

Universitetet i Tartu
Det humanistiske og kunstfaglige fakultet
Institutt for fremmende språk og kulturer
Avdeling for skandinavistikk
Norsk språk og litteratur

Livet etter døden er mulig

En studie om nordmenns erfaringer med kommunikasjon med det hinsidige

Masteroppgave

Camilla Sandra Paas
Veiledere: professor Per Daniel Sävborg
Antonina Kostina

Tartu
2025

INNHOLDSFORTEGNELSE

INNHOLDSFORTEGNELSE.....	1
1. INNLEDNING.....	3
1.1 Forskningsspørsmål.....	4
1.2 Tidligere forskning.....	5
1.2.1 Følelser koblet til nærvær av det åndelige.....	5
1.2.2 Typer av kontakt med det åndelige.....	5
1.2.3 Befolkningsundersøkelser i Skandinavia.....	7
2. HISTORIE.....	9
2.1 Begreper.....	9
2.2 Esoterismens historie i Skandinavia.....	9
2.3 Spiritualismens utvikling i Norge.....	10
2.4 Moderne spiritualisme.....	11
3. TEORI.....	13
3.1 Problemer med paranormale opplevelser.....	16
3.2 Er det psykose eller en spirituell opplevelse?.....	18
3.3 Er kontakt med de døde normal?.....	18
3.4 Hvorfor tror kvinner mer på det paranormale?.....	19
3.5 Alder og paranormale opplevelser.....	19
3.6 Yrke og paranormale opplevelser.....	19
3.7 Kontakttyper.....	20
3.8 Spiritualistisk praksis i det moderne Norge.....	25
4. MATERIALE OG METODE.....	29
4.1. Valg av metode.....	29
4.2 Utforming av spørreskjemaet.....	29
4.3 Distribusjon av spørreskjemaet.....	31
5. ANALYSE.....	32
5.1 Undersøkelses resultater.....	32
5.1.1 Informanter.....	32
5.1.2 Kjønn.....	33
5.1.3 Alder.....	34
5.1.4 Utdanning.....	35
5.1.5 Sysselsetting.....	36
5.1.6 Religion og tro.....	37
5.1.7 Påvirkning.....	39
5.1.8 Typ av kontakt.....	41

5.1.9 Spontan eller fremkalt.....	46
5.1.10 Påvirkning.....	48
5.1.11 Første gang eller gjentatt opplevelse.....	49
5.1.12 Å dele opplevelsen med andre.....	50
5.1.13 Andres reaksjon.....	51
5.1.14 Diskriminering.....	52
5.1.15 Å søke kontakt på nytt.....	54
5.1.16 Etter døden.....	55
5.2 Historier fra undersøkelse.....	56
6. DISKUSJON.....	62
7. KONKLUSJON.....	64
8. RESÜMEE.....	66
9. LITTERATURLISTE.....	68
10. ANNOTATIOON.....	73

1. INNLEDNING

I Norge dør over 40 000 mennesker hvert år (Statistisk sentralbyrå, 2025). Døden er rundt oss, vi kan ikke unnsnippe den, men vi har gjennom tidene forsøkt å forstå dens mystikk ved hjelp av vitenskap, kunst og religion. Frykten for døden og ønsket om å rømme fra den har inspirert forskere til å søke kunnskap om den døende fysiske kroppen. På den annen side gir religioner trøst og håp om at våre sjeler er trygge i himmelen eller i reinkarnasjonssyklusen, for å nevne noen synspunkter. I en virvelvind av følelser av sjokk, tristhet og sorg kan, ved et mirakel, de avdødes ånder ta kontakt med oss og si: «vi har det bra». Dette gir oss håp og vilje til å kjempe videre i livet.

Temaet er relevant på grunn av dets tilstedeværelse i alle kulturer, og det å studere det gir oss ytterligere vitenskapelig bakgrunn om hvorfor mennesker overalt, inkludert i Norge, minnes, forholder seg til og kontakter de døde på bestemte måter.

Dette folkloristiske temaet er verken veldig relatert til språk eller litteratur, men er likevel en del av kulturen. Døden med sin ukomfortable og vonde tilstedeværelse, og kontakt med de kjære avdøde i vår kultur, har gitt oss en god måte å håndtere sorgen og stress på ved å skape diskurs. Akademisk interesse vil resultere i kombinasjon av antropologi, religionsvitenskap, psykologi, og det viktigste – norsk kultur. Den første skal gi innsikt i hvordan nordmenn oppfatter åndelig kontakt kulturelt, den andre i hvordan de relaterer sine erfaringer til sitt trossystem, den tredje i hvordan de håndterer sorg mens de får besøk av en avdød kjær. Viktigheten av dette arbeidet ligger også i oppfatningen av døden og muligheten for liv fremover.

Det er kjent at Norge, men også Skandinavia generelt, har en rik folkloristisk fortid med vikinger som hadde dype åndelige historier om de døde og generelle legender om overnaturlige skikkelser som *drauger* og *gjenferd* som fortalte om dødens rolle i livet. Så er det selvfølgelig nødvendig å interessere seg i å forstå samtidens nordmenns meninger om hvordan en person forholder seg til noe som er totalt uvanlig på alle måter. I oppgaven undersøker man hvilke historier nordmenn har skrevet, hvordan historier er skrevet og hvordan andre forholder seg til disse fortellingene ved hjelp av å bruke spørreundersøkelse og tematisk analyse.

1.1 Forskningsspørsmål

Oppgavens mål er å undersøke hvordan et utvalg av nordmenn oppfatter og tolker sine erfaringer med å kommunisere med de avdøde. Ved å undersøke samlet materiale, er det mulig å få kunnskap om hvilke betydninger disse opplevelser i menneskers liv har.

Denne oppgaven ønsker å utforske et sett spørsmål som er følgende:

- Hvilke beskjeder har man fått fra avdødes ånder, hvordan beskriver man dem og hvordan ble opplevelsen mottatt av andre?
- Hva slags følelser tilskrev man disse opplevelsene?
- Hvordan påvirker opplevelsene informantenes religiøse tro eller livssyn?
- Hvilket språk er brukt i de private historiene?

Denne oppgaven består av teori- og analysedelen. Teoridelen skal forklare bakgrunnen til åndelige opplevelser, besk

Analysedelen vil gi svar på hvordan respondentene fortolker opplevelsene sine med den åndelige kontakten de har fått og hvordan det videre relaterer seg til deres verdensbilde. Mens den tidligere forskningen er knyttet til aktivitet etter døden, vil dette arbeidet velkomme tidligere nevnte og tilfeldige opplevelser.

1.2 Tidligere forskning

1.2.1 Følelser koblet til nærvær av det åndelige

Anne Austad er teolog og har PhD i religionspsykologi. Hvordan mennesker håndterer sorg og åndelige fenomener som skjer under sorgprosessen er bare noen få eksempler på hva hun har bidratt til det internasjonale forskningsfeltet. Austads forskning på hvordan mennesker forholder seg til kommunikasjon etter døden er relevant for denne oppgaven. Hennes doktorgradsavhandling «*Passing away - Passing by*»: *A qualitative study of experiences and meaning making of post death presence* (2016) er mest fokusert på følelse av nærvær. Hun tar ikke stilling til om kontakt med avdøde er mulig, men ønsker heller å undersøke folks tolkning av opplevelsene. Kvalitative semistrukturerte intervjuer ble brukt som metode for å intervju 16 personer. Austad fant ut at selv om kontakt vanligvis finner sted i ganske kort tid etter døden, er det tider når det kan skje etter mange år. Noen respondenter innrømmet at åndelig kontakt skjedde når de ikke aktivt var i sorg. Dette faktum strider mot tidligere funn om at sorg inviterer disse erfaringene inn i menneskers liv. Forskjellige årsaker kan ligge bak dette som psykiatri, spiritualitet og spontanitet. Kristne respondenter innrømmet ikke at denne opplevelsen fikk dem til å vende seg bort fra sin tro. (via Mannsåker, 2017)

1.2.2 Typer av kontakt med det åndelige

Kamp K et al. (2020) antyder at mennesker ofte rapporterer å ha sensoriske og kvasi-sensoriske (SEDs)¹ opplevelser av den avdøde. Det er en pågående krangel om SED-er er et resultat av sorgkomplikasjoner, og det har aktivt vært forskning på ulike felter som psykiatri, psykologi og antropologi uten å lykkes med konkrete svar. Artikkelen bruker International Consortium for Hallucination Research (ICHR) – en gruppe som består av forskere fra flere felt. ICHR prøver å undersøke nåværende bevis på fenomenologi, virkningen av SED, dens rolle i kultur og hovedteoriene. Vanligvis beskrives det å føle nærvær eller å høre en avdøde som en hallusinasjon. (Kamp K. et al., 2020)

¹ Sensory and quasi-sensory experiences of the deceased (SED) (Kamp K. et al, 2020)

Hallusinasjoner beskrives som en psykiatrisk lidelse, men disse opplevelsene er også til stede i ikke-kliniske situasjoner, men den nøytrale termen SED brukes. Flere studier har funnet at fra 47% til 82% av de etterlatte har følt SED-er. SED finnes i alle kulturer, alle aldersgrupper og uavhengig av religiøs tilhørighet. Forskere antar at SED er mer utbredt blant kvinner og spesielt kvinner med økende alder. Artikkelenes forfattere mener at et typisk menneske som har følt SED er mer åpen for opplevelser, er nevrotisk og utadvendt, men har en unnvikende mestringsstrategi. (Kamp K. et al., 2020)

Sosiokulturelle normer kan forme hvordan SED oppfattes. For eksempel kan medlemmer av navaho frykte og unngå SED, og i katolske meksikansk-amerikanske familier kan den avdødes kontakt bli sett på som kontakt med en skytsengel, og derfor ansees det som en velsignelse. Den vestlige delen av verden har stort sett positivt SED fordi det kan være nyttig for å løse problemer for de etterlatte, og være hjelp til åndelig vekst. Det kan være forsterkelse av ens religiøse syn ved å gi bevis av etterlivet der man kan møte igjen med den avdøde. (Kamp K. et al., 2020)

Det finnes en teori som impliserer at mennesker som søker kontakt enten bevisst eller ubevisst kan bringe det frem ved sorg, i løpet av de første månedene etter døden. Noen forfattere mener også at det å ha fortløpende bånd² med den avdøde i sorgens periode er normalt og kan være fordelaktig. Avslutningsvis presenterer artikkelen mulig sammenheng mellom den sørgendes psykologiske plager og SED, men alt i alt trenger emnet mer forskning. Nåværende data bekrefter at å ha SED er vanlig og trøstende, men personens kulturelle bakgrunn og forhold til den avdøde må tas i betraktning for å forstå betydninger og konsekvenser. (Kamp K. et al., 2020)

² Continuing bonds – den følelsesmessige tilknytningen som en etterlatt person fortsetter å opprettholde med den avdøde lenge etter dødsfallet (APA, 2018)

Table 3. Overview of Reported Prevalence of Different Types of Sensory and Quasi-Sensory Experiences of the Deceased (SED) at First Available Assessment Point

Prevalence in Relation to the Full Sample								
Reference	Sample	Assessment Method	Sense of Presence	Visual	Auditory	Auditory-verbal ^a	Tactile	Olfactory
Grimby ^{4,12}	50 spousally bereaved persons	Semi-structured interview	52%	26%	30%	30%	6%	—
Rees ²	293 spousally bereaved persons	Semi-structured interview	39.2%	14.0%	13.3%	11.6%	2.7%	—
Prevalence in Relation to Subsample Reporting SED								
Reference	Sample	Assessment Method	Sense of Presence	Visual	Auditory	Auditory-verbal ^a	Tactile	Olfactory
Datson and Marwit ¹	87 mixed-bereaved persons	Self-report items	50%	17%	19%	—	10%	4%
Kamp et al ⁵	175 spousally bereaved persons	Self-report items	—	52%	45%	32%	—	—
Longman et al ⁷	97 mixed-bereaved persons	Open-ended self-report questions	82%	29%	31%	—	10%	10%
Olson et al ⁸	46 spousally bereaved persons	Semi-structured interview	32.1%	78.6%	50.0%	17.9%	21.4%	—

^aIncludes hearing the deceased's voice and/or speaking to/with the deceased.

Kamp et al. (2019) har laget en tabell hvor man kan se studier av SED typer, hvor mange personer deltok i studiene, hvilken metode ble brukt og hvor mange prosent og hvilke SDE-er var til stede.

Mens Austad (via Mannsåker, 2017) fokuserte på følelse koblet til nærvær av det åndelige, tok hun ikke hensyn til andre mulige typer av kontakt som drømmer og åndsseanser via et medium. Undersøkelsen om SED-rapporter var derimot konsentrert på voksne mennesker som hadde mistet sin ektefelle eller annen hadde en annen avdød person, unntatt ikke-sørgende mennesker.

1.2.3 Befolkningsundersøkelser i Skandinavia

I 2018 spurte danske forskere Ken Ramshøj Christensen og Mathias Clasen over 2 208 Danmarks borgere om de tror på at man har en ånd utover en fysisk kropp. Resultatene viste at omtrent en tredjedel mener at man har en ånd og omtrent en tidel vet ikke om man har det eller ikke. På spørsmålet om en person har en udødelig sjel, mente 16,6% at man har en, og 11% svarte at de ikke vet det om man har en. Lavere prosent med svaret «ja» kan være årsaket av den kristne konnotasjonen som ordet *sjel* har. Ordet *ånd* har derimot, i folks sinn, et mer overnaturlig fenomen. «Spøgelser eller genfærd, at steder eller personer kan være hjemsogt.» var også en

uttalelse gitt som folk kunne gi sin mening om. 14,4% av danskene tror at det definitivt er mulig. Forskningen tyder også på at kvinner er mer tilbøyelige til slik tro. (Christensen og Clasen, 2018)

I Sverige viste *Den nationella SOM-undersökningen 2022* at blant 26 000 mennesker, i alderen mellom 16-90 år, som ble undersøkt, trodde 21% av at man kan ha samtaler med de døde. 33% mente at det finnes mennesker som kan oppfatte ting med en sjette sans. I likhet med den danske studien ble det oppdaget at kvinner har dobbelt så stor sannsynlighet for å tro på det paranormale enn menn. I politisk forstand har de som tror på det paranormale en tendens til å være yngre mennesker, født etter 1945 enn før, mest etter 1996. De stemmer på Sverigedemokraterna og holder seg politisk mer til venstre. Andre aspekter ble også utforsket, for eksempel ble det rapportert at de som tror på Gud, har bedre helse og bor i landlige områder med sparsom befolkning, også tror mer på det paranormale. Det er rapportert at paranormale troende er på tvers av alle økonomiske nivåer og utdanningsnivåer. (Berquist og Lundmark, 2023)

I Norge har KIFO³ gjennomført et nasjonalt befolkningsstudium i 2019 med 4 000 respondenter. Spørsmålene var sentrert rundt tro, livssyn og åndelighet sammen med spørsmål om politiske synspunkter. Ifølge dette studiet tror hver fjerde nordmann på spøkelser. Det kan også ses noen politiske sammenhenger. 40% av Kristelige Folkepartiets og Fremskrittspartiets velgere tror på hjemsøkte hus og bygninger. Den minst troende med en person av ti var velgere av Venstre-Folket. Geografisk sett kom de fleste spøkelsestroende fra Finnmark og Hedmark (to av fem respondenter), og de minst troende fra Aust-Agder. Det kan være på grunn av de lokale tradisjonene for folketro. Alderen spilte ikke noen vesentlig rolle i de nevnte oppfatningene, men lavere utdanning ga større sjanse for troen på spøkelser. Nesten femte menn og over tredje kvinne trodde at hus kan være hjemsøkte. Det er ikke uvanlig at kvinner er mer troende siden kvinner er mer til stede når det angår religion og nyåndelighet. (Lindvåg, 2019)

³ KIFO – Institutt for kirke-, religions-, og livssynsforskning i Norge

2. HISTORIE

For å forstå hvordan nordmenn opplever og tolker budskap fra de avdøde, er det nødvendig å se på bakgrunnen for esoteriske og spirituelle utviklinger i Skandinavia, og spesielt i Norge.

2.1 Begreper

Spiritisme – *en sosial og religiøs bevegelse som oppstod i USA på midten av 1800-tallet. «Spiritisme er karakterisert ved troen på at det er mulig å komme i forbindelse med avdøde menneskers ånder.»* (Winje, 2022) Medlemmer av dette religiøse samfunnet hadde et mål om å bevise at kontakt med avdøde var verifiserbart med empiriske metoder. Tidlig fotografering var brukt til å bevise det, blant andre metoder som spiritistiske seanser med medier. (Winje, 2022)

Spiritualisme – *«Spiritualisme er en metafysisk teori som går ut på den absolutte virkelighet er av åndelig natur, og at den fysiske verden bare er dens ytre fremtoning.»* (Bøhn, 2021)

Spiritisme er en del av spiritualisme.

2.2 Esoterismens historie i Skandinavia

Esoterisme er en hemmelig religiøs lære som er forbeholdt en utvalgt krets (Løøv, 2023).

På 1500-tallet var lutherdommen den dominerende religion i Skandinavia og derfor ble esoteriske praksiser forbudt. Likevel kunne de få intellektuelle som var påvirket av europeiske strømninger praktisere i hemmelighet. (Bogdan og Hammer, 2016)

På 1600-tallet ble de samlingene uautorisert av den lutherske kirke strengt straffbart ved eksil og fengsel på grunn av konventikkelplakaten (Bogdan og Hammer, 2016). Ifølge Lekeby (2010)

kunne igjen de intellektuelle og adelsmennene studere og praktisere esoteriske fenomener uten risiko for å bli arrestert (via Bogdan og Hammer, 2016).

