



**BA ritgerð**

**Þjóðfræði**

**„Upplifunin er allavega sönn,  
hvað sem öllu öðru líður“**

Reynsla fólks af heimsóknum framliðinna ástvina

Anna Sóley Sveinsdóttir

**Leiðbeinandi: Dagrún Ósk Jónsdóttir**  
**Október 2021**



**HÁSKÓLI ÍSLANDS**  
**FÉLAGSVÍSINDASVIÐ**

FÉLAGSFRÆÐI-, MANNFRÆÐI-  
OG ÞJÓÐFRÆÐIDEILD

**„Upplifunin er allavega sönn, hvað sem öllu öðru líður“**  
***Reynsla fólks af heimsóknum framliðinna ástvina***

Anna Sóley Sveinsdóttir

Lokaverkefni til BA-gráðu í þjóðfræði

Leiðbeinandi: Dagrún Ósk Jónsdóttir

12 einingar

Félagsfræði-, mannfræði- og þjóðfræðideild

Félagsvísindasvið Háskóla Íslands

Október 2021

„Upplifunin er allavega sönn, hvað sem öllu öðru líður“

Ritgerð þessi er lokaverkefni til BA gráðu í þjóðfræði  
og er óheimilt að afrita ritgerðina á nokkurn hátt nema með leyfi rétthafa.  
© Anna Sóley Sveinsdóttir, 2021

Reykjavík, Ísland, 2021

## Útdráttur

Í þessari ritgerð er reynsla fólks af heimsóknum framliðinna ástvina rannsökuð. Notast var við eigindlegar rannsóknaraðferðir þar sem tekin voru viðtöl við fimm einstaklinga sem höfðu slíka reynslu og skoðað hvaða áhrif heimsóknirnar höfðu á þá. Einnig voru svör nýtt úr rafrænni spurningakönnun sem útbúin var sem hluti af rannsókninni. Allir viðmælendurnir búa yfir mikilli næmni og má því segja að yfirnáttúrulegar upþákomur séu hluti af þeirra daglega lífi en þegar framliðnir ástvinir vitja þeirra hafa upplifanirnar þó sérstaka merkingu og gildi fyrir þá. Skynjun þeirra á hinu framliðna er margvísleg, til dæmis með sjón, snertingu og í draumi og oft heimsóttu framliðnir ástvinir þá undir ákveðnum kringumstæðum líkt og í ákveðnu herbergi eða á álagstímum. Tilgangur heimsóknanna var oftast að vernda og hugga og þeim fylgdu oft miklar tilfinningar hjá þeim sem upplifðu þær. Trú á hið yfirnáttúrulega er oft litin hornauga í samfélaginu og myndast því nokkur togstreita á milli þess að deila upplifunum sínum með öðru fólki annars vegar og að finna réttlætningar á þeim og trúverðugleika þeirra hins vegar. Fjallað verður um hugtökin spíritisma, þjóðtrú og sagnir auk þess sem hugtök á borð við hrif og jaðarsvæði verða skoðuð í sambandi við viðfangsefnið.

## Formáli

Ég hef alltaf haft gaman af sögum af yfirnáttúrulegum uppákomum og nýt þess ávallt að heyra persónulegar frásagnir af slíku. Amma Abba hefur eflaust haft áhrif á þennan áhuga minn en hún sagði til mér dæmis oft sögur af hrekkjóttum álfum uppi í sveit sem stálu hlutum úr húsinu og skiluðu þeim aftur seinna. Var því grundvöllur trúar minnar á hið yfirnáttúrulega lagður snemma á lífsleiðinni. Þegar leið á nám mitt í þjóðfræði fann ég að áhugasvið mitt lá í samtímanum. Því fannst mér ekki annað koma til greina en að velja mér rannsóknarefni sem tengdi þetta tvennt saman: að fjalla um eitthvað yfirnáttúrulegt í samtímanum.

Margir komu að gerð þessarar ritgerðar og vil ég fyrst og fremst þakka heimildarmönnum mínum fyrir jákvæð viðbrögð og ótrúlega áhugaverðar frásagnir en án þeirra hefði þessi ritgerð ekki orðið að veruleika. Þá vil ég þakka Dagrúnu, mínum frábæra leiðbeinanda, fyrir allan stuðninginn, aðstoðina og ábendingarnar. Þórður og Arndís fá einnig kærar þakkir fyrir yfirlestur. Sérstakar þakkir færi ég Evu Karen fyrir vináttuna og samfylgdina í náminu síðustu þrjú árin. Að sjálfsgöðu þakka ég einnig mínu nánasta fólki, sérstaklega mömmu og Áspóri mínum, fyrir að standa við bakið á mér og veita endalausán stuðning, þolinmæði og hvatningu. Að endingu vil ég tileinka ritgerðinni ömmu Svövu, sem var megininnblástur minn fyrir þessari ritgerð og gaf mér styrk að handan á meðan á skrifum stóð. Hún var alltaf minn helsti stuðningsmaður og ég veit að hún væri svo stolt af mér núna.

## Efnisyfirlit

Útdráttur .....	3
Formáli.....	4
Töfluskra.....	6
Myndaskra.....	6
<b>1 Inngangur.....</b>	<b>7</b>
<b>2 Fræðilegt samhengi.....</b>	<b>8</b>
2.1 Spíritismi .....	8
2.2 Þjóðtrú .....	9
2.3 Sagnir .....	11
<b>3 Aðferðafræði .....</b>	<b>14</b>
3.1 Spurningakönnun.....	14
3.2 Viðtöl.....	16
<b>4 Næmni .....</b>	<b>19</b>
4.1 Hluti af hversdagsleikanum .....	19
4.2 Birtingarmyndir næmni.....	22
<b>5 Heimsóknir framliðinna ástvina.....</b>	<b>27</b>
5.1 Upplifunin .....	27
5.2 Aðstæður .....	31
<b>6 Tilgangur og áhrif heimsóknanna .....</b>	<b>33</b>
6.1 Tilgangur .....	33
6.2 Tilfinningar.....	35
6.3 Trú.....	37
<b>7 Niðurstöður .....</b>	<b>40</b>
<b>Heimildaskrá .....</b>	<b>42</b>

## **Töfluskrá**

Tafla 1: Telur þú framhaldslíf vera.....	11
Tafla 2: Telur þú skyggni vera.....	11

## **Myndaskrá**

Mynd 1: Málverk á heimili Lilju, málað af ömmu hennar .....	23
---	----

## 1 Inngangur

Sagnir af yfirnáttúrulegum fyrirbærum og uppákomum hafa verið algengar á Íslandi frá upphafi en þar má meðal annars nefna sögur af álfum, tröllum og draugum. Slíkar sagnir og upplifanir tilheyra þó ekki eingöngu fortíðinni. Enn þann dag í dag verður fólk fyrir yfirnáttúrulegri reynslu sem það á erfitt með að skilja og útskýra. Dæmi um slíkt eru heimsóknir framliðinna ástvina en um þær verður fjallað hér. Ég hef sérstök tengsl við efnið þar sem ég hef sjálf upplifað nærveru framliðins ástvinar og fannst mér því áhugavert að rannsaka sambærilegar upplifanir hjá öðru fólk. Tvennt ólíkt er að finna fyrir nærveru drauga annars vegar og látinna ástvina sinna hins vegar og mun ég einblína á hið síðarnefnda.

Í þessari ritgerð mun ég leitast við að svara því hver reynsla fólks er af heimsóknum framliðinna ástvina. Hvað á sér stað í slíkum heimsóknum, hvaða áhrif hafa þær á þá sem upplifa þær og hvernig vinnur fólk úr slíkri reynslu? Til að byrja með verður fjallað um nokkur hugtök og kenningar og hvernig þau tengjast efninu. Þar á eftir verður aðferðafræðin rædd en stuðst var við eiginlegar rannsóknaraðferðir þar sem ég samdi og sendi út rafræna spurningakönnun og tók að auki viðtöl við fimm einstaklinga sem höfðu reynslu af heimsóknum framliðinna ástvina. Því næst beinist athyglin að því efni sem fékkst úr rannsókninni sjálfri en þrjú þemu voru mest áberandi í greiningu viðtalanna. Í fyrsta lagi er það næmnin sem viðmælendur mínir búa yfir en rætt verður um þá ýmsu þætti sem hún getur falið í sér. Í öðru lagi eru það heimsóknirnar frá framliðnu ástvinum þeirra sem þeir upplifðu og það sem á sér stað þegar á þeim stendur. Í þriðja og síðasta lagi verður fjallað um tilfinningarnar sem heimsóknirnar vekja og áhrifin sem þær hafa á viðmælendur mína.



## 2 Fræðilegt samhengi

Samband fólks við hið framliðna og sögur um efnið hefur mikið verið rannsakað sem þjóðfræðafni í gegnum tíðina, bæði hér á landi og erlendis. Í næstu þremur undirköflum mun ég ræða hinar ýmsu rannsóknir sem hafa verið gerðar í þessum efnum og fræðimennina bak við þær. Eins mun ég taka fyrir nokkur hugtök og kenningar en öll tengjast þau viðfangsefni rannsóknarinnar á einn eða annan hátt. Helstu hugtök sem ég mun fjalla um hér á eftir eru spíritismi, þjóðtrú og sagnir.

### 2.1 Spíritismi

*Spíritismi* eða *andatru* felur í sér þá trú á að lífið haldi áfram með einhverjum hætti eftir dauðann. Þó er þetta ekki skilgreint sem trúarstefna. Spíritistar telja að þegar við verðum fyrir þeirri breytingu sem við köllum dauða, haldi hugurinn áfram að vera til og að möguleiki sé þá fyrir látna að eiga samskipti við lifandi einstaklinga (Guðmundur Kristinsson, 2013: 257-258). Þetta rímar einstaklega vel við umfjöllunarefni ritgerðarinnar þar sem látnir eiga í samskiptum við ástvini sína sem enn eru á lífi.

Upphaf spíritisma hefur oft verið kennt við atburð sem átti sér stað í ákveðnu húsi í bandaríska smábænum Hydesville í New York árið 1848. Þangað voru systurnar Katie og Margaret Fox nýfluttar ásamt foreldrum sínum og talið er að á þessum tíma hafi þær verið um það bil 12 og 15 ára gamlar. Fjölskyldan taldi sig reglulega verða vitni að ýmis konar dularfullum hljóðum og hreyfingum í húsinu og var það því orðið venja að systurnar svæfu í svefnherbergi foreldranna. Eitt kvöldið þegar fjölskyldan var lögst til hvílu fóru samfelld högg að heyrast í veggjum og gólfi hjónaherbergisins. Katie, yngri systirin, ákvað þá að prófa að smella fingrunum en það varð upphafið að dularfullri atburðarás. Högginn byrjuðu að fylgja Katie og fyrir hvern smell heyrðist eitt högg. Margaret, eldri systirin, hóf síðan að klappa höndunum og líkt og áður fylgdu högginn (Bjarni Guðmarsson og Páll Ásgeir Ásgeirsson, 1996: 14-15; Pimple, 1995: 76-77).

Fjölskyldan taldi að um yfirnáttúrulega veru væri að ræða og tók til bragðs að spyrja andann ýmissa spurninga sem hann svaraði með samsvarandi höggum, eitt fyrir nei og tvö fyrir já. Önnur aðferð var að lesa upp stafrófið en þá gat andinn stafað svörin með því að banka þegar rétti bókstafurinn var lesinn upp. Eftir mikla yfirheyrslu kom í ljós að andinn hafði heitið Charles B. Rosma þegar hann var á lífi en hafi verið myrtur í húsinu um fimm árum áður. Fregningar um þessa andlegu hæfileika Fox systra bárust fljótt um bæinn

og á komandi árum urðu þær nafnkunnir miðlar en svo virtist sem alls kyns andar leituðu til þeirra úr öllum áttum (Bjarni Guðmarsson og Páll Ásgeir Ásgeirsson, 1996: 15; Pimple, 1995: 77-80). Enn í dag er umdeilt hvort hæfileikar þeirra hafi í raun verið ósviknir en margir hafa talið þær vera svikahrappa og vísað sögu þeirra á bug.

Fræðimaðurinn Kenneth D. Pimple hefur rannsakað tilkomu spíritismans. Líkt og fram hefur komið telja margir fræðimenn upplifun Fox systra hafa markað upphaf spíritisma en Pimple segir það fráleitt. Hann færir rök fyrir því að spíritismi eigi uppruna sinn í hefðbundinni draugatrú sem hafi síðan þróast og breyst. Sögur af húsum sem reimt var í voru algengar á þessum tíma en af einhverjum ástæðum varð sagan af Rosma upphafið að alþjóðlegri trúarhreyfingu. Samkvæmt Pimple þurfti að frelsa drauginn frá hefðinni til að spíritisminn gæti rutt sér til rúms (Pimple, 1995: 78, 81).

Á Íslandi fór fyrst að bera á spíritisma seint á 19. öld en hann náði ekki fótfestu fyrr en í upphafi 20. aldar. Um haustið 1918 barst spænska veikin til landsins og náði hún hámarki undir lok ársins. Vegna margra dauðsfalla varð sorgin ríkjandi í samfélaginu og meðal syrgjandi aðstandenda myndaðist mikil eftirspurn eftir fregnum af látnum ástvinum (Bjarni Guðmarsson og Páll Ásgeir Ásgeirsson, 1996: 17-18, 119-120). Þann 19. desember sama ár var Sálarrannsóknarfélag Íslands (SRFÍ) stofnað, meðal annars til að anna þessari eftirspurn og fékk byr undir báða vængi. Félagið er starfrækt enn í dag og í 2. grein laga þess segir að „tilgangur félagsins [sé] að efla áhuga og virðingu almennings á andlegum málum, stuðla að mann- og hugrækt og standa að almennri fræðslu um andleg mál, með áherslu á kynningu á sálarrannsóknum nútímans“ (Sálarrannsóknarfélag Íslands, e.d.). Upphaf Sálarrannsóknarfélagsins er sérstaklega áhugavert í ljósi umfjöllunarefni ritgerðarinnar og enn í dag starfa þar miðlar sem aðstoða fólk við að komast í samband við látna ástvini sína.

