

# Kuolemanraajakokemuksen vaikutus kokijan spiritualiteettiin - Tutkimus suomalaisten kuolemanraajakokemuksista

**Miia Kontro**

Itä-Suomen yliopisto

## Abstrakti

Kuolemanraajakokemukset ovat viime vuosina olleet pinnalla erityisesti mediassa. Kuoleman rajalla käyneiden kertomukset herättävät monissa sekä epäilyä että kiinnostusta. Tutkimuksia kuolemanraajakokemusten sisällön eri variaatioista löytyy lääketieteen, psykologian ja uskontotieteen alalta, mutta tutkimus on usein keskittynyt itse ilmiöön, ei kokijaan tai jälkivaikutuksiin. Kokijan hengellisyyteen ja jumalakuvaan liittyvistä muutoksista huolimatta ilmiötä ei ole teologian alalla laajasti tutkittu. Myös suomalainen tutkimus kuolemanraajakokemuksista on hyvin vähäistä.

Tutkimusraportti perustuu narratiivisella tutkimusotteella tehtyyn tutkimukseen, jota varten haastateltiin 21 kuolemanraajakokemuksen kokenutta henkilöä. Tutkimustehtävänä oli selvittää, millaisia merkityksiä kokija on antanut omalle kuolemanraajakokemukselleen ja miten kokijan kuolemanraajakokemukselleen antamat merkitykset ovat vaikuttaneet hänen spiritualiteettiinsa.

Tutkimusaineiston 21 kuolemanraajakokemusta valikoituivat Greysonin NDE-asteikossa määritellyn raja-arvon mukaisesti. Näin aineiston kokemukset olivat sisällöltään ja tulkinnaltaan tarpeeksi syvälle ulottuvia ja monipuolisia.

Aineiston kategoris-sisällöllisessä analyysissä erottui kolme merkitysryhmää liittyen kuolemanraajakokemuksen henkilökohtaiseen merkityksenantoon: 1) kuolemanraajakokemus vahvistuksena uskomuksille, 2) kuolemanraajakokemus valmistuksena kuoleman kohtaamiseen sekä 3) kuolemanraajakokemus ei-hengellisenä kokemuksena. Holistis-sisällöllisessä analyysissä tarkasteltiin kokijan

kertomusta, jolloin löytyi uusi tapa ryhmitellä kertomukset sen mukaan, miten kuolemanraajakokemus vaikutti kokijan spiritualiteettiin: 1) suuntautuminen kristinuskoon, 2) avarakatseisuus ja 3) ei muutosta. Kristinuskoon suuntautuneiden ryhmälle tunnusomaista oli kuolemanraajakokemuksen tulkinta kristillisestä näkökulmasta sekä lisääntynyt kiinnostus kristinuskoa ja kirkon toimintaa kohtaan. Avarakatseisuuteen suuntautuneiden ryhmässä kuolemanraajakokemuksen merkittävin jälkivaikutus oli suvaitsevaisuus erityisesti muita uskontoja kohtaan. Molemmissa ryhmissä kuolemanraajakokemus koettiin joko vahvistuksena uskomuksille tai valmistuksena kuoleman kohtaamiseen. Ei muutosta -ryhmässä, jossa kuolemanraajakokemusta ei koettu hengellisenä kokemuksena, kokemuksella ei ollut vaikutusta spiritualiteettiin. Toisin kuin kristinuskoon ja avarakatseisuuteen suuntautuneissa ryhmissä, ei muutosta -ryhmässä esiintynyt samanlaista ristikkäisyyttä merkityksen ja vaikutuksen välillä.

Tutkimus tarjoaa erilaisia näkökulmia siitä, millaisia jälkivaikutuksia kuolemanraajakokemuksella voi olla kokijalle. Tämä voi helpottaa eri alojen ammattilaisia kohtaamaan asiallisesti kuolemanraajakokemuksen kokeneen henkilön sekä suhtautumaan kuolemanraajakokemukseen ammatillisesti.

Asiasanat: Kuolemanraajakokemus, ruumiistairtautumiskokemus, spiritualiteetti, narratiivinen tutkimus

## Johdanto

Kuolemanraajakokemuksella tarkoitetaan kokemusta, jossa ihminen on käynyt lähellä kuolemaa tai elämän ja kuoleman rajalla esimerkiksi onnettomuuden tai sairauskohtauksen seurauksena (Ring 1980). Kuolemanraajakokemus määritellään useimmiten Raymond Moodyn (1975) hahmotteleman 15 piirteen mukaan: 1) kuolemaa on mahdoton kuvailla sanoin, 2) oman kuolinduutisen kuuleminen, 3) rauhan ja hiljaisuuden tunne, 4) äänten kuuleminen, 5) pimeä tunneli, 6) ruumiista irtautuminen, 7) muiden kohtaaminen, 8) valo-olennon kohtaaminen, 9) elämän kertaus, 10) raja, josta ei voi mennä eteenpäin, 11) paluu, 12) kokemuksesta kertominen muille, 13) kokemuksen vaikutus myöhempään elämään, 14) uusia

näkemyksiä kuolemasta, 15) vahvistus esimerkiksi siitä, mitä leikkaussalissa tapahtui, kun henkilö oli jo todettu kuolleeksi. Else Korhosen (2006) tutkimus kuitenkin osoittaa, että Moodyn luoma tyyppitarina ei toistu kaikissa kuolemanraajakokemuksissa. Jokainen kuolemanraajakokemus on ainutlaatuinen, vaikka yhteisiä piirteitä löytyykin.

Useimmat nykytutkimukset käyttävätkin kuolemanraajakokemuksen syvyyden ja aitouden määrittelyn apuna Greysonin (1983) kehittämää NDE-asteikkoa. Asteikossa kuolemanraajakokemusten eri osatekijät on luokiteltu *kognitiivisten*, *affektiivisten*, *paranormaalien* ja *transsendenttien* piirteiden mukaan (taulukko 1).

#### Kognitiiviset piirteet

- muuttunut ajantaju
- kiihtynyt ajatustoiminta
- elämän kertaaminen
- yhtäkkäinen ymmärrys

#### Affektiiviset piirteet

- rauhan tunne
- oleminen valon ympäröimänä
- ilon tunne
- kosmisen ykseyden tunne

#### Paranormaalit piirteet

- oleminen kehon ulkopuolella
- aistiherkkyys
- yliaistilliset havainnot
- tulevaisuuden näyt

#### Transsendentit piirteet

- kokemus tuonpuoleisesta
- edesmenneiden kohtaaminen
- mystisen tai uskonnollisen olennon kohtaaminen
- raja, jonka ylitettyään ei voi palata

#### **Taulukko 1.**

Kuolemanraajakokemusten piirteitä Greysonin mukaan (Zingrone & Alvarado 2009, 20; Greyson 1983, 372–373).

Kuolemanraajakokemus voidaan määritellä kahdella tavalla: voidaan painottaa fysiologisen kuoleman läheisyyttä välttämättömänä ehtona tai rajakokemus voidaan määrittää siihen liittyvien fenomenologisten piirteiden avulla (Näreaho 2015, 61). Kuolemanraajakokemukselle tyypillisiä piirteitä voi siis kokea, vaikkei kävisikään lähellä kuolemaa. Kokijat saattavatkin saada kuolemanraajakokemuksen esimerkiksi nukkuessaan, pyörtyneenä, kesken meditoinnin tai ollessaan huumeiden tai alkoholin vaikutuksen alaisena (Charland-Verville & Jourdan & Thonnard & Ledoux & Donneau & Quertemont & Laureys 2014). Vertailu hengenvaarassa olleiden kuolemanraajakokemuksiin osoittaa, että kokemukset sisältävät keskenään samanlaisia elementtejä. Kuolemanraajakokemus voi siis tulla myös täysin fyysisesti ja psyykkisesti terveelle ihmiselle ilman normaalista poikkeavaa tilannetta. Tutkimukset ovat myös osoittaneet, että ihmiset, jotka ovat kokeneet kuolemanraajakokemuksen, eivät ole enempää tai vähempää psyykkisesti sairaita kuin muut. (Engmann 2014, 94–95, 113.) Engmannin mukaan prospektiivisissä tutkimuksissa kuolemanraajakokemusten esiintyvyys kliinisestä kuolemasta selvinneiden keskuudessa on 20–25 prosenttia ja retrospektiivisissä tutkimuksissa jopa 50 prosenttia (Engmann 2014, 71).

Valtaosa kuolemanraajakokemuksista on miellyttäviä, mutta myös epämiellyttäviä kokemuksia, joissa kokija tuntee pelkoa, syyllisyyttä, paniikkia, yksinäisyyttä tai epätoivoa, esiintyy. Bush (2009, 70–71, 80–81) epäilee, että negatiivisten kokemusten vähäisyys selittyy sillä, mitä kokijalta kysytään, kuka kysyy ja mitä tutkija on tutkimassa. Ihmiset myös kertovat todennäköisemmin positiivisista kuin negatiivisista kokemuksistaan. Monelle negatiivisista kokemuksista kertominen saattaa myös olla vaikeaa, ja tutkimushaastattelu saattaa olla huonosti ajoitettu hetkeen, jolloin kokijalla on kokemuksen prosessointi vielä kesken (Lommel & Wees & Meyers & Elfferich 2001, 2043).