På 1700-tallet påvirket den svenske Emanuel Swedenborg (1688-1772) allmennheten med den innovative kunnskapen om å snakke med ånder og høyere vesener. Han fikk mye oppmerksomhet utenfor Sverige. (Bogdan og Hammer, 2016)

I midten av 1800-tallet ble strenge ortodokse regler opphevet som resulterte i mangfoldige spirituelle praksiser, inkludert å ha samtaler med de døde, og bred diskurs om tro og spiritualitet. Innflytelsen kom fra Vest-Europa og erobret hele Norden. I 1900-tallene vokste det interesse for esoteriske ideer enda mer. (Bogdan og Hammer, 2016)

2.3 Spiritualismens utvikling i Norge

På 1800-tallet fikk spiritualismen noe oppmerksomhet i Norge, men var virkelig et sentralt tema etter første verdenskrig. Selv om spiritualisme ikke har vært så populært, har historiene om drauger og poltergeister en sterk rolle i den norske folketroen. (Mehren, 2016)

Prest Adolph Theodor Boyesen var en talsmann i Norge for Swedenborgs spiritualistiske ideer. Senere ble han prest i Den nye kirke som han etablerte i Sverige. Språklærer Hendrik Storjohann fikk vite om spiritismen i Sør-Amerika og kanaliserte aktivt den åndelige kunnskapen i form av tidsskrifter. Han var grunnleggeren av biblioteket i Kristiania hvor man kunne låne bøker om spiritualisme. (Mehren, 2016)

I 1887 var det en viktig milepæl i spiritualismens utvikling, nemlig ble Det Norske Spirite Samfund opprettet. Enkelte personer kunne delta på spiritualistiske seanser og foredrag. Eventuelt hadde samfundet indre konflikter, og det ble besluttet å legge ned. P.M.Petersen forsøkte å dokumentere og studere med vitenskapelige metoder kontakt med sine døde døtre under eksperimentelle seanser. Senere ble han leder av en ny gruppe kalt *Norwegian Society for*

Physical Research. Kjendiser som Bjørnstjerne Bjørnson og Arne Garborg hadde også interesse i det spirituelle, men gikk aldri særlig dypt inn i emnet. (Mehren, 2016)

Sammenlignet med resten av Skandinavia, har spiritualisme ikke blitt så stort i Norge. Ifølge Mehren (2016) var det på ulike måter: spiritualisme ble konstant utfordret av andre konkurrerende bevegelser som mesmerisme og swedenborgianisme og det var mangel på pålitelige medier.

Spiritualismens fenomen i Norge var frem til de siste tiårene av 1900-tallet ganske begivenhetsløs, noe som skyldtes at mange spiritistiske mediumer ble avslørt som å være uredelige, og dette førte til at publikum ble apatiske. Nordmenns nye interesse ble funnet i *New Age*⁴ spiritualitet som angloamerikansk astrologi, selvutvikling, holistisk medisin og *healing*, for å nevne noen. En av de endrede praksisene i forhold til fortiden var nå kanalisering og mediumskap, noe som hovedsakelig var takket være Bente Müllers første norske boken kalt «*Gjennom lysmuren*» (1985). (Mehren, 2016)

2.4 Moderne spiritualisme

I nåtiden er det den norske prinsessen Märtha Louise som folkeligjør den åndelige praksisen. Hun kanalisere engler og er opptatt av spiritisme. Hun grunnla «engleskolen» *Astarte Education* som varte i 3 år. Skolen tilbød kurs om *healing*, åndelige lesninger og engler. Prinsesse Märtha Louises opptatthet av de hellige vesener ble forsidens nyhet i kjendisbladet *Se og Hør*, og var den mest leste artikkelen om *new age* i norsk media. Saken var svært skandaløs på grunn av tre argumenter: 1) Medlemmene av det norske kongehuset, spesielt kongen, er kristen og tilhører Den norske kirke, på grunn av *bekjennelsesplikt*. *Bekjennelsesplikt* ble avskaffet i 2012 og fikk kongen Harald V å skille fra Den norske kirke. Dette betyr eventuelt ikke at kongen helt er

⁴ New age – folkelig kulturell og religiøs bevegelse som legger vekt på intuisjon og mystikk som kilde til kunnskap og står i motsetning til den etablerte (natur)vitenskapen (omfatter bl.a. alternative behandlingsmetoder og Østens religion og filosofi) (NAOB)

avholdende fra kirkens arrangementer, men han besøker dem ofte sammen med kongefamilien. (Kraft, 2015)

Så, konflikten mellom Märtha Louises tro på *new age*-spiritualitet og de tradisjonelle religionene tilbyr litt tenkestoff til publikum. Men hvor har *new age* spiritualitet sine røtter? *«Nyreligiøsitet har eksistert til alle tider, og har stort sett vært oppfattet av motstandere som problematisk - blant annet ut ifra en ide om at «ekte» religioner er gamle - Siv Ellen Kraft*

New Age kommer fra den moderne teosofibevegelsen men er også knyttet til hippiekultur og nyreligiøsitet. Den utforsker menneskers åndelige potensial og «høyere bevissthet» ved å bruke tradisjoner og elementer fra mystikk, okkultisme og sjamanisme, men spekteret er bredt. (Romarheim et al, 2021).

Vitenskap avvises ikke av New Age-bevegelsen; det er vanlig å forstå vitenskap som et supplement til den spirituelle siden ved New Age og forvente at de to erkjennelsesveiene i fremtiden vil falle sammen. I praksis innebærer dette synet en avvisende holdning til naturvitenskap, fordi den ikke tar hensyn til menneskets holistiske (helhetlige) natur. (Romarheim et al, 2021)

3. TEORI

The ADC comes at a time when the tensions that shaped spiritualism—between science and religion, orthodoxy and dissent—have been depressurized through the multiplication of alternatives. (Kwilecki, 2009)

Susan Kwilecki, professor ved Institutt for filosofi og religionsstudier på Universitetet i Radford i USA, har skrevet en omfattende artikkel om etter dødens kommunikasjons fenomenet i moderne amerikansk popkultur. “Twenty-First-Century American Ghosts: The After-Death Communication-Therapy and Revelation from beyond the Grave” (2009) fokuserer på åndelig kommunikasjon i henhold til kultur, medisin og religion. Kwilecki (2009) bruker tidligere forskningsmateriale som utgangspunkt og forsker fenomenet gjennom linsen av litteratur om åndelige personlige historier, hvordan det medisinske feltet har håndtert fenomenet og hvilken kulturell bakgrunn fremhever den. (Kwilecki, 2009)

Når det gjelder kommunikasjon med de avdøde, har NORC i 1973 laget en rapport der 27% av amerikanere hevdet å være i kontakt med noen som har gått bort. I 1984 har prosentandelen økt til 42%. I løpet av de siste tiårene har troen på spøkelses eksistens økt i den amerikanske befolkningen: 1990 med 25%, 2001 med 31% og 2003 med 51%. (Kwilecki, 2009)

I historien har den åndelige kontakten blitt latterliggjort og avvist, men i den moderne tid har det funnet sin betydning. Fascinasjonen for de døde kommer fra en kontekst der religion er desentralisert og der mennesker konstruerer sin egen tro uten forpliktelse til å følge fra vitenskapelige eller religiøse institusjoner, med mindre de bestemmer noe annet. Det er et valg man tar selv. De sosiale endringene i de vestlige landene på 1800- og 1900-tallet har sentralisert individualisme samtidig med å redusere presset fra de konvensjonelle religiøse tilhørighetene. Tro skal bygges på personlige preferanser som er valgt fra “åndelig markeds plass” som inkluderer både religiøse og popkulturelle praksiser som for eksempel ADC. Forståelsen av dødelighet må utvikles av seg selv, enten i ro eller i stressende perioder. ADC gir trøst og løfte om at de døde ikke er borte, men de har overlevd. Den vestlige personen har en tendens til å være eklektisk - man velger mellom ulike ideologier, i stedet for å følge praksiser av bare en tro. For å tilpasse seg en tro på en ikke-fysisk virkelighet, tyr de til dramatiske overnaturlige

oppvisninger: møter med engler, mirakler og til slutt etter dødens opplevelser. I et religiøst aspekt peker mange studier på at mystiske opplevelser ikke bare skjer med de som forbinder seg med de spirituelle, men også med de som er kristne eller har “tradisjonelle” religiøse synspunkter. Mens amerikanske befolkningstudier finner at tro på spøkelses og kontakt med de avdøde er negativt assosiert med religiøs institusjonell deltakelse, argumenterer Guggenheims studie at nesten alle deltakerne i hans studie hadde jødisk-kristen bakgrunn. (Kwilecki, 2009)

Tidligere i medisinsk historie har historiene om kommunikasjon etter døden kategorisert som patologisk, men i moderne tid har perspektivet endret seg. Møtene med ånder som dukker opp i sorgsituasjoner har blitt formalisert og grundig studert av leger og psykiatere, inkludert Sigmund Freud. Han var en pioner i å skille normal og patologisk sorg, men uttalte at den sørgende sliter med å gjeninvestere psykisk energien som er knyttet til den avdøde personen. Ifølge Freud førte det manglende evne til å håndtere sorg til hallusinatorisk ønske-psykose. Forskningen på 1960- og 1970-tallet utfordret det freudianske synet. Historiene om de dødes nærvær var vanligere enn man visste før, videre studier av personer som følte nærvær viste at de følte seg skamfulle, tvilte på sin egen forstand og hadde en tendens til å holde opplevelsene for seg selv. I motsetning til tidligere oppfatninger fantes det ingen psykisk sykdom som ble tilskrevet følelsen av nærvær av en avdød i tilfeller av aktiv sorg. Opplevelsen snarere tilbød et nyttig psykologisk fenomen for oppleveren. (Kwilecki, 2009)

Dette tankeskiftet har i stor grad påvirket sorgterapi, der slike opplevelser ikke lenger betraktes som avvikende og utenom det vanlige. Selv om det er lite sannsynlig at kontakt med avdøde vil bli en sentral del av profesjonell terapeutisk sorgbearbeidelse i nær fremtid, kreves det tid og mer forskning for å overbevise den generelle allmenheten, den potensielle gyldigheten av disse spirituelle opplevelser. Det er kjent at disse erfaringene tas mer hensyn til i selvterapigrupper hvor litteratur om emnet studeres grundig og diskuteres relatert til personens erfaringer. Utenfor omstendigheter av terapi og rådgivning, kan personen fortsatt bli stemplet som *utvitende, overtroisk, irrasjonell eller hallusinerende*. (Kwilecki, 2009)

De tidligere forslagene som ble gitt til de sørgende var å tenke at de avdøde aldri eksisterte og gi slipp av dem, men det heller hindret å takle sorgen. Det er *naturlig* å ønske å holde fast ved den

avdøde og fortsette forholdet gjennom minner, innbilte samtaler, tanker om dem og besøk til graven. Klass, et al. (1996) utviklet en teori om *continuing bonds* som vil si at døden ikke er et helt brudd, men snarere en transformasjon av forholdet til den avdøde (via Kwilecki, 2009). Til slutt er aksepten av døden som hjelper man å overvinne sorgen og takle den bedre. (Kwilecki, 2009)

Ånder skiller seg fra andre typer spøkelser ved sin personlige identitet, forbedrede helse og karakter. En individuell ånd bevarer særegen karakteristikk og egenskaper, men fremstår som en forbedret versjon av seg selv, fri av mangler og begrensninger som var før i livet. Frykten for å ikke se de avdøde som de var i livet ofte bringer følelser av fortvilelse. Forestillingen om en sunn, harmonisk og lykkelig versjon av ånden virker trøstende for dem som blir igjen fordi den fysiske kroppen kan bli ugjenkjennelig gjennom sykdom og død. (Kwilecki, 2009)

Ånder, når de ønsker å kommunisere, lar seg selv bli kjent. Ånder tar kontakt via en personlig måte som gjenkjennes av mottakeren, det kan være en konkret stemme, lyd eller lukt. Følelse av nærvær kan utløses av for eksempel å høre en sang som den avdøde pleide å elske som er den subtile måten å kommunisere fra det hinsidige. Kontakt skjer ikke ensidig, mottakeren må ha visse egenskaper eller må utføre konkrete ritualer. Personen som får beskjed fra ånder er åpen og forventningsfull, han/hun enten mediterer, skriver et brev eller gjør noe som var spesielt mellom den avdøde og den levende før i livet. Kontakt forekommer ofte på helligdager eller spesielle anledninger når fraværet blir sterkt lagt merke til (Kwilecki, 2009)

Tusenvis av møter med de avdødes ånder bekrefter at åndene alltid er med oss og aldri glemmer de som er igjen i de levendes verden. Etter å ha forlatt den fysiske verden, blir ånder helbredet og lykkelige mens de har større kjærlighet, visdom og empati enn de hadde da de levde. I noen tilfeller kan ånder være ulykkelige, noe som skjer når de har hatt et veldig tøft liv og ikke har akseptert omstendighetene de var plassert i eller har dødd voldsomt eller plutselig, men det alltid finnes en mulighet for å lære og løse problemene i det hinsidige. Den spirituelle verden er derfor et eterisk sted hvor man får hjelp fra andre hellige vesener til å få vite om den hellige visdom. (Kwilecki, 2009)

Det hinsidige er et sted av fullstendig godhet og tilgivelse. Hvis det er uløste traumer eller indre konflikter, kan man der finne sin løsning. Ofte tar de avdøde også rollene de hadde i livet opp til det hinsidige. En situasjon der en forelder ikke kunne tilby kjærlighet eller støtte til barna før dødsfallet, har nå muligheten til å gjøre det i form av veiledning eller unnskyldning. Slike handlinger kan bidra til å redusere betydelig de negative følelsene de levende har. Personer som hadde et komplisert forhold til den avdøde kan føle skyld, men kommunikasjon med den avdøde kan fungere som emosjonell konfliktløsning. Dersom man går glipp av begravelsen, kan ånden tilgi fordi den forstår hvorfor det ikke var mulig å delta. (Kwilecki, 2009)

Åndelig kontakt i en persons liv kan enten ha en drastisk varig effekt som introduserer et bredere kollektivt trospektiv (som faller inn under den tidligere eksisterende preferansen) eller har minimal innvirkning på grunn av en sekulær forbindelse. Selv om kontakt er trøstende, kan minimal eller ingen endring i livet skyldes den personlige “oversettelsen” og forståelsen av opplevelsen, den sekulære kulturen der personen opererer i og å ha opplevelser som krever lite videre handling fra den sørgende. Oftest er opplevelser ikke sterke nok til å skape revolusjonerende oppfatninger hos den sørgende, men samtidig de er dypt personlige og er bevis på at verden fortsatt er god og at døden er meningsfull, men er ikke noe å være redd for. (Kwilecki, 2009)

Alt i alt formidler åndeopplevelser noen sentrale budskap: de gir forsikring om at de døde fortsatt eksisterer og at smertefulle hendelser skjer av en god, men uspesifisert grunn. Livets mål er å lære og elske ubetinget, å leve videre uten å drukne i sorg.

3.1 Problemer med paranormale opplevelser

Selv om paranormale opplevelser skjer ofte, kolliderer eksistensen av paranormale fenomener stadig med vitenskapelig forskning. Psykolog og professor Schmeidler (1985) fant fire grunner til hvordan paranormale oppfatninger dannes: a) personlig erfaring; b) påvirkning fra venner, religion, media eller kultur; c) analyse av vitenskapelig litteratur for og mot slike fenomener og; d) å dekke et psykologisk behov (via Holt, 2012).