## 2.2 Þjóðtrú

Merking hugtaksins *þjóðtrú* hefur tekið breytingum í gegnum tíðina en í upphafi merkti orðið það sama og ríkistrú eða þjóðkirkja. Á sama tíma var hugtakið *hjátrú* notað yfir „aðra trú en hina einu sönnu biblíutrú“ (Árni Björnsson, 1996: 83). Í kringum aldamótin 1900 fór svo merking orðanna að hallast meira að þeim skilningi sem flestir leggja í þau í dag (Árni Björnsson, 1996: 79, 83). Nú er skilgreining hugtaksins þjóðtrú orðin andstæð gömlu merkingu þess þar sem það er notað um hin ýmsu trúarviðhorf sem falla ekki undir

viðurkennd trúarbrögð. Þjóðtrú hefur alltaf sterk tengsl við menningu, siði og venjur fólks hvers tíma. Hún er oft trú á eitthvað yfirnáttúrulegt og er notuð til að útskýra óútskýranlega hluti í lífi fólks (Gísli Sigurðsson, 2002).

Deilur hafa þó orðið meðal fræðimanna um það hvað fellur undir orðið þjóðtrú. Í greininni *Hvað merkir þjóðtrú?*, sem birtist í tímaritinu Skírni árið 1996, fjallar þjóðháttáfræðingurinn Árni Björnsson um það hve villandi hugtakið sé. Hann bendir á að orðið þjóðtrú feli í sér ýkjur þar sem það gefi í skyn trúfesti þjóðarinnar allrar. Hann telur að í stað orðins þjóðtrú ætti frekar að nota orðið „furðutrú“ eða tala einfaldlega um trú á drauga, álfa o.s.frv., eftir því sem við á (Árni Björnsson, 1996: 103-104). Ári síðar birtist greinin *Til varnar hjátrúnni* eftir bókmenntafræðinginn Matthías Viðar Sæmundsson í tímaritinu Fjölni, sem svar við grein Árna. Þar bendir hann á að forsendur Árna fyrir því að hafna orðinu þjóðtrú séu hreinlega rangar þar sem rannsóknir hafi sýnt fram á að „mikill meirihluti Íslendinga [hafni] skynsemistrú og efnishyggu“ (Matthías Viðar Sæmundsson, 1997, 90).

Árið 1974 framkvæmdi sálfræðingurinn Erlendur Haraldsson umfangsmikla megindlega rannsókn hér á landi. Þar kannaði hann þjóðtrú, trúarviðhorf og dulræna reynslu Íslendinga og fól rannsóknin meðal annars í sér spurningar sem sneru að framliðnu fólki, reimleikum og fleiru í þeim dúr. Könnunin var svo aftur send út árin 2006 og 2007 með fleiri og ítarlegri spurningum í umsjón Terry Gunnell, prófessors í þjóðfræði við Háskóla Íslands, í samvinnu við Erlend. Þegar niðurstöður þessara kannana eru skoðaðar er áhugavert að sjá að þrátt fyrir rúmlega þrjá áratugi á milli þeirra svipar svörum þeirra oft saman. Margir myndu eflaust telja að þjóðtrú á Íslandi væri minna áberandi nú en áður en þvert á móti hefur hún aukist á mörgum sviðum. Til dæmis var hlutfall þeirra einstaklinga sem telja sig hafa orðið varir við návist látinnar manneskju 31% í fyrri könnuninni en 40% í þeirri seinni (Ásdís Aðalbjörg Arnalds, Ragna Benedikta Garðarsdóttir og Unnur Diljá Teitsdóttir, 2008: 227).

Áhugavert er að skoða upplifanir fólks af hinu framliðna í rannsókninni. Samkvæmt niðurstöðum könnunarinnar er trú á framhaldslíf einnig sterk meðal Íslendinga. Út frá þeim má reyndar sjá að sannfæring um tilvist þess hefur veikst með árunum en þrátt fyrir það er hlutfall þeirra lágt sem afneita möguleika þess algerlega (sjá töflu 1) (Ásdís Aðalbjörg Arnalds, Ragna Benedikta Garðarsdóttir og Unnur Diljá Teitsdóttir, 2008: 236).

**Tafla 1: Telur þú framhaldslíf vera...**

	Úrtak 1974	Úrtak 2006	Úrtak 2007
Óhugsanlegt	2%	5%	8%
Ólíklegt	5%	11%	10%
Mögulegt	21%	34%	35%
Líklegt	30%	28%	23%
Visst	43%	22%	24%
Fjöldi alls	846	630	301

Hið sama má segja um trú Íslendinga á skyggni, eða þann hæfileika að skynja framliðna, en mikill meirihluti svarenda taldi í það minnsta vera möguleika á tilvist þess eiginleika (sjá töflu 2) (Ásdís Aðalbjörg Arnalds, Ragna Benedikta Garðarsdóttir og Unnur Diljá Teitsdóttir, 2008: 232).

**Tafla 2: Telur þú skyggni vera...**

	Úrtak 1974	Úrtak 2006	Úrtak 2007
Óhugsanlegt	2%	6%	7%
Ólíklegt	5%	8%	9%
Mögulegt	33%	35%	35%
Líklegt	27%	26%	23%
Visst	33%	25%	25%
Fjöldi alls	833	640	313

Með niðurstöðum þessara spurninga sést að stór hluti þjóðarinnar telur ekki aðeins vera möguleika á því að lífið geti haldið áfram eftir dauðann, heldur einnig að fólk geti birst okkur á einhvern hátt eftir að það hefur látist (sjá einnig Erlendur Haraldsson, 1978; Gunnell, 2007).

### 2.3 Sagnir

Frásagnir af upplifunum eða reynslu af yfirnáttúrulegum fyrirbærum kallast *sagnir*. Sænski þjóðfræðingurinn Carl Wilhelm von Sydow hefur mikið skrifað um sagnir og lýsir hann þeim meðal annars þannig: „Sögnin gerir kröfu um að vera frásögn raunverulegra atburða sem oft er rennt stöðum undir með því að tilgreina staðinn þar sem atburður

hefur gerst, nefna nöfn þeirra manna er koma við sögu og draga fram aðrar sannanir“ (von Sydow, 1951: 199; þýðing Jóns Hnefils Aðalsteinssonar, 1989: 233).

Til að auðvelda skilgreiningu á sögnum hefur ævintýrum oft verið stillt upp sem andstæðu þeirra. Svissneski þjóðsagnafræðingurinn Max Lüthi telur að helsti munurinn þeirra á milli sé sá að sagnir séu margvíðar á meðan ævintýri hafi aðeins eina vídd. Með þessu á hann við að sagnir eigi sér venjulega stað í þeim heimi sem við búum í og þekkjum og þar af leiðandi kemur það áheyrandanum á óvart þegar eitthvað yfirnáttúrulegt, úr annarri vídd, kemur við sögu. Aftur á móti eru ævintýri þannig sögð að verur líkt og álfar, nornir, draugar og svo framvegis tilheyra sama heimi og mannfólkið og eru þær því eðlilegur hluti af sögunni (Lüthi, 1982: 4-6). Þannig er það óvanalegt þegar framliðnir heimsækja heim hinna lifandi í sögnum, en ekki í ævintýrum.

Von Sydow hefur svo skipt sögnum í tvo flokka: *reynslusagnir* (e. memorats) og *sögusagnir* (e. fabulats). Reynslusagnir fjalla um persónulegar upplifanir sögumannsins og eru því sagðar í fyrstu persónu, en á hinn bóginn fjalla sögusagnir um reynslu annarra (von Sydow, 1978: 66-67). Hið yfirnáttúrulega er oft sterkt þema í reynslusögnum, enda hefur þeim verið lýst sem „[endurminningum] með þjóðtrúarívaði“ (*Hugtök og heiti í bókmenntafræði*, 1983: 273). Þegar reynslusagnir eru sagðar er trú sögumannsins á hið yfirnáttúrulega ekki byggð á getgátum og vangaveltum, heldur raunverulegum atburðum sem hann hefur sjálfur upplifað (Honko, 1989: 103). Líkt og koma mun í ljós í komandi köflum er öruggt að segja að þessi skilgreining eigi vel við frásagnir viðmælenda minna en allir voru þeir sannfærðir um tilvist framliðinna vegna persónulegrar reynslu af nærveru þeirra.

Þá er einnig nauðsynlegt að fjalla hér stuttlega um draugasögur en þrátt fyrir að umfangllunarefni þessarar ritgerðar séu ekki beinlínis draugasögur tengjast þær efninu þó óneitanlega þar sem hvoru tveggja segja frá samskiptum við handanheimana. Draugasögur hafa lengi verið veigamikill hluti af sagnahefð Íslendinga og eru margar slíkar enn þjóðþekktar í dag. Þar á meðal má nefna þjóðsögurnar Djákninn á Myrká og Móðir mín í kví, kví. Eftirfarandi texta skrifaði þjóðfræðingurinn Jón Hnefill Aðalsteinsson um sögu og tilgang íslenskra draugasagna:

Draugasögur eru jafngamlar þjóðinni og hafa lifað góðu lífi í þjóðmenningunni allt til þessa dags. Í öllum meiriháttar þjóðsagnasöfnum skipa þær verulegan sess. Hlutverk þeirra var að vera mönnum afþreying og vekja eftirvæntingu, oft samfara

kvíðablöndnum hrolli. Áhrif draugasagna í menningunni hafa einnig orðið til að halda við þeirri þjóðtrú sem bar þær uppi. Fólk sem ólst upp við vel sagðar og lifandi draugasögur túlkaði gjarnan minnsta þrusk í myrkri sem afturgöngur á ferli og þjóðkunnir draugar voru víða séðir og heyrðir að því er talið var. Og þegar eitthvað bar við sem ógerlegt reyndist að skýra með venjulegum náttúrufræðilegum rökum þá var handhægt að leita á náðir draugatrúarinnar. Stundum varð úr slíku mögnuð draugasaga (Jón Hnefill Aðalsteinsson, 1989: 268-269).

Hlutverk draugasagna virðist hafa haldist nokkuð svipað til dagsins í dag og það má til dæmis sjá á vinsældum hlaðvarpsins *Draugasögur* en þáttastjórnendur þess gefa sig út fyrir að segja sögur „sem fá hárin til að rísa“ (*Draugasögur*, e.d.). Einnig hefur fylgi Facebook-hópsins *Sannar íslenskar draugasögur* færst mikið í aukana undanfarna mánuði og þegar þetta er skrifað eru rúmlega tíu þúsund meðlimir innan hans. Inn í hópinn deila meðlimir reynslusögnum sína á milli og er tilgangur hans skýr samanber lýsingu hans:

Það eru til ógrynni af sögum af fólki sem hefur reynt eitthvað yfirskilvitlegt. Fólk sem hefur heyrt hljóð sem ekki er hægt að útskýra, séð eitthvað óljóst eða mjög ljóst, eitthvað sem birtist og hverfur síðan jafnskjótt. Það væri gaman að safna þessum sögum hér inn, slökkva ljósin og lesa þær sögur undir sæng, rétt áður en maður fer að sofa. Hræðum hvort annað og setjum inn sögur af reynslum okkar (*Sannar íslenskar draugasögur*, e.d.).

Það sem draugasögur eiga sameiginlegt með þeim frásögnum sem safnað var fyrir þessa rannsókn er að þær fjalla allar um látna einstaklinga sem birtust lifandi fólki eftir dauðann. Munurinn er hins vegar sá að í hinum síðarnefndu voru hinir látnu einstaklingar ástvinir heimildarmannanna og hafa þær því sérstaka þýðingu fyrir þeim. Í fæstum tilvikum kýs fólk að nota orðið *draugur* yfir látna ástvini sína og í ljósi þess mun ég ekki nota orðið *draugasögur* þegar ég vísa í slíkar frásagnir.

### 3 Aðferðafræði

Aðferðafræðin er mikilvægur hluti af rannsóknarferlinu og gæta þarf að því að vinna hana á réttan og siðferðilegan hátt. Við þessa rannsókn voru eigindlegar rannsóknaraðferðir (e. qualitative research) notaðar en þótti mér þær eiga best við viðfangsefnið. Í eigindlegum rannsóknum eru viðtöl oft stór hluti af gagnasöfnun og fannst mér það henta afar vel þar sem ég vildi gefa heimildarmönnum mínum það svigrúm sem sú rannsóknaraðferð býður upp á – að segja frá upplifun sinni og reynslu með eigin orðum. Þannig geta oft komið í ljós hinar ýmsu upplýsingar sem safnara hefði ef til vill aldrei annars dottið í hug að spyrja um og takmarkast viðtalið því ekki aðeins við fyrirfram ákveðin þemu og áherslur (Yow, 2015: 5-6).

Þau frumgögn sem nýtt eru í þessari rannsókn eru tvö konar. Annars vegar eru það svör úr rafrænni spurningakönnun sem ég útbjó og dreifði áfram á netinu og hins vegar viðtöl sem ég tók við fimm einstaklinga, einn karlmann og fjórar konur, en þau stóðu yfir í um það bil eina klukkustund hvert. Í næstu undirköflum verður rætt um gagnasöfnunina sem fram fór fyrir rannsóknina og úrvinnslu gagnanna.

#### 3.1 Spurningakönnun

Fyrsta skrefið að því að safna gögnum fyrir rannsóknina var að búa til spurningakönnun en það er góð leið til þess að finna viðmælendur og í leiðinni safna frásögnum frá fólki úr ólíkum áttum. Í grein sinni *Heimskuleg spurning fær háðulegt svar* nefna Jón Jónsson og Sigurður Gylfi Magnússon að „megingildi svaranna við spurningalistunum [sé] að þar koma fram persónulegar skoðanir fólks af ólíkum stigum á afmörkuðum fyrirbærum sem oft getur verið erfitt að nálgast á annan hátt,“ en var það einmitt ein helsta ástæða þess að ég valdi þessa aðferð (Jón Jónsson og Sigurður Gylfi Magnússon, 1998: 48).

Dreifing spurningakönnunarinnar fór með öllu fram á Facebook. Ég byrjaði á að deila honum á minni persónulegu síðu og veittu margir vinir, ættingjar og kunningjar hjálp sína með því að deila honum áfram. Söfnunin gekk vel en þó þurfti ég fleiri svör til að vinna úr. Tæpum þremur vikum síðar ákvað ég því að deila könnuninni inn á hópinn *Sannar íslenskar draugasögur* með það að markmiði að fá enn meiri fjölbreytni í svarendahópinn. Þó nokkuð magn af svörum bættist þá við og þegar þau voru orðin alls 64 talsins tók ég þá ákvörðun að loka fyrir könnunina svo að ekki væri hægt að senda inn fleiri svör en hefðu þau orðið mikið fleiri hefði úrvinnsla þeirra orðið of umfangsmikil. Til þess má geta

að nokkur þeirra svara sem bárust var ekki hægt að nýta í rannsóknina en sjö svarendur sögðust til að mynda aldrei hafa upplifað nærveru framliðinna. Einnig voru fjögur tilvik þar sem svarendur vissu ekki hver hin framliðna manneskja var, sem þeir urðu varir við, og því ekki öruggt að um ástvini þeirra hafi verið að ræða.

