

La scelta e il destino

Claudio Lalla

La scelta e il destino

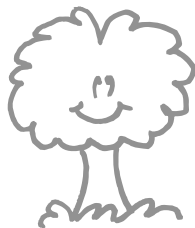
Alla luce delle esperienze
oltremondane

Copertina: Amritagraphic

Edizioni



AMRITA



SALVIAMO GLI ALBERI!

Il nostro catalogo è disponibile esclusivamente online,
sul nostro sito: www.amrita-edizioni.com

Edizioni AMRITA srl
Via G.B. Bricherasio, 18 - 10129 Torino
telefono 011 934 05 79
e-mail: ciao@amrita-edizioni.com

Seguici su:
facebook.com/AmritaEdizioni
twitter.com/AmritaEdizioni
youtube.com/AmritaEdizioni
instagram.com/AmritaEdizioni

© 2021 Edizioni Amrita, Torino.

Copertina: © Alexey_Lesik / istockphoto.com

Tutti i diritti riservati. Ogni riproduzione, anche parziale e con qualsiasi mezzo, deve essere preventivamente autorizzata dall'Editore.

AI NOSTRI LETTORI

I libri che pubblichiamo sono il nostro contributo ad un mondo che sta emergendo, basato sulla cooperazione piuttosto che sulla competitività, sull'affermazione dello spirito umano piuttosto che sul dubbio del proprio valore, e sulla certezza che esiste una connessione fra tutti gli individui. Il nostro fine è di toccare quante più vite è possibile con un messaggio di speranza in un mondo migliore.

Dietro a questi libri ci sono ore ed ore di lavoro, di ricerca, di cure: dalla scelta di cosa pubblicare – operata dai comitati di lettura – alla traduzione meticolosa, alle ricerche spesso lunghe e coinvolgenti della redazione.

Desideriamo che i lettori ne siano consapevoli, perché possano assaporare, oltre al contenuto del libro, anche l'amore e la dedizione offerti per la sua realizzazione.

Gli editori

INDICE

Introduzione	1
Cap. 1 Le esperienze di premorte	5
Cap. 2 Le altre esperienze di aldilà	11
Cap. 3 La Luce	29
Cap. 4 La nuova prova cosmologica	37
Cap. 5 Il tempo	53
Cap. 6 La condizione umana	67
Cap. 7 Il bene e il male	103
Epilogo	137
Bibliografia	139
L'autore	147

Le NDE (acronimo di *Near Death Experience*, generalmente tradotto in italiano con l'espressione "esperienze di premorte") e con esse le altre esperienze di aldilà ci offrono una nuova e preziosa prospettiva di indagine escatologica, cioè di studio delle cose estreme, di confronto con domande quali: c'è una vita dopo la morte? Rincontreremo i nostri cari? Sono ancora in rapporto con noi? Come sarà la vita nell'aldilà?, etc. Queste esperienze rappresentano dunque la novella che dà a tutti noi la possibilità da un lato di confrontarci costruttivamente con l'angoscia esistenziale che accompagna l'idea della morte, dall'altro di vedere oltre e di essere altro rispetto al nichilismo postmoderno che nella sua oscena nudità, o altrimenti vestito di abiti ingannevolmente rispettabili, caratterizza la nostra epoca, soprattutto come nichilismo sommerso, privato, "pratico". Proprio per questa loro fondamentale importanza le NDE meritano di essere oggetto di pensiero critico, argomentazione permanente, analisi e sintesi dei dati informativi che vi emergono, valutazione delle implicazioni che da questi discendono, elaborazione dei problemi che pongono.

È questo un testo che continua il discorso già iniziato in un mio precedente lavoro, *Perdita e ricongiungimento* (Lalla, 2015/2021). Allora mi occupai dettagliatamente delle *Near Death Experience*, delle *Deathbed Vision* (visioni dei morenti) e delle *After Death Communication* (esperienze di comunicazione con chi ha concluso il suo ciclo di vita terrena, comprendenti anche quei loro sottotipi costituiti dalle *deathbed coincidence* (improvvisi consapevolezze che qualcuno è morto), dalle esperienze condivise della morte e dalle *Induced After Death Communication* (esperienze di comunicazione dopo la morte vissute grazie all'induzione di uno stato di ricettività mentale). Riportai la fenomenologia delle suddette forme di esperienza, gli effetti prodotti su

coloro che le vivono e le ricerche scientifiche condotte sulla loro natura.

In tale occasione misi inoltre a disposizione del lettore una sintesi dei migliori studi realizzati sull'effetto placebo e sulle capacità *psi*, e cioè: telepatia (comunicazione interpersonale senza mediazione fisica), precognizione (percezione di eventi del futuro), telestesia (conoscenza a distanza di eventi, oggetti o luoghi) e psicocinesi (influenza esercitata in modo diretto dalla mente sulla materia). La ricerca empirica che, soprattutto negli ultimi decenni, si è svolta su questi ultimi fenomeni dimostra che la mente è un'entità irriducibile alla materia; per tale motivo tale ricerca converge con quella sviluppatasi sulle esperienze di aldilà.

Oltre ai suddetti dati della ricerca empirica riportai anche gli esperimenti di fisica quantistica che evidenziano il ruolo dell'osservatore nella determinazione dei fenomeni materiali, esposi le più importanti indagini filosofiche e logiche messe in opera su quello che è conosciuto come problema mente-corpo, argomentai una critica epistemologica al materialismo.

