

Evelyn Elsaesser Valarino

Nata a Berna (Svizzera), è il direttore della Biblioteca Giuridica dell'Università di Ginevra. Partecipa attivamente alla ricerca sulle esperienze di pre-morte da molti anni ed è autrice del libro "Dall'altro lato della Vita: esplorazione del fenomeno delle esperienze di pre-morte" (Insight Books-Perseus, 1997) pubblicato in varie lingue, fra cui il cinese, nel quale sostiene la valenza interdisciplinare delle NDE. Ha collaborato con il Prof. K. Ring per il suo ultimo libro "Lezioni dalla Luce: ciò che possiamo imparare dalle esperienze di pre-morte" (Insight Books-Perseus, 1998). Attualmente svolge attività di ricerca in collaborazione con esperti di tutto il mondo.

L'NDE NEGATIVA: IL ROVESCIO DELLA MEDAGLIA O IL LATO NASCOSTO DI UNA BELLA ESPERIENZA?

Abstract

Negative NDEs: the reverse of the medal or the hidden side of a beautiful experience? This is one of the few cases where the negative NDE issue is dealt with. Negative NDEs feature the psychological resistance of the person who endures the experience and are hard to be tackled by the researcher as well. It is a fact that researchers, consciously or unconsciously, generally prefer to deal with more reassuring evidences. Despite all that, negative NDEs are authentic experiences and the author provides many statistic data and reports on studies on the matter and thus underlines the importance of deeper researches on the phenomenon. Evelyn Valarino's analysis is well-grounded and accurate and it leads to conclude that further studies on the matter will enrich each of us whatever is the vision that we have during an NDE, be it hell or paradise.

Proceedings of the "Fifth International Congress on Borderland Experiences. Light and rebirth: the flight of death in the spiritual traditions of the third millennium". San Marino, May 11-13, 2001: 47-57.

Ho deciso di affrontare l'argomento delle NDE negative poiché non sono comuni e relativamente poco note al grande pubblico. Una NDE negativa è un'esperienza spaventosa e angosciante e, di conseguenza, non è piacevole né per colui che la vive e la racconta, né per chi l'ascolta, né per chi la studia.

Sicuramente le NDE positive sono infinitamente più gradevoli sia da vivere sia da raccontare, poiché si tratta di esperienze piene di meraviglia, di incontri con un essere della Luce di infinita bontà, di rivelazione dell'amore totale, di immersione nella conoscenza assoluta... In breve si può dire che uno dei motivi per cui si è cominciato ad occuparsi delle NDE negative soltanto alla fine degli anni '70 è proprio legato al fatto che è molto più stimolante studiare una NDE positiva che una di tipo negativo. Questo anche perché noi tutti vogliamo, più o meno consciamente, credere ad un aldilà così splendido come i racconti di coloro che hanno sperimentato una NDE ci lasciano immaginare. Ciò tuttavia nulla toglie all'autenticità dell'esperienza della morte imminente, perché è evidente che anche un desiderio può corrispondere ad una realtà. Perciò - come avremo modo di vedere - lo stimolo del ricercatore non è l'unico fattore da considerare per giustificare la minore conoscenza che si ha del fenomeno delle NDE negative.

Dati statistici

Purtroppo disponiamo soltanto di pochi dati percentuali relativi alle NDE negative e non si tratta neppure di cifre concordemente riconosciute da tutti². Kenneth Ring³ (1999) ha calcolato che il 5% delle NDE sperimentate sia di tipo negativo, Peter Fenwick⁴ (1999) parla invece di una percentuale del 4%.

È tuttavia indubbio che le NDE siano un fenomeno esistente e, per quanto non siano statisticamente molto significative, meritano la nostra attenzione per un duplice ordine di motivi. In primo luogo sarebbe troppo facile limitarsi ad analizzare il lato manifesto di una cosa: anche il lato nascosto deve essere studiato con la medesima attenzione. Inoltre lo studio delle NDE negative può sicuramente rivelarci alcuni aspetti, altrettanto appassionanti, delle NDE positive.

Che cos'è una NDE negativa?