Spurningakönnunin fékk yfirheitið *Reynsla af framliðnum ástvinum* og útbjó ég hana á Google Docs en þar getur fólk sett inn nafnlaus svör sem ekki er hægt að rekja. Í kynningartextanum kom fram að svör sem fengjust úr könnuninni yrðu nýtt í lokaverkefni mínu til BA prófs, að nafnleynd yrði heitið og að hægt væri að hafa samband við mig með tölvupósti ef einhverjar spurningar vöknudu varðandi könnunina. Engir slíkir póstar bárust mér þó. Þegar kom að því að semja spurningarnar krafðist það mikillar umhugsunar. Mótun spurninga er mikilvægt atriði og huga þarf að því hvort betur henti rannsókninni að hafa þær opnar eða að nota orðalag til að leiða svarendur í ákveðinn farveg (Jón Jónsson og Sigurður Gylfi Magnússon, 1998: 52). Ég komst að þeirri niðurstöðu að gott væri að hafa spurningar af báðum gerðum og voru sumar þeirra opnar en aðrar með fyrirframákveðnum valmöguleikum. Könnunin innihélt að lokum átta spurningar.

Fyrstu þrjár spurningarnar sneru að bakgrunni svarenda þar sem spurt var um aldur, kyn og búsetu. Þær voru allar skyldugar, það er að segja þær voru forsendur fyrir því að geta skilað inn frásögnum sínum, en þó var alltaf í boði að haka við valkostinn „vil ekki svara.“ Algengasta aldursbil svarenda var 20-29 ára en 34,4% völdu þann valkost, og þar á eftir dreifðust svarendur heldur jafnt á milli 30-39 ára, 40-49 ára og 50-59 ára. Enginn valdi „vil ekki svara“. Mun fleiri konur tóku þátt í könnuninni en þær voru 52 talsins á meðan karlarnir voru ekki nema 12. Enginn valdi „önnur skilgreining“ né „vil ekki svara.“ Þegar kom að búsetu var meirihluti svarenda frá höfuðborgarsvæðinu, eða 53,1%. Ein manneskja nýtti sér möguleikann „vil ekki svara“. Út frá þessu sést því að hinn dæmigerði svarandi var 20-29 ára kona frá höfuðborgarsvæðinu. Hugsanlegt er að þetta endurspegli að einhverju leyti hvar könnuninni var dreift, þar sem þetta er einnig sá hópur af fólki sem ég sjálf tilheyri. Þó var reynt að koma í veg fyrir slíkt, meðal annars með dreifingu í fyrrnefndum Facebook-hópi.

Á eftir bakgrunnsspurningunum þremur voru fimm opnar spurningar sem fjölluðu um reynslu svarenda af framliðnum ástvinum. Þær hljóðuðu svona:



1. Segðu frá þinni reynslu af hinu framliðna
2. Hversu oft hefur þú upplifað nærveru einhvers framliðins?
3. Hvernig var hin framliðna manneskja, sem þú varðst var/vör/vart við, tengd þér?  
(T.d. skyldmenni, maki, vinur o.s.frv.)
4. Á hvaða hátt upplifðir þú þessa nærveru? (T.d. með sjón, heyrn o.s.frv.)
5. Hvernig tilfinningar komu fram þegar þessi reynsla átti sér stað?

Eins og sést er fyrsta spurningin mjög opin og hægt að túlka á mismunandi vegu. Var hún jafnframt sú eina sem var skyldug (að undanskildum bakgrunnsspurningunum) þar sem hún sneri að almennri upplifun svarenda af hinu framliðna. Þó að mér hafi fundist allar spurningarnar vera mikilvægur hluti af gagnasöfnuninni ákvað ég að hafa næstu fjórar valkvæðar. Það gerði ég til þess að forðast endurtekningu, ef svörin við þeim kæmu fram í þeirri fyrstu, en þrátt fyrir það settu flestir inn svar við öllum spurningunum. Í lokin óskaði ég eftir því að svarendur skildu eftir nafn sitt og netfang ef þeir hefðu tök og áhuga á því að koma í viðtal en þar sem könnunin var nafnlaus tók ég fram að það væri að sjálfsgöðu ekki skilyrði. Þar sem við vorum stödd í miðjum heimsfaraldri á þessum tímapunkti lét ég það einnig koma fram að möguleiki væri á að hafa viðtalið rafrænt ef þess væri frekar óskað.

### 3.2 Viðtöl

Þegar spurningakönnuninni hafði verið lokað var næsta skref að velja viðmælendur. Þar sem mikið magn af áhugaverðum svörum hafði borist var stórt verkefni framundan að velja úr þeim. Líkt og fram kom í kafla 3.1 var ekki skilyrði fyrir svarendur að gefa upp upplýsingar til að hafa samband vegna viðtals og fylgdu þær því alls ekki með öllum svörum. Af þeim svörum sem hægt var að nýta í rannsóknina, það er að segja þeim sem sögðu frá reynslu af framliðnum ástvinum, skildi alls 31 svarandi eftir netfang eða símanúmer. Það þýddi að úrval viðmælenda minnkaði um um það bil helming og auðveldaði það því valið töluvert. Næstu daga og vikur fór ég vandlega yfir svörin úr könnuninni og valdi svarendur með áhugaverðar sögur að segja. Að lokum endaði fjöldi viðmælenda á að vera fimm talsins.

Líkt og fram kom í upphafi spurningakönnunarinnar lofaði ég að gæta að nafnleynd svarenda og geri ég slíkt hið sama þegar kemur að viðmælendum mínum. Því hef ég gefið

þeim öllum dulnefni sem notast verður við í ritgerðinni. Ástæðan fyrir þessari ákvörðun er að efnið sem um ræðir er oftast afar persónulegt og stundum komu upp viðkvæm málefni. Því fannst mér mikilvægt að vernda friðhelgi viðmælenda minna og koma í veg fyrir að hægt sé að rekja frásagnirnar til þeirra. Mun ég til að mynda einungis taka fram kyn og aldursbil þeirra en ekki búsetu líkt og spurt var um í spurningakönnuninni. Eftir að ég hafði lokið við að taka öll viðtölin fékk ég einnig undirskrift frá öllum viðmælendum í tölvupósti undir formlegt leyfi fyrir því að nota gögnin í rannsókninni.

Fyrsta viðtalið átti sér stað þann 30. nóvember 2020. Það var tekið við Andra, 30-39 ára karlmann og fór það fram í gegnum fjarfundabúnaðinn Teams. Þetta forrit varð fyrir valinu vegna þess að Andri hafði ekki tök á að hitta mig í persónu en með því að nota það var möguleiki fyrir okkur að sjá hvort annað í mynd og einnig að taka viðtalið upp. Annað viðtalið tók ég 2. desember 2020 við Lilju, konu á aldrinum 20-29 ára. Það átti sér stað á heimili hennar og notaðist ég við upptökuforrit í snjallsímanum mínum til að taka það upp. Þriðja viðtalið var tekið við Söru, 20-29 ára konu, þann 17. desember 2020. Áætlað var að það færi fram á Teams en tæknileg vandamál urðu til þess að við þurftum að nýta okkur samskiptaforritið Messenger í staðinn. Því fylgdu óneitanlega skert gæði en þrátt fyrir truflanir á viðtalinu hafði það ekki mikil áhrif á innihald þess. Fjórða viðtalið var það síðasta til að fara fram með rafrænum hætti en það var tekið þann 28. desember 2020 við Katrínu, 30-39 ára konu, á Teams. Fimmta og síðasta viðtalið var svo tekið 13. janúar 2021 við Erlu, 30-39 ára konu en það fór fram á heimili mínu í Reykjavík og notaði ég aftur símann til að taka það upp.

Meginmarkmiðið með viðtölunum var að fá góða innsýn inn í reynsluheim viðmælendanna en allir eiga þeir það sameiginlegt að hafa upplifað nærveru framliðinna ástvina sinna á einn eða annan hátt. Sú aðferð að taka viðtöl leggur áherslu á sjónarmið viðmælenda og getur hún því gefið upplýsingar sem ekki er hægt að afla með neinum öðrum rannsóknaraðferðum (Leavy, 2011: 3; Yow, 2015: 9). Til þess að ná sem bestum árangri þarf að vanda val sitt á spurningum og huga þarf að því að hafa þær eins opnar og völ er á (Leavy, 2011: 13). Ég hafði því alltaf tilbúinn viðtalsramma til hliðsjónar en engu að síður lagði ég áherslu á að leyfa viðmælendum að stjórna ferðinni. Ég gaf þeim ávallt tækifæri á að leiða umræðuna í þeirra eigin áttir, svo lengi sem hún var innan ramma

viðfangsefnisins, en þegar þeir höfðu ekki fleiru við að bæta sneri ég mér að viðtalsrammanum.

Eftir að viðtölin höfðu verið tekin hófst úrvinnsla gagnanna sem safnað hafði verið. Notast var við kóðun sem byggist á því að finna sameiginleg þemu í viðtölunum og öðrum gögnum (Creswell og Poth, 2018: 259). Í næstu köflum verður gerð grein fyrir þeim þemum sem birtust endurtekið í efninu, svo sem næmni viðmælendanna og upplifun þeirra af framliðnum almennt, áhrif og tilfinningar sem fylgja heimsóknnum framliðinna ástvina og hugmyndir viðmælendanna um trú.

## 4 Næmni

Viðmælendur mínir segja allir frá því að þeir búi yfir mikilli næmni sem flest annað fólk virðist ekki hafa. Þessi næmni hefur verið hluti af veruleika þeirra frá barnæsku og skipar hún stóran sess í þeirra daglega lífi þar sem margir upplifa eitthvað yfirnáttúrulegt á hverjum degi. Næmnin á sér margar birtingarmyndir og getur meðal annars falið í sér að eiga samskipti við framliðna einstaklinga, að skynja hvort þeir hafi góða eða slæma nærveru eða að vita að einhver sé látinn áður en fréttirnar af því berast. Næmni er þó ekki einungis að finna fyrir nærveru framliðinna heldur getur hún einnig falið í sér að skynja lifandi fólk á einn eða annan hátt. Til að fá innsýn inn í reynsluheim viðmælenda minna tel ég mikilvægt að fjalla um næmni þeirra áður en athyglin beinist að sjálfum frásögnunum af heimsóknum ástvina þeirra.

### 4.1 Hluti af hversdagsleikanum

Í viðtölunum sem tekin voru fyrir þessa rannsókn er áberandi orðræða um það hve hversdagslegar yfirnáttúrulegar upplifanir geta verið í lífi viðmælendanna. Í gegnum ævina hafa flestir þeirra fundið fyrir nærveru framliðinna (ástvina og ókunnugra) með reglulegu millibili, sumir þeirra jafnvel daglega, og er hún því orðinn stór hluti af raunveruleika þeirra. Að finna fyrir nærveru látins fólks er til dæmis afar hversdagslegur atburður í lífi Söru, einna viðmælenda minna, en hún segir meðal annars: „ég veit að ég er einhvern veginn aldrei alveg hundrað prósent ein“ (AS\_3, 2020). Yfir helmingur þeirra sem svöruðu spurningakönnuninni sögðust einnig oft upplifa nærveru einhvers framliðins.

Erla segir frá því hvernig yfirnáttúrulegar upplifanir eru daglegt brauð á hennar heimili. Hún og fjölskylda hennar heyra til dæmis oft fótatak á ganginum, ókunnugan hlátur, undarlega lykt og fleira í þeim dúr (AS\_5, 2021). Mismunandi er hvernig áhrif þessar heimsóknir geta haft á viðmælendur mína en í mörgum tilvikum kippa þeir sér ekki mikið upp við þær. Hér er dæmi um það úr viðtali mínu við Katrínu:

Þegar ég er ein, þá finnst mér oft eins og það sé einhver inná heimilinu ... eins og ég heyri bara svona ... eins og einhver sé þar. En ég verð aldrei hrædd, ég finn bara hmmm það er einhver hérna, þú veist, en ekkert, út af því að ég finn að þessi hljóð koma innan íbúðarinnar – ég veit það heyrir á milli en ég finn að þú veist hljóðið er eins og inní stofu eða eitthvað svona, en ég verð aldrei hrædd, ég er bara alveg sallaróleg. [...] en ég hef hugsað „ó það er einhver hérna ... ó þetta er bara vinalegt“ (AS\_4, 2020).

Í þessari frásögn er nærveran ekki óvelkomin og Katrín finnur ekki fyrir hræðslu. Í viðtali mínu við Andra segir hann einnig frá yfirnáttúrulegri upplifun sem, líkt og í frásögn Katrínar, olli ekki hræðslu. Þá var hann að gera upp gamalt hús og fékk hann reglulega hjálp frá tveimur mönnum. Eldsnemma einn laugardagsmorgun var Andri mættur til vinnu í húsinu:

Ég kem inn í húsið, og hérna, og það er svona stigi upp, á efri hæðina ... og ég heyri bara á efri hæðinni, þú veist það voru fullt af blöðum til þess að leggja undir, uu, málningarvinnu ... og ég heyri að það er bara einhver að hamast í blöðunum, bara þú veist eins – eins og það sé einhver að fara að leggja þau bara út um allt og, það á bara að fara að gera og græja. Og ég kalla bara eitthvað svona upp „heyðu [nafn annars mannsins] minn, hva ertu bara mættur“ og eitthvað svona. Og, ekkert svar og áfram er hamast í blöðunum ... alveg á fullu ... og þú veist þau voru bara í svona stafla ... blöðin sko, þau voru ekkert, þau voru ekkert út um allt ... daginn áður það er að segja. Ég bara [andvarpar], jæja ókei og eitthvað svona, og næ í hamar eða eitthvað og ... og svo labba ég upp stigann, og ennþá er blaða-, blaðahávaðinn þarna uppi, og hann svona beygir, um miðja vegu stiginn, þegar ég fer í beygjuna þá hætta hljóðin sko og fer– kem ég upp bara, sekúndubroti síðar ... þá er bara stafllinn grafkjurr á sínum stað og engin hljóð lengur. Og þá er eins og einhver hafi verið að bara, hamast í blöðunum, og hérna, mér verður svo brugðið, því ég var bara svo hissa – ég var ekkert hræddur, ég var bara svo hissa. Bara hvernig – hvað, hvernig stóð á þessu? (AS\_1, 2020).

