undertemat *Att vara främmande i vardagsvärlden*. Personer som upplevt NDU har rapporterat hur de velat stanna i den paradisivärld de kommit till och hur de ofta motvilligt landar i den fysiska kroppen igen. På liknande sätt beskriver medutforskarna hur de upplever ett större välbefinnande i upplevelsen av andevärlden, där de helst vill befinna sig. Känslor av rädslor och oro inför att vara ensam om sina upplevelser eller på väg in i sinnessjukdom kunde enligt den tidigare forskning hanteras utifrån att vara delade upplevelser med andra fullt friska individer. Dessa erfarenheter som också förekommit hos de mediala visar sig i samband med signifikanten *Bekräftande tillit* och *Att hantera den egna förmågan* samt *Att kontrollera den egna förmågan*. I början av den mediala utvecklingen fanns det rädslor över att inte förstå vad som skedde och över att bli psykiskt sjuk, även rädslor och oro över att inte kunna dela upplevelsen med andra fanns här. När medutforskarna senare kom i kontakt med andra personer i samma situation eller färdigutbildade medium fick de kunskap och bekräftelse som ledde till att hantera den egna förmågan och upplevelsen i sig. Jag ser tydligt hur vikten av att bli förstådd, lyssnad och betrodd

finns hos mina medutforskare på samma sätt som Sabom såg dem hos sina deltagare. Erfarenheter av en minskad dödsångest tillsammans med en ökad tro på ett liv efter detta, som skildrades hos Saboms deltagare kan jag också koppla samman med upplevelser hos mina medutforskare. Mediet får oupphörligen erfara denna upplevelse av tillit till att livet fortsätter i en alternativ värld genom sitt arbete.

Jag vill avslutningsvis för denna rubrik påminna om fenomenet dissociation som förekom hos de personer som erfart djupa nära döden och ut ur kroppen upplevelser. Det försvaret dessa människor har av att kunna koppla bort verkligheten eller delar av medvetandet vid en alltför hög stressbelastning, är också det som underlättat för deras djupa upplevelser av UKU karaktär. Detta vill jag koppla till signifikanten *Närvarande frigörelse* där denna frigörelse kan tolkas utifrån fenomenet dissociation, genom att vissa delar av mediets kropp eller medvetande kopplas bort för att göra upplevelsen av andevärlden möjlig.

Drogrelaterad tillgång

För att nu avslutningsvis koppla an resultatet till den drogrelaterade tillgången till alternativa upplevelsevärldar vill jag påminna er om Stanislaw Grofs (1977) experiment i samband med LSD-terapin. En av de största likheterna med den mediala upplevelsen är här likt den dödsrelaterade tillgången upplevelsen av olika möten med andeväsen, avlidna släktingar och vänner tillsammans med andra upplevelser av mystisk art. En annan likhet är de vanligt förekommande perceptionsförändringar av syn, doft och smakorganen samt de emotionella förändringarna i Grofs undersökningar kontra mitt resultat. De nämnda går att jämföra med den mediala upplevelse av att se andevärlden samt den andliga erfarenheten av olika smak- och doftsensationer. Medutforskarna i min analys upplever i samband med signifikanten *Övergående kroppsliga sensationer* hur anden kommunicerar olika känslotillstånd, smärtor och sjukdomstillstånd i mediets frigjorda kropp. Detta kan kopplas samman med de varierade typer av känselstörningar som förekom i olika kroppsdelar för deltagarna i LSD-terapin. Det rapporterades även om religiösa och transpersonella upplevelsevärldar bortom jagets gränser samt bortom de vanliga barriärerna för rum och tid. De sistnämnda vill jag koppla samman med den mediala upplevelse av signifikanten *Närvarande frigörelse*, där det egna personliga jaget kopplas bort i samband med tiden för andekontakten och där mediets egna smärttillstånd och sjukdomar tillfälligt försvinner i arbetet med andevärlden. Skillnaden är att rum och tidsbegreppet existerar i den mediala upplevelsen sett till verkligheten och vardagsvärldens närvaro, även om den kroppsliga förändringen tycks överskrida dessa barriärer. Ytterligare beskrivningar av upplevelsen innebar känslan av att känna sig som en del av ett större sammanhang i kosmos med minskade rädsor inför döden. Detta beskrevs i samband med att deltagarna sade sig ha fått en inblick i andra dimensioner och alternativa världar. Detta stämmer väl överens med den mediala upplevelse av andevärlden och signifikanten *Bekräftande tillit* som byggts upp utifrån olika typer av kunskap och bekräftelse.