Per trent'anni abbiamo parlato di NDE come di esperienze nelle quali si viene introdotti in un ambiente che irradia amore e luce, incontri e visioni paradisiache, sentimenti di felicità e di completa euforia. Recentemente però questa immagine idilliaca è stata offuscata da racconti di NDE stremiti e terrificanti, che gli studiosi chiamano "NDE negative". Queste esperienze hanno spesso connotazioni religiose e sono per esempio caratterizzate dalla visione dell'inferno, dall'incontro con una schiera di persone che marciscono in un posto orribile, sporco e scuro, esposti ad una calura insopportabile. Tali persone sono "viste" mentre tendono le braccia supplicando vanamente di ottenere un bicchiere d'acqua, condannati come sono a soffrire le pene dell'inferno all'infinito.

Ecco come un soggetto ha descritto la sua NDE negativa (Lindley, Bryan e Conley, 1981)⁵:
"Sono sceso là infondo! Tutto era nero e c'era gente che urlava, c'era del fuoco e loro volevano bere... D'improvviso siamo scesi ed era tutto scuro... Non era un tunnel, era qualcosa di più grande: era un tunnel enorme. Io scendevo fluttuando... Vedevo molte persone laggiù che piangevano e urlavano... Potevano essere circa un milione di persone... Domandavano da bere... Non avevano assolutamente più acqua... E Lui era là, con le sue piccole corna... L'ho subito riconosciuto. ... il diavolo in persona!"

Chi ha parlato per primo delle NDE negative?

Il cardiologo americano Maurice Rawlings è stato uno dei primi a parlare, nella sua opera "Beyond Death's Door" (1978)⁶, dei vari casi di NDE negative, descrivendo scene d'inferno, con persone che supplicavano l'equipe medica di assisterli durante la loro crisi pre-mortale e di non lasciarli cadere in quell'ambiente terrificante che chiamano inferno. Rawlings sosteneva che quasi

tutte le NDE emerse nei tentativi di suicidio fossero negative, ma ciò è stato chiaramente smentito da tutti gli studi successivi sull'argomento.

Sabom⁷⁸ (1979) e Ring (1980) hanno infatti avanzato delle riserve circa la fondatezza delle conclusioni di Rawlings, peraltro noto nell'ambiente per le sue convinzioni religiose fondamentaliste e per la sua metodologia quantomeno approssimativa, se non addirittura di dubbio valore scientifico. Tuttavia nessuno ha mai negato l'esistenza delle NDE negative e Margot Grey ha anzi affermato che *"la possibilità di incontri negativi, sebbene sia poco frequente, è comunque incontestabile"* (1985).

INTERPRETAZIONI DIVERSE L'esperienza si è interrotta troppo

presto

Personalmente ritengo che una NDE negativa sia un'esperienza che termina troppo velocemente ed in maniera inopportuna. Sappiamo che alcune esperienze comportano una sensazione di disorientamento, o addirittura di angoscia, legata al momento del distacco dal corpo materiale. All'improvviso il soggetto si trova fuori dal corpo, che vede anzi steso sotto di sé, e il non sapere se si è vivi o morti costituisce naturalmente uno choc o, per lo meno, una sensazione che scuote e che può causare grande stupore e immenso spavento. Sono d'accordo con Lindley, Bryan e Conley (1981) quando affermano che: *"Lo maggioranza dei casi di NDE negative iniziano da un momento di paura o di panico o anche dalla visione di creature irritate o impaurite. Eppure, ad un certo punto, si trasformano in esperienze positive in cui tutta la negatività si dissipa e si attende la prima tappa della morte (pace)"*.

La NDE "rovesciata"

Ring (1994) chiama NDE "rovesciata" una NDE che presenta esattamente le caratteristiche di una NDE positiva, ma è percepita come negativa da chi la sperimenta. Com'è possibile che ciò che è stato descritto come l'evento migliore della loro vita da parte di milioni di persone sia percepito in maniera negativa da altri per quanto si tratti di una percentuale trascurabile di persone? Forse la risposta ha a che vedere con l'ego e Greyson⁹ e Bu-sh¹⁰ la spiegano infatti così: *"Coloro che reagiscono in questo modo sono terrificati dall'idea di perdere il loro ego durante il processo (della morte). Perciò resistono strenuamente durante tutta l'agonia mentre è invece proprio quello il momento in cui dovrebbero lasciarsi andare. È proprio questa resistenza che crea quel senso di paura crescente che pervade tutta l'esperienza"*.