Forskere har funnet noen mulige årsaker bak den psykologiske tankeprosessen som skjer under aktiv opplevelse av et innkommende åndelige budskap. Den kognitive defisitt-hypotesen, som er navngitt av forsker og professor Irwin (2009), er basert på en teori som handler om at en person som opplever paranormale hendelser gjør en (tanke)feil i behandling av en vanlig hendelse (via Holt, 2012). De villedende kognitive feilene er funnet å være i persepsjon, hukommelse, sannsynlige resonnement og tilfeldigheter. Mennesker er naturlig gode til å legge merke til mønstre og tilfeldigheter. (Holt, 2012)

En av faktorene for utsatthet for anomalier er åpenhet for disse erfaringer og for fantasi. Mennesker som har et veldig sterkt indre liv med dype drømmer, er mer tilbøyelige til å forveksle ekte livserfaringer og drømmer, fordi de «absorberer» drømmene. Brugger og Taylor (2003) antyder at disse *drømmerne* er mer sannsynlig å se en dypere mening i tilfeldige hendelser (via Holt, 2012). Åpne mennesker, i motsetning til dem som har sykelige forestillinger, er mer aksepterende for nye opplevelser eller nyter de å spekulere om anomalitetens eksistens. Irwin (2009) insisterer på å fantasere for å unngå negative stimuli og å håndtere ukontrollerbare livssituasjoner hjelper til å skille selv følelse fra virkelige hendelser og beskytte selv fra dem (via Holt, 2012). (Holt, 2012)

Personer som har høy nevrositet er mer utsatt for anomalier. Wiseman og Watt (2004) har konkludert at paranormale overbevisninger er en mestringsmetode for høye nivåer av angst, og gir dem en økt kontrollfølelse (via Holt, 2012). På en positiv side er folk som tror/har erfaring med de paranormale mer kunstneriske, mer nysgjerrige på verden, og er kanskje ikke nødvendigvis så uintelligente (ettersom samfunnet generelt får dem til å virke som) og ikke er mulig å tenke kritisk. (Holt, 2012)

3.2 Er det psykose eller en spirituell opplevelse?

Både spirituelle opplevelser og psykiske lidelser som schizofreni har til felles at man hører stemmer og ser noe uvanlig, derfor er det ikke lett å skille mellom de to. Psykolog Hilde Hanevik (2016), har under sin doktorgrad intervjuet 29 pasienter med psykose, forklarer at schizofreniske opplevelser med religiøse innhold er ordinære, men de mentalt friske er modigere til å snakke om opplevelsene sine, mens de syke har tendens til å isolere seg (via Kvittingen, 2016). Andre mennesker deler ikke den samme følelsen av verden som de med psykose har, men en felles overnaturlig opplevelse forener mennesker. De syke kan også ha en spirituell opplevelse, men Hanevik (2016) vil at helseavdelingen skal skille mellom tro og sykdom (via Kvittingen, 2016). Det er et ubehagelig tema for forskere å undersøke. (Kvittingen, 2016)

3.3 Er kontakt med de døde normal?

Teolog og forfatter Anne Austrad mener at dette temaet trenger mer åpenhet. Under sine studier som prest nevnte hun at utdanningen manglet forelesninger om kontakt med ånder, men nå har den Den norske kirke under de siste årene fått en "Velsignelse av hus og hjem" liturgi som hjelper å bli kvitt av unødvendige paranormale aktiviteter. Tidene endrer seg og det er debatt nå. Selv om det ikke er konsensus i den lutherske kirke om at det finnes en sjanse til å snakke med de døde, har kirkefolk en diskurs rundt dette. (Jakobsen, 2016)

Psykologspesialist og professor Atle Dyregrov ved Senter for Krisepsykologi har under arbeidet sitt møtt mange klienter som er i sorg og har mye skyld. Han mener det ikke er en hemmelighet at folk kan føle et "nærvær" rundt seg. *"Når et menneske er i sorg, er sanse- og følelsesapparatet ofte sterkt aktivert [- - -]. Du blir mye mer sensitiv og legger merke til andre ting enn du vanligvis gjør. Du kan også oppleve lyder og berøringer. Og når du har et sterkt ønske om å bli gjenforent leter du etter det som bekrefter at den døde er med deg. Vi fortolker ofte disse hendelsene som psykologiske og kaller den sørgende oversensitiv. Dyregrov tror derimot at det er mer mellom himmel og jord enn vi fatter."* (Jakobsen, 2016)

3.4 Hvorfor tror kvinner mer på det paranormale?

Selv om begge kjønn har tro på det paranormale, er det dobbelt så sannsynlig at kvinner tror på paranormale fenomener som astrologi og spøkelseser. En grunn kan være kvinners preferanse for intuitiv tenkning (Ward og King, 2020) og ikke-vitenskapelige forklaringer til hvordan verden fungerer (Silva og Woody, 2022). Det finnes også en sosiologisk teori om kjønnsforventninger (Silva og Woody, 2022). Menn er vanligvis karakterisert av maskulinitet og blir derfor fremstilt med rasjonell tenkning, mens kvinner er feminine med distansert rasjonalitet som er knyttet til emosjonalitet og tendens til det spirituelle (Silva og Woody, 2022). Kvinner har også en tendens til å ha høyere skårer i empatisering (bevissthet om andres mentale tilstand) og lavere skårer i systematisering (evne til å forstå livløse fysiske systemer) enn menn (Lindeman et al., 2015). Høy empatisering og lav systematisering gir større tro på det paranormale (Lindeman et al., 2015).

3.5 Alder og paranormale opplevelser

Lachman (2001) sier at mennesker som er middelaldrende (40-60år) har flere kompleksiteter og varierte opplevelser i livet. Vanligvis er det tap av foreldre, barn som flyter hjemmefra, forståelse for ens ansiennitet og respekt på arbeidsplassen (Morgan, 2009). Statistisk sett rapporterer middelaldrende mennesker flere paranormale opplevelser enn yngre generasjoner i Storbritannia (Castro et al., 2014). Dette skyldes generelt mer livserfaring som øker sannsynligheten for å ha etter dødens kommunikasjon (Castro et al., 2014.).

3.6 Yrke og paranormale opplevelser

Det finnes svært begrenset forskning når det gjelder åndelig kontakt i arbeidsfelter, men likevel finnes det ett yrkesområde der kontakt med de avdøde finnes, og det er helsevesen. Muligens

fordi personalet ser døende pasienter og dødsfall. Parra og Amarilla (2017) i sin studie “Anomale/paranormale opplevelser rapportert av sykepleiere i forbindelse med pasientene sine på sykehus” undersøkte hundre helsepersonellarbeidere om deres erfaringer med anomalier og det paranormale under arbeidet på sykehuset. Av hundre arbeidere rapporterte 55 at de opplevde “tilstedeværelse”, hørte lyder, stemmer/dialoger eller visste hvilken sykdom pasienten led av. Det var ingen sammenheng mellom jobbstress og anomale erfaringer. Parras og Amarillas studie (2017) viser at det er ganske stor sjanse for å oppleve paranormale situasjoner i helsevesenet.

3.7 Kontakttyper

Guggenheim (1996) samlet over to tusen menn, kvinner og barn i USA og Kanada for å studere deres erfaringer med kommunikasjon etter døden i ADC prosjektet. Et nært forhold (spesielt mellom foreldre og barn) ofte avgjør kontakten (Guggenheim 1996)

Under forskningen fant han ut de typene hvordan ånder prøver å fange oppmerksomheten til de levende som er igjen. Andre forskere har brukt Guggenheims kategoriene i senere forskning (Kwilecki, 2009). Guggenheim i sitt prosjekt har samlet over 12 spesifikke åndelige kommunikasjonsstiler. Ikke alle er beskrevet her på grunn av enten at de finnes i underkategorier eller ikke er i stedet for historiene av personer som er analysert i denne masteroppgaven.

De er følgende:

1) Å høre en stemme

Denne typen skjer når man hører en verbal melding. Det kan være eksternt eller internt hørbart. Ekstern kommunikasjon skjer utenfor hodet, det kan være som en venn snakker ved siden av man. Intern kommunikasjon er derfor som telepati, som å høre stemmen inne i hodet. Distinkte egenskapene eller stemme til ånden som snakker til mottakeren gjør det lett å forstå hvem som vil ha oppmerksomhet fra det hinsides. Vanligvis er de mottatte budskapene korte og spesifikke, de kan sammenlignes med telegrammer som har 25 ord eller mindre. Å høre noe, sammenlignet

med de følgende typene, er en av de mest typiske måtene å bli kontaktet med. (Guggenheim, 1996)

2) Berøring

Å berøre eller å bli berørt av noen er veldig intimt, derfor er det en av de minst vanlige typene hvordan ånder lar seg kjenne. Denne typen foretrekkes av åndelige vesener som har et veldig nært forhold til de levende. En ånds fysiske berøring kan føles som et kjærtegn, et lett trykk eller til og med en beroligende klem. De forrige er gjort for å få mottakeren til å føle komfort og trygghet. Sammen med berøring kan man også føle tilstedeværelse eller høre en stemme. (Guggenheim, 1996)

3) Å lukte en duft

Den tredje typen innebærer å lukte en duft som er assosiert med en venn eller en slektning som hadde på seg en bestemt type parfyme, som elsket duften av en spesifikk blomst eller rett, for eksempel. Det er relativt vanlig å oppleve denne typen alene eller med en gruppe mennesker. Å lukte en spesifikk duft skjer i et rom eller ute hvor det er tydelig ute av kontekst og uten en bevisst fysisk kilde. Dette skjer ganske ofte med folk som har hatt paranormale opplevelser med ånder. (Guggenheim, 1996)

4) Delvis syn på ånden

Å se noen som har gått bort kan være en veldig sjokkerende, men en spennende opplevelse. Den fjerde typen fokuserer på ånder som har vist seg ikke fullt ut, men delvis. Ånder kan sees som et sterkt lys, som et ansikt i sterkt lys, bare overkroppen eller som en komplett gjennomsiktig kropp. (Guggenheim, 1996)

5) Full syn på ånden

Full syn på ånden er beskrevet av personer som deltok i prosjektet som å se på den avdøde som en virkelig person. Uavhengig av alder eller helse da man døde, demonstrerte de åndene å være glade og sunne, og fjernet de smertefulle tidligere minnene da de var i live. Mange ånder hadde

også ro og de uttrykte mye kjærlighet, empati, og visdom enn de hadde tidligere. Å se en fullstendig ånd er en helbredelse og veldig positiv begivenhet å oppleve. Denne opplevelsen skjer ganske ofte. (Guggenheim, 1996)

6) Kontakt under halvsøvn eller søvn

Mellomstadiet for å sovne og våkne gir en perfekt mulighet til å motta beskjed. Paranormale opplevelser kan skje når man er i alfatilstand. Alfatilstanden er et bevissthetsnivå som kan oppnås ved meditasjon, under søvn, bønn og avspenningsteknikker. Denne tilstanden kan til og med nås ved å dagdrømme eller å være kreativ. Guggenheims forskning (1996) viste at en person kan lett kontaktes når han/hun er i et avslappet, åpent og mottakelig humør. Ånder kan fremstå som en spesiell uvirkelig drøm som ikke har de typiske tilfeldige delene, men er minneverdig. (Guggenheim, 1996)

7) Fysiske fenomener

Åndelige opplevelser er ledsaget av fysiske fenomener. Bilder kan flyttes, fjernsyn kan slås av og på, lysene flimrer er bare noen ting som kan skje under åndelig kontakt, men listen er i hovedsak uendelig. (Guggenheim, 1996)

8) Symboler

Mange intervjuede forklarte at de mottok et symbol som et tegn på at deres avdøde kjære fortsetter å leve videre. For noen skjedde det spontant mens andre ba Gud eller universet om et tegn. Typiske symboler inkluderer sommerfugler, regnbuer, blomster, fugler og dyr og andre livløse objekter. Svaret kan komme umiddelbart eller dager, uker senere. Det sies at de fleste kjenner igjen tegnet øyeblikkelig. Å få et tegn gir mottakeren mye håp. (Guggenheim, 1996)

9) Fryktelige situasjoner

Mens de fleste opplevelser med etter-dødens kommunikasjon er positive og akselererer sinnets åndelige vekst, kan de andre som opplever den for det første gangen føle frykt og tenke at de blir gale når det skjer med dem. Disse følelsene oppstår når personen som opplever det ikke har noe

støttesystem eller tilhører i samfunnet hvor man har ingen aksept av paranormale opplevelser. Kulturell folkløse, hvordan etter-døden kommunikasjon er vist på TV og overtro, kan også gi en negativ konnotasjon til personens måte å reagere på budskap fra de avdøde. Sterk religiøs bakgrunn kan kollidere med hendelsen, noe som får til å stille spørsmål mot sin egen filosofi. (Guggenheim, 1996)

10) Beskyttelse

I noen tilfeller føler ånder at de må beskytte deres kjære mot en kommende fare eller andre trusler mot seg selv, i ekstreme situasjoner som kjøretøyulykker, kriminelle aktivitet, helseproblemer eller selvmord/skade til seg selv. Alle de tidligere typene, som å høre eller se noe, kan manifestere seg i å beskytte livene til mennesker som er åndelig bevoktet. (Guggenheim, 1996)

Guggenheim (1996) antyder også at kommunikasjonen mellom avdøde kjære og budskapens mottakeren kan skje enten umiddelbart etter bortgangen eller til og med fem, ti eller femten år senere. Ånder føler en sterk forbindelse med de levende etter mange år etter deres død. Det finnes mange grunner til at de prøver å ha kontakt, men spesielt for å gi veiledning eller beskyttelse mot skade. Forfatteren ønsker å uttrykke at folk alltid har fri vilje til å enten akseptere eller avvise veiledningen, men ved å akseptere, innrømmer folk at kommunikasjonen etter døden er reell og sann, og det beviser at deres kjære eksisterer og fortsatt beskytter dem i livet etter døden.

Så disse fargerike typene og forskningen viser oss hvor mange paranormale opplevelser skjer hver dag rundt verden. Det virker logisk at vi, i vår omgangskrets, kan ha i det minste noen mennesker som har en god historie å fortelle. Det finnes bare noen historier som må fortelles i denne oppgaven.

3.8 Kanalisering av ånder

Kanalisering er et begrep som brukes i nyreligiøsitet til å motta budskap fra forskjellige dimensjoner eller vesener. Kanalisering gir man tilgang til hemmelig kunnskap som ellers er skjult fra menneskers vanlige bevissthet. (Winje, 2021)

Kanskje den mest berømte sesjonen i Europa- engelsk Dronning Victoria og prins Albert

Da prins Albert plutselig døde i 1864, var dronningen Victoria utrøstelig. Noen måneder etter hans død, fikk dronningen beskjed om at prinsen hadde post mortem kontaktet den 13 år gamle synske Robert James Lees. Prins Alberts sjel ville snakke til dronningen gjennom mediumet.

Seanser med mediumer var ganske vanlig og utbredt i England på den tiden, så ble det etter en tid besluttet å ha en seanse. Robert visste private ting om dronningen som tilsynelatende ingen andre visste, som beviste sin troverdighet i dronningens øyne. Han var så kunnskapsrik at han eventuelt ble bedt om å være dronningens personlige medium. Det var mange som var skeptiske til han og denne situasjonen, blant annet dronningens egne barn. Mye av det skriftlige materialet om kontakten, inkludert dronningens personlige dagboknotater, er gått tapt av på en eller annen grunn, men mysteriet gjenstår frem til i dag. (Venning, 2013)

Rita Eide av Norge som kanaliserte prinsesse Diana av Wales

Rita Eide, født i 1957, er telepat og kanaliserer⁵(Steinsland, 2018). En dag i 1997 fikk hun et syn av prinsesse Dianas ånd fra hennes nye tilværelse som ba Rita om å skrive bøker om hennes budskap til verden (Steinsland, 2018) . Bøkene snakker om Dianas rolle i verden, kjærlighet og spådommer for fremtiden i en bredere forstand (Steinsland, 2018). De tre bøker fikk mye oppmerksomhet rundt verden og er oversatt til mange språk (Steinsland, 2018). Når prinsesse Diana døde, hevdet andre nordmenn å ha kontaktet av prinsessen. (Winje, 2021)

De forrige historiene er fra forrige århundre, hva skjer nå i Norge? Hvordan ser det åndelige landskapet ut i dag?

⁵ Å kanalisere - sette seg i forbindelse med avdøde (naob.no)

3.8 Spiritualistisk praksis i det moderne Norge

Å snakke om døden (og kommunikasjon med de døde) er ikke et så tabu tema lenger, det er i våre podkaster, nyheter, filmer og bøker. Det finnes i Norge som inviterer mennesker til å oppdage dette temaet og sine egne personlige evner videre. En gruppe som fokuserer på å popularisere åndelig liv er NST.

Norsk Spiritualistisk Forening (NST)

Norsk Spiritualistisk Trossamfunn er et norsk trossamfunn som praktiserer spiritualistisk tro. Fokus ligger på tro av menneskers åndelige liv etter døden og kommunikasjonen med de avdøde. Samfunnet har bånd med USA og England som de fortsatt er i kontakt med. Trossamfunnet ble grunnlagt i 2007, og nå, i 2024, har det over 1000 medlemmer. NST er en registrert forening som også mottar støtte fra staten basert på antall medlemmer. Troens prinsipper ligger i de syv reglene som ble kommunisert fra Robert Owens (1771-1858) til det spiritualistiske mediet Emma Hardinge Britten (1823-1899) etter hans død. (Løøv, 2023)

NST-s filosofiens syv grunnleggende reglene (Informasjon om Trossamfunnet):

1) En Gud som er i alt og alle: I naturen er det en skapende kraft som styrer alt og passer på at alt er i balanse. Kraften er der og påvirker at utviklingen går videre. Denne skapende kraften som er i alt og alle kaller vi skaperen.

2) Menneskets samhold og kjærlighet: Alle folk er like, og alle er av samme familie. Man skal respektere andre, og hjelpe de folk som har behov, det seg være materielt eller åndelig.

3) Aktsept av ånde verden og engler: Kunnskapen om at ånden går over i en annen sfære når en person dør er en av de viktigste prinsippene i spiritualismen. Fra denne andre dimensjonen kan åndene besøke oss og hjelpe oss. Åpenbaringenes tid er ikke over, den fortsetter nå i vår tid. En ånd kan ikke dø, men vil skifte til en annen form. Engler er ånder som har en annen utvikling en den jordiske, og er her for å hjelpe oss.

4) Sjelens evige liv:

Vår sjel er vår personlighet. Under svangerskapet blir fosteret beriket med en ånd. Gjennom livet utvikler ånden seg sammen med oss til vår sjel. Ved døden går vår sjel tilbake til ånde verden, som en beriket ånd, med nok et livs erfaring med seg. Vi er primært sett ånder som besøker jorden en kort stund. Vår menneskelige form er kun av kort varighet.

5) Personlig ansvar:

Årsaken til at vi har blitt inkarnert på jorden er at vi som ånder skal lære og utvikle oss. Vi må ta personlig ansvar for vår læring og våre gjerninger og våre tanker.

6) Dine valg påvirker ditt liv og din utvikling:

Den universelle naturloven sier vi utvikler oss via å vise kjærlighet og at rettferdighet alltid vil komme. Vi er ansvarlige for våre handlinger, kommunikasjon og for våre tanker. Vi må gjøre positive gjerninger for å utvikle oss spirituelt. Hvis vi ikke gjør det må vi gjenta våre leksjoner og liv til vi har lært. Helvete eksisterer ikke, men man straffes ved å ikke gå videre i sin utvikling.

7) Evig utvikling for alle sjeler:

Spirituell utvikling er vårt eget ansvar. Målet for sjelen og ånden er å lære mer og komme nærmere Guds guddommelige kraft. Gjennom våre tanker, uttalelser og handlinger vil vi kunne utvikle oss til å bli bedre mennesker og øke vår forståelse.

