

Närvaron av döda närstående

Tora Wall

Många som mist en nära anhörig berättar om upplevelser av att den döda är närvarande. Ofta endast som en förnimmelse men även genom syn-lukt-hörsel- eller känselintryck. Detta fenomen är välkänt som en del av sorgeprocessen inom medicinsk och psykologisk forskning. I den här artikeln närmar jag mig ämnet ur ett folkloristiskt perspektiv, med fokus på berättelserna som narrativ och del av samtidens föreställningsvärld.

Artikeln bygger till stor del på svaren på frågelistan *Det oförklarliga*, som Nordiska museet skickade ut till meddelarstaben år 2008.¹ I denna frågades efter en rad oförklarliga upplevelser: spådomar, lyckoklöver, änglar, övernaturliga förmågor, maskotar, ödet med mera. Ett av de områden som jag ber meddelarna berätta om är eventuella upplevelser av närvaron av döda närstående och de känslor som dessa väckte. Jag har också använt mig av svar på en tidigare frågelista, *Min livsåskådning – kropp och själ* från 1989 för jämförelse och även nätforum där denna typ av upplevelser diskuteras.

Änkesyner i medicinsk och psykologisk forskning

En term för fenomenet är änkesyner, som ofta används i medicinsk och psykologisk forskning. På Vårdguiden 1177 beskrivs det så här:

I sorgen kan man få förnimmelser, eller ”återseenden”, av den saknade. Det brukar kallas änkesyner och är mycket vanliga. De vanligaste förnimmel-

serna är känslan av att den avlidne är närvarande. Man kan också uppleva att man samtalar med sin partner eller hör ljud eller ser saker som är förknippade med den som gått bort. Det händer också att man känner lukter, medan upplevelser av beröring, som till exempel en smekning på kinden, inte är så vanliga. I regel har man dessa förnimmelser på kvällarna, sällan mitt på dagen.

Samma person kan få uppleva flera olika eller alla typer av förnimmelser. En del som sörjer kan också drömma mycket levande om den som gått bort.

I *Handbok om sorg* presenterar Agneta Grimby och Åsa K. Johansson resultatet av studier om änkor och änkemän i Göteborg i Änkeprojektet vid Geriatriken, Sahlgrenska universitetssjukhus. Ett av de områden som undersökts är så kallade änkesyner. Enligt Grimby och Johansson är denna typ av upplevelser mycket vanliga, särskilt när det gäller äldre sörjande som förlorat sin make/maka (därav termen änkesyner). I *Änkeprojektet* uppgav 82 % av dem som tillfrågats om de hade upplevt närvaro av den döde under första sorgeåret (Grimby/Johansson 2009:40).

Den psykologiska och medicinska forskningen kan inte ge någon fullständig förklaring till fenomenet. Grimby och Johansson menar att det är den starka saknaden som framkallar extrasensoriska upplevelser med hjälp av ”... omedvetna och ännu outforskade verktyg i den mänskliga arsenalen”. Ytterligare en teori är att människor, i likhet med andra sociala djur, instinktivt söker efter den de har förlorat och om det eftersökta

Lyktor på gravarna lyser upp mörkret under Alla helgona. Foto: Mats Landin, Nordiska museet.



inte går att finna fyller hjärnan så småningom i det som fattas, vilket skulle förklara de till synes oförklarliga upplevelserna. (Parkes 1996:60–62).

Jag kommer inte att fördjupa mig mer i denna diskussion, jag närmar mig ämnet ur en annan vinkel. Men det ovanstående är ändå av intresse, eftersom flera av meddelarna själva funderar över olika förklaringar till sina upplevelser.

Termen änkesyn fungerar inte att använda i detta sammanhang. Även om många av meddelarna berättar om närvaron av den döde maken/makan så finns också flera upplevelser av föräldrar och syskon och (i ett fall) barn. Jag har valt att inte använda någon särskild term utan jag talar om närvaro/förnimmelse/upplevelse av den döde eller den närstående utifrån sammanhanget.