Kuolemanraajakokemuksia on yritetty selittää erilaisilla psykologisilla, fysiologisilla, neurokemiallisilla ja neuroanatomisilla teorioilla (Greyson & Kelly & Kelly 2009, 214–220). Niitä on usein myös epäilty hallusinaatioiksi. Kuolemanraajakokemukselle on

kuitenkin tyypillistä, että muistikuvat kokemuksesta pysyvät elävinä, kun taas hallusinaatiossa ne hämärtyvät ajan kuluessa. Myös kokemuksen sisältö on ollut ymmärrettävä, kun taas hallusinaatiossa sisältö vaikuttaa epätodelliselta. (Holden 2009, 202.)

Kuolemanrajakokemuksista on lukuisia kansainvälisiä tutkimuksia, joissa kokemuksia on kerätty ja kartoitettu systemaattisesti (Masumian 2009). Koska erityisesti teologian alalla kuolemanrajakokemuksia on tutkittu vähän ja yliluonnollisten ilmiöiden tutkimus on keskittynyt pääasiassa keskiajan kristilliseen mystiikkaan, on tärkeää, että tätä mielenkiintoa herättävää ilmiötä tutkitaan tieteellisin keinoin ja alalla, jota se läheisesti koskettaa. Tässä tutkimuksessa kuolemanrajakokemuksen käsitteellä tarkoitetaan sekä ruumiista irtautumista että niin sanotun kuoleman rajan ylittämistä, ja se määritellään fenomenologisten piirteiden, ei fysiologisen kuolemanläheisyyden, perusteella. Spiritualiteetti-käsitteen alle mahdutan sekä uskonnollisuuden, hengellisyyden että henkisyyden.

### **Tutkimustehtävä ja -kysymykset**

Tutkimustehtävänä on selvittää, millaisia vaikutuksia kuolemanrajakokemuksella on kokijan spiritualiteettiin. Tutkimustehtävää lähestytään narratiivisesti, kokijan oman kertomuksen kautta. Pääpaino ei ole kuitenkaan itse kertomuksessa vaan kokemukselle annetuissa merkityksissä ja niiden vaikutuksissa. Tutkimuskysymyksiä ovat:

- a. Millaisia merkityksiä kokija on antanut omalle kuolemanrajakokemukselleen?
- b. Miten kokijan kuolemanrajakokemukselleen antamat merkitykset ovat vaikuttaneet hänen spiritualiteettiinsa?

## Aineiston keruu ja analyysi

Tutkimuksen tutkimusaineisto koottiin haastattelemalla ihmisiä, jotka ovat kokeneet kuolemanraajakokemuksen. Haastateltavia etsin sosiaalisen median, yhdistysten verkkolehtien ja ilmoituskanavien kautta sekä painettujen lehtien ja omien kontaktien avulla. Ilmoituksessa etsittiin kuolemanraajakokemuksen kokeneita tutkimukseen ilman, että kuolemanraajakokemusta määriteltiin fenomenologisten tai fysiologisen kuolemanläheisyyden perusteella (liite). Haastateltavia löytyi lopulta 26, joista 21 otin mukaan tutkimusaineistoon. Suurin osa haastatelluista on ollut lähellä kuolemaa - tai jopa kliinisesti kuollut ja elvytetty - sairauskohtauksen tai leikkauksen takia. Haastatteluja tehdessä perusolettamuksena on ollut, että sairaus tai leikkaus, josta haastateltava kertoo, on todella tapahtunut. Näitä tietoja ei ole tarkastettu esimerkiksi sairauskertomuksista. Aineiston rajauksessa käytin ohjaavana välineenä Greysonin NDE-asteikkoa, joka on yleisesti käytetty kansainvälisissä tutkimuksissa. Asteikossa kuolemanraajakokemuksen syvyyttä mitataan 16 kysymyksen avulla, jotka käsittelevät kuolemanraajakokemuksen piirteitä ja tuntemuksia, ja vastausvaihtoehdot näiden kokemusten intensiivisyyttä. (Zingrone & Alvarado 2009, 20; Greyson 1983, 372-373.) Haastateltava ei ole itse täyttänyt kyselyä, vaan asteikkoa on käytetty välineenä haastattelussa mittaamassa kokemuksen syvyyttä. Tapaukset, joissa kuolemanraajakokemus ei ole ollut tarpeeksi syvä Greysonin NDE-asteikon mukaan, olen rajannut tutkimuksen ulkopuolelle. Tutkimuksen lähtökohtana on, että kuolemanraajakokemus on kokijalle todellinen kokemus ja pääpaino on kokemuksen jälkivaikutuksissa, ei ilmiössä itsessään.

Haastattelut toteutettiin teemahaastatteluina. Haastattelurungon lisäksi käytin haastattelun tukena Greysonin kehittämän NDE-asteikon kysymyksiä, omia tutkimuskysymyksiäni sekä tekemääni taulukkoa, johon keräsin perustietoja haastateltavista (taulukko 2).

Tunniste	R=ruumiista irtautuminen/ Krk= kuolemanrajakokemus	Kokemus pos/neg/neutr	H=hengenvaara/ E=ei hengenvaaraa	S=sairauskoht./ L=leikkaus/ E=ei selitystä/I= itsemurhayritys	NDE
H1	krk	pos	H	L	17
H2	r	pos	H	S	10
H3	r	pos	E	S	8
H4	krk	neg	H	L	8
H5	krk	pos	E	S	14
H6	r	neutr	H	S	7
H7	krk	pos	E	E	18
H8	krk	pos	H	I	11

## Taulukko 2. Näyte taulukosta, johon keräsin perustietoja haastateltavista.

Lopulliseen aineistoon karsiutuneista 21 haastatellusta viisi on miehiä ja 16 naisia. Sukupuolen ja kuolemanrajakokemuksen syvyyden kanssa ei kuitenkaan ole havaittavissa eroja, vaikka useat tutkijat ovatkin päätyneet siihen, että naisten kuolemanrajakokemukset olisivat miesten kokemuksiä syvempiä (Holden & Long & MacLurg 2009, 116). Valtaosa haastatelluista oli eläkeikäisiä. Suurin ikäryhmä oli 70–79-vuotiaat, johon kuului 11 henkilöä. Alle 40-vuotiaita oli vain yksi haastatelluista. Ikä kuolemanrajakokemuksen aikaan jakautui tasaisemmin 9–76 ikävuosien välille. Kuolemanrajakokemukset ovat siis pääsääntöisesti tapahtuneet huomattavasti aiemmin elämässä, ei lähimenneisyydessä.

Tutkimusaineistoon valikoituneista kokemuksista kuolemanrajakokemuksia oli 17 ja ruumiistairtautumiskokemuksia neljä. Tutkimuksen kannalta epäolennaisia asioita kuten sosioekonomista statusta, koulutusta tai ammattia ei otettu huomioon, vaikka useimmissa haastatteluissa nämä seikat tulivatkin ilmi. Tutkimusten mukaan näillä tekijöillä ei ole vaikutusta kuolemanrajakokemuksen todennäköisyyteen tai sen sisältöön (Engmann 2014, 49).

Narratiivisen aineiston analyysiin on kehitetty monia eri tapoja, joista omassa tutkimuksessani hyödynsin Lieblichin ym. holistis-sisällöllistä ja kategoris-sisällöllistä analyysia. Analyysin suuritöisin vaihe oli haastattelujen litterointi eli äänitysten purkaminen tekstiksi. Etsin litteroiduista haastatteluista ilmaisuja, jotka kuvasivat kokijan antamia merkityksiä, jonka jälkeen pelkistin ilmaukset yksinkertaisempaan muotoon ja ryhmittelin samantapaiset ilmaukset omiin kategorioihinsa. Koska ensimmäisenä tutkimuskysymyksenäni oli, millaisia merkityksiä kokija on antanut omalle kuolemanraajakokemukselleen, aloitin analysoinnin kategoris-sisällöllisellä analyysillä, joka vastaa perinteistä sisällönanalyysia. (Lieblich ym. 1998, 12-14, 112-114.)

Holistis-sisällöllisen analyysin avulla oli mahdollista keskittyä kertomukseen kokonaisuutena ja löytää kertomuksen sisällöstä vastaus toiseen tutkimuskysymykseen: miten kokijan antamat merkitykset ovat vaikuttaneet hänen spiritualiteettiinsa. Analyysin ensimmäisessä vaiheessa luin litteroidut haastattelut huolella läpi monta kertaa, kunnes niistä nousi esille kokemuksen kannalta merkittäviä ilmauksia. Nämä ilmaukset merkitsin värillisin kynin ja kiinnitin huomiota erityisesti kertomuksen kulkuun ja siihen, miten kokija tulkitsi spiritualiteettiaan ennen ja jälkeen kuolemanraajakokemuksen.

