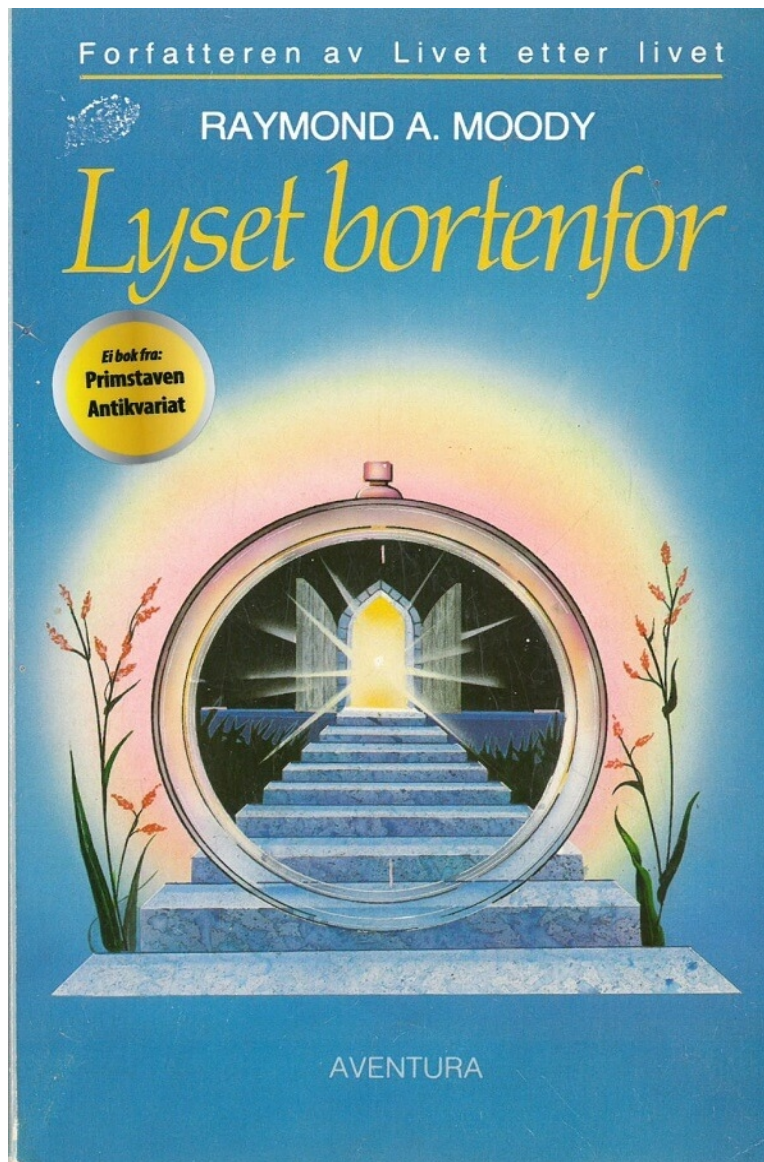


Raymond  
A.Moody;



# LYSET BORTENFOR

Ny viten om nær-døden-opplevelser

OVERSATT AV FINN B. LARSEN

ADVENTURA FORLAG, 1988

*NB-bilder satt inn videre, under, var IKKE i org.boken.*

# Forord

Raymond Moody har gjort en sjelden bedrift i vår streben etter viten om mennesket. Han har skapt et forbilde.

I sitt klassiske verk *The Structure of Scientific Revolutions* påpeker Thomas Kuhn at vitenskapelige revolusjoner forekommer når noen skaper et nytt perspektiv, en ny modell, en ny holdning til virkeligheten. Etter et slikt gjennombrudd kan det gjøres fremskritt som tidligere var umulige. Vitenskapelige fremskritt, påstår Kuhn, er i liten grad et spørsmål om utrettelig å anvende vitenskapelige metoder på problemene, men mer resultatet av en fremragende og original innsikt som åpner veien for slikt arbeid.

Dr. Moody nevner selv i denne boken at Livet etter livet ikke er den første fremstillingen av slike opplevelser. Dr. Carol Zaleski ved Harvard har i et fascinerende arbeid, *Otherworld Journeys*, vist oss at middelalderens litteratur vrimler av tilsvarende beretninger. Moody oppdaget altså ikke disse opplevelsene. Men han satte navn på dem, og dette navnet, NDO.

Nær-døden-opplevelser - ga forbildet, mønstret, for den betydelige forskningen som er blitt drevet siden Livet etter livet kom ut.

Hvorfor er det så viktig å gi et fenomen et korrekt navn? Stephen Hawkings, den kjente engelske fysikkteoretikeren, har sagt at betegnelsen "svart hull" på fenomenet han er opptatt av, er avgjørende viktig. I all menneskelig utfoldelse dreier det seg om skapninger som setter navn på tingene - skapninger som gir fenomenene en mening - og navnene vi velger avgjør hvordan vi forklarer fenomenene og hva andre gjør med arbeidet vårt.

Dr. Moody gjenoppdaget ikke bare en opplevelse som, etter det vi nå vet, er allmennmenneskelig, men ved å sette den rette merkelappen på dette fenomenet, ga han også støtet til at det ble studert og gjort til gjenstand for forskning. Det er ikke mulig å overvurdere betydningen av et slikt bidrag til vår kunnskap.

Som dr. Moodys tidligere arbeider er Lyset bortenfor preget av åpenhet, følsomhet og beskjedenhet. Dette siste særtrekket tror jeg er det viktigste i arbeidet hans. Han er ikke brautende på grunn av det han er kommet frem til. Selv uttrykket nær-døden-opplevelser er så virkningsfullt nettopp fordi det er så beskjedent. Dr. Moody påstår ikke at han har bevist noe mer enn at NDO finnes og er svært utbredt.

Har NDO-forskningen ført vitenskapelige beviser for at det finnes et liv etter døden? Jeg tror ikke det, selv om det har forekommet entusiastiske påstander om det motsatte. Den beviser bare at i dødsøyeblikket har mange mennesker en god og løfterik opplevelse. Jeg tror ikke man kan forvente noe utover denne konklusjonen når det gjelder spørsmålet om evig liv for menneskene. Jeg har derfor vanskelig for å forstå hvorfor de vitenskapelige og medisinske fagmiljøene ikke kan godta de påviste kjensgjerningene og studere dem med interesse og respekt.

Øker NDO-forskningen sannsynligheten for at menneskenes liv fortsetter hinsides døden? Jeg tror det, men så lenge man forholder seg til sannsynligheter, er det uansett et trosspørsmål om man godtar forestillingen om et evig liv - noe de fleste av dem som har hatt en NDO uten videre gjør.

Mot slutten av boken tyr dr. Moody til den mannen som kanskje var Amerikas største tenker når det gjelder filosofiske og psykologiske begreper, William James. NDO er en "noetisk"\* opplevelse, en opplysende opplevelse som gir en uangrikelig innsikt som er selvfølgelig for den som har fått den. James sier selv at slike opplevelser ikke kan presse frem noen aksept fra de empiriske vitenskap Men ettersom slike opplevelser forekommer, kan ikke de empiriske vitenskaper forlange å ha monopol på menneskelig innsikt. Carol Zaleski trekker den samme konklusjonen i sin studie. Som dr. Moody bruker hun begrepsapparatet til William James. NDO har et forklarende, mystisk-religiøst preg.

"Synene fra det hinsidige er et resultat av den samme fantasikraft som er aktiv i våre vanlige måter å visualisere døden på, et resultat av en tilbøyelighet vi har til å forme tanker i konkret, kroppslig og dramatisk form. Videre er de et resultat av vår mentale evne til å omforme vår sansning av ytre fenomener, av vårt behov for å forholde oss til det fysiske universets kulturelle kart og vår trang til å oppleve dette universet som et moralsk og åndelig kosmos der vi hører hjemme og har et formål."

NDO blir altså én av mange opplevelser som gir nytt håp i menneskelivet - men det er en bemerkelsesverdig opplevelse. Den gir antydning om en forklaring, men det dreier seg om overbevisende antydninger.

Den er ikke den eneste antydningen.

Dr. Zaleski nevnte i en brevveksling med meg om studien hun gjennomførte at arbeidet ble forsinket da hun fikk sitt første barn. Jeg skrev tilbake og stilte spørsmålet om ikke denne fødselen kanskje var en like sterk antydning om en forklaring som en NDO, men riktignok en langt mer alminnelig antydning. Fra det Endeliges som perspektiv kan spørsmålet utmerket godt være om Hun kan gi bedre antydninger eller flere antydninger enn Hun allerede har gjort.

Det får nå være som det vil. Antydningene, englenes rykter, er ikke til særlig nytte for dem som ikke er villig til å lytte til dem med mindre de påvirker deres liv. Dr. Zaleski uttrykker det slik: "En overbevisning om at livet overgår døden vil til slutt miste sin vitalitet og ikke bli annet enn en tom konstatering og like fremmed

som noen lånt doktrine - uansett hvor intenst den oppleves - hvis den ikke settes på prøve og gjenoppdages til stadighet i hverdagen.”

Når jeg leser dr. Moodys utredning om lys og Lys, forekommer det meg at dette også er hans poeng. Lyset kom inn i mørket, og mørket kunne ikke slokke det.

ANDREW GREELEY  
Chicago 1987

## Opplevelsen av nesten å dø

Hva skjer når mennesker dør? Dette er sannsynligvis menneskehetens hyppigst stilte og mest innviklede spørsmål. Sluttes vi rett og slett å leve slik at det ikke er annet enn våre jordiske levninger som blir igjen og kan vitne om vår tid på jorden? Sørger en overordnet skapning for at vi bare får gjenoppstå senere hvis vi har gode karakterer i livets bok? Kommer vi tilbake som dyr, slik som hinduene tror, eller kanskje som andre mennesker flere generasjoner senere?

Vi er ikke kommet nærmere et svar på dette fundamentale spørsmålet om livet etter døden enn vi var for tusener av år siden da urmennesket begynte å grunne over det. Men det finnes mange vanlige mennesker som har vært døden nær og fortalt om fantastiske glimt av en verden bortenfor, en verden som gløder av kjærlighet og forståelse, dit man bare kan nå frem ved en spennende ferd gjennom en tunnel eller en passasje.

I denne verdenen finnes avdøde slektninger badet i et strålende lys, og den styres av en overordnet skapning som ledsager de sist ankomne gjennom et tilbakeblikk på den enkeltes liv før vedkommende blir sendt tilbake til jorden for å leve der en stund til.

Personene som “døde” blir aldri de samme når de kommer tilbake. De nyter livet i fulle drag og uttrykker troen på at kjærlighet og kunnskap er det viktigste av alt fordi de er de eneste tingene du kan ta med deg.

I mangel av et bedre uttrykk for å beskrive slike fenomener, sier vi at disse menneskene har hatt en nær-døden-opplevelse (NDO).

Jeg skapte dette uttrykket for flere år siden i min første bok *Life After Life*. Andre mennesker har kalt det andre ting, “ferder til det hinsidige”, “den enkeltes flukt til den Ene”, “nærdøden-visjoner”. Men særtrekkene ved disse episodene - uansett hvilket navn som settes på dem - peker alle i retning av en lignende opplevelse. NDO-ere opplever noen eller alle av følgende begivenheter: en fornemmelse av å være død, fred og ingen smerter - selv ikke under “smertefulle” opplevelser, adskillelse fra kroppen, at man kommer inn i et mørkt område eller en tunnel, at man stiger raskt til himmels, møter avdøde venner og slektninger som er badet i lys, møter en overordnet skapning, får et tilbakeblikk på sitt eget liv og en følelse av motvilje mot å vende tilbake til de levendes verden.

Jeg påviste disse trekkene i løpet av 20 års forskning som jeg personlig utførte og som ved en tilfeldighet begynte da jeg var en 20 år gammel filosofistudent ved University of Virginia.

Jeg satt sammen med 10-12 andre studenter inne på et seminarrom og hørte på at professor John Marshall utredet filosofiske spørsmål knyttet til døden. Marshall nevnte at han kjente en psykiater i byen - dr. George Ritchie - som var [erklært død](#) etter en dobbeltsidig lungebetennelse, men som så ble vakt til live igjen. Mens han var “død” hadde Ritchie hatt en spesiell opplevelse. Han syntes han beveget seg gjennom en tunnel og så lysvesener. (se ref. på [www.galactic.no/rune/ritchie.html](http://www.galactic.no/rune/ritchie.html))

Denne opplevelsen, bemerket professoren min, hadde fått stor innvirkning på denne legen. Han var overbevist om at han hadde fått et gløtt inn i livet etter døden.

For å være ærlig hadde det på dette tidspunktet i livet mitt aldri falt meg inn at vi kunne overleve åndelig etter den fysiske død. Jeg hadde alltid gått ut fra at døden var en utslettelse av ens fysiske kropp og av bevisstheten. Naturlig nok ble jeg fengslet av at en respektert lege hadde selvsikkerhet nok til å innrømme offentlig at noe slikt kunne skje.

Noen få måneder senere hørte jeg denne legen selv beskrive opplevelsen sin for en gruppe studenter. Han fortalte at han på avstand hadde sett sin egen tilsynelatende døde kropp ligge i sykehussengen. Så kom han inn i et klart lys som utstrålte kjærlighet, og han gjenopplevde hver eneste begivenhet i livet sitt i et tredimensjonalt panorama.

Jeg lagret Ritchies historie i hukommelsen og fortsatte med studiene mine, og jeg tok min doktorgrad i filosofi i 1969. Det var da jeg begynte mitt arbeid som universitetslærer at jeg støtte på nok en nær døden opplevelse.

En av studentene mine hadde vært nær ved å miste livet året i forveien, og jeg spurte ham om hvordan han hadde opplevd dette. Det gjorde et sterkt inntrykk på meg da det viste seg at opplevelsen nesten var identisk

med den jeg hørte Ritchie fortelle om fire år tidligere.

Jeg traff etter hvert andre studenter som visste om andre NDO-ere. Da jeg begynte på et medisinstudium i 1972, hadde jeg fått kjennskap til ikke mindre enn åtte NDO-tilfeller fra pålitelige, seriøse mennesker.

I løpet av medisinstudiet kom jeg over enda flere tilfeller, og snart hadde jeg nok materiale til å utgi boken *Livet etter livet*, som ble en internasjonal bestselger. Mange mennesker hadde åpenbart en sterk trang til å få vite mer om hva som skjer med oss i det hinsidige.

Boken reiste mange spørsmål som det ikke kunne gis noen svar på. Skeptikerne rykket rasende ut og mente at å basere seg på noen få hundre tilfeller, var uten verdi når man skulle gjennomføre en "skikkelig" vitenskapelig undersøkelse. Mange leger påsto at de aldri hadde hørt om nær-døden-opplevelser selv om de hadde fått liv i mange hundre mennesker som hadde vært langt inne i døden. Andre mente at det ganske enkelt dreide seg om en form for mental forstyrrelse - omtrent som schizofreni. Atter andre sa at det bare var svært religiøse mennesker som fikk en NDO, mens enkelte hevdet at det måtte være en form for djevelbesettelse. Fenomenet forekom aldri hos barn, sa noen leger, for de var ikke blitt "kulturelt forgiftet" som de voksne. For få mennesker har hatt en NDO til at fenomenet kan tillegges betydning, sa andre.

Noen var opptatt av å forske videre på emnet NDO, og jeg var blant dem. Arbeidet vi har utført det siste tiåret, har i høy grad kastet lys over dette feltet. Vi har klart å ta for oss de fleste spørsmålene som ble reist av skeptikerne som mener at NDO knapt nok er mer enn mentale forstyrrelser og små puss hjernen spiller oss.

Det har ærlig talt vært bra å ha disse skeptikerne omkring seg, for de har gjort at vi nok har arbeidet hardere med dette fenomenet enn vi ellers ville ha gjort. Mye av det denne forskningen har avdekket, er tatt med i denne boken.

## Hvem, hvor mange og hvorfor

Noe av det jeg gjerne vil ta for meg i dette kapitlet, er det store antall NDO som faktisk forekommer. Da jeg begynte å arbeide med dette fenomenet, trodde jeg det var svært få mennesker som opplevde dem. Jeg hadde ingen tall, og det fantes absolutt ingen i den medisinske faglitteraturen, men hvis jeg måtte gjette, ville jeg si at en av åtte personer som er blitt reddet i siste liten eller som har vært langt inne i døden, har opplevd minst ett av særtrekkene ved NDO.

Da jeg begynte å forelese og spurte større grupper mennesker om de noengang hadde hatt en NDO selv eller visste om noen som hadde hatt slike opplevelser, fikk jeg et dramatisk endret syn på antallet NDO-ere. På forelesningene pleide jeg å spørre: "Hvor mange av dere har hatt en nær-døden-opplevelse eller vet om noen som har hatt slike opplevelser?". Omkring én av 30 rakte hånden i været.

Meningsmåleren George Gallup jr., fant ut at åtte millioner voksne i De forente stater har hatt en NDO. Det skulle bli én av 20.

Videre analyserte han innholdet i disse opplevelsene når det gjaldt enkeltelementene i dem. Han kom frem til følgende:

Element	Prosent
Utenfor kroppen	26
Presis visuell sansning	23
Hørbare lyder eller stemmer	17
Følelse av fred, ingen smerter	32
Lysfenomener	14
Tilbakeblikk på livet	32
Eksistere i en annen verden	32
Møte andre skapninger	23
Tunnelopplevelse	9
Forvarslar	6

Denne undersøkelsen viste klart at NDO er mye vanligere i samfunnet enn noen av NDO-forskerne hadde trodd.

## NDO-sætrekkene

Som tidligere nevnt ble det mulig å finne frem til ni sætrekk som definerer nær-døden-opplevelsen. Dette gjorde jeg ved å stille spørsmål til mange hundre mennesker og se nærmere på den spesielle opplevelsen de hadde hatt for å finne ut om de inneholdt noen av fellestrekkene.

I *Life After Life* skrev jeg at jeg aldri hadde støtt på noen som hadde opplevd alle disse trekkene i løpet av sin NDO. Men etter at jeg skrev den boken, har jeg intervjuet over 1000 NDO-ere og har truffet flere med “fullstendige” episoder med alle ni NDO-sætrekkene.

Men fortsatt er det viktig å merke seg at ikke alle som gjennomgår en nær-døden-opplevelse, opplever samtlige av de følgende symptomene. Noen har kanskje ett eller to, andre fem eller seks. Definisjonen på en NDO er at ett eller flere av disse sætrekkene er til stede.

## En fornemmelse av å være død

Mange mennesker er ikke klar over at nær-døden-opplevelsen de får har noe med døden å gjøre. De konstaterer at de svever over kroppen sin, betrakter den på en viss avstand og føler seg plutselig redde og forvirret. De spør seg selv: “Hvordan kan det ha seg at jeg befinner meg her oppe og ser på meg selv der nede.” Dette virker helt meningsløst for dem og de blir svært forvirret.

På dette stadiet er det ikke sikkert at disse menneskene er klar over at kroppen de ser ned på, er deres egen.

En av disse menneskene sa til meg at mens han befant seg utenfor kroppen sin, beveget han seg gjennom en avdeling på et militærpsykiatri og ble forbløffet over hvor mange unge menn på hans alder og med hans utseende som lå der. Han betraktet alle disse mennene og lurte faktisk på hvem av dem som var ham.

En annen som ble utsatt for en forferdelig ulykke der han mistet to lemmer, husket at han svevde over kroppen sin på operasjonsbordet og syntes synd på den lemlestedede personen som lå der. Så gikk det opp for ham at det var han selv som lå der!

Men redselen fortar seg fort, og personene blir fullt klar over hva det er som foregår. De forstår hva legene og sykepleierne forsøker å meddele hverandre (selv om de som oftest ikke har noen medisinsk bakgrunn), men når de forsøker å snakke med dem eller med andre tilstedeværende, blir de ikke sett eller hørt av noen.

Nå hender det at de forsøker å tiltrekke seg oppmerksomheten hos de personene som er til stede ved å berøre dem. Men når de gjør det, går hendene deres tvers gjennom personens arm som om det ikke fantes noe der.

Dette ble beskrevet for meg av en kvinne som jeg personlig klarte å gjenopplive. Hun fikk hjertestans, og jeg satte i gang hjertemassasje. Hun fortalte meg senere at mens jeg arbeidet med å få hjertet hennes til å slå igjen, steg hun opp over kroppen sin og så ned. Hun befant seg bak meg og forsøkte å få meg til å slutte og sa at hun hadde det bra slik hun hadde det. Da jeg ikke hørte henne, forsøkte hun å ta meg i armen og forhindre at jeg satte en sprøyte i henne. Hånden hennes gikk tvers gjennom armen min. Men hun påsto senere at da hun gjorde det, merket hun noe som kunne ligne en tynn gelatinoppløsning, og det var som om det gikk en elektrisk strøm gjennom denne oppløsningen.