Qui mi occupo di esplorare più approfonditamente i vari significati che emergono soprattutto dalle NDE¹ e dalle *Induced After Death Communication* (di cui promuovo l'emergenza nel mio lavoro psicoterapeutico sul lutto grave e complicato). Dopo aver presentato al lettore la loro fenomenologia prenderò in considerazione la grande Luce carica d'amore che accoglie chi attraversa la soglia della morte fisica. Lo farò esponendo una versione da me stesso elaborata della teoria del *fine-tuned universe*, cioè dell'universo finemente regolato.

Seguirà il capitolo sulla natura del tempo, perché non si può

1 Preciso subito che l'espressione "premorte" può essere fuorviante, giacché la condizione medica di quanti ne fanno esperienza è spesso quella di una vera e propria morte clinica, caratterizzata da arresto cardiaco, interruzione del respiro e assenza di attività elettrica cerebrale. Si tratta quindi in tali casi di un vero e proprio stato di morte, seppur reversibile. D'altra parte, ci sono NDE che avvengono in condizioni diverse dalla morte clinica. Mi riferisco a condizioni come per esempio il coma provocato da un danno cerebrale traumatico, lo stato di shock causato da emorragia (come può avvenire nel parto), il quasi annegamento dei bambini.

non affrontare questo tema quando si riflette su un universo che, come ci dicono le indagini cosmologiche, ha avuto un inizio. Il tempo è inoltre un aspetto fondamentale delle NDE, perché chi torna ci dice che il tempo dell'oltremondo appare diversamente.

Il tema del tempo lo troviamo anche nel capitolo successivo, che tratta della condizione umana. Vi si trattano sia i vari aspetti di essa che, insieme, concorrono a fare della nostra vita un'opportunità di crescita personale sia le modalità attraverso cui possiamo ignorarli e renderli inefficaci. Infine, nell'ultimo capitolo saranno affrontati, cercando di riconoscere la complessità delle loro varie sfaccettature, i temi del bene e del male, dei valori e degli scopi che rispecchiano il senso reale e profondo della nostra esistenza, nonché l'argomento correlato dei vari modi attraverso i quali tale senso può essere perduto e tradito.

Chiudo questa introduzione con un'avvertenza per il lettore. Nonostante il massimo sforzo di chiarezza che ho dedicato alla scrittura, la lettura non risulterà sempre facile, sia perché non lo sono le questioni affrontate sia perché esse hanno richiesto un discorso che si snodasse in modo multidisciplinare, cioè fra scienza, filosofia e teologia. Quando si esce dal senso comune è naturale che i percorsi della mente possano non essere proprio delle passeggiate, ma assomiglino piuttosto a dei sentieri di montagna. Sono molto più faticosi, ma offrono, via via che si sale, la gioia di prospettive più ampie, chiare e lontane.

Le esperienze di premorte

LA FENOMENOLOGIA DELLE NDE

Le esperienze di premorte costituiscono un elemento fondamentale del nostro discorso. Si tratta, nonostante la dizione corrente e come abbiamo già detto, di esperienze vissute spesso in un vero e proprio stato di morte clinica, caratterizzato da arresto cardiaco, mancanza di respiro e assenza di attività elettrica cerebrale. Coloro che le vivono, e sono milioni (5% della popolazione americana secondo un sondaggio Gallup del 1982; 4,2% di quella tedesca alla luce di uno studio realizzato nel 1998), ci narrano vari aspetti di tali esperienze, non necessariamente tutti presenti nella memoria di ogni singola persona. Qui di seguito riassumerò le loro componenti principali, così come sono state rilevate in molteplici studi condotti sull'argomento e dei quali posso ricordare quelli di Moody (1975), Gabbard e Twemlow (1984), Morse (1994), Fenwick e Fenwick (1995), Ring e Cooper (1997), Ring e Vallarino (2000), Long e Perry (2010), Van Lommel (2010), Parnia e Young (2013) e Sartory (2017).

Abbiamo anzitutto le esperienze extracorporee (generalmente indicate con l'acronimo di OBE, da *Out of Body Experience*), che si articolano nei seguenti elementi costitutivi: trovarsi al di fuori del proprio corpo, a qualche metro di altezza; disporre di una vista sferica, cioè rivolta in tutte le direzioni; capacità potenziata di udire quanto viene detto da chi si trova vicino al proprio corpo esanime; facoltà di percepire i pensieri delle persone presenti; possibilità di spostarsi al di là delle barriere fisiche e di farlo istantaneamente, senza essere condizionati dalle distanze;

senso di benessere che sostituisce qualsiasi dolore potesse essere presente prima della transizione; incontro con raggianti esseri di luce o con alcuni propri cari già defunti, che appaiono spesso più giovani dell'età che avevano al momento del loro trapasso e che sono venuti a dare sostegno affettivo e orientamento; comunicazione con essi che si svolge per via telepatica.

Può poi verificarsi l'esperienza di un *tunnel* alla fine del quale compare una luce verso cui ci si muove a grandissima velocità, spesso accompagnati da un proprio caro o da una guida.

Si giunge successivamente in una sorta di *paradiso*, con fiori di ogni tipo, uccelli e farfalle, colori stupendi e luminescenti, una musica meravigliosa, le *persone care* che ci aspettano e che appaiono più giovani e sane, oppure, se morte in tenera età, più cresciute. Lo stato d'animo in cui ci si trova è di profonda serenità e immensa gioia.