## Tulokset

### *Kuolemanraajakokemuksista johdetut kolme merkitystä*

Kategoris-sisällöllisen analyysin perusteella syntyi kolme ryhmää. Ensimmäisessä ryhmässä kuolemanraajakokemus vahvistuksena uskomuksille, jolloin kokemus on vahvistanut kokijan aiempia käsityksiä kuolemasta, tuonpuoleisesta tai ylikuonnollisen olemassaolosta. Toisessa ryhmässä kuolemanraajakokemus on toiminut valmistuksena joko oman tai läheisen kuoleman kohtaamiseen. Kolmannessa ryhmässä



kuolemanraajakokemusta ei ole pidetty hengellisenä kokemuksena, vaan kokija on pitänyt sitä seurauksena hengenvaarallisesta tilanteesta.

### *Kuolemanraajakokemus vahvistuksena uskomuksille*

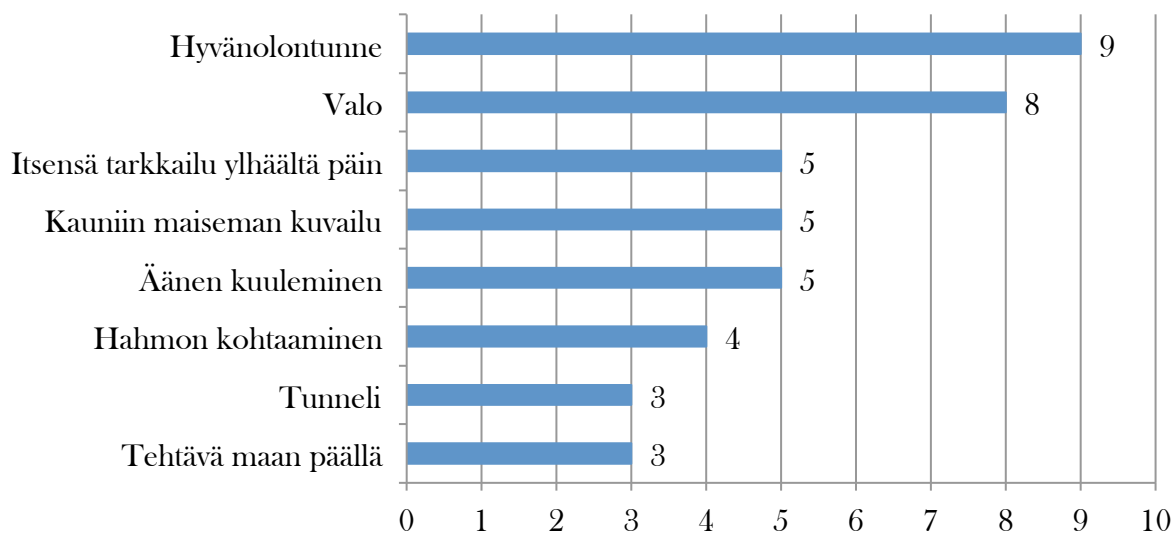
Tutkimusaineistossani kuolemanraajakokemuksesta vahvistuksena uskomuksille kerrotaan määrällisesti eniten (11 kokijaa). NDE-asteikon mukaan määriteltynä nämä kokemukset ovat muiden ryhmien kokemuksiin verrattuna syvempiä: vahvistuksena uskomuksille -ryhmän NDE-keskiarvo on 12,8, valmistuksena kuolemankohtaamiseen -ryhmän 12,4 ja ei-hengellinen kokemus -ryhmän 11. Tämä tukee Khannan ja Greysonin (2014b, 1605–1615) tutkimusta siitä, että mitä syvempi kokemus kokijalla on ollut, sitä suurempi vaikutus sillä on kokijaan.

Kokemusten syvyys näkyy kertomusten kuvailussa. Kertomukset poikkeavat toisistaan, mutta sisältävät yhteisiä piirteitä (kuvio 1). Yhdeksän kokijaa kertoo rauhallisuuden ja rakkauden tunteista, levollisuudesta ja hyvästä olost, mikä on yleistä myös kansainvälisissä tutkimuksissa (Khanna & Greyson 2014a, 302–309). Lähes yhtä moni kertoo valon ja kirkkauden kokemisesta. Kokijoista viisi on tarkkaillut itseään ylhäältä päin seuraten mahdollisesti samalla hoitohenkilökunnan tai muiden ihmisten toimintaa.

*Se kokemus oli sellanen, että mä niin kuin olin irtaantunut mun ruumiista niin, että mä katsoin jostakin ylhäältä ja mä näin, että mä makaan siinä ambulanssin paareilla ja isä istuu siinä, kun siinä on yksi paikka siinä vieressä. Isä on antanut mulle päälle semmosen hänen oman ruskean irtotakkinsa ja mä muistan sen aivan selvästi, millainen se takki oli. Sellaiset ruskeat ruudut ja keltasta oli siinä ja se tuoksui isältä se takki. -- Se oli niin kirkas ja selvä se tunne, että tähän mä haluaisin jäädä. Ja sitten kun se alkoi mennä ohi ja se paluu tuli takaisin ja se kuva himmeni -- mä näin itseni hämmästyneenä, että mitä mulle on tapahtunut. (H3)*

Kristilliseen kulttuuriin liittyviä piirteitä esiintyy kahdessa kuolemanraajakokemuksessa. Vaikka tutkimusten mukaan kokijan uskonnollisella taustalla ei ole yhteyttä kuolemanraajakokemuksen sisältöön, omassa aineistossani molempien kokemusten kristillinen sisältö on vahvasti sidoksissa kokijan aiempiin uskomuksiin (Holden & Long & MacLurg 2009, 116).

*Sen tajus, että olen taivaassa, että pääsi sinne. Kaikki kivut hävis ja --- et just kerkesin ajatella, et ihanaa, et mie olen taivaassa. Sitten se, missä se alttaritaulu oli, niin se oli ihanaa se vaalea valo ympäriltä. --- Sellainen ihana vaalea valo sitte kaiken aikaa ja --- siellä loisti Herran valo. Kun näki sen alttaritaulun ja sen valon, niin ties heti, että ahaa, siellä on Taivaan isä, että juttelemassa siellä niin niin. (H1)*



**Kuvio 1.** Kuolemanraajakokemusten yleisimmin mainitut piirteet, kun kokemus on ollut vahvistus uskomuksille (N=11).

Ruumiistairautumiskokemus on ollut kahdella kokijalla, kun taas toisessa todellisuudessa uskoo käyneensä yhdeksän kokijaa. Kuolemanraajakokemukseen on seitsemällä kokijalla johtanut sairauskohtaus, kolmella leikkaus ja yhdellä itsemurhayritys. Hengenvaarassa kuolemanraajakokemuksen aikana on ollut seitsemän kokijaa, joista yksi kuvailee kokemustaan seuraavasti:

*Kaikista vaikuttavin tilanne oli, mä olin hyvin laajassa tilassa --- joku valtava laakso, jossa taustalla oli jotain vuoria, mut se oli valo. Hyvin voimakas valo, mut ei mikään häikäisevä. Se oli niin kuin väreilevä valo, et mä aattelin niin kuin elävä valo. Siin oli tämmönen ääni läsnä, hahmoa mä en nähnyt, mut se oli hyvin selkeä ääni. Tätä valoa kohti lensi kipinöitä hyvin hitaasti ja tunnelma oli valtavan miellyttävä ja hieno ja rakkaudellinen. Aattelen jälkeinpäin, etten mä oo ikinä kokenut mitään näin miellyttävää. --- Sitten tää keskustelu meni siihen, et mä olin jonkinlaisen valintatilanteen edessä, että jatkaisinko mä matkaa sinne suuntaan vai palaisinko mä vielä tänne maan päälle. (H15)*

Aineistosta nousseet teemat voidaan jakaa kahdeksi alakategoriaksi sen mukaan, miten kokija ensisijaisesti tulkitsee omaa kokemustaan (kuvio 2). Hengellisyyden yksilökohtainen vahvistuminen kuvastaa muun muassa niitä uskomuksia, joita kokijalla on ollut ennen kuolemanrajakokemustaan. Erityisesti usko tuonpuoleisen olemassaoloon on vahvistunut kokemuksen ansiosta. Aineistosta nousee esille myös käsitys elämästä henkisenä kasvuna ja mahdollisuutena oppia. Kuolemanrajakokemuksen merkitys hengellisyyden sosiaalisena vahvistumisena sisältää ajatuksen toisten ihmisten auttamisesta ja hyvän tekemisestä. Kuolemanrajakokemuksen merkitys nähdään myös siinä, että toisen todellisuuden tai korkeamman voiman olemassaolosta pitäisi kertoa muille.