Il fatto di resistere, di rifiutarsi di lasciare la presa è certamente una delle chiavi di lettura che ci permette di spiegare il fenomeno delle NDE negative. Uno dei pazienti di Ring (1984) analizza da solo la sua esperienza ed arriva alla conclusione che il suo terrore della morte dell'ego è all'origine della sua NDE negativa. È interessante notare come questa donna si percepisca come se si stesse osservando dal di fuori: *"Si è prodotto un effetto come di una palla di neve. Tutta la mia energia affluiva all'interno e io sentivo in me una vitalità frenetica. Ho vissuto le pene dell'inferno e mai in tutta la mia vita ho provato un terrore così grande. Il mio ego stava morendo. Io sono stata pervasa da una terribile paura che mi consumava tutta. Il mio ego moriva in una lotta violenta e con enormi scompigli. La maggior parte dei miei ricordi di quel momento critico riguarda proprio la mia lotta e il mio terrore. Il paragone migliore che potrei fare è l'immagine di un bambino che è trascinato contro la sua volontà e che urla e scalcia durante tutto il tragitto..."*

Qualcuno stava osservando tutto ciò e quel qualcuno ero sempre io, eppure quell'io, nel senso in cui l'avevo sempre definito, era morto (l'ego). Tutto ciò era assai preoccupante eppure tutto era allo stesso tempo molto chiaro. Dopo aver preso coscienza di questo stato mi sono abbandonata a questa forza e mi sono detta 'Va bene mi arrendo, andrò là dove debbo andare con calma ed in silenzio', e allora ho sentito una presenza piacevole che mi circondava e mi penetrava. In quel momento sono arrivata in un luogo meraviglioso, pieno di pace, di assoluta armonia... "

Da questo racconto si capisce chiaramente che all'origine di questa NDE negativa ci sono due fattori: la paura ed il rifiuto di lasciare la presa. È interessante notare il grado di libertà nella decisione di questa donna: ella non è passiva in questo episodio, non subisce niente ma, al

contrario, è lei che decide il momento in cui accetta l'esperienza, ovvero quando dice "sì" al passaggio che le è proposto, liberamente e coscientemente. Dopo questa scelta vive una esperienza di premorte positiva e trascendente.

Si può dunque dire che la NDE "rovesciata" è provocata dalla paura, addirittura dal terrore, generato dalla prospettiva della morte dell'ego. Le persone che non sono capaci di lasciare la presa o che iniziano l'esperienza di premorte frenati da un violento timore, qualunque ne sia la causa, possono vivere delle NDE negative che tuttavia finiscono poi per sfociare nel percorso classico di una NDE positiva.

Cos'è "la morte dell'ego"?

Ring suggerisce che le NDE negative possano essere indotte dal rifiuto della persona di riconoscere che la propria personalità, spesso confusa con la propria identità, non è né reale né immortale. La parte che muore non è reale ma rappresenta soltanto il nostro attaccamento ad un'identità parziale. Senza esserne pienamente coscienti noi siamo parte di un'unità cosmica cui facciamo ritorno al momento del nostro passaggio - cioè al momento della morte - verso questa "altra dimensione". Eppure la nostra vita di tutti i giorni è regolata dall'ego e anche questa è una realtà: la realtà della nostra esistenza terrestre.

Ring (1991) la descrive così: *"...e noi ci portiamo dietro questo ego anche nelle prime fasi della NDE, quando ci attacchiamo ancora alla convinzione di essere individui unici e autonomi. Poco importa che l'e-go sia in fin dei conti un'illusione che genera l'erronea impressione di separazione, esso è comunque la lente attraverso la quale siamo abituati a guardare il mondo e non conosciamo niente di diverso. L'ego è anche un sistema difensivo e, pertanto, tendente a perpetuare la propria sopravvivenza. Non vuole mai assolutamente morire e quando si sente minacciato - salvo che non sia immediatamente e totalmente sopraffatto - userà tutti i mezzi per evitare l'annientamento. La Luce è il suo nemico ultimo perché, via via che questa penetra l'ego, questo diventa trasparente. La sua lotta si conclude quando la vera Luce del nostro essere - la nostra essenza primordiale e eterna - comincia ad irradiarsi. L'ultimo rifugio dell'ego, prima di arrendersi, è la barriera di paura che innalza per respingere la Luce"*.