Jeg har hørt lignende beskrivelser av andre pasienter også.

Etter at NDO-eren har forsøkt å kommunisere med andre, får han eller hun en forsterket identitetsfølelse. En NDO-er beskrev denne tilstanden slik: “Du er ikke lenger din manns kone, dine barns mor, dine foreldres barn. Du er helt og fullstendig deg.” En annen kvinne sa hun fikk en sterk frihetsfornemmelse - som om hun steg til værs i en frigjort ballong.

Det er på dette stadiet at redselen forvandles til lyksalighet.

Jeg har snakket med pasienter som har overlevd en hjerte-stans og som sier at de voldsomme smertene i hjertet ble forvandlet til en nærmest intens nytelse. Enkelte forskere har kastet frem teorier om at når hjernen registrerer slike sterke smerter, utløses kjemiske stoffer som kroppen selv produserer og som stopper smertene. Jeg tar for meg denne teorien i kapittel syv, men jeg skal bare slå fast her at ingen har utført eksperimenter som kan bekrefte eller avkrefte denne hypotesen. Men selv om den er riktig, forklarer den ikke de andre symptomene ved dette fenomenet.

## Utenfor kroppen-opplevelser

På det tidspunktet da legen sier: “Vi har mistet ham,” hender det ofte at pasienten opplever en total perspektivforandring. Han får en fornemmelse av at han stiger opp og ser sin egen kropp under seg.

De fleste sier at de ikke bare er et bevissthetssentrum når dette inntreffer. Det virker som om de befinner seg i en slags kropp selv om de står utenfor sin egen. De sier at den åndelige kropp har en annen form enn den

fysiske kropp. Den har lemmer og form selv om de fleste ikke klarer å beskrive hvordan den fortoner seg. Enkelte sier at den er som en fargesky eller et energifelt.

Jeg kom i kontakt med en NDO-er for mange år siden som sa at han hadde studert hendene sine da han var i denne tilstanden, og oppfattet dem slik at de besto av lys med noen mindre, innvendige strukturer. Han kunne se de fine virvelmønstrene i fingertuppene og de lysende rørene oppover armene.

## Tunnel-opplevelsen

### Fred og ingen smerter

Mens pasienter befinner seg i kroppen sin, kan det ofte forekomme intense smerter. Men når båndene kuttet over, oppstår en svært reell fornemmelse av fred og smertefrihet.

Tunnel-opplevelsen kommer som regel etter at personen er adskilt fra kroppen. Først da jeg skrev *Life After Life* ble jeg klar over at det først er når "båndene kuttet over" og følelsen av å befinne seg utenfor kroppen melder seg, at NDO-eren virkelig forstår at opplevelsen har noe med døden å gjøre.

På dette stadiet åpner det seg en port eller en tunnel, og de farer inn i mørke. De begynner å bevege seg gjennom dette mørke rommet, og på slutten kommer de inn i det strålende lyset som vi senere skal ta for oss.

Enkelte går oppover trapper i stedet for å bevege seg gjennom en tunnel. En kvinne fortalte at hun var sammen med sønnen sin da han døde av lungekreft. Noe av det siste han sa, var at han så en vakker vindeltrapp som gikk oppover. Han ga moren sinnsro da han sa til henne at han trodde han skulle oppover denne trappen.

Andre har beskrevet hvordan de gikk inn gjennom vakre, utsmykkede dører - noe som virker som svært tydelige symboler på en overgang til et annet rike.

Noen hører en susende lyd idet de kommer inn i tunnelen. Eller de hører en slags elektrisk vibrasjon eller en summing idet de forflytter seg gjennom denne mørke regionen.

Tunnel-opplevelsen er ikke noe jeg oppdaget. Det finnes et maleri av Hieronymus Bosch som heter "Oppstigningen". Det er malt på 1400-tallet, og beskriver denne opplevelsen visuelt. I forgrunnen har vi døende mennesker. Omkring dem finnes åndevæsen som forsøker å dirigere oppmerksomheten deres oppover. De beveger seg gjennom en mørk tunnel og kommer ut i lyset. Når de kommer ut i dette lyset, kneler de ærbødig.

En av de mest forbløffende tunnelopplevelsene jeg noengang har hørt om, beskrev tunnelen som nesten uendelig lang og bred og fylt med lys.

Beskrivelsene er mange, men fornemmelsen av hva det er som skjer, er de samme: disse menneskene beveger seg gjennom en passasje mot et intenst lys.

## Lysmennesker

Når personene har passert tunnelen, møter de som regel lysskapninger. Disse menneskene består ikke av vanlig lys. De gløder med et vakkert og intenst lysskjær som ser ut til å gjennomsyre alt og fyller personen med kjærlighet. En som hadde en slik opplevelse, sa følgende: "Jeg kunne beskrive dette som 'lys' eller 'kjærlighet', og det ville gå ut på ett." Noen sier at det er som å bli gjennomskyllet av en flodbølge av lys.

De sier videre at dette lyset er mye klarere enn noe av det vi opplever på jorden som lys. Men til tross for denne strålende intensiteten, skjærer det ikke i øynene. Det er tvert imot varmt, pulserende og levende.

I denne situasjonen treffer de ofte venner og slektninger som er døde. Ofte sier de at disse menneskene har de samme ubeskrivelige kroppene som dem selv.

I tillegg til strålende lys og glødende venner og slektninger har jeg hørt noen av disse menneskene beskrive vakre landlige scener. En kvinne jeg kjenner beskrev dette vakre stedet som en eng omgitt av planter. Hver av disse plantene hadde sitt indre lys.

Det hender noen ser vakre lysbyer. Men de som har sett disse byene, sier at de er så storslagne at de ikke kan beskrives.

I denne tilstanden foregår ikke kommunikasjonen med ord slik vi kjenner dem, men på telepatiske, ikke-verbale måter der forståelsen er umiddelbar.





## Lysvesener

Etter at NDO-eren har møtt mange lysvesener, møter hun eller han som regel et øverste lysvesen. Mennesker med kristen bakgrunn kaller dette vesenet Gud eller Jesus Kristus. Hvis den religiøse bakgrunnen er en annen, kalles vesenet for eksempel Buddha eller Allah. Men andre har sagt at det hverken dreier seg om Gud eller Jesus, men likevel om et absolutt hellig vesen.

Uansett hvem det måtte være, utstråler dette vesenet total kjærlighet og forståelse - i en grad som gjør at de fleste vil være hos det for alltid.

Men det kan de ikke. På dette stadiet får de vite, som regel av lysvesenet, at de må vende tilbake til sin jordiske kropp. Men først er det hans oppgave å føre dem gjennom et tilbake-blikk på livet.

## Tilbakeblikk på livet

Når tiden er inne for et tilbakeblikk på livet, finnes det ikke lenger noen fysiske omgivelser. I stedet dukker det opp et fargestrålende, tredimensjonalt panoramabilde av absolutt alt de har foretatt seg i livet.

Dette foregår som regel i et tredje-personperspektiv, og tiden er ikke slik vi er vant til. Det nærmeste de kommer en forklaring, er at hele livet finnes der på én gang.

I denne situasjonen ser du ikke bare hver eneste handling du har utført, men du fornemmer også umiddelbart virkningene av alle handlingene dine på menneskene i ditt liv.

Hvis jeg for eksempel ser at jeg begår en ukjærlig handling, går jeg umiddelbart inn i bevisstheten til den personen jeg gjorde den ukjærlige handlingen mot slik at jeg føler bedrøvelse, smerte og skuffelse.

Men hvis jeg på den annen side gjør en kjærlig handling, merker jeg de gode og lykkelige følelsene i disse menneskenes indre.

Gjennom alt dette er det øverste vesenet hos disse menneskene og spør hva godt de har gjort i livet sitt. Han hjelper dem gjennom dette tilbakeblikket og bidrar til å sette alle begivenhetene i livet deres i perspektiv.

Alle de menneskene som gjennomlever dette, mener etterpå at det aller viktigste i tilværelsen deres er kjærlighet.

For de fleste er det nest viktigste kunnskap. Når de ser for seg scener fra livet der de lærer noe, påpeker det øverste vesenet at en av de tingene som de kan ta med seg i døden, er kunnskap. Det andre er kjærlighet.

Når menneskene kommer tilbake, har de kunnskapstørst. Det hender ofte at NDO-erne blir ivrige lesere selv om de tidligere ikke var særlig opptatt av bøker, eller de tar undervisning på et annet fagområde enn det de tidligere arbeidet innen.

[Se denne video](#)

## Rask oppstigning til himmelen

Jeg bør understreke at ikke alle NDO-ere har en tunnelopplevelse. Noen forteller om en “sveveopplevelse” der de stiger raskt opp til himmelen og ser universet fra et perspektiv som ellers er forbeholdt satellitter og astronauter.

Psykoterapeuten C.J. Jung hadde en slik opplevelse i 1944

da han ble utsatt for et hjerteattakk. Han sa at han fikk en fornemmelse av at han steg raskt opp til et punkt høyt over jorden.

Et barn jeg snakket med, sa at han merket hvordan han steg høyt over jorden, passerte stjerner og havnet oppe hos englene. En annen NDO-er beskrev hvordan han steg bratt til værs og så planetene rundt seg på alle kanter og jorden under seg som en blå klinkekule.

## Ulyst til å vende tilbake

For mange mennesker er en NDO så behagelig at de ikke har lyst til å vende tilbake. Derfor er de ofte svært sinte på legene for at de sørger for å få dem tilbake.

To av legevennene mine oppdaget først at NDO finnes da pasienter de hadde reddet, ble fiendtlig innstilt til dem.

En av dem klarte å gjenopplive en kollega som hadde fått hjertestans. Da mannen kom seg, sa han rasende: “Carl, noe slikt må du aldri gjøre mot meg igjen.”

Carl kunne ikke begripe hva dette raseriet skyldtes. Men senere snakket kollegaen med ham på tomannshånd, ba om unnskyldning for det han hadde sagt og forklarte hva han hadde opplevd. “Jeg var sint fordi du førte meg tilbake til døden i stedet for til livet.”

En annen av legevennene mine ble klar over NDO-fenomenet da han gjenopplivet en mann som protesterte vilt fordi han tok ham vekk fra “det vakre og lyse stedet”.

NDO-ere reagerer ofte slik. Men det er en kortvarig følelse. Hvis du snakker med dem en ukes tid senere, er de glade for at de har kommet tilbake. Selv om de kanskje savner den lykksalige tilstanden, er de glade for at de har fått sjansen til å fortsette å leve.

Det er interessant å merke seg at mange NDO-ere mener de har fått valget mellom å bli og vende tilbake. Kanskje er det lysvesenet eller en avdød slektning som gir dem denne valg-muligheten.

Alle jeg har snakket med, ville gjerne ha blitt der hvis de bare hadde hatt seg selv å tenke på. Men de sier som regel at de vil tilbake fordi de har barn som skal oppfostres eller fordi ektemaken eller foreldrene kanskje kommer til å savne dem.

En kvinne i Los Angeles hadde stått overfor dette spørsmålet fra lysvesenet to ganger i sitt liv. Den ene gangen var i slutten av 1950-årene da hun lå i koma etter en bilulykke. Vesenet sa til henne at nå var tiden kommet da hun skulle dø og komme til himmelen.

Hun diskuterte med ham og mente at hun var for ung til å dø. Men vesenet var ikke til å rikke før hun sa: “Men jeg er ung, jeg har ikke danset nok ennå.”

Da lo vesenet hjertelig og lot henne få leve.

Omkring 30 år senere fikk hun hjertestans da hun gjennomgikk en mindre operasjon. Igjen passerte hun tunnelen og havnet hos vesenet som nok en gang fortalte henne at tiden var kommet da hun skulle dø.

Denne gangen innvendte hun at hun hadde barn som skulle oppfostres og at hun ikke kunne forlate dem på dette tidspunktet i livet deres.

“Nåvel,” sa vesenet. “Men dette er siste gang. Neste gang må du bli her.”



## Tid og rom forandres

I tillegg til disse ni særtrekkene sier folk som har gjennomgått en NDO at tiden blir sterkt komprimert og ikke kan sammenlignes med den tiden vi måler med klokken våre. NDO-ere har beskrevet det som “å være i evigheten”. Da en kvinne ble spurt om hvor lenge opplevelsen hennes hadde vart, sa hun til meg: “Du kan si at den varte i et sekund eller 10 000 år, og det ville ikke bety noe som helst hvordan du uttrykte det.”

Våre daglige begrensninger i forbindelse med sted og rom, brytes ofte under en NDO. Hvis et menneske som gjennomgår en NDO gjerne vil komme til et bestemt sted, kan han eller hun ofte rett og slett tenke seg dit. Folk sier ofte at mens de befinner seg utenfor kroppen sin og legene arbeider med dem på operasjonsbordet, kan de ganske enkelt ønske seg ut på venteværelset og se slektningene sine.

Slike opplevelser er kanskje det beste svaret for mennesker som tror at en NDO bare består i at hjernen spiller seg selv et puss. På overflaten er det absolutt mulig at hjernen som befinner seg i en krisesituasjon, forsøker å roe seg ned ved å skape tunnelopplevelser og lysvesener for å få kroppen til å slappe av. Men NDO-ere som kan fortelle deg hva som foregår i andre rom mens de har disse opplevelsene, har virkelig utenfor kroppen-opplevelser.

Vi har mange eksempler på mennesker som hadde utenfor kroppen-6kplevelser mens de ble gjenopplivet og som klarte å ta seg ut av operasjonssalen slik at de kunne betrakte slektninger i andre deler av sykehuset.

En kvinne som skilte lag med kroppen sin, beveget seg ut i venteværelset og så at datteren hennes hadde på seg klær der fargene sto dårlig til hverandre.

Forklaringen var at hushjelpen hadde tatt med seg barnet til sykehuset, men i hastverket hadde hun bare revet til seg de plaggene som lå øverst i bunken med rent tøy.

Da hun senere fortalte familien om denne opplevelsen og at hun så datteren med disse klærne som ikke passet til hverandre, skjønte de at hun måtte ha vært på venteværelset sammen med dem.

En annen kvinne hadde en utenfor kroppen-opplevelse og forlot rommet mens kroppen hennes ble gjenopplivet. I sykehusresepsjonen så hun svogeren sin. En av forretningsforbindelsene hans gikk bort til ham og spurte hva han gjorde på sykehuset.

“Vel, egentlig skulle jeg ut av byen på en forretningsreise,” svarte svogeren. “Men det ser ut til at June har tenkt å pigge av, så det er nok best jeg holder meg her hvis de skulle trenge en kistebærer.”

Noen få dager senere, da hun begynte å komme seg, kom svogeren på besøk. Hun sa til ham at hun var til stede i resepsjonen da han snakket med denne vennen sin, og hun fjernet enhver tvil da hun sa: “Den neste gangen jeg dør, kan du bare dra av gårde på forretningsreisene dine, for jeg skal nok klare meg.” Han ble så blek at hun trodde han skulle få en nær døden opplevelse selv.

En eldre kvinne jeg gjenopplivet, hadde en lignende opplevelse. Jeg ga henne lukket hjertemassasje inne på et første-hjelpsrom, og en sykepleier som hjalp meg, løp inn på rommet ved siden av for å hente en sprøyte vi trengte.

Dette var en sprøyte av den typen som har en glasskapsel som skal knekkes i et papirhåndkle slik at den som gjør det, ikke skal skjære seg. Da sykepleieren kom tilbake med sprøyten, var glasskapselen knekket og sprøyten klar til bruk.

Da den gamle damen kom til seg selv igjen, så hun med et søtt smil på sykepleieren og sa: “Jeg så hva du gjorde inne på rommet ved siden av, og hvis du gjør det på den måten, kommer du til å skjære deg.” Sykepleieren ble sjokkert. Hun innrømmet at i farten hadde hun knekket glasskapselen med fingrene uten noen beskyttelse.

Kvinnen fortalte oss at mens vi arbeidet med å redde livet hennes, hadde hun fulgt etter sykepleieren inn på rommet ved siden av for å se hva hun skulle der.

## Noe av forskningen omkring hvor mange, hvor mye

Som tidligere nevnt slo Gallupundersøkelsen fra 1982 fast at åtte millioner voksne amerikanere hadde hatt en NDO. Det tilsvarte omkring en av 20 mennesker, og for forskerne betydde dette at de ikke ville få problemer med å finne NDO-ere de kunne granske. Mange slike studier ble faktisk gjennomført før Gallup begynte å stille livet etter livet-spørsmålet til amerikanerne.

En studie, som fikk det velvalgte navnet “The Evergreen Study”, tok for seg nær døden opplevelsene til 49 mennesker i de nordvestlige delene av USA.

Disse menneskene ble intervjuet av forskerne (James Lindley, Sethyn Bryan og Bob Conley fra Evergreen State College i Olympia i Washington) som brukte en standardmetode. Først fikk NDO-eren anledning til å fortelle om sitt møte med døden uten å bli avbrutt. Etter denne beretningen ble det så stilt en rekke

standardspørsmål om opplevelsen.

Disse spørsmålene var de samme som Kenneth Ring, en psykolog fra Connecticut, brukte da han tok for seg slike opplevelser som en rekke mennesker hadde hatt og offentliggjør

de resultatet i en ypperlig bok (Life at Death: En vitenskapelig granskning av nær døden opplevelsene, 1980). Denne måten å spørre ut NDO-erne på er blitt standardmetoden når det gjelder å finne ut hvorvidt et menneske har hatt en NDO eller ikke. Spørsmålene hans er nøytrale - til et visst punkt - deretter forsiktig granskende.

Evergreen-forskerne brukte de samme spørsmålene for å sammenligne resultatene sine med dem Ring kom frem til:

1. Var det vanskelig å sette ord på denne opplevelsen? (Hvis ja:) Kan du likevel forsøke å fortelle meg hvorfor? Hva er det ved opplevelsen som gjør den så vanskelig å uttrykke? Var den som en drøm eller annerledes enn en drøm?

2. Trodde du at du lå for døden eller var døden nær da du hadde denne opplevelsen? Trodde du rett og slett at du var død? Hørte du noen si direkte at du var død? Hva annet kan du huske at du hørte da du var i denne tilstanden?

3. Hva slags følelser og fornemmelser kan du huske fra denne opplevelsen?

4. Hørte du støy eller uvanlige lyder mens du hadde denne opplevelsen?

5. Hadde du på noe tidspunkt en følelse av at du reiste eller forflyttet deg? Hvordan var denne opplevelsen? (Hvis det passer:) Var denne opplevelsen på noen måte knyttet til støyen (lyden) du beskrev for et øyeblikk siden?

6. Hadde du på noe tidspunkt under denne opplevelsen en følelse av at du på en måte var adskilt fra din fysiske kropp? Syntes du at du kunne se kroppen din? (Still disse spørsmålene etter tur. Hvis det passer, fortsetter du med dette spørsmålet:) Kan du beskrive denne opplevelsen for meg? Hva følte du da du befant deg i denne tilstanden? Hvor var du da du befant deg utenfor den fysiske kroppen din? Var det noen forbindelse dere imellom som du kunne se? Beskriv dette for meg. Hva slags fornemmelse av tid hadde du da du var i denne tilstanden? Hvilken romfornemmelse og vektfornemmelse hadde du? Var det noe du kunne gjøre i denne tilstanden som du ikke kan gjøre når du befinner deg i din vanlige, fysiske kropp? Merket du noen smak eller lukt? Ble synet og hørselen din påvirket da du var i denne tilstanden, og i så fall - på hvilken måte? Fikk du en fornemmelse av ensomhet da du var i denne tilstanden? Kan du i så fall beskrive den nærmere?

7. Traff du andre individer, levende eller døde, under denne opplevelsen? (Hvis bekræftende:) Hvem var de? Hva skjedde da du traff dem? Kommuniserste de med deg? Hva kommuniserte de og på på hvilken måte gjorde de det? Hvorfor tror du at de-kommuniserte det de gjorde til deg? Hvordan følte du deg i deres nærvær?