Medlemmer av NST også ønsker å utvikle seg i:

- 1) å leve et liv basert på lys og kjærlighet,
- 2) å fremme den spiritualistiske tankegang i Norge;
- 3) å spre kunnskapen om at livet ikke slutter når man dør, men går over til en spirituell dimensjon;
- 4) at vi har et evig liv, og muligheten for reinkarnasjon;
- 5) at vi må hjelpe våre medmennesker, dyr og natur, gjennom healing og bevisene av det evige liv (kanalisering);

- 6) å samle gode medium og healere i Norge som ønsker å jobbe med spiritualisme;
- 7) å bygge opp det spiritualistiske trossamfunn i Norge;
å ha åpenhet for andre religioner og trosretninger (Informasjon om Trossamfunnet)

Som man kan se, er mediumskap nært knyttet til NST. Både en enkeltperson og et medium kan få kontakt med en kjære avdøde eller andre ånder. NST tror at mennesker (ikke bare medium) med spesielle evner kan se, høre, eller føle inntrykk fra ånde verdenen, og medium kan også gå i transe for å overføre budskap.

I tillegg til denne foreningen er det andre som ønsker å gå inn for muligheten for noe spesielt i vår verden.

Helse- og livsstilsmagasinet MEDIUM

Magasinet MEDIUM gir en person som aksepterer et magisk verdensbilde mulighet å lese om spirituell utvikling, paranormale fenomener, astrologi, holistisk helse og terapi, reiseliv for kropp og sjel, mediumskap og klarsynthet. Bladet ble første gang utgitt i 2005, og kommer ut seks ganger i året med Medium Årshoroskop som gis ut en gang i høst. MEDIUM har vist seg å være en nødvendighet for folk som er interessert i åndelig vekst. Nettsiden deres viser at 80% av leserne er kvinner og 20% menn (alt sammen 26 500 lesere) og opplaget var over seks tusen. (MEDIUM)

Bokklubb Energica

Bokklubb Energica tilbød man Cappelen Damms bøker om sjel, kropp og sinn å lese. Bokklubben var aktiv i 28 år frem til den ble lagt ned i 2020 på grunn av redusert interesse for bøker. Redaksjonssjef Nina Normann Ferguson innrømmet at det var umulig å konkurrere med internettets muligheter og et lite antall abonnenter. Selv om det ikke er så mye oppmerksomhet rundt dette prosjektet, er Ferguson fortsatt positiv. *“Nina Normann Ferguson mener det er viktigere enn noensinne å formidle eksistensen av en åndelig dimensjon, og hun tror at i tiden som kommer vil flere søke mot åndelighet, enten det blir gjennom bøker eller på andre måter.”* (Reynolds, 2020)

Serien "Åndenes makt" (2010)

"Kan det uforklarlige forklares? Over hele Norge finnes mennesker som har opplevd uforklarlige hendelser. Dører og vinduer åpner og lukker seg av seg selv uten at det er vind. Flyvende tallerkener, gjenferd og gjenstander som flyr i luften. I TV-serien "Åndenes makt" reiser Tom Strømsnæss rundt i Norge og besøker familier som er plaget av det uforklarlige. "Åndenes makt" handler om uforklarlige fenomener og vises på TVNorge. Det er et av våre mest populære programmer og har i gjennomsnitt 453 000 seere. Seriens programleder er Tom Strømsnæss, men også de tre såkalte klarsynte - Gro-Helen Tørum, Lilli Bendriss og Lena Ranehag - opptrer jevnlig. Sammen leter de etter årsaker til hendelser ingen andre har klart å finne noen forklaring på. Strømsnæss har besøkt så mange som 81 hjem og arbeidsplasser der folk føler de har mistet kontrollen over omgivelsene sine, at de er i åndenes makt." (Aschehoug, 2013)

4. MATERIALE OG METODE

4.1. Valg av metode

Siden det analyseres opplevelshistorier i denne oppgaven, var det hensiktsmessig å bruke kvalitativ forskningsmetode, ettersom denne tilnærmingen hjelper å identifisere, analysere og fortolke mønstre og meninger i personlige hendelser.

Kvalitative metoder er forskningsmetoder som brukes ved innsamling og analyse av kvalitative data. Dette er data som vanligvis foreligger i form av tekst. Hensikten med kvalitative studier er gjerne å oppnå dybdekunnskap og helhetlig forståelse av spesifikke kontekster, eller å utvikle begreper, kategorier og typologier. (Grønmo et al., 2020)

Mer presist er tematisk analyse, ettersom denne tilnærmingen hjelper å finne betydninger, forståelser og mønstre i tekster (Kalmus et al., 2015). Som kvalitativ forskningsmetode bidrar den til å få en dypere innsikt i opplevelsenes betydninger ved å sette deltakernes bakgrunn og kontekst i sammenheng med de historiene de beskriver.

Jeg har valgt spørreundersøkelse som datainnsamlingsmetode for å innhente relevant informasjon om deltakernes bakgrunn. «Spørreskjema er et verktøy som brukes til samfunnsvitenskapelig forskning [...] for å samle informasjon om individers holdninger og atferd i en gruppe eller befolkning. (Grønmo et al., 2020)». Skriftlige spørreskjema gjør det mulig at folk reflekterer lenger over svarene sine og man kan bli anonym fordi ikke alle føler seg komfortable til å snakke om sensitive opplevelsene med en fremmed.

4.2 Utforming av spørreskjemaet

I arbeidet med å lage og utforme spørreskjemaet, ble det først viktig å identifisere brukergruppen som er personer som selv oppgir å ha hatt et åndelige budskap fra en avdød. Spørreskjemaet ble derfor delt i spirituelle grupper hvor personer med slike opplevelser kunne være medlemmer av.

Deretter ble spørsmålene utformet med tanker om hvordan personen selv kunne beskrive situasjonen. Det finnes til sammen 15 spørsmål, hvorav noen var obligatoriske. Spørsmålene omfatter om respondentens bakgrunn, hans/hennes tro og erfaringer med budskap fra de avdøde. Innhentede svarene vil bidra til å bygge et karakteristisk bilde av hvem disse situasjonene skjer med. Åpne spørsmål lar respondenter uttrykke sine opplevelser med egne ord siden det er avgjørende for å oppnå innsikten som den kvalitative metoden søker. Lukkede spørsmål gir mulighet å kartlegge tendenser som fremstår i svarene. Det hjelper å gruppere svarene og sammenligne dem med hverandre.

Spørsmål som ble stilt:

- 1) Hvilken beskjed har du fått fra en avdød/avdøde? Har det vært en drøm, en følelse, en stemme eller noe annet? Vær så snill og skriv om situasjonen så detaljert som mulig.*
- 2) Var opplevelsen noe spontant, eller ble den fremkalt?*
- 3) Hvordan følte du deg etter å ha fått beskjeden?*
- 4) Er dette noe du har opplevd før eller er det noe nytt?*
- 5) Har du snakket om din opplevelse med noen?*
- 6) Hvis ja, hvordan reagerte den andre personen/personene på det?
- 7) Har du noen gang følt deg diskriminert når du snakket om opplevelsen din?
- 8) Har du forsøkt å søke kontakt med en avdød/de avdøde igjen?*
- 9) Hva tror du skjer etter at en person dør?*
- 10) Hva er ditt kjønn?*
- 11) Hvor gammel er du?*
- 12) Hva er ditt siste fullførte utdanningsnivå?*
- 13) Arbeider eller studerer du? På hvilket fag?*
- 14) Hva er din religion eller trossystem?*
- 15) Har denne opplevelsen påvirket din tro eller verdensbilde? Hvis ja, vennligst forklar*

Det finnes en rekke åpne og lukkede spørsmål som skal besvares. Respondenter har mulighet til å være anonym eller legge igjen en e-postadresse for å bli kontaktet når noe er uklart eller når forfatteren ønsker å utforske svar videre.

4.3 Distribusjon av spørreskjemaet

Spørreskjemaet ble delt i midten av april i Facebook-grupper «Vi som tror på det overnaturlige og har opplevd ting utenom det helt vanlig», «Paranormal Norge» og «Norsk paranormal gruppe» i. Medlemmer fikk en måned til å svare på spørreskjemaet. I hver gruppe var spørreskjemaet delt en gang. Andre lignende grupper som «*Paranormal Team Norway*» hvor medlemmer undersøker det paranormale med å reise rundt i Norge eksisterer, men disse gruppene har langt færre medlemmer enn de som er nevnt først og som til sammen har over omtrent 40 000 medlemmer. Andre spirituelle grupper var rett og slett ikke spesifikke nok og handlet mer med *healing* og tarot som ikke er innenfor mitt forskningsfokus.

Gruppene som undersøkelse er delt i, får innlegg om ulike emner hver dag. Innleggene varierer fra å be om hjelp til å fjerne en forbannelse eller spørre andre medlemmers meninger om hvorvidt et spøkelse har dukket opp på et bilde. Det er fellesskapene som aksepterer forskjellige synspunkter og kommentarer uten fordømmelse. Det er også mulig å fritt kommentere egne meninger eller historier under innleggene.

På grunn av spesifikke navnene forventes gruppene å ha mennesker som har opplevd paranormalitet på en eller annen måte i livet sitt, derfor ble det bestemt å legge ut spørreskjemaet i disse tre gruppene.

5. ANALYSE

Opgavens analysedel er delt i to. Den første delen presenterer analysen av spørreskjemaets svar, den andre analysen av Facebook-historier.

Ved å analysere det innsamlede materialet fra undersøkelsen kan man få en idé om hvordan mennesker, når de opplever kontakt med de døde, forstår det, og om det endrer livet deres. I tillegg kan man også finne ut hvilke måter disse opplevelsene manifesterer seg og hvordan de beskrives ved å analysere ved hjelp av den kvalitative metoden. Respondentenes svar brukes til å gi kontekst og utdype bakgrunnen for de personlige historiene. Relevant tilleggsinformasjon fra skriftlig korrespondanse via e-post er inkludert for å bedre illustrere noen spørsmål og historier.

I den andre delen av analysen analyseres det beskrivelser av opplevelser som er hentet fra Facebook. Ved å undersøke dem kan vi se hvordan språket er brukt, hvordan og om disse beskrivelsene skiller seg fra mer private, spørreskjemabeskrivelser, og hva den offentlige tilbakemeldingen er.

5.1 Undersøkelses resultater

5.1.1 Informanter

Spørreskjemaet ble distribuert til flere nettbaserte grupper med et stort antall medlemmer for å få et variert utvalg av deltakere. Den ble fylt ut av totalt 17 personer og ble fullført den 12.mai. Dessverre viste utvalget seg å være mindre enn forventet, og potensielt fordi temaet var for spesifikt, medlemmer hadde ikke de nødvendige erfaringene eller ville ikke dele opplevelser med en fremmed person, spesielt hvis de dreier seg om sensitive minner eller situasjoner. Derfor kan undersøkelsesresultater ikke tas som et fullt innblikk i norsk kultur om åndekontakt. Likevel er det mulig å analysere data som er samlet.

Bakgrunnsspørsmål ble stilt for å innhente demografisk og kontekstuell informasjon om respondenter. Bakgrunnsinformasjon hjelper å forstå konteksten bak opplevelshistorier og bidra til bedre forståelse om det er en sammenheng mellom alder, utdanning, arbeid osv.

5.1.2 Kjønn

Av 17 respondenter var det 15 kvinner og 2 menn.

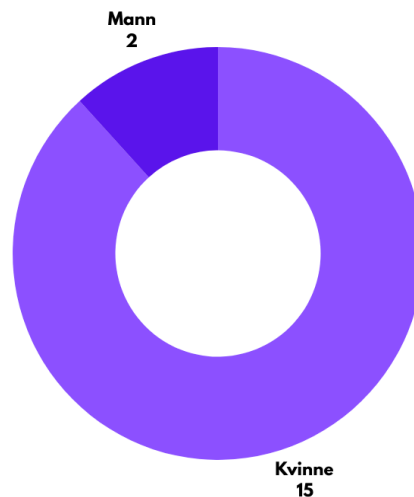


Diagram 1. Hva er ditt kjønn?

Flere studier viser at kvinner generelt er mer tilbøyelige til å tro på det paranormale (Kamp K. et al. 2020, Christensen og Clasen, 2018, Berquist og Lundmark 2023 osv). Intuitiv tenkning, høyere empatisering kan være grunnen til økt paranormale tro hos kvinner, sammenlignet med menn. Kvinner deltar også i religiøse og åndelige anliggender oftere enn menn (Lindvåg, 2019). Den forrige uttalelsen kan støtte hvorfor det er flere kvinner som deltar i denne undersøkelsen. Kontakten kan initieres ved å ha åpen og forventningsfull tenkning ved å minnes graven av den avdøde, blant andre ritualer (Kwilecki, 2009).

Den estimerte kjønnsfordeling i de åndelige Facebook-gruppene, ga inntrykk av at det var flere kvinner alt sammen i disse gruppene og det kan være grunnen til at det var flere kvinner involvert i studien min.

5.1.3 Alder

Alderen til respondentene varierte fra 19 år til 64 år. Gjennomsnittalder var 45 år.

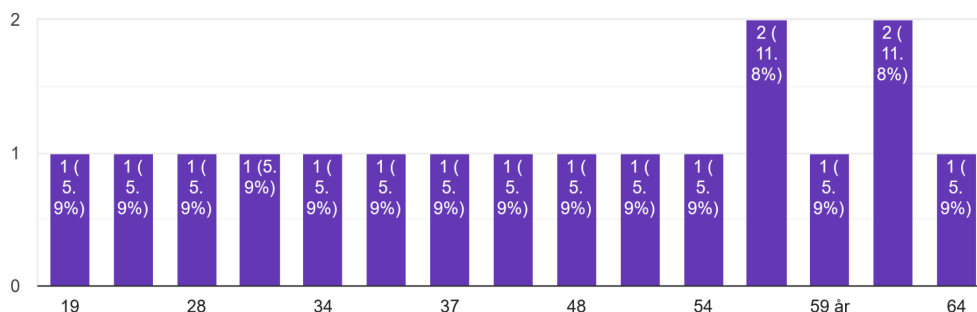


Diagram 2. Hvor gammel er du?

Alderen til respondentene varierte fra 19 år til 64 år. Gjennomsnittalder var 45 år. Variasjonen i alderen i denne undersøkelsens statistikk viser at paranormale hendelser er fremtredende i alle aldersgrupper og i alle livsfaser. Det er også støttet av tidligere forskning (Lindvåg, 2019 og Kamp K. et al., 2020). Lachman (2001) kategoriserer mennesker som er fra 40 år til 60 år gamle til å være middelaldrende. I denne studien er 6 kvinner middelaldrende og 3 er eldre. Middelaldrende og eldre personer kunne oppleve kontakt med de døde fordi de har mer livserfaring som øker sannsynligheten for det paranormale (Castro et al., 2014.). Kamp K. et al. (2020), antyder at kvinner, spesielt med økende alder, har mulighet til å oppleve paranormale opplevelser, men i statistikken her fant det en delvis bekreftelse. Grunnen kunne være et få antall respondere.

Hvis det ikke kan trekkes konkrete konklusjoner basert på alder, så kan utløseren for åndelig kontakt være personlighet og egenskaper. Han/hun kan være nevrotisk, utadvendt, kan søke kontakt enten bevisst eller ubevisst (Kamp, K. et al., 2020) eller har et sterkt indre liv med drømmer (Brugger og Taylor, 2003 via Holt, 2012), liker å spekulere om anomaliteter og er mer aksepterende for nye opplevelser (Holt, 2012). De er nysgjerrige, og i motsetning til vanlige oppfatninger, kan tenke kritisk (Holt, 2012).

5.1.4 Utdanning

Blant informantene valgte 2 grunnskole som høyere fullførte utdanningsnivå. Videre hadde 8 respondenter oppgitt videregående. I tillegg hadde 2 personer bachelorgrad og en hadde mastergrad. 4 informanter hadde fullført fagskole.

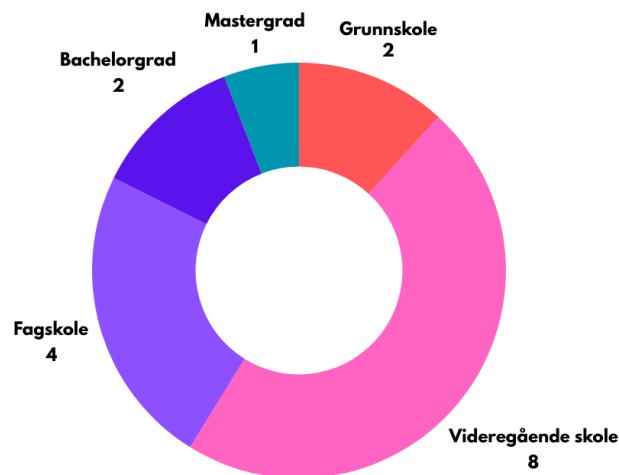


Diagram 3. Hva er ditt siste fullførte utdanningsnivå?

Blant informantene valgte 2 grunnskole som høyere fullførte utdanningsnivå. Videre hadde 8 respondenter oppgitt videregående. I tillegg hadde 2 personer bachelorgrad og en hadde mastergrad. 4 informanter hadde fullført fagskole.

Majoriteten av respondentene hadde videregående som høyeste fullførte utdanning. Ut fra det kan man ikke konkludere at respondentene med videregående utdanning, som det høyeste utdanningsnivået, mottar flest meldinger fra den andre siden. Det kan være tilfeldig at flere personer hadde videregående skole som høyeste utdanning, siden dette gjelder en betydelig grad

av befolkningen. Per året 2023 hadde 35,9% av den norske befolkningen videregående som fullførte skolenivå (Statistisk sentralbyrå, 2024). Noen forskning viser at de paranormale troende finnes i alle utdanningsnivåer (Berquist og Lundmark, 2023) og i alle kulturer (Kamp K. et al., 2020), mens den 2019 år norsk befolkningsstudium viser at de som har lavere utdanning tror mer på spøkelser enn de andre med høyere utdanning (Lindvåg, 2019). Å tro på spøkelser betyr ikke nødvendigvis at man har en opplevelse selv.