Avslutningsvis vill jag påminna om den upptäckt Grof gjorde i samband med sina experiment, där de upplevelser som uppstod faktiskt kunde kopplas samman med individernas personligheter. Den personlighetstyp som upplevde en kommunikation med andeväsen och fick erfara alternativa verkligheter vill jag först koppla samman med den känslighet och öppenhet som visade sig hos mina medutforskare och ledde till den viktiga erfarenheter av Att kontrollera den egna förmågan. Jag vill sedan koppla samman Grofs personlighetstyp med den känslighet och sårbarhet som Cullberg beskriver finns hos vissa personer. Det handlar om personer som också är extra utsatta för att höra röster (vilket anses normalt). Jag har under den sjukdomsrelaterade tillgången jämfört Cullbergs känsliga och sårbara personer med psykospatientens hallucinationer samt mina medutforskare. Jag vill nu slutligen koppla samman denna känsliga personlighet ovan med de personer som upplevt djupa nära döden och ut ur kroppen upplevelser i samband med icke patologiska dissociativa symptom. Det visade sig att dessa personer har lättare att koppla bort verkligheten eller delar av medvetandet, vilket i sin tur leder till att underlätta för erfarenheter av ut ur kroppen karaktär likt den *Närvarande frigörelsen* hos mina medutforskare. Jag anser det vara

mycket relevant att fundera över alla dessa likheter. Kan de kanske leda oss fram till en viss personlighetstyp som har lättare att erfar dessa upplevelser av alternativa verkligheter? Det är kanske inte helt orimligt att dessa känsliga personer också lättare insjuknar i psykos. Jag kommer nu att presentera den hälsosociologiska referensramen samt diskutera den i relation till resultatet.

Hälsosociologisk referensram

Jag har valt att koppla an resultatet till Aaron Antonovskys salutogena perspektiv eftersom han är känd för sitt försök att förstå våra livsupplevelsers meningsfulla sammanhang och hur detta är sammankopplat med hälsa. Denna relation skildras i *Hälsans Mysterium* (Antonovsky, 2005) och har fånglat mig på samma sätt som likheten mellan psykotiska symptom och medialitet fascinerat mig. Hur kan obegripliga patologiska symptom för en grupp av människor förstås utifrån att vara hälsosamma begripliga upplevelser för en annan grupp? Svaret ligger så vitt jag kan se i erfarenheten att lyckas skapa en mening och uppleva en känsla av sammanhang.

Det Salutogena perspektivet

Aaron Antonovsky (1923-1994) var den internationellt kände professor i medicinsk sociologi som benämnde det salutogena synsättet och myntade begreppet KASAM- Känsla Av SAMmanhang. Jag kommer att redogöra närmare för detta teoretiska begrepp längre fram. Det salutogenetiska synsättet fokuserar på hälsans och friskhetens ursprung till skillnad från det medicinska och samhällsvetenskapliga perspektivet. Det senare utgår ifrån ett patogenetiskt synsätt, vilket handlar om att söka förklara *varför människor blir sjuka*, med fokus på den sjuka symptombilden. Detta betraktelsesätt benämns enligt en av Sveriges främsta stressforskare vid namn Lennart Levi, som ett *"eländesperspektiv"* (Antonovsky, 2005). Trots att detta patologiska eländesperspektiv är obligatoriskt för vårt samhälle går Antonovsky emot detta, då han poängterar vikten av att istället utgå ifrån ett salutogent perspektiv. Med utgångspunkt från det salutogena synsättet handlar det istället om att ifrågasätta *"hur människor klara av att förbli friska"*. Det handlar om hur människor som trots att de genomlidit svåra påfrestningar av psykisk och/eller fysisk karaktär ändå upplever välbefinnande och god hälsa. Antonovsky började formulera det salutogena perspektivet i samband med en undersökning av israeliska kvinnors anpassning till klimakteriet. I studiens analys gjordes en jämförelse mellan kvinnornas psykiska hälsa, kopplat till om de befunnit sig i koncentrationsläger eller ej. I samband med denna jämförelse upptäcktes något mycket relevant. Hela 29% av de överlevande lägerfångarna ansågs ha en tillfredsställande psykisk samt fysisk hälsa, trots alla de påfrestningar av skräck de utsatts för i koncentrationslägren. De starka iakttagelser Antonovsky gjorde i samband med dessa kvinnors välbefinnande trots allt de genomlidit, var det som senare fick honom att formulera den salutogenetiska modellen. Modellen visar hur det att ställas inför olika riskfaktorer eller stressorer leder till att somliga människor insjuknar i svåra sjukdomar, medan andra lyckas bibehålla sin hälsa och uppleva ett välbefinnande. När vi ställs inför en hög stressbelastning i form av olika typer av stressorer i livet leder det oss in i ett spänningstillstånd. Det som sedan avgör om vi insjuknar, förblir friska eller något däremellan beror enligt Antonovsky (2005) på hur pass bra vi kan hantera tillståndet av spänning. Det handlar vidare om vilken styrka av KASAM som finns hos personen i fråga. Jag presenterar nu detta begrepp mer ingående.

KASAM

Antonovsky genomförde sin undersökning av begreppet KASAM utifrån ett urval av mycket olika typer av människor. Det gemensamma för dessa personer var att de samtliga genomlidit svåra trauman i livet och klarat av dessa påfallande bra. De människor som upplevde att de hade ett bra och tillfredsställande liv visade sig också ha en hög KASAM, medan de som inte upplevde det hade en låg. De tre olika teman som återupprepande gånger kunde identifieras i undersökningen är de tre centrala komponenterna, som idag utgör det teoretiska begreppet KASAM. Dessa tre beståndsdelar är *begriplighet*, *hanterbarhet* och *meningsfullhet*.

