

RAYMOND A. MOODY

SVETLO NA DRUHOM
BREHU

Zážitok bezprostrednej blízkosti smrti

Čo sa stane, keď človek zomrie? To je otázka, ktorú si ľudstvo kladie asi najčastejšie a najmenej na ňu vie odpovedať. Prestaneme jednoducho žiť a o našom pobyte na zemi budú vypovedať iba naše telesné pozostatky? Vzkriesi nás neskôr „najvyššia bytosť“, iba keď budeme mať v „knihe života“ dobré známky? Vrátime sa opäť v zvieracej podobe, ako veria hindovia, alebo azda po mnohých generáciách ako iní ľudia?

K odpovedi na základnú otázku o posmrtnom živote nemáme dnes o nič bližšie ako pred tisícročiami, keď si ju prvý raz položil pradávny človek. Ale je veľa obyčajných ľudí, ktorí došli na samý kraj smrti a opísali zázračné záblesky druhého sveta, sveta prežiarého láskou a porozumením, ktorý možno dosiahnuť iba vzrušujúcou cestou cez tunel alebo pasáž.

V tomto svete sa pohybujú zosnulí príbuzní zaliati vznešeným svetlom a vládne mu „najvyššia bytosť“, ktorá predvedie novému príchodnému jeho život a potom ho pošle žiť ďalej na zem.

Osoby, ktoré takto „zomreli“, nie sú už po návrate tie, čo prv. Naplno vychutnávajú život a vyjadrujú presvedčenie, že najdôležitejšie zo všetkého sú láska a vedomosti, lebo iba tie si možno zobrať so sebou.

Keďže nenachádzame lepší výraz na opísanie týchto príhod, môžeme povedať, že títo ľudia mali zážitok prahu smrti (ZPS).

Tento výraz som vytvoril pred niekoľkými rokmi v svojej prvej knihe *Život po živote*. Iní ľudia použili inakšie výrazy, napríklad „cesty po druhom svete“, „útek jediného k Jedinému“, „havária lietadla“, „predsmrtné vidiny“. Ale všetky znaky týchto epizód - nech sa nazývajú hocijako - poukazujú na podobnú skúsenosť. ZPS-kári prežívajú všetky alebo niektoré tieto udalosti: pocit, že sú mŕtvi, pokoj a bezbolestnosť aj počas „bolestného“ zážitku, odlúčenie od tela, vstup do temného priestranstva alebo tunela, rýchly výstup na nebesia, zvitanie so zosnulými priateľmi a príbuznými, ktorí sú zaliati svetlom, stretnutie s „najvyššou bytosťou“, spätné premiet-

nutie vlastného života a neochotu vrátiť sa do sveta živých.

Vyčlenil som tieto znaky pred vyše dvadsiatimi rokmi pri osobnom výskume, ktorý sa začal celkom náhodne, keď som bol dvadsaťročným študentom filozofie na Virginskej univerzite.

Sedel som s nejakou desiatkou študentov v posluchárni a počúval, ako profesor John Marshall rozoberá filozofické problémy súvisiace so smrťou. Marshall spomenul, že pozná miestneho psychiatra - dr. Georgea Ritchieho - ktorého po obojstrannom zápale pľúc vyhlásili za mŕtveho a potom sa im ho podarilo oživiť. Kým bol Ritchie „mŕtvy“, mal pozoruhodný zážitok, že prechádza tunelom a vidí svetelné bytosti.

Ako poznamenal môj profesor, tento zážitok hlboko poznačil spomínaného lekára, ktorý bol presvedčený, že dostal možnosť nazrieť do posmrtného života.

Pravdu povediac, v tomto štádiu života mi ani na um nezišlo, že by sme po telesnej smrti mohli zostať duchovne nažive. Vždy som predpokladal, že smrť predstavuje zánik nášho hmotného tela i nášho vedomia. Zaujalo ma, prirodzene, že si je vážnený lekár natoľko istý vecou, aby sa verejne priznal, že úchytkom zazrel posmrtný život.

O niekoľko mesiacov som počul, ako sám psychiater opisuje svoj zážitok skupine študentov. Povedal nám o tom, ako si z diaľky obzeral svoje naoko mŕtve telo vystreté na nemocničnej posteli, ako vstúpil do jagavého svetla, ktoré vyžarovalo lásku, a ako sa mu v trojrozmernej panoráme premietla každú udalosť jeho života.

Vštepil som si Ritchieho rozprávanie do pamäti a pokračoval som v štúdiu, až kým som v roku 1969 nezískal doktorát filozofie. Iba keď som začal učiť na univerzite, narazil som opäť na zážitok prahu smrti.

Jeden z mojich študentov rok predtým takmer zomrel a ja som sa ho opýtal, aký to bol zážitok. Ohromilo ma, keď som zistil, že prežil takmer úplne rovnakú epizódu, akú som si pred vyše štyrmi rokmi vypočul od Ritchieho.

Začal som objavovať ďalších študentov, ktorí vedeli o ďalších ZPS. Keď som v roku 1972 nastúpil na lekársku fakultu, mal som už osem štúdií prípadov ZPS od spoľahlivých, úprimných ľudí.

Na lekárskej fakulte som objavil ďalšie prípady a čoskoro som mal toľko spracovaných prípadov, že som zostavil *Život po živote*, ktorý sa stal medzinárodným bestsellerom. Očividne

jestvovala túžba po poznatkoch o tom, čo sa s nami stane v posmrtnom živote.

Kniha vyrukovala s mnohými otázkami, na ktoré nevedela dať odpoveď, a vyvolala hnev skeptikov, ktorí považovali odborné spracované prípady niekoľkých stovák ľudí v ríši „ozajstného“ vedeckého výskumu za bezcenné. Mnohí lekári tvrdili, že o zážitkoch prahu smrti nikdy nepočuli, hoci oživovali stovky ľudí. Ďalší tvrdili, že je to jednoducho forma duševnej choroby ako schizofrénia. Niektorí vyhlásili, že tieto ZPS majú iba mimoriadne nábožní ľudia a iným sa zasa zdalo, že je to forma posadnutosti diablom. Podaktorí lekári vraveli, že deti tieto zážitky nikdy nemávajú, lebo neboli „kultúrne poznačené“ ako dospelí. Ďalší vyhlásili, že ľudí, ktorí majú ZPS, je primálo, aby tieto záznamy boli štatisticky významné.

Niektorí ľudia, vrátane mňa, mali záujem o ďalší výskum problému ZPS. Práca, ktorú sme za posledné desaťročie vykonali, ohromne prispela k osvetleniu tohto javu. Podarilo sa nám odpovedať na väčšinu otázok vznesených tými, čo majú pocit, že zážitok prahu smrti sa veľmi nelíši od duševnej choroby alebo od mozgových sebaklamov.

Pravdu povediac, prítomnosť skeptikov nám prospela, lebo nás prinútila prizrieť sa tomuto javu oveľa pozornejšie, ako keby ich nebolo. Mnohé z toho, na čo sme my výskumníci prišli, obsahuje táto kniha.

Kto, koľko a prečo

Okolnosť, o ktorej by som chcel hovoriť v tejto kapitole, je veľký počet ZPS, ktoré sa skutočne stávajú. Keď som sa začal zaoberať týmto javom, domnieval som sa, že ľudí, ktorí ho skutočne prežili, je veľmi málo. Nemal som čísla a ani v medicínskej literatúre sa určite nijaké neuvádzali, ale keby som to bol mal odhadnúť, povedal by som, že jeden z ôsmich ľudí, ktorých prebrali k životu, alebo sa nejako podobne ocitli v blízkosti smrti, prežil aspoň jeden zo znakov ZPS.

Keď som začal prednášať a vypytovať sa veľkých skupín ľudí, či oni sami mali ZPS alebo poznali niekoho, kto ho mal, môj názor na častosť tohto javu sa výrazne zmenil. Na prednáškach som sa pýtal poslucháčov. „Koľkí z vás mali zážitok prahu smrti alebo vedia o niekom, kto ho mal?“ Na odpoveď zdvihol ruku asi každý tridsiaty človek.

Skúmateľ verejnej mienky George Gallup ml. zistil, že v Spojených štátoch malo ZPS osem miliónov dospelých ľudí. To znamená každý dvadsiaty človek.

Ďalej sa mu podarilo analyzovať obsah týchto ZPS tým, že sa pýtal na ich prvky. Zistil toto:

Prvok	Percentá
Mimo tela	26
Presné zrakové vnemy	23
Počuteľné zvuky alebo hlasy	17
Pocity pokoja, bezbolestnosti	32
Svetelné javy	14
Premietnutie života	32
Pobyt v inom svete	32
Stretnutie s inými bytosťami	23
Tunelový zážitok	9
Predvídanie	6

Takýto verejný prieskum jasne ukázal, že ZPS sú v spoločnosti oveľa bežnejšie, ako si myslel ktorýkoľvek výskumník ZPS.