Siden utvalget var lite, kan ingen store konklusjoner trekkes, men siden både lavere og høyere utdanningsnivåer også ble representert blant informantene, kan dette bety at kommunikasjonen etter døden skjer med mennesker med ulik bakgrunn og utdanningsnivå.

5.1.5 Sysselsetting

Svarene gir oss en idé om livssituasjonen deltakerne befinner seg inn i øyeblikket. 11 personer ut av 17 jobbet for tiden. De mest representerte svarene innen arbeidsfeltet var utdanning, detaljhandel og helsevesen. Disse jobbene er menneskeorienterte og krever mye fysisk og emosjonelt engasjement. Fire personer rapporterte å være uføretrygdet. Én person var pensjonist og én person studerte, men jobbet samtidig som anleggsgartner. Tre personer svarte at de arbeidet, men spesifiserte ikke yrkesfelt. Arbeid i helsevesen ble nevnt ofte, dette er spesielt i lys av tidligere forskning knyttet til å være i nærheten av dødende pasienter og å sanse paranormale opplevelser. Parra og Amarillas (2017) forskning fant at helsepersonell har definitivt sjanse til å oppleve anomalier som tilstedeværelser og fremmede stemmer. Muligvis kan nær kontakt med de dødende og døden gjøre en person “åpne” til fremtidige spirituelle situasjoner

Hvis utvalget hadde vært større, kunne man ha sagt mer om statistikk om hvilke felter rapporteres anomalier oftere, men svarene i ulike arbeidssituasjoner kan bety at etter døden kommunikasjon er ikke begrenset til et visst arbeidsområde eller sosial posisjon.

5.1.6 Religion og tro

De hyppigst rapporterte svarene var kristendom (8), etterfulgt av spirituell (4), ikke-religiøs (3) og uspesifisert (2).

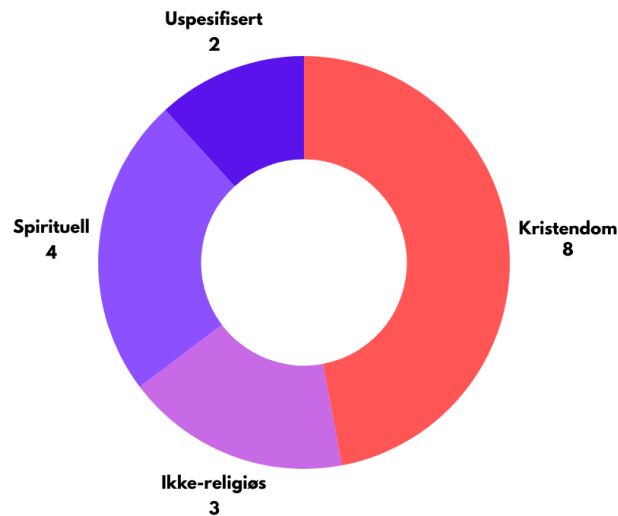


Diagram 4. Hva er din religion eller trossystem?

Kristendom

De mest nevnte svar indikerer tro på religion, nemlig kristendommen, men noen av disse svarene gjenspeiler å ha barnetro eller «*kristendommen, med min egen vri.*» snarere enn aktiv tro. Barnetro betyr (kristen)tro som man har vokst opp med (NAOB). To av informantene innrømte at de ikke besøkte kirken eller leste *Bibelen*. Én av respondentene er kristen og tror på noe, men er skeptisk fordi hun mener at religioner er så strenge. Selv om det har vært et gjennombrudd i de siste århundre i å redusere presset fra tradisjonelle religioner (Kwilecki, 2009), viser den siste uttalelsen kontinuerlig press i noens tankegang når det gjelder selvfølelse av religiøs tilhørighet.

Spirituell

Én person nevnte å ha en blanding av trosoppfatninger fra forskjellige tradisjoner, noe som er vanlig i New Age. Folk har en tendens til å blande forskjellige religioner og livssyn og ikke følge bare en religions praksiser fordi de nå har mulighet til å velge personlig og bare for seg selv (Kwilecki, 2009). Én person er interessert i alternativ tro, nemlig universelle energier.

«Har vel ingen spesiell tro annet enn at det er noe både før og etter dette livet og at vi ikke er de eneste levende vesenene i universet.» Dette svaret gjenspeiler et bredere universelt syn, og begrenser seg ikke til religiøse doktriner.

En respondent forklarte sitt verdenssyn som: *«Ingen religion, eller nærmeste er paganisme. Er spirituell. Ser på spirituell og religiøs som to forskjellige.»* Det er uklart hvorfor denne respondenten gjorde en slik forskjell mellom spiritualisme og religion, fordi de kristne mennesker kan også være spirituelle.

Ikke-religiøs

Tre personer svarte at de ikke følger noen tro eller religion.

De fleste svarene rapporterte å ha en eller annen formell religiøs lidelse, men uten å rapportere høyt engasjement i praksiser. Identiteten til de sistnevnte ligger i retning av å være mer symbolsk, kulturell eller arvet fra foreldrene sine i de norske religiøse tradisjonene i dagens samfunn. Individuer har i dag frihet til å velge sin tro og endre den i henhold til omstendighetene (Kwilecki, 2009). I Norge har det livssynsåpne samfunnet blitt en realitet på grunn av store endringer i den norske religionsloven og påvirkningen av innvandring (NOU, 2013).

Det finnes mange trobevegelser, og man kan ta sine egne valg ved å kombinere og omtolke dem (Kwilecki, 2009). Flere av svarene avslører en tro på noe større enn oss selv i vårt univers, selv om det ikke alltid er lett å definere hva vi tror på, kan man være oppmerksom på ulike tolkninger og forståelser.

De ulike meningene og oppfatningene kan tyde på at det å ha en paranormal opplevelse når de avdøde tar kontakt ikke er forbeholdt til de som er sterkt knyttet til kun åndelig tro eller religioner – selv folk uten noen religiøse standpunkter kan ha kontakt med de ånder.

5.1.7 Påvirking

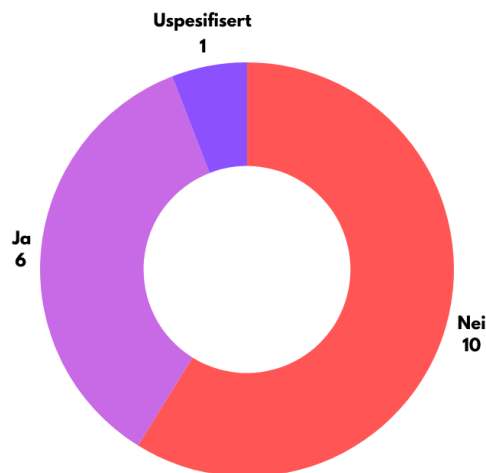


Diagram 5. Har denne opplevelsen påvirket din religion eller trossystem på noen måte?

Blant de 17 informantene i studien rapporterte 10 at deres tro ikke hadde endret seg etter å ha følt nærvær av en avdød. Dette kan tyde på at erfaringen samsvarte med deres allerede etablerte livssyn eller at de hadde en likegyldig holdning til religion.

En grunn til ingen endring i religion eller tro kan være at de har oppvokst i miljøet der det allerede er tro på sjelens udødelighet og tro på livet etter døden eller om de er likegyldige til religion. Denne hypotesen kan være besvart når man ser på svarene fra spørsmål nummer 14 og 15 som spurte om religiøs lidelse og om åndelig erfaring har endret religion eller trossystemet. Flere kristne, eller de som anser seg selv som kristne, men ikke alltid følger skikkene, innrømte ingen endring i deres tro. Det er uttrykte her:

«Nei, fortsatt å føle og tenke på samme måte jeg alltid har følt er rett».

Denne typen uttalelse kan forstås gjennom Kwileckis (2009) forskning som fant ut at åndelige opplevelser har enten en minimal, ingen eller betydningsfull påvirkning til en persons religion eller tro. Ingen innflytelse ved åndelig beskjed kan forklares ved at kontakten ikke i seg selv er kraftig nok til å skape en radikal endring i tidligere oppfatninger eller var forståelsen av denne erfaring ikke oversatt til noe mer meningsfullt eller kraftigt (Kwilecki, 2009). Null endring av informantenes tro kunne vært analysert dypere, men mangelen på utvidet refleksjonene hos respondenter som svarte “nei” begrenset denne muligheten.

Fem respondenter uttrykte at deres tro og grunnleggende verdenssyn *hadde* en direkte innvirkning etter kontakt fra det hinsidige.

Ja. Det var slik jeg fikk forståelsen for sjelevandring.

Tror på at det er noe som er større enn oss.

Ja, det har meg til å fått tro og opplevelsene har bevist meg at det er mellom himmel og jord.

Ja, jeg ble mer spirituell og har lært mer om meg selv og verden rundt. At alt rundt oss ikke alltid er helt som det ser ut som. Det er mye fasader og falske «bilder».

Disse positive uttalelsene vitner om en økt oppdagelse av den nye spirituelle kunnskapen og illustrerer hvordan opplevelser kan fungere som eksistensielle vendepunkter i individets liv.

Sammenlignet med tidligere utsagn, om hvordan kommunikasjon etter døden kan bekrefte nåværende tro og livssyn (Kwilecki, 2009), kan det være et utgangspunkt for å oppleve lignende situasjoner i framtiden. Svarene viser at man kan oppdage mer om verden, seg selv og om spiritualitetens konsept, samtidig å utfordre forestillingene om religion og livsstiler.

Ja, jeg meldte meg ut av statskirken da jeg følte alt feil. Men samtidig sa jeg til presten at jeg tror mer enn han... fordi jeg lar ting være naturlig.

Ja absolutt! Før trodde jeg ikke så mye på liv etter døden, men etter jeg døde å møte familien min, vet jeg at det eksisterer!

Den første uttalelsen viser hvordan en person tok et radikalt valg i livet ved å trekke seg ut av statskirken på grunn av konflikten mellom hennes tidligere dogmaer og en ny, erfaringsbasert tro.

En annen informant fortalte at hun var veldig ung den gangen når kontakten skjedde og var usikker på hva hun skulle tro. Hun føler seg eldre og tryggere på hva hun tror nå. Så var det bare en livserfaring for henne.

Enten det er å tilegne seg ny kunnskap, en måte å tenke på eller bekrefte eksistensen av det hinsidige, finnes mange måter hvordan disse opplevelsene kan forandre personens liv på. På grunn av de begrensede forklaringene på hvorfor endringen eller fant eller ikke fant sted og det lite utvalget, er det umulig å si noe definitivt.

5.1.8 Typ av kontakt

Ifølge Guggenheim (1996) kan kontakttypene (sjelens formidling av budskap til de levende) kategoriseres som:

- 1) å høre en stemme,
- 2) berøring,
- 3) å lukte en duft,
- 4) å se ånder i hele eller i delvis formen,
- 5) å være kontaktet under halvsøvn eller i full søvn,
- 6) røring av fysiske fenomener,
- 7) symboler
- 8) og i fryktelige situasjoner.

Guggenheims (1996) etablerte system danner grunnlaget for struktureringen av resultatene i denne studien. Kontakttypene ble avledet fra oppleverens selvrapporterte beskrivelser. Ved å lese

og analysere hver beretning, ble sentrale temaer og mønstre identifisert og tatt i betraktning. For eksempel, hvis personen beskrev å bli berørt av en ånd, ble de kategorisert som berøringskontakt.

Ånder har en personlig forbindelse til dem som de ønsker å kontakte, men for at det skal lykkes

Det fremkom et mangfold av kontakttyper i informantenes historier.

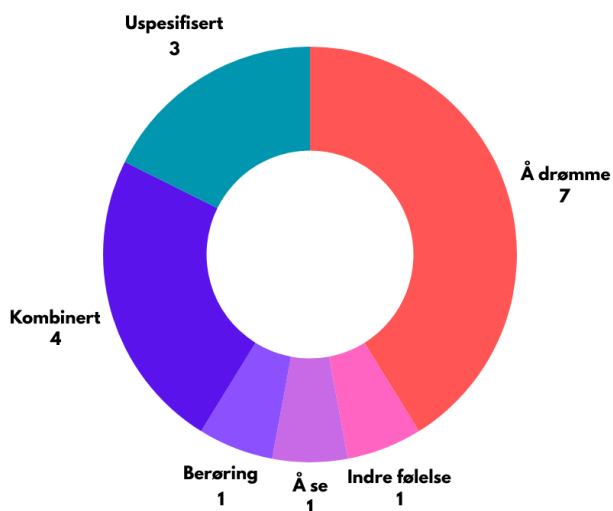


Diagram 6. Hvilken beskjed har du fått fra en avdød/de avdøde?

Ånder søker ofte kontakt med personer de har en personlig tilknytning til, men for at kontakten skal lykkes, må visse forutsetninger fylt: man må være forventningsfull, eller må gjøre visse ritualer for å få kontakt (Kwilecki, 2009). Holt (2012) også støtter teorien at åpenhet fremkaller anomalier.

Den hyppigst rapporterte opplevelsen var å motta budskap fra ånde verdenen mens man drømmer (7 svar), etterfulgt av å ha innerfølelse (1), å se (1) og å føle seg berørt (1).

Drøm

Mulig grunn til at ånder kan være i kontakt med og formidle sine budskap til mennesker, kan ifølge Guggenheim (1996), være at folk er mer mottakelige for innkommende informasjon i

søvnfasen og i den alfatilstanden. Drømmer er spontane i sin natur og ikke typisk kan kontrolleres, dette betyr at i søvnen har vi ikke noen distraherende tanker som vi ellers kunne pleie å ha når vi er våkne.

Derfor er det heller ikke overraskende at drømmer er framtreddende. Mennesker med dype drømmer og fantasi er mer sannsynlig å ha kontakt med de avdøde (Holt, 2012) og flere internasjonale studier rapporterer at 50-80% av de etterlatte har hatt minst én drøm om den avdøde (Black et al., 2016). 67% av amerikanere tror åndelige drømmer er bevis på livet etter døden (Cook, 2025). Selv om det foreløpig finnes ikke spesifikke norske studier som undersøker sammenhengen mellom åndelige drømmer og bevis på livet etter døden, får man innsikt i hvordan en slik tro kan være formet i vestlige land som Norge. I en sorgsperiode kan man ubevisst søke kontakt med de ånder (Kamp K. et al., 2020) så har man mulighet til at det kan skje via drømmer. Guggenheim (1996) argumenterer at det er også mulig å være kontaktet når man er i avslappet og mottakelig humør. Til sammen fungerer drømmer som et sted hvordan mennesker og de avdøde kan møtes på

Indre følelse

Å ha en indre følelse eller intuisjon nevnes separat i denne studien på grunn av at den ikke er kategorisert som et ulikt type i Guggenheims (1996) system. En respondent som beskrev opplevelsen sin sa at det var mange påtrengende tanker i hodet som oppfordret henne til å sjekke om alt var i orden med hennes bekjente. I dette tilfellet var det en livreddende advarsel. Det var ikke en annen stemme enn hennes, så derfor er den kategorisert sånn. Fenomenen kan forstås som *anomalous cognition* som er en form for avvikende kognisjon, der en person oppfatter og gjenkjenner framtidige hendelser på en uvanlig måte, dette kalles “intuitive inntrykk” (Escolà-Gascón et al., 2022).

Å se

Én informant, på et sykehus med en alvorlig tilstand, med følelser av fortvilelse så «*en flokk av skikkelser/ånder/engler ved hode-enden*». Hun hadde vansker med å forklare hva hun observerte, men hun trodde de var hennes døde forfedre eller familie som passet på henne. Det er ikke kjent hvordan informanten koblet sammen at disse skapningene var hennes slektningers ånder, men

basert på spørreskjemaets svar følte hun en stor følelse av kjærlighet og trygghet, så kanskje det var derfra hun følte tilstedeværelse av sine forfedre. Hun kjente ikke dem, og det kan være på grunn av ånder ikke alltid vil vise seg på sin vanlige måte hvordan de eksisterte i den fysiske verden (Reynolds, 2018). I min oppgave er det én av de sjeldneste typene.

Berøring

Fysisk følelse av kalde bølger som starter fra toppen av hodet og slutter nederst i ryggraden kan være en måte ånder kommer på besøk til å gi et budskap.

Det er kjent at sinnet påvirker kroppen og omvendt så kan kroppen ofte være en mottaker av signaler fra ånder og den eneste måten å kommunisere på kan ikke alltid være verbal. Samtale skjer gjennom andre sanseinntrykk.

Historien illustrerer hvordan åndelig kontakt ikke bare tjener ett formål, nemlig å la de etterlatte vite at deres ånd er i fred nå, men i stedet kan forutsi bortgang til det hinsidige. Sjelene kan gi beskjed på forhånd for å forberede de etterlatte følelsesmessig og redusere frykten deres. I denne historien viste ste-farmoren de gode minnene de delte sammen for å nedsette virkningen av meldingen om plutselig død.

Et annet overraskende tema kom frem under analysen: det er forutsigelse og advarsel om fremtidige hendelser. Ånder ser ut til å være interessert i livsfaser som er av stor betydning, for eksempel om valg av partner.

En mørk stemme har jeg hørt 3 ganger. Første gangen var under en reise ned til sjelsnivå. Den andre gangen var da jeg var hos en kjæreste, og stemmen ba meg om å komme meg vekk, da han ikke var bra for meg. Tredje gangen var da jeg igjen fikk kontakt med denne kjæresten. Han kom hjem til meg, men kunne ikke overnatte. Neste gang skal jeg ligge over, sa han til meg. Da hørte jeg stemmen si; Er du sikker på at det blir en neste gang? Det ble ikke det.....