Si incontra quindi la *Luce*, bianca, non accecante, viva e personale, emanante sia un amore infinito e incondizionato, sia una conoscenza incommensurabile. Viene riconosciuta come Dio. A contatto con la Luce si diventa partecipi della sua conoscenza e si comprende che: si è fatti come la Luce; c'è uno scopo personale nella propria vita, stabilito già alla nascita, e ci si è incarnati per assolvere una missione; le difficoltà della nostra esistenza sono prove da affrontare; siamo nati per una chiara ragione all'interno di una certa famiglia, con i genitori, i fratelli, le sorelle, i nonni che abbiamo avuto; c'è una ragione per cui ogni cosa accade; tutto ciò che succede nel mondo rientra all'interno di un disegno, anche gli eventi in qualsiasi modo e grado negativi; i valori fondamentali sono quelli dell'amore e della conoscenza. Questa appena detta è la parte più importante di tutte per il discorso che veniamo qui a svolgere.

L'esperienza di premorte può comprendere anche una *revisione della propria vita*, in cui si possono rivivere tutti i pensieri che abbiamo avuto, le azioni che abbiamo compiuto e le omissioni di cui ci siamo resi responsabili. Due aspetti caratterizzano il riesame della propria vita. Il primo consiste nel vivere anche le emozioni e i pensieri che abbiamo suscitato negli altri a seguito di ciò che abbiamo loro fatto, di bene o di male, e di fare inoltre esperienza delle conseguenze indotte dalle nostre azioni sulla loro vita e su quella dei loro cari. Il secondo aspetto del riesame

è costituito dall'osservare e vivere *contemporaneamente* tutti i momenti, propri e degli altri, che sono stati generati dalle nostre scelte. La narrazione di questa esperienza si accompagna con il pensiero che *il tempo di là è diverso* e che noi non disponiamo né dell'intuizione, né delle parole necessarie alla descrizione e condivisione di questo nuovo e diverso senso della temporalità.

Le esperienze di premorte si concludono con la scelta sofferta di tornare alla vita terrena perché qualcuno ha bisogno di noi, oppure hanno termine con il divieto, espresso dalla Luce o da un proprio caro che ha già chiuso il suo ciclo di vita mortale, di andare oltre, in quanto non è ancora giunto il momento del trapasso definitivo.

Si torna con consapevolezza nuova o profondamente rinnovata che i valori veri e importanti della vita, terrena e ultraterrena, sono due: l'amore e la conoscenza. Inoltre si afferma che l'esperienza vissuta è stata qualcosa di più reale della realtà consueta. Riporto più estesamente nel mio *Perdita e Ricongiungimento* (2015/2021) tutti i cambiamenti cui possono andare incontro coloro che hanno vissuto una NDE.

LA NATURA OGGETTIVA DELLE NDE

Le NDE possono ovviamente essere interpretate, da chi ne viene a conoscenza, sia come allucinazioni sia come esperienze che rispecchiano dati oggettivi. Per dirimere tale questione sono state condotte diverse ricerche scientifiche che hanno preso in esame soprattutto il grado di corrispondenza fra quanto percepito dal paziente sugli eventi accaduti durante lo stato di OBE (esperienze fuori dal corpo) delle NDE e le testimonianze che sugli stessi erano state fornite dal personale sanitario. A questo riguardo citerò come esempio uno studio particolarmente brillante, rimandando nuovamente alla mia precedente opera sull'argomento (Lalla, 2015/2021) per una rassegna dei lavori scientifici compiuti per controllare l'obiettività di quanto riferito da coloro che avevano vissuto una NDE.

Nel 2009 Janice Holden, docente alla University of North Texas, dopo aver vagliato la letteratura scientifica pubblicata sulle esperienze fuori da corpo in corso di NDE, ha selezionato 89 casi di cui era stata controllata la veridicità delle descrizioni e

delle narrazioni che riportavano quanto sarebbe stato osservato nello stato disincarnato. Quindi si è data come criterio della loro attendibilità la assoluta mancanza anche di un solo errore (criterio chiaramente esagerato, perché, come sappiamo, la memoria può facilmente incorrere in inesattezze). Il risultato fu che nonostante la scelta di un criterio così rigoroso ben il 92% dei resoconti superò l'esame.

Oltre ad allestire delle ricerche che hanno valutato l'oggettività delle NDE attraverso i resoconti della loro componente OBE vari ricercatori hanno formulato le seguenti considerazioni, critiche verso la lettura allucinatoria delle NDE e corroboranti al tempo stesso quella realista:

- chi torna da un'*out of body experience* avvenuta in corso di NDE può raccontare eventi accaduti anche in posti diversi da quello in cui si è verificata la morte clinica che, pur inaspettati e improbabili, sono stati poi confermati dai controlli eseguiti;
- si incontrano solo propri cari che sono deceduti e non persone viventi;
- si incontrano anche dei parenti o amici di cui non si sapeva che fossero morti;
- si incontrano familiari che non si conoscevano;
- anche i bambini molto piccoli, e quindi ancora ignari della cultura religiosa in cui vivono, riportano le stesse descrizioni;
- le narrazioni risultano simili anche se fatte da persone appartenenti a culture diverse;
- le descrizioni di quanto avvenuto durante le manovre di rianimazione sono fatte fedelmente anche da ciechi alla nascita;
- l'ipotesi dell'anossia cerebrale non spiega la componente "tunnel e luce" delle NDE, in primo luogo perché l'immagine del tunnel si dovrebbe sviluppare progressivamente, insieme allo scendere del livello di ossigeno presente nel sangue, in secondo luogo giacché essa è assente in molte NDE e, infine, per il fatto che i piloti di aereo non percepiscono l'immagine del tunnel e della luce quando, nel corso del proprio addestramento, accade loro di andare in ipossia;
- nemmeno l'eventuale aumento della CO₂ spiega le NDE, in quanto la maggior parte dei pazienti con livelli cresciuti di CO₂ non sperimenta una NDE;