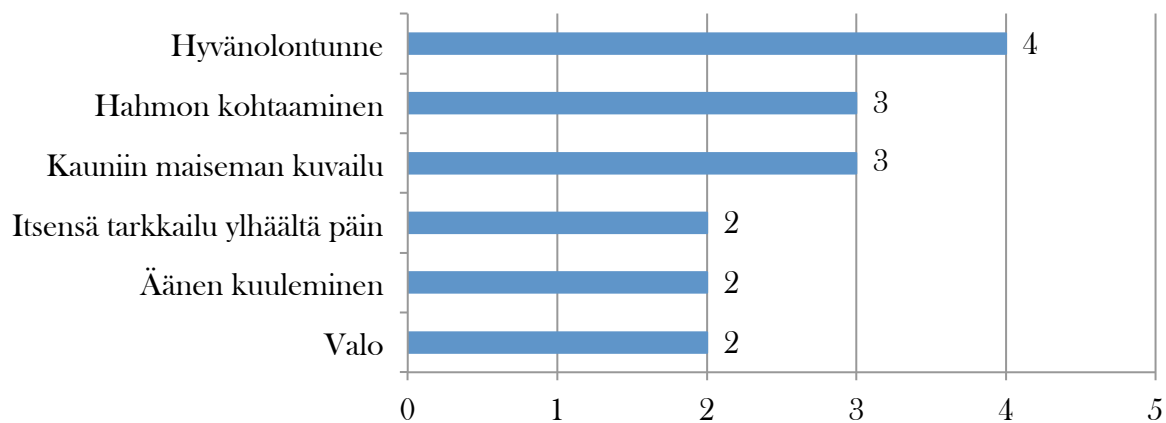


**Kuvio 2.** Kuolemanrajakokemuksen kokeminen vahvistuksena uskomuksille.

*Kuolemanraajakokemus valmistuksena kuoleman kohtaamiseen*

Toisessa merkityksenantoryhmässä kuolemanraajakokemus koetaan valmistuksena kuoleman kohtaamiseen. Tähän ryhmään kuuluu viisi kokijaa, joista kaikki ovat naisia. Kertomukset ovat sisällöltään rikkaita ja niillä on ollut voimakas vaikutus kokijaan. Kuolemanraajakokemukset sisältävät keskenään hyvin samankaltaisia piirteitä, joita kokijat ovat kuvanneet yksityiskohtaisesti (kuvio 3).

Kuolemanraajakokemustaan positiiviseksi kuvaa neljä kokijaa. Nämä neljä kertovat hyvänolontunteesta, rauhasta ja harmoniasta. Kolme kokijaa kertoo kauniista maisemasta. Yhdellä kokijalla maisema muistutti Raamatusta tuttuja paikkoja. Kolme kokijaa muistaa tapaamansa hahmot, joita kaksi kutsuu enkeleiksi. Valosta ja kuulluista äänistä kertoo kaksi kokijaa. Itseään ylhäältä päin on tarkkaillut kaksi kokijaa, joista toisen kokemus rajoittui ruumiista irtautumiseen. Muilla neljällä kokemus jatkui toiseen todellisuuteen asti.



**Kuvio 3.** Kuolemanraajakokemusten yleisimmin mainitut piirteet, kun kokemus on tulkittu valmistukseksi kuoleman kohtaamiseen (N=5).

Kertomusten yhdistävänä tekijänä on kokijan tulkinta tapahtuneesta uskonnollisen näkökulman kautta. Kuitenkin vain yhdellä kokijalla kuolemanraajakokemus sisältää uskonnollisia symboleita ja viittauksia Raamattuun. Muilla kokemuksen tulkinta tapahtuu uskonnollisesta viitekehyksestä, vaikka kokemus itsessään ei sisälläkään

uskonnollisia piirteitä. Kaksi muuta kokijaa kertoo olleensa hengellisiä jo ennen kokemusta.

Kokijat kuvailevat kuolemanraajakokemuksen merkitystä ensisijaisesti kuoleman näkökulmasta. Nämä teemat voidaan jakaa edelleen kahdeksi alakategoriaksi (kuvio 4). Kuolemanraajakokemus voi auttaa käsittelemään omaa tulevaa kuolemaa, jolloin suhtautuminen kuolemaan muuttuu aiempaa positiivisemmaksi ja kuolemanpelko poistuu. Kokemus voi myös helpottaa kohtaamaan toisten, läheisten ihmisten kuoleman.



**Kuvio 4.** Kuolemanraajakokemuksen kokeminen valmistuksena kuoleman kohtaamiseen.

Huomionarvoista on ajallinen ero kuolemanraajakokemuksen ja haastattelun välillä. Omaan kuolemaan valmistuneella kokijalla aika kuolemanraajakokemuksen ja haastattelun välillä on huomattavasti pienempi (alle vuosi) suhteessa muihin kokijoihin (28–38 vuotta). Kokemuksen tulkinta muuttuu ajan myötä ja merkityksen synty voi olla hidas prosessi. Tutkimukset ovat osoittaneet, että suhtautuminen kuolemanraajakokemukseen pian tapahtuneen jälkeen on usein jopa niin hämmentävää, että kokija yrittää unohtaa tapahtuneen tai epäillä itse sen todenperäisyyttä. Kokemuksen prosessointi kestää vähintään kuukausia, mutta usein monia vuosia. (Noyes & Fenwick & Holden & Christian 2009, 54–55.)

Kokijoilla, joilla kuolemanraajakokemus on valmistanut kohtaamaan toisten ihmisten kuolemia elämänsä aikana, on kokemuksen ja haastattelun välillä useita vuosikymmeniä. Kokemusta tulkitaan siis melko suuren ajallisen eron päästä, jolloin elämäkokemukset näyttäytyvät kuolemanraajakokemusta pohtiessa toisenlaisesta näkökulmasta.

*Mua on valmistettu asioihin, joita on joutunut myöhemmin kokemaan, et mä oon kuoleman kanssa saanut myöhemmin olla tekemisissä. Et sillä tavalla on ollut lohduttavaa, et ne ihmiset, jotka on hautaan saattanut, niin ehkä nähdään myöhemmin. Mä jotenkin koen, et sillä on ollut tarkoituksensa, et mä niin nuorena oon saanut tollasen kokea. --  
Mua on valmistettu jollain tavalla, mitä mä oon joutunut kokemaan sitten. (H2)*

Kuolemanraajakokemus on kahdella kokijalla valmistanut kohtaamaan erityisesti oman lapsen kuoleman ja auttanut selviytymään siitä. Toinen kokija kertoo myös, kuinka kokemuksen jakaminen on lohduttanut muita ja muuttanut elämäkokemukset rikkaudeksi.

*Mä oon kokenut suuria menetyksiä. Mulla kuoli oma lapsi.-- Silti sen kokee ihan kamalana menetyksenä, vaikka tietää, että hän jatkaa elämää jossain muualla -- Mutta kyllä se sattuu, vaikka tietää, että elämä jatkuu. (H7)*

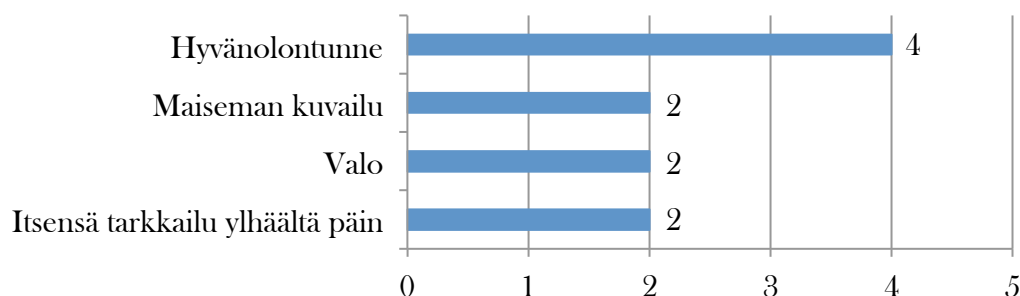
Kertomuksista voidaan päätellä, että ajallisella erolla kokemuksen ja haastatteluajankohdan välillä on vaikutusta kokemuksen tulkintaan. Kokija, jonka kuolemanraajakokemuksesta oli kulunut alle vuosi, peilasi kokemustaan senhetkiseen tilanteeseen ja omaan lähestyvään kuolemaan. Muut kokijat, joilla ajallista eroa kokemukseen oli monia vuosikymmeniä, tulkitsivat kokemustaan peilaten sitä elettyyn

elämään ja elämän kokemuksiin. Tästä näkökulmasta kuolemanraajakokemus näyttäytyi valmistuksena sille, mitä elämässä myöhemmin kokijalle tapahtui. Erityisesti tämä korostui kokijoilla, jotka olivat kokeneet elämänsä aikana läheisten ihmisten kuolemia.