Znaky ZPS

Ako som už spomínal, podarilo sa mi odvodiť sústavu deviatich znakov, ktoré definujú zážitok prahu smrti. Postupoval som tak, že som sa vypytoval stovák ľudí a vyhľadával som v ich jedinečných príbehoch spoločné prvky.

V *Živote po živote* som napísal, že som nestretol nikoho, kto by bol v priebehu ZPS zažil všetky tieto znaky. Ale odvtedy, čo som knihu napísal, interviewoval som viac ako tisíc ZPS-károv a našiel som viacerých s „celoškálovými“ epizódami, pri ktorých sa vyskytlo všetkých deväť znakov ZPS.

Aj tak však treba mať na pamäti, že nie všetci, čo absolvujú zážitok prahu smrti, majú všetky nasledujúce symptómy. Niektorí môžu mať jeden či dva, iní päť či šesť. Práve prítomnosť jedného alebo viacerých týchto znakov definuje ZPS.

Pocit, že som mŕtvy

Mnohí ľudia si neuvedomujú, že zážitok prahu smrti, ktorý práve majú, má niečo spoločné so smrťou. Zistia, že sa vznášajú nad svojím telom, hľadajú naň zďiaľky a odrazu pocítia strach

alebo zmätok, prípadne oboje. Čudujú sa: „Ako to, že som tu hore a pozerám sa na seba tam dolu?“ Nedáva im to zmysel, a tak sa ich zmocní veľký zmätok.

V tomto štádiu nemusia v hmotnom tele, na ktoré hľadajú, naozaj spoznať vlastné telo.

Jeden človek mi povedal, že kým bol mimo tela, chodil po oddelení vojenskej nemocnice a žasol nad tým, koľko je tam mládencov približne jeho veku a podoby, ktorí sa ponášajú na neho. Skutočne sa pozeral na tie rozličné telá a pýtal sa v duchu, ktoré patrí jemu.

Ďalší človek, obeť strašnej nehody, pri ktorej prišiel o dva údy, si pamätal, ako sa vznášal nad svojím telom na operačnom stole a ľutoval toho zmrzačeného človeka, čo na ňom ležal. Až potom si uvedomil, že je to on!

ZPS-kári často v tomto štádiu pociťujú strach, ktorý potom vystrieda dokonalé pochopenie toho, čo sa deje. Rozumejú tomu, čo si navzájom chcú povedať lekári a sestričky (aj keď neraz nemajú nijaké formálne medicínske vzdelanie), ale keď sa pokúšajú hovoriť či už s nimi alebo s inými prítomnými ľuďmi, nik ich nevidí ani nepočuje.

V tomto štádiu sa môžu pokúsiť upútať pozornosť prítomných tým, že sa ich dotknú. Ale keď to urobia, ruky im prejdú cez plece dotyčného, akoby tam nič nebolo.

Opísala mi to istá žena, ktorú som osobne znovu priviedol k životu. Videl som, že jej zlyháva srdce, a ihneď som začal s masážou hrudníka. Neskôr mi povedala, že kým som sa usiloval obnoviť činnosť srdca, ona sa vzniesla nad svoje telo a hľadela nadol. Stála za mnou a pokúšala sa mi povedať, aby som prestal, že jej je dobre tam, kde je. Keď som ju nepočul, pokúšala sa ma chytiť za plece, aby mi zabránila vpichnúť jej do ruky ihlu a vstreknúť intravenóznou tekutinu. Ruka jej bez odporu prešla mojím plecom. Ale neskôr tvrdila, že keď to urobila, pocítila čosi, čo malo konzistenciu „veľmi rozriedenej želatíny“, ktorou akoby prechádzal elektrický prúd.

Podobné opisy som počul aj od iných pacientov.

Po pokuse komunikovať s inými ľuďmi mávajú ZPS-kári neraz zvýšený pocit vlastnej totožnosti. Jedna ZPS-kárka opísala toto štádium ako „čas, keď nie ste ženou svojho manžela, nie ste rodičom svojich detí, nie ste dieťaťom svojich rodičov. Ste úplne a bez zvyšku vy.“ Iná žena povedala, že mala pocit, akoby prechádzala akýmsi „prerezávaním šnúru“, podobne ako keď preťatím lán oslobodíme balón.

Práve v tomto štádiu sa strach mení na blaženosť a na porozumenie.

Pokoj a bezbolestnosť

Kým je pacient vo svojom tele, môže neraz pociťovať silnú bolesť. Ale keď sa „prerežú šnúry“, dostaví sa veľmi skutočný pocit pokoja a bezbolestnosti.

Rozprával som sa s pacientmi so zlyhaním srdca, ktorí vravia, že prenikavá bolesť srdcového záchvatu sa mení z múk na takmer slastný pôžitok. Niektorí bádatelia uvádzajú teóriu, že keď mozog pociťuje takú prenikavú bolesť, vylučuje chemickú látku vlastnej produkcie, ktorá bolesť potlačí. Zaoberám sa touto teóriou v siedmej kapitole, ale už tu poviem, že nik zatiaľ neuskutočnil pokusy, ktoré by to či už potvrdzovali, alebo vyvracali. No aj keby to bola pravda, nevysvetľujú sa tým ostatné symptómy tohto úkazu.

Zážitok vystúpenia z tela

Neraz približne v tom istom čase, keď doktor povie: „Tak to je koniec“, v pacientovi sa odohrá úplná zmena perspektívy. Cíti, že sa dvíha a obzerá si svoje telo tam dolu.

Väčšina ľudí vraví, že keď sa to stane, nie sú iba nejakým bodom vedomia. Akoby ešte vždy boli v akomsi tele, hoci sú mimo svojich hmotných tiel. Vravia, že duchovné telo má tvar a podobu odlišnú od našich hmotných tiel. Má ruky a tvár, hoci väčšina nedokáže opísať, ako vyzerá. Niektorí ľudia ho opisujú ako viacfarebný oblak alebo ako energetické pole.

Jeden ZPS-kár, s ktorým som hovoril pred niekoľkými rokmi, povedal, že keď bol v tomto stave, prezeral si ruky a videl, že sa skladajú zo svetla a obsahujú drobnú štruktúru. Videl si jemné závitnice na končekoch prstov a svetelné trubice, ktoré sa mu tiahli hore rukami.

Tunelový zážitok

Tunelový zážitok prichádza zvyčajne po odlúčení od tela. Kým som nenapísal *Život po živote*, nevšimol som si, že až keď ľudia prejdú „prerezaním šnúru“ a mimotelovou skúsenosťou.

uvedomia si naplno, že ich zážitok má niečo spoločné so smrťou.

V tomto štádiu sa pred nimi otvorí portál alebo tunel a sú vrhnutí do temnoty. Začnú prechádzať týmto temným priestranstvom a na konci vyjdú do jagavého svetla, ktorým sa budeme zaoberať potom.

Niektorí ľudia namiesto tunela vystupujú po schodisku. Istá žena povedala, že bola pri synovi, keď umieral na rakovinu pľúc. Jedna z jeho posledných výpovedí znela, že vidí krásne točité schodisko, ktoré stúpa nahor. Keď matke povedal, že si myslí, že kráča hore tými schodmi, vniesol jej do duše zmier.

Niektorí ľudia opisovali, že prešli krásnymi, zdobenými dverami, čo sa zdá veľmi symbolické pre prechod do inej ríše.

Niektorí ľudia pri vchádzaní do tunela počujú svišťanie *hú-úš*. Alebo vnímajú elektrické vibrácie či bzučanie.

Tunelový zážitok som neobjavil ja. Jestvuje obraz z 15. storočia od Hieronyma Boscha, ktorý sa volá *Výstup do Empyreanu* a doslova zobrazuje tento zážitok. V popredí sú ľudia, ktorí umierajú. Obklopujú ich duchovné bytosti, ktoré sa usilujú upriamiť ich pozornosť nahor. Prechádzajú tmavým tunelom a vychádzajú do svetla. Keď do toho svetla vstupujú, zbožne pokľaknú.

V jednom z najzarážajúcejších tunelových zážitkov, aké som počul, sa tunel opisoval ako takmer nekonečne dlhý i široký a zaliaty svetlom.

Opisov je veľa, ale pocit toho, čo sa deje, je vždy rovnaký: človek ide priechodom k prenikavému svetlu.

Ľudia zo svetla

Keď človek vyjde z tunela, zvyčajne stretne bytosti zo svetla. Tieto bytosti nepozostávajú z obyčajného svetla. Sála z nich krásna a prenikavá žiara, ktorá akoby všetko prestupovala a napĺňala človeka láskou. Jeden človek, ktorý absolvoval tento zážitok, skutočne povedal: „Mohol by som to opísať ako ‚svetlo‘ alebo ‚láska‘ a znamenalo by to to isté.“ Niektorí vravia, že je to takmer také, akoby ste premokli v búrke svetla.