Meddelarnas berättelser

Förnimmelse av den döde:

Ett par gånger tycker jag, att jag har känt min bortgångne mans närvaro. Jag har som förr i tiden legat på mage i soffan och tittat på TV. I fåtöljen bredvid, där han brukade sitta, har jag anat något. (Citat ur frågelistsvar KU 2034.)

I många av meddelarnas berättelser består upplevelsen av en känsla – en förnimmelse – av att den döde är närvarande. En del upplever denna närvaro ofta och under en lång period efter dödsfallet, andra vid enstaka tillfällen.

Förnimmelse av den dödes närvaro är självklart en viktig del av upplevelser som även innehåller andra intryck (syn, hörsel, doft eller beröring), men där tenderar de andra intrycken att dominera berättelsen om upplevelsen.

Ganska ofta drömmer jag om mina avlidna föräldrar, men för övrigt har jag inte känt någon speciell närvaro med dem. Däremot med en av mina bröder. Han avled 1982, 56 år gammal, och begravdes på en skogskyrkogård sex mil från mitt hem. Några år senare hade jag ärende till det samhället och kom på tanken att besöka min brors grav. Jag hade aldrig varit där efter begravningen. Nu skulle jag gå dit och se stenen, en snabbvisit när jag ändå hade några minuter över... Då var han där! Så kände jag det, och jag var så oförberedd. Helt överrumplad stod jag där och storgrät. Då kände/tänkte jag också under bråkdelen av en sekund att jag ville vara där, där han, min syster och mina föräldrar är! Det var en underlig känsla och den varade som sagt inte

länge. Jag har besökt hans grav flera gånger sedan dess, och han är alltid ”där”. (Citat ur frågelistsvar KU 20299.)

Förnimmelsen av den dödes närvaro är för denna meddelare känslomässigt omtumlande och illustrerar hur många blir starkt berörda av upplevelsen. Som kontrast till detta visar det övre citatet hur upplevelsen i andra fall kan präglas av en lugn vardaglighet. Närvaron av den döde förnimmas i välbekanta situationer och miljöer och meddelaren uttrycker ingen direkt förvåning över den.

Den döde visar sig:

När min make år 1992 dog och jag blev ensam vaknade jag en natt en tid efter det han lämnade mig. Han stod då vid fotändan och tittade på mig. Så lik sig, så fin i fin kostym – men om någon sekund så bleknade han bort. Jag vet att jag var vaken – att det inte var en dröm. Det känns tryggt att veta att han är med mig. (Citat ur frågelistsvar KU20320.)

De meddelare som har haft en synupplevelse av den döde beskriver dessa som betydelsefulla upplevelser. I det material jag har studerat har ingen av meddelarna funnit synen skrämmande. För det mesta är upplevelsen kort, den döde visar sig – som i exemplet ovan – en kort stund och försvinner sedan. Men det finns också exempel på upplevelser som varar längre:

Min mamma dog 1971, min syster 1995. Förra året 2007 såg jag dem så klart komma in i min lägenhet till sovrummet, jag låg och vilade mig på sängen. Mamma satte sig på en stol vid fönstret och min syster stod bredvid. Vi tittade på varandra men sa inget. Varför sa vi inget? Efter en stund gick de ut. Detta hände fyra gånger utan att något blev sagt. Jag kände inget obehag. Sista gången de gick tittade de sig runt i alla hörnor som en inspektion. Sen dess har de ej kommit tillbaka. (Citat ur frågelistsvar KU 20312.)

Här reflekterar meddelaren över att hon och de döda familjemedlemmarna inte talar med varandra. Det är intressant eftersom de flesta av de upplevelser meddelarna berättar om präglas av tystnad (om det inte frågan om ett hörselintryck). Samtal mellan den döde och den levande är ovanliga i det här materialet och verkar oftast förekomma vid möten i drömmen.

Den dödes röst:

Jag hörde så tydligt min mors röst. ”Ruth, sörj inte så, vi har det bra.”

Jag blev stående och lyssnade, ryckte till men blev inte rädd. Det var så tydligt, det var som om mina föräldrar funnits i rummet, en godhet. Min mors röst var som en viskning, ett sus, ljus. (Citat ur frågelistsvar KU 20346.)