Lilja er á sama máli og finnur einnig sjaldan fyrir hræðslu þegar kemur að nærveru framliðinna. Þvert á móti finnst henni hreinlega þægilegt og hughreystandi að finna fyrir framliðnum í kringum sig. Í því samhengi nefnir hún til dæmis að henni finnist gott að halda gestagangi í lágmarki til þess að hinir framliðnu forðist ekki heimili hennar:

Núna ert þú í heimsókn og það er enginn hérna núna, eða þú veist, þetta er ... þetta er soldið þannig, þú veist þetta er okkar hérna á milli – það var afmæli hérna til dæmis núna, á laugardaginn. [...] Allan sunnudaginn kom enginn. Og ekki í gær. Aðeins í nótt, en, það er svona oft svona ... á meðan það eru leifar eftir af fólkinu [hlær] eða þannig, svona sem hafa verið, þá koma þau ekki, [...] þannig að mér finnst voða fint ekki að fá gesti [hlær] (AS\_2, 2020).

Svo virðist sem viðmælendur mínir hafi einfaldlega vanist umgangi framliðinna í gegnum tíðina en þeir eiga það allir sameiginlegt að næmni þeirra hefur verið til staðar allt frá barnsaldri. Þeir lýsa allir atburðum sem gerðust í æsku þar sem þeir voru heimsóttir af framliðinni manneskju en slík reynsla fannst þeim flestum mun erfiðari þá en í dag. Þá höfðu þeir ekki fullan skilning á því sem þeir voru að upplifa sem olli því hræðslu. Sem dæmi má nefna eina af fyrstu yfirnáttúrulegu upplifunum Andra. Hann segist hafa verið

um þriggja eða fjögurra ára og var hann þá í heimsókn hjá ömmu sinni og afa sem bjuggu í gömlu húsi:

Við gistum ofan í kjallaranum ... og ég man ég vaknaði og þá lá ég svona – svaf örugglega á milli foreldra minna – ég vakna svona og rís eitthvað upp, og þá er svona, það var slökkt inni herberginu ... og ... það var ljós fram á gangi, og hurðin var opin, og í hurðinni stendur einhver lítil vera og, horfir á mig. Og hérna, ég var svo hræddur ég bara grúfði mig niður í koddann og svo gægist ég aftur og hún stóð ennþá þarna sko. Svo einhvern tímann sofna ég og ... og vakna svo daginn eftir og þá náttúrulega var ekkert þarna. [...] Þetta er allavega óútskýrt skulum við segja (AS\_1, 2020).

Erla segir frá því að næmni hennar hafi verið til staðar alla ævi og Sara er á sama máli, enda ólst hún upp á sveitabæ sem reimt var í (AS\_5, 2021; AS\_3, 2020). Sara segist alla tíð hafa verið næm gagnvart látnu fólki, hvort sem hún hafi nokkurn tímann þekkt það eða ekki (AS\_3, 2020). En ekki er nóg með að allir viðmælendur mínir hafi upplifað næmni frá unga aldri, heldur tala einnig flestir um að upplifa slíka næmni hjá sínum eigin börnum. Lilja hefur áhugaverða skýringu á þessu:

Ég og amma [erum] alveg viss um að börn eru alltaf næmari, og svona, að þau séu að tala við englana, þegar þau fara að tala svona út í loftið, að þau séu eitthvað að tala við einhverja engla. Mér finnst það alltaf fallett þegar amma talar um það (AS\_2, 2020).

Þetta er í samræmi við algenga trú á að börn séu almennt næmari en fullorðið fólk en vaxi svo upp úr því með aldrinum (Rach, 2018; *Börn sjá meira en við hin*, 2001).

Misjafnt er þó hve hversdagslegir viðburðirnir eru fyrir viðmælendunum. Þeir lýsa oft upplifunum sínum sem einhverju óútskýranlegu en sumir þeirra reyna þó engu að síður að finna einhvers konar skýringu á þeim, eins og hver sá framliðni sé eða hvers vegna hann sé að gera vart við sig. Andri segist til dæmis alltaf vera að „reyna að skilja þetta óútskýranlega“ og segir frá eftirminnilegu atviki sem honum tókst að finna skýringu á (AS\_1, 2020):

[Ég] var að vakna um morguninn ... inni svefnherbergi. Og ég fæ alltaf svona tilfinningu eins og það sé kona inni herberginu. Og ... svo fæ ég tilfinningu eins og það sé kall og kona í herberginu ... en sé ekki neitt [...]. Og ég upplifi þetta, [...] og fer bara niður ... og er síðan eitthvað að gera allan daginn. Svo ... kemst ég að því að kona, ein hafi dáið bara um, nóttina. [...] Og já ég vissi allavega að þessi kona sem sagt hún, pabbi hennar hafði byggt húsið, mitt ... þannig að hún hafði alist upp í húsinu, og eitthvað, en, ég held að hún hafi bara flust annað í burtu og, eitthvað svona og, vissi ekki meira um það. Svo er ég, ég sem sagt er að syngja í kirkjukórnum þegar hún er

jarðsett [...]. Og í ræðunni ... þá kemur fram að þessi kona hafði einmitt, hafið búskap sinn í húsinu mínu, og með manninum sínum sem að dó nokkrum árum á undan. Og þá bara svona ... já, það eru þau, og þau voru að hittast aftur þarna, í einhverju herberginu, gamla herberginu sem þau bjuggu í. Og þá bara svona einhvern veginn afhjúpaðist það ókei, þarna var– þetta var bara það. Þarna voru þau bara einhvern veginn, að hittast og ég var bara að trufla það, þegar ég var sofandi, á meðan þau voru að hitta hvort annað eftir – eftir nokkurra ára aðskilnað (AS\_1, 2020).

Ólíkt Andra finnur Sara hins vegar ekki þá þörf að reyna að finna skýringar á upplifunum sínum. Í viðtalinu talar hún um að hún sé orðin vön því að finna fyrir nærveru framliðinna, þar sem slíkt hafi verið hluti af hennar daglega lífi frá því hún man eftir sér. Þar af leiðandi hefur þetta allt saman orðið eðlilegt fyrir henni og hefur lítil áhrif á hana. Sjálf orðar hún það þannig: „þegar maður er búinn að lifa með þessu alla sína ævi þá kannski svona, þælir maður svona lítið í þessu – það er bara einhvern veginn alveg eins og venjulegt þannig að maður kannski áttar sig ekki á því að þetta sé, ekki eðlilegt fyrir öðrum“ (AS\_3, 2020). Bersýnilega er næmni stór hluti af lífi allra viðmælenda minna og verður næst fjallað nánar um hvað hún felur í sér.

#### **4.2 Birtingarmyndir næmni**

Líkt og nú er orðið ljóst eru allir viðmælendur mínir næmir fyrir látnu fólki og upplifa þeir tíðar heimsóknir frá þeim. Næmni þeirra ristir þó mun dýpra en það og verður nú betur gert grein fyrir því af hverju hún stafar og hvaða þætti hún felur í sér. Erla nefnir meðal annars að þegar hún hafi verið ung virtist vera sem að alltaf hafi einhver framliðin manneskja verið inni á heimilinu að reyna að ná athygli hennar eða annarra í fjölskyldunni. Á fullorðinsárunum hefur þetta ekki minnkað og hefur hún því nokkrum sinnum þurft að hafa samband við miðil til þess að hjálpa þeim að „komast yfir“. Í eitt skiptið spurði hún miðilinn hvort nokkur skýring gæti verið á því að alltaf væri einhver framliðinn í kringum hana og fékk hún þau svör að hún væri „með svo sterkt ljós, og þau leita í það“ (AS\_5, 2021). Andri telur að fólk hafi að einhverju leyti val um það hvort það verði vart við yfirnáttúrulegar upptakomur eða ekki. Skoðun hans er að „annað hvort [sé maður] opinn fyrir þessu eða ekki“ og ef maður útilokar ekki tilvist þess muni maður taka eftir því (AS\_1, 2020). Erla segir að vegna þess að hún hafi aldrei efast um tilvist framliðinna séu þeir sjaldan langt undan (AS\_5, 2021).

Ljóst er að viðmælendurnir upplifa heimsóknirnar og gestina á ólíkan hátt. Erla segir frá því að hún hafi í raun enga stjórn á þessum upplifunum sínum en þegar hún fær

heimsóknir frá framliðnu fólki bregður henni stundum þar sem hún býst ekki við þeim (AS\_5, 2021). Lilja talar hins vegar um „aðdraganda“ sem á sér ávallt stað áður en hún fær slíka heimsókn. Hún á erfitt með að lýsa honum með orðum en segir þó að þetta sé einhvers konar ósýnilegur glampi sem geri það að verkum að henni bregði aldrei þegar hún fær heimsókn (AS\_2, 2020).

Lilja lýsir einnig hvernig hún sér hin framliðnu þegar þau birtast henni. Hún segir að það sé mismunandi eftir því hver þau eru og hvort hún þekki manneskjuna eða ekki. Þegar hún lýsir því hvernig hún sér látna langömmu sína bendir hún á málverk sem hangir á stofuvegg hennar. Málverkið var málað af ömmu hennar sem einnig er næm á látið fólk og var það túlkun hennar á því hvernig framliðnir birtast henni (sjá mynd 1). Um málverkið segir Lilja: „Þetta er rosa góð skýring hvernig, við stundum sjáum, fólk. [...] Þetta er oft bara, útlínur. [...] Þetta er mjög góð lýsing eða svona ef við þekkjum ekki fólk“ (AS\_2, 2020).



**Mynd 1: Málverk á heimili Lilju, málað af ömmu hennar**



Lýsing Erlu á því hvernig framliðið fólk birtist henni er afar svipuð og lýsing Lilju. Hún segir meðal annars frá einni af hennar fyrstu upplifunum sem átti sér stað þegar hún var um sjö eða átta ára: „þá, sé ég svona útlínur af manni, sem eru svona, öö alveg hvítt inni en ég sá – eða þú veist sá ekki andlit eða augu eða eitthvað svoleiðis heldur bara svona ... eins og útlínur“ (AS\_5, 2021). Erla segist oft geta greint hvort nærveran sé góð eða slæm og í þessu tilfalli varð hún ekki hrædd. Fáeinum árum síðar rakst hún á annan „líkamaðan draug,“ eins og hún orðar það sjálf. Í þetta skipti varð hún hins vegar hrædd en hún fann á sér að nærveran væri ekki góð þar sem útlínur mannsins voru gráar, ekki hvítar (AS\_5, 2021).

Nokkrir af viðmælendum mínum virðast einnig hafa mikla næmni fyrir tilfinningum framliðins fólks og kom það einna mest fram í viðtölum Lilju og Söru. Lilja líkir tilfinningum þeirra við okkar eigin: „Þeir eru feimnir sumir alveg, eða svona þú veist vilja ekkert sýna sig – vilja vera hjá manni, en, ekkert svona gefa neitt af sér í rauninni. Bara eins og við gerum – við stundum gefum misjafnlega af okkur“ (AS\_2, 2020). Sara virðist hafa haft sterka tilfinningu fyrir þessu frá barnsaldri. Þegar hún missti langömmu sína sem barn á hún til dæmis að hafa hughreyst mömmu sína með því að segja að allt væri í lagi því að henni liði vel núna. „Þegar ég fer að hugsa til baka þá einhvern veginn hef ég alltaf haft þessa sannfæringu um að þetta sé allt í lagi.“ „Ég hef einhvern veginn alltaf vitað svona hluti án þess að geta útskýrt þá eitthvað nánar“ (AS\_3, 2020).

Lilja og Sara tala einnig báðar um að þær hafi þróað með sér þá hæfni að geta lokað og opnað á yfirnáttúrulegar upplifanir að vild. Sara segist aðallega gera þetta vegna þess að stundum geti þær tekið á og jafnvel orðið yfirþyrmandi. Þegar ég spyr hana hvernig hún fari að því að loka á þetta á hún hins vegar erfitt með að lýsa því með orðum. Verkið er í raun svo einfalt að hún þarf ekki að hafa mikið fyrir því. Hún nefnir jafnframt að hún leyfi skilningarvitum sínum að opnast enn meira þegar hún fari á nýja staði, enda hafi hún mikinn áhuga á yfirnáttúrulegum hlutum (AS\_3, 2020). Lilja notar þennan hæfileika þó á annan hátt. Hún segist aðallega loka á þetta þegar henni líði illa, vegna þess að þá vilji hún fá frið (AS\_2, 2020).

Lilja hefur að auki góða stjórn á því hverjum hún hleypir að sér. Þegar henni finnst nærveran óþægileg biður hún hana einfaldlega að fara og er það þá virt. Hún útskýrir hvernig hún fer að þessu:

Ég get, hugsað það, og gefið frá mér strauma ... í rauninni, að bara, að ég vil ekki. Þegar ég var yngri, þá svona ... grúfði ég mig og varð bara hrædd og þá, fóru þeir, í rauninni. Þú veist, þeir eru svona næmari á tilfinningar, maður þarf ekki að, tala og segja þeim í rauninni, þetta er meira, þú veist hugsunarhátturinn (AS\_2, 2020).

Eins og sést ríkir mikil gagnkvæm virðing á milli Lilju og þess framliðna fólks sem hana heimsækir og hið sama má greina í frásögn Erlu. Æskuheimili hennar virðist sjaldan hafa verið laust við framliðið fólk en það truflaði hana ekki mikið vegna þess að hún gat fengið það til að láta sig vera. Hún segir meðal annars frá því að þegar hún var yngri og bjó með foreldrum sínum og systkinum hafi alltaf einhver yfirnáttúruleg nærvera verið inni á heimilinu að hrekkja fjölskylduna:

[Hann] var alltaf að pirra eldri systkini mín, og var alltaf að slökkva á græjunum hjá bróður mínum. Hann var sko, hann var að verða 16 ára þegar hann svaf síðast uppí hjá mömmu og pabba [hlær]. Og, tók sængina af eldri systur minni. Og var alltaf eitthvað svona þú veist að toga í sængina hennar og eitthvað. Og fólkíð sem flutti inn á eftir okkur – það var bara „hvernig gátuð þið búið í þessu húsi?“ Og ég fékk einmitt spurningu bara með – sérstaklega með herbergið mitt. Og ég alveg, „ég gerði bara díl, þú lætur mig vera og ég læt þig vera,“ og hann gerði aldrei neitt við mig (AS\_5, 2021).

