

# Etter Døden Kommunikasjon (ADK)

Det finnes flere definisjoner på ADK som brukes av forskere. En av dem er:

*”En spontan opplevelse av kommunikasjon med en avdød venn eller familiemedlem”*

Så godt som alle som har mistet en som sto dem nær har hatt den uforklarlige følelsen av at avdøde på en eller annen måte var tilstede. Det er helt normalt for sørgende mennesker – og et tegn på at våre kjære egentlig aldri forlater oss. Disse historiene gjengitt nedenfor er bare utdrag. Hele historiene og mange hundre andre er hentet fra hjemmesiden: [www.adcrf.org](http://www.adcrf.org)  
*Artikkelen er oversatt fra engelsk av Susanne Helgesen - www.tobeone.no*

## **Sarah S, opplevelse 18.8.07:**

Jeg så et lys på rullgardinen og så opp og tenkte at en bil hadde kjørt forbi. Jeg kunne ikke høre noen lyder fra biler og lyset beveget seg til puten på sengen ved siden av meg. Jeg var lys våken og så på den runde ballen som for meg så ut til å pulser. Den hadde elektrisitet eller gnister som strømmet ut fra den som stjerneskudd. Jeg strakte hånden min ut i nærheten av den og var ikke redd for den. Jo nærmere hånden min kom, jo sterkere ble følelsen av ro og fred. Det var en følelse av fred jeg aldri hadde opplevd i mitt liv. Det er nesten umulig å beskrive følelsen – det var som jeg ikke hadde en bekymring i hele verden og livet var fylt med håp og godhet. Ballen av lys fortsatte å sende ut gnister og når jeg beveget hånden min nærmere og ropte navnet på min sønn, så forsvant den.

*- ADK fra sønn drept i Irak*

## **Denyel L, opplevelse 23.7.07:**

... lyset ble gult og flere biler var allerede i krysset og skulle til venstre slik jeg skulle. Jeg var den siste bilen i køen og det var en liten luke mellom min bil og bilen foran meg. Da jeg fortet meg inn i krysset hørte jeg min bror. ”Stopp”. Det var som hvisking og jeg bremsset og stoppet. Jeg følte hans nærvær når han ba meg se til venstre. Det var en følelse – det eneste jeg hørte var ordet ”stopp”. En van kom rett mot meg i full fart. Jeg forberedte meg på kollisjonen når vanen traff fronten på førersiden av min bil. Kollisjonen var så voldsom at forhjulet på passasjersiden ble slått helt av og hele fronten på bilen ble knust. Jeg er sikker på at hvis jeg ikke hadde stoppet når jeg gjorde så ville jeg ha omkommet siden vanen ville ha truffet døren på førersiden i stedet for fronten av bilen. Min bror reddet livet mitt.

*- ADK fra avdød bror som ser ut til å ha reddet henne fra alvorlige skader i kollisjon med bil.*

## **Lucretia H, opplevelse 20.3.07:**

I 1973, når jeg var 31 år gammel og hadde to små barn, så hadde min bror et forhold til en nydelig ung dame på 21 som oppdaget at hun hadde kreft i eggstokkene. Ni måneder senere døde hun. Jeg var så lei meg for at hun måtte dø så ung og gå glipp av så mye av livet at jeg pleide å stå opp midt på natten og gråte for henne. Dette pågikk i noen uker og en natt/tidlig morgen gråt jeg som jeg pleide og gikk for å legge meg igjen. Akkurat når jeg la meg ned, følte det som om kroppen min fløt over sengen. Min første tanke var at jeg holdt på å dø. Så følte jeg Shirleys nærvær og forsto at hun fortalte meg: ”Ikke gråt for meg, jeg er svært lykkelig”. Når jeg innså hva som skjedde så ønsket jeg mer av det, men det ble det ikke noe av. Jeg var tilbake i sengen og har siden ikke grått for henne. Jeg har heller ikke senere hatt noen opplevelser lik denne og skulle ønske jeg fikk det.

## **Tim E, opplevelse 25.2.07:**

Når jeg snudde meg mot den innebygde garderoben litt til venstre rett utenfor døren, så ble nærværet av energi jeg hadde følt på baderommet svært intenst, og jeg frøs på stedet. Plutselig følte jeg en hånd bak i nakken som dyttet hodet mitt ned og min oppmerksomhet ble umiddelbart rettet mot en liten, og det som vanligvis ville være umerkelig, skuff rett ved gulvet. Jeg satt meg på huk og åpnet skuffen. Der var det en eneste ting: En bankbok til en konto som inneholdt Bills oppsparte midler som Mary hadde disposisjonsrett til. Siden han ikke hadde skrevet et testamente og ikke hadde fortalt oss om bankboken, så virket det som han ville forsikre seg om at hun fikk pengene.

*- Bemerkelsesverdig ADK hvor avdøde rettet sin oppmerksomhet til en skuff som inneholdt en bankbok med avdødes sparepenger.*