Una persona che ha sperimentato tutto ciò, Bob Helm (1993), così descrive il fenomeno: *"Se noi possiamo abbandonare le nostre paure, possiamo allora immediatamente sperimentare la Luce... e ritornare là dove, spiritualmente, si suppone che noi siamo sempre. Per fare questo dobbiamo essere pronti a fare un lavoro di introspezione, a trovare la paura ed a scacciarla attraverso una riscoperta dell'interiorità, ad abbandonare il nostro attaccamento alla Terra. Perché se anche uno solo dei nostri pensieri è condizionato dalla paura non possiamo raggiungere questa luce: eppure è proprio a questa luce che noi dobbiamo la nostra origine"*.

Se si ammette che il nostro ego, per quanto sembri essere una parte integrante di noi stessi, non è che un'illusione destinata ad essere annientata nel momento in cui la nostra coscienza entra in un'altra dimensione, ci possiamo allora chiedere quale sia il valore da attribuire alla NDE negativa creata dall'ego.

Ring avanza la seguente ipotesi (1994): *"Secondo la mia interpretazione la paura tipica delle NDE negative è generata dall'ego umano, il quale, in ultima analisi, non è altro che una finzione priva di senso. Possiamo allora sostenere che le stesse NDE negative non sono altro che delle fantasie illusorie create dall'ego in risposta alla minaccia del proprio imminente annientamento. Questi diversivi comprensibili ed allo stesso tempo paurosi non resistono però a lungo alla potenza della Luce che è assoluta ed è anche, se la mia analisi è corretta, l'espressione stessa della realtà. Anzi è proprio la NDE trascendente, e non quella terrificante, che permette di conoscere la realtà ultima. Le NDE terrificanti riflettono semplicemente il fatto che l'inferno non è nient'altro che l'esperienza di un ego che, se creduto erroneamente separato dall'insieme di cui fa parte, si abbandona ad un combattimento fantasma"*.

La NDE infernale

Ting e Gray (1985) ritengono che le NDE infernali, ovvero quelle esperienze caratterizzate dalla visione di scene dell'inferno, non siano altro che delle versioni più intense delle NDE "rovesciate". Greyson e Bush non concordano con questa interpretazione e affermano che le NDE negative con connotazioni infernali non possono trasformarsi in NDE positive se non in

dipendenza delle modalità con cui si svolge l'esperienza.

Bruce Joel Robin (1990), sceneggiatore dei film "Ghost" e "La scala di Jacob", da un'interpretazione interessante delle NDE infernali: *"Il cie-lo e l'inferno sono la stessa cosa. Se hai paura di morire vivrai l'esperienza dei demoni che ti strappano la carne. Se invece aspetti la morte a braccia aperte vedrai allora degli angeli che ti liberano dalla tua carne"*.

Personalmente sono assolutamente d'accordo con quest'ultima interpretazione. Molti aspetti della NDE portano ad ipotizzare una grande libertà di decisione in colui che vive l'esperienza, il quale sembra comunque rimanere padrone del proprio destino. Il fatto che alla persona che sperimenta una NDE sia concesso di passare in rassegna la propria vita, per esempio, è cosa che le lascia totale libertà di giudicarsi da sola mentre è accompagnata dalla presenza rassicurante e benevola dell'Essere della Luce.

Anche il momento del ritorno alla vita - che avviene quando il soggetto visualizza una frontiera che può essere raffigurata da vari simboli - è spesso deciso dal soggetto stesso. Sono stati registrati moltissimi casi nei quali la persona ha la scelta sia di continuare il suo cammino verso la luce, e quindi di morire, sia di ritornare alla luce. Questa nozione di scelta mi fa anche pensare al Libro Tibetano dei Morti, che spiega appunto come sia il pensiero della persona morta a creare il suo stesso ambiente. È evidente che, a seconda della prospettiva in cui ci si pone, si può affermare che la nostra carne ci è stata strappata con violenza o, al contrario, che ne siamo stati finalmente liberati.