Toto svetlo sa tiež opisuje ako oveľa jasnejšie než čokoľvek, čo poznáme na zemi. A predsa, napriek svojmu prenikavému jasú, nereže oči. Naopak, je teplé, chvejivé a živé.

V tejto situácii sa ZPS-kári často stretávajú s priateľmi a príbuznými, ktorí zomreli. Neraz sa o týchto ľuďoch vyjadrujú, že sú v takých istých neopísateľných telách, aké majú oni.

Okrem jasného svetla a žiariacich priateľov a príbuzných opisovali niektorí ľudia aj krásne pastorálne scenérie. Jedna moja známa hovorila o lúke obklopenej kvetmi, a každý z nich mal vlastné vnútorné svetlo.

Občas ľudia vidia krásne svetelné mestá, ktoré sa svojou vznešenosťou vymykajú opisu.

V tomto stave sa komunikácia neodohráva slovami, ako ich poznáme, ale telepatickými, neverbálnymi spôsobmi, vďaka ktorým nastáva okamžité porozumenie.

Svetelná bytosť

Keď už ZPS-kár stretol niekoľko svetelných bytostí, stretáva sa zvyčajne s najvyššou „svetelnou bytosťou“. Ľudia s kresťanskou výchovou ho často opisujú ako Boha alebo Ježiša. Ľudia vychovaní v iných náboženstvách ho môžu nazývať Buddhom alebo Allahom. No podaktorí sa vyjadrili, že to nie je ani Boh, ani Ježiš, ale predsa len ktosi veľmi svätý.

Nech už ide o kohokoľvek, z „bytosti“ vyžaruje dokonalá láska a porozumenie. Až natoľko, že väčšina ľudí chce s ňou byť navždy.

Lenže to nejde. V tomto štádiu sa dozvedia, zvyčajne od „svetelnej bytosti“, že sa musia vrátiť do svojho pozemského tela. Ale ešte prv ich vezme na prehliadku ich života.

Prehliadka života

Keď dôjde k prehliadke života, hmotné prostredie už nejestvuje. Namiesto neho je tu celofarebný, trojrozmerný, panoramatický prehľad všetkého, čo ZPS-kári vo svojom živote vykonali.

Odohráva sa zvyčajne z pohľadu tretej osoby a neprebíha v čase, tak ako ho poznáme. Najpriliehavejší opis, aký som počul, znie, že je tam celý život človeka odrazu.

V tejto situácii nielenže vidíte každý skutok, ktorý ste urobili, ale hneď aj vnímate účinky každého jedného vášho skutku na ľudí vo vašom živote.

Tak napríklad, ak sa vidím konať neláskyplný skutok, hneď vzápätí sa ocitnem vo vedomí osoby, ktorej som ten skutok vykonal, takže cítim jej zármutok, ublíženie a ľútosť.

Na druhej strane, ak niekomu vykonám láskyplný skutok, tak sa vzápätí ocitnem na jeho mieste a pociťujem hrejivosť a šťastie.

Počas toho všetkého je „bytosť“ s dotyčnými ľuďmi a pýta sa ich, aké dobro vykonalí svojím životom. Pomáha im absolvovať prehliadku a pomáha im vidieť všetky udalosti ich života zo správneho uhla.

Všetci ľudia, ktorí tým prejdú, si odnášajú presvedčenie, že najdôležitejšia v ich živote je láska.

Pre väčšinu z nich druhou najdôležitejšou vecou v živote je poznanie. Keď vidia výjavy zo života, v ktorých sa niečomu učia, „bytosť“ zdôrazňuje, že jedno, čo si pri smrti môžu so sebou vziať, je poznanie. Druhé je láska.

Keď sa ľudia vrátia, túžia po poznaní. Zo ZPS-károv sa neraz stávajú vášniví čitatelia, aj keď predtým o knihy veľmi nestáli, alebo sa zapíšu na štúdium inej disciplíny, než v akej pôsobia.

Rýchly výstup na nebesá

Treba zdôrazniť, že nie všetci ZPS-kári majú tunelový zážitok. Niektorý uvádzajú „zážitok vznášania“, pri ktorom rýchlo stúpajú na nebesá a vidia Vesmír z pohľadu, ktorý je vyhradený satelitom a kozmonautom.

Psychoterapeut C. G. Jung mal takýto zážitok v roku 1944, keď mal srdcový infarkt. Povedal, že cítil, ako rýchlo stúpa na miesto veľmi vysoko nad zemou.

Jedno dieťa, s ktorým som sa rozprával, povedalo, že cítilo, ako stúpa vysoko nad zem, prešlo pomedzi hviezdy a ocitlo sa medzi anjelmi. Iný ZPS-kár opísal, že vyletel nahor, všade naokolo videl planéty a pod sebou Zem ako modrú guľku.

Neochota vrátiť sa

Pre mnohých ľudí je ZPS taká príjemná udalosť, že sa nechcú vrátiť. V dôsledku toho sa neraz hnevajú na lekárov, že ich privolali späť.

Dvaja moji priatelia lekári po prvý raz prišli na to, že jestvujú ZPS, keď sa pacienti, ktorých zachránili, začali správať nepriateľsky.

Jeden z nich privádzal k životu iného lekára, ktorému pred chvíľkou zlyhalo srdce. Keď postihnutý ožil, nahnevane povedal: „Carl, také čosi mi už nikdy neurob.“

Carl nevedel pochopiť, odkiaľ sa nabral ten hnev. Ale oživený lekár ho neskôr odviedol nabok, ospravedlnil sa za svoje správanie a vysvetlil mu svoj zážitok. „Bol som našťavaný, lebo si ma neprivedol k životu, ale k smrti.“

Iný môj priateľ lekár objavil úkaz ZPS, keď priviedol k životu istého muža, ktorý nato na neho nakričal, že ho vytrhol „z toho krásneho a žiarivého miesta“.

Takto sa ZPS-kári správajú časo. Ale je to pocit, ktorý nemá dlhé trvanie. Keď sa s nimi zhovárate o nejaký týždeň neskôr, sú šťastní, že sa vrátili. Hoci im je ľúto za stavom blaženosti, sú radi, že môžu žiť ďalej.

Čo je zaujímavé, veľa ZPS-károv má pocit, že si môžu vybrať, či sa chcú vrátiť, alebo zostať. Túto možnosť výberu im niekedy ponúkne „bytosť svetla“, inokedy príbuzný, ktorý už zomrel.

Všetci ľudia, s ktorými som hovoril, by boli zostali, keby nemuseli myslieť aj na iných ako na seba. Ale zvyčajne vravia, že sa chcú vrátiť, lebo ešte musia vychovať deti, alebo by mohli chýbať svojim životným druhom či rodičom.

Jedna žena bola pred túto otázku „bytosti svetla“ postavená v živote dva razy. Raz koncom päťdesiatych rokov, keď bola v kóme po automobilovej nehode, „bytosť“ jej povedala, že je načase zomrieť a ísť do neba.

Ona mu odporovala a ťažkala si, že je na umieranie primladá. Ale „bytosť“ nechcela ustúpiť, až kým žena nepovedala: „Ale ja som mladá, ešte som sa do sýtosti nevytancovala.“

V tom okamihu sa „bytosť“ srdečne rozosmiala a dovolila jej žiť.

Asi o tridsať rokov neskôr tejto žene počas ľahšej operácie zlyhalo srdce. Opäť prešla tunelom a ocitla sa v prítomnosti „bytosti“ a on jej opäť povedal, že nadišiel jej čas zomrieť.

Tentoraz odporovala, že musí vychovať deti a že ich v tejto fáze života nemôže opustiť.

„Dobre,“ povedala „bytosť“. „Ale to je naposledy. Nabudúce tu budeš musieť zostať.“

Iný čas a priestor

Na dôvažok k týmto deviatim znakom ľudia, ktorí absolvovali ZPS, vravia, že čas je veľmi zhustený a nijako sa nepodobá času, ktorý meriame hodinkami. ZPS-kári ho opisujú ako bytie vo večnosti". Keď som sa jednej ženy opýtal, ako dlho trval jej zážitok, odvetila mi: „Dalo by sa povedať, že trval sekundu, alebo že trval desať tisíc rokov a či by ste to povedali tak alebo onak, vyšlo by to najedno."

Obmedzenia, ktoré nám ukladá priestor v každodennom živote, sa pri ZPS často prekonávajú. Ak chcú počas toho zážitku ZPS-kári niekam ísť, často im stačí pomyslieť si, že sú tam. Ľudia vravia, že kým boli mimo tela, ale sledovali doktorov, ako na nich pracujú v operačnej sále, stačilo si zaželať a boli v čakárni pri svojich príbuzných.

