Recensioner

Att Väcka sin Mediala sida

författare

Maria Therese Bohman Agerhill

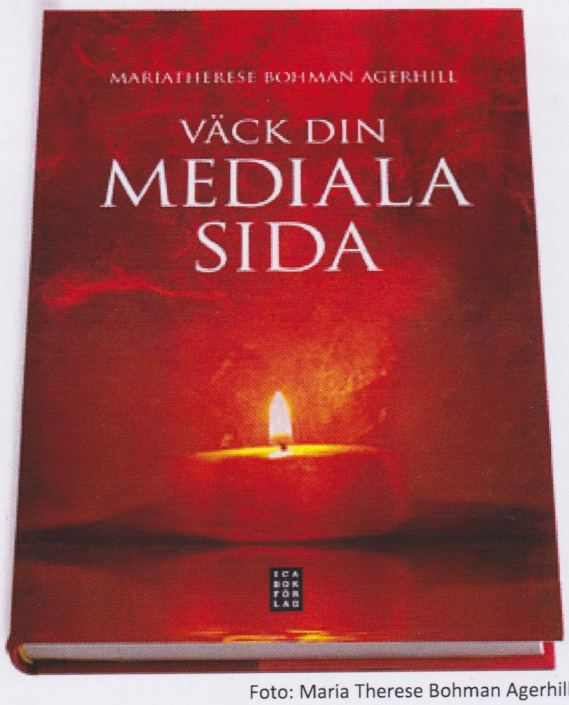

Foto: Maria Therese Bohman Agerhill

Det har hänt något, samhället har börjat intressera sig mer och mer för övernaturliga upplevelser. Det syns inte minst i tv-rutan där program som det Okända på kanal 7 varje vecka visar Medium som hjälper Sveriges familjer att bli av med objudna andar.
Vi är nog många som sitter med ilningar längst ryggraden under reportagen med mörka skuggor och skräckslagna familjemedlemmar.

Ibland så kommer mediumet fram till att det inte är någon ond ande som är besökaren utan en förvirrad avliden granne som snabbt blir visad till ljuset. Men oftast, hör och häpna, så är det endast deras gamla mormor som kommit tillbaka för att ge familjen stöd och kärlek. Hon däremot är redan i ljuset och behöver inte hjälpas vidare.

Är det så att vi bör vara rädda för det där andliga? Vill de oss ont? Hur kan de där mediumen tala med dessa varelser? Lever själen vidare när vi dör? Under kvällens lopp skapas mer frågor än svar.

När jag fick boken i min hand blev jag verkligen glatt överraskad. Här fick jag äntligen på ett enkelt och lättförståeligt svar på mina frågor om andevärlden.

I boken förklarar Maria Therese hur andevärlden kommunicerar med oss. Hur intuitionen fungerar och hur vi sedan kan träna upp den för att bli ännu bättre på att följa vår egen inre karta.

Hon delar generöst med sig av massor av övningar och meditationer som man kan träna på enskilt eller i grupp. Hon uppmuntrar oss att ha roligt och använda mycket skratt och humor i allt vi gör.

Hela boken genomsyras av känslan att du ska tro på dig själv och din förmåga, du kan också det här.

Jag sträckläste boken som är skriven på enkelt och lättförståeligt sett. Jag tänker också spara boken till mitt bibliotek och använda den som uppslagsbok.

Hon lyckades göra en sammanhängande och bra strukturerad bok om medialitet, ett ämne som annars är svårt att förklara. Det var så skönt att se att allt hängde ihop och inget var mystiskt och magiskt. Ofta är det så att rädsla skapas ur okunskap. Likt i måndagens program då programledaren återkommer till de vettskrämda familjerna 6 veckor senare. Då har de alla förlikat sig med mormors närvaro och tycker till och med om att känna att hon är där.

Om man väljer att läsa denna bok så betyder det ju inte att vi alla som läst boken gör det för att bli medium, men tack vare boken så har i alla fall jag fått en större förståelse för andevärlden, energier och hur intuitionen fungerar. Nu är jag mycket mer positiv då min avlidna farfar kommer på besök. När jag dör kommer jag nog också ta mina chanser att hälsa på mina familj och vänner. Bara för att vi dör så betyder det ju inte att vi är borta.

Text: Carina Jansson

Meditation Livets Bok

ur boken "Väck din mediala sida" av författaren
Maria Therese Bohman Agerhill

Foto: Maria Therese Bohman Agerhill

I den här meditationen kommer du att vara med om en resa där du får möta en eller flera av dina andliga vägledare och guider. Du kommer också att få se ditt livs bok, Livets bok.

Börja med att föreställa dig att du har en ljuslåga i solarplexus, som ligger i övre delen av magen strax nedanför bröstkorgen.

Låt detta ljus expandera så att det blir större och större. Låt det växa nedåt i din kropp och fylla den uppåt. Fyll hela dig med det vita kärleksfulla ljus och låt det expandera utanför dig, fyll omgivningen runt om där du befinner dig med det vita kärleksljuset.

Fyll hela rummet du sitter i, ner under golvet, ner i jordens mitt och upp över hustaken, upp i universum. Känn universums puls inom dig. Du är en del av allt.

Visualisera nu att du står framför en dörr.
Gå in genom dörren och stäng den ordentligt efter dig. Nu har du en trappa framför dig som leder nedåt. Det kan vara allt från ett till trettio trappsteg, du bestämmer. Börja gå nedför och sjunk djupare och djupare ner i dig själv för varje trappsteg du tar. Du slappnar av helt i ditt sinne.

När du har kommit ner på nedersta trappsteget så ser du att du befinner dig i ett rum, ett valv eller en källare. Här finns en eller flera av din guider och det finns också ett rum där livets bok ligger uppslagen på "i dag". Det som varit står redan skrivet.

Nu ska du få samtala med dina guider samt utforska din bok, ditt livs bok. Kanske får du bläddra lite i boken, kanske får du det inte. kanske finns det tomma blad där du kan skriva dina önskningar om framtiden.

Nu är det dags att börja dra sig tillbaka, men du kan när som helst komma tillbaka hit igen. Tacka dina guider och andliga vägledare för att de funnits vid din sida.

Nu får du rikta din uppmärksamhet tillbaka till trappan som leder upp till " här och nu". Gå uppför trappan i din egen takt. Öppna sedan dörren och kom tillbaka till rummet. När du känner dig redo kan du försiktigt öppna ögonen och sträcka lite på dig.

Text: Carina Jansson