- anche un ipotetico aumento delle endorfine o della DMT (dimetiltryptamina) rappresenta una lettura insostenibile visto che il loro effetto durerebbe varie ore e non terminerebbe improvvisamente così come accade nelle NDE;
- le NDE avvengono in condizione di “silenzio elettrico” del cervello, perché dopo 10-20 secondi dall’arresto cardiaco l’attività elettrica cerebrale sparisce sia nella corteccia cerebrale, sia nelle strutture più profonde del cervello stesso e pertanto non sussistono le basi neurofisiologiche di una qualsiasi forma di allucinazione.

A quanto detto va aggiunto che le NDE parlano anche da sé stesse della propria natura e lo fanno con il loro contenuto, così caratterizzato dall’altissima spiritualità, dalla forte coerenza interna a ogni esperienza e dalla coerenza fra le esperienze vissute da innumerevoli diverse persone.

Oltre alle NDE ci sono altri tipi di esperienze che ci propongono l’esistenza di un mondo che è altro e oltre quello materiale. Ci riferiamo alle *Deathbed Vision*, alle *After Death Communication* e alle *Induced After Death Communication*. Tutte queste altre forme di esperienza si rivelano fortemente coerenti con le *Near Death Experience*, sia dal punto di vista fenomenologico, sia da quello valoriale. Pertanto esse vengono a corroborare l’oggettività di queste ultime. Nel capitolo seguente descriverò ciascuna di tali altre esperienze.

Le altre esperienze di aldilà

DEATHBED VISION

Le *deathbed vision* (visioni in punto di morte o esperienze alla fine della vita) sono esperienze non solo visive ma anche telepatiche che, alquanto frequenti, avvengono generalmente nel tempo che va da poche ore prima del decesso al momento in cui esso si svolge. A volte iniziano qualche giorno prima. Sono riconosciute dai presenti per il fatto che il morente appare chiaramente più sereno, sorride, guarda in una direzione ben definita, può stendere le braccia come ad accogliere qualcuno, può parlare con un interlocutore fisicamente assente. La sua paura della morte scompare. Chi viene visto durante queste esperienze? I propri cari defunti (mai coloro che hanno ancora una vita terrena) oppure delle guide ultraterrene. Talvolta le visioni hanno per oggetto una luce benevola che reca calore affettivo. I propri cari appaiono al percipiente più giovani e in salute. Queste visioni hanno luogo nello spazio reale della stanza in cui si trova il morente, ma a volte si proiettano in ambienti oltremondani. Le conversazioni, che possono essere brevi o durare anche delle ore, appaiono lucide e razionali.

Lo studio di Osis e Haraldson (1977), effettuato su 704 pazienti americani e indiani che avevano avuto una o più *deathbed vision* ha potuto evidenziare che l'80% non assumeva farmaci e il 92% aveva una temperatura al di sotto dei 39°C. Questi dati escludono che le *deathbed vision* possano essere causate da farmaci o dalla febbre elevata. Ciò è confermato anche dal fatto che le allucinazioni da farmaci e febbre elevata si

accompagnano a uno stato confusionale e sono tendenzialmente costituite dalla visione di animali che camminano sul pavimento e sulle pareti o da quella di bambini che corrono su e giù. Possono essere escluse come fattore causale anche le cosiddette psicosi organiche, giacché in queste la fenomenologia è come quella delle allucinazioni da farmaci e febbre, non paragonabile a quanto accade nelle *deathbed vision*. Va notato poi che, come le NDE, anche queste esperienze si presentano indipendentemente dalle convinzioni e dalle aspettative sulla vita dopo la vita.

Le *deathbed vision* possono essere talvolta condivise da coloro che si trovano al capezzale del morente (Moody, R.A., Perry, P., 2010). Anch'essi possono vedere, insieme al morente, le figure di coloro che, già trapassati, sono venuti ad accogliere chi si avvicina al suo ultimo momento di vita terrena. Ai loro occhi, come a quelli del morente, tali figure appaiono più giovani e in buona salute, vestiti secondo la moda della loro epoca. È impressionante che perfino gli stessi medici e infermieri possano essere partecipi delle suddette visioni. In questo caso si tratta, ovviamente, di testimoni che sono privi del coinvolgimento affettivo ed emotivo di un parente o un amico.

AFTER DEATH COMMUNICATION (ADC)

Le ADC (comunicazioni dopo la morte) sono delle esperienze percettive totalmente spontanee che hanno per oggetto una persona deceduta, generalmente, ma non necessariamente, un proprio caro. Prima si parlava della condivisione delle *deathbed vision*. Possiamo continuare il discorso mettendo in luce che al momento del trapasso le persone presenti possono vedere una luce che emana dal corpo, lo circonda e perdura per il tempo del processo della morte (Fenwick, P., Fenwick E., 2008). In seguito si può vedere una nebbia bianca che sale dal corpo uscendo dalla testa o dal petto oppure dai piedi. Può accadere inoltre che la stessa figura della persona defunta sia vista separarsi dal corpo e alzarsi mentre una luce emana da essa. Un altro fenomeno che può verificarsi dopo il trapasso è quello della percezione di un leggero vento che si alza nella stanza dove il trapasso stesso è avvenuto.