Begriplighet hänvisar till i vilken omfattning människan upplever inre stimuli och konflikter likväl som yttre sociala stimuli, som förnuftiga och resonabla. Det som sker måste med andra ord vara begripligt på så sätt att det går att förstå informationen på ett tydligt, ordnat, strukturerat och sammanhängande vis, vilket leder till en hög KASAM. Personer som har en låg KASAM uppfattar istället inre och yttre stimuli av information som exempelvis ostrukturerade, oförklarliga, kaotiska, slumpmässiga och oförutsedda. En person som upplever en hög känsla av begriplighet förväntar sig att möta förutsägbara händelser i livet, men har även förhoppningen att kunna ordna och förklara oförutsedda situationer. Trots att det i extrema fall handlar om stimuli av livshotande sjukdom, död eller krig kan personer med en hög KASAM ändå göra dessa kriser (be)gripbara. Kriser upplevs då som utmaningar och erfarenheter på livets väg. De individer som har en låg KASAM förväntar sig istället att de hemska och svåra situationer de råkat ut för bara ska fortsätta, för att bli värre och värre (Antonovsky, 2005). Det att handskas med utmaningar och olika sätt att bemöta svåra livserfarenheter leder oss vidare till den andra komponenten för begreppet KASAM.

Hanterbarhet som andre komponent innefattar hur individen hanterar olika situationer som uppstår i livet. Det handlar om upplevelsen av att det finns resurser till förfogande när vi utsätts för olika svårigheter. Vi kan hantera dessa problem antingen genom egna inre resurser eller via bistånd från andra i vårt sociala nätverk, som exempelvis vår familj, vänner, kolleger, läkaren eller Gud. Vi kan hantera svåra livskriser genom att känna att vi kan förlita oss på vår egen förmåga likväl som på andra i vår närhet. Människor som har en hög känsla av hanterbarhet fastnar inte i en offerroll av orättvist tänkande, som de personer med lågt KASAM tenderar att göra. En hög KASAM leder istället till upplevelsen att allt löser sig, oavsett hur svåra saker som inträffar. Det är ingen mening med att sörja och grubbla för alltid, utan det är bättre att ta tag i saker, hantera dem och gå vidare. Nu har jag kommit fram till den tredje komponenten för begreppet KASAM, vilket är

Meningsfullhet. Denna sista komponent betraktar Antonovsky (2005) som hela begreppets ”*motivationskomponent*”. De personer som anses ha en stark KASAM, är de som har olika områden i livet att engagera sig i. Det handlar om en känslomässig innebörd inför betydelsen av olika saker i livet som skapar mening. De personer som har en låg KASAM saknar ett större engagemang inför livets betydelse och meningsfullhet. Dessa personer ser i stället negativt hur vissa ”viktiga” områden i livet enbart ställer krav på dem. Det handlar naturligtvis inte om att den som har ett högt värde av meningsfullhet uppskattar när någon nära anhörig avlider, eller något annat svårt inträffar. Det betyder istället att personer med en hög KASAM konfronterar händelsen omedelbart, för att söka och finna en mening med det inträffade. På detta sätt bemästras situationen så att personen kan gå ur det hela med värdigheten i behåll (Antonovsky, 2005).

För att se till hur dessa tre komponenter är beroende av varandra ska jag kort redogöra för detta. Meningsfullheten kan således begripas vara den viktigaste komponenten, ty utan den skulle inte heller faktorer av begriplighet eller hanterbarhet vara särskilt långvariga. Efter meningsfullhet som den mest betydelsefulla komponent i begreppet KASAM kommer begriplighet på en andra plats. Vi måste begripa vad det är som sker, däri ligger förhoppningen att klara av saker och ting i livet. Denna begriplighet leder i sin tur till att hanterbarheten blir möjlig. För att denna ska bli möjlig krävs en förståelse av det som skett eller sker. Hanterbarheten är dock inte mindre viktig för att den kommer på en tredje plats. Om inte tron på att resurser finns till förfogande hos människan minskar också upplevelsen av att känna meningsfullhet. Nedan kopplar jag an den teoretiska referensramen till studiens resultat.

Resultat kontra referensram

För att koppla resultatet till den teoretiska referensramen tänker jag diskutera Antonovskys tre komponenter begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet i relation till de socialpsykologiska signifikanterna som framkom i analysen. Jag börjar med den Närvarande frigörelsen som följs av Övergående kroppsliga sensationer, Bekräftande tillit samt Personlig känslighet.

Närvarande frigörelse kontra KASAM

Jag ser först hur den första komponenten av *begriplighet* finns i samband med den Närvarande frigörelsen. Det finns en *begriplighet* hos medutforskaren av vikten att släppa det egna jaget. Mediet begriper vad det är som sker och varför frigörelsen måste äga rum. Om inte frigörelsen sker kan inte heller upplevelsen av andevärlden bli möjlig hos mediet i den frigjorda kroppen. Begripligheten av situationen leder i sin tur till att processen av frigörelsen blir *hanterbar* enligt den andra komponenten för KASAM. Det handlar om att kunna hantera den alternativa närvaron av här och nu som föds i den Närvarande frigörelsen. Hela denna process blir *meningsfull* liksom den tredje komponenten sedd utifrån att detta görs för att nå upplevelsen av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld. Det finns såvida en mening med att frigöra sig från den egna kroppen och sinnet och därmed bli närvarande i en alternativ upplevelse av här och nu. Det handlar om en upplevelse av ett närvarande fokus på den frigjorda kroppen, en medveten närvaro inför andevärlden samt en bibehållen närvaro inför klienten i vardagsvärlden.