Denne beskrivelsen av opplevelsen fungerer som en intuitiv varsling i form av en anonym stemme, men det finnes kombinerte typer som er til stede. En mulig grunn til hvorfor sjeler griper inn i livene våre er fordi forholdet mellom oss og dem ikke er blitt brutt. Denne

kjærligheten til oss gjør at de vil hjelpe oss i viktige avgjørelser og veilede oss til å forbedre livene våre. (Hluchan, 2019)

4 av respondentene rapporterte enten én historie som hadde to eller flere typer åndelig kontakttyper, eller flere enn én historie med forskjellige typer av kontakt.

3 av svarene var ikke spesifikke nok til å tydelig forstå hvilken type kontakt personene hadde opplevd. Noen eksempler: 1) *Fikk i 2017 beskjed fra ei venninne: Jeg er med deg, du får ikke lov å gi opp.* og 2) *Beskjeder om ja og nei da jeg stiller spørsmål.*

Kombinasjon

Enten inneholdt en historie flere former av kontakt (for eksempel både å se og å føle) eller ble det fortalt separate hendelser. Til sammen rapporterte fire respondenter alle de tidligere nevnte typene i sine historier, med unntak av fysiske fenomener, som for eksempel klær som beveger seg fra ett sted til andre (rapportert i en hendelse).

Flere respondenter delte historier som ikke lot seg å være i enestendig kategori. Guggenheims (1996) erfaring med å studere tusenvis av åndelige beretninger viser at det er ganske typisk å ha episoder som inneholder flere typer. Et annet sentralt tema som dukket opp i mange historiene var at den åndelige kontakten kom i tider med stor stress, enten det å være på sykehuset eller å ha en (akutt) fysisk eller psykisk sykdom. Informant nr 5 beskriver opplevelsen slik:

Rundt midnatt for over 14 år siden følte jeg meg plutselig i dårlig form. Jeg gikk og la meg, og tårene rant. Plutselig så jeg en «smal-film» i mitt indre som viste bare gode minner av meg og min ste-farmor. Filmen var i svarthvitt og uten lyd. Veldig sterkt. Da filmen sluttet, så sa jeg til meg selv at nå var hun død. Morgenen etter dro min sønn til skolen, og da han låste ytterdøra, så hørte jeg mobilen hans ringe. Like etterpå kom han inn på rommet mitt og sa at oldemor døde i natt ...

I sammendrag, med kombinerte historier, er seks av fem kontakttyper representert. Disse er: å høre en stemme, berøring, syn på anden, kontakt under halvsøvn eller søvn og fysiske fenomener. Dette antyder at historiene er varierte i karakter og at folk tolket kontakt på ulike måter, ofte influensert på egne sanser og bakgrunn.

5.1.9 Spontan eller fremkalt

Tallene viser at 15 informanter beskriver opplevelsen sin som spontan. Den var ikke fremkalt av ritualer eller forventning og var dermed uventet.

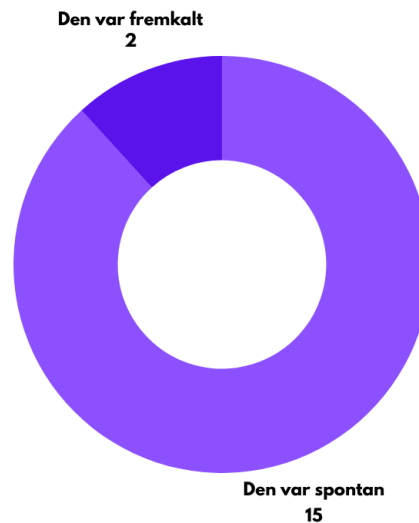


Diagram 8. Var opplevelsen noe spontant eller ble den fremkalt?

To informanter svarte at opplevelsen var fremkalt. Det vil si at det var et resultat av intensjon eller åndelig praksis i en eller annen form. Meditasjon er en måte å oppnå kontakt med de ånder (Guggenheim, 1996).

Når det gjelder kjønn, var det en mann og en kvinne som fremkalte kommunikasjon. Lite utvalg av respondenter gjorde det umulig å si noe om kjønnsforskjeller i denne sammenhengen.

For å få innsikt i hvordan kan man fremkalle kontakt, tok jeg kontakt med Aksel⁶ som beskrev hvordan fremkalte kontakt skjedde. Hendelsen hans gikk som følger:

Dette var i tiden da før jeg begynte med dette, jeg ba om at moren min var der jeg håpet hun var, på det gode stedet sitt, og jeg ønsket å se henne igjen. Senere samme natt våknet jeg, da så jeg hun satt i sofaen min og så ut i gangen. Hun så helt vanlig ut. Jeg reiste meg opp i sengen, men sa ingen ting. Etter litt tid sa jeg: «muttern»? Da begynte hun å fade bort. Hvor lang tid hele seansen gikk er jeg usikker på, men var nok snakk om noen minutter. Dette skjedde i åndetimen mellom 03.00-04.00. Da jeg sjekket tiden var den

⁶ Navnet er endret fordi respondenter ønsket å være anonym

03.40. Det er den eneste gangen jeg har klart å fremkalle, de få andre gangene jeg har møtt eller følt menneskelige ånder/sjeler så har det vært spontant.

Aksels historie illustrerer hvordan det er mulig å direkte invitere den avdødes ånd om å få se dem igjen. I undersøkelsen var det flere spontane opplevelser enn de som er fremkalte, men denne historien er et eksempel på en ritualistisk åndelig invitasjon til ens liv.

I dette tilfellet kunne den ha vært den sterke, nære forbindelsen mellom mor og sønn som førte til at han så hennes åndelige manifestasjon. Påstanden kan støttes av Guggenheims (1996) forskning som avslørte at en forbindelse mellom en forelder og barn kan gjøre kontakten mulig.

I hans kommunikasjon med meg, fortalte han at han brukte kraften av meditasjon og bønn for å oppnå resultater. Å bønne og meditere er noen av måtene å kommunisere med dem i det hinsidige (Guggenheim, 1996). Han sa at vanligvis kommuniserer han med utenomjordiske vesener, men noen ganger kommer jordiske ånder gjennom meditasjonen.

Han nevner *åndetimen* i beskrivelsen sin. Åndetime er, ifølge folketradisjonen, tiden mellom klokken 3 og 4 om natten hvor ånder og andre overnaturlige vesener antas å være de mektigste. Sløret mellom de levende og de døde blir tynnere, noe som gjør folk mer følsomme for kontakt med ånder. (Ostberg, 2022)

Aksel beskriver at moren hans så *helt vanlig* ut. Denne typen kontakt skjer ganske ofte blant opplevelser av åndelig kontakt og går under kategorien «hele syn på ånden» hvor ånden sees normalt, slike hun ville ha vært i live (Guggenheim, 1996). Kwileckis forskning (2009) støtter også denne ideen fordi en avdødes ånder opprettholder viss karakter og egenskaper som de hadde i livet.

5.1.10 Påvirkning

Svarene reflekterte en rekke følelser, inkludert både positive og negative.

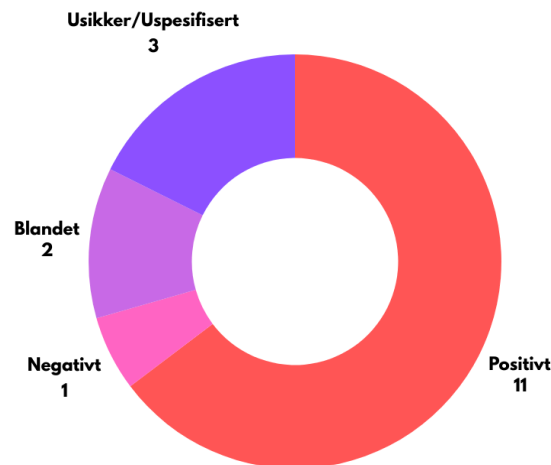


Diagram 9. Hvordan følte du deg etter å ha fått budskapet?

11 personer rapporterte positive følelser etter å ha mottatt et budskap. Disse inkluderer: «Følte meg mindre alene» og «Veldig trygg og fylt av kjærlighet.». For en person var budskapet fra avdøde venninne livreddende. Hun sa: «Jeg følte at jeg skulle leve videre og hjelpe andre.» En person rapporterte at nå vet hun noe veldig viktig. De andre positive svarene nevnte at man var lettet og fredfull.

Positive følelser kan komme av ulike grunner: 1) folk får bekreftelse på at deres kjære har det bra etter døden eller/og 2) man har bekreftelse på et liv etter døden (sammenlignet med frykt for det ukjente).

En informant følte seg deprimert. Hennes tidligere svar tyder på at hun følte deprimert fordi hun ikke kunne si farvel eller delta i begravelsen til den avdøde. Ifølge Kwilecki (2009) kan de avdøde tilgi personen for når det var umulig å komme til begravelsen fordi ånder har større kjærlighet og empati på det hinsidige. Ånder vil også lindre sorgen av de som har overlevd

(Guggenheim, 1996) På den positive siden har informantene fått noen «oppdateringer» om avdødes velvære på det hinsidige.

Negative følelser kan oppstå når man gjenopplever sorg relatert til den avdøde og dette skaper melankoli og kan hindre sorgprosessen som gjør helbredelse vanskelig.

To har hatt blandende følelser etterpå. En respondent skrev at hun var nesten ikke overrasket over dette (å få beskjed), men trist selvfølgelig da opplevelsen var relatert til hennes nære, avdøde venn. En respondent var samtidig både trist og glad. Det er naturlig å ha blandende følelser fordi den berører temaer som kjærlighet, tap, lengsel og frykt. Det er overveldende å bearbeide dem samtidig.

Tre respondenter svarte ikke direkte på spørsmålet.

5.1.11 Første gang eller gjentatt opplevelse

12 personer hadde opplevd lignende hendelser både før og etter den aktuelle opplevelsen.

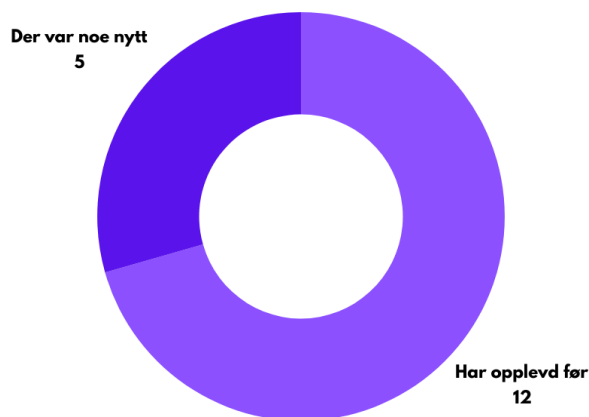


Diagram 10. Er dette noe du har opplevd før eller er det noe nytt?

Det faktum at de fleste har opplevd kontakt med det hinsidige kan skyldes respondentenes kulturelle bakgrunn. I noen familier kan spøkelseshistorier fortelles eller spirituelle emner

diskuteres eller stigmatiserer de ikke andres oppfatninger. Imidlertid tyder tidligere forskning på at utadvendte og nevrotiske mennesker er mer utsatt for paranormale situasjoner (Kamp et al., 2020).

For 5 var den åndelige kontakten en enestående begivenhet. Kanskje har de ikke opplevd fordi de ikke er åndelig åpne, ikke har trengt åndelig intervensjon, eller ikke har tolket sine tidligere erfaringer slik de gjør nå.

En respondent beskrev hvordan den første hendelsen åpnet døren til en ny virkelighet. Hun hadde senere i livet flere gjentakende spirituelle erfaringer. For de fleste respondentene var dette altså ikke noe nytt, noe som kan skyldes at spørreskjemaet var delt i spirituelle orienterte grupper. Kanskje er personer med bare én enkelt paranormal opplevelse ikke medlemmer i slike grupper. De som har hatt tilbakevendende opplevelser kan være mer åndelig i sin tro og se på opplevelsene sine som mer paranormale.

5.1.12 Å dele opplevelsen med andre

16 informanter har snakket om sin opplevelse med én eller flere andre. Kun en valgte å holde historien for seg selv.

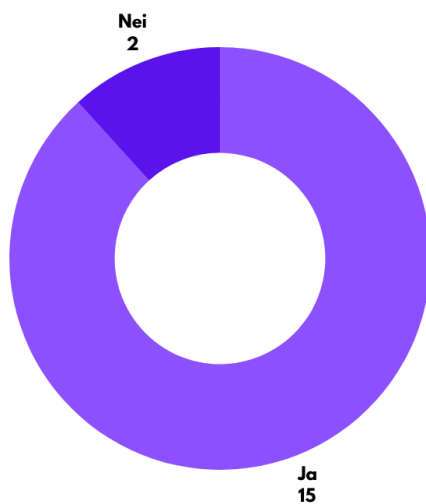


Diagram 11. Har du snakket om din opplevelse med noen?

At nesten alle respondentene har bestemt å dele erfaringen sin, kan bety på behov for bekreftelse og ønske om å bli forstått. Deling kan fungere som en måte å finne trøst og støtte i sitt sosiale nettverk og gi en dypere mening for opplevelsen gjennom andres reaksjoner og kommentarer.

5.1.13 Andres reaksjon

8 respondenter ble møtt med positive reaksjoner på historiene sine. To personer skrev at andre mente det var en *naturlig* hendelse.

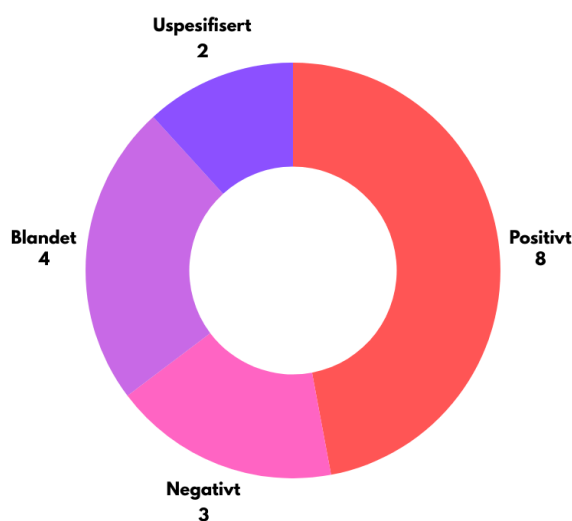


Diagram 12. Hvis ja, hvordan reagerte den andre personen/personene på det?

Disse som hadde et støttende fellesskap med samme eller lignende oppfatninger rapporterte at de reagerte positivt på historiene. Noen observerte at andre mennesker var nysgjerrige og ville vite mer. Å fortelle det til andre vekker også følelser: «*Med forbløffelse. Jeg blir så rørt når jeg skal fortelle andre om det, jeg gråter.*» At en betydelig andel har fått gode responser tyder på at slike historier ikke lenger diskrimineres like mye som de kanskje har blitt tidligere.

Tre rapporterte å ha fått negative tilbakemeldinger fra andre. Her er grunner som ble tatt opp: «*De ser det mange ganger som vrangforestillinger, mener jeg er psykotisk og at de ikke kjenner til den verden.*», «*Noen synes det er rart.*» og «*Som at jeg er gal.*». Negative følelser kan gjøre at

personen som opplever åndelige episoder finner støtte fra et annet sted enn venner eller slektninger og vender seg til et mer engasjert fellesskap, som Facebook-grupper. Majoriteten av folk har aldri hatt slike mystiske erfaringer i livene sine, så kan beretninger være fremmedgjørende eller vanskelig å forstå.

Blandede svar utgjorde 4 av svarene. Eksempler på slike reaksjoner er: «*Noen fnyser, noen ler og noen (få) tror det jeg sier.*» og «*Noen reagerte positivt. Noen trodde ikke på det.*» Akkurat som vi ikke alltid forstår ting i livet, kan det hende at andre ikke gjør det heller, så er det forskjellige emosjoner.

To svar var uspesifiserte. En person skrev at hun hadde en åndelig opplevelse sammen med andre mennesker, men beskrev eller diskuterte ikke hvilke følelser erfaring vekket. Det er mulig at det å dele opplevelsen i et fellesskap gjorde det vanskelig å skille ut egne reaksjoner eller fokuset ble lagt mer på hendelsen *selv*. «*De blir stille og sier ikke så mye om det.*» Noen ganger vet ikke folk hvordan de skal eller må svare.

5.1.14 Diskriminering

10 informantene av 17 oppga at de har ikke har opplevd diskriminering når de har delt historiene sine med andre.

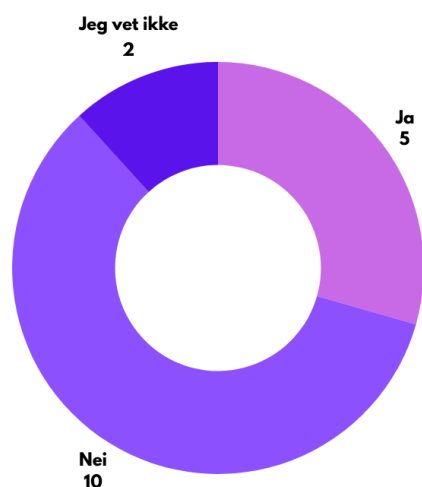


Diagram 13. Har du noen gang følt deg diskriminert når du snakket om opplevelsen din?

Det er generelt trygt å snakke med andre om hva som skjedde. Drømmen, den ukjente stemmen eller den fysiske berøringen var så meningsfull og ekte for fortelleren, er det mulig at de ikke tok kritikken til etterretning og ikke syntes den som diskriminering. Deres virkelighet er viktigere enn andres mening om situasjonen.

Fem fortalte at de har blitt møtt med diskriminering, mens to var usikre om de har blitt diskriminert eller ikke. De kan bli diskriminert på grunn av at historiene deres ikke spesifikt passer inn i rammen av vitenskapelig bevis og den er ikke rasjonell. Man kan tyde på at med fremveksten av nyreligiøsiteten i forrige århundre i det norske samfunnet, skjedde det en endring hvordan beretninger oppfattes i samfunnet.