8. Registrerte du på noe tidspunkt et lys, en glød eller en opplysning? Kan du beskrive dette for meg? (Hvis bekræftende:) Kommuniserste dette "lyset" noe til deg? Hva var det? Hva tenkte du om dette lyset? Hvordan følte du deg? (Eller hvordan fikk det deg til å føle deg?) Møtte du noen skikkelser du kjenner fra religionen - engler, Jesus Kristus og så videre? Møtte du noen skremmende ånder som for eksempel demoner, hekser eller djevelen?

9. Så du livet ditt eller deler av det som bilder for ditt indre øye eller som erindringsbilder da du hadde denne opplevelsen? (I så fall:) Kan du beskrive dette mer detaljert for meg? Hvordan var denne opplevelsen? Hvordan følte du deg på grunn av den? Syntes du at du lærte noe av denne opplevelsen? I så fall - hva?

10. Fikk du på noe tidspunkt en fornemmelse av at du nærmet deg en slags grense eller en terskel eller et punkt det ikke var mulig å vende tilbake fra? (I så fall:) Kan du beskrive dette for meg? Hadde du noen bestemte tanker eller følelser som du husker da du nærmet deg denne grensen? Har du noen anelse om hva denne grensen sto for eller innebar?

11. (Hvis pasienten tidligere har slått fast at hun eller han var på nippet til å dø, kan dette spørsmålet stilles:) Hvordan følte du deg da du mente at du var døden nær? Ville du vende tilbake til kroppen din, til livet? Hvordan følte du deg da du ble bevisst igjen i din egen kropp? Har du noen erindring om hvordan du kom inn i din fysiske kropp igjen? Har du noen anelse om hvorfor du ikke døde den gangen? Følte du på noe tidspunkt at du ble vurdert av en upersonlig kraft?

12. Du hadde denne opplevelsen ganske nylig, men jeg vil gjerne vite om du synes den har forandret deg på noen måte. Tror du det eller tror du det ikke? Hvis den har forandret deg, på hvilken måte har det skjedd? (Hvis det er nødvendig og

passende kan du spørre:) Har denne opplevelsen forandret din holdning til livet? På hvilken måte? Har den forandret din religiøse tro? I så fall på hvilken måte? Når du sammenligner med hvordan du hadde det før denne opplevelsen, vil du si at du er mer eller mindre redd for døden, eller har innstillingen din til dette ikke forandret seg? (Hvis det passer:) Er du overhodet redd for å dø? (Hvis pasienten har forsøkt å begå selvmord, kan du

spørre:) Hvordan har denne opplevelsen påvirket din holdning til selvmord? Hvor sannsynlig er det at du kommer til å forsøke å begå selvmord igjen? (vær taktfull!)

13. (Hvis dette ikke er tilstrekkelig dekket i spørsmål 12 og hvis pasienten har sagt at han eller hun var døden nær, kan du spørre:) Ettersom du nå har vært så langt inne i døden, vil jeg gjerne at du med dine egne ord forteller meg hvordan du oppfatter døden? Hva forbinder du med døden nå?

14. Er det noe mer du vil legge til om denne opplevelsen og hvilke virkninger den hadde på deg?

Ved å bruke de samme spørsmålene som Ring kunne Evergreen-forskerne sammenligne resultatene sine med Connecticutforskerens større studie.

De delte nær døden opplevelsen inn i fem større stadier (altså ikke i så mange som ni slik jeg gjorde tidligere i dette kapitlet), og de kalte disse stadiene: Fred, Adskillelse fra kroppen, Mørke, Lys, Indre omgivelser.

I Evergreen-studien opplevde 74,5% av de spurte tilstanden preget av fred i løpet av sin NDO, mens 60% opplevde den i Ring-studien.

Det ble nærmest et ork for Evergreen-forskerne å høre på beretningene om dette stadiet, for NDO-erne la ut i det vide og brede om den lykksalige freden og varmen de hadde følt da de befant seg i denne tilstanden.

Stadiet med adskillelse fra kroppen opplevde 70,9% av Evergreen-personene og 37% av Rings personer. Mørke, som også kan kalles tunnel-opplevelsen, ble notert hos 38,2% av Evergreen-NDO-erne og hos 23% av Rings NDO-ere. Stadiet Lys, som også kunne omfatte lysvesener, opplevde 56,4% av Evergreen-NDO-erne, mens det tilsvarende tallet for Rings var 16%.

Indre omgivelser, som ble beskrevet som paradisiske av mange av personene, ble opplevd av 34,5% av Evergreen-personene og 10% av Rings personer.

Av det store antallet personer Evergreen-undersøkelsen omfattet, var det bare én som hadde en "helvetesaktig" NDO

- en slik NDO beskriver de som en NDO som inneholder ekstrem frykt, panikk eller sinne - og den kan også romme visjoner om djevellignende skapninger. Denne mannen som hadde hatt en slik NDO, fortalte at han ble vist inn i helvete ved en feil under den andre av sine til sammen tre nær døden opplevelser. Hans beretning er interessant og opplysende:

Intervjuobjekt: Den andre opplevelsen var annerledes. Jeg beveget meg nedover! Der var det mørkt, folk hylte og skrek. Det var ild der og de ville ha noe å drikke. . . Så kom noen bort til meg, jeg vet ikke hvem det var, skjøv meg til side og sa. "Du skal ikke ned hit. Du skal opp igjen."

Intervjuer: Brukte han akkurat disse ordene?

Intervjuobjekt: Javisst. "Du skal opp igjen. Vi vil ikke ha deg her, for du er ikke ond nok."

Intervjuer: Opplevde du først at det ble svart og så.

Intervjuobjekt: Det var bekmørkt. Først bar det nedover. . . Det var helt beksvart.

Intervjuer: Beveget du deg nedover i en tunnel?

Intervjuobjekt: Det var ingen tunnel. I så fall må det ha vært en kjempestor tunnel. Jeg svedde nedover. . . Det var en mann der nede som sto og ventet, og han sa: "Det er ikke han."

Intervjuer: Kunne du se menneskene som hylte og skrek?

Intervjuobjekt: Jeg så en hel masse mennesker der som hylte og skrek.

Intervjuer: Hadde de også klær på seg?

Intervjuobjekt: Nei, nei, nei. De hadde overhodet ikke klær på seg.

Intervjuer: De var altså nakne?

Intervjuobjekt: Javisst.

Intervjuer: Og hvor mange vil du si det var av dem?

Intervjuobjekt: Å herregud, det er ikke mulig å angi noe tall på dem.

Intervjuer: Tusenvis?

Intervjuobjekt: Jeg vil heller si at det var noe slikt som en million.

Intervjuer: Sier du det? Og de hadde det forferdelig alle sammen?

Intervjuobjekt: De spurte om jeg kunne gi dem vann. De hadde ikke vann.

Intervjuer: Og det var et vesen som passet på dem?

Intervjuobjekt: Ja, han var der. Han hadde små horn.

Intervjuer: Hadde han horn! Tror du at. . . kjente du igjen denne personen?

Intervjuobjekt: Javisst. Han skulle jeg da kjenne igjen hvor det skulle være.

Intervjuer: Hvem var det?

Intervjuobjekt: Selveste djevelen!

Slike opplevelser er sjeldne. Evergreen-forskerne kombinerte forskningen sin med min og Rings, og kom til at bare 0,3% av NDO-erne beskriver opplevelsen sin "helvetesaktig".

Men noe som ikke er sjeldent ved en NDO, er at personen som har hatt den, som regel blir forandret etter opplevelsen. NDO er en så kraftig påvirkningsfaktor at mange må ty til psykoterapi for å finne ut hvordan de skal tilpasse denne opplevelsen til tilværelsen sin.

Stort sett forandrer en NDO en person i positiv retning. Men også en slik forandring kan det være vanskelig å forholde seg til - om ikke for annet så fordi denne forandringen kommer så brått. Og uansett har vi de emosjonelle virkningene av å oppleve en bedre verden og være nødt til å eksistere i denne.

Det kanskje beste eksemplet på hvordan en NDO kan påvirke et menneske, har vi forfatteren Katherine Anne Porter som hadde en NDO da hun holdt på å dø av influensa i 1918. Forfatteren av "Narrenes skip" sa blant annet dette i et intervju:

"Jeg hadde hatt min himmelske visjon, og verden var temmelig grå etterpå. I flere år senere tenkte jeg at dette ikke var noen verden det var verdt å leve i. Men samtidig har man tro, et indre kraftsentrum som skriver seg et eller annet sted fra og som sannsynligvis er arvet etter en eller annen. Gjennom hele livet har det vært øyeblikk i løpet av dagen da jeg både har hatt et intenst ønske om å dø og senere en forventning så stor at jeg nesten ikke klarer å vente på hva morgendagen skal bringe. Jeg tror faktisk at hvis ikke jeg hadde vært tøff som en bakgårdskatt, ville jeg ikke ha sittet her i dag."

## Glimtet fremover

Enkelte får et glimt av fremtiden i forbindelse med en NDO.

Dette skjer med en så forsvinnende liten del av NDO-erne at jeg nøler med å oppfatte det som ett av særtrekkene ved en NDO. Men uansett - det forekommer.

Jeg oppdaget dette selv helt tilfeldig. Året var 1975, flere måneder før utgivelsen av *Life After Life*. Det var Allehelgens dag, og min kone på dette tidspunktet, Louise, hadde tatt med seg barna ut på "trick-og-treating". \*

\*Dette tilsvarer vår skikk med julebukkesøk. O.a.

De kom til et hus og ble hyggelig mottatt av en mann og en dame som begynte å snakke med barna. De ba barna fortelle hva de het, og da den eldste sa: "Raymond Avery Moody den tredje," så damen forskrekket på ham.

"Jeg må få snakke med Deres mann," sa hun til Louise.

Da jeg snakket med denne damen senere, fortalte hun meg om en NDO hun hadde i 1971. Hun fikk hjertesvikt og lungekollaps under en operasjon og var klinisk død lenge. I løpet av denne opplevelsen kom det noen som hjalp henne gjennom et tilbakeblikk på livet og ga henne opplysninger om fremtiden. Mot slutten av opplevelsen ble hun vist et bilde av meg og fikk vite at "når tiden var inne" skulle hun fortelle meg sin historie.

Dette møtet syntes jeg var høyst bemerkelsesverdig. Men enda merkverdige er noen av fremtidsglimtene som Kenneth Ring har oppdaget i forbindelse med arbeidet han har utført på dette feltet.

Selv om antallet tilfeller i Rings materiale er så lite at han ikke kan legge frem noen statistisk analyse, klarte han å finne frem til flere slike tilfeller i sine kontakter med nær døden-forskere. I disse tilfellene har NDO-eren en visjon om fremtiden, som regel i løpet av en uvanlig dyp NDO. Det hender at disse opplysningene står klart for personen etter opplevelsen. Men andre ganger dukker disse opplysningene opp på et senere tidspunkt sammen med en sterk følelse av déjà vu - følelsen av at man har gjennomlevd en bestemt begivenhet tidligere.

Et slikt eksempel på et glimt fremover fra Rings arbeid skriver seg fra en mann som nå bor i De forente stater, men som ble født og vokste opp i England. 10 år gammel fikk han en NDO da han ble døds syk etter at blindtarmen sprakk og han måtte opereres. I et brev til Ring skrev han:

“Etter operasjonen, mens jeg var rekonvalesent, registrerte jeg at jeg hadde noen merkelige erindringsbilder - jeg har ikke noe annet navn på det - som gjaldt begivenheter i mitt fremtidige liv. Jeg vet ikke hvordan disse erindringsbildene oppsto. . . de var rett og slett der. Men på dette tidspunktet (i 1941) og helt frem til 1968, trodde jeg ganske enkelt ikke på dem.

Han fortsetter med å beskrive fem konkrete erindringsbilder, blant dem hvor gammel han ville bli og omstendighetene omkring hans død, men det skal jeg ikke ta med her. Her følger de første to av erindringsbildene.

“1. Du kommer til å gifte deg når du er 28 år.

Dette var det første av erindringsbildene, og det ble oppfattet som en direkte konstatering - det var ingen følelser knyttet til det. . . Og slik gikk det i virkeligheten selv om jeg på den dagen jeg fylte 28 år, ennå ikke hadde truffet det mennesket jeg skulle gifte meg med.

2. Du kommer til å få to barn og bo i det huset du nå ser for deg.

I motsetning til den første spådommen ble dette følt. “Opplevd” er kanskje det korrekte uttrykket. Jeg har en klarforestilling om at jeg satt i en stol, og derfra kunne jeg se to barn leke på gulvet foran meg. Og jeg visste at jeg var gift, selv om det i denne visjonen ikke fantes noen indikasjon på hvem jeg var gift med. Det er jo slik at et gift menneske vet hvordan det er å være enslig fordi han eller hun engang var enslig, og han eller hun vet hvordan det er å være gift. Men det er ikke mulig for en enslig å vite hvordan det er å være gift! Og det er absolutt ikke mulig for en ti år gammel gutt å vite hvordan det føles å være gift! Det erdenne merkelige, ubegripeelige følelsen jeg husker så klart, og dette er forklaringen på at episoden sto så levende for meg. Jeg hadde et erindringsbilde av noe som skulle skje nærmere 25 år frem i tiden! Men det var ikke snakk om å se fremtiden i vanlig forstand, det var snakk om å oppleve fremtiden. I denne episoden var fremtiden nåtid.

I denne “oppleveisen” så jeg rett fremfor meg og til høyre, som nevnt. Jeg kunne ikke se mot venstre, men jeg visste at det mennesket jeg var gift med, satt i den enden av rommet. Barna som lekte på gulvet, var rundt fire og tre år gamle. Den eldste hadde mørkt hår og var en pike, den yngste hadde lyst hår, og jeg mente at det var en gutt. Men i virkeligheten er begge piker. Og jeg ble også klar over at bak veggen. . . var det noe merkelig som jeg overhodet ikke forsto. Jeg kunne ikke få tak i det med min bevissthet, men jeg visste at det var noe annet der.

Dette erindringsbildet sto plutselig klart for meg en dag i 1968 da jeg satt i stolen og leste en bok og kikket bort på barna.

Jeg forsto at dette var erindringsbildet fra 1941! Senere begynte jeg å forstå at det var noe eget ved disse erindringsbildene. Og den merkelige gjenstanden bak veggen var en varmluftsvifte. Slike vifter var ikke i bruk i England på den tiden, og såvidt jeg vet er de ikke i bruk den dag i dag i England. Dette var forklaringen på at jeg ikke kunne fatte hva det var. Det lå utenfor min erfaringsbakgrunn i 1941.”

Mens vitenskapen strever for å få et grep på nær døden opplevelsene, kan den ikke engang gjøre seg håp om å fatte noe som helst av fremtidsglimtene i forbindelse med en NDO. På et teoretisk plan forsøker Ring å gi en forklaring ved å antyde at det eksisterer en fjerde dimensjon. I denne dimensjonen kan NDO-eren se livet sitt som et oversiktsbilde av en fjellkjede - i enkelte tilfeller fra fødsel til død. De kan ikke forandre på noe. De kan bare “se” det.



## kap.2

# Liv forandres

### Den nyskapende kraft i nær døden opplevelser

Det finnes ett fellestrekk ved alle nær døden opplevelser - de forandrer menneskene som har hatt dem. I løpet av mine 20 år med ustanselige kontakter med NDO-ere har jeg til gode å møte noen som ikke er blitt forandret på en dyptgripende og positiv måte som en følge av opplevelsen vedkommende har hatt.

Jeg vil ikke med dette antyde at en NDO gjør et menneske til en prektig, ukritisk "Pollyanna". Selv om opplevelsen uten tvil gjør disse menneskene mer positive og hyggelige å være sammen med (særlig hvis de ikke var så veldig hyggelige før nær døden opplevelsen), fører det også til et aktivt engasjement i den virkelige verden. Det hjelper dem til å klare de mindre behagelige sidene ved virkeligheten på en mer nøktern og klarttenkende måte - helt annerledes enn tidligere.

Alle ekspertene og klinikerne jeg har vært i kontakt med som har snakket med NDO-ere, har trukket den samme konklusjonen: de er blitt bedre mennesker på grunn av opplevelsen.

Selv om en NDO er det som i psykologien kalles "et krisetilfelle", får de ikke de negative virkningene som andre krisetilfeller kan føre med seg. En soldat kan for eksempel gjennomleve noen voldsomme øyeblikk på slagmarken og bli "sittende fast" i disse øyeblikkene. Mange Vietnamveteraner gjenopplever de skremmende scenene med død og ødeleggelse som de var vitne til på slagmarken mange år tidligere. De hallusinerer i den grad at de kan lukte kruttrøyken og kjenne tropevarmen. Dette er en negativ reaksjon på et krisetilfelle.

\* Pollyanna er en skikkelse i en roman med samme navn av Eleanor H. Porter. Pollyanna ser det gode i alt og er en gjennomført "solstråle". O.a.

Andre traumatiserende opplevelser som flommer, tornadoer, branner eller bilulykker kan virke overveldende på mennesker og gjør det umulig for dem å legge opplevelsen bak seg. Når det skjer, blir de også følelsesmessig "fastlåst".

En nær døden opplevelse er et krisetilfelle i like høy grad som en opplevelse på slagmarken, en bilulykke eller en natur-katastrofe. Slike ting kan faktisk utløse NDO. Men i stedet for å bli følelsesmessig fastlåst, reagerer NDO-erne på en ensidig måte. Det virker som de forlanger av seg selv at de skal gjøre noe positivt med livet sitt. Noen sier at det skyldes følelsen av fred som knytter seg til fornemmelsen av at det er et liv etter dette. Andre tror at det er kontakten med det høyere vesen som har ført til en bestemt opplysning.

Et forskningsarbeid omkring den nyskapende kraft ved en NDO som jeg setter særlig stor pris på, er det Charles Flynn som står bak. Han er sosiolog ved Miami University i Ohio.

Han undersøkte opplysningene på 21 spørreskjemaer som den kjente NDO-forskeren Kenneth Ring sto bak, for å finne ut hvilke forandringer som skjedde med NDO-erne. Resultatene han kom til, er gjengitt senere.

Han kunne konstatere at en NDO-er først og fremst blir mer opptatt av andre mennesker. De har også en sterkere tro på at det finnes et liv etter dette og de er langt mindre redde for døden enn tidligere.

Jeg mener at Flynns påvisninger gir grunn til optimisme. Forskning som dette viser oss at en NDO - som riktignok kan fortone seg temmelig rystende - er en positiv opplevelse. Selv om vi ennå ikke kjenner til hvordan en NDO påvirker holdningene til de mange millionene som har hatt dem når det gjelder spørsmål som atomkrig og sult, eller nære ting som inn-virkningen på ekteskapet deres, vet vi at en NDO-er er et nestekjærlig menneske.

Hele min psykiatriske praksis er konsentrert om å hjelpe pasienter som har hatt en nær døden opplevelse. Selv om deres NDO bringer dem ansikt til ansikt med en mengde spørsmål vi andre aldri blir stilt overfor, skjer det en forandring til det bedre med dem. Som det vil gå frem av gjennomgangen av en rekke enkelttilfeller, vokser NDO-erne som mennesker.

Et av de mest slående eksemplene på personlig vekst jeg har sett etter en NDO, gjelder en mann jeg kan kalle Nick. Han var en svindler og en forbryter som hadde gjort seg skyldig i alt mulig fra simpelt tyveri til narkotikahandel. Forbrytelsene hadde lønt seg for Nick. Han hadde fine biler, fine klær, nye hus og ingen plagsom samvittighet.

Så forandret livet hans seg. Han spilte golf en dag det var dårlig vær, og det begynte å tordne. Før han kom seg vekk fra golfbanen, ble han truffet av lynet og "drept".

Han svevde over kroppen sin en stund før han merket at han beveget seg gjennom en mørk tunnel mot et lyspunkt. Han kom ut i lyse, landlige omgivelser der han ble hilst velkommen av slektninger og andre mennesker "som glødet som lykter".

Han traff et lysvesen som han også litt nølende kalt Gud og som lot ham få gjenoppleve livet sitt. Han så



ikke bare alt han hadde foretatt seg i tre dimensjoner, men så og merket hvilke virkninger handlingene hans hadde hatt på andre.

Denne opplevelsen forandret Nick. Senere, da han lå på sykehuset, merket han den fulle virkningen av denne gjenopplevelsen av livet sitt. Sammen med lysvesenet hadde han vært i kontakt med ren kjærlighet. Han mente at når han døde for alvor, ville han bli nødt til å gjennomgå livet sitt igjen, og dette ville bli en svært ubehagelig prosess hvis han ikke lærte noe som helst av det første tilbakeblikket på livet.