Övergående kroppsliga sensationer kontra KASAM

De Övergående kroppsliga sensationer som sedan ger sig till känna hos mediet blir begripliga till bakgrund av den Närvarande frigörelse som nu skett. Det finns en *begriplighet* hos medutforskarna i samband med hur den egna fysiska smärtan, sjukdomstillståndet eller sinnesstämning tillfälligt försvinner då det egna jaget frigjorts, för att på så vis ge andevärlden tillträde. Det bli på detta sätt också *hanterbart* för mediet att uppleva andevärldens budskap i den egna (frigjorda) kroppen. De smärtor eller andra egenskaper som anden vill förmedla om sig själv via mediets kropp kan då begripas utifrån att vara någon annans. Vetskapen om att det inte handlar om det egna personliga jaget leder till att mediet kan hantera tunga upplevelser av sjukdomstillstånd, smärtor och till och med svåra dödsögonblick. Det blir vidare *meningsfullt* att erfara och hantera dessa kroppsliga sensationer, vilka måste ske för att mediet verkligen ska förstå och kunna förmedla dessa känslotillstånd vidare till klienten. När känslan bekräftas som riktig släpper den taget om mediet. Upplevelsen blir då återigen begriplig, hanterbar och meningsfull för mediet i den bekräftelsen av att den tillhört någon annan.

Bekräftande tillit kontra KASAM

I samband med att mediet får en förståelse och kunskap inför den egna mediala förmågan skapas också här komponenten *begriplighet* utifrån KASAM. Det handlar om en *begriplighet* över att det faktiskt rör sig om en extraordinär förmåga som fler människor delar med mediet. Begripligheten stärks ytterligare när medutforskarna får bekräftelse på upplevelsen. I nästa steg är det denna *begriplighet* av kunskap, bekräftelse och tillit som leder till en *hanterbarhet* av den mediala upplevelsen. Förmågan att hantera en kommunikation gentemot andevärlden och arbeta som medium mot klienter blir möjligt eftersom upplevelsen blivit begriplig och därmed kan kontrolleras. Den bekräftelse som mediet får av andens anhöriga släktingar leder till att hanterbarheten stärks ytterligare och slutligen föder en tillit. Denna bekräftande tillit blir slutligen *meningsfull* enligt den tredje komponenten i KASAM. Meningsfullheten ligger i att få hjälpa och beröra andra samt att själv bli berörd som medium. När mediet upplever sig hjälpa sina klienter att gå vidare i livet efter en svår förlust av någon när och kär och de själva blir berörda över att de får beröra sina med människor, upplevs en mening inför den mediala förmågan och arbetet.

Personlig känslighet kontra KASAM

Komponenten *begriplighet* kan här förstås utifrån att vara viktig sedd till att förstå hur den egna personliga känsligheten ibland tar över. Mediet är en mänsklig varelse med alla de känslor och egenskaper som hör människan till. Detta leder ibland till att mediet fastnar i det egna personliga, när den närvarande frigörelsen inte kan ske fullt ut. Egots frustration eller prestation visar sig ibland så stark att den tar över upplevelsen av att befinna sig på gränsen mellan världarna. Mediet upplever då en sårbarhet och känslighet som är kopplad till det personliga. Denna sårbarhet blir *begriplig* eftersom mediet förstår att det handlar om exempelvis den egna starka viljan att hjälpa en

viss klient. Att denna vilja ens existerar tyder på att mediet inte lyckats frigöra sig helt och hållet ifrån det egna personliga. Upplevelsen av denna sensibilitet i det mediala arbetet blir *hanterbar* genom att mediet förstår att det egna personliga tagit över. Mediet kan också förklara varför situationen uppstår för klienten. Om mediet exempelvis vet alldeles för mycket information om klienten kan svårigheten uppstå att koppla bort det egna sinnet fullt ut. Den personliga känsligheten leder också fram till den sista komponenten av *meningsfullhet*. I relation till att den personliga känsligheten tar över kan den också förstås likt en trygghet för mediet. Det handlar om en försäkran som talar om för mediet att frigörelsen inte skett fullt ut. Detta för att inte riskera att mediets egen tanke och vilja går in för att hjälpa klienten. Jag ser också en meningsfullhet i medutforskarnas förståelse av hur en misslyckad session beror på den egna personliga sårbarheten och inte på den mediala förmågan i sig. Detta leder till att tilliten och meningen består samt att en hög känsla av sammanhang i sin tur uppstår.

Även upplevelser av att känna sig främmande i vardagsvärlden kan *hanteras* då de *begrips* utifrån att vara svårigheter för det fysiska personliga jaget, av att inte känna sig som hemma i vardagsvärlden och inte uppleva sig vara accepterad. Detta hanteras vidare av medutforskarna genom upplevelsen av att enbart vara i den vardagliga världen på besök. Även om denna värld är den verklighet mediet lever i här och nu finns enligt dem upplevelsen av en alternativ plats, en plats av välbefinnande och acceptans. Medutforskarna upplever sig vara i vardagsvärlden för att ta del av viktiga lärdomar och utvecklas själsligt. Denna syn leder till att en *meningsfullhet* skapas även i samband med upplevelsen av att känna sig främmande i vardagsvärlden eller oaccepterad i ett samhället utav denna värld.

