

# Forskar på kommunikation efter döden

Tre ledande internationella forskare inom parapsykologi, Chris Roe, Callum Cooper och Peter Fenwick, har besökt Sverige för att prata om sin forskning om framför allt kommunikation efter döden. I seminarium och intervju med Free berättar de om sin forskning om medium i kontrollerade experiment, studier om människor som har känt närvaro, hört röster eller sett tydliga visioner av avlidna nära anhöriga samt forskning om olika stadier och upplevelser i livets slutskede. Forskarna ger dig också några tips!

Text Katarina Johansson Foto Press Bild Farknot Architect, Lightspring (shutterstock.com)



Tre ledande internationella forskare inom parapsykologi, *Chris Roe, Callum Cooper* och *Peter Fenwick* har besökt Sverige, inbjudna av svenska Sällskapet för Parapsykologisk forskning, för att prata om sin forskning om kommunikation efter döden och upplevelser i livets slutskede. Chris Roe är professor i psykologi vid University of Northampton i Storbritannien och internationellt en bland de ledande forskarna inom parapsykologi. Callum Cooper är docent i psykologi vid University of Northampton och forskare i thanatologi (läran om döendet och döden) och parapsykologi. Peter Fenwick är neuropsykiater och en av pionjärerna inom forskning om nära döden-upplevelser och upplevelser i livets slutskede.

**FORSKNING INOM PARAPSYKOLOGI** har pågått i omkring 150 år och bland de första områdena som studerades av bland annat *William James* var fysiska och mentala medium (se ruta).

- Medium hävdar att de kan bevisa att våra nära och kära fortsätter att existera i någon form efter deras fysiska kroppars död och kontrollerade experiment har visat att medium har gett information som är mer exakt och specifik än slumpen, säger Chris Roe. Genom studier har vi också kunnat identifiera konventionella förklaringar och bluff, till exempel så kallade Barnum-uttalanden och cold och hot reading (se ruta). Hur det går till vid sittningar och seanser

ger insikter som hjälper oss forskare att kreativt designa olika experiment i laboratorium under kontrollerade former för att pröva sannolikheten och utesluta andra förklaringar. Nästa steg är att utföra mer psykologisk och neurofysiologisk forskning, till exempel EEG-studier (mätning av elektrisk aktivitet i hjärnbarken) och att införliva mer av sittarens och anhörigas behov i vårt tänkande om vad mediumskaap är till för och hur man kan undersöka det på ett allsidigt och rättvisande sätt. Mycket sker i mötet mellan medium och de anhöriga.

**FORSKARNA FRAMHÅLLER ATT** den här typen av upplevelser är "normala" och vanligt förekommande mänskliga erfarenheter men att människor i vårt samhälle har lärt sig att hålla tyst om det för att inte bli betraktade som "knäppa", att något är fel eller att man är mentalt sjuk, men det finns också indikationer på en ökad öppenhet i samhället.

- Människor äger sina egna upplevelser och de är verkliga för dem, betonar Chris Roe. Den mening och betydelse erfarenheterna har för människor är det viktigaste. Vårt syfte är att representera människor som har haft dessa upplevelser och att utbilda för en ökad förståelse för vilken betydelse det kan ha för människor. Forskningen kan också hjälpa människor som spontant har haft så kallade paranormala upplevelser att bättre förstå sina egna erfarenheter. Vi brukar tipsa om att skriva dagbok och att som forskare leta efter mönster som kan ge insikter.

Utbilda också människor i din omgivning och säg att det finns forskning som ger stöd för paranormala upplevelser. Vi kan inte förklara det ontologiskt (läran om varandet) men det finns statistiskt säkerställda evidens som är större än slumpen.

Det bästa svaret till människor som påstår att paranormala upplevelser är nonsens är "Vilken studie är det som inte har övertygat dig?". Ge också gärna exempel på studier (se Plus mer).

- Vi har också skapat ett uppslagsverk online (<https://psi-encyclopedia.spr.ac.uk>) som ett alternativ till Wikipedia som inte ger en rättvis beskrivning, tillägger Callum Cooper.

**TROTS ATT PARAPSYKOLOGISK** forskning har en lång historia och att det finns åtskilliga studier genomförda enhetligt med god vetenskaplig praxis som kan belägga fenomenen kritiserar inte sällan studierna av konventionella forskare.