Ett undantag från de tysta mötena i förra stycket är förstas när den närstående upplever ljudet av den dödes röst. Det är ofta korta budskap som syftar till att ge tröst.

Beröring av den döde:

På kvällen när jag ligger fullt påklädd på sjukhussängen och som i en dvala då känner jag hur en smekning berör min underarm och det är precis som min mors smekning med baksidan av handen från handleden och uppöver ovansidan på armen och jag känner mig lugn och jag vet då att det här klarar jag och morgonen därpå åker jag ensam till mitt torp i skogen och livet går vidare fastän det är mörkt och frostnätter så känner jag värme och förtröstan. (Citat från frågelistsvar KU 20355.)

Upplevelsen av beröring är ovanlig i frågelistsvaren men när den förekommer beskrivs den ofta som tröstande och förknippas med känslan av att vara beskyddad.

Möten med den döde i drömmen:

Mina föräldrar har varit döda i över fyrtio år, men jag kan fortfarande någon enstaka gång drömma



En ensam man vilar en stund på kyrkogården. Foto: Erik Liljeroth, Nordiska museet.

om någon av dem. Då ligger jag en lång stund och känner en stark närvaro, som om de kommit och hälsat på mig, och känslan av glädje sitter i hela dagen. (Citat ur frågelistsvar KU20298.)

Drömmar om döda närstående beskrivs som mer verkliga än vanliga drömmar. Gränsen mellan om meddelaren själv tolkar drömmen som ett reellt besök eller som en ovanligt levande dröm är vag – kanske är en sådan distinktion inte heller viktig för den som upplever det.

I chattforum (med en tydlig new age/nyreligiös profil) finns diskussioner om möten med döda anhöriga i drömmen. Där lyfts ofta möjligheten till kommunikation med den döde och möjligheter att tala ut om ouppklara frågor fram som något centralt (länkadresser finns i källförteckningen). I det

materialet är gränsen skarpare mellan drömmupplevelser som uppfattas som verkliga och drömmar om den döde som visserligen är starka men inte tolkas som något annat än en dröm.

Djur som budbärare:

När min mamma nyss hade dött fick jag för mig att hon fanns i rummet ibland när jag var ensam. Om en fågel någon gång satte sig på fönsterbrädan och tittade in tog jag det som ett tecken på att det var en hälsning från mamma. (Det här är kanske något som man läst och påverkats av?) (Citat ur frågelistsvar KU 20297.)

Djur har i folklig tradition förknippats med övernaturliga upplevelser. Fåglar som en symbol för själen och budbärare från de döda är, som meddelaren i citatet ovanför reflekterar över, ett vanligt motiv.

Dödsväsen i bondesamhällets föreställningsvärld

Olika former av dödsväsen har stor plats i både äldre och samtida föreställningsvärld. I bondesamhällets mångfasetterade muntliga tradition berättades i olika delar av Sverige om gengångare, skälvrängare, kyrkogrimen, strandvaskare, mylingar, natravnen och spökyttare för att nämna ett urval av de skräckinjagande väsen som fanns i dåtidens föreställningsvärld (af Klintberg 1993; Schön 2000).

Inom folkloristiken har ett behov av att dela in sägner och trosföreställningar i olika genrer, för att göra dem överskådliga, ibland funnits. Detta är svårt eftersom det i den levande tro- och berättartraditionen sällan fanns tydliga gränser. En indelning som ändå används för att särskilja dödsväsen från varandra är tredelningen gengångare, gast och spöke.

Gengångaren går att känna igen som den person han eller hon var i livet. Den får inte ro i graven eftersom den har något ouppklarat i livet. Något den vill bekänna/avslöja, ett löfte den inte infriat eller en uppgift som är oavslutad håller den kvar på jorden. Ett motiv i gengångarsägner är att den döde inte får ro för att de efterlevande sörjer för mycket. Ett annat motiv är döda, oftast mödrar, som återvänder för att se till att barnen har det bra och inte blir illa behandlade. Det förekommer också sägner där den döde visar sig för att visa att han/hon blivit salig, men det är, enligt Bengt af Klintberg, endast undantagsfall. För det mesta är gengångaren i denna kontext en osalig som inte får ro i graven (af Klintberg 1972: 31).

