

Meditation kan leda till psykisk sjukdom

Meditation och yogaövningar har i flera fall lett till psykisk sjukdom. Det har överläkare Bo G Johnson vid Lillhagens sjukhus i Göteborg kommit fram till. Han har studerat nio fall av s k meditationspsykos och funnit att läkarvetenskapen står inför ett nytt fenomen inom psykiatrin - ett sjukdomstillstånd där t ex psykofarmaka inte har någon sorts helst effekt.

I Danmark där man uppmärksammat problemet mer än i Sverige, ska man nu göra en inventering på mentalsjukhusen för att skaffa mer kunskap om meditationspsykoserna. Ett fall som Bo G Johnson följt på nära håll gällde en 27-årig man som ville pröva på avslappning med hjälp av s k chakrameditationer. 27-åringen studerade och hade inga sociala- eller missbruksproblem. Efter att ha lyssnat på en kassett med meditationer sju gånger sökte han hjälp för egendomliga psykiska besvär.

- Under en sådan här övning hade han helt plötsligt upplevt hur någon slags energi under stor kraft fyllde kroppen, säger Bo G Johnson. Det handlade om ett energiflöde som sakta steg upp genom ryggraden och upp i huvudet där det liksom exploderade. Han tyckte sig se hur energiströmmar strömmade ur händer och fötter. Dessutom hade han visioner av ormar som steg uppåt i ljumskarna och ville bita honom i ansiktet.

Skrämmande Upplevelsen kom helt oväntat och skrämde mannen som inte kunde påverka förloppet hur han än ansträngde sig. Efter några dagar vände tillståndet och övergick i en ny fas där hart upplevde att en mörk substans trängde in i hans kropp. Han fick akut dödsångest och vaknade flera gånger på nätterna då han upplevde att onda väsen attackerade honom. Till slut kunde han inte sköta sina studier, blev alltmer utmattad och sökte desperat efter hjälp. Mannen lades in på klinik en kortare tid och fick psykofarmaka, säger Bo G Johnson. Medicinen hade dock ingen effekt. - Jag spelade in den här patientens redogörelse på band och spelade upp det för mina kollegor. De stod helt handfallna. Jag har arbetat på sjukhus i 20 år och aldrig tidigare sett några psykologiska eller hysteroida tillstånd som liknar det här. Det ser ut som ett psykotiskt tillstånd och då brukar psykofarmaka t ex Mallorol

hjälpa. Men i de här fallen har de tydligen ingen effekt alls.

Mot frigiditet En 30-årig kvinna sökte bota sin frigiditet, genom avslappningsövningar enligt en kroppsorienterad psykoterapimetod. Hon fungerade socialt och hade inga drogproblem. Efter några övningar upplevde hon energiströmmar i ryggen upp mot huvudet och kände sig överhettad. För att svalka sig duschade hon långa stunder och gick i strumplästen för att "jorda" energiströmmarna. Även hon kände sig attackerad av ormar. Kvinnan går fortfarande i behandling hos psykolog.

Chakrameditation är en form av yoga som bygger på föreställningen att det inom människan finns en slumrande kraft som kallas Kundalini eller ormkraften. Tanken är att en aktivering av kraften leder till frigörande av fysiska och intellektuella resurser.

- Jag har dock funnit att patienterna inte har läst sig till tillståndet och så omedvetet bestämt sig för att insjukna på det här sättet, säger Bo G Johnson. Istället handlar det om ett fenomen som uppstår spontant ur patientens inre vid meditation. Dessutom finns det fall där man har kvar besvären ända upp till 14 år efter det man avbrutit meditationerna. Och det vore ju otänkbart om nu fenomenet var påhittat. - Efter artiklar som jag skrivit i ämnet har jag fått brev från yogis och gurus i bl.a Indien som är väldigt oroliga för vad som har hänt. De menar att man inte ska ge sig in på sådana här företeelser utan sakkunnig ledning. - Ett problem är också att det knappast finns någon trovärdig medicinsk teori om de här fenomenen. Vid de flesta meditationer händer ju ingenting, men klart är att det finns en risk om man ger sig för djupt in i detta och börjar experimentera. Det är svårt att avgöra vem som kommer att drabbas. I Danmark finns flera dokumenterade fall av meditationspsykos. Danskan Lis Höjer har skrivit flera böcker i ämnet - hon har egna erfarenheter av meditation.

Sprider kunskap För hennes del började det med att hon började meditera för att kunna koncentrera sig bättre, på sina högskolestudier. Ganska snart drabbades hon av ett psykosliknande tillstånd och har sedan dess inte varit förmögen att arbeta mer än sporadiskt. Hon ägnar nu en stor del av sin tid åt att sprida kunskap om meditationspsykoserna och är starkt kritisk mot meditation. - Under ett besök i Danmark träffade jag en sjuksköterska som efter meditation inte längre kan arbeta utan lever på sjukbidrag, säger Bo G Johnson. Hon har en pågående sk kundaliniaktivitet.

Experiment - Under min vistelse i Danmark gjorde jag också en del experiment med personer som lider av det här fenomenet. Jag märkte effekter som tyder på att någon slags kraft, som vi vet väldigt lite om,

faktiskt är verksam i de här personerna. Jag hoppas nu få möjlighet att testa några utvalda personer för att se om man kan registrera något fysikaliskt i samband med den här processen.

Om det visar sig att man kan registrera något dylikt så vore det ju rätt oerhört. Då kan man helt avskriva teorin att det rör sig om en vanföreställning. Ett sådant utfall skulle istället visa på förekomsten av ett klart fenomen.

Peter Dükler Intervju från GÖTEBORGS-POSTEN Torsdagen den 20 september 1984