### *Kuolemanraajakokemus ei-hengellisenä kokemuksena*

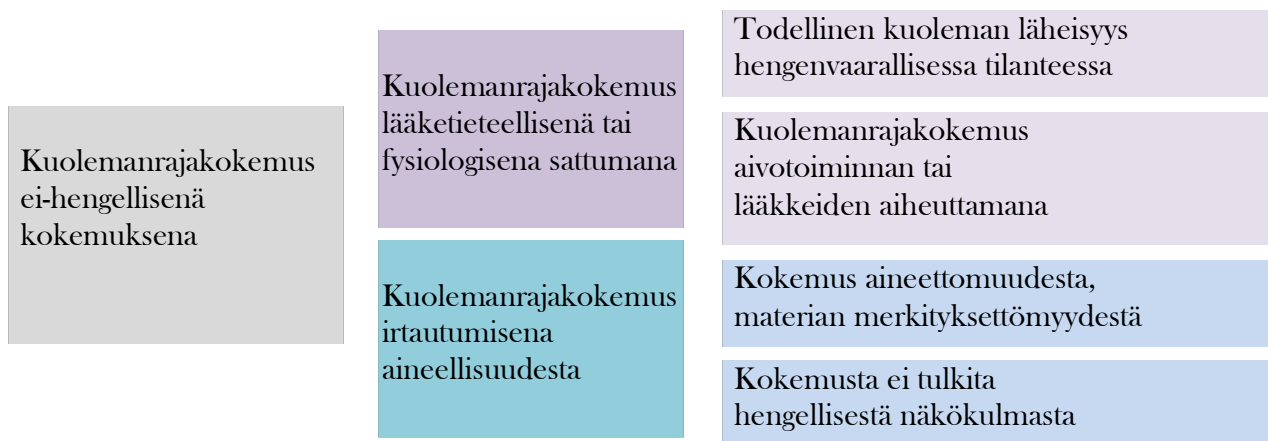
Kolmannessa merkityksenantoryhmässä kuolemanraajakokemus koetaan ei-hengellisenä kokemuksena (5 kokijaa). Yhteistä kokijoille on kuolemanraajakokemuksen tapahtuminen hengenvaarallisessa tilanteessa. Neljässä tapauksessa kuolemanraajakokemus tapahtui leikkauksen aikana. Yksi kuolemanraajakokemus tapahtui sairauskohtauksen seurauksena. Vaikka vain yhdellä kokijalla kokemus rajoittuu pelkkään ruumiistairautumiskokemukseen, kokemuksista neljä jää silti NDE-asteikon mukaan syvyydeltään keskiarvon alapuolelle ja vain yksi tapaus sijoittuu keskiarvon yläpuolelle. Muihin ryhmiin verrattuna tämän ryhmän kokemukset jäävät syvyydeltään muita pintapuolisemmiksi.

Kuolemanraajakokemukset poikkeavat sisällöltään hyvin paljon toisistaan, mutta yhteisiä tekijöitä löytyy etenkin omien tuntemusten kuvailussa (kuvio 5). Neljä kokijaa kuvailee kokemustaan positiiviseksi. He kertovat autuuden, ilon ja riemun tunteista, mutta myös aineettomuuden aiheuttamasta hyvänolontunteesta.



**Kuvio 5.** Kuolemanraajakokemusten yleisimmin mainitut piirteet, kun kokemus on ollut ei-hengellinen (N=5).

Yhteistä kokijoille on kuolemanraajakokemuksen tulkinta ei-hengellisestä viitekehyksestä. Kertomuksista erottuu kaksi ryhmää, joiden perusteella kokija on tulkinut kokemuksensa ei-hengelliseksi kokemukseksi (kuvio 6). Neljän kokijan tulkinnan mukaan kuolemanraajakokemus on ollut puhtaasti **neurofysiologisen tapahtuman aiheuttama sattuma**, joka on syntynyt todellisesta kuoleman läheisyydestä hengenvaarallisessa tilanteessa aivotoiminnan muutosten tai lääkkeiden seurauksena. Yksi kokija kokee kuolemanraajakokemuksen **irtautumisena aineellisuudesta**. Kokija siis tulkitsee kuolemanraajakokemustaan oman materialistisen maailmankatsomuksen kautta.



**Kuvio 6.** Kuolemanraajakokemuksen kokeminen ei-hengellisenä kokemuksena.

Kolme kokijaa, jotka selittävät kuolemanraajakokemuksensa lääketieteellisestä tai fysiologisesta näkökulmasta, kertovat olleensa hengellisiä sekä ennen että jälkeen kuolemanraajakokemuksen. Kaikki ovat saaneet kristillisen kasvatuksen ja usko Jumalaan on säilynyt läpi elämän. Kuolemanraajakokemus sen sijaan nähdään puhtaasti lääketieteellisestä näkökulmasta. Tästä voidaan päätellä, ettei kokijan hengellisyydellä ennen kokemusta ole merkitystä merkityksen antamisen kannalta. Tämä tukee tutkimusta siitä, ettei kuolemanraajakokemusta edeltäneellä spiritualiteetilla ja itse kokemuksella ole yhteyttä (Greyson 2006, 400; Ring 1980, 201).

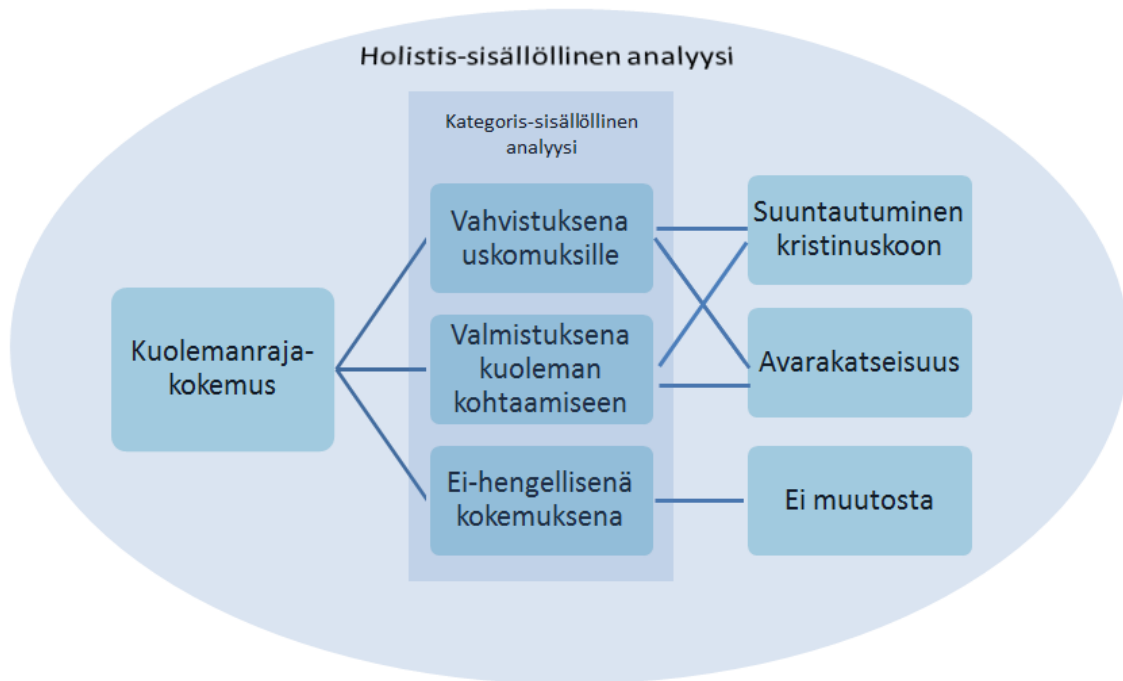


*Mun epikriisissä lukee, et mun sydän käynnistettiin useita kertoja. Mun sydän meni kammiovärinä, et mut jouduttiin elvyttämään useita kertoja. Voihan olla, et se kaikki selittyy... et aivot alkaa lopettaa toimintaansa ja näkee vaan värejä. Ja ehkä se ilo ja tuuli voi olla verenpaineen vaihtelu tai mikä tahansa. --- Fyysisesti mä ajattelen, että ehkä mun aivot toimi siinä tilanteessa kuin ihmisen aivot toimii niillä edellytyksillä. (H20)*

On huomionarvoista, että tekemistäni haastatteluista neljä rajauksen ulkopuolelle jäänyttä tapausta olivat kokeneet kuolemanraajakokemuksensa lääketieteelliseksi sattumaksi. Nämä kokemukset eivät olleet NDE-asteikolla tarpeeksi syviä, mikä tukee väitettä siitä, että mitä syvempi kokemus, sitä suurempi merkitys sillä on (Khanna & Greyson 2014b, 1605–1615). Rajauksen ulkopuolelle jääneissä kokemuksissa korostui erityisesti fysiologinen painotus: kokemus tapahtui, koska ihminen joutui hengenvaaraan ja kokemus oli seurausta fysiologisista reaktioista, joita ihmisessä fyysisesti tapahtui.

### *Kuolemanraajakokemuksista johdetut kolme vaikutusta spiritualiteettiin*

Koska pelkkien merkitysryhmien määrittely anna todellista kokonaiskuvaa siitä, miten kuolemanraajakokemus on kokijaan vaikuttanut, tarkastelin kertomuksia kokonaisuudessaan holistis-sisällöllisen analyysin avulla ottaen samalla huomioon ensimmäisessä analyysivaiheessa nousseet merkitykset. Analyysissa muodostuneet kolme ryhmää kuvaavat sitä, miten kuolemanraajakokemus on vaikuttanut kokijan spiritualiteettiin: **suuntautuminen kristinuskoon** (9 kokijaa), **avarakatseisuus** (7 kokijaa) ja **ei muutosta** (5 kokijaa). Ei muutosta -ryhmä erottuu selvästi kahdesta muusta ryhmästä, sillä siinä ei esiinny samanlaista ristikkäisyyttä merkityksen ja vaikutuksen välillä kuin muissa ryhmissä (kuvio 7).