Konklusion

Jag har nu ringat in hur alla fyra signifikanter för fenomenets essen kan kopplas samman med Antonovskys begrepp KASAM. Detta leder till att jag kan förstå hur mediet upplever och hanterar erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld utifrån ett salutogent perspektiv. Även om det uppstår svårigheter och konflikter i samband med den mediala förmågan och det mediala arbetet lyckas medutforskarna bevara en känsla av sammanhang inför upplevelsen som sådan. Jag ser hur dessa signifikanter av Närvarande frigörelse, Övergående kroppsliga sensationer, Bekräftande tillit samt Personlig känslighet leder medutforskarna till upplevelser av hälsa och välbefinnande utifrån en hög KASAM. Om denna starka känsla av sammanhang skulle gå förlorad skulle jag inte längre kunna tolka den mediala upplevelsen utifrån en hälsokontext. Det skulle då bli väldigt naturligt att istället tolka den utifrån ett synsätt för ohälsa och kanske till och med se på upplevelsen som psykopatologiska symptom. Är det inte så att det vi inte kan förklara eller förstå måste vi ändå placera någonstans? Vi har ett behov av att kategorisera för att ”skapa en mening”. Om vi inte börjar godta alternativ till den verklighet som är accepterad som den enda grundläggande i dag hur ska vi då kunna se på annorlunda upplevelser som något annat än just överkliga händelser, i form av inbillning eller hallucination? Om vi förflyttar oss tillbaka i tiden trodde människan faktiskt en gång att jorden var platt. Jag kan tänka mig den enorma omställning det måste ha inneburit att få reda på att så inte var fallet. Tänk om det på samma sätt skulle visa sig finnas alternativa verkligheter till den nu högst rådande hierarkin beträffande vår verklighetsuppfattning. Den verklighet mediet upplever i form av andevärldens existens parallellt med den vardagliga världen är högst realistisk för dem. Även om vi inte kan uppfatta denna har vi då rätten att bortförklara alla deras upplevelser som överkliga? Kan vi vidare bortförklara alla de klienters upplevelser av möten med nära och kära som överkliga? Det handlar om upplevelser som fått människor att åter ta tag i sina liv, som fått människor att våga tro, våga hoppas på att det finns något mer eller något större än det vi enbart ser.

Med tanke på all den bekräftelse som mediet erfar och hur detta leder till att skapa meningsfulla sammanhang vill jag återigen koppla an till den psykotiskt sjuke. Om mediet kan förnimma *en* alternativ värld eller verklighet i sin upplevelse, som det dessutom går att skapa en känsla av sammanhang över. Vad är det då som säger att den psykotiske inte skulle kunna uppfatta denna

värld plus *fler* ändå? Om det finns alternativa upplevelsevärldar eller verkligheter som människan kan nå via medialitet, förändrade medvetandetillstånd, sorgprocesser, drogterapi eller nära döden upplevelser vilka erfarits av fullt friska individer, varför skulle då inte de psykotiska symptomen i form av hallucinationer kunna vara upplevelser likt dessa? Tänk om den psykotiske innehar denna känslighet och öppenhet i form av att förnimma alternativa verkligheter i samband med ett väldigt skört psyke? Kanske har det sällan eller aldrig funnits någon möjlighet till bekräftelse alls. Det är likväl en bekräftelse som krävs för att kunna skapa en begriplighet, en hanterbarhet samt en mening för att sedan leda vidare till ett sammanhang. Om dessa personer på grund av sin känslighet och sitt sköra psyke inte ens kan hantera den vardagliga världen, hur ska de då kunna hantera och skapa sammanhang inför flera alternativa verkligheter som kanske upplevs parallellt med denna?

De flesta av oss vet nog hur vi reagerar om vi får höra något sägas till oss tillräckligt många gånger. Om du exempelvis varit mobbad i skolan och fått höra hur ful, dum och avskyvärd du är under hela din skolgång blir det till slut en självuppfyllande profetia. Du tror då att du är alla dessa dåliga egenskaper och börjar bete dig därefter. Vad händer då med alla dessa känsliga personer som upplever och förnimmar saker som ingen annan tycks kunna urskilja? De blir förmodligen ofta stämplade och kategoriserade som just psykiskt sjuka. Tror ni att dessa människor själva går emot läkarexpertisen och alla de andra som talar om för dem att de är sjuka? Det tror inte jag. Precis som den mobbade behöver någon som ser den unika underbara vackra person hon eller han faktiskt är, behöver den psykiskt sköra någon som ser och kan bekräfta personen ifråga samt det som upplevs. Detta blir vidare svårt om vi inte vågar släppa in de människor i samhället som förestår dessa alternativa upplevelser, då finns det inte heller någon där som kan bekräfta vad den andre går igenom. Jag skrev i min inledning att vi alla är unika individer med unika upplevelser. Jag står fast vid det men jag inser nu också vikten av att bli bekräftad för de unika personer vi är och de unika upplevelser vi erfar. Det är först då vi kan hjälpa varandra. När vi kan spegla oss i andra människor och acceptera det vi ser oavsett om det är någon som liknar oss själva eller ej, då först är vi redo att skapa nya sammanhang. Avslutningsvis delger jag er nu lite egna reflektioner över studien som helhet.