Önnur áhugaverð hlið á næmni er að geta skynjað yfirvofandi dauða. Nærri allir viðmælendur mínir segja svipaðar sögur af því að hafa á einhverjum tímapunkti fundið á sér að einhver náinn þeim væri ýmist að deyja eða nú þegar látinn, áður en fregnirnar bárust þeim. Stundum lýsir þetta sér sem einhvers konar slæm tilfinning sem þeir geta ekki almennilega greint en stöku sinnum geta þeir skynjað nákvæmlega hver er dáinn. Hér á eftir eru þrjár frásagnir af slíkum uppákomum, sú fyrsta frá Lilju, önnur frá Söru og þriðja frá Erlu.

Ég er rosa næm á vondar tilfinningar, eða þú veist ef eitthvað slæmt er að gerast ... þá er ég oftast [...] andvaka og, svona ... og svo daginn eftir skýrist það oftast. Eins og þegar afi var að deyja, núna nýlega, ég var vakandi í tvær nætur, ég vissi ekkert af hverju ... og, svo bara kemur mamma til mín og segir mér að [...] afi sé dáinn (AS\_2, 2020).

Þegar mér var sagt að afi minn hafi dáið þá einhvern veginn svona vissi ég það innra með mér ... svona ... á einhvern skrýttinn hátt. Þú veist ... ég hafði sofið eitthvað undarlega um nóttina og svo kallaði mamma á mig og biður okkur um að koma inn í herbergi, og segir okkur þetta, þú veist ég var náttúrulega, ég fór að, gráta – ég man það en ég samt einhvern veginn, ég vissi þetta samt áður en hún sagði mér þetta, og alveg svona um morguninn þegar ég vaknaði þá vissi ég að það var eitthvað ... eitthvað ekki í lagi eða svona eitthvað öðruvísi (AS\_3, 2020).

Þegar ömmur mínar dóu þá vissi ég það, sem sagt áður en að mamma var búin að segja mér það. Vaknaði á undan símanum þegar pabbi hringdi í mömmu til að segja, að, föðuramma mín væri dáin, og ég bara vissi það. Og, þegar móðuramma mín dó þá fékk hún sem sagt heilablóðfall og var inná spítala og, svo var ég bara í vinnunni viku seinna ... síminn hringdi og ég heyrði svona í bjöllumni, og ég bara „já hún er farin,“ og ég bara vissi það – og ég vissi það allan daginn. Svo þegar ég kom heim og, mamma var alveg „já ég þarf að segja þér soldið, þarna, amma þín er dáin“ og ég bara „já ég veit það“ (AS\_5, 2021).

Þrátt fyrir að næmnin sem rætt hefur verið um í þessum kafla tengist að mestu framliðnu fólki tala fjórir af fimm viðmælendum mínum einnig um einhvers konar næmni á lifandi fólk. Andri segir til dæmis frá minningu sem hann hefur frá því hann var lítið barn en hann segist muna óvenjulangt aftur í tímann. Þá segist hann hafa skynjað nærveru mömmu sinnar án þess að hafa séð hana (AS\_1, 2020). Lilja segist einnig almennt vera næm á lifandi fólk og talar um að það gefi ákveðna strauma frá sér. Þessir straumar geta meðal annars gefið til kynna hvernig fólki líður og hvernig mann það hefur að geyma (AS\_2, 2020). Erla og Sara segjast báðar nýta þessa næmni þegar þær komast í kynni við nýtt fólk. Erla fær oft einhvers konar tilfinningu sem segir henni til um það hvort hún ætti að forðast manneskjuna eða ekki og að sama skapi lýsir Sara reynslu sinni þannig (AS\_5, 2021):

Ég nota þetta mjög mikið sem svona þegar ég hitti nýtt fólk ... svona til þess að ... svona átta mig á því hvernig fólk það er, sem ég er að hitta. Hvort það sé eitthvað sem mér líkar ekki við það eða eitthvað svona ... og, það er nánast undantekningarlaust sem að þetta – þessi tilfinning sem ég fæ sé rétt. Þú veist þetta er bara eitthvað sem ég finn á mér (AS\_3, 2020).

Nú hefur verið gerð grein fyrir því hvað næmni viðmælenda minna felur í sér og hvernig hún virkar. Áhugavert er að velta fyrir sér hlutverki næmninnar í sambandi við heimsóknir framliðinna ástvina. Þar sem viðmælendur mínir hafa upplifað yfirnáttúrulega nærveru frá unga aldri gæti það haft áhrif á upplifanir þeirra af því látna fólki sem það þekkir. Hugsanlegt er að þeir séu opnari fyrir heimsóknum þeirra og búist jafnvel við þeim. Í næsta kafla verður nánar fjallað um upplifanir viðmælenda minna af heimsóknum frá framliðnum ástvinum þeirra.

## 5 Heimsóknir framliðinna ástvina

Þegar litið er til þess hve næmir viðmælendur mínir eru gagnvart hinu framliða eru heimsóknir frá látnum ástvinum þeirra oftast mjög sérstakar og frábrugðnar öðrum upplifunum. Í bókinni *Alas, Poor Ghost!* eftir þjóðfræðinginn Gillian Bennett kemur fram að fólk sem hefur upplifað yfirnáttúrulega nærveru flokkar upplifanir sínar í tvo andstæða póla: „place-centered evil and purposeless manifestations on the one hand, and the people-centered and purposeful visitations on the other“ (Bennett, 1999: 41). Viðhorf viðmælenda minna er svipað og virðast þeir einnig skipta upplifunum sínum í tvo póla: upplifanir af ókunnugum einstaklingum annars vegar og heimsóknir frá ástvinum hins vegar. Sem dæmi skrifaði einn svarandi spurningakönnunarinnar: „Þegar amma og afi koma er það þægilegt, sú nærvera er þægileg en þegar annað fólk kemur sem ég þekki ekki er hún allt annað en þægileg“ (Reynsla af framliðnum ástvinum, 2020: svar 58).

Samkvæmt Bennett umlykur „góða“ framliðna fólkhið hið lifandi og gæti öðru hverju átt í samskiptum við þau. Þegar það gerist brúast bilið á milli tveggja heima, hinum dulræna og hinum veraldlega (Bennett, 1999: 49). Í þessum kafla verður fjallað um upplifanir viðmælenda minna af heimsóknum framliðinna ástvina sinna. Rætt verður hvað fer fram, á hvaða hátt nærveran er skynjuð og hvaða aðferðir eru notaðar til að hafa samband við framliðna að fyrra bragði. Einnig verður því velt upp við hvaða aðstæður þessar upplifanir eigi sér stað og hvaða ástæður séu að baki.

### 5.1 Upplifunin

Upplifanir viðmælenda minna eru jafnmismunandi og þær eru margar en ákveðin líkindi má þó oft sjá á milli þeirra. Þeir skynja nærveru framliðinna ástvina sinna með margvíslegum hætti líkt og sjón, lykt og snertingu svo fátt eitt sé nefnt. Árið 2000 birtust niðurstöður úr rannsókn sem Bennett framkvæmdi ásamt dóttur sinni, sálfræðingnum Kate Mary Bennett. Þær rannsökuðu hóp af konum frá Leicester í Englandi sem áttu það sameiginlegt að hafa misst eiginmenn sína. Í ljós kom að algengt var að ekkjurnar skynjuðu nærveru látinna eiginmanna sinna. Upplifanir þeirra lýstu sér á ýmsan hátt og gátu þær verið allt frá óútskýranlegri tilfinningu til augljósra atburða sem skynjaðar voru með skynfærum svo sem sjón og heyrn (Bennett og Bennett, 2000: 144). Upplifanir viðmælenda minna eru ekki ósvipaðar upplifunum kvennanna frá Leicester og má sjá mikil líkindi milli niðurstaða rannsókna tveggja.

Ein algengasta skynjun sem fram kemur í viðtölunum sem tekin voru fyrir þessa ritgerð er einhvers konar tilfinning, að finna það á sér þegar einhver framliðinn er nærri. Lilja lýsir þessu sem straumum sem fólkið gefur frá sér (AS\_2, 2020). Hins vegar er einnig mikið um upplifanir sem skynjaðar voru með skynfærum. Sem dæmi um þetta má nefna frásögn Lilju af langömmu sinni en hana skynjar hún með sjón og heyrn. Hún var fyrsta framliðna manneskjan sem Lilja sá skýrt fyrir sér. Hún fær reglulegar heimsóknir frá henni og segist hún alltaf geta þekkt hana á hárinu, enda var hún ávallt með flott og uppsett hár þegar hún var á lífi. Þegar Lilja var yngri fann hún oft fyrir því að langamma hennar kæmi til hennar á kvöldin og syngi fyrir hana þegar henni leið illa (AS\_2, 2020).

Afa sinn skynjar Lilja með sjón og lykt en hann eyðir miklum tíma á heimili hennar. Hún skynjar hann mjög skýrt miðað við aðra ástvini en hún telur að ástæðan fyrir því sé að hún var nán honum á fullorðinsárum sínum, hina ástvini sína missti hún hins vegar þegar hún var yngri. Þegar afi hennar var á lífi var hann alkóhólisti og finnur hún stundum áfengislykt sem hún kennir við hann. Nú þegar Covid-faraldurinn geysar er Lilja með sprittbrúsa úti um alla íbúð og hugsar hún með sér í gamni hvort að þeir geti verið ástæðan fyrir því að afi hennar komi svo oft í heimsókn (AS\_2, 2020).

Snerting er skynjun sem kemur einstaka sinnum fram í viðtölunum. Andri hefur áhugaverða sögu að segja frá því hann var um fimm eða sex ára gamall. Hann sat þá með vinkonu sinni á sunnudagskvöldi og var að bíða eftir að barnaþátturinn *Stundin okkar* byrjaði:

Ég man svo sterkt eftir því að ég, þú veist, sat, og mér fannst eins og ég væri að leiða litla stelpu. Og ég sagði vinkonu minni frá því [...] ég man bara eftir að hafa sagt án þess að hafa þælt í því, þetta væri örugglega bara systir mín. [...] Svo komst ég að því mörgum árum seinna að foreldrar mínir eignuðust stúlku, öð einhverjum fjórum árum áður en ég fæddist, sem að dó bara, dagsömum (AS\_1, 2020).

Hann veltir fyrir sér hvort þetta hafi raunverulega verið systir hans sem hélt í höndina á honum en segir að í það minnsta sé ekki hægt að útiloka það. Upplifunin var svo raunveruleg fyrir honum að enn í dag fær hann gæsaþúð þegar hann talar um hana (AS\_1, 2020). Þegar það gerist er Andri að verða fyrir *hrifum* eða *áhrifum* (e. affect). Samkvæmt heimspekingnum Sara Ahmed eru hrif eitthvað sem festist eða klístrast við fólk og varðveitir tengingu þeirra við hugmyndir, gildi og hluti (Ahmed, 2010: 29). Með þessu á hún við að upplifanir okkar geta setið í okkur í langan tíma og haft áhrif á hvernig við

hugsum um þá og jafnvel kallað fram líkamleg viðbrögð mörgum árum síðar, líkt og í tilfelli Andra. Hið sama má sjá í svári konu einnar við spurningakönnuninni sem segir frá tveimur atvikum þar sem hún fann fyrir snertingu sem höfðu áhrif á hana til lengri tíma.

Þegar ég var lítil, nánar tiltekið 2 ára þá er pabbi minn mikið veikur og á sínum síðustu metrum. Þá gistum við bróðir minn (4 ára) heima hjá frænku okkar, systur pabba. Það er síðan eina nóttina að frænka mín vaknar upp við það að henni finnst einhver taka utan um sig, síðan vaknar bróðir minn og svo loks ég, öll höfðum við upplifað það að einhver hefði tekið utan um okkur. Einhverjum mínútum síðar hringir síminn og okkur er tilkynnt að pabbi hafi dáíð, enn þann dag í dag erum við viss um að hann hafi verið að kveðja okkur í síðasta skiptið. Ég trúí því nefnilega að fólk kveðji áður en það fer, hvert svo sem stefnan þeirra tekur seinna, það veit ég ekki. [...] Ég lenti í því með hana ömmu mína líka. Því augnabliki gleymi ég ekki og finn ég ennþá sömu tilfinninguna og ég gerði þá. Ég sat heima í tölvunni og var að hlusta á tónlist á meðan ég skrallaði eitthvað um á netinu, þegar allt í einu finnst mér eins og tekið sé utan um mig og ég fer að gráta. Stuttu seinna kemur mamma mín heim og hún segir „[nafn svaranda] geturu aðeins komið ég þarf að segja þér eitt“ og ég vissi alveg hvað hún ætlaði að segja mér og var fyrr til og spyr „er amma dáin?“ Ég man að mamma var hissa á þessu og spyr mig hvernig ég viti af því og ég segi henni frá upplifuninni. Hafa ber í huga að amma var gömul jú en hún var ekki komin á þann stað að okkur þætti líklegt að hún væri að fara að kveðja okkur strax, þannig að þetta kom mörgum á óvart. Jú og svo er það lagið sem ég var að hlusta á þegar hún kom og kvaddi, ég get ekki enn hlustað á það án þess að fara að gráta, ég bara finn aftur fyrir sömu tilfinningunni (Reynsla af framliðnum ástvinum, 2020: svar 21).

Í þessu tilfelli hefur tenging konunnar á milli þessa ákveðna lags og hinstu kveðjustundar ömmu hennar haldist svo sterk að hún finnur enn fyrir sömu tilfinningum og hún gerði þegar upplifunin átti sér stað. Svo virðist því sem snertingar framliðinna ástvina hafi sérstaklega mikil áhrif á þá sem þær upplifa.

Annað form af skynjun sem nærri allir viðmælendur mínir nefna eru samskipti við hin framliðnu. Lilja segir frá því að hún eigi oft samskipti við afa sinn, þau spjalli ekki beinlínis saman en þau tjái eins konar sameiginlegt tungumál hvort við annað (AS\_2, 2020). Andri varð ekill fyrir þrítugt en kona hans lést úr krabbameini. Hann segir frá atviki sem átti sér stað um klukkustund eftir að hún yfirgaf þennan heim. Hann fór inn á salerni, þvoði sér um hendurnar og horfði í spegilinn:

Þá, segi ég bara svona, upphátt bara ... „líður þér betur núna?“ ... og þá heyri ég bara, rödd hennar, sem var orðin mjög veikburða, þarna áður ... og segir bara „já.“ Og þá segi ég ... og fannst þetta eitthvað svo eðlilegt, og ég segi, „það er gott,“ og þá segir hún aftur já. Og einhvern veginn [...] leið mér betur sko, ég fann einhvern veginn ókei, [...] við getum þetta. [...] Þannig að ég upplifi það eins og hún hafi einmitt gefið mér soldinn kraft þarna að handan. Og ég trúí því (AS\_1, 2020).