Také zážitky sú azda najlepšou odpoveďou ľuďom, ktorí sa domnievajú, že ZPS sú sebaklamom mozgu. Napokon, na prvý pohľad je celkom možné, že v stave veľkej úzkosti by sa mozog mohol pokúšať upokojiť vytvorením tunelových zážitkov a „bytostí svetla", aby človeka utíšil. Ale ZPS-kári, ktorí vám vedia povedať, čo sa počas ich príhod odohrávalo v iných miestnostiach, naozaj majú mimotelové zážitky.

Mám viacero príkladov ľudí, ktorí mali počas oživovania mimotelové zážitky a dokázali odísť z operačnej sály a pozorovať príbuzných v iných častiach nemocnice. Jedna žena, ktorá opustila svoje telo, išla do čakárne a zbadala, že jej dcéra má na sebe zle zladené oblečenie.

Stalo sa totiž to, že dieťa priviedla do nemocnice slúžka, a tá v náhlivosti jednoducho schytila z hromady bielizne prvé dve veci.

Keď žena neskôr rozpovedala rodine o svojom zážitku a o skutočnosti, že videla dievča v tých zle zladených šatách, vedeli, že musela byť s nimi v čakárni.

Ďalšia žena mala mimotelový zážitok a odišla z miestnosti, kde privádzali k životu jej telo. Z druhého konca nemocničnej haly sledovala, ako k jej švagrovi pristúpil nejaký obchodný partner a spýtal sa ho, čo robí v nemocnici.

„No, práve som sa chystal na služobnú cestu," odvetil švagor. „Ale zdá sa, že Júne strasie krpce, tak tu radšej zostanem a ponesiem jej truhlu."

O niekoľko dní, keď sa žena už zotavovala, prišiel ju švagor

navštíviť. Povedala mu, že bola v hale, keď sa zhováral s priateľom, a akékoľvek pochybnosti vyvrátila slovami: „Keď nabudúce umriem, len si choď na služobnú cestu, lebo mne bude celkom dobre.“ Švagor tak zbledol, až si myslela, že aj on bude už-už mať zážitok prahu smrti.

Ďalší takýto zážitok mala staršia žena, ktorú som oživoval. Dával som jej uzavretú srdcovú masáž na vyšetrovacom stole v ambulancii prvej pomoci a sestra, ktorá mi pomáhala, odbehla do druhej miestnosti po ampulku s liekom, ktorý sme potrebovali.

Bola to ampulka so skleneným hrdlom, ktoré sa má pri odlamovaní hlavičky držať v papierovej vreckovke, aby ste sa neporezali. Keď sa sestra vrátila, hrdlo bolo odlomené, takže som mohol liek hneď použiť.

Len čo sa starena prebrala, pozrela veľmi milo na sestru a povedala: „Zlatko, ja som videla, čo ste robili v tej miestnosti, a ak to budete robiť, porežete sa.“ Sestra sa zhrozila. Priznala, že v úsilí čo najrýchlejšie otvoriť ampulku odlomila sklenené hrdlo holými prstami.

Žena nám povedala, že kým sme ju oživovali, šla sa za sestrou do druhej miestnosti pozrieť, čo robí.

Čosi z výskumu: Koľkí, koľko?

Ako som už spomínal, Gallupov ústav na zisťovanie verejnej mienky v prieskume z roku 1982 zistil, že osem miliónov dospelých Američanov malo ZPS. Keďže to je zhruba každý dvadsiaty človek, bádatelia si uvedomili, že nebudú mať ťažkosti s hľadaním ZPS-károv pre výskumné účely. V skutočnosti sa mnohé také bádania začali ešte prv, ako Gallup položil Amerike otázku o živote po živote.

V jednom výskumnom projekte, výstižne nazvanom „Projekt Evergreen“, sa podarilo preskúmať zážitky prahu smrti u štyridsiaticich deviatich obyvateľov severozápadu Spojených štátov.

Týchto ľudí interviewovali bádatelia (James Lindley, Sethyn Bryan a Bob Conley z Evergreenskej vyššej štátnej školy v Olympii v štáte Washington) s použitím štandardnej metódy. Najprv ZPS-károm umožnili podať neprerušovaný výklad o svojom stretnutí so smrťou. Potom, keď svoje rozprávanie

skončili, dostali sériu štandardných otázok o tomto zážitku.

Otázky boli tie isté, aké použil Kenneth Ring, psychológ z Connecticutu, ktorý tiež skúmal ZPS u desiatok ľudí a výsledky uverejnil vo vynikajúcej knihe (*Život v smrti: Vedecké skúmanie zážitku prahu smrti*, 1980). Jeho metóda kladenia otázok ZPS-károm sa stala uznávanou metódou na zistenie, či mal človek ZPS. Jeho otázky sú do istého okamihu neutrálne, potom jemne sondujú.

Bádatelia z projektu *Evergreen* použili tie isté otázky, aby mohli porovnať svoje výsledky s Ringovými.

1. Dal sa tento druh zážitku ťažko vyjadriť slovami? (Ak áno:) Môžete sa mi napriek tomu pokúsiť povedať prečo? Čo je na tom zážitku také ťažko vypovedateľné? Podobal sa snu, alebo sa od sna odlišoval?

2. Keď došlo k tejto epizóde, mysleli ste si, že umierate alebo máte blízko k smrti? Mysleli ste si skutočne, že ste mŕtvy? Spomínate si ešte na niečo, čo ste počuli, kým ste boli v tomto stave?

3. Aké ste mali počas tohto zážitku pocity a vnemy?

4. Počuli ste počas epizódy nejaké hluky alebo nezvyčajné zvuky?

5. Mali ste v ktorejkoľvek chvíli pocit, akoby ste cestovali, alebo sa pohybovali? Aký to bol zážitok? (Ak sa hodí:) Spájal sa tento zážitok nejakým spôsobom s hlukom (zvukom), ktorý ste predtým opísali?

6. Mali ste kedykoľvek počas tohto zážitku pocit, že ste nejakým spôsobom odlúčení od svojho hmotného tela? Uvedomili ste si v tom čase niekedy, že vidíte svoje hmotné telo? (Položte tieto otázky po sebe. Potom sa, ak sa to hodí, opýtajte:) Mohli by ste mi tento zážitok opísať? Ako ste sa cítili, keď ste boli v tomto stave? Keď ste boli mimo svojho hmotného tela, kde ste boli? Mali ste iné telo? (Ak áno:) Jestvovalo nejaké spojenie medzi vami a vaším hmotným telom? Nejaké viditeľné spojivo medzi jedným a druhým? Opíšte mi ho. Keď ste boli v tomto stave, ako ste vnímali čas? Priestor? Hmotnosť? Jestvuje niečo, čo ste mohli robiť v tomto stave a čo ste nemohli robiť vo svojom zvyčajnom hmotnom tele? Uvedomovali ste si nejaké chute či zápachy? Ovplyvnil tento stav váš zrak a sluch, a ak áno, ako? Prežívali ste, kým ste boli v tomto stave, pocit osamelosti? Ako?

7. Stretli ste niekedy počas svojej epizódy iných jednotlivcov, živých či mŕtvych? (Ak je odpoveď kladná:) Kto to bol?

Čo sa stalo, keď ste ich stretli? Dorozumievali sa s vami? O čom? Ako? Čo myslíte, prečo vám to oznámili? Ako ste sa cítili v ich prítomnosti?

8. Postrehli ste v niektorej chvíli svetlo, žiaru alebo ilumináciu? Môžete mi ju opísať? (Ak je odpoveď kladná:) Oznámilo vám to „svetlo“ niečo? Čo? Čo ste si o tom svetle mysleli? Ako ste sa cítili? (Alebo aký ste z neho mali pocit?) Narazili ste na nejaké náboženské postavy ako anjeli, strážni duchovia, Kristus a tak ďalej? Narazili ste na nejakých duchov naháňajúcich strach ako démoni, bosorky alebo diabol?

9. Zjavil sa vám niekedy počas tohto zážitku váš život - alebo výjavy z vášho života - v podobe duševných obrazov alebo spomienok? (Ak áno:) Môžete mi to bližšie opísať? Aký bol tento zážitok? Aký ste z neho mali pocit? Mali ste pocit, že vás tento zážitok niečomu naučil? Ak áno, čomu?

10. Mali ste v niektorej chvíli pocit, že sa blížite k akejsi hranici, predelu, prahu alebo bodu, odkiaľ niet návratu? (Ak áno:) Môžete mi ho opísať? Keď ste sa priblížili k tejto hranici, mali ste nejaké zvláštne pocity alebo myšlienky? Máte nejakú predstavu, čo táto hranica predstavovala alebo znamenala?

11. (Ak pacient predtým uviedol, že mal blízko k smrti, spýtajte sa:) Keď ste mali pocit, že ste blízko k smrti, ako ste sa cítili? Chceli ste sa vrátiť do svojho tela, do života? Aký to bol pocit, keď ste sa opäť prebrali k vedomiu vo svojom tele? Máte nejakú spomienku na to, ako ste sa dostali späť do svojho hmotného tela? Máte nejakú predstavu, prečo ste v tomto čase neumreli? Mali ste niekedy pocit, že vás súdi nejaká neosobná sila?