Egna reflektioner

Begränsningar & Framtida forskning

Sett till begränsningar med studien kunde jag ha använt mig av narrativ som komplement till intervjuerna. Om medutforskarna fått lov att sitta ned en tid innan intervjutillfället för att skriva ned sina upplevelser av fenomenet hade det kanske lett till ett ännu rikare material. Samtidigt kanske dessa narrativ hade lett till att jag blivit så fokuserad på dessa, att jag inte ställt de frågor jag verkligen ville ha svar på. Sett till åldern för mitt urval hade det varit intressant att ha fått tagit del av äldre mediums upplevelser, för att se om de skiljer sig åt i erfarenhet och hantering. Å andra sidan är det förmodligen denna äldre generation av medier som utbildat de lärare och medium som idag anordnar utbildningar. Intervjumomenten gick alla väldigt bra förutom ljudnivån i samband med en. Vi hade bestämt träff på ett Café vid lunchtid och det gör jag inte om. Det bakgrundsbrus som hörs på inspelningen ledde till att denna intervju tog mycket lång tid att transkribera. Att sitta tillsammans i ett tyst rum är istället att föredra. Den passiva intervjutystnad som jag ofta bröt med en ny fråga, visade sig vara en väldigt aktiv period för medutforskaren att erinra sig en viktig upplevelse. Jag har lärt mig att i tystnaden bor minnet av upplevelsen. I samband med att jag använt mig av fenomenologisk metod går det inte att göra om denna forskning exakt likadant då den är unik utifrån sitt kunskapsintresse. Det går inte heller att härleda resultatet i relation till tidigare forskning, däremot går det att jämföra resultatet med liknande forskning på området. Med tanke på att jag har ett väldigt rikt material av citat i analysen anser jag denna studie vara väl tillförlitlig.

Förslag på fortsatt forskning är djupare jämförelser av de psykopatologiska symptomen kontra transcendentala upplevelser. Ett större fokus på den schizofrena upplevelsen och vad den innebär för individen kopplat till KASAM vore intressant. Självt skulle jag vilja undersöka samband och

upplevelser för den personlighet Cullberg beskriver som extra sårbar och känslig. Min studie leder förhoppningsvis till att uppmärksamma den mediala upplevelser likväl som den psykotiskt sjukes erfarenheter utifrån en vilja att försöka förstå, istället för att enbart avfärda dem. Om vi ska hjälpa någon att skapa sammanhang måste vi börja med att lyssna till personens upplevelser och bekräfta personen ifråga, istället för att avvisa henne eller honom. Genom att vi är öppna för olika typer av erfarenheter kan vi hjälpa varandra att bättre tolka upplevelser och olika livshändelser. Detta för att skapa en känsla av sammanhang i det vardagliga livet. Det är ju som bekant inte upplevelsen i sig som är felaktig utan tolkning av den.

Avslutande reflektion

Det som intresserade mig mest i analysen var upplevelsen av den Närvarande frigörelsen som skedde för att skapa plats åt de Övergående kroppsliga sensationerna. Det som fick mig att fälla flest tårar var alla de vackra skildringar av tacksamhet i samband med medutforskarnas upplevelser av att få beröra en annan människa på djupet. Jag ser hur mitt resultat av analysen faktiskt har ökat förståelsen inför hur medium upplever och hanterar erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan vardagsvärld och andevärld. Den avgörande skillnaden mellan den mediala upplevelsen och den psykotiska är förutom verklighetsförankringen att den psykotiske saknar sammanhang och därmed har en stor brist av kontroll inför upplevelsen. Mediet är medveten om vad som sker i befinnandet mellan de två upplevelsevärldarna och innehar kontroll och en känsla av sammanhang i upplevelsen och hanterandet av den. Om det i vissa fall av psykisk ohälsa rentav rör sig om ett andligt eller medialt uppvaknade hoppas jag innerligt att denna studie kan vara till någon hjälp.

Jag vill återigen tacka alla medutforskare så innerligt för att ni ställt upp i denna undersökning! Med ett avslutande citat från medutforskare nummer fem tackar jag nu för mig.

Det absolut bästa är att se förändringen hos en människa som kommer och får ett halmstrå att hålla i. Att se när dom kommer tillbaka och berättar, att det här var räddningen för mig. Alltså det finns ingen större gåva Jag har en drogare som varit drogare i 40 år. Ett möte på Skerike i februari förra året, han är tillbaks i livet i dag. Det är det som är belöningen (M.5).

Källförteckning

Antonovsky, A. (2005). *Hälsans mysterium*. Bokförlaget Natur och Kultur: Stockholm.

Campbell, J. (1994). *Myternas makt*, Schibsted förlag.

Cullberg, J. (2004). *Psykosor, ett integrerat perspektiv*. Stockholm: Natur och Kultur.

Dahlberg, K. Dahlberg, H. & Nyström, M. (2008). *Reflective Lifeworld Research*. Lund: Studentlitteratur.

Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning. (2008). Stockholm. Vetenskapsrådet. <http://www.codex.vr.se/texts/HSFR.pdf>.

Frisk, L. (1998). *Nyreligiositet i Sverige, ett religionsvetenskapligt perspektiv*. Bokförlaget Nya Doxa.