Talvolta accade che un parente o un amico viva una ADC nella forma che Moody (2010) chiama "esperienza di morte con-

divisa". In tali casi lo stesso parente o amico si separa dal proprio corpo e incontra il suo caro, che ha ormai effettuato la transizione. Lo vede sano e più giovane, comunica con lui telepaticamente, partecipa al riesame della sua vita (anche se alcune parti di essa appariranno sfocate), lo accompagna lungo un tunnel in fondo al quale appare una luce o in spazi ultramondani dove ogni cosa è luminescente. Il tutto si conclude con un reciproco accomiarsi.

Mentre nella stanza dove avviene l'evento del trapasso può accadere quanto abbiamo descritto, altrove si verificano non di rado dei fatti concordanti. Si tratta di un altro tipo di ADC, definite da Fenwick (2008) *deathbed coincidence*. In un luogo lontano qualcuno ha un'improvvisa consapevolezza che la persona è morta anche se, ignorando che la sua salute fosse compromessa, non sospettava tale accadimento. Si ha in questi casi un improvviso senso di lutto e di dolore che spinge frequentemente a telefonare per controllare l'attendibilità di un'esperienza così drammaticamente vissuta. Al posto della suddetta forma di consapevolezza della perdita può verificarsi la visione della persona morta, venuta a congedarsi dal percipiente. Il defunto appare più giovane e in buona salute. Spesso tali visioni accadono durante il sonno oppure nel passaggio tra questo e la veglia. Va precisato che quando le esperienze di ADC si svolgono nello stato di sonno REM, tipico dei sogni, si manifestano in modo molto differente da come questi ultimi di solito si manifestano. Infatti, il proprio caro non appare dentro una sequenza di immagini confuse o tali da contraddire il suo trapasso. Al contrario, la persona perduta si mostra come non più in vita terrena e viene a portare un messaggio, un saluto, un abbraccio. Per capire meglio le ADC oniriche è interessante considerare il fatto che la ricettività telepatica nello stato mentale onirico è stata studiata. Resta tutt'oggi di grande rilievo la ricerca compiuta da Ulman, Krippner e Vaughan nel 1973. Una persona, il ricevente, dormiva nel laboratorio del sogno, situato in una stanza isolata acusticamente e schermata dal punto di vista elettromagnetico. Degli elettrodi posti sulla testa registravano onde cerebrali e movimenti degli occhi. Quando la persona iniziava a sognare e il tracciato dell'EEG diventava quello del sonno REM, tipico del sogno, a un'altra persona, l'inviante,

che si trovava in una stanza diversa o a diversi chilometri di distanza veniva consegnata una busta con una foto scelta a caso fra un insieme di 8 foto differenti e gli veniva chiesto di trasmettere il contenuto al ricevente. Allorché questi smetteva di sognare, veniva svegliato e intervistato sul sogno appena avuto. Dopo tornava a dormire. Il procedimento si ripeteva per tutte le volte in cui il ricevente sognava. In seguito più giudici indipendenti hanno confrontato la trascrizione dei sogni con l'insieme delle foto, dando il voto 1 per la concordanza maggiore, 2 per quella immediatamente meno corrispondente, 3 per l'immagine somigliante ancor meno, e così via, fino al voto 8 per esprimere la maggior differenza. Se la descrizione avesse ricevuto un voto da 1 a 4 l'esito sarebbe stato considerato un successo, mentre se fosse stata oggetto di un voto da 5 a 8 il tentativo sarebbe stato valutato come un insuccesso. Sono state così realizzate 379 sedute. I risultati furono significativamente al di sopra della media. Considerando quindi che lo stato di sonno REM rappresenta una condizione di ricettività telepatica, non stupisce che possa giocare tale ruolo comunicativo anche all'interno delle ADC.

Oltre che nel sonno le *deathbed coincidence* possono avvenire anche quando si è pienamente svegli. Tali esperienze possono presentarsi contemporaneamente a più persone diverse e anche a cani e gatti che manifestano attenzione verso un punto definito dello spazio ed esibiscono comportamenti che rivelano uno stato di alterazione emotiva (i cani ululano o ringhiano, i gatti arruffano il pelo e si nascondono). Si tratta cioè di esperienze che a loro volta possono essere condivise.

Le ADC non avvengono solo in coincidenza con la morte di una persona, ma anche in seguito (Guggenheim, B. e Guggenheim J., 1996). Oltre che visive (i propri cari appaiono, come nei casi precedenti, più giovani e in buona salute), possono presentarsi anche come telepatico-uditive, tattili oppure olfattive. Inoltre, una manifestazione alquanto comune è quella del cosiddetto "senso di presenza", cioè la percezione nello spazio prossimale di un proprio caro, nettamente riconosciuto nella sua identità. Tale percezione manifesta un inizio e una conclusione ben definiti. È comune, in tale circostanza, che l'esperienza com-

prende una sorta di telepatia affettiva, cioè la percezione dell'amore che il defunto ha per il superstite.