“Nå,” sa Niek, “lever jeg hele tiden livet mitt i visshet om at jeg før eller senere blir nødt til å gjennomleve livet mitt en gang til.”

Jeg har ikke tenkt å fortelle hva han arbeider med nå, men jeg kan forsikre at det er et hederlig og oppofrende yrke.

En annen person som ble dramatisk forandret av en NDO, var en mann jeg kaller Mark. Hele livet var han sterkt opptatt av penger og posisjon. Han drev et firma som solgte medisinsk utstyr, og var mer opptatt av raskt salg og god fortjeneste enn av å yte service på utstyret etter at det var solgt.

Da han var midt i 40-årene, fikk han et hardt hjerteattakk. I løpet av nær døden opplevelsen ble han forent med bestemoren og mange andre slektninger og merket den rene kjærligheten som fylte dem.

Etter at han ble vakt til live igjen, fikk han et helt nytt syn på livet. Alle de tingene som tidligere hadde drevet ham fremover, sto nå langt nede på listen etter familie, venner og kunnskap.

Han fortalte meg at da han befant seg “på den andre siden”, inngikk han en avtale med lysvesenet om at han aldri mer skulle fokusere så sterkt på penger, men i stedet konsentrere seg om å være snill.

Det ironiske er at denne nye holdningen har gjort at firma-overskuddet er blitt enda større. “Jeg er hyggeligere å være sammen med,” sa han med et smil. “Og dermed vil folk kjøpe mer av meg.”

Forskere som har intervjuet en rekke NDO-ere, har bekreftet ettervirkningene av nær døden opplevelsen. Noen har til og med hentydet til det “lysende alvor” som så mange av disse menneskene utstråler. Det er som de har sett inn i fremtiden og vet at alt skal bli bra.

Jeg har klart å skille mellom åtte slags personlige forandringer som finner sted i et menneske som har en NDO. Disse forandringene er til stede i alle NDO-erne jeg har snakket med. Det er kombinasjonen av disse faktorene som utgjør kvaliteten i det “lysende alvor” som preger så mange NDO-ere.



## Ingen dødsangst

Etter opplevelsen er NDO-erne ikke lenger redde for å dø. Dette betyr forskjellige ting for forskjellige mennesker. Enkelte er mest redde for de forferdelige smertene som de tror knytter seg til det å dø. Andre er bekymret for hvem som skal ta seg av deres kjære når de ikke lenger er der. Å miste bevisstheten for bestandig er det som skremmer andre igjen.

Folk som er autoritære og har kontroll over andre, er redde for å miste denne kontrollen når døden kommer. Redsel for helvetes luende ild og fordømmelse skremmer mange, mens andre rett og slett er redde for det ukjente.

Når NDO-ere sier at de ikke lenger er redde for døden, mener de som oftest at de ikke lenger er redde for bevissthetsutslettelsen eller utslettelsen av jeget. Det betyr ikke at de helst vil dø ganske snart. For dem innebærer det at livet blir rikere enn noen gang før. De jeg kjenner har en sterkere lyst enn noen gang før til å fortsette å leve. Ja, mange føler faktisk at de nå lever for første gang.

En person uttrykte det slik:

“I de første 56 årene av livet mitt var jeg hele tiden redd for døden. Jeg konsentrerte meg om å unngå døden som jeg oppfattet som noe forferdelig. Etter at jeg hadde hatt opplevelsen min, forsto jeg at ved å leve hele livet i redsel for døden, hadde jeg gjort det umulig å verdsette livet.”

Redsel for straff i helvete for ting man har gjort på Jorden er ikke lenger aktuelt for mange. Når NDO-erne opplever gjennomgangen av livet sitt, forstår de at dette lysvesenet elsker dem og bryr seg om dem. De forstår

at han ikke er dømmende, men at han snarere vil hjelpe dem til å bli bedre mennesker. Dermed har de lettere for å eliminere redselen og i stedet konsentrere seg om å bli kjærlige mennesker.

Det er viktig å være klar over at lysvesenet ikke sier til dem at de er nødt til å forandre seg. Etter å ha fått kjennskap til hundrevis av slike saker, er det min konklusjon at disse menneskene mer enn gjerne forandrer seg fordi de befinner seg i nærheten av godheten selv. Og dette gjør at de vil forandre sin adferd radikalt.

En NDO-er jeg snakket med, var prest av det mest typiske ild- og svovelslaget. Rett som det var, fortalte han, hadde han sagt til menigheten at hvis de ikke trodde på Bibelen på en bestemt måte, kom de til å bli fordømt og brenne i all evighet.

Da han gjennomgikk sin NDO, hadde lysvesenet sagt til ham at han ikke måtte si slikt til menigheten sin mer. Men det ble ikke sagt på noen bydende måte. Lysvesenet antydte bare at det han gjorde, kunne gjøre livet ulykkelig for menigheten. Da presten gikk opp på prekestolen igjen, var budskapet hans preget av kjærlighet, ikke redsel.

At kontrollen forsvinner, skremte ikke lenger de som nærmest hadde dette som en tvangstanke før nær døden opplevelsen. Behovet for kontroll skriver seg i mange tilfeller fra redsel. Men mange har sagt til meg at etter en NDO føler de at de ikke lenger kan basere tilværelsen sin på redsel. Noe av bakgrunnen for det er at disse menneskene nå tror på et liv etter døden. Men noe skyldes også det glimt av lykke som de har fått. Hvordan kan de fortsette å være redde og ulykkelige etter at de har opplevd den ytterste lykksalighet? Selv om redselen for døden er dempet, er viljen til å leve ikke redusert. De fleste NDO-ere som jeg har støtt på, er mentalt sunnere enn før opplevelsen sin. Selv om de føler seg sikre på at det er et liv etter dette, har ingen av dem det særlig travelt med å “bytte ut” den nåværende tilværelsen sin. En NDOer fortalte meg dette:

“Dette fører ikke til at du helst vil kaste deg foran en lastebil for å komme tilbake dit. Jeg har fortsatt en sterk livsvilje. Denne opplevelsen jeg hadde, gjør at jeg bedre forstår at livs-viljen er et instinkt.



Kort tid etter hjertestansen min, falt jeg ned trappen hjemme. Da jeg falt nedover, kavet jeg desperat rundt meg for å få tak i noe jeg kunne gripe fatt i. I det øyeblikket tenkte jeg:

“Dette er merkelig. Du vet hvor du havner hvis du dør og hvor vidunderlig det er der.” Men likevel kjente jeg hvordan redselen fikk strupen til å snøre seg sammen på meg. Overlevelses-instinktet forsvinner ikke når man har hatt en av disse opplevelsene.”

## Å fornemme kjærlighetens betydning

“Har du lært å elske?” er et spørsmål som nesten alle NDOere blir stilt i løpet av episoden. Når de kommer tilbake, sier nesten samtlige at kjærlighet er det viktigste i livet. Mange sier at det er derfor vi er her. Flertallet mener at det er kjærligheten som er selve kjennetegnet på fullkommen lykke, mens andre setter vennskap like høyt.

Som man kan tenke seg, forandrer denne åpenbaringen verdioppfatningene til NDO-erne fullstendig. Tidligere var de kanskje blinde for slikt, men nå oppfatter de hvert individ som en elsket person. Der hvor materiell rikdom var det som betydde mest, dominerer nå broderlig kjærlighet. En NDO-er sa dette til meg:

“Denne opplevelsen får øyeblikkelig betydning for dagliglivet ditt. Å gå nedover gaten blir en helt annen opplevelse. Jeg pleide å gå nedover gaten i min egen lille verden og var opptatt med mange småproblemer. Nå går jeg nedover gaten og synes at jeg er i et hav av medmenneskelighet. Hvert menneske jeg ser vil jeg gjerne bli kjent med, og jeg er sikker på at hvis jeg ble kjent med dem, kom jeg til å elske dem.

En av kollegene mine på kontoret spurte hvorfor jeg alltid gikk rundt og smilte. Han visste ingenting om opplevelsen jeg hadde hatt, og dermed fortalte jeg ham at etter at jeg nesten døde, var jeg lykkelig over å få leve. En dag oppdager han dette selv.”

## En fornemmelse av samhörighet med alle ting

NDO-ere kommer tilbake med en fornemmelse av at alt i universet har sammenheng. Dette er det vanskelig for NDO-erne å forklare, men de fleste har fått en ny respekt for naturen og verden omkring.

En velformet beskrivelse av denne fornemmelsen fikk jeg av en arbeidssom, nøktern forretningsmann som hadde hatt en NDO under en hjertestans da han var 62 år:

“Det første jeg fikk øye på da jeg våknet på sykehuset, var en blomst, og jeg gråt. Tro det eller ei - jeg hadde aldri virkelig sett en blomst før jeg vendte tilbake fra døden. Noe av det største jeg lærte da jeg døde, var at vi alle er en del av et stort, levende univers. Hvis vi tror at vi kan skade et annet menneske eller et annet levende vesen uten å skade oss selv, tar vi sørgehg fejl. Jeg ser på en skog eller en blomst eller en fugl, og nå sier jeg: “Dette er meg, dette er en del av meg.” Vi er bundet sammen med alle ting, og hvis vi sender kjærlighet via disse forbindelseslinjene, er vi lykkelige.”



## Kunnskaper verdsettes

NDO-erne har også en ny respekt for kunnskap. Enkelte sier at dette var en følge av tilbakeblikket på livet. Lysvesenet fortalte dem at man slutter ikke å lære når man dør. Kunnskap er noe man kan ta med seg. Andre sier at en stor del av livet etter døden dreier seg om en lidenskapelig higen etter kunnskap.

En kvinne beskrev dette stedet som et stort universitet der menneskene satt i konsentrert samtale om verden omkring. En mann oppfattet dette riket som et bevissthetsstadium der det du ønsker deg, er tilgjengelig for deg. Hvis du tenker på noe du gjerne vil lære om, dukker det opp, og så kan du bare begynne læreprosessen. Han sa at det nesten var som om informasjonene forelå i tankeknipper.

Dette gjelder for alle typer informasjon. Hvis jeg for eksempel ville vite hvordan det var å være president i De forente stater, kunne jeg bare ønske meg den erfaringen og så ville jeg få den. Eller hvis jeg ville vite hvordan det var å være et insekt, kunne jeg bare “anmode” om å få denne erfaringen ved å ønske meg den - og så ble erfaringen min.

Denne korte - om enn kraftige - opplevelsen av å lære har forandret livet til mange NDO-ere. Den korte tiden de ble eksponert for muligheten for total innlæring, fikk dem til å tørste etter kunnskap når de vendte tilbake til kroppene sine.

Det hender ofte at de gir seg i kast med nye karrierer eller starter på et seriøst studium. Men ingen jeg vet om har hignet etter kunnskap bare for kunnskapens egen skyld. Det er snarere slik at de alle føler at kunnskap

bare er viktig hvis den bidrar til å skape et fullstendig, helt menneske. Igjen kommer denne fornemmelsen av samhörighet inn i bildet: Kunnskap er et gode hvis den bidrar til å skape en helhet.

Forretningsmannen som jeg nettopp siterte i det foregående avsnittet, uttrykker dette bedre enn noen forsker:

“Doktor, jeg må innrømme at før denne hjertestansen, hadde jeg ikke annet enn forakt til overs for folk med boklig lærdom. Jeg jobbet meg opp med lite skolegang, og jeg arbeidet hardt. Det er et universitet i nærheten, og jeg pleide å si til meg selv at professorene der var rett og slett late, at de ikke foretok seg noe som kunne få praktisk verdi og at de levde av overskuddet andre skapte. Jeg lot mer enn én av dem få høre at det gjorde meg bitter - at jeg arbeidet med min geskjeft både 10 og 12 timer om dagen, ofte syv dager i uken slik at de kunne drive med forskningen sin og skrive bøker som ikke hadde det fierneste med virkeligheten å gjøre.

Men samtidig som legen sa at jeg var død, viste denne personen jeg var sammen med, dette lyset, denne Kristus, meg en kunnskapsdimensjon, vil jeg nesten kalle det. Jeg kan ikke forklare dette nærmere, men det gjør ikke noe, for alle mennesker på jorden kommer tidsnok til å stifte bekjentskap med den enten de tror på den eller ikke.

Det var en ydmykende opplevelse for meg. Nå har jeg sluttet å gjøre narr av professorer. Kunnskap er viktig. Jeg leser alt jeg kan komme over nå. Men det er ikke slik å forstå at jeg angrer på den livsveien jeg valgte, men jeg er glad for at jeg har tid til å lære. Historie, naturvitenskap, litteratur - jeg er interessert i det alt sammen. Min kone klager over alle bøkene jeg har liggende inne på rommet mitt. Noen av dem gjør det lettere for meg å forstå denne opplevelsen min bedre. Det gjør de faktisk alle sammen på den ene eller den andre måten - for, som jeg sier - når du får en av disse opplevelsene, forstår du at alt henger sammen.”

## En ny følelse av kontroll

Alle NDO-ere føler ansvar for livsløpet sitt. De er også svært vare for de umiddelbare og langsiktige virkningene av handlingene sine. Det er det dramatiske “tilbakeblikket på livet” med sitt “tredje person”-preg som gjør det mulig for dem å betrakte livet sitt objektivt.

NDO-ere sier til meg at tilbakeblikket lar dem se livet sitt som om det var en film. Ofte fornemmer de følelsene som ligger bak handlingene de ser på - ikke bare sine egne, men også følelsene til dem som befinner seg rundt dem. De kan se sammenhenger mellom tilsynelatende uavhengige begivenheter og ser krystallklart de “positive” og “negative” sidene. Denne opplevelsen har lært dem at på slutten av livet blir de både agent og mottaker for alle sine handlinger.

Jeg har fortsatt til gode å møte et menneske som har vært gjennom denne opplevelsen og som ikke erkjenner at den har gjort dem forsiktigere med hva de gjør. Men jeg vil ikke påstå at den har gjort dem nevrotisk skyldbetynget. Ansvarsfølelsen er en positiv følelse som ikke manifesterer seg i en skyldbevisst engstelse.

En kvinne som nylig hadde avsluttet sin sosiologi-utdannelse og som hadde en NDO på sin 23. fødselsdag, fortalte meg dette:

“Det viktigste jeg lærte av denne opplevelsen, var at jeg har ansvar for alt jeg foretar meg. Unnskyldninger og usukter ble umulig da jeg var der sammen med ham og gjenopplevde livet mitt. Og ikke bare det - jeg innså at ansvar ikke er det minste negativt, at jeg ikke kan komme med unnskyldninger og skyve skylden over på andre når jeg kommer til kort. Det er ganske pussig, men jeg er blitt svært glad i svakhetene mine på en måte, for de er mine svakheter, og jeg har sagt til meg selv at jeg sanneilg skal lære av dem.

Jeg kan huske en bestemt episode fra dette tilbakeblikket på livet mitt da jeg som barn rev en påskekurv fra lillesøsteren min fordi det lå et leketøy i den som jeg ville ha. Da jeg så dette for meg, merket jeg hvor skuffet, fortapt og avvist hun følte seg.

Ja, hva får vi oss ikke til å gjøre mot andre mennesker når vi opptrer ukjærlig! Men det er vidunderlig at vi en gang skal bli klar over det. Hvis det finnes noen som ikke tror meg når jeg sier dette - nåvel, da skal jeg treffe vedkommende i livet etter dette når de har fått anledning til å se tilbake på sin egen tilværelse. Og da kan vi snakke mer sammen.

Alt du har foretatt deg er der (i tilbakeblikket) slik at du kan vurdere det, og selv om noe av det er aldri så ubehagelig for deg å være vitne til, er det godt å få det ut. I livet kan du finne på alt mulig og komme med unnskyldninger for deg selv og kamufiere deg - og du kan fortsette å være ulykkelig, hvis det er det du vil, ved all denne kamufieringen. Men da jeg var der i dette tilbakeblikket, ble ingenting skjult. Jeg var der sammen med mennesker jeg hadde gjort noe vondt, og der var også mennesker jeg hadde forsøkt å hjelpe. Jeg skulle ønske jeg kunne finne en måte å formidle til alle hvor godt det er å vite at du har ansvaret og at du er nødt til å gjennomgå noe slikt hvor det er umulig å unnså seg det.

Det er verdens mest frigjorte følelse. Det er en virkelig utfordring hver eneste dag i livet mitt å vite at når jeg dør, skal jeg være vitne til hver eneste av handlingene mine igjen - men den. ne gangen skal jeg få merke

hvilken innvirkning de fikk på and re. Dette får meg absolutt til å tenke meg om. For meg er det es intens glede.”

## En følelse av at det haster

“En følelse av at det haster” er en setning som dukker opp igjen og igjen når jeg snakker med NDO-ere. Ofte tenker de på at deres eget liv er så kort og sårbart. Men de gir ofte uttrykk for at det haster for en verden der skapninger som ikke er mer enn mennesker har enorme destruktive krefter mellom hendene.

Jeg vet ikke hvorfor de har disse følelsene. Men det ser ut til at disse faktorene fyller menneskene som har hatt denne opplevelsen med en intens livsglede. Etter en NDO vil menneskene som regel si at livet er dyrebart, at det er “de små ting” som teller og at livet bør leves i fulle drag.

En kvinne fortalte meg at tilbakeblikket på livet ikke bare tar med de store begivenhetene slik man kanskje skulle tro. Hun nevnte at også småtingene blir tatt med. En av episodene som kom sterkt frem i tilbakeblikket hennes, var for eksempel den gangen da hun kom over en liten pike som hadde gått seg bort i et varemagasin. Piken gråt, og denne kvinnen løftet henne opp på en disk og snakket med henne helt til moren kom.

Det er slike ting - småtingene som du gjør uten kanskje å tenke deg om - som blir de viktigste i tilbakeblikket.

Mange blir stilt dette spørsmålet av lysvesenet: “Hva foregikk i hjertet ditt da dette skjedde?” Det er som om han vil fortelle NDO-erne at de små, vennlige handlingene som kommer fra hjertet er de viktigste fordi de er de mest oppriktige.

## Bedre utviklet åndelighet

En NDO fører nesten bestandig til åndelig nysgjerrighet. Mange NDO-ere studerer og aksepterer den åndelige læren til store religiøse tenkere.

Men dette betyr ikke at de blir bærende krefter i den lokale menigheten. Tvert' imot - de kaster ofte over bord religiøse doktriner nettopp fordi det dreier seg om doktriner.

En klar og tankevekkende beretning om denne holdningen fikk jeg av en mann som hadde studert teologi før han fikk sin NDO.

“Legen min fortalte meg at jeg hadde “dødd” under operasjonen. Men jeg sa til ham at jeg var blitt født. Jeg så i den visjonen, for en fastlåst stabukk jeg var med all den teologien. Jeg så ned på alle som ikke tilhørte det samme trossamfunnet som meg og som ikke holdt seg til den samme teologien som meg.

Mange mennesker jeg kjenner, kommer nok til å bli overrasket når de finner ut at Herren ikke er interessert i teologi. Jeg har inntrykk av at han morer seg over noe av det, for han var overhodet ikke interessert i hvilket trossamfunn jeg tilhørte. Han ville vite hva som var i hjertet mitt, ikke i hodet mitt. ”

bilde under- noen har i NDOs fått et perspektiv på sine tidligere liv, og sett at reinkarnasjon er virkeligheten, slik det logisk beskrives hos [Martinus](#)



# Å komme tilbake til den “virkelige” verden

Å tilpasse seg til den jordiske verden igjen er blitt kalt “tilbakevendings-syndromet” av enkelte forskere. Hvorfor skulle ikke en NDO-er få problemer med å tilpasse seg igjen? Når de har opplevd det åndelige paradiset, vil ikke det være en pest og en plage for samtlige å vende tilbake til denne verden?

For over 2000 år siden tok Platon opp dette syndromet i Staten. I denne boken ber han oss forestille oss en underjordisk verden der det holdes fanger helt fra de blir født. De er lenket med ansiktet mot bakveggen i hulen slik at de bare kan se skyggene av dem som går foran det flammende bålet bak dem.

Sett nå, sier Platon, at en av disse fangene ble befridd fra lenkene sine og tatt med opp av hulen - opp i verden med alle dens skjønnhet. Hvis han så ble tvunget ned i skyggenes verden igjen, sier Platon, ville han bli latterliggjort og spottet av fangene som aldri hadde vært utenfor hulen, når han fortalte dem om opplevelsene sine. Og på toppen av denne latterliggjøringen ville han få problemer med å tilpasse seg dogmene i en verden som nå måtte fortone seg enda mer begrenset og innsnevrende for ham.