12. Váš zážitok je čerstvý, ale rád by som vedel, či máte pocit, že vás nejako zmenil. Myslíte si to, alebo nie? Ak vás zmenil, tak ako? (Ak treba a je to na mieste, spýtajte sa:) Zmenil tento zážitok váš postoj k životu? Ako? Ovplyvnil vaše náboženské presvedčenie? V porovnaní s vašimi pocitmi pred týmto zážitkom, bojíte sa smrti viac, menej, alebo rovnako? (Ak sa hodí:) Bojíte sa vôbec smrti? (Ak sa pacient pokúsil o samovraždu, spýtajte sa:) Ako tento zážitok ovplyvnil váš postoj k samovražde? Nakoľko pravdepodobné je, že by ste sa opäť pokúsili spáchať samovraždu? (Buďte taktný.)

13. (Ak pacient uviedol, že mal blízko k smrti a ak sa to vyčerpávajúco nezodpovedalo v otázke 12, tak sa opýtajte:) Ako človek, ktorý mal blízko k smrti, môžete mi povedať, po

vojom, čo teraz rozumiete pod smrťou? Co teraz smrť pre vás znamená?

14 Je ešte niečo, čo by ste tu chceli dodať v súvislosti s týmto zážitkom alebo jeho účinkami na vás?

Tým, že bádatelia projektu *Evergreen* použili rovnaké otázky ako Ring, mohli si ich výsledky porovnať s rozsiahlejšou prácou connecticutského bádateľa.

Zážitok prahu smrti rozčlenili do piatich širších štádií, a nie do deviatich špecifických znakov, ktoré som načrtol vyššie: Pokoj, Odlúčenie od tela, Temno, Svetlo a Vnútorne prostredie.

V projekte *Evergreen* zažilo počas ZPS štádium pokoja 74,5 percenta skúmaných, kým v Ringovej práci ho zažilo 60 percent.

Bádateľom z projektu *Evergreen* sa videlo takmer únavné počúvať výpovede o tomto štádiu, lebo opytované osoby často donekonečna rozprávali o blaženom stave a teple, ktoré v tomto stave cítili.

Štádium odlúčenia od tela zažilo 70,9 percenta účastníkov projektu *Evergreen* a 37 percent účastníkov Ringovho projektu. Temno, ktoré by sa dalo opísať aj ako tunelový zážitok, sa zistilo u 38,2 percenta evergreenských a u 23 percent Ringových ZPS-károv. So svetlom, do ktorého mohli byť zahrnuté aj bytosti zo svetla, sa stretlo 56,4 percenta evergreenských a 16 percent Ringových ZPS-károv.

Vnútorne prostredie, ktoré mnohí zúčastnení opísali ako raj, zažilo 34,5 percenta skúmaných v projekte *Evergreen* a 10 percent skúmaných v Ringovej práci.

Zo všetkých ľudí, ktorých skúmali bádatelia projektu *Evergreen*, iba u jedného sa vyskytol „pekelný“ ZPS, ktorý definujú ako ZPS obsahujúci ohromný strach, paniku alebo hnev a prípadne aj vidiny démonických tvorov. V tomto prípade istý muž uviedol, že ho počas druhého z troch ZPS omylom zaviedli do pekla. Rozhovor s ním je poučný i zábavný:

Respondent: Druhý zážitok bol inakší, šiel som dolu schodmi. Dolu bola tma, ľudia **kvílili**, (bol tam) oheň, chceli sa napiť vody... Potom ku mne niekto prišiel, neviem, kto to bol, odstrčil ma a povedal: „Ty nejdeš sem dolu. Vrátiš sa nahor.“

Otázka: Použil naozaj tie slová?

Respondent: Hej. „Vrátiš sa nahor. Nechceme ťa tu dolu lebo nie si dosť zlý.“

Otázka: Zažili ste najprv tú temnotu a potom...

Respondent: Tma ako v rohu. Najprv sme šli dolu... Bola tam tma ako v rohu.

Otázka: Zostupovali ste tunelom?

Respondent: Tunel to nebol, čosi viac ako tunel, také veli-kánske. Klesal som nadol... Čakal tam nejaký chlap, vraví: „To nie je on.“

Otázka: Videli ste tých ľudí, čo jačali?

Respondent: Videl som tam dolu kopu ľudí, vrieskali, kvíli-li...

Otázka: Aj oni mali na sebe šaty?

Respondent: Nie, nie, nie. Úplne bez šiat.

Otázka: Boli nahí?

Respondent: Hej.

Otázka: A čo by ste povedali, koľko ich bolo?

Respondent: Prekristapána, ani porátať sa nedali.

Otázka: Tisícky?

Respondent: Povedal by som takých, podľa mňa takmer mi-lión.

Otázka: Ale vážne? A všetci boli naozaj nešťastní?

Respondent: Boli nešťastní a odporní. Pýtali odo mňa vodu. Nemali vodu.

Otázka: A bola tam bytosť, ktorá na nich dozerala?

Respondent: Áno, bol tam taký. Mal rožky...

Otázka: Mal rohy! Čo si... čo myslíte, kto... poznáte tú osobu?

Respondent: Ale hej. Toho spoznám aj o polnoci.

Otázka: Kto to bol?

Respondent: Sám diabol!

Takéto zážitky sú zriedkavé. Bádatelia z projektu *Evergreen* skombinovali svoj výskum s mojím a Ringovým a zistili, že iba 0.3 percenta opísalo svoj ZPS ako „pekelný“.

Jedno však nie je pri ZPS zriedkavé, a to tendencia zmeniť človeka, ktorý ho má. ZPS je takým mocným nástrojom zmeny, že veľa ľudí sa musí podrobiť psychoterapii, aby prišli na to, ako ho začleniť do svojho života.

Vcelku ZPS mení človeka k lepšiemu. Ale aj so zmenou k lepšiemu môže byť ťažké sa vyrovať, keď pre nič iné, tak preto, že je to zmena náhla. Na dôvažok sú tu emocionálne

dôsledky toho, že sme videli lepší svet a musíme žiť na tomto.

Azda jeden z najlepších príkladov, ako môže ZPS ovplyvniť človeka, pochádza od spisovateľky Katherine Anne Porterovej ktorá mala ZPS počas takmer smrteľného ochorenia na chrípku roku 1918. Ako autorka *Lode bláznov* uviedla v interview:

Videla som svoju víziu neba a po nej bol svet riadne nudný. Niekoľko rokov potom pretrvávala vo mne nálada, že to nie je svet, v ktorom sa oddá žiť. A predsa má človek vieru, vnútorný zdroj sily, ktorá odkiaľsi pochádza, asi ju po niekom zdedil. Po celý život mávam cez deň také chvíle, keď pociťujem aj intenzívnu túžbu zomrieť a neskôr aj dychtivosť, ktorá sa nevie dočkať ďalšieho dňa. Pravdu povediac, keby som nebola húževnatá ako túlavá mačka, dnes by som tu už nebola."

Spomienka na budúcnosť

Niektorým ľuďom poskytuje ZPS letmý pohľad do budúcnosti. Stáva sa to v takom ohromne malom percente ZPS, že sa zdráham považovať to za jeden zo znakov ZPS. Ale predsa len sa to stáva.

Sám som na to prišiel náhodou. Bolo to roku 1976, niekoľko mesiacov pred vyjdením *Života po živote*. Bol sviatok Halloween a moja vtedajšia žena Louise išla s deťmi „koledovať“.

Prišli k jednému domu a tam ich uvítali príjemný muž a žena, ktorí sa dali s deťmi do reči. Opýtali sa detí, ako sa volajú, a keď môj najstarší povedal: „Raymond Avery Moody tretí“, žena sa zatvárila vyplašené.

„Musím hovoriť s vaším manželom,“ povedala Louise.

Keď som sa neskôr s tou ženou zhováral, povedala mi o svojom ZPS roku 1971. Počas operácie jej zlyhalo srdce i pľúca a dlhý čas bola klinicky mŕtva. V priebehu tohto zážitku sa stretla so sprievodcom, ktorý ju previedol jej životom a poskytol jej informácie o budúcnosti. Keď sa zážitok blížil ku koncu, ukázal jej moju fotografiu, uviedol moje plné meno a povedal, že žena mi „v pravý čas“ rozpovie svoj príbeh.

Považoval som toto stretnutie za pozoruhodné. Ale ešte pozoruhodnejšie sú niektoré spomienky na budúcnosť, ktoré pri výskume tohto javu objavil Kenneth Ring.