Þrátt fyrir að í flestum tilfellum eigi þeir framliðnu frumkvæðið af heimsóknunum gerðu flestir viðmælendur mínir einhvern tíma tilraun til þess að ná sambandi við ástvini sína að fyrra bragði. Ástæðurnar sem liggja þar að baki eru ólíkar. Erla fór á miðilsfund með það að markmiði að vita hvernig látnum ástvinum hennar liði (AS\_5, 2021). Þegar Söru líður illa notar hún þá aðferð að hugsa stíft um manneskjuna sem hún vill að komi til sín. Hún segir að þá finni hún ekki beinlínis fyrir nærveru þeirra heldur sé eins og hún fái einhvers konar hugboð frá þeim um að allt verði í lagi (AS\_3, 2020). Eftir þá erfiðu lífsreynslu að missa konuna sína var Andri uppgefinn og í eitt skipti gerði hann því tilraun til að tala upphátt til hennar og biðja hana að koma til sín. Það gekk hins vegar ekki (AS\_1, 2020).

Katrín gerði einnig tilraun til að ná sambandi við látna frænku sína. Katrín á engin systkini en þar sem hún ólst upp með frænku sinni sem var einungis 7 árum eldri voru þær líkt og systur. Frænka Katrínar lést einungis 40 ára gömul og að mati Katrínar voru kringumstæður andláts hennar afar dularfullar. Hún þráði að vita sannleikann á bak við það og komst að þeirri niðurstöðu að eina lausnin væri að spyrja frænku sína sjálfa. Hún rannsakaði svokallaðar sálfarir (e. astral projection), að fara út úr líkama sínum, en hún stefndi á að nota þær til að komast inn í heim hinna framliðnu (sjá t.d. Monroe, 1977). Hún hugsaði: „ég ætla bara að æfa mig að komast út úr líkamanum, finna hana og spurja hana sjálf hvað gerðist“ (AS\_4, 2020). Hún æfði sig á hverju kvöldi í margar vikur og að lokum tókst henni verkið:

[Ég man] eftir henni fyrir utan, herbergið mitt og ég labba svona út úr herberginu – „[andköf], [nafn frænkunnar]!“ ... og ég alveg „ert þetta þú?“ og hún sagði „já þetta er ég“ og ég sagði „er þetta í alvörunni þú?“ og hún sagði „já þetta er í alvörunni ég!“ og svo föðmuðumst við, og ég var svo ánægð og ég sagði við hana ... ég þarna, hélt utan um hana – var svo glöð að þú veist geta knúsað hana, og ég sagði „viltu segja mér hvað gerðist?“ ... og þá sagði hún ... „æi ... gleymdu þessu – ekki hugsa út í þetta“ ... og svo man ég ekki meir (AS\_4, 2020).

Því miður fékk Katrín því aldrei að vita hvað raunverulega gerðist og var hún svekkt yfir því en samt sem áður var hún hamingjusöm að fá að hitta frænku sína, tala við hana og faðma einu sinni enn.

Erfitt er að missa ástvini og skiljanlega eru sumir ekki tilbúnir að sleppa tókunum á þeim endanlega. Ástæður þess að reyna að hafa samband við framliðna ástvini sína að fyrra bragði virðast oft einkennast af söknuði og óvissu. Því leitast fólk mögulega mest

eftir því að sækja sér huggun og styrk með þessum hætti. Eins og fram hefur komið er þó algengast að hinir framliðnu eigi sjálfir upptökin af heimsóknunum og verður því næst velt upp við hvaða aðstæður þeir heimsækja ástvini sína helst.

## 5.2 Aðstæður

Viðmælendur mínir áttu það til að lýsa sérstökum aðstæðum sem framliðnir ástvinir þeirra heimsóttu þá einna helst við. Þessar aðstæður tengdust annars vegar andlegu ástandi viðmælenda minna og hins vegar ákveðnum staðsetningum. Þetta er mismunandi milli viðmælenda og má oft sjá þverstæður á milli þeirra.

Lilja segir að afi hennar heimsæki hana yfirleitt þegar henni líður vel og ástandið er gott. Að því sögðu nefnir hún einnig tilvik þar sem hún fékk heimsókn þegar henni leið illa (AS\_2, 2020). Nær allir viðmælendur mínir nefna að þeir hafi fengið heimsóknir á erfiðum tímum eða þegar mikið álag var á þeim, enda virðist hlutverk hinna framliðnu oft vera að veita vernd og huggun eins og betur verður komið inn á í næsta kafla (AS\_1, 2020; AS\_2, 2020; AS\_3, 2020; AS\_5, 2021). Þar að auki svöruðu nokkrir spurningakönnuninni með sama hætti (Reynsla af framliðnum ástvinum, 2020: svör 14, 26, 46). Eitt dæmi um þetta er þegar Andri var að eignast barn með seinni konu sinni. Gekk fæðingin heldur erfiðlega og fylgdi henni sjálfsagt álag og þreyta og sálarástandið því á viðkvæmum stað. Þegar fyrri eiginkona Andra var á lífi hafði draumur hennar verið að verða ljósmóðir og á einum tímapunkti fannst Andra hann fá einhvers konar hugboð frá henni um að láta renna í bað fyrir óléttu konu sína. Það reyndist vera góð ákvörðun, þar sem „hún fæddi barnið í baði án þess að nokkur hjálpaði, og bara svona spýttist út“ (AS\_1, 2020).

Þá nefnir Katrín að hún upplifi almennt yfirnáttúrulega nærveru þegar hún er úthvöld og afslöppuð en Andri segir aftur á móti að hann hafi upplifað slíkt þegar hann var illa sofinn (AS\_4, 2020; AS\_1, 2020). Af svarendum spurningakönnunarinnar eru fleiri á sama máli og Andri en margir sögðust ýmist hafa verið þreyttir eða nývaknaðir (Reynsla af framliðnum ástvinum, 2020: svör 2, 10, 11, 14). Einnig var mikið um frásagnir sem fjölluðu um að hitta ástvini sína í draumi. Segja má að draumar eigi sér stað í eins konar *jaðarástandi* (e. liminality) en þá er talið að hinn veraldlegi heimur geti mætt hinum dulræna (Valk og Sävborg, 2018: 10). Samkvæmt breska mannfræðingnum Victor Turner er jaðarástand ríkjandi þegar bilið milli tveggja mismunandi aðstæðna er óljóst en „liminality“ kemur af latneska orðinu „limen“ sem þýðir þröskuldur. Í jaðarástandi er



maður hvorki eitt né annað, hvorki hér né þar, líkt og barn í móðurkviði eða nýnemi í busavígslu (Turner, 1969: 94-95).

Katrín segir að þegar hún hafi misst ástvini í gegnum lífið hafi margir þeirra komið til hennar í draumi stuttu síðar. Hún verður þá alltaf hissa að sjá þá og spyr: „ha ertu ekki dáinn?“. Þeir segi þá ávallt það sama: „nei ég er ekki dáinn – ég er bara í fríi“ (AS\_4, 2020). Lilja segir frá því að afi hennar hafi komið til hennar í draumi og tilkynnt henni að hún ætti von á barni. Daginn eftir tók hún þungunarpróf sem reyndist vera jákvætt, var hún þá komin um 10 vikur á leið. Draumnum lýsir hún sem dýrmætri minningu (AS\_2, 2020). Erla fær einnig reglulega skilaboð frá ömmu sinni í gegnum drauma. Í þeim stendur hún yfirleitt og brosir til Erlu en öðru hverju verður hún brúnaþung og hristir höfuðið. Erla komst fljótt að því að þetta þýddi að amma hennar væri óánægð með eitthvað sem væri að gerast í fjölskyldunni og þyrfti hún að finna út úr því hvað það væri. Fyrir Erlu hafa svipbrigði ömmu hennar mikla þýðingu og þegar hún brosir til hennar finnst henni huggandi að fá þá staðfestingu að hún sé að gera rétt og standi sig vel (AS\_5, 2021). Á Íslandi hefur lengi verið rík draumatrú og endurspeglar þetta hana vel (Jónas Jónasson, 1945: 415).

Þær sérstöku staðsetningar sem fram koma, þar sem viðmælendur mínir finna oftast fyrir látnum ástvinum sínum, eru meðal annars inni á heimilinu (einkum þegar viðkomandi er einn heima) og í bíl en líkt og í draumástandi getur ríkt eins konar jaðarástand í bílferðum (AS\_2, 2020; AS\_5, 2021). Innan bílsins er maður þá staddur á *jaðarsvæði* og er hvorki hér né þar; á milli tveggja staða (Turner, 1969: 95). Sara talar um ákveðið herbergi þar sem hún finnur ávallt fyrir nærveru afa síns en það er staðsett er í kjallaranum á sveitabænum sem hún ólst upp á. Hún tekur ekki fram hvort það sé vegna þess að herbergið hafi verið í eigu afa hennar eða hvort ástæðan sé önnur en nefnir að henni hafi oft fundist gott að fara þangað þegar henni leið illa (AS\_3, 2020).

Ljóst er að þær aðstæður sem hinir framliðnu heimsækja ástvini sína við eru margvíslegar og mismunandi milli hvers og eins. Það sem heimsóknirnar eiga þó sameiginlegt er að þær hafa nær alltaf einhvers konar áhrif á þá sem upplifa þær en það verður viðfangsefni næsta kafla.

## 6 Tilgangur og áhrif heimsóknanna

Sú upplifun að finna fyrir nærveru ástvinnar eftir að hann hefur yfirgefið þennan heim hefur oftast mikla merkingu fyrir þá sem fyrir henni verða og getur hún því haft í för með sér ýmis áhrif og tilfinningar. Í tilfellum viðmælenda minna áttu þeir oft mjög sérstakt samband við framliðnu ástvinum sína áður en þeir létust og eru upplifanirnar því oft tilfinningaþrungnar og þýðingarmiklar. Í þessum kafla verður rætt um þann tilgang sem viðmælendurnir túlkuðu út frá upplifunum sínum, tilfinningarnar sem þær höfðu í för með sér og að lokum trú sem tengist hinu framliðna og hvernig viðmælendur mínir upplifa hana í tengslum við annað fólk.

### 6.1 Tilgangur

Viðmælendur mínir túlka oft en ekki upplifanir sínar sem svo að einhver tilgangur fylgi þeim eða að þær hafi sérstakt hlutverk. Í fyrrnefndri rannsókn Bennett voru hugmyndir um tilgang og orsakir heimsókna einnig áberandi (Bennett, 1999: 51). Sem dæmi um slíkan tilgang er að hinir framliðnu vilji hugga lifandi ástvinum sína, hjálpa þeim eða veita styrk. Í viðtölunum er þó ein algengasta túlkunin að hin framliðnu séu að vernda ástvinum sína að handan en sú lýsing svipar til hlutverks svokallaðra *verndarvætta*. Þjóðfræðingurinn Hrefna Sigríður Bjartmarsdóttir fjallaði um þá í MA-ritgerð sinni „*Ég er aldeilis ekki ein ...*“: *Framliðnir sem fylgjur og verndarvættir í þjóðtrú* og nefnir þar að verndarvættir séu „sagðar fylgja fólki, hafa auga með því, vernda og vara við hættum og eru því stoð og styrkur bæði á erfiðum stundum og í hversdagslegu lífi þess. Auk þess veita fylgjurnar fólki vellíðan og öryggi með nánd sinni“ (Hrefna Sigríður Bjartmarsdóttir, 2015: 151). Er þetta í góðu samræmi við upplifanir viðmælenda minna af látnum ástvinum sínum.

Erla segir frá því að hún hafi byrjað að verða vör við mann í farþegasætinu í bílnum sínum þegar hún keyrði á milli tveggja sveitarfélaga. Þessa leið fór hún einu sinni til tvisvar í viku en hún gat verið afar hættuleg, sérstaklega í slæmri færð. Í fyrstu var Erla ekki viss hver þessi fylgdarmaður væri, enda sá hún hann aðeins út undan sér. Síðar komst hún að því að þetta væri móðurbróðir hennar sem hafði látist stuttu áður. Með hjálp skyggns mágs síns komst hún að þeirri niðurstöðu að markmið frænda hennar væri að tryggja að hún kæmist heil á leiðarenda. Erla segist því vera viss um að bílferðin verði örugg finni

hún fyrir honum við hlið sér og segir reglulega við hann: „Velkominn, takk fyrir að fylgja mér“ (AS\_5, 2021).

Andri segir einnig frá því að kona hans hafi eitt sinn veitt honum vernd þegar hann hafði í hyggju að keyra út á land, einn með son þeirra. Hún varaði hann við því að leggja af stað í þá bílferð:

Einu sinni var ég að fara að keyra, til foreldra minna, að vetri til, bara, þú veist örugglega mars apríl ... þarna eftir að hún deyr ... og það var soldið vetrarfærð og ætlaði að keyra [út á land] til foreldra minna ... bara um morguninn, og, ég var svona milli svefns og vöku þá kom hún hérna til mín og bannaði mér að fara [...] og hérna sagði að það væri ekki sniðugt ... og ég hlýddi því og fór ekki sem sagt. [...] Ég ákvað að það væri ... ókei, ég ætla að hlusta á þetta, [...] þetta eru viðvörunarorð sem ég þarf að hlusta á (AS\_1, 2020).

Eins og Andri nefnir tók hann þessari viðvörun alvarlega. Hann ber greinilegt traust til framliðinnar konu sinnar og þrátt fyrir að hafa átt góðan bíl tók hann ekki þá áhættu að fara gegn fyrirmælum hennar (AS\_1, 2020).

Sara segir einnig frá atviki þar sem hún upplifði að væri verið að passa upp á sig. Hún var í ofbeldissambandi á þeim tíma sem amma hennar lést og fann þá strax fyrir því að vakað væri yfir henni. Nokkrum mánuðum síðar byrjaði hún í nýju sambandi, með núverandi kærasta sínum. Um það leyti upplifði hún atvik sem henni finnst erfitt að lýsa. Hún segir frá því að hún hafi sest á rúm sitt og lokað augum sínum um stund og fann þá sterkt fyrir því að amma hennar væri inni í herberginu með henni. Sara heyrði hana segja að nú ætli hún að kveðja og að þetta hafi verið hinna gjöfin sem hún myndi gefa henni í þessu lífi. Eftir þetta atvik hætti Sara að finna fyrir nærveru ömmu sinnar. Hún vissi strax að gjöfin sem amma hennar talaði um væri kærasti hennar. Sara túlkar þessa upplifun þannig að amma hennar hafi „lokið þeim tilgangi sem henni fannst hún skyldug til að gegna,“ það er að segja að tryggja það að Sara kæmist út úr ofbeldissambandinu og fyndi góðan og traustan lífsförunaut í staðinn (AS\_3, 2020).