È forse il caso di evidenziare che il fenomeno della telepatia prima di manifestarsi nelle ADC fa anzitutto parte di un'esperienza comunicativa che, seppur generalmente inconsapevole, è parte integrante delle nostre relazioni interpersonali significative. Gli studi sulla telepatia iniziarono con le carte Zener, dal nome dello psicologo Karl Zener che le ideò. Si tratta di 25 carte costituite da 5 gruppi di 5 carte specifiche. Le carte di ogni gruppo riportano un segno diverso da quelli degli altri gruppi. Abbiamo: croce, stella, onda, quadrato e cerchio. Dopo essere state mischiate una persona prende una carta per volta e cerca di comunicare mentalmente a un'altra persona che si trova in un altro luogo il segno che essa riporta. La media attesa di concordanze fra carta visionata dall'inviante e carta espressa dal ricevente è naturalmente di 5 successi su 25 tentativi corrispondenti alle 25 carte. La media di successi ottenuti in centinaia di studi condotti in condizioni accuratamente controllate è però significativamente superiore. Secondo la filosofa Fiona Steinkamp (2005) la probabilità che l'effetto sia dovuto al caso è di 1 su 375 trilioni.

Oggi gli esperimenti sulla telepatia sono del tipo *ganzfeld*: si chiede al soggetto di rilassarsi su una poltrona reclinabile, gli si pongono due metà di palline da ping pong sugli occhi, gli si illumina il viso con una luce rossa e gli si appongono sulle orecchie due cuffie da cui proviene il suono di un gorgoglio di cascate. Dopo 15 minuti si chiede alla persona cosa gli venga in mente, mentre colui che fa da trasmettitore, situato in un altro posto, tenta di comunicare telepaticamente un'immagine. Ciò avviene per 30 minuti. L'immagine è scelta casualmente fra quattro. Alla fine viene chiesto al ricevente di scegliere fra le quattro immagini quella che gli potrebbe essere stata trasmessa. La possibilità di indovinare a caso è del 25%. Bem e Honorton (1994) hanno condotto una meta-analisi degli studi precedentemente realizzati e hanno stimato che la probabilità che i risultati fossero casuali è equivalente a 1 su 48 miliardi.

Sono stati condotti anche studi sulla capacità di influire a distanza telepaticamente sul sistema nervoso autonomo di un'altra persona. In una stanza acusticamente isolata ed elettromagneticamente schermata una persona viene fatta accomodare su una

comoda poltrona reclinabile e le vengono applicati elettrodi per la misurazione della conduttanza della pelle, che rispecchia un'attivazione del S.N.A. Viene inoltre chiesto al soggetto di pensare a un'altra persona situata in un'altra postazione. Un computer indicherà a quest'ultima di calmare o attivare la prima immaginandola in attività rilassanti o, al contrario, emotivamente o fisicamente impegnative. L'inviante può disporre di un feedback che indica la conduttanza della pelle del ricevente. Schmid, Schneider, Utts e Walach (2004) hanno condotto una meta-analisi su questo tipo di ricerche rilevando una probabilità contro 1.000 che i risultati fossero dovuti al caso.

Ci sono poi gli studi di correlazione EEG. A due soggetti fra cui intercorre un legame significativo e che sono posti in differenti stanze vengono applicati sul capo gli elettrodi necessari per l'esecuzione di un EEG. Quindi uno di loro è stimolato con dei lampi di luce e si controlla se al tempo stesso analoghi tracciati EEG si verificano nel soggetto ricevente. Molti studi hanno replicato questo modello sperimentale, riscontrando risposte cerebrali simultanee negli elettroencefalogrammi di coppie di persone; citiamo solo, fra i più significativi, quelli di Duane e Behrendt (1965) e di Orme-Johnson, Dillbeck, Wallace e Landrith (1982).

Un ulteriore studio è stato condotto utilizzando la fMRI (risonanza magnetica funzionale). Quando la persona trasmittente era sottoposta allo stimolo visivo di una luce intermittente, un netto aumento dell'attività nella corteccia visiva si verificava anche nel ricevente (Standish et al., 2003). Tornando ora alle ADC possiamo dire che un loro altro tipo è quello delle ADC fisiche. Si tratta di fenomeni che, pur avvenendo nel mondo fisico, rimandano, per le modalità e i tempi del loro verificarsi, alla persona perduta. Possono riguardare orologi, luci, cellulari, poster, eccetera. Anche il potere della nostra mente di influenzare la materia, detto psicocinesi, è studiato da tempo e con rigore. Attualmente gli studi condotti in questo ambito ricorrono ai generatori di numeri casuali. Si tratta di dispositivi elettronici che generano migliaia di operazioni al secondo, il cui esito è sempre 0 o 1. La produzione di tali operazioni è governata dal caso e pertanto le quantità di 0 e di 1 si equivalgono. Jahn, Dunne, Nelson, Dobyns e Bradish (1997) hanno richiesto a 100 soggetti di influenza-

re mentalmente i generatori di numeri casuali alterando i loro output di 0 e di 1. I soggetti potevano scegliere di far uscire più 0 o più 1. Il risultato fu che gli output tendevano a manifestare una corrispondenza con la volontà espressa dai soggetti. La probabilità che il risultato ottenuto fosse casuale era di 1 su 35 trilioni. È stata condotta inoltre (Nelson e Radin, 1989) una meta-analisi su 490 studi aventi per oggetto la psicocinesi effettuata per intenzione del soggetto di modificare la generazione di numeri casuali. La probabilità che i risultati positivi ottenuti fossero effetto del caso è risultata essere di 1 su 50.000. È stato controllato inoltre se l'*effect size* (dimensione dell'effetto) aumenta negli esperimenti con l'aumentare del numero di bit (0 o 1) generati. La logica di tale controllo è che se la nostra mente influenza effettivamente la generazione di bit, allora aumentando questi ultimi, dovrebbe crescere il fenomeno osservato. È ciò che accade.