La NDE si affaccia su un vuoto privo di ogni significato

Gli studiosi hanno paragonato le esperienze di premorte che gettano l'individuo in un ambiente privo di ogni possibile significato alle NDE negative. In entrambi i casi il soggetto si trova di fronte a qualcosa di assurdo e crudelmente insignificante, e ciò per quanto si ribelli e tenti di provare che la sua vita ha un senso e che questo senso è reale.

Contrariamente alle NDE positive, che sembrano prodursi al di fuori di uno spazio temporale, quelle del tipo descritto si prolungano in maniera indefinita e insostenibile. Greyson e Bush hanno constatato che, a differenza di quanto accade nei casi di NDE "rovesciate", questo tipo di NDE non si trasforma mai in un'esperienza positiva mentre è in corso di svolgimento. Un caso commentato da Greyson e Bush (1992) illustra molto bene questo tipo di NDE negative, che sono particolarmente difficili da vivere tenuto anche conto che implicano una beffarda negazione dell'individuo che non ha alcuna possibilità di scappare da simile situazione.

Queste esperienze sono piene di alienazione metafisica, di solitudine e di disperazione. Una donna che ha vissuto una NDE durante un parto molto difficile ha scorto un piccolo gruppo di cerchi neri e bianchi che, ad un certo punto, si sono trasformati in cerchi a luce intermittente ed emettevano il seguente messaggio: *"La tua vita non è mai esistita. La tua famiglia non è mai esistita. Ti è stato semplicemente lasciato immaginare tutto...ma niente è veramente mai esistito. È stato uno scherzo... nient'altro che uno scherzo..."*. È importante ed interessante sottolineare che la maggior parte di queste esperienze si producano durante parti e sotto anestesia.

L'ipotesi prenatale

Nei lavori di Stanislav Grof¹¹ (1975, 1985, 1988) viene fornita un'interpretazione della coscienza prenatale che ci porta ad effettuare alcuni paralleli con le NDE negative. Christopher M. Bache¹² (1994) sostiene che i tre tipi di NDE negative - la NDE "rovesciata", quella infernale e quella che rappresenta un vuoto privo di senso - derivano tutte da uno stato di coscienza prenatale e che si differenziano fra di loro per il livello ma non per la natura.

Bache avanza l'ipotesi che la coscienza prenatale non sia costituita soltanto dal livello fetale ma sia composta da due aspetti: quello personale e quello transpersonale. Secondo la prospettiva personale la coscienza prenatale si mostra come la base dell'inconscio individuale, comprendente i frammenti mal digeriti di un'esperienza (la nascita) - che ha minacciato la nostra integrità fisica e psichica in maniera più grave di ogni altro evento che caratterizza la nostra vita post-natale. Questi ricordi risalgono ad un'epoca in cui l'individuo era particolarmente vulnerabile ed esposto all'ambiente che lo circondava.

Se si accetta la prospettiva transpersonale, invece, ci rendiamo conto di non essere degli individui autonomi così come pensavamo. Il livello prenatale rinforza l'identità di un individuo e, in

particolare, di un individuo la cui presa di coscienza non ha ancora investito le radici della sua esistenza e non ha ancora scoperto la sua connessione con l'unicità di tutta la vita.

In sostanza si può dire che le due esperienze, NDE e esperienza prenatale, hanno questo in comune: in entrambi i casi combattere l'esperienza non fa altro che intensificare l'angoscia è loro associata, mentre lasciandosi andare le si trasformano in esperienze transpersonali positive. Se il loro svolgimento viene tranquillamente accettato allora le due esperienze culminano nella morte dell'ego, cui segue una rinascita spirituale (Grof 1985).

L'ipotesi della repressione

È molto difficile raccontare una NDE negativa, perché l'individuo che la sperimenta può pensare di meritarsela e credere che la sua natura malvagia non poteva consentirgli di vivere altro che una esperienza negativa. Addirittura io credo che sia possibile che le NDE negative possano in ultima analisi essere represses e dimenticate più facilmente e con maggiore frequenza delle esperienze positive.