Flestir viðmælendur mínir nefna einnig atvik þar sem tilgangur heimsókna er að fylgjast með þeim. Erla fann til dæmis fyrir því að amma hennar var viðstödd í eigin jarðarför, að hlusta og fylgjast með. Hún fann að hún var sátt við að fara og vildi kveðja aðstandendur sína í hinna sinn (AS\_5, 2021). Katrín hefur svipaða sögu að segja en hún hitti afa sinn í draumi nokkrum árum eftir að hann lést. Hana dreymdi að hún stæði fyrir

framan spegil og sæi hann standa við hlið sér. Þegar hún sneri sér að honum til að faðma hann var hann hins vegar ekki þar en þegar hún leit aftur í spegilinn stóð hann á sínum stað, líkt og áður, og brosti blíðlega til hennar. Þegar Katrín vaknaði hugsaði hún með sér að afi hennar væri að senda henni skilaboð. Hann væri að láta hana vita að þrátt fyrir að hún gæti ekki séð hann eða faðmað hann, væri hann þó ávallt að fylgjast með henni (AS\_4, 2020).

Andri segist hafa fundið fyrir því að afi hans hafi fylgst með honum lengi eftir að hann lést. Andri var þá einungis tveggja ára en líkt og minnst hefur verið á ná minningar hans óvenjulangt aftur í tímann. Afi hans var skömmu fyrir dauða sinn lagður inn á spítala vegna hjartavandamála. Um sama leyti komst Andri í hjartalyfin hans og borðaði þau, haldandi að þau væru sælgæti. Endaði það með því að hann var einnig færður á sjúkrahúsið til að láta dæla upp lyfjunum. Þegar afi hans frétti af þessu kenndi hann sjálfum sér um og taldi sig nærri því hafa drepið barnabarn sitt. Andri segir að svo virðist sem hann hafi gefist upp eftir atvikið vegna þess að hann lést næsta dag. Hann telur að sektarkenndin hafi fylgt afa hans yfir í framhaldslífið: „Ég hef einhverja trú á því að hann hafi, hann hafi einhvern veginn, þurft að fylgjast aðeins meira með mér heldur en ella sko, út af, kannski þessu“ (AS\_1, 2020).

Viðmælendum mínum finnst huggandi að vita af því að framliðnir ástvinir þeirra séu að fylgjast með þeim og vernda, líkt og hlutverk heimsóknanna virðist oftast vera. Upplifanirnar hafa oft mikla þýðingu fyrir þeim og getur sú reynsla þar af leiðandi stundum verið heldur tilfinningaþrungin. Næst verður fjallað nánar um þær tilfinningar sem fylgja heimsóknunum.

## 6.2 Tilfinningar

Tilfinningar eru áberandi í frásögnum viðmælenda minna og eru þær bæði af jákvæðum og neikvæðum toga. Gleði og eftirsjá, þakklæti og söknuður, vellíðan og sorg, öryggi og hræðsla eru dæmi um þær. Ef marka má orðræðu viðmælenda minna virðist vera ríkjandi viðhorf í samfélaginu að heimsóknir frá framliðnu fólki séu ávallt eitthvað til að óttast en þeim fannst þeir oft knúnir til að taka sérstaklega fram þegar þeir fundu ekki fyrir hræðslu vegna yfirnáttúrulegrar reynslu. Í frásögnum þeirra voru jákvæðar tilfinningar hins vegar mun algengari en neikvæðar. Hið sama má segja um svörin úr spurningakönnuninni en mikil fjölbreytni var á meðal þeirra jákvæðu tilfinninga sem þar voru nefndar. Ef fram

komu neikvæðar tilfinningar var það helst hræðsla sem svarendur fundu fyrir fyrst um sinn sem breyttist svo í jákvæðar tilfinningar (Reynsla af framliðnum ástvinum, 2020: svör 4, 9, 13, 37, 40, 49, 53). Af þessu má draga þá ályktun að jákvæð reynsla af heimsóknum framliðinna ástvina sé ekki einungis bundin við viðmælendur mína heldur sé það almennt ríkjandi meðal þeirra sem þær upplifa.

Slíka jákvæða reynslu hefur Lilja af skynjun framliðinna ástvina sinna en í frásögnum hennar fer mikið fyrir því hvað henni líður vel þegar hún finnur fyrir nærveru þeirra. Þegar hún byrjaði fyrst að búa með kærasta sínum bjuggu þau í húsi sem amma hans og afi áttu þegar þau voru á lífi. Stuttu eftir að þau fluttu inn sér Lilja skugga af manni inni í húsinu, hávaxinn og í jakkafötum. Þar sem hún er vön því að sjá framliðna kippir hún sér ekki mikið upp við þetta en ákveður síðar að nefna þetta við tengdamóður sína. Hún sýndi Lilju mynd af föður sínum, sem átti húsið áður en hann lést, og sá hún strax að þetta væri maðurinn sem hún hafði séð í húsinu. Tengingin þeirra á milli varð sterk með tímanum og fannst Lilju gott að hafa hann á heimilinu. Þegar kom að því að flytja aftur fylgdi maðurinn ekki með á nýja staðinn og fann hún fyrir því að hann varð heldur ósáttur með brottför þeirra. Sjálf var Lilja lengi að sætta sig við að hafa hann ekki í kringum sig lengur en þegar hún byrjaði að finna fyrir nærveru afa síns á nýja staðnum fór henni aftur að líða vel: „mér líður bara mjög vel þegar einhver er með mér“ (AS\_2, 2020).

Katrín segir frá yfirnáttúrulegri reynslu sem vakti vellíðunartilfinningu hjá henni á erfiðum tíma í lífi hennar. Þessi tilfinningaþrungna upplifun átti sér stað um miðja nótt nokkrum dögum eftir að hún missti frænku sína. Hún lá andvaka í rúmi sínu á meðan aðrir á heimilinu voru sofandi og var hún full sorgar að hugsa um hve mikið hún saknaði hennar. Hún ákvað að tala beint til hennar í von um að hún myndi fá merki um að hún væri að hlusta:

Ég var eiginlega bara að segja þú veist hvað ég saknaði hennar. Og hérna ... já ég var bara að tala um hvað, já ... hvað mér þótti mikið vænt um hana og eitthvað svona ... og ég spurði, „ef að þú heyrðir í mér ... ef þú heyrðir allt sem ég var að segja við þig, viltu þá senda mér skilaboð? ... Viltu senda mér skilaboð um að þú hafir heyrt í mér?“ [...]. Það liðu bara nokkrar sekúndur þegar að, píanó hjá stráknum mínum sem var eins árs ... byrjaði að spila af sjálfu sér [...]. Og á þessu augnabliki var ég bara ... „ha?“ [...] og eftir þetta ég, mér leið samt svo vel og ég fann eins og ég, fari svona upp og eins og ég fengi faðmlag [hlær lágt] þú veist ... og hérna, ég fann eins og ég væri bara föðmuð. [Klökknar] ég fann bara svona hlýju og vellíðan (AS\_4, 2020).

Eftir þessa upplifun létti mikið yfir henni og varð hún glöð og spennt að segja öðrum frá. Henni fannst þetta augljóst merki þess að frænka hennar væri ekki alveg farin og væri í raun ávallt að fylgjast með henni þrátt fyrir að hún sæi hana ekki (AS\_4, 2020).

Þrátt fyrir að jákvæðar tilfinningar séu mest áberandi í tengslum við upplifanir viðmælenda minna af framliðnum ástvinum bar stundum á neikvæðum tilfinningum í frásögnum þeirra. Flestar neikvæðar tilfinningar sem viðmælendur mínir tengja við upplifanir sínar komu upp eftir að þær áttu sér stað, líkt og eftirsjá og söknuður, en þær vakna oftast út frá sektarkennd yfir því að hafa ekki hitt ásvini sína nógu oft á meðan þeir voru á lífi. Hræðsla kemur einnig einstöku sinnum fyrir en líkt og svörin úr spurninga-könnuninni benda einnig til skýrðist hræðsla viðmælenda minna oftast en ekki af því að þeir vissu ekki hver hin framliðnu voru til að byrja með en um leið og það kom í ljós leið þeim vel. Til að mynda komst Lilja í mikla geðshræringu þegar hún sá framliðna langömmu sína fyrst, enda var hún aðeins 9 ára og vissi ekki nákvæmlega hvað átti sér stað. Með tímanum uppgötvaði hún þó hver það var sem var að heimsækja hana og í kjölfarið truflaði það hana ekki (AS\_2, 2020).

Allar þær heimsóknir sem viðmælendur mínir hafa fengið um ævina og tilfinningarnar sem fylgdu þeim hafa sjálfsagt haft áhrif á það hvernig þeir líta á hið framliðna. Hugsanlega hafa þær gert það að verkum að trú þeirra á framhaldslífið hafi styrkst, þar sem þeir hafa fengið margar staðfestingar á tilvist þess. Næst verður fjallað um trú viðmælenda minna og hvaða áhrif reynsla þeirra hefur haft á hana.

### 6.3 Trú

Í áratugi hefur trú á hið yfirnáttúrulega verið stillt upp sem andstæðu tæknipekkingar og hefur því víða verið haldið fram að með tæknivæðingu muni slík trú deyja út. Þar að auki hafa sumir talið að einungis fávíst fólk trú á hið yfirnáttúrulega. Aftur á móti hafa fjölmargar rannsóknir verið framkvæmdar víða um heim sem afsanna þessar staðhæfingar (Hufford, 1995: 16-17). Þetta má til dæmis sjá í kafla 2.2 um þjóðtrú en þar kemur fram að samkvæmt íslenskri þjóðtrúarkönnun hafi trú á hið yfirnáttúrulega haldist svipuð síðustu áratugi.

Í öllum viðtölunum spyr ég viðmælendur mína út í trú þeirra á hið framliðna. Mikið samræmi má sjá í svörum þeirra og eru þeir allir sammála um að þeir hafi trúað á tilvist framliðinna alla ævi. Sara og Katrín segjast þó báðar á einhverjum tímamarki hafa efast

en að það hafi ávallt enst stutt. Eftir að Katrín missti frænku sína varð hún í skamman tíma sannfærð um að við gætum ekki lifað án líkamans og að ekkert líf væri því eftir dauðann. Eitt kvöldið lá hún í rúmi sínu og hugsaði þetta með sér og í sama mund finnur hún þunga leggjast yfir sig. Hún gat hvorki hreyft sig né talað. Á þessu augnabliki gerði hún þá tengingu að þetta væri svar við hugsunum hennar, „eins og þetta væri áminning [...] mér leið eins og það væri verið að láta mig vita“ (AS\_4, 2020). Eftir þetta atvik varð hún fullviss á ný um að framhaldslífið væri raunverulegt og efaðist ekki aftur.

Erla segir að hún hafi ávallt trúað að þessi yfirnáttúrulegi heimur sé til, enda sé hún mjög opin fyrir honum. Hún efast aldrei um reynslusagnir annars fólks, snúi þær að draugum, framliðnum eða öðru sambærilegu og hefur hún fulla trú á öllu slíku (AS\_5, 2021). Þegar ég spyr Lilju um trú hennar á hið framliðna segir hún: „ég fékk ekkert val hvort ég trúi eða ekki – það var bara fyrir augunum á mér“ og hlær (AS\_2, 2020). Andri segist alltaf hafa trúað á tilvist hinna framliðnu, eða að minnsta kosti ekki viljað útiloka þann möguleika. Þar að auki hefur hann, líkt og hinir viðmælendur mínir, margar upplifanir að baki sem undirstrika þessa trú og gera honum erfitt fyrir að draga í efa (AS\_1, 2020).

Flestir viðmælendur mínir eiga það þó til að réttlæta frásagnir sínar með því að afsaka ef þær hljómuðu fáránlega eða lygilega. „Þetta hljómar kannski skringilega,“ „þetta er hálfgerð eins og lygasaga“ og „þetta hljómar oft [...] eins og maður sé þínu klikkaður“ eru dæmi um slíkar réttlætningar sem komu frá viðmælendum mínum í kjölfar frásagna (AS\_4, 2020; AS\_2, 2020). Þjóðfræðingurinn Anna Söderström, sem hefur rannsakað *efahyggju* (e. scepticism) og *skammarstimpil* (e. stigma) sem oft virðist fylgja draugatrú, hefur bent á að fólk sem trúir á yfirnáttúruleg fyrirbæri líkt og drauga hafi lengi verið tengt við neikvæðar staðalímyndir og sérkenni eins og einfaldni og skort á gagnrýninni hugsun (Söderström, 2016: 20-21). Skiljanlegt er því að fólk fari varlega með að tala um upplifanir sínar af yfirnáttúrulegum fyrirbærum og finni sig knúíð til þess að láta einhvers konar réttlætningar á þeim fylgja. Andri hefur það til dæmis í huga, eftir að hafa deilt frásögnum sínum í viðtalinu, að öðrum gæti fundist upplifanir hans ótrúverðugar:

Efasemdaraddirnar myndu örugglega taka þetta og segja að þetta væri náttúrulega bara ímyndun ein [...]. Kannski er það það – ég veit það ekki. Upplifunin er allavega sönn, hvað sem öllu öðru líður (AS\_1, 2020).

Lilja segist oft hafa hugsað með sjálfri sér að nú sé hún „gengin af göflunum“. Hins vegar minnir hún sjálfa sig á að þetta sé ekki ímyndun vegna þess að hún hefur heyrt svo margar sambærilegar sögur frá öðrum einstaklingum (AS\_2, 2020). Algengt er að fólk styðji sínar eigin frásagnir með því að taka fram að margir aðrir hafi upplifað svipaða hluti (Bennett, 1999: 116-117).

Nokkuð ber á því að viðmælendur mínir virðast almennt ekki deila upplifunum sínum með öðru fólki og er þessi rannsókn fyrsta tækifærið sem margir þeirra hafa fengið til að ræða þær ítarlega og opinskátt. Sara og Lilja nefna báðar að ástæðan fyrir þessu sé að fólki finnist þetta óþægilegt umræðuefni. Lilja hefur gaman af því að tala um upplifanir sínar en forðast þó að gera það því oftast taki fólk ekki vel í það. Sara segir að í þau skipti sem hún hefur reynt að taka þetta umræðuefni upp við annað fólk, reyni það oftast að hliðra sér hjá því og hefur hún því forðast það að mestu. Tala þær þó heldur ekki mikið um efnið við fjölskyldumeðlimi sína sem þær vita að eigi svipaðar upplifanir að baki. Þrátt fyrir að þeir taki ekki illa í umræðuefnið virðist einfaldlega ekki vera vaninn að ræða þessa hluti ítarlega (AS\_2, 2020; AS\_3, 2020). Þessi tilhneiging, að halda upplifunum sínum fyrir sjálfan sig, gæti verið afleiðing þess hve persónuleg reynslan er en einnig af þeim ótta að vera talinn klikkaður.