Det er disse problemene jeg arbeider med i min psykiatriske praksis. Jeg startet opp det jeg kaller en “åndelig praksis” i 1985 da jeg forsto at mange av dem som hadde hatt uvanlige åndelige opplevelser, fikk problemer med å passe dem inn i sin tilværelse.

Det er for eksempel mange som ikke vil høre på det en NDO-er har å fortelle. De blir urolige av slikt og tror kanskje til og med at personen er mentalt forstyrret. Men fra NDO-ernes perspektiv har det skjedd noe svært viktig med dem som har forandret hele livet deres, og nå er det ingen som vil høre med velvilje på dem. Dermed trenger de rett og slett noen som har kjennskap til slike opplevelser og som kan høre på dem.

Merkelig nok får NDO-erne som regel lite støtte fra ektefeller og familie når det dreier seg om å forholde seg til opplevelsen. De markerte personlighetsforandringene som hører en NDO til, skaper ofte spenninger i familien. Mennesker som for eksempel har undertrykt følelsene sine i årevis i ekteskapet, kan bli svært åpne etter en NDQ. Dette kan bli svært pinefullt for ektefellene. For dem er det nesten som å være gift med en helt annen person.

En mann fortalte meg følgende:

“Da jeg 'kom tilbake', var det ingen som riktig visste hva de skulle tro om meg. Da jeg fikk hjerteattakket, var jeg svært anspent og oppfarende. Hvis alt ikke gikk som det skulle, var jeg umulig å være i hus med. Det gjaldt både hjemme og på arbeidet. Hvis min kone ikke var ferdig med å stelle seg når vi skulle et eller annet sted, eksploderte jeg og ødela resten av kvelden for henne.

Jeg aner ikke hvorfor hun holdt ut med meg. Hun ble vel vant til det i årenes løp, men etter at jeg hadde hatt min NDO, hadde hun store problemer med mildheten jeg la for dagen. Jeg maste ikke på henne, og ikke på andre heller, om å få gjort saker og ting. Jeg ble verdens letteste menneske å leve sammen med, og forandringen ble nesten mer enn hun kunne klare. Jeg måtte mobilisere mye tålmodighet - og det var noe jeg aldri hadde klart tidligere - for å berge ekteskapet vårt. Hun sa hele tiden:

“Du er blitt så annerledes etter at du hadde hjerteattakket.” Det hun egentlig ville uttrykke, var dette: “Du er blitt gal.”

For å gjøre slike påkjenninger lettere, hender det at jeg fører en gruppe NDO-ere og ektefellene deres sammen slik at de kan være sammen med andre om virkningene en NDO kan ha på familielivet. Ekteparene konstaterer at andre har de samme problemene som dem selv, og de forsøker å lære seg hvordan de skal takle denne nye personen.

En annen ting som skjer med NDO-erne, er at de nærmest lengter etter den lykksalige tilstanden de oppdaget da de hadde sin opplevelse. Når de kommer tilbake til denne verden, savner de dette andre stedet. De blir nødt til å lære seg å forholde seg til denne lengselen.

I 1983 ledet jeg en konferanse om å mestre tilværelsen sammen med en NDO-er. Til stede var også leger med erfaring fra arbeid med NDO-ere. Vi var samlet i tre dager, og vi kom frem til noen retningslinjer i behandlingen av slike åndelige kriser. Jeg nevner dem her slik at leseren kan bli fortrolig med noen av aspektene ved å skulle leve med en NDO.

- La NDO-eren snakke fritt om opplevelsen sin. Lytt med sympati og medfølelse og la personen snakke om sin nær døden opplevelse så mye hun eller han vil. Benytt ikke anledningen til å gi uttrykk for dine egne bekymringer om livet etter døden, eller til å bevise noen av teoriene dine om det. NDO-eren har hatt en intens opplevelse og trenger en som kan lytte når han eller hun forteller om det slik det var.

- Gjør dem sikre på at de ikke står alene. Fortell dem at slike opplevelser er svært vanlige. Fortell dem også at vi ikke vet helt hvorfor de skjer, men at alle de andre som også har hatt dem, har vokst på den erfaringen.



- Fortell dem hva erfaringen er. Selv om millioner av mennesker har hatt en NDO, aner det store flertall ikke engang hva denne opplevelsen kalles. Si til dem at de har hatt en nær døden opplevelse. Når de kan sette et klinisk navn på opplevelsen, har de et redskap som kan gjøre det lettere å forstå den forvirrende og uventede opplevelsen.

- Trekk familien inn i bildet. Forandringene en NDO avsted-kommer i et menneske, vil familiene deres ofte ha problemer med å mestre. En far som har vært av den harde og pågående typen før en NDO, kan plutselig bli mild og føyelig etter episoden. Slike forandringer kan være vanskelige for familien som er vant til at mannen i huset har vært krevende og "i høygear".

Det er viktig å oppmuntre til samtaler om dette i familiene slik at synspunktene på denne forandringen kan bli kjent og det kan bli gjort noe med dem før de skaper rivninger i familien.

- Bring NDO-ere sammen. Jeg sørger ofte for at nye NDOere får treffe andre NDO-ere. I årenes løp har jeg ledet mange terapigrupper for NDO-ere. Det ideelle er grupper på fire som ganske enkelt snakker om problemene som deres NDO har ført med seg.

Disse gruppemøtene er blant de mest forbløffende jeg har vært til stede ved. Det er helt åpenbart at deltakerne sitter og snakker om en begivenhet de er felles om - ingen fantasi eller drøm. Det er nærmest som om de har vært på reise sammen til et annet land.

Det hender ofte at jeg inviterer ektefellene til NDO-erne til disse gruppemøtene ettersom det virker beroligende på dem å være sammen med andre NDO-ere og ektefellene deres. Forskerne har påvist at en NDO ofte etterfølges av skilsmisse fordi den som får slike opplevelser, gjennomgår så mange personlighetsforandringer. Ved å være sammen med andre som er i samme situasjon kan den nye NDOeren og ektefellen få se hvordan andre har tilpasset disse fenomenene i sitt familieliv.

Noen vil selvfølgelig være glad for å få en "mykere" ekte-felle i huset - andre er det ikke. Selv om de gjennom mange år har sagt til ektemaken at han eller hun burde roe seg mer ned, viser det seg at de ikke liker det når det faktisk skjer. Det kan tenkes at de tolker denne forvandlingen som tegn på en psykose eller redusert livskraft.

NDO-forskningens internasjonale organisasjon, International Association for Near-Death Studies (IANDS), hjelper NDO-støttegrupper økonomisk over hele De forente stater - i øyeblikket i nærmere 30 byer.

- Få NDOerne til å lese om opplevelsen. Denne typen terapi kalles biblioterapi, og den anbefales som regel ikke av psykiatere og psykologer. Grunnen til dette er at de fleste pasienter ikke finner noen trøst og hjelp i å lese om sine psykologiske problemer. En pasient med schizofreni ville jo ikke synes det var særlig beroligende å se symptomene på sykdommen svart på hvitt. Men det er helt annerledes med NDO-erne ettersom opplevelsen de har hatt er av en åndelig art og ingen sykdom.

Jeg har konstatert at på et senere tidspunkt, når de har hatt tid til å forsone seg med opplevelsen i sitt stille sinn, kan det være viktig å henvise dem til gode bøker om emnet. På den måten får de mulighet til å bli fortrolig med de mange ulike opplevelsene og andres tanker om dette emnet i ro og mak.

Målet med alt dette er å hjelpe vedkommende til å la opplevelsen bli en del av tilværelsen og sørge for at de forandringene som vil inntreffe, blir positive og vekstfremmende.

Den lille forskningen som har vært drevet omkring dette emnet, viser at forandringene kan være markert positive. Denne forskningen viser at uansett om en NDO består i ferder inn i det hinsidige eller noe annet, har de en sterk innvirkning på menneskene som får dem. En sosiolog uttrykte det slik: "Tingene er reelle når de får reelle konsekvenser."



< neste kap. er om 'Barn og NDO'.

## kap.3

### Barn og NDO.

#### Å møte en skytsengel

Barns nær døden opplevelse har en spesiell betydning. Når forskerne har med uskyldige barn å gjøre, får de anledning til å vurdere nærmere mennesker som har tenkt lite over livet, døden og det hinsidige. De er ikke farget av verden omkring dem og de har ikke kjennskap til noe som ligner en nær døden opplevelse.

Disse barnas opplevelse gir en ekstra verdi til deres kjerneNDO fordi de ikke er blitt like sterkt kulturelt påvirket som de voksne.

Helt fra tidlig alder - faktisk fra seksmåneders-alderen slik vi senere skal se - rapporterer barn om de samme symptomene i sin NDO som voksne fra alle kulturer. Det dreier seg om fornemmelsen av å se kroppen sin fra et punkt ovenfor og utenfor den fysiske kroppen, de ser livet sitt passere forbi, de kommer inn i en tunnel, de treffer andre, også levende og døde slektninger, de møter et lysvesen, de fornemmer en gudeskikkelses nærvær og de vender tilbake til kroppen sin.

Små barn snakker sant, er en gammel visdom og den har gyldighet i forbindelse med en NDO som på så mange andre områder i livet.

#### Mitt første NDO-barn

Mitt første NDO-barn kom som en overraskelse for meg da jeg arbeidet ved et sykehus i Georgia. Jeg gjennomførte en rutineundersøkelse av en pasient som jeg kaller Sam. Han var ni år gammel, og hadde hatt en hjertestans som nær kostet ham livet et år tidligere. Årsaken var en sykdom i binyrene.

Jeg småpratet med ham om sykdommen da han plutselig sa:

“For et år siden døde jeg.”

Jeg begynte å fritte ham ut om det han hadde opplevd. Han fortalte meg at han hadde dødd og at han svevde ut av kroppen sin mens legen trykket ham på brystet for å få hjertet hans til å slå igjen. Sam forsøkte å få legen til å slutte å slå ham i brystet mens han var i denne “andre” tilstanden, men legen tok ingen notis av ham.

Nå fikk Sam en fornemmelse av å bevege seg oppover svært fort, og han så hvordan jorden forsvant under ham.

Så fortsatte han gjennom en mørk tunnel, og på den andre siden ble han tatt imot av noen “engler”. Jeg spurte ham om disse englene hadde vinger, og han svarte benektende.

“De glødet,” sa han. De var på en måte selvlysende, og han fikk inntrykk av at de var svært glade i ham.

Alt på dette stedet var fylt med lys, sa han. Men så fikk han i alt dette øye på et vakkert landskap. Dette himmelske stedet var omgitt av et gjerde. “Englene” sa til ham at hvis han gikk bortenfor dette gjerdet, ville han ikke kunne vende tilbake til livet igjen. Han ble så fortalt av lysvesenet (Sam kalte ham Gud) at han måtte vende tilbake og gå inn i kroppen sin igjen.

“Jeg ville ikke dra tilbake, men han sørget for at jeg gjorde det,” sa Sam.

Denne samtalen var ekstra spennende for meg. Når et menneske får en NDO i svært ung alder, ser den ut til å bli en naturlig del av personligheten deres. Det er noe de lever med hele livet og opplevelsen forandrer dem. De er ikke lenger redd for døden slik andre barn er det. I stedet gir de inntrykk av å ha sett inn i vår neste eksistens.

Denne innsikten gjør dem til svært følsomme og reflekterte mennesker som forholder seg til livet på en sjeldent moden måte. De gir ofte uttrykk for en lengsel etter denne opplevelsen opp gjennom årene. Og når de kommer ut for vanskeligheter, er det en trøst for dem “å ha vært på den andre siden”, som en av dem sa til meg.

En mann som hadde hatt en NDO som barn, fortalte at i årene som var gått hadde han vært døden nær to ganger. Den ene gangen var under krigen og den andre gangen da han ble

tatt som gissel av en sinnssyk innbruddstyv som sa at han skulle drepe ham for å skremme de andre gislene.

Han fortalte meg at han ikke var redd i noen av tilfellene. Redselen som han kunne ha følt, ble erstattet med erindringen om møtet med lysvesenet.

## “Lyset var svært skarpt.

Noen forskere har kommet til at en NDO er hjernens forsvarsmekanisme mot redselen for å dø. Men en NDO hos barn tilbakeviser denne teorien ettersom barn har helt andre oppfatninger om å dø enn voksne.

Barn under syv, for eksempel, vil som regel tenke på døden som noe midlertidig, kanskje noe i retning av en ferie. For dem er døden noe man vender tilbake fra. Fra omkring syvårsalderen til de er ti, er døden et magisk begrep, et begrep som i løpet av de nærmeste årene blir byttet ut med kunnskapen om at døden innebærer nedbryting av de organiske stoffene. I perioden fra syv til ti år personifiserer barna døden. De forestiller seg den som et slags uhyre eller et troll som spiser dem opp. De har til de grader personifisert den at de tror den lurte i mørke kroker og at de kan løpe fra den hvis den kommer.

Uansett er barns oppfatning av døden helt annerledes enn de voksnes. Mange eldre mennesker er for eksempel redde for bevissthetsutslettelsen, mens andre frykter smertene som de tror kommer med dødsprosessen. Andre er redde for å bli alene eller bli avskåret fra slektninger og venner - mens atter andre frykter helvetes ild og fordømmelse. Noen er redde for tapet av kontroll som døden innebærer, at de ikke lenger kan styre bedriften de har, familien eller hva de nå måtte ønske å styre. Enkelte har en primitiv redsel for det kroppslige forfallet og tilintetgjørelsen.

Barn er ikke kulturelt “kondisjonert” på denne måten ennå. Og de som har hatt en NDO, blir det som regel heller ikke. De er ikke særlig redde for døden og snakker ofte med glede om sin nær døden opplevelse. Noen av barna jeg har snakket med, sier at de gjerne vil “tilbake til lyset”.

En av disse barna er en ni år gammel pike som jeg kaller Nina. Hun fikk sin NDO under en blindtarmoperasjon. Kirurgene satte øyeblikkelig igang opplivningsforsøk, og dette så hun plutselig fra et sted utenfor kroppen sin.

“Jeg hørte at de sa at hjertet mitt hadde stoppet, men jeg var oppunder taket og så på dem. Jeg kunne se alt der oppe fra. Jeg svevde tett oppunder taket, så da jeg så kroppen min, visste jeg ikke at det var meg. Men så skjønnte jeg det, for jeg kjente igjen kroppen min. Jeg gikk ut i korridoren og så at mor gråt. Jeg spurte henne hvorfor hun gråt, men hun hørte meg ikke. Legene trodde at jeg var død.

De kom en pen dame bort til meg og hjalp meg fordi hun skjønnte at jeg var redd. Vi gikk gjennom en tunnel og kom til himmelen. Jeg var sammen med Gud og Jesus. De sa at jeg måtte dra tilbake og være sammen med moren min fordi hun var så lei seg. De sa at jeg måtte leve livet mitt ferdig. Og så dro jeg tilbake og våknet.

Tunnelen jeg dro gjennom, var lang og svært mørk. Jeg beveget meg veldig fort gjennom den. I enden så jeg et lys. Da jeg så dette lyset, ble jeg veldig glad. Lenge ville jeg ikke noe annet enn å komme tilbake dit. Og jeg vil fortsatt tilbake til det lyset når jeg dør.

Lyset var svært skarpt ”

\*

Et annet barn som snakket om sin NDO med lengsel, var en gutt jeg kan kalle Jason. Han fikk sin NDO etter at han ble påkjørt av en bil mens han syklet. Opplevelsen hans er en interessant “fullstendig” NDO fordi den inneholder mange av symptomene på en kjerne-NDO og er svært intens.

Jeg snakket med ham da han var 14, og da var det tre år siden opplevelsen. Ulykken var alvorlig, men undersøkelsene har vist at han ikke har fått hjerneskader. Og som alle kan se, er svarene hans skarpe og intelligente.

“ Dette skjedde da jeg var 11 år. Jeg fikk en ny sykkel tilfødselsdagen min, jeg var ute og prøvde den også ikke en bil som kom mot meg. Jeg ble truffet.

Jeg husker ikke at jeg ble påkjørt, men plutselig så jeg ned på meg selv. Jeg så kroppen min under sykkelens, og benet mitt var brukket og blødde. Jeg kan huske at jeg så at øynene mine var lukket. Jeg befant meg ovenfor.

Jeg svevde omkring halvannen meter over kroppen min, og det var folk på alle kanter. En mann kom til, forsøkte å hjelpe meg. Sykebilen kom. Jeg skjønnte ikke hvorfor folk var så bekymret, for det var ingenting i veien med meg. Jeg så at de la kroppen min inn i sykebilen. Jeg forsøkte å fortelle dem at den var fin, men ingen av dem kunne høre meg. Jeg visste hva de sa. “Hjelp ham, ” var det noen som sa. “Jeg tror han er død, men vi får sette igang, ” sa en annen.

Sykebilen kjørte avgårde, og jeg forsøkte å følge etter. Jeg svevde over sykebilen og holdt følge. Jeg trodde jeg var død. Jeg så meg rundt, også befant jeg meg i en tunnel med et skarpt lys i enden. Jeg hadde inntrykk av at tunnelen gikk oppover og oppover. Jeg kom utpå den andre siden av tunnelen.

Det var mange mennesker i dette lyset, men jeg kjente ikke noen av dem. Jeg fortalte dem om ulykken, og de sa at jeg måtte dra tilbake. De sa at tiden ikke var inne for meg til å dø ennå, og derfor måtte jeg dra tilbake til far og mor og søsteren min.

Jeg var lenge i lyset. Jeg hadde inntrykk av at det var svært lenge. Jeg syntes at alle var glade i meg der. Alle var lykkelige. Jeg syntes at lyset var Gud. Tunnelen snodde seg oppover mot lyset som et dragsug. Jeg visste ikke hvorfor jeg befant meg i tunnelen eller hvor jeg skulle. Jeg ville frem til dette lyset. Da jeg befant meg i lyset, ville jeg ikke dra tilbake igjen. Jeg glemte nesten kroppen min.

Da jeg gikk oppover i tunnelen, var det to mennesker som hjalp meg. Jeg så dem da de kom ut i lyset. De var sammen med meg hele tiden.

Så sa de til meg at jeg måtte dra tilbake. Jeg tro tilbake gjennom tunnelen og havnet på sykehuset igjen der to leger arbeidet med meg. "Jason, Jason," sa de. Jeg så kroppen min på bordet, og den virket blåaktig. Jeg visste at jeg skulle tilbake, for det hadde menneskene i lyset sagt til meg.

Legene var bekymret, men jeg forsøkte å si dem at det ikke var noe i veien med meg. En av legene plasserte to plater på brystet mitt, og kroppen min skvatt til.

Da jeg våknet, sa jeg til legen at jeg hadde sett at han satte plater på brystet mitt. Jeg forsøkte å fortelle det til mor også, men ingen ville høre på meg. Jeg sa det til læreren min en dag, og hun fortalte det til deg. "

Moody: "Jason, hva tror du om alt dette? Dette skjedde jo med deg for tre år siden. Har det forandret deg på noen måte? Hva tror du det betyr?"

"Vel, jeg har tenkt ganske mye på det. Etter min oppfatning døde jeg. Jeg så det stedet dit vi skal når vi dør. Jeg er ikke redd for å dø. Det jeg lærte der, er at det viktigste er kjærligheten mens vi lever.

Ifjor døde en gutt i klassen. Han hadde blodkreft. Ingen ville snakke om det, men jeg sa at Don hadde det bra der han var og at døden ikke er så mye å ta på vei for. Jeg fortalte de andre i klassen om den gangen jeg døde, og derfor fortalte læreren min det til deg. "

"Jason, la du merke til noe ved menneskene som var sammen med deg i tunnelen?"

"De to menneskene hjalp meg i tunnelen med det samme jeg kom dit. Jeg visste ikke akkurat hvor jeg va,; men jeg ville frem til lyset i enden. De sa til meg at alt ville bli bra og at de skulle føre meg inn i lyset. Jeg merket kjærligheten fra dem. Jeg så ikke ansiktene deres, bare omrisset av dem i tunnelen. Da vi kom ut i lyset, kunne jeg se ansiktene deres. Det er ikke så lett å forklare dette, for det var så helt annerledes enn det vi opplever her. Jeg har ikke ord for å forklare deL. Det var som de hadde på seg helt hvite kapper. Alt var opplyst. "

"Du nevnte at de snakket med deg. Hva sa de?"

