

## Cambiamenti di vita dopo l'NDE

Massimo Biondi

Gli autori di lingua inglese usano da qualche anno definire le NDE come la più rilevante, o una delle più rilevanti *esperienze trasformative* che si conoscano. In effetti, al di là di una serie di distinzioni di dettaglio – pur necessarie, da un punto di vista conoscitivo – il più evidente elemento unificante di quasi tutte queste vicende è un generale cambiamento di pensiero e di comportamento che si produce in coloro che esperiscono il “contatto ravvicinato” con la morte.

Se ne era accorto, fin dall'inizio delle sue ricerche, Raymond Moody, che nel presentare la prima descrizione sistematica delle esperienze di premorte aveva parlato in generale di «*conseguenze*» che nei protagonisti diretti avevano «*assunto forme... sottili... segrete*». Numerose, tra le persone che aveva intervistato, gli avevano detto che la loro vita era stata «*ampliata, approfondita*» da quell'esperienza critica e che loro stessi erano «*diventati più inclini alla riflessione, più interessati ai problemi filosofici riguardanti la morte o il fine dell'uomo*». In termini più dettagliati Moody aveva poi discusso di una particolare variazione nell'atteggiamento di chi aveva avuto un'NDE, ovvero la scomparsa di ogni timore della morte: «*quasi tutti [i suoi “informatori”] hanno dichiarato di non aver più paura di morire... nessuna delle persone con le quali ho parlato cerca la morte... Tutti sconfesserebbero il suicidio come mezzo per tornare nei luoghi intravisti nel corso della loro esperienza. Semplicemente, la morte in quanto tale non li spaventa più*». Un uomo aveva affermato esplicitamente: «*Ora non ho paura di morire. Non che desideri morire o che voglia morire proprio adesso. Non voglio vivere ora in quell'altro mondo, perché è stato deciso che viva in questo. Ma non ho paura di morire perché so dove andrò quando lascerò questa terra; lo so perché ci sono già stato*».<sup>1</sup>

Anche Michel Sabom, un cardiologo americano che si è imbattuto in queste vicende nel corso della sua pratica clinica, sostenne di aver riscontrato cambiamenti di questo tipo: «*Ho in cuore la certezza che non avrò mai più paura di morire*» gli aveva detto un paziente, che aveva aggiunto: «*la morte io l'ho veduta in faccia e ora non mi fa alcuna paura. Trapassare è un'esperienza naturale, fa parte del corpo e dell'evolversi delle cose: morire avviene in modo semplice, non si deve aver paura... Questi convincimenti hanno mutato radicalmente ogni mio pensiero e l'intera mia vita*».<sup>2</sup> Io stesso ho raccolto affermazioni simili, parlando con persone che in qualche momento della loro esistenza avevano rischiato di perdere improvvisamente la vita e avevano avuto un'NDE. Un uomo che era rimasto per pochi istanti incosciente per un arresto cardiaco avvenuto durante un intervento per la regolazione del *pace-maker* e che si era "ritrovato" immerso in una luce accecante, ha commentato: «*Be', se la morte è così... è una pacchia!*». Pur non essendo particolarmente impaurito dalla morte (non era credente) da quel momento in poi ha vissuto con una serenità e una "fiducia" nell'innocuità della morte che – mi ha detto – erano completamente nuove per lui.<sup>3</sup> Una donna che aveva esperito un'NDE dopo essere caduta in acqua per il capovolgimento della barca sulla quale si trovava mi ha confermato che «*la morte è una cosa alla quale non penso mai. Non mi fa paura né mi crea sgomento; sebbene mi impaurisca, e molto, il pensiero e la vicinanza del mare*». Quest'ultima osservazione si spiega con il fatto che l'incidente vissuto da quella donna era stato particolarmente grave e si era concluso con l'annegamento del fidanzato accorso a salvarla.

Nel 1980 lo psichiatra americano Russel Noyes, poi Kenneth Ring nel 1984, e ancora, anni dopo, Pim van Lommel e i suoi collaboratori hanno condotto studi con una particolare focalizzazione sugli aspetti trasformativi delle NDE. Tutti questi autori hanno interrogato pazienti che avevano avuto arresti cardiaci durante un ricovero ospedaliero (è il tipo di crisi vitale che i medici incontrano più frequentemente in ambiente controllato) e sono giunti a conclusioni in larga misura analoghe. Per Noyes, che ha raccolto una casistica di 138 persone, circa due terzi di coloro che avevano avuto un'NDE dicevano di essere cambiati nei confronti della morte. In particolare, il 41% non provava più alcun timore di morire, mentre un altro 21% si sentiva ormai "invulnerabile", al punto da avere la sensazione di *non poter* andare più incontro a stati di sofferenza o di dolore legati alla morte.<sup>4</sup>

Su questa strada Ring ha compiuto un interessante passo avanti, confrontando la presenza di eventuali *effetti postumi* in due