**Kuvio 7.** Kuolemanraajakokemukselle annettujen merkitysten vaikutus kokijan spiritualiteettiin holistis-sisällöllisen analyysin mukaan.

Koska narratiivisessa tutkimuksessa huomio kohdistuu siihen, miten yksilöt antavat merkityksiä asioille kertomuksien kautta, holistis-sisällöllisen analyysin avulla kertomuksista nousee esille kunkin kokijan kuolemanraajakokemuksen henkilökohtainen vaikutus spiritualiteettiin. Kristinuskoon suuntautuneiden ryhmässä kokija on kokenut kuolemanraajakokemuksen kristillistä näkemystä vahvistavana ja hakeutunut joko kirkon toimintaan mukaan tai ryhtynyt harjoittamaan kristinuskoa omassa arjessaan. Avarakatseisuus-ryhmässä kokemus on vaikuttanut erityisesti suhtautumisessa muihin uskontoihin ja maahanmuuttajiin. Kokija saattaa kokea, että kaikki uskonnot johtavat samaan päämäärään. Ei muutosta -ryhmässä kokemus ei ole vaikuttanut kokijan spiritualiteettiin aiemmasta hengellisestä taustasta huolimatta.

Kun ryhmittelin tutkimusaineistoni holistis-sisällöllisessä analyysissä muodostuneiden kolmen ryhmän mukaan, huomioni kiinnittyi kokemuksen syvyyteen ja erityisesti ryhmien NDE-asteikolla muodostuneiden keskiarvojen eroihin. NDE-asteikon

mukaan kristinuskoon suuntautuneiden kokemukset eivät poikkea merkittävästi ryhmästä, jossa kokijat eivät kokeneet muutosta spiritualiteetissaan kuolemanraajakokemuksen jälkeen. Selvä poikkeus ja ainoa keskiarvon (12,3) ylittävä ryhmä ovat kokijat, joiden spiritualiteetti on muuttunut avarakatseisemmaksi: avarakatseisuus-ryhmän NDE-keskiarvo on 14,6, kun kristinuskoon suuntautuneiden keskiarvo on 11,2 ja ei muutosta -ryhmän 11.

Koska kristinuskoon suuntautuneiden ja ei muutosta -ryhmän kokemusten syvyyksissä ei NDE-asteikon mukaan ole oleellisia eroja, on tarkasteltava, mitkä ovat ne tekijät, jotka spiritualiteettiin olennaisemmin vaikuttavat. Mikä merkitys on ilmiön sisältämällä hengellisillä elementeillä ja tulkinnan lähtökohdilla? Miten merkityksenanto sisältyy kuolemanraajakokemuksen vaikutuksen syntyyn, kun otetaan huomioon kokijan kokemus kokonaisuudessaan?

### *Suuntautuminen kristinuskoon*

Ryhmän yhdeksästä kokijasta kaksi on miehiä ja seitsemän naisia. Kuolemanraajakokemuksesta muodostetut merkitykset jakautuvat tasaisesti: viisi kokijaa on kokenut kuolemanraajakokemuksen vahvistuksena uskomuksille ja neljä kokijaa valmistuksena kuoleman kohtaamiseen.

Seitsemän kokijaa on kokenut kuolemanraajakokemuksensa positiiviseksi. Negatiivisia ja neutraaliksi tulkittuja kokemuksia on kumpaakin yksi. Huomionarvoista on, että kristillinen tausta on seitsemällä kokijalla, mutta kokemuksen jälkeen itsensä kristityksi määrittelevät kaikki yhdeksän kokijaa. Uskoontulon koki kaksi kokijaa, joista kumpikin tulkitsi kuolemanraajakokemuksen merkityksen valmistuksena kuoleman kohtaamiseen.

Kristinuskon vaikutukset näkyvät tutkimusaineistoni yhdeksässä kertomuksessa eri tavoin, mutta keskeiset piirteet erottuvat selvästi. Kristinuskoon suuntautuneiden kertomuksista nousevat esiin itse kokemuksen sisältämät **kristinuskoon liittyvät**

**elementit**, kuten tunne Jumalan rakkaudesta ja anteeksiannosta tai kohtaaminen Jumalan kanssa. Kokemusta saatetaan myös **tulkita kristillisestä näkökulmasta**, mikä on vaikuttanut kokijan lisääntyneeseen kiinnostukseen kristinuskoa ja sen käytäntöjä kohtaan (taulukko 3). Kristinuskoon suuntautuneiden kuolemanraajakokemuksissa on havaittavissa affektiivisia, paranormaaleja ja transsendenteja piirteitä: hyvinolontunnetta, kehosta irtautumista sekä uskonnollisten hahmojen kohtaamista (Zingrone & Alvarado 2009, 20; Greyson 1983, 372–373). Kristinuskoon liittyviä elementtejä sisältävissä kuolemanraajakokemuksissa kokija yhdistää kohtamansa hahmon tai kokemuksessa syntyneen tunteen kristinuskon Jumalaan.

KUOLEMANRAJAKOKEMUKSESSA  
KRISTINUSKON LIITTYVIÄ ELEMENTTEJÄ

Tunne Jumalan rakkaudesta tai  
anteeksiannosta

Kohtaaminen Jumalan kanssa

Kokija yhdistää ympäristön  
Raamatusta tuttuihin paikkoihin

KUOLEMANRAJAKOKEMUKSEN TULKINTA  
KRISTILLISESTÄ NÄKÖKULMASTA

Lisääntynyt kiinnostus Raamattua  
ja kirkon toimintaa kohtaan

Uskoontulo

Uskonnollisten rituaalien  
lisääntynyt käyttö (esim. rukoilu)

**Taulukko 3.** Keskeisiä piirteitä, kun kuolemanraajakokemus on muuttanut kokijan spiritualiteetin suuntautumista kristinuskoon.

### *Avarakatseisuus*

Ryhmän seitsemästä kokijasta yksi on mies ja kuusi naisia. Kuusi kokijaa on kokenut kuolemanraajakokemuksensa vahvistavana ja yksi kuoleman kohtamiseen valmistavana. Yhteisenä tekijänä kokijoilla on kuolemanraajakokemus positiivisena kokemuksena. Kahdella kokijalla ei ole aiemmin ollut merkittävää kiinnostusta hengellisiä asioita kohtaan, mutta viidellä kokijalla on ollut jonkinasteista hengellisyyttä ennen kuolemanraajakokemusta. Muutos spiritualiteetissa kuolemanraajakokemuksen

jälkeen on kaikkien kokijoiden kohdalla ollut voimakasta. Muutos ei kuitenkaan ole suuntautunut tiettyyn uskontokuntaan, vaan spiritualiteetti koetaan laajempänä, kaikki uskonnolliset suuntaukset ja kulttuurit käsittävänä hengellisyytenä.

Keskeisimpinä piirteinä esille nousevat **suvaitsevaisuus** ja **hengellinen sitoutumattomuus** (taulukko 4). Suvaitsevaisuus kohdistuu erityisesti muita uskontoja ja ihmisiä kohtaan. Hengellinen sitoutumattomuus näkyy hengellisyyden käsittämisenä uskonnollisuutta laajempänä käsitteenä ja arvomaailman muutoksena. Kokija ei koe hengellisyytensä olevan tiettyyn uskontokuntaan sidottu.

SUVAITSEVAISUUS	HENGELLINEN SITOUTUMATTOMUUS
Muuttunut suhtautuminen muita uskontoja ja ei-kristinuskoisia maahanmuuttajia kohtaan	Hengellisyys ei sidottu tiettyyn uskontokuntaan
Muuttunut asenne ihmisen seksuaalista suuntautumista ja perinteistä avioliitto- ja perhekäsitystä kohtaan	Hyvän tekeminen kaikille ihmisille
	Hengellisten, ei uskonnollisten, arvojen korostaminen

**Taulukko 4.** Keskeisiä piirteitä, kun kuolemanraajakokemus on muuttanut kokijan spiritualiteettia avarakatseisemmaksi.

### *Ei muutosta*

Ryhmän viidestä kokijasta kaksi on miehiä ja kolme naisia. Yhdistävänä tekijänä kokijoilla on kuolemanraajakokemuksen merkitys ei-hengellisenä kokemuksena: kuolemanraajakokemus on ollut puhtaasti lääketieteellisen tilan aiheuttama sattuma tai kokijan kuolemanraajakokemus on ollut pikemminkin kokemus aineettomuudesta kuin hengellisiä elementtejä sisältävä kokemus. Kokemukset ovat NDE-arvoltaan keskiarvon alapuolella. Kokemukset ovat siis sisällöltään pintapuolisempia kuin muissa ryhmissä,

vaikka vain yksi kokemuksista rajoittuu ruumiistairautumiseen, ja muissa tapauksissa kokemus menee syvemmälle toiseen todellisuuteen.