"Nei, de snakket ikke. Jeg visste hva de tenkte og de visste hva jeg tenkte. "

"Du sa på et tidspunkt at du var død. Kan du fortelle meg om det?"

"Mener du da jeg svevde over syke bilen? Jeg så ned fra et punkt over syke bilen. Jeg visste at kroppen min lå i syke bilen, men jeg svevde over den. En av mennene i syke bilen sa han trodde jeg var død, og da jeg snakket til dem, hørte ingen meg, og dermed visste jeg at jeg var død. Med det samme jeg visste at jeg var død, åpnet denne tunnelen seg og jeg så lyset i den andre enden. Så hørte jeg en susende lyd. Det var morsomt å være der. "At barn har hyggelige minner om sin NDO, er et sunnhetstegn. Svært ofte knyttes barna til mennesker de traff "på den andre siden". Når de kommer tilbake, snakker de om den vakre kvinnen som tok seg av dem da de døde.

For meg er dette ytterligere en indikasjon på den positive innvirkning en NDO har på selv den "ikke-kondisjonerte" delen av befolkningen. Et barn er ikke redd for denne opplevelsen, og den virker ikke som en mental sykdom. Tvert imot - barna vil som regel føle en slags tilknytning til episoden sin. Denne "lengselen etter det vakre lyset" som en av pasientene fortalte meg, har gjort de fleste NDO-erne til bedre mennesker etter hvert som de er blitt eldre. Igjen må det understrekes at det er den spesielle kunnskapen de sitter inne med som gjør



dem vennligere og tålmodigere.

En eldre pasient som hadde hatt en NDO som barn, fortalte meg dette:

“Jeg kranglet aldri i familiekretsen som brødrene og søstrene mine. Mor sa det kom av at jeg hadde 'et annet syn på tingene'. Det er ikke umulig at hun hadde rett.

Men det var ganske enkelt slik at jeg visste at ingenting av det de kranglet om, hadde noen betydning. Etter at jeg hadde truffet lysvesenet, visste jeg at all denne kranglingen var meningsløs. Så når denslags begynte ifamilien, konsentrerte jeg meg om en bok og lot de andre finne ut av problemene sine. Mine problemer var blitt løst forlengst. Jeg har det på akkurat samme måten nå - over 30 år etter at det skjedde med meg.

## Andre forskeres konklusjoner

Det finnes ikke stort av medisinsk forskning omkring barn og NDO. Men det som finnes, fortjener absolutt oppmerksomhet ettersom disse forskerne har trukket sine egne konklusjoner om hva en NDO betyr for de aller yngste.

En av disse forskerne er David Herzog ved Massachusetts General Hospital i Boston. I en rapport om konkrete tilfeller som fikk navnet Near-death experiences in the very young, forteller dr. Herzog om en seks måneder gammel pike som ble innlagt på intensivavdelingen med en livstruende sykdom.

Hun fikk umiddelbart den nødvendige behandlingen, også oksygen for å stabilisere tilstanden, og etter kort tid kviknet hun til igjen.

Men flere måneder senere fikk hun panikk da brødrene og søstrene hennes ville ha henne til å krype gjennom en tunnel på et lokalt supermarked. Dr. Herzog, som satte merkelappen “tunnelpanikk” på dette fenomenet, sier at det samme skjedde ved flere senere anledninger.

“Ifølge moren,” står det i rapporten, “pleide pasienten å snakke svært fort når slike episoder inntraff. Hun var urimelig redd og overveldet, og det var som hun kjente denne tunnelen godt. Da piken var tre og et halvt år gammel og moren forklarte at bestemoren snart kom til å dø, svarte barnet: 'Må beste-mor gjennom tunnelen i supermarkedet for å få se Gud?’”

Selv om Herzog innrømmer at bildet av tunnelen er det samme som de voksne opplever, unngår han å fortolke denne episoden. Han peker derimot på at en NDO har behov for umiddelbar forståelse, trøst og beroligelse fra legenes og foreldrenes side.

“Hvis barnet får hjelp til å uttrykke sine følelser og forstå sine reaksjoner på tidligere traumatiske begivenheter, vil han eller hun ha lettere for å finne en løsning på gammel frykt og traumer i fortiden.”

Et annet konkret tilfelle beskrives av dr. Melvin Morse ved The Children's Orthopedic Hospital and Medical Center i Seattle i Washington. Rapporten gjelder en syv år gammel pike som holdt på å drukne i et svømmebasseng i nabolaget.

Morse så denne piken for første gang da hun ble brakt inn på førstehjelpsrommet. Han ga henne den nødvendige behandling og lot henne ligge i respirator i tre dager. Etter en uke på sykehuset, ble hun utskrevet.

Hun fortalte to uker senere under en kontrollundersøkelse at hun hadde hatt en NDO. Da hun fikk spørsmålet om hva hun husket fra denne opplevelsen, sa hun til legen at hun ikke husket annet enn at hun hadde snakket med “min himmelske far”. Da ble hun så forpint at hun nektet å snakke mer om det.

En uke senere snakket Morse med henne. Hun ble flau da han nevnte opplevelsen hun hadde hatt, men hun bestemte seg for å snakke med ham om denne opplevelsen fordi “det gjør godt å få snakke om den”. Hun ville ikke at det ble gjort optak av samtalen, og hun ville bare snakke om episoden etter at hun først hadde lagd tegninger av den. Morse skriver i rapporten:

Pasienten sa at det første hun husket da hun holdt på å drukne, var at hun “lå i vannet”. Hun slo fast “Jeg var død. Så kom jeg i en tunnel. Det var mørkt og jeg var redd. Jeg kunne ikke gå. En kvinne som het Elizabeth dukket opp, og det ble lysere i tunnelen. Kvinnen var høy, med lyst hår. Sammen gikk de til himmelen. Hun sa at “det var morsomt i himmelen. Det var lyst der og masse blomster.” Hun nevnte videre at det var en grense rundt himmelen som hun ikke kunne se bortenfor. Hun sa at hun traff mange mennesker der, blant andre besteforeldrene som begge var døde og en død tante. Og hun traff to voksne, Heather og Melissa, som ventet på å bli gjenfødt. Så traff hun “den himmelske far og Jesus” som spurte henne om hun ville vende tilbake til jorden. Hun svarte nei. Elizabeth spurte så om hun ville treffe moren sin. Det svarte hun ja på, og så våknet hun på sykehuset. Til slutt sa hun at hun hadde sett meg i førstehjelpsrommet, men hun kunne ikke fortelle noen andre detaljer fra de tre dagene hun lå i koma.

Morse tar for seg pasientens religiøse bakgrunn. Ettersom denne piken var mormoner, hadde hun fått høre at jorden bare er et stoppested på veien til himmelen. Hun var blitt fortalt at hun kom til å treffe de døde slektningene sine igjen -også tanten som døde to år før hun holdt på å drukne.

Moren hadde beskrevet døden som “å ta farvel med mennesker i en seilbåt. Vi kan bare gå ned til vannkanten og vinke til dem.” Sjelen ble beskrevet for henne som en hanske som tas av hånden i døden og som du får tilbake i himmelen.

Morse innrømmer at ting som skjedde i løpet av denne pasientens NDO - hun traff Jesus, så døde slektninger - passer godt til den religiøse oppdragelsen hennes. Men til tross for denne oppdragelsen påpeker han at opplevelsene hennes er de samme som mange ikke-religiøse mennesker som har hatt en NDO. Når de opplever at de passerer en tunnel, ser lysvesener, snakker med en gudeskikkelse og skuer inn i himmelen -gjorde hun det samme.

Han konkluderer - som andre forskere - med at den religiøse bakgrunnen ikke forandrer kjerne-opplevelsen hennes -bare fortolkningen av opplevelsen.

## Mer fra Morse

Etter dette konkrete tilfellet fra 1983 som vi tok for oss i det foregående avsnittet, har dr. Morse fortsatt med å studere nær døden opplevelser hos barn.

I 1985 utga han en studie som fikk tittelen *Near-Death Experiences in a Pediatric Population* der han intervjuet syv barn som var mellom 3 og 16 år gamle da de ble “kritisk syke” - noe som betyr at de overlevde en sykdomstilstand med høy dødelighetsfrekvens. I de fleste tilfellene dreide det seg om hjerte-stans som skyldtes traumer eller nesten-drukninger. Andre pasienter i samme aldersgruppen som hadde hatt alvorlige syk-dommer (ikke nødvendigvis livstruende) ble også intervjuet. De hadde ingen nær døden opplevelser.

Barna ble intervjuet minst to måneder etter at de ble utskrevet fra sykehuset. De var sammen med foreldrene sine, og de ble bedt om å fortelle hva de mente om barnets sykehistorie. Så ble begge, foreldre og barn, stilt spørsmål om hva barnet erindret fra sykehusoppholdet. Spørsmålene var for eksempel:

“Drømte du?” “Hva husker du fra den tiden du var bevisstløs eller da du sov?” Barna ble også bedt om å lage tegninger av opplevelsene sine.

Da intervjuet nærmet seg slutten, fikk barna en rekke ja-eller-nei-spørsmål om NDO-symptomer - for eksempel: “Så du en tunnel?” “Så du et lysvesen?”

Fire av de syv pasientene som hadde vært kritisk syke, fortalte at de hadde hatt en NDO. To av de fire sa at opplevelsen hadde hatt en beroligende virkning på dem. En av dem så en lys tunnel og en annen en mørk trapp, og to ble spurt av lysvesenet om de ville bli værende på det himmelske stedet, men bestemte seg for å vende tilbake.

Noen av intervjuene var ganske oppsiktsvekkende. En av pasientene som “døde” av hjertestans på operasjonsbordet, sa til foreldrene sine: “Jeg har en vidunderlig hemmelighet jeg vil fortelle dere. Jeg har vært halvveis til himmelen.” Han sa han

“var i en mørk trapp og klatret oppover”. Da han var kommet omtrent halvveis opp, bestemte han seg for å snu fordi han hadde en yngre bror som var død, og han mente at han ikke skulle være hos ham ennå fordi foreldrene ville bli så ensomme.

Ut fra denne undersøkelsen konkluderte Mr. Morse med at barn har stort sett den samme NDO som voksne. Han håpet videre at undersøkelsen hans ville gjøre andre leger oppmerksom på at slike opplevelser forekommer hos “et betydelig antall kritisk syke barn”. Men undersøkelsen fikk ham dessuten til å ta for seg et annet vanskelig spørsmål.

Må en person være døden nær for å få en NDO, eller kan man få denne opplevelsen med en sykdom som ikke er livs-truende?

Dette var spørsmålet dr. Morse forsøkte å besvare i den neste undersøkelsen sin. I denne forbindelsen arbeidet forskerne seg gjennom 202 sykejournaler for å finne 11 pasienter som hadde overlevd “kritiske sykdommer” som ble definert som isykelige tilstander med en dødsfrekvens på over 10 prosent. Disse tilfellene ble nærmere gransket sammen med 29 pasienter på samme alder som hadde overlevd “alvorlige sykdommer” - de som har en lav dødsfrekvens.

Selv om ingen av de alvorlig syke hadde hatt en NDO, hadde syv av de 11 erindringene som omfattet: å være utenfor kroppen (seks pasienter), komme inn i mørke (fem), beroligende og positive virkninger (tre), se hvitkledte mennesker eller vesener (tre), se klassekamerater eller lærere (to), se døde slektninger (en), komme til en grense (en), være i en tunnel (fire) og bestemme seg for å vende tilbake til kroppen sin (tre).



Intervjuene foregikk på samme måte som de dr. Morse hadde med barna om opplevelsene deres i den foregående studien. Men svarene var langt mer interessante. For eksempel - en 11 år gammel gutt fikk hjertestans i resepsjonen på sykehuset.

Plutselig:

Han husker at han var i sykehusresepsjonen og fornemmet en synkende følelse “som når du sitter i en bil og kjører over en kul i veien og det kiler i magen”. Han hørte en susende lyd og mennesker som snakket. Da svevde han oppunder taket i rommet også ned på kroppen sin som lå under ham. Det var halvmørkt i rommet, og kroppen hans var opplyst av et svakt lys. Han hørte en sykepleier som sa. “Jeg skulle ønske vi ikke var nødt til ågjøre dette” og sa på gjenopplivingsforsøkene som var i full gang. Han så at “sykepleieren smurte noe fett på kroppen min”, og så “ga hun plater til legen”. Platene ble plassert på kroppen hans og da “legen trykket på en knapp, var jeg plutselig tilbake i kroppen min igjen og sa på legen”.

Han merket store smerter da sjokket gikk gjennom kroppen hans, og han nevnte at han hadde hatt marena flere ganger om denne smerten som skrev seg fra elektrosjokkbehandlingen.

Sykepleiere som var til stede da dette skjedde, kan bekrefte at han åpnet øynene etter elektrosjokket og sa: “Det var virkelig uhyggelig. Jeg svevde over kroppen min og ble sugd tilbake inn i meg selv.” Han kunne ikke huske at han hadde sagt dette.

Et annet av intervjuobjektene husket at et to og en halv meter høyt vesen fulgte ham gjennom en tunnel. “Det var ikke Kristus,” forsikret han Morse. “Men det kan ha vært en engel som førte meg til Kristus.”

Morse konkluderte med at en kjerne-NDO bare oppleves av mennesker som overlever en kritisk sykdom eller av de som blir utsatt for livstruende påkjenninger.

## Jeg så meg selv som voksen

De siste par årene har jeg begynt å spørre barn om hvor gamle de er når de har sin NDO. Med andre ord - er den åndelige kroppen deres et barn eller en voksen? Et overraskende stort antall av dem sier at de er voksne under opplevelsen, men de kan ikke si noe om hvordan de kan vite dette.

Hvis man tror at det som skjer ved en NDO er at sjelen forlater kroppen, kunne det bety at selve ånden er en enhet uten alder som holder til i en kropp i stadig forandring. Når den så etter hvert sliter ut en kropp, fortsetter den til en annen verden.

En annen mulig forklaring er at lysvesenet får disse barna til å føle seg så vel, at de føler seg som om de er sammen med jevnaldrende. Dette kunne få dem til å tro at de er på samme alder som alle rundt dem.

En kvinne fortalte meg om en slik opplevelse som hun hadde hatt som barn.

Det var midt på dagen da jeg var syv år gammel. Jeg var på vei hjem fra skolen for å spise formiddagsmat. Det var en isete flekk midt i veien, og jeg løp bort til den for å skli slik unger pleier å gjøre. Men bena ble slått vekk under meg og jeg slo hodet mitt. Jeg kom meg opp og gikk de tre kvartalene hjem, men jeg var overhodet ikke klar.

Mor spurte meg om hva som var i veien, og jeg fortalte henne at jeg hadde glidd og slått hodet mitt. Hun ga meg en aspirin, men da jeg skulle ta tablettene, fant jeg ikke munnen min.

Hun sørget øyeblikket for at jeg la meg og ringte etter doktor. Det var da jeg besvimte. Jeg var borte i 12 timer, og i løpet av disse timene visste de ikke om jeg kom til å leve eller dø.

Jeg husker selvfølgelig ingenting av det. Det eneste jeg husker er at jeg våknet i et have full av blomster. Hvis jeg skulle beskrive dem, vil jeg si at de minnet om store, høye georginer. Det var varmt og lyst i denne haven, og den var så vakker.

Jeg så meg rundt i haven og fikk øye på dette vesenet. Haven var usedvanlig vakker, men alt bleknet når han var til stede. Det var den deiligste følelsen jeg noengang har hatt. Og selv om det er mange år siden, kan jeg fortsatt fornemme denne følelsen.

Vesenet sa til meg - uten ord - “Jaså, du går tilbake.” Og jeg svarte på samme måte: “Ja.” Han spurte hvorfor jeg ville vende tilbake til kroppen min, og jeg sa: “Fordi mor trenger meg.”

I dette øyeblikket kan jeg huske at jeg beveget meg nedover en tunnel og at lyset ble mindre og mindre. Og da jeg ikke kunne se lyset lenger, våknet jeg.

Jeg reiste meg, så meg rundt og sa: “Hallo, mor.”

Når jeg tenker tilbake på denne opplevelsen, vet jeg at jeg var fullvoksen da jeg befant meg i hans nærvær. Som sagt - jeg var bare syv år, men jeg vet at jeg var voksen.

Etter hvert som NDO-forskningen går fremover, vil vi kunne slå fast hvor utbredt dette fenomenet er.

## Konklusjon

For mange er nær døden opplevelsene til barn et bedre bevis på et liv etter døden enn opplevelsene som eldre mennesker har. Det er ikke så vanskelig å forstå hvorfor det er slik. Eldre mennesker har hatt bedre anledning og tid til å bli påvirket og formet av livserfaringene sine og all verdens religiøse forestillinger.

Barna har derimot betraktet denne opplevelsen med en annen friskhet. De har ikke hatt tid til å bli sterkt påvirket av det kulturelle miljøet de er omgitt av.

Men på det kliniske nivå er det viktigste aspektet ved et barns NDO gløttet inn i "livet bortenfor" som de får og hvordan dette påvirker dem for resten av levetiden.

De er lykkeligere og mer håpefulle enn de som omgir dem. De gir enda sterkere beviser for at en NDO er en positiv forvandling i et menneskes liv.

## Kap.4

### Hvorfor nær døden opplevelser opptar oss

Hittil har vi tatt for oss virkningene av en NDO på mennesker som har hatt en slik opplevelse. Men hvordan virker en NDO på menneskene omkring dem? Og hvorfor er folk flest så opptatt av nær døden opplevelser?

Da jeg skrev Life After Life for ti år siden, trodde jeg ærlig talt ikke at interessen for NDO skulle holde seg så sterk så lenge. Jeg trodde at dette kom til å bli et av de vitenskapelige feltene som forsvinner inn i forskningslaboratoriene og forelesningssalene, og så bare dukker opp igjen når en pasient får en NDO og har behov for forklaring og rådgivning.

Men selv om forklaringene på fenomenet nær døden opplevelser ikke nødvendigvis er blitt noe klarere, har folks interesse fortsatt å øke med uforminsket kraft. På mine reiser til forskjellige konferanser og folkemøter har jeg merket at mange fortsatt vil ha svar på de mest fundamentale spørsmålene som knytter seg til nær døden opplevelser:

- "Er NDO-erne virkelig døde?"
- "Hvordan ser NDO-erne på kroppene sine?"
- "Er en NDO en bekreftelse på religionen?"
- "Forekommer en NDO i litteraturen?"
- "Hvordan kan en kamp-NDO forklares?"
- "Kan en NDO gi håp til de sørgende?"
- "Hvordan innvirker en NDO på selvmordskandidater?"
- "Kan vitenskapen klare å bevise at NDO finnes?"
- "Interesserer NDO bare fordi det er noe nytt?"

I dette kapitlet har jeg tenkt å svare på disse spørsmålene så godt jeg er i stand til det. Men først vil jeg gjerne vise hvorfor nesten-døden kan være mer skremmende for de levende enn døden selv.

For mange år siden fortalte en psykiater meg om en episode som inntraff på et fly da han var på vei tilbake til USA etter et besøk i India.

Da middagen ble servert, ble en av passasjerene svært syk. Det var mange leger til stede som kom for å hjelpe. Men selv etter at de gjorde sitt beste for å gjenopplive ham, så det ut til at han var død.

Kroppen hans ble liggende i midtgangen, dekket med tepper. Atmosfæren, som hadde vært preget av spent nysgjerrighet, ble roligere, og utrolig nok fortsatte passasjerene å spise middag.

Etter noen få minutter la flere av passasjerene merke til bevegelser under teppet. De ropte på legene igjen, og denne gangen klarte de å gjenopplive mannen.

Det psykiateren nå registrerte, var at ingen fortsatte å spise. Da han begynte å spørre ut dem som satt nærmest ham, viste det seg at folk var mer redd når et menneske hadde vendt tilbake fra de døde enn for selve døden.

Vi mennesker har satt forskjellige grenser i tilværelsen, og vi plasserer noen fenomener på den ene siden av denne mentale grensen og andre på den andre siden. Som barn lærer vi for eksempel forskjellen på piker og gutter. Og senere i livet blir vi ofte temmelig forvirret når noen krysser denne grensen -enten det nå dreier seg om transseksuelle eller transvestitter.

Vi tror at "én kropp, ett jeg" er en naturlov. Når vi derfor møter mennesker med mange personligheter, blir våre mentale grenser brutt ned av tanken på at mer enn ett jeg kan holde til i den samme kroppen.