Hoci počet prípadov v Ringovej vzorke je taký malý, že sa nehodí na štatistickú analýzu, podarilo sa mu prostredníctvom obce bádateľov skúmajúcich prah smrti nájsť viacero príkladov tohto javu. V týchto prípadoch mal ZPS-kár videnie budúcnosti, zvyčajne počas hlbokého ZPS. Niekedy táto informácia človeku utkvie bezprostredne po ZPS. Ale inokedy sa vracia až neskôr, sprevádzaná silným pocitom dejá vu, pocitom, že istú udalosť sme už zažili.

Jeden taký príklad spomienky na budúcnosť z Ringovej práce pochádza od muža, ktorý teraz žije v Spojených štátoch, ale narodil sa a vyrastal v Anglicku. Ako desaťročný mal počas núdzovej operácie prasknutého slepého čreva ZPS. V liste Ringovi napísal:

Po operácii, keď som sa zotavoval, uvedomoval som si, že mám zopár čudných spomienok - lebo naozaj išlo o ne- týkajúcich sa udalostí v mojom budúcom živote. Neviem, ako som k nim prišiel... jednoducho tu boli... No v tom čase (1941), ba až do roku 1968 som im jednoducho neveril.

Potom opísal päť konkrétnych spomienok, medzi iným aj vek a okolnosti, za ktorých zomrie, ale tie tu nebudem uvádzať. Tu sú prvé dve spomienky:

1. Oženíš sa vo veku dvadsaťosem rokov.

Bola to prvá zo spomienok a vnímal som ju ako jednoduché konštatovanie - neviazal sa k nej nijaký cit... A naozaj sa to stalo, hoci pri svojich dvadsiatych ôsmych narodeninách som sa s osobou, ktorú som si mal vziať, ešte ani nepoznal.

2. Budeš mať dve deti a bývať v dome, ktorý vidíš.

Na rozdiel od prvej predpovede, túto som precíťoval; správny výraz by bol azda prežíval. Mal som živú spomienku, ako sedím v kresle, z ktorého vidím dve deti, hrajúce sa predomnou na dlážke. A vedel som, že som ženatý, hoci v tej vidine sa nijako nenaznačovalo, s kým. No, ženatý muž či vydatá žena vedia, aké to je, byť ženatý či vydatá, lebo on je ženatý či ona vydatá. Ale slobodný človek nemôže vedieť, aký je to pocit, byť ženatý; najmä to, aký pocit je byť ženatý, nemôže vedieť desaťročný chlapec! A práve ten zvláštny, nemožný pocit si pamätám veľmi jasne, práve vďaka nemu mi táto príhoda utkvela v pamäti. Mal som spomienku na niečo, čo sa malo stať až o dvadsaťpäť rokov! Ale

nebolo to videnie budúcnosti v bežnom zmysle, bolo to prežívanie budúcnosti. V tejto príhode bola budúcnosť prítomnosťou.

V tom „zážitku“ som videl rovno pred seba a doprava v naznačenom smere. Doľava som nevidel, ale zato som vedel, že osoba, s ktorou som ženatý, sedí na tej strane miestnosti. Deti, ktoré sa hrali na dlážke, mali asi štyri a tri roky, staršie malo tmavé vlasy a bolo to dievča; mladšie malo svetlé vlasy, hoci to bol chlapec. Ale ako sa ukáže, obe sú dievčatá. A uvedomoval som si aj to, že za stenou... bolo tam čosi veľmi čudné, čomu som vôbec nerozumel. Vedomým rozumom som to nevedel pochopiť, ale jednoducho som vedel, že je tam čosi inakšie.

Táto „spomienka“ sa mi odrazu sprítomnila jedného dňa v roku 1968, keď som sedel v kresle, čítal knihu a náhodou som vrhol pohľad na deti... Uvedomil som si, že to je spomienka z roku 1941. Odvtedy som si začal uvedomovať, že na tých zvláštnych spomienkach niečo je. A ten zvláštny predmet za stenou bol ohrievač s vyhnaným vzduchom. Tieto ohrievacie telesá sa v Anglicku nepoužívali a - pokiaľ viem - nepoužívajú sa dodnes. Preto som nevedel pochopiť, čo to je; v roku 1941 to nepatrilo do oblasti mojich vedomostí.

Vede sa pri jej úsilí o vniknutie do zážitkov prahu smrti nedarí urobiť ani len prvé krôčky k pochopeniu spomienok na budúcnosť, ktoré sa odohrávajú počas ZPS. Vo veľmi špekulatívnej rovine sa o to pokúša Ring, ktorý naznačuje, že jestvuje štvrtý rozmer. V tomto rozmere ZPS-kári vidia svoj život ako celkový pohľad na horskú reťaz - v niektorých prípadoch od začiatku až do konca. Nemôžu ho zmeniť. Iba ho „vidia“.

Druhá kapitola

Zmenené životy: Transformačná sila zážitkov prahu smrti

Všetky zážitky prahu smrti majú jeden spoločný prvok: menia ľudí, ktorí ich zažijú. Za dvadsať rokov, čo sa intenzívne stýkam so ZPS-kármí, som ešte nenašiel ani jedného, ktorý by v dôsledku svojho zážitku nebol prešiel veľmi hlbokou a pozitívnou premenou.

Nemám v úmysle naznačovať, že pod vplyvom ZPS sa z ľudí stávajú sacharínoví, nekritickí optimisti. Hoci z nich rozhodne robí pozitívnejších ľudí a príjemnejších spoločníkov (najmä ak pred zážitkom prahu smrti až takí príjemní neboli), vedie aj k aktívnemu angažovaniu sa v skutočnom svete. Pomáha im vyrovnávať sa s nepríjemnými stránkami skutočnosti neemocionálne a s triezvou myslou - teda spôsobom, ktorý je pre nich nový.

Všetci vedci a klinickí pracovníci, s ktorými som hovoril a ktorí „spovedali“ ZPS-károv, dospeli k tomu istému záveru: vďaka svojmu zážitku sú to lepší ľudia.

Hoci sú ZPS tým, čo z psychológie poznáme ako „krízové udalosti“, nemajú negatívne účinky, ako sa to stáva pri niektorých iných krízových udalostiach. Napríklad po zlom zážitku z bojových operácií môže človek „uviaznuť“ v danom časovom okamihu. Tak povedzme mnohí veteráni z Vietnamu znovu prežívajú strašné scény smrti a skazy, ktorých svedkami boli pred mnohými rokmi v ozbrojenej zrážke. Majú natoľko silné halucinácie, že cítia pach pušného prachu a tropickú horúčavu. To je negatívna reakcia na krízovú udalosť.

Aj iné traumatizujúce udalosti, ako sú záplavy, tornáda, požiare a automobilové nehody, môžu v ľuďoch vyvolať ochromenie a neschopnosť preniesť sa cez túto udalosť. Keď k tomu dôjde, aj oni emocionálne „uviaznu“.

Zážitok prahu smrti je rovnako krízovou udalosťou ako bojová zrážka, autohavária alebo prírodná pohroma. Ba niektorá z udalostí neraz býva aj príčinou ZPS. Ale ZPS-kár, namiesto aby emocionálne uviazol, reaguje jednostranne. Akoby tento zážitok od človeka vyžadoval, aby v svojom živote podnikol nejaký pozitívny krok. Niektorí tvrdia, že je to

pokoi ktorý vyviera z pocitu, že po živote bude ďalší život. Iní si myslia, že na príčine je priamy kontakt s vyššou bytosťou, ktorý viedol k istému osvieteniu.

Jedna z mojich obľúbených výskumných prác o transformačnej sile ZPS pochádza od Charlesa Flynna, sociológa na Miamijskej univerzite v Ohio.

Preveroval údaje v dvadsať jeden dotazníkoch, ktoré rozoslal Keneth Ring, známy bádateľ ZPS, aby sa konkrétne presvedčil, akými zmenami prešli ZPS-kári.

Zistil, že ZPS-kári majú predovšetkým oveľa citlivejší vzťah k iným ľuďom ako pred zážitkom. Väčšmi taktiež veria v posmrtný život a oveľa menej sa boja smrti.

Flynnove zistenia vzbudzujú veľké nádeje. Z takéhoto výskumu čerpáme poznanie, že ZPS je síce šokujúcim, ale pozitívnym zážitkom. Hoci ešte vždy nevieme, ako tieto zážitky ovplyvňujú postoj ľudí, ktorí ich absolvovali, voči takým problémom ako jadrová vojna alebo hlad, ba ani ako v konečnom dôsledku pôsobia na ich manželstvá, predsa len vieme, že ZPS-kár je v jadre dobrý človek.

Celá moja psychiatrická prax pozostáva z poradenskej služby pacientom, ktorí mali zážitok prahu smrti. Hoci ich ZPS stavajú zoči-voči celému radu problémov, s ktorými sa väčšina z nás nikdy nestretne, všetci sa zmenili k lepšiemu. Ako vidieť z nasledujúcich kazuistík, ZPS zvyšuje osobnostný rast človeka.