- Kritik är positivt och del av vetenskaplig praxis, framhåller Chris Roe. Konstruktiv kritik har också förbättrat och utvecklat forskningsmetoderna inom parapsykologi, men tyvärr kritiserar inte sällan forskningsresultaten utan att ha granskat metoden eller evidensen med kommentarer som att det "inte är möjligt" och än idag att "extraordinära anspråk kräver extraordinär bevisföring".

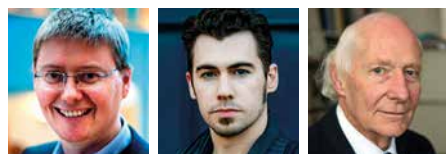
**CALLUM COOPER FORSKAR** framför allt om så kallad direkt efter döden-kommunikation



med avlidna (direct ADC). *Dewi W. Rees* var bland de första som började forska inom området på 1970-talet och till skillnad från experiment i laboratorium handlar det om spontana upplevelser som undersöks med hjälp av enkäter och intervjuer med människor som exempelvis har känt närvaro, hört röster eller haft tydliga visioner av avlidna nära anhöriga. Tidigare forskning visar att omkring en tredjedel till hälften av anhöriga upplever någon form av kommunikation med en nära avlidna anhörig.

**I ETT ILLUSTRERANDE DIAGRAM** visar Callum Cooper att dessa upplevelser vanligtvis förekommer den närmsta tiden efter dödsfallet.

- Anhöriga är i sorg och mest känsliga direkt efter dödsfallet men dessa upplevelser kan också inträffa långt senare. Det handlar alltså om något mer än att vara i kris och sorgeprocess. För de flesta är det en positiv upplevelse som kan ge tröst och hopp och ha terapeutisk verkan, i vissa fall kan det vara transformerande. Just nu pågår ett forskningsprojekt om ADC med omkring 2 000 deltagare (se [www.adcrp.org](http://www.adcrp.org)).



Chris Roe

Callum Cooper

Peter Fenwick

”Se med andra ord fram emot döden och var nyfiken! Döden är en andlig upplevelse för den döende även om anhöriga inte alltid upplever det så.”

**PETER FENWICKS INTRESSE** för nära döden-upplevelser (NDU) väcktes på 1970-talet efter att ha tagit del av pionjären *Raymond Moodys* studier inom området. Peter Fenwicks forskning om NDU grundar sig på bland annat över 2 000 brev från tittare efter ett tv-program om ”efter livet” (after life) på BBC på 1980-talet. NDU har också likheter med upplevelser i livets slutskede som Peter Fenwick fortsatta forskning framför allt handlar om. Tillsammans med internationella kollegor har olika steg vid upplevelser i livets slutskede kunnat kartläggas.

- Upp till två år före dödsfallet kan man i vaket tillstånd eller dröm få en förkänning om att man ska dö, men i de flesta fall inträffar upplevelserna inom två veckor före dödsfallet, berättar Peter Fenwick. Vanligtvis får då den döende i vaket tillstånd eller i dröm en vision av en nära avlidna familjemedlem, ibland får anhöriga eller vårdgivare i rummet samma

upplevelse, och i sällsynta fall är det husdjur som möter den döende. I nästa steg går den döende in i ett transcendent tillstånd av ljus och kärlek. Här upplevs ofta andliga varelser och det beskrivs inte sällan som ett väntrum och försäkran före den slutliga övergången.

- **DETTA ÄR VIKTIGA MÖTEN** för att de ger hjälp i dödsprocessen och en känsla av lugn och frid. Det bästa skyddet mot ångest, rädsla och lidande vid dödstillfället är för övrigt att ha haft en NDU, andra mystiska erfarenheter samt meditation. Även om man inte har mediterat tidigare har det vid slutskedet visat sig ha effekt. Att vara nyfiken på ”efter livet” ger också en mycket smidigare övergång. Se med andra ord fram emot döden och var nyfiken! Döden är en andlig upplevelse för den döende även om anhöriga inte alltid upplever det så. Genom att släppa taget och låta den döende gå över kan man som anhörig underlätta processen.

**PRECIS FÖRE DÖDSÖGONBLICKET** kan den döende också plötslig bli klar (terminal lucidity) och känna igen de anhöriga, oavsett patologiska tillstånd eller minnesförlust som Alzheimers sjukdom, och en studie har just initierats för att undersöka detta närmare. Peter Fenwick anser avslutningsvis att det finns tidiga bevis som indikerar på att döden är ett icke lokalt fenomen. Han menar att egot upphör vid den slutliga övergången och att man upplever enhet och att vara ett med medvetandet (non dual consciousness). Peter Fenwick vill med andra ord förena vetenskaplig forskning med andlighet. ▶



” Genom att släppa taget och låta den döende gå över kan man som anhörig underlätta processen.