Gasten är ett avpersonifierat väsen. Den har dött en ond, bråd död och därför inte begravts i vigd jord. Gasten är ofta osynlig och ger sig då till känna genom fruktansvärda skrin eller genom att till exempel tynga ner lasset så att hästen inte orkar dra vidare. En vanlig föreställning var att om gasten nuddade vid en levande så blev denna gastkramad

och drabbades av sjukdom eller galenskap. Spöken syftar ofta på den yttre gestalten. Men spöken/spökerier används också synonymt med gengångare, gaster samt oförklarliga buller och liknande fenomen (af Klintberg 1972, 1973).

Spiritism och New age

Kring tiden för förra sekelskiftet fanns ett stort intresse för ockultism, spiritism och mysticism i vissa, mestadels välbärgade, kretsar. Under denna tid växer många av de tankar fram som sedan kom att bli grunden till New age och nyhedendom.

Vid tiden för första världskriget var medium och seanser väldigt populära. Många som förlorat anhöriga i kriget var desperata efter att få veta vad som hänt de som försvunnit eller stupat, och kanske också få tröst i bekräftelsen att den döde gått vidare till en bättre plats.

Hänsynslösa medier utnyttjade de sörjandes desperation. När många av dem avslöjades som lurendrejare avtog så småningom det mest intensiva intresset för seanser men det försvann aldrig helt.

Föreställningen om en andevärld är naturligtvis central inom spiritistiska kretsar och förmågan att kommunicera med dessa anses vara knuten till vissa personer med speciella gåvor. De döda, andarna, ses ofta som vägledare. Med sin överjordiska kunskap anses de kunna hjälpa de levande i deras andliga utveckling (Arlebrand 2010; Wikström 1998).

New age-rörelsen växte fram under 1960-talet och kännetecknas av sin betoning på individen och sammanblandningen av religiösa, filosofiska och mystiska element från olika kulturer – en individualiserad andlighet helt enkelt. Kärnan kan sägas vara själva sökandet efter andliga upplevelser och insikter. Inom New age har fenomen som nära-döden-upplevelser, spöken, andar och skyddsänglar spelat en stor roll. Inom religionshistorisk forskning menar exempelvis Olav Hammer att föreställningar som bottnar i New age



Ett äldre par samtalar på en bänk i solskenet. Foto: Linnea Hjalmarsson, Nordiska museet.

idag påverkar vår tankevärld mer än föreställningar sprungna ur kristendomen gör (Hammer 2010; Heelas 1996).

Det finns en del påfallande skillnader i hur berättelser om kontakt med döda återges i nyandlig/spiritistisk litteratur och de berättelser som meddelarna delar med sig av i frågelistsvaren. De ”professionellt andliga” återger ofta samtal där de döda ger tröst och råd till de levande, talar om att de har det bra och berättar om det fridfulla ställe de kommit till efter sin död. Språket är ofta mycket målande och intensivt.

Då såg jag tydligt Ingvar i sovrumsdörren, som vi alltid hade öppen. Han såg ut som i sin ungdom, men var omgiven av ett ljust sken. Jag blev lite rädd. Var han ett spöke?

Då log han som bara han kunde le och jag hörde honom säga med svag men fullt hörbar röst:

”Barbro, min kära Barbro! Som du ser höll jag mitt löfte att komma till dig och tala om hur det är på andra sidan. Jag varken får eller kan säga allt, bara att jag har det bra, och där jag vistas är allt ljust och underbart. Det finns en existens och du skall veta att jag då och då finns i din närhet för att vaka över dig. Ja, man kan säga att jag är din skyddsande. Du skall leva ännu en tid, men när det blir din tur att gå över gränsfloden mellan liv och död skall jag möta dig där.” (Citat ur *Efter livet levande – Oförklarliga upplevelser* av Solveig Almqvist, 2008:54.)