Kuolemanraajakokemuksista neljä koetaan positiiviseksi ja yksi neutraaliksi. Kahdella kokijoista ei ole hengellistä taustaa, joka olisi kuolemanraajakokemuksen seurauksena muuttunut. Toisella heistä on kuitenkin usko jonkinlaiseen kuolemanjälkeiseen todellisuuteen, vaikka hän ei itse koekaan olevansa erityisen hengellinen. Kokijan kokemus aineettomuudesta tuonpuoleisessa on pitänyt elämän spirituaalisen ulottuvuuden muuttumattomana. Kolme kokijoista sen sijaan kertoo kuolemanraajakokemusta edeltävästä spiritualiteetista, joka on säilynyt muuttumattomana kokemuksen jälkeen.

Kokijoiden kertomuksista nousee esille kokijan halu suunnata **huomio maallisiin asioihin** (taulukko 5). Sen sijaan, että kokija pohtisi kuolemanraajakokemustaan abstraktilla tasolla, huomio on tässä hetkessä ja omaan kuolemaan liittyvissä käytännön asioissa. Kuolemanraajakokemuksen kokeminen ei-hengellisenä kokemuksena johtaa siihen, että myöskään vaikutusta **ei nähdä hengellisestä näkökulmasta**. Kertomuksista nousee esille, ettei kokija pidä itseään erityisen hengellisenä ihmisenä tai kuolema nähdään maallisenä, ei hengellisenä asiana. Kokija ei myöskään ole kokenut kokemustaan hengellisenä sisällöltään.

SUUNTAUTUMINEN MAALLISIIN ASIOIHIN	EI HENGELLISTÄ NÄKÖKULMAA
Kokija haluaa keskittyä tähän hetkeen ja tähän elämään	Kokija ei pidä itseään hengellisenä ihmisenä
Kokijan huomio käytännön asioissa omaa kuolemaa pohtiessa (esimerkiksi vaikutus omiin lapsiin)	Kokemus ei ole ollut hengellinen  Kuolema maallinen, ei hengellinen, asia

**Taulukko 5.** Keskeisiä piirteitä, kun kuolemanraajakokemuksella ei ole ollut vaikutusta kokijan spiritualiteettiin.

---

Kokemukset ovat muihin ryhmiin verrattuna pinnallisempia, mutta ero suhteessa kristinuskoon suuntautuneiden kanssa ei ole suuri. Syy tähän löytyy kokemuksen sisällöstä ja tulkinnasta: kun kristinuskoon suuntautunut tulkitsee kuolemanrajakokemuksen tunnekokemuksen olevan peräisin Jumalasta, ei muutosta -ryhmässä tulkinta ei saa hengellistä alkuperää. Kokemukset eivät myöskään sisällä elementtejä, jotka voisi suoraan viitata tiettyyn uskontoon, kuten kohtaamiset uskonnollisten hahmojen kanssa.

### *Yhteenveto vaikutuksista*

Kertomustyyppien vertailua helpottaakseni tein taulukon, johon on koottu eri ryhmien kuolemanrajakokemusten vaikutusten keskeisimpiä piirteitä (taulukko 6). Tarkastelun kohteena on kuusi kategoriaa, joihin olen kunkin kertomustyyppin kohdalle sijoittanut tyypillisiä piirteitä kuolemanrajakokemuksen merkityksestä ja vaikutuksesta sekä spiritualiteetista ennen kuolemanrajakokemusta ja sen jälkeen. Taulukosta käy ilmi, että spiritualiteetilla ennen kuolemanrajakokemusta ei ollut merkittävää vaikutusta spiritualiteettiin kuolemanrajakokemuksen jälkeen. Kuolemanrajakokemuksen merkityksen vaikutuksessa sen sijaan oli suuria eroja: kristinuskoon suuntautuneilla kuolemanrajakokemus on koettu joko uskomuksia vahvistavana tai kuoleman kohtaamiseen valmistavana. Avarakatseisuus-ryhmässä valtaosa koki merkityksen uskomuksia vahvistavana. Ryhmässä, jossa ei tapahtunut muutoksia kokijan spiritualiteetissa, kuolemanrajakokemus oli koettu ei-hengellisenä. Merkitysten suhde spiritualiteetin vaikutukseen näkyi kertomuksissa selvästi.

	<b>Suuntautuminen kristinuskoon</b>	<b>Avarakatseisuus</b>	<b>Ei muutosta</b>
<b>Spiritualiteetti ennen kuolemanraja-kokemusta</b>	Valtaosalla kristillinen perhetausta, uskonnollisuus tapakristillisyyttä	Osalla kristillinen perhetausta, valtaosalla myönteinen suhtautuminen hengellisyyteen	Osalla kristillinen perhetausta, osalla ei lainkaan hengellistä taustaa
<b>Kuolemanraja-kokemus</b>	Valtaosalla positiivinen kuolemanraja-kokemus	Kaikilla kokijoilla positiivinen kuolemanraja-kokemus	Yhdellä kokijalla neutraali kuolemanraja-kokemus, muilla positiivinen
<b>Spiritualiteetti kuolemanraja-kokemuksen jälkeen</b>	Kaikki kokevat itsensä kristityiksi, kaksi koki uskoontulon	Kaikki kokevat olevansa hengellisiä	Ei muutosta spiritualiteetissa kuolemanraja-kokemuksen jälkeen
<b>Kuolemanraja-kokemuksen merkitys</b>	Kuolemanraja-kokemus koettu joko uskomuksia vahvistavana tai kuoleman kohtaamiseen valmistavana	Valtaosa kokenut kuolemanraja-kokemuksen uskomuksia vahvistavana	Kaikki kokeneet kuolemanraja-kokemuksen ei-hengellisenä kokemuksena
<b>Hengelliseen elämään liittyvät piirteet</b>	Osallistuminen kirkon toimintaan, Raamatun lukeminen, rukoilu	Hengellisen ja filosofisen kirjallisuuden lukeminen, eri aatesuuntiin ja uskontoihin tutustuminen	Ei muutoksia suhteessa aiempaan toimintaan
<b>Kuolemanraja-kokemuksen merkittävimmät vaikutukset</b>	Uskoontulo, kiinnostus Raamattua ja kirkon toimintaa kohtaan	Suvaitsevaisuus muita uskontoja ja ihmisiä kohtaan, hyvän tekeminen	Huomio tässä hetkessä ja käytännön asioissa

**Taulukko 6.** Aineistosta löydetty kuolemanraja-kokemuksen kertomustyypit ja niiden keskeiset piirteet.



## Pohdinta

Kuten kansainvälisissäkin tutkimuksissa, valtaosa tämän tutkimuksen kuolemanraajakokemuksista oli positiivisia kokemuksia (Lommel & Wees & Meyers & Elfferich 2001, 2041). Valtaosa haastatelluista sai ammennettua kuolemanraajakokemuksestaan elämään positiivista suhtautumista ja elämänasennetta. Toiset halusivat kuitenkin unohtaa kokemuksen ja jatkaa elämää maan päällä ilman pohdintoja tuonpuoleisesta. Aiempien tutkimusten mukaan kuolemanraajakokemus lisää arvostusta elämää kohtaan (Greyson 2006, 405). Muutaman kokijan kohdalla kävi kuitenkin ilmi, että kuolemanraajakokemuksen jälkeen kokija oli saattanut pohtia itsemurhaa. Tuonpuoleinen koettiin helpotuksena ja parempana vaihtoehtona elämälle, jota kokija joutui jatkamaan maan päällä.

Ryhmien välillä on selvä ero verratessa kuolemanraajakokemusten syvyyttä NDE-asteikon mukaan. Syvimmat kokemukset ovat avarakatseisuuteen suuntautuneiden ryhmässä. Keskiarvon alapuolelle, lähes samaan arvoon sijoittuvat sekä kristinuskoon suuntautuneiden ryhmä että ei muutosta -ryhmä. Konkreettiset vaikutukset näkyivät selvimmin kristinuskoon suuntautuneiden ryhmässä, jossa valtaosa kokijoista kertoi lisääntyneestä kiinnostuksesta Raamattua ja kirkon toimintaa kohtaan. Avarakatseisuusryhmässä kiinnostus suuntautui kokemuksen jälkeen yleisesti filosofiaan ja muihin uskontoihin ja aatesuuntiin. Suurin muutos näkyi muuttuneessa suhtautumisessa muita uskontoja ja ihmisiä kohtaan. Ei muutosta -ryhmässä konkreettisin muutos sen sijaan oli huomio käytännön asioissa ja keskittyminen tähän hetkeen. Merkittävä syy tähän on kuolemanraajakokemuksen merkitys ei-hengellisenä kokemuksena: kun kokemus ei saa hengellistä merkitystä, se ei myöskään vaikuta kokijan spiritualiteettiin.