Giorgi, A. (2009). *The Descriptive Phenomenological Method in Psychology. A Modified Husserlian Approach*. Pittsburg, PA: Duquesne University Press.

Grof, S. (1977). *Människans okända världar, utforskning av det omedvetna genom LSD-terapi*. Originaltitel, *Realms of the human unconscious – observations from LSD research*.

Hammer, O. (1997). *På spaning efterhelheten New Age – en ny folktro*. Stockholm: Wahlström & Widstrand

Patton, M. Q. (2002). *Qualitative Research & Evaluation Methods*. London: Sage Publications. s. 230-243.

Sabom, M. (1993). *Vi upplevde döden*. Stockholm Natur och kultur.

Starrin Bengt & Svensson Per-Gunnar (red). (1994). *Kvalitativ metod och vetenskapsteori*. Lund: Studentlitteratur.

Wistrand & Pilotti (1982). *Medvetandet och döden, en antologi om nära-döden-fenomen och utomkroppsliga upplevelser*. Stockholm: Natur och kultur

Artiklar

Borell, P, Orhagen, T. och d'Elia, G. (1995) "Vad vet patienter med schizofreni om sin sjukdom?", *Scandinavian Journal of Behaviour Therapy*, 24,63-74, 1995.

Gee, L., Pearce, E., & Jackson, M. (2003). "Quality of life in schizophrenia: A grounded theory approach". *Health and Quality of Life Outcomes*, 1:31.

Greyson, B (2002) "Dissociation in people who have near-death experiences: out of their bodies or out of their minds?", *Lancet*. 2000 Feb 5;355(9202):460-3.

James A Houck (2004) "The Universal, Multiple, and Exclusive Experience of After – Death Communication", *Journal of Near-Death Studies*, 24(2), Winter 2005.

Michelle, L., Campbell, C., & Morrison, A.P. (2007). "The subjective Experience of Paranoia: Comparing the Experiences of Patients with Psychosis and Individuals with No" *Psychiatric History*. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 14, 63-77.

Stanghellini, G., & Ballerini, M. (2002). "Dis-sociality: the phenomenological approach to social dysfunction in schizophrenia". *Word Psychiatry*, 1:2, 102-106.

Bilagor

Bilaga 1: Missivbrev

Hejsan

Jag tänkte bara klargöra syftet med studien så ni får en bättre inblick, samt redogöra för de etiska aspekter för intervjun som är hämtade ifrån Vetenskapsrådet.

Syfte:

Om man ser till dagens samhälle där fler och fler tycks må allt sämre där stress, utbrändhet, psykoser och diagnostisering av individer blir allt vanligare. Läkemedelsföretagen jublar när de lyckas få läkarna att skriva ut psykofarmaka till höger och vänster för symptom som likväl kan förstås som energimässiga obalanser eller minnen av trauman som behöver få komma upp till ytan, där kanske existentiella samtal, yoga, meditation, healing eller kontakt med ett medium skulle ge bättre resultat och individen skulle kunna komma närmare sitt sanna jag, istället för att lägga locket på med dessa mediciner. Eftersom jag har gjort min egen resa med utbrändhet, depression och panikångest m.m. vet jag vad jag pratar om när jag säger att min läkare inte ens erbjöd mig att gå i samtalsterapi som första steg, utan det var antidepressiva mediciner som gällde om jag ens skulle få vara sjukskriven. Som duktig flicka tog jag emot mitt recept, men där slutade jag också lyssna på läkarexpertisen. Hela min kropp skrek NEJ!, till dessa mediciner. Jag fick istället kontakt med en underbar kvinna som är buddist samt existentiell psykoterapeut. Jag började också utöva yoga och meditation. Det ena ledde till det andra när jag väl började att lyssna inåt. Slutligen kom jag också i kontakt med spiritualistiska medium och där fick jag alla mina svar till de frågor som jag burit på så länge. Påsen kunde äntligen knytas samman. Jag blev hur somhelst bra utan dessa mediciner. Till detta hör en hel del kurser och eget arbete med såväl personlig som andlig utveckling. Färdiga blir vi aldrig, det är väl utmaningen med livet.

Förra sommaren så jobbade jag för första gången på ett psykiatriboende för människor med schizofreni samt asbergers syndrom vilket jag hade väldigt många olika tankar, frågor, fördomar och rädslor inför innan. Jag såg enbart diagnosen och symptomen innan och ville veta så mycket som möjligt. Men efter den allra första dagens slut när jag går därifrån kan jag konstatera att jag mött människor, människor som dig och mig. Människor som haft olika upplevelser i sina levda liv som fört dem dit där de befinner sig idag. Upplevelser som också innefattar läkarexpertisen, psykiatrin, mediciner och allt som har att göra med det symptom-samhälle vi lever i, där allt som inte anses vara normalt ska diagnostiseras och stämpas som avvikande beteende. Det spiritualistiska mediet kan väl så också förstås som en avvikare, då dessa inte heller tycks vara accepterade av samhället på samma sätt som parapsykologin motarbetas för att inte få bli erkänd som sann vetenskap, även om jag tror att vi är på god väg. Det går att se fler och fler program och dokumentärer på tv om det paranormala och det blir också allt vanligare att människor söker sig till medium för privatsittningar eller demonstrationer. Det görs väldiga framsteg i parapsykologisk forskning samt forskning gällande olika dimensioner av verkligheten. Det som jag vidare tycker är intressant är hur den psykiskt sjukes symptom i form av att se syner, att höra röster samt hur de förstår verkligheten genom att tolka den utifrån symboler, också kan förstås utifrån en alternativ syn. Dessa symptom ovan kopplat till ohälsa kan också förstås utifrån hälsa och då som extraordinära förmågor som människan har tillgång till. När den mediale får kontakt med andevärlden är det just dessa förmågor av att se andar, höra dess budskap och symboltolkning som är det primära. Trots det hotet av psykiatridiskursen ständigt hängande över sig samt all övrig skepticism som råder i samhället. Vidare måste vi fråga oss hur många människor som är felaktigt diagnostiserade, som egentligen kanske befinner sig i ett andligt uppvaknande tillstånd och som skulle kunna leva normala liv? Om det fanns en alternativ syn till att enbart se det som vi inte alltid