## 7 Niðurstöður

Markmið þessarar rannsóknar var að kanna hvernig upplifanir fólks eru af því að fá heimsóknir frá framliðnum ástvinum sínum. Til þess var stuðst við eigindlegar rannsóknar- aðferðir þar sem tekin voru viðtöl við fimm einstaklinga sem upplifað höfðu nærveru framliðinna ástvina. Einnig var notast við svör úr rafrænni spurningakönnun sem búin var til fyrir þessa rannsókn. Úr viðtölunum voru greind þrjú meginþemu: næmni, heimsóknir framliðinna ástvina og tilgangur og áhrif heimsóknanna.

Allir viðmælendur mínir greindu frá töluverðri næmni sem þeir höfðu búid yfir alla ævi en fyrstu yfirnáttúrulegu upplifanir þeirra áttu sér stað á unga aldri. Allir finna þeir reglulega fyrir nærveru framliðinna, bæði ástvina og ókunnugra, og eru slíkar upplifanir því hluti af daglegu lífi þeirra. Næmni viðmælenda minna á sér ýmsar birtingarmyndir. Sumir geta skynjað tilfinningar hinna framliðnu, greint hvort nærveran sé góð eða slæm og jafnvel stjórnað því hverjum þeir hleypa að sér og hvenær. Einnig er algengt að búa yfir þeim hæfileika að skynja yfirvofandi dauða; að vita þegar einhver er látinn eða við að kveðja áður en fréttirnar berast þeim. Næmnin á þó ekki einungis við um framliðið fólk heldur getur hún til dæmis verið nýtt þegar stofnað er til kynna við nýtt fólk, til að greina hvers konar persónur þau eru og hvort þeim sé treystandi.

Mikill munur virðist vera á því að finna fyrir nærveru ókunnugra annars vegar og ástvina hins vegar en hið síðarnefnda hefur mun meiri þýðingu fyrir þá sem það upplifa. Algengustu ástvinir sem um ræddi voru skyldmenni á borð við ömmur, afa, frænkur og frændur. Viðmælendur mínir finna fyrir nærveru ástvina sinna á ýmsan hátt en algengustu skynjanirnar eru sjón, heyrn, lykt, snerting og einhvers konar tilfinning. Sumir höfðu jafnvel átt samskipti við þá og flestir gerðu einnig á einhverjum tímamarki tilraun til að hafa samband við þá að fyrra bragði, með misjöfnum árangri. Ástæðurnar þar að baki voru ólíkar en viðmælendur mínir eiga það þó trúlega sameiginlegt að vilja sækja sér huggun og styrk til látinna ástvina sinna. Margir lýstu sérstökum aðstæðum þegar heimsóknirnar eiga sér helst stað en það er þó misjafnt milli viðmælenda. Aðstæðurnar tengjast annars vegar sálarástandi þeirra, til dæmis á álagstímum, þegar þeim líður vel eða eru illa sofnir, og hins vegar sérstökum staðsetningum, til dæmis inni á heimilinu, í ákveðnu herbergi eða í bíl. Einnig er algengt að þeir framliðnu vitji viðmælenda í draumi.

Þegar viðmælendur mínir fá heimsóknir frá framliðnum ástvinum sínum hafa þær oftast en ekki mikil áhrif og tilfinningar í för með sér. Oft virðast heimsóknirnar til dæmis hafa einhvers konar tilgang eða hlutverk í augum þeirra sem upplifa þær. Hinir framliðnu gegna oft hlutverki verndarvætta, það er að segja að fylgjast með fólkinu, vernda og styrkja á erfiðum stundum sem og í daglegu lífi. Algengasti tilgangur sem viðmælendur mínir túlkuðu út frá heimsóknunum sem þeir fengu var einmitt að vernda, fylgjast með og hugga.

Tilfinningarnar sem fram komu í viðtölunum voru margvíslegar. Í flestum tilvikum fundu viðmælendur mínir fyrir jákvæðum tilfinningum í tengslum við heimsóknirnar, eins og gleði, þakklæti, vellíðan og öryggi. Neikvæðu tilfinningarnar voru aðallega á borð við sorg, söknuð og eftirsjá sem tengdust því að þeim fannst þeir ekki hafa hitt ástvini sína nógu oft þegar þeir voru á lífi. Stöku sinnum var talað um hræðslu en hún átti sér þó oftast stað áður en fólkíð fattaði hver hinn framliðni var og tók þá vellíðan við.

Trú á hið yfirnáttúrulega fylgir mikið „stigma,“ eða skammarstimpill, en henni hefur oft verið stillt upp sem andstæðu tækniþekkingar, auk þess sem hún hefur verið tengd við einfaldni og fávísku. Sú tenging hefur hins vegar margoft verið afsönnuð og lýsir fyrst og fremst fordómum. Viðmælendur mínir voru allir sammála um að trú þeirra á hið yfirnáttúrulega sé ótvíræð og að hún hafi verið til staðar alla ævi, hugsanlega vegna persónulegrar reynslu. Áttu þeir það þó einnig sameiginlegt að setja fram einhvers konar réttlætingu á frásögnum sínum þegar þeim fannst þær hljóma ótrúverðugar. Að auki virtust viðmælendur mínir almennt forðast það að deila upplifunum sínum með öðru fólki. Við getum trúlega aldrei fengið sannanir fyrir því hvort tilvist hinna framliðnu sé raunveruleg en það er engu að síður áhugavert að skoða þessar upplifanir og sögur fólks og velta því fyrir sér hvað þær geta sagt okkur. Í anda tilvitnunar Andra í kafla 6.3, sem jafnframt er titill ritgerðarinnar, þá verða upplifanir fólks aldrei teknar af þeim.

---

Anna Sóley Sveinsdóttir

## Heimildaskrá

- Ahmed, Sara. (2010). Happy Objects. Í Melissa Gregg og Gregory J. Seigworth (ritstj.), *The Affect Theory Reader* (29-51). Durham: Duke University Press.
- Árni Björnsson. (1996). Hvað merkir þjóðtrú? *Skírnir*, 170, 79-104.
- Ásdís Aðalbjörg Arnalds, Ragna Benedikta Garðarsdóttir og Unnur Diljá Teitsdóttir. (2008). Könnun á íslenskri þjóðtrú og trúarviðhorfum. Sótt 24. febrúar 2021 af [http://thjodfraedi.hi.is/sites/thjodfraedi.hi.is/files/null/konnun\\_a\\_islenskri\\_thjodtru\\_og\\_truarvidhorfum\\_0.pdf](http://thjodfraedi.hi.is/sites/thjodfraedi.hi.is/files/null/konnun_a_islenskri_thjodtru_og_truarvidhorfum_0.pdf)
- Bennett, Gillian. (1999). Alas, Poor Ghost!: Traditions of Belief in Story and Discourse. Logan: Utah State University Press.
- Bennett, Gillian og Bennett, Kate Mary. (2000). The presence of the dead: An empirical study. *Mortality*, 5(2), 129-157.
- Bjarni Guðmarsson og Páll Ásgeir Ásgeirsson. (1996). *Ekki dáin - bara flutt: Spíritismi á Íslandi fyrstu fjörutíu árin*. Reykjavík: Skerpla.
- Börn sjá meira en við hin. (2001). Sótt 25. ágúst 2021 af <https://www.hugi.is/dulspeki/greinar/11722/born-sja-meira-en-vid-hin/>
- Creswell, John W. og Poth, Cheryl N. (2018). *Qualitative Inquiry & Research Design: Choosing Among Five Approaches* (4. útgáfa). Thousand Oaks: SAGE Publications.
- Draugasögur. (E.d.). Sótt 15. júlí 2021 af <https://www.patreon.com/draugasogur>
- Erlendur Haraldsson. (1978). *Þessa heims og annars: Könnun á dulrænni reynslu Íslendinga, trúarviðhorfum og þjóðtrú*. Reykjavík: Bókaforglafið Saga.
- Gísli Sigurðsson. (2002). *Hvað er þjóðtrú og hvernig er þjóðtrú Íslendinga ólík þjóðtrú annarra Norðurlanda?* Sótt 26. febrúar 2021 af <https://www.visindavefur.is/svar.php?id=2342>
- Guðmundur Kristinsson. (2013). *Sumarlandið: Framliðnir lýsa andláti sínu og endurfundum í framlífinu* (5. útgáfa). Selfoss: Árnesútgáfan.
- Gunnell, Terry. (2007). „Það er til fleira á himni og jörðu, Hóras...“: Kannanir á íslenskri þjóðtrú og trúarviðhorfum 2006-2007. Í Gunnar Þór Jóhannesson (ritstj.), *Rannsóknir í félagsvísindum VIII* (801-812). Reykjavík: Félagsvísindastofnun Háskóla Íslands.
- Honko, Lauri. (1989). Memorates and the Study of Folk Belief. Í Reimund Kvideland og Henning K. Sehmsdorf (ritstj.), *Nordic Folklore: Recent Studies* (100-109). Indiana: Indiana University Press.
- Hrefna Sigríður Bjartmarsdóttir. (2015). „Ég er aldeilis ekki ein ...“: *Framliðnir sem fylgjur og verndarvættir í þjóðtrú*. Óútgefin MA-ritgerð: Háskóli Íslands, Félags- og mannvísindadeild.

- Hufford, David J. (1995). Beings Without Bodies: An Experience-Centered Theory of the Belief in Spirits. Í Barbara Walker (ritstj.), *Out of the Ordinary: Folklore and the Supernatural* (11-45). Logan: Utah State University Press.
- Hugtök og heiti í bókmenntafræði.* (1983). Jakob Benediktsson (ritstj.). Reykjavík: Mál og menning.
- Jón Hnefill Aðalsteinsson. (1989). Þjóðsögur og sagnir. Í Frosti F. Jóhannsson (ritstj.), *Íslensk þjóðmenning VI* (228-290). Reykjavík: Bókaútgáfan Þjóðsaga.
- Jón Jónsson og Sigurður Gylfi Magnússon. (1998). Heimskuleg spurning fær háðulegt svar. Orð og æði – Minni og merking. Í Guðmundur J. Guðmundsson og Eiríkur K. Björnsson (ritstj.), *Íslenska söguþingið: Ráðstefnurit II* (47-56). Reykjavík: Sagnfræðistofnun Háskóla Íslands og Sagnfræðingafélag Íslands.
- Jónas Jónasson. (1945). *Íslenzkir þjóðhættir* (2. útgáfa). Reykjavík: Ísafoldarprentsmiðja.
- Leavy, Patricia. (2011). *Oral History: Understanding Qualitative Research*. New York: Oxford University Press.
- Lüthi, Max. (1982). *The European Folktale: Form and Nature* (John D. Niles þýddi). Bloomington: Indiana University Press.
- Matthías Viðar Sæmundsson. (1997). Til varnar hjátrúnni. *Fjölur*, 1(2), 89-94.
- Monroe, Robert A. (1977). *Journeys Out of the Body*. New York: Broadway Books.
- Pimple, Kenneth D. (1995). Ghosts, Spirits, and Scholars: The Origins of Modern Spiritualism. Í Barbara Walker (ritstj.), *Out of the Ordinary: Folklore and the Supernatural* (75-89). Logan: Utah State University Press.
- Rach, Jessica. (2018). *Parents share the spookiest things children have said – including seeing ghosts, remembering past lives and predicting pregnancies*. Sótt 25. ágúst 2021 af <https://www.dailymail.co.uk/femail/article-6099797/Parents-share-SPOOKIEST-things-children-said.html>
- Sannar íslenskar draugasögur.* (E.d.). Sótt 13. júlí 2021 af <https://www.facebook.com/groups/1598582790353235/>
- Sálarrannsóknarfélag Íslands. (E.d.). *Um félagið*. Sótt 5. mars 2021 af <https://www.srfi.is/felagid/>
- von Sydow, Carl Wilhelm. (1951). Om folksagorna. Í Knut Liestøl og Carl Wilhelm von Sydow (ritstj.), *Nordisk kultur IX* (199-210). Stockholm: Albert Bonniers forlag.
- von Sydow, Carl Wilhelm. (1978). Prosa-Folkdiktingens Kategorier. Í Anna Birgitta Rooth (ritstj.), *Folkdikt och folkstro* (57-74). Lund: Liber Läromeled.
- Söderström, Anna. (2016). *Att tala mot spöken: En studie av skepticism*. Óútgefin MA-ritgerð: Háskóli Íslands, Félags- og mannvísindadeild.

Turner, Victor. (1969). *The Ritual Process: Structure and Anti-Structure*. Ithaca: Cornell University Press.

Valk, Ülo og Sävborg, Daniel. (2018). Place-Lore, Liminal Storyworld and Ontology of the Supernatural: An Introduction. Í Ülo Valk og Daniel Sävborg (ritstj.), *Storied and Supernatural Places: Studies in Spatial and Social Dimensions of Folklore and Sagas*. Helsinki: Finnish Literature Society.

Yow, Valerie Raleigh. (2015). *Recording Oral History: A Guide for the Humanities and Social Sciences* (3. útgáfa). Lanham: Rowman & Littlefield.

## **Spurningakönnun**

Reynsla af framliðnum ástvinum. (2020). Spurningakönnun Önnu Sóleyjar Sveinsdóttur á Google Docs. Í vörslu höfundar.

## **Viðtalsheimildir**

AS\_1. (2020). Viðtal Önnu Sóleyjar Sveinsdóttur við Andra 30. nóvember 2020. Í vörslu höfundar.

AS\_2. (2020). Viðtal Önnu Sóleyjar Sveinsdóttur við Lilju 2. desember 2020. Í vörslu höfundar.

AS\_3. (2020). Viðtal Önnu Sóleyjar Sveinsdóttur við Söru 17. desember 2020. Í vörslu höfundar.

AS\_4. (2020). Viðtal Önnu Sóleyjar Sveinsdóttur við Katrínu 28. desember 2020. Í vörslu höfundar.

AS\_5. (2021). Viðtal Önnu Sóleyjar Sveinsdóttur við Erlu 13. janúar 2021. Í vörslu höfundar.