Tutkimus nostaa esille kiistellyn ja kiinnostavan ilmiön, joka voi kohdata kenet tahansa. Näkökulmat, joita tämä tutkimus tuo, tarjoavat tietoa siitä, millaisia vaikutuksia kuolemanraajakokemuksella voi kokijalle olla. Tämä voi helpottaa eri alojen ammattilaisia kohtaamaan kuolemanraajakokemuksen kokenut sekä suhtautumaan

kokemukseen ammatillisesti, sillä hoitohenkilökunnalle uskoutuneet kokevat usein kokemuksen mitätöintiä ja selittämistä hallusinaatioksi (Lommel & Wees & Meyers & Elfferich 2001, 2043). Kertomuksista nousee kuitenkin esille kokijan tarve asian läpikäymiseen ammatti-ihmisen kanssa. Kuolemanrajakokemuksen läpikäymiseen suositellaankin terapiaa tai vertaisryhmätapaamista (Palanne & Kivelä 2004, 3995–3999). Vertaistukiryhmät kuolemanrajakokemuksen kokeneille maantieteellisesti laajassa mutta väestömäärältään pienessä Suomessa ovat oma haasteensa. Ulkomailla toimii vertaistukiryhmiä ja järjestöjä kuolemanrajakokemuksen kokeneille, mutta Suomessa tämänkaltaista tukitoimintaa ei ole vielä olemassa.

### Kirjoittaja

Miia Kontro on teologian ja filosofian maisteri. Tämä tutkimusraportti on osa hänen pro gradu -tutkimustaan Helsingin yliopiston teologisessa tiedekunnassa. Tutkimuksesta on myös julkaistu tietokirja *Portilla – Suomalaisia kuolemanrajakokemuksia* (Atena, 2018). Tällä hetkellä Kontro tekee väitöskirjaa eutanasiasta Itä-Suomen yliopistossa. Yhteydenotot: miiakon@student.uef.fi

### Kirjallisuus

Bush, Nancy Evans. 2009. “Distressing Western Near-Death Experiences: Finding a Way through the Abyss.” In *The Handbook of Near-Death Experiences*, edited by Janice Miner Holden, Bruce Greyson, and Debbie James, 63–86. Santa Barbara, Denver, Oxford: Praeger Publishers.

Charland-Verville, Vanessa, Jean-Pierre Jourdan, Marie Thonnard, Didier Ledoux, Anne-Francoise Donneau, Etienne Quertemont, and Steven Laureys. 2014. “Near-death experiences in non-life-threatening events and coma of different etiologies.” *Frontiers in Human Neuroscience* 8 (203): 203. Accessed 28 February 2017. doi:10.3389/fnhum.2014.00203

Engmann, Birk. 2014. *Near-Death Experiences: Heavenly Insight or Human Illusion?* New York: Springer.

Greyson, Bruce. 1983. "The Near-Death Experience Scale: Construction, Reliability, and Validity." *The Journal of Nervous and Mental Disease* 171 (6): 369-375.

Greyson, Bruce. 2006. "Near-Death Experiences and Spirituality." *Journal of Religion and Science* 41 (2): 393-414.

Greyson, Bruce, Emily Williams Kelly, and Edward F. Kelly. 2009. "Explanatory Models for Near-Death Experiences." In *The Handbook of Near-Death Experiences*, edited by Janice Miner Holden, Bruce Greyson, and Debbie James, 213-234. Santa Barbara, Denver, Oxford: Praeger Publishers.

Holden, Janice Miner. 2009. "Veridical Perception in Near-Death Experiences." In *The Handbook of Near-Death Experiences*, edited by Janice Miner Holden, Bruce Greyson, and Debbie James, 158-211. Santa Barbara, Denver, Oxford: Praeger Publishers.

Holden, Janice Miner, Jeffrey Long, and Jason MacLurg. 2009. "Characteristics of Western Near-Death Experiencers." In *The Handbook of Near-Death Experiences*, edited by Janice Miner Holden, Bruce Greyson, and Debbie James, 109-133. Santa Barbara, Denver, Oxford: Praeger Publishers.

Khanna, Surbhi, and Bruce Greyson. 2014a. Daily Spiritual Experiences Before and After Near-Death Experiences. *Psychology of Religion and Spirituality* 6 (4): 302-309. Accessed February 28, 2017. doi:10.1037/a0037293

Khanna, Surbhi, and Bruce Greyson. 2014b. Near-Death Experiences and Spiritual Well-Being. *Journal of Religion and Health* 53 (6): 1605-1615. Accessed February 28, 2017. doi:10.1007/s10943-013-9723-0

Korhonen, Else. 2006. "Kahdeksan kertomusta, kolme variaatiota: kuolemanraajakokemus narratiivisesta näkökulmasta." Pro gradu, Helsingin yliopisto.

Lieblich, Amia, Rivka Tuval-Mashiach, and Tamar Zilber. 1998. *Narrative Research. Reading, Analysis, and Interpretation. Applied Social Research Methods Series*. CA: Sage Publications.

Lommel, Pim van, Ruud van Wees, Vincent Meyers, and Ingrid Elfferich. 2001. "Near-Death Experiences in Survivors of Cardiac Arrest: A Prospective Study in the Netherlands." *Lancet* 358 (9298): 2039-2045. Accessed 28. February 2017. doi: 10.1016/S0140-6736(01)07100-8

Masumian, Farnaz. 2009. "World Religions and Near-Death Experiences." In *The Handbook of Near-Death Experiences*, edited by Janice Miner Holden, Bruce Greyson, and Debbie James, 159-182. Santa Barbara, Denver, Oxford: Praeger Publishers.

Moody, Raymond A. 1975. *Life after Life*. San Francisco: Harper Collins Publishers.

Noyes, Russell, Peter Fenwick, Janice Miller Holden, and Sandra Rozan Christian. 2009. "Aftereffects of Pleasurable Western Adult Near-Death Experiences." In *The Handbook of Near-Death Experiences*, edited by Janice Miner Holden, Bruce Greyson, and Debbie James, 41-62. Santa Barbara, Denver, Oxford: Praeger Publishers.

Näreaho, Leo. 2015. *Kuolemanraajakokemukset: Tutkimuksista tulkintoihin*. Helsinki: Kirjapaja.

Palanne, Riku, ja Sirkka-Liisa Kivelä. "Kuolemanraajakokemukset lääketieteessä." *Suomen lääkärilehti*, 42 (2004): 3995-3999.

Ring, Kenneth. 1980. *Life at Death: A Scientific Investigation of the Near-Death*. New York: Quil.

Zingrone, Nancy L., and Carlos S. Alvarado. 2009. "Pleasurable Western Adult Near-Death Experiences: Features, Circumstances, and Incidence." In *The Handbook of Near-Death Experiences*, edited by Janice Miner Holden, Bruce Greyson, and Debbie James, 17-40. Santa Barbara, Denver, Oxford: Praeger Publishers.

## Abstract

A near-death experience is a subjective phenomenon that often includes a sense of detachment from the physical body, transcendence of time and space, feelings of unconditional love, encounters with religious or divine figures, and the presence of light. Many individuals who have had a near-death experience report having changes in their spirituality. Near-death experiences often decrease the fear of death and cause changes in experiencers' life values.

The aim of this study was to find out what kind of significance the experiencers have given to their near-death experience, and how the meaning given to the experience has influenced their spirituality. The

research data were collected by interviewing 21 near-death experiencers and analyzed by using categorical content analysis and holistic content analysis supported by Lieblich et al (1998). The categorical content analysis demonstrated three groups: 1) near-death experience as a confirmation of spiritual beliefs, 2) near-death experience as preparation for encountering death, and 3) near-death experience as a non-spiritual experience. The holistic content analysis showed a new way of categorizing the near-death experiences based on how the experience influenced the experiencers spirituality: 1) orientation towards Christianity, 2) open-mindedness, and 3) no change in spirituality.

Among the Christianity-oriented group near-death experiences were interpreted from a Christian point of view. An increased interest in Christianity and church activity could also be observed. In the group of open-mindedness, the most significant change was tolerance towards other religions. In both groups, the near-death experience was interpreted either as a confirmation of beliefs or preparation for encountering death. In the third group where the near-death experience was not seen as a spiritual experience, it had no effect on the experiencer's spirituality.

The study provides different perspectives on what kind of after-effects a near-death experience can cause. It also makes evident the need for special support after the experience, and helps professionals to understand this rare phenomenon.

---

Liite. Haastattelupyyntö.

Osallistu tutkimukseen: Onko sinulla ollut kuolemanraajakokemus?

Olen teologian maisterivaiheen opiskelija ja teen pro gradu -työtäni kuolemanraajakokemuksista. Etsin kuolemanraajakokemuksen kokeneita henkilöitä yksilöhaastatteluihin, jotka pidän kesän 2016 aikana. Haastattelut käsitellään luottamuksellisesti, eivätkä haastateltavan henkilötiedot tule ilmi lopullisessa työssä. Jos haluat osallistua tutkimukseen, voit olla minuun yhteydessä sähköpostitse [mia.kontro@helsinki.fi](mailto:mia.kontro@helsinki.fi). Gradua ohjaa kirkkososiologian professori Kati Tervo-Niemelä.

Miia Kontro käytännöllisen teologian maisterivaiheen opiskelija Helsingin yliopisto