Sapere che possiamo esercitare un'influenza diretta sulla materia attraverso la nostra mente è naturalmente importante quando volgiamo la nostra attenzione verso le ADC fisiche. Se infatti è vero che delle menti incarnate come le nostre possono dare luogo alla psicocinesi, allora ci stupiamo meno che questa stessa cosa possano farla anche delle menti disincarnate. Un'altra implicazione importante che emerge dagli esiti positivi cui hanno dato luogo i controlli sulla psicocinesi è che vengono indirettamente ma chiaramente a confermare scientificamente l'esistenza del libero arbitrio, che è fondamentale come precondizione di un altro tema centrale delle esperienze oltremondane: quello del nostro essere personalmente responsabili delle azioni che compiamo.

Essendo venuto a conoscenza di molte ADC fisiche, posso dire che in questi casi il fenomeno fisico viene letto immediatamente e spontaneamente come comunicazione con la persona defunta, senza forzature interpretative e lasciando molto sorpreso e inizialmente disorientato lo stesso superstita.

Le ADC, come le NDE, sono state fatte oggetto di ricerca scientifica. Qui possiamo citare la *systematic review* pubblicata qualche anno fa (Streit-Horn, 2011). Da essa è emersa la grande frequenza delle ADC. Più in particolare, la loro *prevalenza* nella popolazione generale (intesa come percentuale di persone che ne hanno fatto esperienza) è del 30-35%; invece l'*inciden-*

za (corrispondente alla percentuale di quanti hanno avuto una o più esperienze di ADC entro un anno dalla perdita di un proprio caro) raggiunge il 70-80%. Questo studio ci conferma inoltre che anche le ADC, come le NDE e le *deathbed vision*, vengono percepite e valutate come positive, serene, portatrici di conforto, svolgenti un ruolo favorevole al buon andamento del lutto, spirituali.

Data la notevole diffusione delle ADC e i loro benefici effetti sui percipienti è difficile prescindere da esse se si desidera comprendere compiutamente il processo del lutto. Ho disegnato un modello teorico che ci consente di spiegare il ruolo svolto nel suo sviluppo favorevole dalle ADC. Se, infatti, consideriamo l'evoluzione fenomenica del lutto nel suo dispiegarsi lungo le quattro fasi proposte dallo psicoanalista inglese John Bowlby (1980), e cioè quelle dello stordimento, della ricerca e struggimento, della disorganizzazione e della riorganizzazione, possiamo ricondurre i loro quadri fenomenici a fattori cognitivi profondi che vanno assumendo, fase per fase, configurazioni diverse.

Le fasi non vanno considerate come nettamente distinte fra loro, in quanto l'una sfuma progressivamente nell'altra. Inoltre, sia la rilevanza che la durata assunta da ciascuna di esse possono variare da caso a caso. Ciononostante, rimane l'importanza della loro distinta concettualizzazione al fine di poter disporre di una *mappa processuale* con cui orientare la nostra comprensione del lutto.

All'inizio ci si trova confusi, incapaci di assimilare cognitivamente l'evento/morte del proprio caro. È la fase dello stordimento. Nei giorni immediatamente successivi al trapasso, mentre a un livello cosciente e superficiale si manifesta la rappresentazione del proprio caro come morto, a un livello tacito e profondo permane la rappresentazione di lui come vivo, proprio in senso fisico e terreno. Ben prima di essere il frutto di una difesa mentale, tale rappresentazione, pur così contraria alla realtà oggettiva, si dà come spontanea. Non è semplice, infatti, per chi è rimasto, rappresentarsi il mondo senza la persona amata. La morte di quest'ultima appare, letteralmente, inverosimile e quindi non credibile. Ciò accade non per un discorso svolto coscientemente, ma piuttosto attraverso una rappresentazione inconscia pre-riflessiva.

La coscienza profonda della morte di un proprio caro cresce lentamente, sì che questi viene momentaneamente ad essere rappresentato al tempo stesso come vivo e morto, prevalentemente vivo nei primi giorni che seguono il trapasso, poi progressivamente sempre più morto e, infine, totalmente morto. Quella che viene applicata è una logica polivalente, basata sui cosiddetti “insiemi sfocati” (Zadeth, 1965). In essa non vige il principio di non contraddizione, secondo il quale «è impossibile che il medesimo attributo, nel medesimo tempo, appartenga e non appartenga al medesimo oggetto e sotto il medesimo riguardo» (Aristotele, *Metafisica*). Nella logica degli insiemi sfocati, non esistono dunque solo due valori di verità, alternativi fra loro, ma anche valori intermedi. Nella psico-logica profonda e inconscia del superstite il proprio caro apparterrà solo parzialmente all’insieme “essere morto”, anche se per la sua logica razionale, manifesta e cosciente, vi apparterrà per intero. Nella prima fase del lutto la persona amata sarà vista come appartenente in misura molto limitata a tale insieme, e quindi verrà rappresentata come prevalentemente viva².

Nel corso della prima fase del lutto la persona cara non è solo rappresentata come viva, ma anche come ancora sostanzialmente presente, nel senso che la sua assenza è considerata solo temporanea. Questa rappresentazione dell’altro come *vivo e presente*, così divergente rispetto alla realtà oggettiva, si rivela emotivamente con la presenza di una moderata emozione di tristezza, che deve ancora manifestarsi in tutta la sua forza.