Nyreligiøsiteten er også inspirert av den såkalte «Human Potential Movement», som fremhever enkeltmenneskets potensial og behov for menneskelig og åndelig utvikling. Dette menneskesynet har særlig fått gjennomslagskraft fra 1960- og 1970-årene. Det blir ofte fremhevet at mennesket har en «høyere bevissthet» og indre åndelige kraft eller energi som kan tas i bruk i selvutviklingsarbeid [...] (Løøv, 2022).

Det at de fleste ikke hadde opplevd noen diskriminering, tyder på at de har et sterkt støttemiljø rundt seg. Et sterkt støttende nettverk, enten i familien eller samfunnet, kan bidra til normalisering og validering av etter dødens-kommunikasjon hendelser og hjelp til å kjempe mot

stigma i en større forstand, mens folk som opplever negative tilbakemeldinger eller er vært diskriminert kan bli enda mer isolerte fra andre og mindre tilbøyelige til å dele historiene sine lenger.

5.1.15 Å søke kontakt på nytt

Mer enn halvparten (10 personer) av respondentene har forsøkt å gjenoppta kontakt med de avdøde.

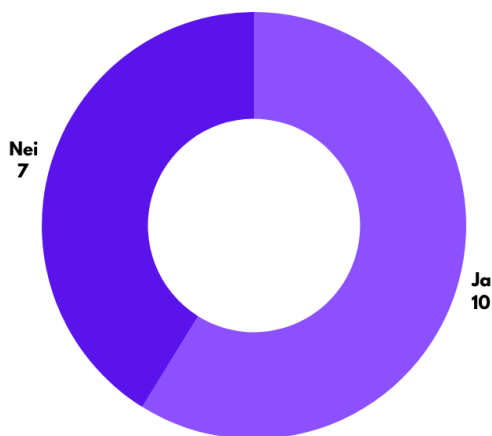


Diagram 14. Hva tror du skjer etter at en person dør?

Dette antyder at kontakt med de avdøde for mange oppleves som naturlig og integrert del av hverdagen. Veiledning eller støtte for livet kan være grunnene til at man trenger hjelp. De kan være mer tillitsfulle når de spør om de har hatt tidligere positive engasjementer med den avdøde. Å lære noe om ånde verden og seg selv bringer spenning i livet. Aksel er en av dem som tok kontakt med ånder igjen. Han vet at han har et oppdrag med å *guide* mennesker (i vår verden), men bare oppsøke ånder ved behov av å ha starthjelp for å finne seg selv og oppdage veien videre.

Sju har avstått å kontakte de avdøde igjen. De som ikke har tatt ytterligere kontakt eller ikke har forsøkt å ta kontakt, har fått nødvendig informasjon og trenger ikke mer. Aktiv kontakt med sine

forfedre/avdøde betyr ikke bare samtaler med dem, men å tenke på dem og besøke graven blant andre aktiviteter.

5.1.16 Etter døden

Det finnes mange forskjellige svar på dette eksistensielle spørsmålet.

Nesten alle respondentene, unntatt én, mente at det finnes liv etter døden i en eller annen form.

Respondenten som var unntaket sa at han ikke visste hva som skjer etter døden.

Svarene er tematisk kategorisert etter informantenes trosforståelse:

1) Åndelig eksistens – den lever videre etter døden

Jeg tror man kommer til ett sted man venter først. Der er det mørkt og kaldt. Etter begravelsen blir man enten sendt til ett godt sted eller man blir værende på jorden i form av alternativ virkelighet. Ergo, du kan se alle, men ingen kan se deg.

Går over til en annen dimensjon. Har mulighet til å være rundt oss og passe på oss

Den personlige delen av sjelen blir igjen som en slags hjelper for familie eller venner, den høyere delen av sjelen blir gjenfødt, oftest innen familien, for å lære flere livsleksjoner

Guggenheim (1996) teoretiserer at bevisstheten fortsatt lever etter døden i form av en ånd. Denne ånden gjennomgår livet sitt i det hinsidige. Den har en mentor som vil hjelpe den å få tilgang til høyere kunnskap om kjærighet og hjelper den å ha større empati. Guggenheim (1996)

Kwilecki (2009) sin forskning sier at åndene er rundt oss for å ta vare på oss og veilede oss. De aldri glemmer oss (Kwilecki, 2009).

2) Sjelevandring og reinkarnasjon – ånden er født igjen

Sjelen går ut av kroppen. Et nytt liv...

Jeg tror på sjelevandring. Min sjel er fra stjernesystemet Pleiadene. Jeg tror sjelene vår blir sendt for å leve i forskjellige fysiske verdener.

Jeg tror og håper at sjelen går videre og vi får et nytt liv i ny kropp og skal lære mer enn det vi lærte i forrige liv.

En person som mener hun har kontakt med det hinsidige, mener at sjelene reiser over i en annen dimensjon. Haraldson (2009) sier at de nordiske landene viser betydelig variasjon i troen på liv etter døden og reinkarnasjon. 43% tror på reinkarnasjon og omtrent halvparten tror på liv etter døden (Haraldson, 2009).

3) Usikkerhet

En person skrev at han ikke vet hva som skjer etter døden. Den andre informanten innrømmer: *Jeg er veldig usikker, men jeg vet det er noe etter dette livet - og kanskje at det var noe før..*

Uttalelsene ble kategorisert sånn for å finne mønstre og temaer fordi den gir en oversikt i tilbakevendende synspunkter. Kanskje den mest betydningsfulle informasjonen ligger i den første delen av svarene. Der de som tror at sjeler vil bli hos oss i form av veiledning, støtte og beskyttelse. Denne forestillingen er vitne til dyp forståelse av etterlivet og løpende relasjoner mellom de etterlatte og de avdøde. Det er en bro som ikke er ødelagt av døden, men som leder vei til en annen type tilstedeværelse og omsorg.

5.2 Historier fra undersøkelse

Den første historie

Kvinne, 57, skriver...

«Jeg lå på sykehuset fordi jeg hadde abortert. Min nylig avdøde venninne - barnets tante - som hadde visst hun aldri ville få barn, kom til meg i en svært virkelighetsnær drøm med den lille gutten i armene og sa hun skulle passe på ham til jeg kom. Hun takket meg også fordi hun nå fikk oppleve å være mor.»

Denne korte, men gripende historien utforsker temaer som tap av et barn og skiftet av morsrollen. Selv om premisset er trist, gir det fortsatt håp om at alt vil bli bra i en svært stressende periode i en kvinnes liv.

Denne historien kategoriseres som en besøksdrøm, fordi hun følte det som en svært *virkelighetsnær drøm*. Hennes bevissthet flyttet seg fra den fysiske virkeligheten til det liminelle rommet mellom liv og død, hvor hun kunne være åpen for kontakt med de sjelene av hennes nylig avdøde barn og venninne.

Det er ingen tvil om at denne opplevelsen gjorde henne bekymret, men drømmen lindret sorgen hennes og ga forsikring om at hennes ufødte barn er trygt, selv om han ikke er i armene hennes. Hun skrev historien uten å dømme seg selv eller omstendighetene hun var i. I ettertid, årene etter, tok hun det som en erfaring heller enn at det endret hennes syn. Ved å lese forfatterens svar, beskrev hun at drømmen kom spontant. Hun har opplevd lignende opplevelser før og etter, men innrømmer at denne var den sterkeste og mest tydelige av dem alle.

Hvilket formål har denne historien? Det dekker et behov for (underbevisst) psykologisk støtte i å håndtere sorg og tap. Hun kunne ha falt i tristhet og depresjon, men hun har løst komplikasjonene i sin livsperiode ved å gi den en positiv og håpefull løsning, enten gjennom sitt ubevisste sinn eller ånders kollektive arbeid fra det hinsidige. Uansett årsak kan hun fortsette med et roligere hjerte.

Språk og tematikk

Forfatteren skrev en førstepersonsfortelling på en enkel, men kraftfull måte uten å bruke unødvendige symboler eller uttrykk. Hun startet historien med en neutral setning «*Jeg lå på sykehuset fordi jeg hadde abortert.*» som har sterke og seriøse understrømmer som dreier seg om døden. Hun skrev ikke om det som en fortvilelse, men snarere som en påstand om hva som skjedde med henne.

Kontrastene mellom henne som moren til det ufødte barnet og venninnen hennes som aldri kunne ha fått barn skapte polarer, men forente dem til slutt - ved å holde *den lille gutten* i venninnes armer som kunne *passer på ham til hun kommer*. Det var ikke hennes tid ennå til å bli med dem, men i mellomtiden er barnet og venninne trygge. Historiens beskrivende setninger gir oss et levende bildespråk, for eksempel i barnets forstand, fordi det er lett å forestille seg hendelsen.

Historien består i hovedsak av tre setninger. De første og siste setningene gir oss en sterk innledning og konklusjon, men hovedfokuset ligger på den andre som er skrevet med enkle ord satt sammen for å lage en emosjonell og flytende historie. Hun avstår fra å beskrive sine egne følelser, men legger vekt på å beskrive situasjonen. Strukturen er lineær, men sentrerer seg bare rundt et utdrag, og utelater hendelsene etterpå.

Andre historie

Kvinne, 37, skriver

«Jeg døde under en operasjon og «våknet» i ett hvitt rom der familien min sto å ventet på meg. Dem ba meg dra tilbake da det ikke var min tur enda. At jeg måtte fortsette å leve og ta vare på barna mine. Dem var der å passet på meg, men det var ikke min tur enda. Jeg ble vekket til liv og ropte automatisk etter mammaen min. Min mamma døde for 25 år siden og pappaen min for 20 år siden. Men var ikke bare dem, det var hele familien min, så typ 20 stk og alle var slik dem var i sine glansdager.»

Denne historien er spesiell fordi den er et eksempel på en nær-døden-oplevelse.

Professor i nevrokirurgi ved Det medisinske fakultet og overlege ved Rikshospitalet, Oslos universitetssykehus Angelika Sorteberg og sykehusprest Øystein Buer har forsket sammen nær døden-oplevelser. Mens interessen for å studere et slikt tema var lav tidligere, har tidene forandret seg, selv innen det medisinske feltet. De samlet 200 pasienter med aneurysmeblødning på nevrokirurgisk avdeling og spurte dem om helse, livskvalitet, personlighet, religiøs tro og

åndelighet. De brukte den amerikanske Greyson-skalaen som består av visse spørsmål, og som vil gi et poengsum som skal avgjøre om opplevelsen var en nær døden-oplevelse. Ifølge denne skalaen opplevde litt over 10% mer enn en episode av nær døden-oplevelsen. (Nickelsen, 2023)

Medisinsk sett kan fenomenet forklares med mangel på blodstrøm i hjernen, noe som fører til at pasienten hører eller ser hallusinasjoner. Hallusinasjoner er vanligvis tilfeldige og har ingen dypere mening, i motsetning til nær døden-opplevelser. Den påvirker pasientene mange år senere ved å føle veldig ekte, intens og personlig berørende. I tilstanden av å være klinisk død, er det blant annet mulig å møte sine egne avdøde og snakke med dem. (Nickelsen, 2023)

Et viktig funn viste seg å være at religiøs tilhørighet spiller ingen rolle om personen har en nær døden-oplevelse, og fikk dem ikke nødvendigvis til å vende seg til religion for støtte. I stedet for at det finnes mer mellom himmel og jord. Måten mennesker tolker livene sine før vendepunktet, fikk dem også til å tolke sine situasjoner i døden i samme likhet. Det var også andre typer funn enn positive: en fjerdedel personer opplevde en dårlig eller fryktelig opplevelse som de ikke var interessert i å bli intervjuet om. Den, sammen med sykdommen, reduserte livskvaliteten deres og forårsaket posttraumatisk stress. (Nickelsen, 2023)

De som hadde en positiv opplevelse rapporterte å ha et endret verdenssyn og et nytt kall i livet.

“I intervjuer gir pasienter uttrykk for at de nå lever med mindre frykt for døden, at de utvikler dypere livsverdier og at de opplever et kall eller går inn i nye oppgaver i livet. Noen retter mer oppmerksomhet mot åndelighet og tro. Deltakerne i undersøkelsen verdsetter livet mer og styrker relasjonene de har til andre (Nickelsen, 2023).”

Nå kommer vi tilbake til før skrevet historien. Personen som skrev denne i spørreskjemaet har delt hendelsen sin med andre i hennes liv. Hun og hennes historie har vært diskriminerte ved å si at hun var gal. Det er viktig å huske at slike opplevelser vanligvis skjer i perioder med dyp sorg, stress og/eller traumer (i dette tilfellet om fysisk sykdom) i noens liv og det krever stort mot og utholdenhet å åpent dele det senere med noen i livet sitt bare for å bringe frem følelser av skam

og isolasjon, som kan i lengre forstand gjør man holde tilbake med deling. I stedet for å dømme, fortjener disse typer historier medfølelse og åpen nysgjerrighet.

Språk og tematikk

Forutsetningen for historien hennes dreier seg om å dø et øyeblikk og våkne opp i et hvitt rom, en portal i ånde verdenen. Det er generelt også vanlig å se et hvitt lys mens man har en nær døden-opplevelse (Lykkegaard, 2014). I lignende tekster har det også vært hvite rom. I likhet med den første teksten, følger også denne historien temaet om en alternativ bevissthet som våkner når sjelene trenger å gi en beskjed.

Hun beskriver hvordan hun møtte foreldrene og slektningene sine “slik dem var i sine glansdager” som er støttet av Guggenheims studie (1994) som fant ut at det er mulig å se ånder slik de ville ha vært da de levde, og vanligvis ikke på en veldig forvrengt måte. Dette er et ganske positivt syn på å endre fra en form til en annen, fordi dette er hennes ubevisste måte å illustrere hva som kan skje når hun selv en gang dør, siden det ikke vil være et fryktelig sted, men i stedet er det mulig å møte sine forfedre. Historien hennes bidrar til en løsning av spørsmålet som sannsynligvis alle har: hva skjer etter døden? Hvor går vi?

Mens de andre historiene i undersøkelsen beskrev å se eller høre en spesifikk ånd, omfatter denne historien hele slektningslinjen. Dette kan bety at hun hadde en sterk følelse av fellesskap med slektingene sine og ikke bare foreldrene som veiledet henne både mens de var i vår verden og på det hinsidige. Dette kan tolkes som at hun ikke er alene i sin nød, men alltid har støtte fra de nærmeste, og faktum er betryggende.

I undersøkelsen oppga hun at etter denne opplevelsen følte hun seg forvirret, men har lært at selv om hun ikke egentlig tenkte på livet etter døden, har hun nå fått en bekreftelse på å dø selv uten at det var voldelig som kunne traumatisere henne for livet og gi henne frykt for døden og å dø.

Hennes språkbruk sammenlignet med den første historien viser mer personlighet ved å være mer detaljert. Informasjonen gis om hvor hun våkner, hvordan de døde ser ut og at de tok vare på henne.

Hendelsen gir informasjon også om språk. Språkbruken er stedvis uformell: “[...] *familien min sto å ventet på meg.*”, “*Dem ba meg dra tilbake [--]*”, “[...] *så typ 20 stk [...]*” og minner mer muntlig norsk, noe som gjør en lettere tone.

I likhet med den første historien er fortellingen lineær. Liv, død, tilbakekomst med et oppdrag om å ta vare på andre som er sårbare. På en måte er rollene byttet, hovedrollen ligger på noen som har valget å vende tilbake til den fysiske verden fra det hinsidige.

6. DISKUSJON

Denne masteroppgaven har gitt mye data om folks erfaringer med det hinsidige, men noen aspekter må diskuteres. Selv om emnet som jeg har skrevet om er mangesidig og kan være av stor interesse for den gjennomsnittlige leser, oppsto det noen utfordringer underveis i skriveprosessen som bør diskuteres nærmere. Den første utfordringen var å finne det nødvendige vitenskapelige materialet, nemlig at mye av materialet jeg håpet å bruke enten var tilgjengelig for dyre penger eller innelåst i en database som enkeltpersonen ikke har tilgang til.

Den andre vanskeligheten var at tidligere studier kunne ikke sammenlignes med mine resultater fordi de var mer indirekte relatert. Store nasjonale befolkningsundersøkelser pleide å stille spørsmål som "tror du på spøkelses?", men studien min håndterer alle med åndelige erfaringer uansett. Samtidig ble det bekreftet at det hovedsakelig er middelaldrende og eldre kvinner som har slike opplevelser.

Og den tredje vanskeligheten var at jeg antok altfor lett at folk ville dele sine erfaringer i lange og detaljerte skrifter på spørreskjemaet mitt. Jeg kunne løse situasjonen ved å be respondentenes e-postadresse for å kommunisere med dem senere, men bare én respondent svarte på mine spørsmål. Årsaken kan være at folk ikke er helt klare til å snakke om opplevelsene og traumene sine med en fremmed person. Det er forståelig. Så historienes analyse kunne ha vært lengre.

Det overraskende å oppdage at flere av undersøkelses respondentene som opplevde kontakt med de avdøde identifiserte seg som kristne. Jeg antok at folk som følger mer åndelig praksis ville ha svart på undersøkelsen min, men det endte annerledes. De kristne mennesker er også veldig åndelige, fordi troen deres bygger jo basert på Den hellige ånd. Noen respondenter i undersøkelsen min ønsket å skille de to i stor grad, det kan være på grunn av skadelige tidligere erfaringer. I tillegg håpet jeg at minst én person hadde mottatt budskapet sitt gjennom klarsyn, det ville ha gitt etterforskningen mye dybde og man kunne ha fått nye tolkningsrom i analysen.