Berättandet i frågelistsvaren ser annorlunda ut, vilket jag återkommer till i den avslutande diskussionen nedan.

Avslutande diskussion

I vilket sammanhang hör berättelserna om närvaron av döda närstående hemma? Hur skall vi betrakta dem och hur förhåller de sig till närliggande former av narrativ och föreställningar kring döden och de döda?

Många föreställningar från äldre folketro, New age och andra samtida föreställningar i andra sammanhang speglas självklart i frågelistsvarens berättelser. Men det finns också en del drag som särskiljer dem, drag som jag menar är viktiga att ta hänsyn till för förståelse av företeelsen.

Ingen av meddelarna ser sig själva som medium eller i besittning av särskilda övernaturliga gåvor, även om en del av dem beskriver sig själva som känsliga eller öppna för olika former av andlighet. Många berättar också om andra oförklarliga/övernaturliga händelser och/eller funderingar kring andlighet och religion.

Vid närläsning av deras berättelser uppfattar jag att språket påfallande ofta är relativt lågmält och odramatiskt, trots att upplevelserna i sig ses som betydelsefulla. Poetiska formuleringar förekommer ibland, men sammantaget är berättelserna oftast korta och beskrivningarna känns sällan överdrivna. Kanske beror det på det sammanhang de är nedskrivna i. Meddelarna är vana att svara på frågelistor i olika ämnen, de skriver för att berätta sin egen historia och syftet är inte att övertyga någon om en religiös eller nyandlig livsåskådning. Det spelar säkert också en viss roll att frågelistan tar upp så många olika områden, vilket rent praktiskt kanske begränsar hur mycket meddelarna väljer att skriva om olika ämnen.

Några återkommande drag har jag noterat med särskilt intresse. Upplevelserna av den dödes närvaro är korta och de präglas mestadels av tystnad. Den döde upplevs ofta ha ett budskap, men detta kommuniceras sällan genom tal. Känslan som den efterlevande uppfylls med tolkas i stunden eller i efterhand och genom denna tolkning förstås den dödes budskap.

För de flesta verkar upplevelserna innebära glädje, tröst och/eller en känsla av att vara beskyddad. Ingen av dem uttryckte rädsla inför upplevelsen. I två fall berättar meddelarna om

känslor av obehag, som bottnar i dåligt samvete inför något som har med deras relation till den döde att göra.

Meddelarna uttrycker sällan någon förvåning över det de varit med om. Detta kan naturligtvis ha att göra med att upplevelserna är väl bearbetade, de har funderat över dem och kanske berättat om dem förut i andra sammanhang. Det är också tänkbart – kanske rentav troligt – att de som haft skrämmande, chockartade upplevelser väljer att inte alls berätta om dem i denna kontext.

I de fall då upplevelserna ses som verkliga av de efterlevande, i betydelsen att man tror att det är den döde som kommer tillbaka, speglas föreställningar om själen och en existens efter döden. Några av meddelarna reflekterar i sina svar över upplevelserna och tolkar dem utifrån psykologiska/medicinska förklaringsmodeller. De tror inte att den döde verkligen varit hos dem men finner ändå glädje och tröst i upplevelsen.

En sak var särskilt slående vid läsningen: meddelarna använde sällan begrepp som spöken, andar eller änglar när de berättade om sina upplevelser. Min uppfattning är att de inte reflekterar över i vilken *form* den döde återvänt, i betydelsen av att personen i och med döden skulle ha transformerats till något annat väsen (spöke, ande, ängel eller dylikt). Detta, menar jag, är betydelsefullt i förståelsen av dessa upplevelser som folkloristiska företeelser. Att utan problematisering klumpa ihop narrativ kring närvaron av döda närstående med narrativ om spöken och andra likartade övernaturliga upplevelser som ofta görs (se exempelvis Östling 2012:53), är olyckligt eftersom det riskerar att påverka tolkningen.