2 La logica polivalente è riscontrabile anche in ambiti completamente diversi da quello del lutto, dove non hanno ragione d’essere all’opera forme di difese mentali. Per esempio, se chiediamo a delle persone quali mammiferi sono più mammiferi, quali uccelli più uccelli, quali frutti più frutti (Tverky, 1977; Rosch, 1978; Osherson, Smith, Wilkie, Lopez e Shafir, 1990) o, ancora, quali numeri dispari più dispari (Armstrong, Gleitman e Gleitman, 1983), si otterranno delle graduatorie e quindi delle risposte che violano la logica classica. Le persone intervistate non ignorano la razionalità e sanno benissimo che dovrebbero dire: «Nessuno». Ciononostante, esprimono nelle loro risposte le rappresentazioni reali, che sono diverse da quelle ideali e che trattano gli insiemi considerati come sfocati.

La fase successiva è quella della ricerca e dello struggimento. Il superstite, constatando che l'altro non torna, acquisisce sempre più il senso di perdita, ma senza che essa, dal punto di vista delle rappresentazioni profonde, sia attribuita alla morte del proprio caro. Quest'ultimo viene rappresentato come ancora *vivo ma assente*. La persona in lutto, non a caso, è incline a riconoscere nella folla anonima colui che ha perduto e a manifestare una certa irrequietezza motoria. Sono espressioni della tendenza a cercare chi è andato e non ritorna. Pertanto, la perdita viene costruita mentalmente come perdita per abbandono. Da ciò emerge in misura crescente la tristezza; ma non solo. Infatti, il senso di perdita abbandonica si manifesta, oltre che con la tristezza, con un'emozione diversa e rivelatrice: la rabbia. Si tratta della rabbia di chi protesta per esser stato lasciato solo e la cui funzione è quella adattativa di richiamare l'altro e ricomporre quindi con lui l'unione perduta. Un'ulteriore emozione di questa fase è quella dell'ansia, sia di non sapere se l'altro tornerà, sia di dover affrontare da soli la vita e il mondo, se e nella misura in cui l'altro fosse visto come figura di attaccamento, cioè come persona saggia e/o forte cui fare riferimento per affrontare le difficoltà della vita.

La terza è la fase della disorganizzazione. Con essa si assiste al venir meno della speranza di poter ritrovare la persona amata e perduta. In questa fase la rabbia tende quindi ad attenuarsi, mentre si passa dalla tristezza dello struggimento a quella della disperazione. L'altro è rappresentato come *morto e assente*. Nella logica degli insiemi sfocati seguita dalla persona in lutto il proprio caro appartiene ormai nettamente o totalmente all'insieme "essere morto". Si è ormai tornati alla logica classica. La tristezza riflette ora più pienamente la consapevolezza dell'irreparabile perdita che la persona amata ha subito della sua vita e, al tempo stesso, la coscienza della perdita che la propria vita ha subito della persona amata. L'ansia che nasce dal senso di solitudine vissuto per l'assenza ormai definitiva della persona amata, qualora essa fosse stata oggetto di attaccamento, permane. Proprio perché l'altro è ora morto anche nella rappresentazione oltre che nella realtà, un'altra emozione può accompagnare la tristezza disperata e l'ansia, quella della colpa. Infatti, di fronte alla morte dell'altro si fanno i conti con il male fatto e non più emendabile

e con il bene omesso e non più realizzabile. Il senso di colpa potrà originare risposte diverse da parte del superstite. Se non accettato condurrà a una volontà di espiatione, come se fosse possibile cancellare la realtà di eventi ormai compiuti. Se, invece, il senso di colpa sarà fatto oggetto di accettazione, porterà a un nuovo senso di responsabilità nei confronti degli altri, e quindi a una trasformazione evolutiva di sé stessi. Inoltre il superstite, domandandosi angosciato se il corso degli eventi avrebbe potuto seguire un'altra via, qualora lui avesse realizzato scelte diverse, può sentirsi gravemente in colpa per la stessa morte del proprio caro. In tal caso accade più precisamente che la rappresentazione di proprie scelte alternative in un punto qualsiasi della catena di eventi che portò alla morte del proprio caro, e che quindi avrebbe dato luogo alla sua salvezza in un immaginario mondo parallelo, diviene per ciò stesso rappresentazione come colpa delle scelte compiute.

Tutto ciò può trovare una risoluzione nella fase della riorganizzazione, l'ultima della successione qui delineata. In essa si dispiega un adattamento alla perdita tramite cui si giunge alla sua accettazione. Cosa entra in gioco in questa fase? Proprio le ADC, che promuovono nel superstite una rappresentazione nuova del proprio caro: *morto ma presente*, in quanto da una parte la sua morte riguarda solo il corpo e non l'anima, dall'altra continua a essere vicino a chi è rimasto. Pertanto, i due aspetti della tristezza disperata trovano, nella mente del superstite, una soluzione: la persona amata riacquista, in chiave ultraterrena, la sua vita; il superstite, d'altro lato, reintegra nella propria vita la presenza della persona amata e continua quindi a sentirsi in relazione con lei. Il dolore della perdita subita rimane, ma si stempera e il lutto si trasforma da lutto acuto nel cosiddetto lutto integrato.

INDUCED AFTER DEATH COMMUNICATION (IADC)

Le IADC sono ADC di cui si fa esperienza grazie a uno stato di ricettività mentale indotto da uno psicoterapeuta attraverso un'apposita procedura. Questa è stata sviluppata dallo psicologo americano Allan Botkin (2005) nel corso del suo lavoro clinico con i veterani di guerra del Vietnam affetti da disturbo da stress post-traumatico. La metodica deriva da...