Vi lærer at mennesker er én ting og dyr er noe annet. Så når det finnes barn som er oppdratt av ulver og aper, trues grensene våre og vi blir svært urolige. Det samme skjer når vi fascineres av siamesiske tvillinger og elefantmannen. De representerer en utfordring til grensene våre og får oss til å stille spørsmålsteget ved disse grensene som vi alltid har tatt for gitt.

Sammenhengen mellom alt dette og hvorfor vi er så opptatt av NDO, burde være åpenbar.

Grensen mellom liv og død er den mest bekymringsfulle av dem alle. Vi lærer at døden er noe vi bør unngå. Vi forsøker å holde tankene på døden borte fra vår bevissthet og lærer som regel litt etter litt hva døden innebærer.

Det er skillelinjen mellom liv og død som NDO utfordrer. Mange ganger i løpet av de siste 20 årene har jeg sett interessen, fortryllesen i ansiktene i en tilhørerskare når noen forteller om sin nær døden opplevelse. Det ser ut til at mange mennesker aldri blir vant til tanken på at et menneske som står foran dem, ikke bare har "kommet tilbake fra de døde", men at han har vært vitne til noe av åndelig karakter som mange mennesker oppfatter som et liv etter døden.

## Er NDO-ere virkelig døde?

En gang etter et foredrag jeg holdt om arbeidet mitt, kom en eldre dame opp til meg fra salen. Hun hadde mistet mannen sin et års tid i forveien, sa hun. Han hadde dødd av et hjerteattakk etter at legene forgjeves hadde forsøkt å få liv i ham igjen. Etter at hun nå hadde hørt om NDO-ere som hadde hatt et hjerteattakk og ble gjenopplivet, var det to ting som sto i hodet på henne: hadde legene gitt opp for fort å få liv i mannen hennes? Og hvor langt inn i døden er egentlig NDO-erne?

Jeg gikk forsiktig rundt det første spørsmålet hennes. Ettersom jeg ikke hadde vært til stede, sa jeg, var det helt umulig for meg å si om ikke alt det som kunne gjøres, ble gjort.

Det andre spørsmålet - hvor langt inn i døden er egentlig NDO-erne - er det vanskelig å svare på. Mange ganger er gjenopplivingsforsøkene stoppet fordi legene ikke finner tegn til liv. Andre ganger er det ingen utslag på EEG-monitoren som er koblet til hjernen, og det betyr at det ikke registreres noen hjerneaktivitet. Men likevel forekommer det at disse menneskene vender tilbake til livet, og ingen medisinerer kan egentlig forklare hvorfor.

Etter den klassiske definisjonen er døden en tilstand man ikke vender tilbake fra. Den defineres som uavvendelig. Ettersom alle NDO-ere har kommet tilbake, var de aldri virkelig døde. Det som skjedde, var at forskjellige dødsriterier ble oppfylt. For eksempel - hjertet sluttet å slå gjennom lengre tid, de pustet ikke - og så videre. Det finnes visse tilfeller der hjerneaktiviteten slutter og så spontant setter i gang igjen. Noen får til og med hypotermi (en dramatisk senkning av kroppstemperaturen) og viser ingen tegn til hjerneaktivitet før de begynner å bli varme igjen.

Selv om de er langt inne i døden, er de pr. definisjon ikke helt fremme ennå. Mange av disse situasjonene aktualiserer femminuttersregelen som slår fast at hvis hjertet stopper i mer enn fem minutter, er det ingen grunn til å fortsette gjenopplivingsforsøkene fordi hjernen da vil ha et håpløst underskudd på oksygen. Med moderne gjenopplivingsteknikker er det mulig at denne tommelfingerregelen må omvurderes.

En mann jeg kjenner ble hardt skadet i en bilulykke og kjørt til intensivavdelingen på et sykehus der han ble erksært død ved ankomsten.

Han ble lagt på en bære og plassert bak et forheng. Der ble han liggende mens legene arbeidet med andre som var kommet til skade ved den samme ulykken. Flere timer senere skulle "liket" flyttes til en annen avdeling. Da rørte det plutselig på seg!

Til tross for at det ikke fantes livstegn, som for eksempel puls eller pupiller som fungerer, var denne mannen

i live og er det den dag i dag.

En annen mann går rundt med sin egen nekrolog på seg. Han ble sendt på sykehuset, erklært død og sendt videre til lik-huset med et laken over seg. Utrolig nok livnet han plutselig til noen få timer senere.

Lærdommen vi kan trekke av dette, er at det fortsatt er mye vi ikke vet om dødens fysiologi. I teknisk forstand er NDO-erne aldri ordentlig døde, men de har vært nærmere døden enn de fleste av oss.

## Hvordan betrakter NDO-ene kroppene sine?

En nær døden opplevelse får mange til å tenke på kroppene sine på en annen måte. De fleste NDO-erne jeg har snakket med, oppfatter kroppen sin som en bolig for ånden. Dermed blir de mindre redde for verden omkring og for andres mening om utseendet.

Jeg kan nevne et eksempel. En NDO-er som er blitt en av mine beste venner, levde et helt alminnelig liv helt til hun "døde" av en hjertestans under en galleblæreoperasjon. Legen gjorde iherdige forsøk på å få hjertet hennes igang igjen i over 20 minutter før han sluttet og ga assistentene sine på operasjonsstuen beskjed om å fylle ut dødsattesten. En antydning til liv gjorde at han forsøkte å få liv i henne enda en gang, og endelig begynte hjertet hennes å slå.

I løpet av denne tiden opplevde hun å bli adskilt fra kroppen sin og hun så legene og sykepleierne mens de forsøkte å redde livet hennes. Hun steg opp i en tunnel til et vakkert rike som var preget av lys og kjærlighet og der hun svært detaljert gjenopplevde hele livet sitt. Hun så slektninger og venner som hadde dødd i tidligere år, og hun fikk til og med valget mellom å bli og å vende tilbake. Selv om det var svært vanskelig å bestemme seg, valgte hun til slutt å vende tilbake til sitt jordiske liv på grunn av datteren og mannen sin.

Etter den begivenheten for 10 år siden er helsen hennes blitt stadig dårligere. Hun har sukkersyke og kroniske ryggradsproblemer som har gjort det nødvendig med flere operasjoner.

Men til tross for dette har jeg aldri så lenge jeg har kjent henne hørt henne klage over smerter eller plager. Selv om livet må ha vært svært vanskelig for henne i perioder, er det nærmest et slags forklart alvor over henne. Jeg fikk for ikke lenge siden høre at hun hadde trosset begrensningene som den forpinte kroppen innebar ved å besøke en fornøylespark og forsøke samtlige attraksjoner, blant annet en berg-og-dal-bane. For meg står dette som et symbol på hennes tro på et liv etter døden.

Mange mennesker som har en utenfor kroppen opplevelse under sin NDO, kjenner ikke engang igjen kroppen de har forlatt som sin egen. Jeg har hørt mange NDO-ere si at før denne opplevelsen var de vant til å kjenne igjen seg selv ved å bruke speil eller se på fotografier. Men nær døden opplevelsen fikk dem til å betrakte kroppen sin på en annen måte.

En av de mest minneverdige eksemplene på dette har vi fra en psykiater som fikk en NDO. Etterpå sa han: "I livet tror du kanskje du vet hvordan du ser ut. Men når du kommer ut av kroppen din og ser din fysiske kropp, er det svært vanskelig å se hvilken av alle kroppene i verden som er din egen."

I hans tilfelle ruslet han rundt i et militærpsykiatrihus og så på alle kroppene i sengene, men han klarte ikke å finne ut hvilken av dem som var hans. Han hadde gått ut av kroppen sin og ut av sykehuset og forsøkt å komme seg hjem. Men da det gikk opp for ham at ingen hverken så eller hørte ham, gikk han tilbake igjen og forsøkte å finne seg selv.

Han hadde store problemer med å klare dette helt til han oppdaget en kropp med en lege-ring og skjønnte at det måtte være han som lå der.

En annen mann jeg kjenner, falt ned fra en reklametavle mot noen høyspentledninger. Han mistet begge beina og den ene armen på grunn av brannskadene. Han hadde en NDO mens han lå på operasjonsbordet. Da han så ned på sin egen kropp, var den første tanken som dukket opp i hodet hans denne: "Se på den stakkars mannen." Han registrerte ikke at kroppen som lå på bordet var hans egen. Da det omsider gikk opp for ham at den hardt skadde kroppen var hans egen, la han merke til noe annet merkelig: den åndelige kroppen hans var ikke skadet på noen måte.

Mange handikappede mennesker som får en NDO, konstaterer at handikappene deres er forsvunnet. Etter min erfaring bevirker en NDO at de handikappede blir mer tolerante overfor sine egne problemer.

Selv om mange NDO-ere tenker på kroppene sine som boliger for ånden, vil jeg ikke dermed antyde at de begynner å ta sjanser på grunn av opplevelsen. De utvikler ingen fandenivoldsk innstilling av det slaget mange fallskjermhoppere og fjellklatrere har. NDO-erne blir heller mer forsiktige med kroppene sine.

# NDO som en religiøs bekreftelse

Selv om enkelte forskere antyder at en NDO skyldes en intens Gudstro og en sterk overbevisning om et liv etter døden, er det et faktum at ikke-troende like ofte får slike opplevelser.

I løpet av de årene jeg har vært i kontakt med slike mennesker, har jeg konstatert at det finnes NDO-ere med alle mulige typer religiøs bakgrunn. Noen har sagt til meg at før opplevelsen, trodde de ikke på Gud. Andre har sagt at de var sterkt religiøse.

Det interessante er at etter en NDO ser virkningen ut til å bli den samme uansett. Mennesker som ikke var særlig religiøse før opplevelsen, sier etterpå at de tror på Gud og at de er-kjenner den store åndelige sannheten. Det samme gjør de som har trodd på Gud hele tiden.

Begge gruppene kommer ut av dette med en religiøs erkjennelse som er annerledes enn den snevre religiøsitet som forkynnes av de fleste kirkesamfunn. De forstår, takket være denne opplevelsen, at religion ikke er et spørsmål om at en gruppe "har rett" og at en annen gruppe "tar feil". Mennesker som har hatt en NDO, sier etterpå at religion er et spørsmål om din evne til å elske - ikke om doktriner og bekjennelser. Kort sagt, de mener etter opplevelsen at Gud er et ganske annerledes mektig vesen enn de trodde på forhånd og at trosretninger ikke spiller noen rolle.

Et godt eksempel på dette er en eldre dame i New Hampshire som hadde en NDO etter en hjertestans. Hun hadde vært sterkt religiøs og en rettroende lutheraner helt siden barndom-men. Men etter opplevelsen ble hun mer avslappet og muntre-re. Da familien ba henne forklare at hun hadde begynt å oppføre seg så annerledes, sa hun ganske enkelt at hun forsto Gud etter opplevelsen og innså at han overhodet ikke bryr seg om kirkelige læresetninger.

Det finnes mange trosretninger rundt om i verden som uten videre aksepterer NDO som en dør inn til den åndelige verden. Det største kirkesamfunnet i Vesten som gjør dette, er Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige, bedre kjent under navnet mormonkirken.

Mormondoktrinen støtter synet på en NDO som et gløtt inn i den åndelige verden. De tror at ånde verdenen er en dimensjon som ikke kan fattes av de levende, men at den bebos av dem som har forlatt sin fysiske kropp.

Mormonernes Journal of Discourses, som er kommentarer til mormonernes tro skrevet av menighetenes eldste, hevder at den åndelige kropp beholder den fysiske kroppens fem sanser (syn, hørsel, følelse, smak og lukt) og at den har "økt kapasitet" og evnen til å vurdere mange forskjellige tanker samtidig. Den kan også bevege seg med lysets hastighet, se i mange forskjellige retninger på én gang og kommunisere på mange andre måter enn gjennom tale. Og dessuten er den fri for vanførhet og sykdommer.

Mormonernes læresetninger sier at ånden kommer inn i kroppen ved fødselen og forlater den ved døden. De definerer død som "bare en forandring fra en tilstand eller eksistenssfære til en annen".

Vi skal snu oss og betrakte den (dødsdalen) og tenke når vi har krysset den: Dette er det beste som har skjedd i hele min eksistens, for jeg har beveget meg fra en tilstand med sorg, bedrøvelse, elendighet, smerte, kvaler og skuffelser til en eksistens der jeg kan nyte livet i fulle drag i den grad dette er mulig uten kropp.

Mange av særtrekkene ved en NDO blir beskrevet av mormonlederne. En av dem sier: "Lyset og klarheten i den neste boligen lar det seg ikke gjøre å uttrykke." Dette er i bunn og grunn det samme som å bli omgitt av et beroligende lys. En annen sier: "Der som her vil alt være naturlig, og du vil forstå tingene slik du nå forstår tingene rundt deg." Dette er i overensstemmelse med mange NDO-ere som opplever en slags universell innsikt.

At man får se slektninger og venner etter døden, støttes i Journal of Discourses.

Vi har flere venner bak sløret enn på denne siden, og de vil hilse oss med større glede enn du noen gang ble ønsket velkommen med av dine foreldre og venner i denne verden. Og du kommer til å glede deg mer når du treffer dem enn du noen gang gledet deg over å se en venn i dette liv.

Noen mormonledere sier at "enkelte ånder som har opplevd døden, kalles tilbake for å ta bolig i sin fysiske kropp igjen. Disse menneskene gjennomgår den naturlige eller midlertidige død to ganger."

Kanskje en av de mest berømte av disse mormon-nær døden opplevelsene gjelder Jedediah Grant og ble beskrevet av kirkelederen Heber Kimball for Journal of Discourses.

Han sa til meg: Broder Heber, jeg har vært i den åndelige verden to netter på rad, og av alle de redsler som har rammet meg, var den største at jeg måtte vende tilbake til kroppen min. Men jeg var nødt til å gjøre det.

Det som fylte Grant med ærefrykt, var at han møtte sin avdøds kone og datter foruten mange venner mens han var i ånde verdenen.

Hsså sin kone - hun var det første mennesket som kom til ham. Han så mange han kjente, men han snakket

ikke med noen andre enn sin kone Caroline. Hun kom til ham og han sa at hun var vakker. Hun hadde den lille datteren deres, som døde ute på prærien, i armene sine, og hun sa: "Mr. Grant, dette er lille Margaret. Du vet at ulvene åt henne opp. Men det gjorde henne ikke noe. Her har du henne. "

I Bibelen nevnes også et liv etter døden. Paulus beskriver hva slags kropp vi kommer til å få i det hinsidige.

Paulus' første brev til korinterne, kap. 15, vers 35-52. Men en kunne si: "Hvorledes oppstår de døde? Og med hva slags legeme kommer de frem?" Du dåre! Det du sår, blir ikke levende-gjort uten det dør. Og når du sår, sår du ikke det legeme som skal bli, men et nakent korn, kan hende av hvete eller av noget annet slag. Men Gud gir det et legeme etter sin vilje, og hvert slags sæd sitt eget legeme. . . Og der er himmelske legemer, og der er jordiske legemer: men én herlighet har de himmelske legemer, en annen de jordiske. . . Så er det og med de dødes oppstandelse. Det sås i forgjengelighet; det oppstår i uforgjengelighet; det sås i vanære, det oppstår i herlighet; det sås i skrøpeligheit, det oppstår i kraft; der sås et naturlig legeme, der oppstår et åndeilig legeme. Så visst som det gis et naturlig legeme, gis det og et åndelig legeme. . . Se, jeg sier eder en hemmelighet Vi skal ikke alle hensove, men vi skal alle forvandles, i et nu, i et øyeblikk, ved den siste basun. For basunen skal lyde, og de døde skal oppstå uforgjengelige, og vi skal forvandles.

## NDO i litteraturen

Det bør understrekes at det finnes en hel genre innen film og litteratur som dreier seg om å vende tilbake fra de døde. Dessverre har disse eksemplene som regel et typisk skrekkepreg i den forstand at de døde vender tilbake til de levendes land med noe ondt i sinne.

Selv om en NDO som regel innebærer en form for tilbake-vending fra de døde, vil følgene være helt annerledes enn når det dreier seg om en vampyr eller Frankenstein. En NDO vil som regel være godartet og slett ikke ødeleggende. Den gir håp og fred og er ikke mørk og skremmende.

Det finnes mange eksempler på en NDO i den store litteraturen. I for eksempel Charles Dickens' A Christmas Carol forvandles Ebenezer Scrooge fra å være en gjerrig og kynisk enkemann til å bli "en like god venn, arbeidsgiver og et like godt menneske som det fantes i den gode, gamle byen" - etter at han hadde en slags nær døden opplevelse.

I denne klassiske fortellingen møter han tre spøkelses - julen før, nå og i fremtiden - som tar ham med på et tilbakeblikk på livet hans, og de havner ved graven hans.

I dette tilbakeblikket, der han følges av lysvesenene, forvandles Scrooge. Han angrer dypt på at han ikke har vist større kjærlighet til andre. Da denne opplevelsen nærmer seg slutten, er Scrooge blitt et nytt menneske. Nå er han innstilt på å vise medfølelse for andre og ta igjen det han har forsømt.

Det er også henvisninger til en NDO i Victor Hugos vidunderlige roman Les Misérables. Hovedpersonen, Jean Valjean, forfølges hele livet igjennom av en politimann fordi han rømte fra et fengsel der han var satt inn fordi han hadde stjålet et brød for å gi det sultne barnet til søsteren sin noe å spise.

Gjennom hele romanen gjør han forskjellige velgjerninger.

Blant annet tar han seg av en utsultet, gravid kvinne som heter Fantine og som omsider dør. Hugo beskriver dette slik:

Jean Valjean tok Fantines hode mellom hendene sine og la det på puten - slik en mor ville ha gjort det med barnet sitt. . . Da han hadde gjort dette, lukket han øynene hennes.

I dette øyeblikket virket Fantines ansikt underlig opplyst. Døden er inngangen til det store lyset.

Og om Valjeans død skrev Hugo:

For hvert øyeblikk som gikk ble Valjean svakere. . . Det ukjentes lys var allerede synlig for øynene hans.

Og så Valjeans siste ord:

Elsk hverandre inderlig b<sup>1</sup>/<sub>4</sub>etandig. Det finnes knapt noe annet i verden enn dette - å elske hverandre. . . Jeg ser et lys. . . Jeg dør lykkelig.

Da Katherine Anne Porter skrev Pale Horse, Pale Rider, en tragisk historie som foregår mot slutten av andre verdenskrig, trekker hun veksler på et influensaanfall hun selv hadde og som holdt på å ta livet av henne.

I det første kapitlet tok jeg med utsnitt fra et intervju hun ga om denne antydningen til en kontakt med et liv etter dette. Her følger et avsnitt fra Pale Rider, der romanpersonen Miranda ser slektninger som har vært døde

lenge:

En stor menneskefiokk kom mot Miranda, ubesværet som sky-er gjennom lysskimrende luft, og hun oppdaget forbløffet og glad at dette var alle de levende menneskene hun hadde kjent. Ansiktene deres var forvandlet, hvert hadde sin egen skjønnhet ut over det hun husket om dem. Øynene deres var like klare og bekymringsløse som en solskinsdag, og de rommet ingen skygger. De var rene identiteter og hun kjente dem alle sammen uten å nevne dem ved navn eller huske hva slags forhold hun hadde til dem. De omsluttet henne umerkelig på lydløse føer før de snudde de henvførte ansiktene sine nok en gang mot havet. Og hun beveget seg blant dem like lett som en bølge mellom bølger.

Det finnes mange andre eksempler på nær døden opplevelser i litteraturen - fra Ernest Hemingways brev til Thornton Wilders fortellinger. Poenget er at disse opplevelsene har en plass i litteraturen, og at de ikke må settes i bås med de spennende, men helt annerledes, spøkelseshistoriene.

## En forklaring på “kamp-NDO”

Det hender at mennesker opplever opphøyede bevissthetstilstander uten at de har pådratt seg noen skader. De kan befinne seg i en livsfarlig situasjon - en kampsituasjon under en krig er det beste eksemplet - og plutselig konstaterer de at sansningen deres er blitt helt annerledes.

Denne opplevelsen har enkelte blandet sammen med en NDO. Dermed stiller de det logiske spørsmålet: Hvordan kan noen som hverken er syk eller traumatisert få en NDO?