Jeden z najzarážajúcejších príkladov osobnostného rastu prostredníctvom ZPS, akých som bol svedkom, bol prípad muža, ktorého budem volať Nick. Bol to majster podvodov a vyložený kriminálnik, ktorý robil všetko od okrádania vdov až po pašovanie narkotík. Zločin zabezpečoval Nickovi dobré bydlie. Mal luxusné autá, pekné šaty, nové domy a svedomie ho nijako nezaťažovalo výčitkami.

Potom sa jeho život zmenil. Jedného podmračného dňa hral práve golf, keď sa odrazu strhla búrka. Kým stihol utiecť z trávnik, zasiahol a „zabil“ ho blesk.

Chvíľočku sa vznášal nad svojím telom a vzápätí sa rútil tmavým tunelom k svetlému bodu. Vynoril sa v jasnej pastoralnej krajinke, kde ho privítali príbuzní a iní ľudia, ktorí „žiarili ako Colemanove lampáše“.

Stretol sa so svetelnou bytosťou, ktorú ešte vždy váhavo opisuje ako Boha, a tá ho láskavo sprevádzala pri prehliadke jeho života. Prežil znovu celý svoj život, nielenže videl trojroz-

merne všetky svoje skutky, ale aj videl a pociťoval, ako jeho skutky účinkovali na iných.

Tento zážitok Nicka zmenil. Neskôr, keď sa zotavoval v nemocnici, pocítil naplno účinky, ktoré zanechala prehliadka jeho života. Pri svetelnej bytosti sa ocitol v dosahu čistej lásky. Cítil, že keď naozaj umrie, bude musieť znova podstúpiť prehliadku života a tento proces by bol veľmi nepríjemný, keby sa z prvej prehliadky života nijako nepoučil.

„Teraz“, vraví Nick, „vždy žijem svoj život s vedomím, že budem musieť prejsť ďalšou prehliadkou života.“

Čím sa teraz živím, vám nepoviem, ale ubezpečujem vás, že je to poctivé zamestnanie, v ktorom pomáhám iným ľuďom.“

Ďalší človek, ktorého ZPS hlboko zmenil, bol muž, ktorého budem volať Mark. Po celý život bol posadnutý peniazmi a spoločenským postavením. Viedol podnik na výrobu lekárskeho prístrojov a väčšmi mu ležal na srdci rýchly predaj a ľahko zarobený groš ako údržba prístrojov po predaji.

Potom medzi štyridsiatkou a päťdesiatkou mal ťažký infarkt. Počas tohto zážitku sa znovu stretol so svojou starou matkou a mnohými ďalšími príbuznými, ktorí ho zahrnuli čistou láskou.

Keď ho vzkriesili, jeho pohľad na život sa úplne zmenil. Všetky tie veci, ktoré predtým boli preňho hnacou silou, teraz v jeho hierarchii hodnôt výrazne poklesli - hlboko pod rodinu, priateľstvo a vedomosti.

Povedal mi, že kým bol „na druhej strane“, uzavrel so svetelnou bytosťou dohodu, že sa už nebude natoľko zameriavať na peniaze, ale namiesto toho sa bude usilovať byť láskavý.

Je iróniou, že tento nový postoj viedol k väčším ziskom. „Som milší k ľuďom,“ povedal mi s úsmevom. „A tak chcem viac odo mňa kupovať.“

Bádatelia, ktorí sa rozprávali s veľkým počtom ZPS-károv, potvrdili následné účinky zážitku prahu smrti. Podaktorí dokonca robili narážky na „žiarivý pokoj“, ktorý sála z mnohých týchto ľudí. Akoby nazreli do budúcnosti a vedeli, že všetko dobre vypáli.

Podarilo sa mi vyčleniť osem druhov osobnostných zmien, ktoré sa odohrávajú v ľuďoch absolvujúcich ZPS. Tieto zmeny sa vyskytovali u všetkých ZPS-károv, s ktorými som hovoril. Práve kombinácia týchto faktorov vytvára žiarivý pokoj, s ktorým sa stretávame u toľkých ZPS-károv.

Neprítomnosť strachu zo smrti

ZPS-kári sa po svojom zážitku už neboja smrti. To u rozličných ľudí znamená niečo iné. Niektorí sa boja predovšetkým strašných bolestí, ktoré podľa ich predstáv sprevádzajú umieranie. Iných zasa trápi, kto sa postará o ich blízkych, keď tu nebudú. A ďalších ľaká trvalý zánik vedomia.

Ľuďom, ktorí sú panovační a autoritárski, naháňa strach strata vlády nad sebou i nad inými, ktorú podľa nich prináša so sebou smrť. Mnohých strašia pekelné plamene a zatratenie a niektorí sa jednoducho boja neznámeho.

Keď ZPS-kári vravia, že stratili strach zo smrti, väčšinou tým myslia, že sa už neboja zániku vedomia či svojho ja. To neznamená, že chcú niekedy v blízkom čase umrieť. Vrávia čosi iné, a síce, že vďaka tomu zážitku je život bohatší a plnší ako kedykoľvek predtým. Tým, ktorých poznám, sa chce žiť ako ešte nikdy. Ba mnohí majú pocit, že iba teraz začali žiť.

Ako povedal jeden z nich:

Prvých päťdesiatšesť rokov svojho života som prežil v stálom strachu zo smrti. Sústred'oval som sa na to, aby som sa vyhol smrti, ktorú som považoval za strašnú vec. Po svojom zážitku som si uvedomil, že tým, že som po celý život žil v strachu zo smrti, bránil som sám sebe tešiť sa zo života.

Strach z pekelného trestu za pozemské skutky už pre mnohých nie je problémom. Keď si ZPS-kári prehliadnu svoj život, uvedomia si, že svetelná bytosť ich miluje a záleží jej na nich. Uvedomia si, že nevynáša súdy, skôr od nich žiada, aby sa vyvinuli na lepších ľudí. To im pomáha potlačiť strach a namiesto toho sa zamerať na to, aby sa z nich stali milujúci ľudia.

Tu treba pochopiť, že svetelná bytosť im nehovorí, že sa musia zmeniť. Vypočul som si stovky prípadov a dospel som k záveru, že títo ľudia sa ochotne menia, lebo sú v prítomnosti stelesneného dobra, čo spôsobuje, že chcú radikálne zmeniť svoje správanie.

Jeden ZPS-kár, s ktorým som hovoril, patril k tomu typu kňazov, čo chfíia oheň a síru. Ako uviedol, neraz svojim farníkom povedal, že ak nebudú veriť Biblii presne tak a tak, budú odsúdení na večné plamene.

Keď absolvoval svoj ZPS, vyslovil sa, že svetelná bytosť mu

povedala, aby k svojim farníkom už takto nehovoril. Ale nepovedala to prikazovačne. Bytosť mu len naznačila, že tým, čo robí, strpčuje svojim farníkom život. Keď sa tento kňaz vrátil na kazateľnicu, hlásal z nej lásku, nie strach.

Ani ľudí, ktorí boli pred svojím ZPS panovační, už neľaká strata moci. U mnohých potreba moci pramení zo strachu. No veľa ľudí mi povedalo, že po ZPS cítia, že už nemôžu žiť v strachu. Čiastočne preto, lebo títo ľudia teraz veria v posmrtný život. Ale je to aj dôsledok toho, že sa im podarilo letmo zazrieť šťastie. Ako by mohli zotrvať v strachu a zármutku, keď videli nekonečnú blaženosť?

Strach zo smrti sa síce zmenšil, ale vôľa žiť nie. Väčšina ZPS-károv, ktorých som spoznal, je duševne zdravšia ako pred svojím zážitkom. Napriek pevnému presvedčeniu o posmrtnom živote sa nik z nich nijako zvlášť neponáhľal „zrušiť“ svoju terajšiu existenciu. Ako mi povedal jeden ZPS-kár:

Zato ešte nechcete vybehnúť a nechať sa prejsť nákladniakom, len aby ste sa ta vrátili. Mám i naďalej silný pud sebazáchovy. Vďaka tomu zážitku, čo som mal, chápem, že vôľa zachovať sa pri živote je pud.

Čoskoro nato, ako mi viackrát zlyhalo srdce, som sa pred svojím domom zrútil dolu schodmi. Ako som padal, cítil som, že zúfalo hľadám čosi, čoho by som sa zachytil. Ešte aj vtedy som uvažoval: „To je zvláštne. Ved' vieš, kam sa dostaneš, ak umrieš, aké to bude krásne.“ Ale napriek tomu som cítil, ako mi strach zviera hrdlo. Pud sebazáchovy. Ten sa nestratí, ani keď máte takýto zážitok.

Pocit dôležitosti lásky

„Naučil si sa milovať?“ to je otázka, pred ktorú sú v priebehu epizódy postavení takmer všetci ZPS-kári. Po návrate takmer všetci tvrdia, že najdôležitejšou vecou v živote je láska. Mnohí vravia, že to je dôvod, prečo sme na svete. Väčšina ju považuje za základný znak šťastia a plnosti života, pri ktorom ostatné hodnoty ustupujú do úzadia.