Ho discusso di questa ipotesi con Kenneth Ring durante un'intervista che è stata pubblicata, insieme ad altre, nel mio libro "Da una vita all'altra" ¹³ (1999). Ho chiesto a Kenneth Ring se riteneva possibile che esistessero molte più NDE negative di quelle di cui si ha generalmente notizia, dato che potrebbero infatti essere semplicemente dimenticate e rifiutate da un inconscio incapace di confrontarsi con esse. Così Ring mi ha risposto: *"Sono tentato di azzardare un parallelo con le droghe psichedeliche. Le esperienze psichedeliche sono spesso spiacevoli, paurose e terrificanti. Ma non c'è nessun indizio che ci possa indicare che tali esperienze siano rifiutate non appena si verificano: anzi, rimangono accessibili per un certo tempo nella coscienza. Non credo che la psicodinamica di una NDE sia molto diversa. È chiaro che in certi casi i soggetti possano dimenticare l'esperienza, ma ve ne sono altri nei quali è risultato evidente che la persona in punto di morte stava vivendo un'esperienza positiva. Alcuni testimoni raccontano che sul viso di persone che stanno per morire è apparsa una espressione quasi d'estasi, però quando poi queste persone sono state interrogate in alcuni casi si è riscontrato che non si ricordavano più di niente. Ciò significa che non sono solo le NDE negative a poter essere rifiutate, ma possono esserlo anche quelle positive, forse perché non si adattano allo schema di pensiero della persona che ha vissuto l'esperienza"*.

L'NDE negativa è una NDE meritata?

Che ipotesi terribile! Potrebbe dunque la storia della nostra vita determinare le condizioni del nostro passaggio nell'"altro mondo", insieme alle note concezioni di colpa, di peccato, di regolamento di conti e di punizione? Io non credo! Sarà semmai il contrario, e non ci sarà spazio per sensi di colpa e per i rimproveri ma solo per l'amore e la rivelazione di tutte le cose, delle cause e degli effetti dei nostri atti, parole e pensieri.

Io piuttosto sarei incline a pensare che l'immagine di noi stessi potrà alla fine giocare un ruolo fondamentale durante l'NDE. Credo che una persona molto angosciata, turbata, in crisi ulteriore e attanagliata dai sensi di colpa, potrà avere difficoltà a lasciarsi andare all'esperienza della morte, a lasciare la presa e ad aprirsi all'esperienza totalizzante della NDE. Può darsi allora che l'esperienza venga rifiutata nell'idea che non è stata meritata e che non si è degni di un'esperienza positiva irradiante bellezza e amore.

Bache (1994) dà invece una interpretazione diversa e, pur tuttavia, interessante di questa problematica. Scrive così: *"Una NDE terrificante non è una NDE alternativa, bensì una NDE incompleta. Non si tratta necessariamente di un riflesso di moralità dell'individuo, ma piuttosto dell'incontro con una delle strutture più profonde della psiche, struttura che è universalmente distribuita fra tutti gli esseri umani. Il fatto che una persona piuttosto che un'altra sia portata a confrontarsi con essa ha senza dubbio più a che fare con la forza e l'intensità della NDE medesima piuttosto che con la persona che vive l'esperienza di morte: tuttavia deve essere ancora identificata la maggioranza dei fattori dei quali si deve tener conto"*. Siamo dunque giunti al termine di questa panoramica preliminare, e in qualche modo parziale, dello stimolante fenomeno delle NDE negative, ovvero "il rovescio della medaglia". Ci vorranno molte altre ricerche e sicuramente altre testimonianze per poter iniziare anche solo a formulare una spiegazione. Lo studio delle NDE, sia positive sia negative, è infatti una sfida formidabile che ci appassiona tanto

più in quanto non si lascerà mai disvelare completamente. D'altra parte soltanto una domanda che per definizione è destinata a rimanere senza una risposta definitiva possiede il potere magico di spingere il nostro pensiero verso i confini estremi, e di sublimarlo. L'NDE fornisce dei frammenti e degli indizi di valore inestimabile per imparare a conoscere la nostra vita, vita che talvolta è piacevole, spesso difficile e comunque sempre piena di domande e di speranze incerte. Ma basta ascoltare coloro che hanno provato tale esperienza perché i tasselli del mosaico della vita comincino a collocarsi al loro posto, lentamente ma inesorabilmente: le cose prendono la loro vera dimensione, il loro valore reale diventa chiaro e il senso della vita traspare.

L'esperienza NDE ci arricchisce e ci trasforma durante il percorso della sua esplorazione... che è ben lontano dall'essere completato!