förstår kanske många av dessa människor inte skulle behöva lida så. Mitt syfte med denna studie är därför att försöka få fatt i kärnan av den mediala upplevelsen. Genom att vända mig till medium som innehåller dessa fantastiska förmågor samt har den erfarenheten av att befinna sig på gränsen mellan två verkligheter/världar, samtidigt som de lyckas behålla en kontroll över sitt medvetande och sitt vardagsliv som individer i samhället ur ett hälsoperspektiv.

Etiska aspekter:

Efter att ni som respondenter eller intervjupersoner har blivit tillfrågade av mig att delta i studien, har jag också här närmare beskrivit syftet med studien. Vidare vill jag återigen informera er om att ert deltagande är frivilligt samt att ni när som helst har rätten att dra er ur detta arbete.

Forskningsmaterialet kommer under hela processens gång och även efter det att den är slutförd att hanteras konfidentiellt. Alla respondenter som deltar i undersökningen kommer att få sina namn fingerade i analysen. De av er lämnade uppgifterna kommer endast att brukas inom området för forskning. Slutligen vill jag också ge er den möjligheten att få ta del av den färdiga studien om så önskas.

Tack så hjärtligt på förhand!

Många vänliga hälsningar

Veronica Lundmark.

Bilaga 2: Intervjuguide

Praktiska frågor: urval

Ålder?

När insåg du att du var medial, (ålder)?

Har du föräldrar eller släktingar som har dessa förmågor? **Religiös tillhörighet?**

Vilken skola har du gått i och utvecklat ditt mediumskap/ vilken eller vilka lärare?

Arbetar du som medium på heltid eller deltid i samband med annat arbete?

Vilka arbeten har du haft tidigare?

Hur länge har du aktivt arbetat som medium?

På vilket sätt upplever du andevärlden? Ser, hör, känner eller samtliga?

Introduktion

1. Minns du första gången eller gångerna du kunde förnimma andevärlden? Kan du berätta om en sådan upplevelse?
2. På vilket sätt skulle du beskriva din upplevelse av andevärlden? (Hur tolkar du den, hur ser den ut för dig?)

Pendla mellan världarna

3. a) Kan du beskriva upplevelsen av ett specifikt tillfälle vid en privatsittning för mig, då du först befinner dig i denna värld som vi kan kalla den vardagliga för att sedan övergå till andevärlden. Vad händer i dig, hur upplever du det **psykiskt och fysiskt**?
- b) Vad händer i övergången tillbaka till den vardagliga världen?
4. a) Om du istället inte är inställd på att kontakta andevärlden utan de kontaktar dig då du inte är beredd? Plötsligt så ser du en ande eller får ett budskap, utan att ha bitt om det. Skulle du kunna berätta om en sådan upplevelse?
- b) Har du när du befunnit dig i andevärlden blivit överraskad av ”vardagsvärlden”?

Tolkning mellan världarna

5. Vart upplever du att du befinner dig när du är mellan dessa världar, då du måste lyssna till anden samtidigt som du måste tolka budskapen till den anhöriga, som sitter framför dig? Är du mest i vardagsvärlden, andevärlden eller hur skulle du beskriva det?
6. Hur upplever du det att kunna skilja på när det är ditt medvetande, din inre röst och dina egna tankar samt när det är en andes budskap?

Fast i världarna.

7. Har det funnits tillfällen när du skulle behövt en andlig insikt eller en andekontakt, men du enbart varit utlämnad till det vardagliga sammanhanget? Kan du beskriva upplevelsen av ett sådant tillfälle? Även i privatsittning?
8. Har det på samma sätt funnits tillfällen då du känt att du behöver och vill befinna dig i det vardagliga sammanhanget, men då andevärlden ändå tagit kontakt med dig? Kan du berätta om en sådan upplevelse?

Positivt kontra negativt.

9. Upplever du någon konflikt med att pendla mellan dessa två världar? På vilket sätt?
10. Finns det eller har det funnits rädslor hos dig av att bli galen i samband med din mediala utveckling och andekontakt? Hur har du hanterat dessa rädslor?
11. Vad upplever du vara det sämsta respektive det bästa med att ha mediala förmågor? Det bästa/sämsta med en privatsittning?