## Begrepp för olika nära-, vid- och efter döden-upplevelser

Här listas olika begrepp som förekommer inom forskningen för olika nära-, vid- och efter döden-upplevelser samt en kort beskrivning:

☺ **Nära döden-upplevelse (Near-death experience, NDE/NDU) eller Recalled experiences of death (RED)** är upplevelser som tolkas som ett besök till "andra sidan" vid en nära döden-situation och som ofta leder till minskad dödsångest och andlig transformation.

☺ **Upplevelser i livets slutskede (End-of-life experiences, ELE) eller dödsbådssyn** är upplevelser som en döende person i vaket tillstånd av klarhet eller i drömmar kan erfara före den fysiska döden inträffar. Ofta berättar de döende att en avlidna släkting eller vän väntar på att ta emot dem. I vissa fall har anhöriga eller vårdgivare samma uppenbarelse och ibland är det en inre känsla av kontakt. Kort efter upplevelsen känner den döende vanligtvis frid och lycka som underlättar den slutliga övergången.

☺ **Terminal klarhet (terminal lucidity)** innebär en plötslig klarhet och ett igenkännande av omkringvarande nära anhöriga oavsett patologiska tillstånd eller minnesförlust som Alzheimers sjukdom. Inom 24 timmar efter detta infaller vanligtvis döden lugnt och stilla.

☺ **Delad dödsupplevelse (Shared death experience, SDE)** innebär att en frisk person upplever kontakt med en döende person på dennes sista resa till "andra sidan", ibland utan att i förväg veta att personen i fråga är döende. Det finns likheter med nära döden-upplevelser, men i det här fallet är det en annan person som har upplevelsen. Ofta har upplevelsen en stark och bestående andlig transformerande inverkan.

☺ **Direkt efter döden-kommunikation med den avlidna (Direct after death communication with the deceased, direct ADC).** Upplevelser av en svag till stark kontakt med en avlidna nära anhörig perioden efter dödsfallet. Det kan vara allt från vaga känslor, dofter, röster eller mentala bilder till tydliga visioner i det fysiska rummet.

☺ **Kommunikation efter döden (After death communication, ADC) via medium** som kan få information från avlidna personen som de inte kunde ha fått reda på genom andra källor.

### Parapsykologi

Parapsykologins (psychical research) huvudområden är extrasensorisk perception (ESP), såsom telepati, prekognition och klarsyn, psykokinesi (PK), det vill säga förmågan att påverka objekt med sinnet, makro-PK kan till exempel vara poltergeistfenomen och mikro-PK healing, samt ett fortsatt medvetande/kommunikation efter döden som gemensamt brukar benämnas PSI. Traditionellt har metoden framför allt varit experimentella studier under kontrollerade former i laboratorium och i mindre utsträckning fältstudier i forskningsdeltagarnas egen miljö. På senare år genomförs i högre utsträckning studier som inkluderar psykologiska aspekter, meningsskapande och hälsa.

### Två typer av mediumskap – fysiskt och mentalt

☺ Fysiska mediums information från avlidna personer innefattar materialisering av olika slag, ljud och förflyttning av föremål.

☺ Mentala mediums information från avlidna personer innefattar tal, skrift eller beteende som tolkas. Detta är den vanligaste formen av mediumskap.

### Några bluffmetoder som kontrolleras i studier

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

☺ Cold reading – medium försöker få information genom att ställa ledande frågor till sittaren.

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

### Plus mer

Mer om forskarna, deras forskning och publikationer:

Chris Roe: <https://pure.northampton.ac.uk/en/persons/chris-roe>

Callum Cooper: [www.callumecooper.com](http://www.callumecooper.com) · [www.adcrp.org](http://www.adcrp.org)

Peter Fenwick: [www.researchgate.net/profile/Peter-Fenwick](http://www.researchgate.net/profile/Peter-Fenwick)

[www.youtube.com/channel/UCvewJR3knHJJuLjz\\_XkC3vQ](https://www.youtube.com/channel/UCvewJR3knHJJuLjz_XkC3vQ)

Netflixserien "Surviving Death: Berättelser från andra sidan" med bland annat Chris Roe.