Mitt svar er at dette ikke dreier seg om en NDO. For å si det kort innebærer ikke disse intense opplevelsene de karakteristiske trekkene til en NDO. Fenomener som at man beveger seg gjennom en tunnel eller kommer inn i et vakkert lysrike, er det ingen som har fortalt om fra en såkalt “kamp-NDO”. For det meste dreier det seg om korte erindringsglimt fra personens tidligere liv, eller også er det som om alt begynner å gå langsommere. Det hender også at slike opplevelser innebærer “å dra et annet sted” - muligens for å unngå den ubehagelige situasjonen de befinner seg i.

En kamp-NDO innebærer ikke den ekstatiske tilstanden som “vanlige” NDO-ere forteller om, men likevel er en kampNDO absolutt en opplevelse som må sies å være beslektet med en vanlig NDO.

Her følger en beskrivelse av en kampopplevelse slik jeg fikk kjennskap til den av en veteran fra den andre verdenskrig:

Dette skjedde med meg på Sicilia under invasjonen av Italia. Avdelingen min var på vei over et jorde da vi ble låst fast av et

tysk maskingeværrede. Etersom jeg var sersjant i denne avdelingen, mente jeg det var min plikt å bli kvitt dette redet slik at vi kunne fortsette fremrykkingen.

Jeg gikk en omvei og brukte en frukthage som beskyttelse. Etter en halv time begynte jeg å nærme meg tyskerne bakfra. Jeg følte meg ekstatisk. Der så jeg dem alle tre i en stilling de hadde gravd på den andre siden av en bro. De var så opptatt av å holde avdelingen nede at ingen av dem kastet et blikk bak seg. Jeg kunne antagelig ha stilt meg to metér bak dem uten at de hadde oppdaget meg. Jeg overveide å gjøres, men i stedet kastet jeg en håndgranat da jeg kom utpå broen.

Jeg kan huske at jeg trakk ut splinten og gjorde meg klar til å kaste da jeg var omkring 20 meter unna. Jeg løftet armen, og ilke før jeg kastet granaten ned i hullet til dem, ropte jeg: “ Takk og farvel!” Så slengte jeg meg ned og ventet.

Og ventet og ventet. Granaten eksploderte ikke. Det var en bhndgjenger - ikke mer verdt enn en stein.

Før jeg rakk å foreta meg noe som helst, snudde de maskingeværet mot meg og begynte å skyte. Jeg gjorde meg så liten som mulig og ventet bare på å bli truffet. Men de traff meg ikke. Kanskje var det broen som ga meg beskyttelse eller kanskje det var rent hell, men de klarte ikke å treffe meg.

Da skjedde det noe merkelig. Mens jeg lå ders forlot jeg plutselig kroppen min - og Sicilia, for den saks skyld. Jeg “reiste” til en ammunisjonsfabrikk i New Jersey der jeg svevde over et samleband hvor endel kvinner var i sving med å montere håndgranater. Jeg forsøkte å snakke til dem og be dem konsentrere seg om arbeidet, men de hørte ikke på meg. I stedet fortsatte de å prate mens de arbeidet.

Jeg hadde en fornemmelse av at jeg var der i 15-20 minutter. Så befant jeg meg plutselig i Italia igjen og lå på denne broen, fortsatt i live. Men nå trodde tyskerne at jeg var død og de hadde snudd maskingeværet den andre veien igjen. Jeg reiste meg, trakk sphten ut av en annen håndgranat og kastet den. Denne gangen eksploderte den.



Avdelingen hadde sett alt sammen og trodde jeg var død, og alle ble forbauset da de så at jeg fortsatt var på bena. Jeg tok det helt rolig, så rolig at kompanisjefen sendte meg til en psykolog. Jeg fortalte ham hva som hadde skjedd, og han friskmeldte meg og sendte meg til fronten igjen.

Han fortalte meg at han hadde hørt at noe lignende hadde skjedd med andre. Han sa også at jeg skulle holde denne episoden for meg selv, for da ville jeg slippe å bli sendt til ham igjen. Og jeg fulgte rådet hans.

Som man ser, er denne opplevelsen helt annerledes enn en NDO, og disse fenomenene bør ikke blandes sammen. Men den bør granskes nærmere ettersom slike opplevelser forekommer ofte hos soldater i kamp eller hos andre mennesker som befinner seg i like vanskelige situasjoner.

## Håp for den sørgende

Den sterkeste sorg rammer dem som mister en av sine nærmeste. Mange synes det er lettere å bære sorgen når de får høre om nær døden opplevelser.

Kort tid etter at *Life After Life* var kommet ut, fikk jeg et brev fra en familie der datteren var blitt myrdet. Hun var en ung, begavet universitetslærer som ble drept av en innbruddstyv som hun overrasket. Hun var enebarn, og foreldrene hadde hatt det svært vanskelig etter at hun døde.

De skrev i brevet at etter at de hadde lest om nær døden opplevelsene, hadde de mye lettere for å forsone seg med det smertelige tapet.

Alle vi som har drevet NDO-forskning, har historier om mennesker som har forsont seg med at en nær slektning har gått bort etter at de har fått høre om nær døden opplevelser. Jeg tror at NDO får mange sørgende mennesker til å innse at døden er en overgang til et annet sted. De forstår at selv om begivenhetene som fører frem til døden, kan være pinefulle, finnes det ikke smerte og faktisk en sterk følelse av lettelse så snart vedkommende forlater kroppen sin.

Og hvis vi skal dømme ut fra mange nær døden opplevelser, skal vi forenes med våre kjære i den åndelige verden. Det er også en trøst for mange mennesker.

## NDO-virkningen på selvmordskandidater

Den beste fremgangsmåten når man skal finne ut hvordan en NDO virker i denne sammenhengen, er å se nærmere på dem som har hatt en NDO i forbindelse med et selvmordsforsøk.

Dr. Bruce Greyson, som har gjort omfattende undersøkelser av slike mennesker, har slått fast at trangten til å begå selvmord forsvinner ikke bare etter en NDO, men også når selvmordskandidatene får kjenneskap til at det finnes noe slikt som en NDO.

Greyson er professor i krisepsykiatri ved University of Connecticut og arbeider med selvmordsforsøk daglig. Han har kommet til at når man sammenligner en gruppe mennesker som har hatt en NDO som en følge av selvmordsforsøk med en gruppe som ikke hadde hatt slike opplevelser viser et ses at nesten ingen av NDO-erne forsøkte å ta livet av seg igjen. På den annen side var det en høy prosentdel av de som ikke hadde hatt en NDO som gjorde et nytt forsøk på å begå selvmord. Det lot til at de som hadde hatt en NDO, ble kurert for sine selvmordstendenser.

En annen forsker i New York la frem konkrete eksempler på studier av nær døden opplevelsene til pasienter som forsøkte å ta livet av seg. Han kunne konstatere at tanken på selvmord som løsning ble borte. Dette eksperimentet er blitt gjentatt mange ganger med samme resultat. Når folk får en nær døden opplevelse, tar de ikke sitt eget liv.

Jeg synes ikke dette er særlig overraskende. Håpløshet er ofte grunnen til at mennesker forsøker å ta livet av seg. De synes livet er en byrde, og de har ingen åndelig eksistens. En NDO fyller dette tomrommet. Disse menneskene syntes tidligere at livet ikke førte noe sted hen, men nå føler de at et rikt og tilfredsstillende liv etter dette venter dem. Denne vissheten vil lette byrdene de har i dette liv. Det får dem til å synes at livet er verdt å leve.

En venn av meg registrerte denne reaksjonen hos en av naboene sine som holdt på å begå "selvmord" rett og slett fordi hun vanskjøttet seg selv.

Plutselig en dag var telefonen hans død. Ettersom de fleste av naboene hans var på arbeid, gikk han til en ensom, gammel dame for å spørre henne om han kunne få låne telefonen hennes og ringe feilmeldingen.

Han ringte på og hørte at hun kom subbene, langsomt og tungt fra den andre enden av huset. Hun slapp ham inn og følte seg så utslitt etter denne anstrengelsen at hun måtte sette seg ved kjøkkenbordet og puste inn oksygen fra en grønn flaske.

Da han var ferdig med å ringe, snakket han med henne og fikk vite at det ikke feilte henne noe. Hun var ganske enkelt gammel og deprimert, sa hun, og all denne sittingen innendørs hadde gjort henne så svak at legen hadde gitt henne en oksygenflaske for at det skulle bli lettere for henne å bevege seg...

Vennen min ville ikke uten videre slå seg til ro med dette. Han mente at hun holdt på å omkomme av mangel på mosjon, og han bestemte seg for å gi henne noe som kunne forandre sinnsstemningen hennes. Han gikk hjem og fant frem et eksemplar av Life After Life, og spurte om hun var interessert i å lese den.

Noen få dager senere så han henne gå langsomt oppover gaten med boken i hånden. Hun takket vennen min overstrømmende og sa at dette var første gang hun hadde vært ute av huset på over et år fordi det var første gang hun hadde lyst. Hun syntes ikke lenger det var så ille å bli gammel og vite at det snart var slutt. Håpet om et liv etter livet gjorde henne mer villig til å akseptere situasjonen her og nå.

Nå kan vennen min fortelle at denne kvinnen er blitt en aktiv havebruker og at hun ikke lenger trenger de store, grønne oksygenflaskene.

## Ville vitenskapen bli forandret hvis NDO lot seg bevise?

Vitenskapsmennene forteller oss at verden styres av forskjellige naturlover. Forestillingen om at for eksempel tyngdekraften gjør at vi blir værende på planeten, er en forenkling av tyngdekraftloven. En annen av disse lovene slår fast at alle livsformer på jorden er karbonbasert. Vitenskapens verden baserer seg på disse og mange andre antagelser, og det er gjort store fremskritt fordi vi kjenner til og innretter oss etter disse lovene.

Hvis vi åpnet for en ny dimensjon ved å bevise at det finnes et liv etter døden, ville det revolusjonere vitenskapen fordi vi innførte andre dimensjoner enn dem vi kjente i dag, og de måtte studeres vitenskapelig.

Hvis det for eksempel ble bevist at en person kunne forlate kroppen sin og bevege seg gjennom en vegg bare med tankens kraft, ville det forandre vitenskapens måte å oppfatte reising og kommunikasjon på, for ikke å snakke om egenskapene til alt levende.

Det ville gi et helt annet univers som absolutt ville være langt mer utviklet enn det vi nå holder til i. En slik påvisning ville få så store implikasjoner at det nær sagt ikke lar seg beskrive.

Kan du forestille deg å trenge inn i en annen dimensjon og få kontakt med forlengst utdødde sivilisasjoner?

Eller kunne du tenke deg hva det ville bety for alt som heter krigføring hvis det ble bevist at det finnes en ånde verden? Jeg tror det ville gjøre all krigføring fullstendig avlegs.

Hvis sivilisasjonen visste at det fantes en ånde verden der kjærlighet og kunnskap var det eneste som betydde noe og at alt det kriger ble utkjempet for - penger, land, politisk makt bare hadde verdi her på jorden, ville det utvilsomt forandre våre holdninger og oppfatninger om mennesker vi betrakter som våre fiender.

Det ville få oss til å se på disse menneskene i et nytt lys. Hvis det fantes en ånde verden, ville det jo innebære at vi skulle tilbringe en evighet sammen med disse menneskene. Det ville også innebære at i vårt liv etter livet ville vi vite presis hva de mente om livet etter livet - og de ville vite hva vi mente.

Bare vissheten om at et slikt rike eksisterte, ville ganske sikkert gjøre oss mer tolerante overfor hverandre.

Når det gjelder nær døden opplevelsene, står vi overfor det problemet at det ikke lar seg gjøre å føre direkte bevis. Det har ikke vært mulig å underkaste dem noen direkte, vitenskapelig granskning. Før NDO-fenomenet kan gjenskapes, vil det ikke være mulig for vitenskapen å akseptere disse historiene som annet enn bevis på noe som skjer med mennesker som holder på å dø.

Selv om disse anekdotene har virket svært overbevisende på meg og en rekke andre leger, vil det alltid kunne settes et spørsmålstegn ved en NDO så lenge den ikke kan gjentas.



## Skyldes NDO-interessen at dette er in?

Det finnes dem som hevder at NDO-fenomenet interesserer folk fordi dette er noe nytt. Noen sier om min bok *Life After Life* at den er den første samtlende fremstillingen av nær døden opplevelsen. Ettersom emnet er nytt, er det dem som mener at interessen kommer til å forta seg - og at NDO-fenomenet vil gå samme vei som rockeringene og Ford Edsel.

Men ikke noe av dette stemmer. Det finnes tilfeller av NDO langt tilbake i historien - så langt tilbake som i Platons Staten fra klassisk gresk tid.

Det finnes langt flere NDO-beretninger enn det gjorde for et par tiår siden takket være bedre gjenopplivingsutstyr. Livredningsteknikkene gjør det mulig for oss å bringe langt flere mennesker tilbake fra dødens terskel enn tidligere.

Det store flertall av mennesker jeg har snakket med ville ha omkommet for 30-40 år siden og ikke blitt vakt til live igjen. Disse NDO-erne er ikke særtilfeller i halvglemte journaler slik de ville ha vært det for få år siden. Nå støter vi på hundrevis og tusenvis som har vært gjennom denne erfaringen.

En annen forskjell består i at folk er langt mer villige til å snakke åpent om erfaringene sine. I dag er folk ikke så redde for å bli stemplet sinnsforvirret av en lege. Og de behøver absolutt ikke være redde for å bli sperret inne på noe sinnssykehus - slik de kanskje kunne ha risikert for 30 år siden.

Nå snakker folk om merkelige opplevelser. Og når de gjør det, får de sosial støtte av andre NDO-ere.

Men ettersom vi er på jakt etter historiske paralleller, finner vi en av de tidligste beretningene av dette slaget jeg vet om i Gregor den stores Dialoger, som dreier seg om mirakler og sjelens evige liv. Boken ble skrevet på 500-tallet.

Den siste delen av dette verket består av 42 anekdoter som "beviser" sjelens udødelighet. Vi finner en rekke dødsleievisjoner, spøkelseshistorier og nær døden beretninger. De fleste av dem er utbrodert av paven for å gi ham anledning til å moralisere.

I den beretningen vi skal gjengi her, "dør" en soldat og kommer tilbake med en overbevisende fortelling om livet etter dette og skjebnen til en kjøpmann fra Konstantinopel som heter Stephen.

En soldat fra byen vår ble rammet av pest. Han ble drevet ut av kroppen sin og ble liggende livløs, men han vendte snart tilbake og fortalte om hva som hadde skjedd med ham. På dette tidspunktet var det mange mennesker som opplevde disse tingene. Han sa at det var en bro over en mørk og dyster elv som det stanket utålehg av. Men på den andre siden av broen var det en vakker eng hvor gresset var grønt og blomstene duftet søtt. Det lot til at denne engen var et møtested for mennesker kledd i hvitt. Det var en så nydelig duft i luften at den lot til å tilfresstille behovene til alle som spaserte der. På dette stedet hadde hver enkeft sin bohg som var fylt med et strålende lys. Et enormt stort hus ble bygd der, og det så ut til at byggematerialet var gylne mursteiner. Men han klarte ikke å finne ut hvem dette huset skulle være til. På elvebredden var det boliger, og noen av dem ble forgiftet av stanken fra elven. Men i andre boliger var den slett ikke merkbar.

På broen var det en prøve. Hvis en urettferdig forsøkte å komme over, gled han og falt ned i det mørke og stinkende vannet. Men de rettferdige, som ikke ble hindret av skyldfølelse, kom seg lett over til det frydefulle området. Han fortalte at han så Peter, en av menighetens eldste, som hadde dødd fire år tidligere. Han lå i dynnet under broen, og han ble tynget ned av store lenker. Da han spurte hvorfor det måtte være slik, fikk han et svar som fikk oss til å huske akkurat det vi visste om denne mannens gjerninger. Han fikk vite: "Han må lide denne skjebnen fordi hver gang han fikk ordre om å straffe noen, slo han mer av brutalitet enn av lydighet." Ingen som kjente ham, var i tvil om at han oppførte seg slik.

På denne broen så han også en pilegrimprest som nærmet seg broen og krysset den med den samme selvbeherskelse i ganglaget som det var oppriktighet i ilvet hans. På broen påsto han at han kjente igjen den Stephen vi nevnte tidligere. Da Stephen skulle forsøke å komme seg over broen, gled han og ble hengende utenfor broen fra livet og ned. Noen forferdelige menn kom opp fra elven, grep fatt i hoftene hans og forsøkte å trekke ham ned. Samtidig var det noen strålende menn i hvite drakter som begynte å trekke ham oppover etter armene. Mens denne dra-kampen pågikk og de gode åndene trakk ham oppover og de onde åndene trakk ham nedover, ble den som så på alt dette sendt tilbake til kroppen sin. Derfor fikk han aldri vite hvordan denne drakampen endte.

Men det som skjedde med Stephen, kan forklares ut fra det som foregikk i livet hans. For i ham slo kjødets onde lyster seg til ro bare med å gi almisser - i seg selv en god gjerning. Men ettersom han ble trukket nedover etter hoftene og samtidig ble trukket oppover etter armene, er det lett å forstå at selv om han gjerne ga almisser, avholdt han seg ikke helt fra de kjødelige lyster som trakk ham ned. Hvilken side som gikk seirende ut av denne tvekampen, forble skjult for vårt øyenvitne, og det er ikke klarere for oss enn for ham som så det alt sammen og som vendte tilbake til livet. Men likevel er det sikkert at selv om Stephen hadde vært i helvete og kommet tilbake slik vi har fortalt om det her, forbedret han ikke sitt liv helt og fullstendig. Og da han derfor forlot sitt legeme mange år senere, måtte han fortsatt kjempe på liv og død.

# Konklusjon

Like etter at Life After Life var utgitt, ble det helt tydelig at dette var et så enormt populært emne at livet mitt aldri kom til å bli som før. Det sto ganske snart klart for meg at døden er vårt største mysterium og at alle er opptatt av å løse dette mysteriet.

Nær døden opplevelser interesserer oss fordi disse opplevelsene er håndfaste beviser for at det finnes en åndelig eksistens. De er sannelig lyset i enden av tunnelen.

## Kap.5

### Hvorfor en NDO ikke er en mental forstyrrelse

Mot slutten av en av dr. Michael Saboms forelesninger, reiste en rasende hjertespesialist seg og gikk til angrep på den kjente NDO-forskeren. Han slo fast at han hadde vært lege i 30 år, og i løpet av disse årene hadde han reddet hundrevis av mennesker som befant seg på dødens terskel.

“Jeg har stått midt oppe i dette arbeidet i årevis,” sa han sint. “Og jeg har ikke en eneste gang snakket med en pasient som har hatt en slik nær døden opplevelse.”

Før Sabom rakk å svare, reiste en mann seg rett bak legen. “Jeg er en av dem du reddet, og én ting vil jeg si deg her og nå. *Du er det siste menneske jeg kunne tenke meg å fortelle om nær døden opplevelsen min til.*”

Budskapet som her ble formidlet, er klart. Mange leger og en god del av helsepersonellet ser ikke med blide øyne på en NDO fordi de ikke vet hvordan de skal takle slikt og **de er heller ikke lydhøre for slike beretninger**. Mange av NDO-erne jeg har snakket med i årenes løp, har fortalt meg at legene deres råder dem til å glemme hele opplevelsen. I beste fall sier de at opplevelsen var et mareritt - noe de gjør klokest i å glemme. I verste fall antyder de at opplevelsen er en form for mental forstyrrelse som man kanskje må trekke inn en psykiater for å få behandlet - eller pasienten må kanskje legges inn på et mentalsykehus. Det spiller ingen rolle at nær døden opplevelsen blir fremstilt som positiv og oppløftende. For mange leger er en NDO et tegn på sinnssykdom.

Det store flertall av NDO-erne jeg har snakket med, bryr seg ikke engang om å fortelle legene sine om opplevelsen og de sier for den saks skyld heller ikke noe til slektningene og venner....

*Slutt utdrag-men*

*hele boka finnes også- pr2021- online på*

<https://www.nb.no/nbsok/nb/874d24371f8d6a46c41e91a7963f6c69?index=1#13>

Denne boken ble utgitt for ganske mange år siden, og *etter dette* har en masse info om nettopp dette tema blitt tilgjengelig via bl a youtubevideoer. [Her en norsk](#) pluss [del 2 av samme](#), og mer info ellers bl a [her](#) og se de mange [intervjuer av NDO-personer](#) på tysk kanal, der de er teksten på engelsk.

Se gjerne; <http://rune.galactic.to/neardeath3.html> og

<http://rune.galactic.to/neardeath2.html>

flere bøker om samme tema: <https://rune.galactic.to/udxand.html>