Selv om det var noen vanskeligheter i masteroppgaven min, kan jeg si at alle mine forskningsspørsmålene ble besvart og mye ny kunnskap var blitt funnet.

7. KONKLUSJON

Hovedfokuset av denne studien var å få kunnskap hvordan nordmenn rapporterte sine opplevelser med å få beskjed fra de avdøde, hvordan de tolket den, og om/hvordan slike situasjoner endret deres religion og verdensbilde.

Forskningsspørsmålene var som følger:

- Hvilken type beskjeder har mennesker fått fra avdødes ånder og hvordan beskriver de sine opplevelser?
- Hvilken type følelser tilskrev de til disse situasjonene? Hvilken mottakelse fikk de?
- Hvordan påvirker det deres religiøse tro eller livssyn?
- Hvilket språk er brukt i de private historiene?

Materialet ble samlet inn ved å dele et spørreskjema i noen grupper på Facebook. Svarene og historiene ble analysert ved hjelp av en tematisk kvalitativ metode. De beste av spørreskjemaets historier ble undersøkt for å få informasjon om hvilket språk og hvilke temaer ble brukt for å se likhetene og forskjellene mellom dem.

Ved å analysere svarene fra 17 personer, kan vi sette sammen et bilde av en typisk person som har en etter døden-beskjed: det er en kvinne med en gjennomsnittsalder på 45 som har videregående som siste fullførte utdanning og senere arbeider i helse/utdanning felt som krever mye energi. Hun forbinder seg som kristen, men sjelden følger de typiske kristne ritualer. Hennes beskjed fra det hinsidige kommer vanligvis spontant i form av en drøm eller en kombinasjon av ulike kontaktyper som stort sett ikke endrer hennes tidligere oppfatninger fordi hun har allerede opplevd slike situasjoner før i livet sitt. I de fleste tilfeller endrer det ingenting heller i religionen eller verdensbildet på grunn av at det allerede finnes tro på sjelens eksistens etter døden. Etter å ha fått beskjed, føler hun seg stort sett positiv og bestemmer seg for å snakke om erfaringen med andre. Andre mennesker reagerer bra uten å diskriminere i tilfeller når hun har et godt støttesystem. Hun har forsøkt å ta kontakt igjen for å få veiledning i livet sitt.

Historier som ble delt privat ble mer gjennomtenkt og for mye muntlig språk er avstått fra, muligens på grunn av den akademiske rammen. Disse er korte, konkrete, mer formelle og viser forfatterens personlighet via språkbruk. Fortellinger viser hvordan man kan bearbeide sorg å være håp og ro i stedet. Disse opplevelsene er veldig personlige, meningsfulle og føles ekte for de som har kontakt med det hinsidige. På en annen side kan berettelsene gi oss bedre forståelse for hvordan mennesker forstår døden og forståelse av den ofte uutgrunnelige konsepten av livet etter døden.

8. RESÜMEE

Tartu Ülikool

Maailma keelte ja kultuuride instituut

Skandinavistika osakond

Norra keel ja kirjandus

Töö pealkiri: *Elu pärast surma on võimalik: uuring norralaste kogemustest teispoolsusega suhtlemisel*

Magistritöö

Autor: Camilla Sandra Paas

Juhendajad: professor Per Daniel Sävborg & Antonina Kostina, MA

Käesolev magistritöö keskendub norralaste isiklikele kogemustele surnute hingedega suhtlemisel.

Töös esitatakse järgnevad uurimisküsimused:

- Milliseid sõnumeid on norralased saanud surnute hingedelt ja kuidas nad oma kogemusi kirjeldavad?
- Milliseid tundeid nad nendele olukordadele omistasid? Millise vastuvõtu nad teistelt said?
- Kuidas see mõjutab nende usulisi veendumusi või eluvaadet?
- Millist keelt kasutatakse küsimustikus jagatud lugudes?

Küsimustikule vastas kokku 17 norralast, kellelt koguti andmeid nii nende tausta (nt vanus, sugu, usk) kui ka isiklike kogemuste kohta. Küsimustikus osalejatel paluti jagada enda kogemust sõnumitega surnute hingedelt kirjutatud lugude kujul. Vastuste analüüsiks kasutati kvalitatiivset temaatilist uurimismeetodit. Analüüs keskendus lugude kirjeldusele, tuues välja võimalikke seoseid inimese tausta ja kogetu vahel. Töö osas käsitleti ka kõrvaliste isikute reaktsiooni räägitud lugudele, nende mõjutusi ja kogemuse osaks saanud inimese isiklike mõtestusi toimunu kohta. Uuriti ka keelekasutust.

Analüüsi tulemustest selgus, et norralaste lood olid sisult erinevad. Enamasti kogeti spontaanset kontakti surnu hingega unenäo kaudu, mis andis kogenule seejärel positiivse emotsiooni. Samuti jagasid kogejad oma lugusid teistega ning ligikaudu pooled tundsid, et nende lugusid võeti vastu hästi, kuid kohati vastati ka negatiivselt või ebamäärase reaktsiooniga. Diskrimineerimist hingedega kommunikeerimise järel inimesed enamjaolt ei tundnud. Jätkuvale sidemele teispoolsusega viitab fakt, et üle poolte vastanutest on proovinud uuesti ühendust võtta oma lähedastega teisest ilmast. Peaaegu kõik uuringus osalejad usuvad elu jätkumist hinge kujul pärast surma.

Demograafilise analüüsi tulemusena leiti, et keskmine norralasest vastanu oli 45-aastane keskharidusega naine, kes töötas laste või abivajavate eest hoolitseval ametikohal. Vastaja oli usklik, kuid ei praktiseerinud oma usku aktiivselt. Vastajate ühine arvamus, et on olemas hingeline elu pärast surma võis kajastada tõsiasjas, et enamike inimeste maailmavaade pärast kogetut ei muutunud.

Küsimustikus jagatud norralaste lood olid enamjaolt lühidalt kirjutatud, nende toon oli konkreetne ja neutraalne. Lood olid keskendunud pigem sündmuste kirjeldamisele kui emotsioonide väljendamisele, samas näitasid lood kirjutaja iseloomu.

Kõik lood puudutasid sügavaid, inimlikke ja eksistentsiaalseid teemasid nagu lähedase kaotus. Nende jagamine aitas inimestel leinaga paremini toime tulla ja tõi nende ellu rohkem lootust.

9. LITTERATURLISTE

1. American Psychological Association (2018) «Continuing bonds» tilgjengelig i: <https://dictionary.apa.org/continuing-bond>
2. Aschehoug (2013) Tom Strømnæss' bok «Åndenes makt: jakten på det uforklarlige» tilgjengelig i: <https://aschehoug.no/andenes-makt>
3. Bergquist, J. og Lundmark, S. (2023) «De okända» tilgjengelig i: <https://www.gu.se/sites/default/files/2023-05/De%20ok%C3%A4nda%20-%20Bergquist%20och%20Lundmark%20-%20F%C3%B6rhandspublicering.pdf>
4. Black, J. et al. (2016) «Dreams of the Deceased: Can dreams be reliably coded?» tilgjengelig i: https://www.researchgate.net/publication/309477150_Dreams_of_the_deceased_Can_themes_be_reliably_coded
5. Bogdan, H. og Hammer, O. (2016) «Western Esotericism in Scandinavia»
6. Bøhn, E. D. (2021) «Spiritualisme» tilgjengelig i: <https://snl.no/spiritualisme>
7. Castro, M. et al., (2014) «The Paranormal is (Still) Normal: The Sociological Implications of a Survey of Paranormal Experiences in Great Britain» tilgjengelig i: https://www.researchgate.net/publication/265397333_The_Paranormal_is_Still_Normal_The_Sociological_Implications_of_a_Survey_of_Paranormal_Experiences_in_Great_Britain
8. Christensen, K.R. og Clasen, M. (2018) «Hvad tror danskerne på? En kortlægning af tro, overtro og overbevisning» tilgjengelig i https://pure.au.dk/ws/files/121859619/2018_Christensen_Clasen_Tro_rapport.pdf
9. Cook, E. (2025) «Dreaming of the Dead?» tilgjengelig i: <https://medium.com/@emily...cook/dreaming-of-the-dead-aead5746124a>
10. Escolà-Gascón, A. et al. (2022) «'Feeling' or 'sensing' the future? Testing for anomalous cognitions in clinical versus healthy populations» tilgjengelig i: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2405844022025919>
11. Grønmo, S. et al., «Spørreskjema» tilgjengelig i: <https://snl.no/sp%C3%B8rreskjema>

12. Guggenheim, B. og J. (1996) «Hello From Heaven!» A New Field Of Research - After-Death Communication - Confirms That Life And Love Are Eternal»
13. Haraldsson, E. (2009) «Popular psychology, belief in life after death and reincarnation in the Nordic countries, Western and Eastern Europe»
14. Helse- og livsstilsmagasinet MEDIUM tilgjengelig i: <https://medium.no/om-oss/>
15. Hluchan, K. (2019) «Can Loved Ones in Spirit See Us from Heaven?» tilgjengelig i: <https://1551196771361.medium.com/can-loved-ones-in-spirit-see-us-from-heaven-5374dbc6332e>
16. Holt, N. J. et al (2012) «Anomalistic Psychology»
17. Jakobsen, S. E. (2016) «Vanlig å føle kontakt med de døde» tilgjengelig i: <https://www.forskning.no/psykologi-religion/vanlig-a-fole-kontakt-med-dode/395089>
18. Kalmus et al., (2015) «Kvalitatiivne sisuanalüüs» tilgjengelig i: <https://samm.ut.ee/kvalitatiivne-sisuanalyys/>
19. Kamp, K. S et al. (2020) «Sensory and Quasi-Sensory Experiences of the Deceased in Bereavement: An Interdisciplinary and Integrative Review» tilgjengelig i: <https://bora.uib.no/bora-xmlui/bitstream/handle/11250/2738548/Austad%2Bsbaa113.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
20. Kraft, S. E. «Royal Angels in the News: The Case of Märtha Louise, Astarte Education and the Norwegian News Press» (2015) boken: «Handbook of Nordic New Religions» (2015)
21. Kvittingen, I. (2016) «Hallusinasjoner eller åndelige opplevelser?» tilgjengelig i: <https://www.forskning.no/religion-psykiske-lidelser/hallusinasjoner-eller-andelige-opplevelser/395074>
22. Kwirecki, S. (2009) «Twenty-First-Century American Ghosts: The After-Death Communication - Therapy and Revelation from beyond the Grave»
23. Lachman, M (2001) «Handbook of Midlife Development» tilgjengelig i: <https://www.brandeis.edu/psychology/lachman/pdfs/handbkofmidlifedevel.pdf>

24. Lindeman, M. et al., (2015) «Ontological confusions but not mentalizing abilities predict religious belief, paranormal belief, and belief in supernatural purpose» ALLIKAT?
25. Lindvåg, A. W. H. (2019) «Disse partienes velgere tror mest på spøkelses» i Vårt Land tilgjengelig i: <https://www.kifo.no/wp-content/uploads/2019/09/Sp%C3%B8kelses.pdf>
26. Lykkegaard, A. M. (2014) «Fire av ti hadde nær-døden-opplevelser før gjenoppliving» tilgjengelig i: <https://www.forskning.no/hjertet-hjernen-menneskekroppen/fire-av-ti-hadde-naer-doden-opplevelser-for-gjenoppliving/534292>
27. Løøv, M. (2022) «Nyreligiøsitet» tilgjengelig i: <https://snl.no/nyreligi%C3%B8sitet>
28. Løøv, M. (2023) «Esoterisme» tilgjengelig i: <https://snl.no/esoterisme>
29. Løøv, M. (2023) «Norsk Spiritualistisk Trossamfunn» tilgjengelig i: https://snl.no/Norsk_Spiritualistisk_Trossamfunn
30. Mannsåker, J. (2017) «Anne Austad: Erfaringer av kontakt med døde - hvilken betydning har det for etterlatte?» tilgjengelig i: https://parapsykologi.no/artikler/Kalvig%20-%20Kontakt%20med%20d%C3%B8de_PN-84%202017.pdf
31. Mehren, T. (2016) artikkel «Spiritualism in Norway» Boken: "Western Esotericism in Scandinavia"
32. Morgan, B. (2009) «Growing Up and Growing Old: Negotiating the Generational Shift in Midlife» i boken «Growing Up, Growing Old: Trajectories of Times and Lives» forfattere Nicolas, A. og Flaherty, I. tilgjengelig i: https://www.researchgate.net/publication/259905606_Introduction VAATA YLE!
33. NAOB «New Age» tilgjengelig i: https://naob.no/ordbok/new_age
34. NAOB - DET NORSKE AKADEMIS ORDBOK «Barnetro» tilgjengelig i: <https://naob.no/ordbok/barnetro>
35. Nickelsen, T. (2023) «Professor og prest undersøker nær døden-opplevelser» tilgjengelig i: https://www.apollon.uio.no/artikler/2023/2_naer_doden_opplevelser.html

36. Norges offentlege utgreiingar (2013) «Religion og livssyn i Norge - historie og nåtid» tilgjengelig i: <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/nou-2013-1/id711212/?ch=3>
37. Norsk Spiritualistisk Forening: «Informasjon om Trossamfunnet» , tilgjengelig i: <https://spiritualist.no/trossamfunn/medlemskap>
38. Ostberg, R. (2022) «Witching hour» tilgjengelig i: <https://www.britannica.com/topic/witching-hour>
39. Parra, A. og Amarilla, P. G. (2017) «Anomalous/Paranormal Experiences Reported by Nurses in Relation to Their Patients in Hospitals» tilgjengelig i: https://www.alipsi.com.ar/investigaciones/pdf/JSE_Parra_2017.pdf
40. Reynolds, E.H. (2018) «Spør et medium og få svar» tilgjengelig i: <https://medium.no/paranormale-fenomener/spor-et-medium-og-fa-svar/>
41. Reynolds, E. H. (2020) «Energica legger ned etter 28 år» tilgjengelig i: <https://medium.no/alternativt-nytt/energica-legger-ned-etter-28-ar/>
42. Romarheim, A. et al. (2021) «New Age» tilgjengelig i: https://snl.no/New_Age
43. Silva, T. og Woody A. (2022) «Supernatural Sociology: Americans' Beliefs by Race/Ethnicity, Gender, and Education.»
44. SOM-institutet (2023) «Den nasjonella SOM-undersökningen 2022 - En metodöversikt» (SOM-rapport nr 2023:04) tilgjengelig i: https://www.gu.se/sites/default/files/2023-03/4.%20Metodrapport%20Riks%202022_2.pdf
45. Statistisk sentralbyrå (2024) «Befolkningens utdanningsnivå» tilgjengelig i: <https://www.ssb.no/utdanning/utdanningsniva/statistikk/befolkningens-utdanningsniva>
46. Statistisk sentralbyrå «Statistikk om døde» tilgjengelig i: <https://www.ssb.no/befolkning/fodte-og-dode/statistikk/dode>
47. Steinsland, Å. (2018) «DEN TELEPATISKE FORFATTEREN RITA EIDE. Kanaliserte bøker fra prinsesse Diana.» tilgjengelig i: <https://www.numerologensverden.no/den-telepatiske-forfatteren-rita-eide-kanaliserte-boker-fra-prinsesse-diana/>

48. Venning, A. (2013) «Did Queen Victoria talk to the ghost of her darling Albert? A new book says the grieving Queen held bizarre seances with the «lover» John Brown channeling the dead Prince's spirit» Tilgjengelig i: <https://shorturl.at/qjQtC>
49. Ward, S.J. og King, L.A. (2020) «Examining the roles of intuition and gender in magical beliefs»
50. Winje, G. (2021) «Kanalisering» tilgjengelig i: <https://snl.no/kanalisering>
51. Winje, G. (2022) «Medium» tilgjengelig i: https://snl.no/medium_-_spiritisme
52. Winje, G. (2022) «Spiritisme» tilgjengelig i: <https://snl.no/spiritisme>

10. ANNOTATSIOON

Uurimistöö käsitleb norralaste isiklike kogemusi surnute hingedelt saadud sõnumitega, eesmärgiga mõista, kuidas neid kogetakse ja milline on nende mõju kogejale. Teemaatiline analüüs näitas, et peamiselt saadi sõnumeid läbi unenägude ja kogemused olid oma valdavalt pigem positiivsed ning pakkusid kogejale lohutust. Paljud vastajad pidasid ennast usklikeks, kuid praktiseerisid reaalsuses vähe.

Märksõnad: suhtlus surnutega, kogemuslood, surmajärgne elu

Kinnitus töö iseseisvalt kirjutamise kohta

Mina, Camilla Sandra Paas, kinnitan, et olen magistritöö kirjutanud iseseisvalt. Kõikidele töös kasutatud teiste autorite töödele, põhimõtteliste seisukohtadele ning muudest allikatest pärinevatele andmetele on viidatud.

Camilla Sandra Paas

26.05.2025

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina, Camilla Sandra Paas,

1. Annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) minu loodud teose **Livet etter døden er mulig**: en studie om nordmenns erfaringer med kommunikasjon med det hinsidige

mille juhendajad on professor Per Daniel Sävborg ja Antonina Kostina, MA

reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada, sealhulgas lisada digitaalarhiivi DSpace kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.

2. Annan Tartu Ülikoolile loa teha punktis 1 nimetatud teos üldsusele kättesaadavaks Tartu Ülikooli veebikeskkonna, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace kaudu Creative Commons'i litsentsiga CC BY NC ND 3.0, mis lubab autorile viidates teost reprodutseerida, levitada ja üldsusele suunata ning keelab luua tuletatud teost ja kasutada teost ärieesmärgil, kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.

3. Olen teadlik, et punktides 1 ja 2 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.

4. Kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei riku ma teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse õigusaktidest tulenevaid õigusi.

Camilla Sandra Paas

26.05.2025