Narrativ kring upplevelser av döda närstående speglar samtida föreställningar om själen och döden. Samtidigt är de en viktig del i förståelsen av hur vi förhåller oss till och hanterar sorg och förlust. Det är ett komplext forskningsområde, inom vilket det finns

mycket kvar att utforska. Hur tolkas upplevelserna av de efterlevande själva och hur tolkas de av människor i deras omgivning? Påverkas existentiella tankar om själen och döden i ett längre perspektiv av upplevelserna? För vem berättar de, och för vem berättar de inte, om sina upplevelser?

En fördjupad studie av området, där de efterlevandes berättelser sätts i ett större sammanhang av individens och omgivningens livsåskådning, skulle ge inblick i hur själs- och dödsföreställningar ser ut i ett samhälle som till stor del är präglad av sekularisering och naturvetenskapligt tänkande.

Tora Wall, folklorist

Nordiska museet, Stockholm

Nyckelord: sorg, död, själ, spöke, efterliv

Noter

- 1 Frågelistan finns att läsa på <http://www.nordiskamuseet.se/samlingar/insamling/fragelistor/skriv-sjalv-fragelistor>.

Referenser

Otryckta källor

Internet:

<http://www.1177.se/Tema/Senior/Forandrat-var-dagsliv/Att-forlora-sin-livspartner-pa-aldre-dar/11>

<http://overnaturligt.ifokus.se/discussions/4d7140c3b9cb46221d056a43-kan-man-traffa-doda-manniskor-i-drommen>

<http://www.familjeliv.se/Forum-24-164/m46126663.html>

http://www.parthenon.se/edk_upplevelser.html
http://www.vattumannen.se/Artikel_UKU.aspx

Arkivmaterial

NM 237 Det oförklarliga, 2008

NM 215 Min livsuppfattning – kropp och själ, 1989

Litteratur

Almqvist, Solveig 2008: *Efter livet levande – Oförklarliga upplevelser*. Stockholm: Carlsson Bokförlag.

Arlebrand, Håkan 1995: *Det okända. Om ockultism och andlighet i en ny tidsålder*. Örebro: Libris.

Hammer, Olav 2010: *På spaning efter helheten: New Age, en ny folketro?* Stockholm: Dejavu.

Heelas, Paul 1996: *The New Age movement*. Oxford: Blackwell.

Grimby, Agneta & Johansson, Åsa K. 2009: *Handbok om sorg*. Göteborg: Sahlgrenska universitetssjukhuset.

Klintberg, Bengt af 1972: *Svenska folksägner*. Stockholm: Pan.

Klintberg, Bengt af 1973: *Gasten i svensk folketro-tradition*. Stockholm: Institutet för folklivsforskning.

Schön, Ebbe 2000: *De döda återvänder. Folketro om tillvarons gränsland*. Stockholm: Prisma.

Wikström, Owe (red.) 1998: *Att se det dolda. Om New age och ockultism inför millenniumskiftet*. Stockholm: Natur och Kultur.

Östling, Per-Anders 2012: *Spöken, medier och astrala resor*. Uppsala: Institutet för språk och folkminnen.

SUMMARY

Presence of the Deceased

Many people who have lost a family member or close friend experience at some point the sense of the deceased being present. For some the experience is a strong feeling, but sometimes it is for example perceived as a touch, or the deceased is being seen or heard.

This phenomenon is a well-known part of the process of grief within medical and psychological research. In this article, I approach the subject from a folkloristic point of view, with focus on the stories as narrative and as a part of contemporary notions about death.

The article is largely built on the answers to the questionnaire "*Det oförklarliga*", (The Unexplainable) which Nordiska museet (The Museum of Culture and History) in Stockholm, Sweden, submitted in 2008 to the museum's informants.

Examples of the informant's experiences are

presented in the text. The informants describe the experiences as comforting; no one in the material studies seems to consider them as frightening. Usually, the experience is brief, the loved one appears for a short while and is then gone. However, there are examples when the experience last longer. Talking with the loved one is uncommon and seems to be mostly a part of meeting the dead in a dream.

The article also discusses how these stories could be understood and interpreted. There are still many questions to be answered in further folkloristic research. The narratives could tell us more about notions of death and soul in a secularised society dominated by a scientific view of the world.

Keywords: sorrow, death, soul, ghost, afterlife