Note

¹ Il termine francese "expériences" ricalca quello utilizzato dalla letteratura angloamericana ed indica una persona che ha vissuto un'esperienza di pre-morte.

² Tutti gli autori qui citati lavorano nel campo della ricerca sulle NDE.

³ Professore Emerito di Psicologia, Università del Connecticut, USA.

⁴ Neuropsichiatra, Consulente del Maudsley Hospital e Radcliffe Infirmary, Inghilterra.

⁵ Tutte le citazioni degli autori angloamericani menzionati in questo articolo sono state tradotte da Evelyn Elsaesser-Valarino.

⁶ Pubblicato in francese col titolo: "Au-delà des portes de la mort", 1979.

⁷ Cardiologo presso il Northside and Saint Joseph's Hospitals, Atlanta, USA.

⁸ Psicoioga inglese.

⁹ Professore di psichiatria, Università della Virginia, USA.

⁰ Scrittrice, editrice e consulente religiosa.

¹ Ricercatore polacco emigrato negli Stati Uniti, fondatore della "psicologia transpersonale" e delle tecniche di "respirazione ologica".

² Professore di filosofia e di studi religiosi, Youngstown State University, USA.

^B "Da una vita all'altra: alcuni scienziati studiano il fenomeno delle esperienze di pre-morte", Parigi, Albin Michel/Dervy Livres, 1999.

Bibliografia

Fenwick Peter, Fenwick Elizabeth, *The truth in the light: an investigation of over 300 near-death experiences*, New York: Berkeley Books, 1997.

Grey Margot, *Beyond death: the near-death experience*, Master's thesis, Keene UK: Antioch University, 1983.

Grey Margot, *The near-death experience: its place in humanistic psychology*, Keene UK: Antioch University, 1983.

Grey Margot, *Return from death: an exploration of the near-death experience*, London: Arkana, 1985.

Greyson Bruce, Flynn Charles P. (eds.), *The near-death experience: problems, prospects, perspectives*, Springfield IL: Charles C. Thomas, 1984.

Grof Stanislav, *Beyond death: the gates of consciousness*, New York: Thames and Hudson, 1980.

Grof Stanislav, Bennet H.Z., *The holotropic mind: the three levels of human consciousness and how they shape our lives*, San Francisco: Harper, 1990.

Grof Stanislav, *Le jeu cosmique: exploration et confins de la conscience humaine*, Monaco: Ed. du Rocher, 1998. Trad. de: The cosmic game.

Rawlings Maurice S., *Au-delà des portes de la mort*, Paris: Pygmalion, 1979. Trad. de: Beyond death's door.

Rawlings Maurice S., *Beyond death's door*, Nashville TN: Thomas Nelson, 1978.

Rawlings Maurice S., *To hell and back: life after death - startling new evidence*, Nashville TN: Thomas Nelson, 1993.

Ring Kenneth, *En route vers Omèga*, Paris: Robert Laffont, 1983. Trad. de: Heading toward Omega.

Ring Kenneth, *Heading toward Omega: in search of the meaning of the near-death experience*, New York: Morrow, 1984.

Ring Kenneth avec la collab. d'Evelyn Elsaesser-Valarino, *Lessons from the light: what we can learn from the near-death experience*, Reading MA: Perseus Books, 1998

Ring Kenneth, *Life at death: a scientific investigation of the near-death experience*, New York: Coward, McCann and Geoghegan, 1980.

- Ring Kenneth avec la collab. de Sharon Cooper, *Mindsight*, Palo Alto CA.: Institute of transpersonal psychology, 1999.
- Ring Kenneth, *Omega project: near-death experiences, UFO encounters, and mind at large*, New York: Morrow, 1992.
- Ring Kenneth, *Sur la frontière de la vie*, Paris: Robert Laffont, 1982. Trad. de: Life at death.
- Rinpoche Sogyal, *Le Livre Tibétain de la vie et de la mort*, Paris: La Table Ronde, 1993. Trad. de: The Tibetan book of living and dying.
- Sabom Michael, *Light and death: one doctor's fascinating account of near-death experiences*, Grand Rapids MI: Zondervan Publishing House, 1998.
- Sabom Michael, *Recollections of death: a medical investigation*, New York: Harper and Row, 1982.