Ako sa iste domýšľate, tento objav u väčšiny ZPS-károv radikálne mení hierarchiu hodnôt. Tam, kde azda trpeli predsudkami, teraz vidia v každom jednotlivcovi človeka hodného lásky. Tam, kde bolo vrcholom úspechu hmotné bohatstvo, teraz vládne bratská láska. Ako mi povedal jeden ZPS-kár:

Viete, od tej chvíle tento zážitok ovplyvňuje váš každodenný život. Verte mi, že aj keď kráčate po ulici, je to celkom iný pocit. Kedysi som v svojom malom svete kráčaval po ulici a cítil, že som uprostred oceánu ľudstva. Chcem spoznať každého človeka, ktorého vidím, a som presvedčený, že keby som ich naozaj poznal, tak by som ich miloval.

Istý muž, s ktorým robím v úrade, sa opýtal, prečo sa ustavične usmievam. Nevedel o mojom zážitku, a tak som mu povedal, ako som rád, že žijem, lebo som takmer umrel, a nechal som ho v tom. Jedného dňa na to príde sám.

Pocit spätosti so všetkým

ZPS-kári sa vracajú s pocitom, že vo Vesmíre všetko navzájom súvisí. Je to predstava, ktorú vedia ťažko definovať, ale u väčšiny nachádzame novonadobudnutú úctu k prírode a svetu okolo nich.

Výrečný opis tohto pocitu mi poskytol cieľavedomý, triezvo uvažujúci podnikateľ, ktorý mal ZPS v šesťdesiatich dvoch rokoch, keď mu zlyhalo srdce:

Prvé, čo som videl, keď som sa v nemocnici prebral, bol kvet, a nato som sa rozplakal. Verte či nie, kým som nevstal z mŕtvych, nikdy som naozaj nevidel kvet. Keď som „zomrel“, naučil som sa jednu veľkú vec, a síce, že sme všetci súčasťou jedného veľkého Vesmíru. Ak si myslíme, že môžeme ublížiť inému človeku alebo inej živej veci a pritom neublížiť sebe, dopúšťame sa smutného omylu. Hľadím teraz na les alebo na kvet či na vtáka a vravím si: „To som ja, súčasť mňa samého.“ Sme spätí so všetkým, a ak týmito spojivami šírimo lásku, tak sme šťastní.

Vysoké hodnotenie učenia

Pre ZPS-károv je príznačná aj novonadobudnutá úcta k vedomostiam. Niektorí vravia, že je to výsledok prehliadky života. Svetelná bytosť im povedala, že smrťou sa neprestávame učiť; že vedomosti sú čosi, čo si môžeme vziať so sebou. Iní opisujú celú ríšu posmrtného života, ktorá je vyhradená dychtivému získavaniu vedomostí.

Jedna žena opísala oné miesto ako veľkú univerzitu, kde

Ľudia boli pohrúžení do hlbokých rozhovorov o svete, ktorý ich obklopoval. Ďalší muž opísal túto ríšu ako stav vedomia, v ktorom je vám dostupné všetko, čo chcete. Ak si spomeniete na niečo, o čom sa chcete poučiť, zjaví sa vám to a je to tu len pre obohatenie vašich vedomostí. Povedal, že je to takmer také, akoby informácia bola k dispozícii v batôžkoch myšlienok.

Platí to o informáciách akéhokoľvek druhu. Napríklad, keby som chcel vedieť, aké je byť prezidentom Spojených štátov, stačilo by mi iba po tom zážitku zatúžiť, a už by sa to stalo. Alebo keby som chcel vedieť, aké je byť hmyzom, musel by som o ten zážitok len „požiadať“ tým, že by som si ho zaželel, a zážitok by bol môj.

Táto krátka - avšak prenikavá - skúsenosť s učením zmenila mnohým ZPS-károm život. Krátkodobé stretnutie s možnosťou totálneho poznávania v nich po návrate do tela vyvolalo smäd po vedomostiach.

Neraz začínajú v nových povolaniach, alebo sa pustia do štúdia seriózných odborov. Nepoznám však takého, čo by sa usiloval o poznanie pre poznanie. Naopak, všetci sú presvedčení, že poznanie je dôležité, iba ak prispieva k celistvosti človeka. Tu sa opäť dostáva k slovu pocit spätosti: poznanie je dobré, ak napomáha zavŕšeniu do celku.

Podnikateľ, ktorého som citoval v predošlej časti, to povedal lepšie ako ktorýkoľvek bádateľ:

Pán doktor, musím sa vám priznať, že pred tým zlyhaním srdca som mal pre učencov ľudí iba pohrdanie. Vypracoval som sa s nevelkým vzdelaním a pracoval som ťažko. Neďaleko nás je univerzita a ja som si myslel, že tí profesori sú jednoducho leniví, nerobia nič, čo by malo praktickú hodnotu a iba si mastia bruchá. Nejednému z nich som dal znať, že sa mi to nepáči, keď ja driem v svojom podniku niekedy aj sedem dní do týždňa, desať či dvanásť hodín denne, len aby sa oni mohli bavkať svojimi výskumami a písať knihy, ktoré nemajú ani za nechet spoločného s niečím skutočným.

Ale vo chvíli, keď ma doktori vyhlasovali za mŕtveho, mi tá osoba, s ktorou som bol, to svetlo, ten Kristus ukázal, nazvem to tak, rozmer poznania. Nevieť vám to nijako vysvetliť, ale to nič, lebo každý človek na zemi to skôr či neskôr uvidí na vlastné oči, či tomu teraz verí, alebo nie.

To teda bol pre mňa pokorujúci zážitok. Buďte si istý, že sa

profesorom už neposmievam. Poznanie je dôležité. Teraz čítam všetko, čo sa mi dostane do rúk, verte tomu. Nie že by som ľutoval, že som si v živote zvolil takú cestu, akú som si zvolil, ale som rád, že teraz mám čas sa učiť. Dejiny, prírodné vedy, literatúra. To všetko ma zaujíma. Žena mi píli uši, že máme v izbe toľko kníh. Povedal by som, že dačo z toho mi pomáha lepšie pochopiť môj zážitok. Všetko mi to pomáha, či už tak alebo onak, lebo, ako vravím, keď máte taký zážitok, vidíte, ako je všetko navzájom späté.

Nový pocit moci

Všetci ZPS-kári sa cítia zodpovednejší za priebeh svojho života. Naliehavo si tiež uvedomujú bezprostredné i dlhodobé dôsledky svojich činov. Práve dramatická „prehliadka života“ zo zorného uhla tretej osoby im umožňuje, aby objektívne posúdili svoj život.

ZPS-kári mi vravia, že pri prehliadke života vidia svoj život ako film na plátne. Neraz pociťujú emócie spojené s dejom, na ktorý hľadajú, a to nielen svoje, ale aj emócie okolitých ľudí. Vidia, že naoko nesúvisiace udalosti sa navzájom prepájajú a s krištáľovou jasnosťou sledujú svoje „pravosti“ i „nepravosti“. Tento zážitok ich naučil, že na konci života budú musieť byť vykonávateľom, aj adresátom každého svojho skutku.

Nestretol som ešte človeka, ktorý by absolvoval tento zážitok a neuznával, že je po ňom opatrnejší pri voľbe svojich činov. Nechcem tým však povedať, že má vďaka nemu neurotizujúci pocit viny. Pocit zodpovednosti je pocit kladný, ktorý sa neprejavuje previnileckými obavami.

Istá žena, ktorá mala ZPS v deň svojich dvadsiatych tretích narodenín, krátko po ukončení vysokoškolského štúdia sociológie, mi povedala:

Najdôležitejšie, čo som sa z tohto zážitku naučila, bolo, že zodpovedám za všetko, čo robím. Keď som si tam s ním prezerala svoj život, nepomáhali výhovorky ani vykrúcačky. A nielen to, presvedčila som sa, že zodpovednosť vôbec nie je zlá, že sa, nemôžem vyhovárať ani usilovať zvaliť svoje nedostatky na niekoho iného. Je to smiešne, ale moje nedostatky sa mi stali svojím spôsobom veľmi blízke, lebo stí to moje nedostatky, a nech to čert vezme, poučím sa z nich, aj keby z neba tragače padali.

Pamätám si v tej prehliadke jednu konkrétnu príhodu, keď som ako dieťa vytrhla svojej sestričke Easter košík, lebo v ňom bola hračka, ktorú som chcela. No pri prehliadke som prežívala jej pocity sklamaní, straty a odvrhnutia.

Čo spôsobujeme iným ľuďom, keď konáme neláskavo! Ale je nádherné, že nám je súdené, aby sme si to uvedomili. Ak mi niekto v tejto veci neverí, aj tak dobre, stretneme sa na druhom svete, keď aj on bude mať za sebou možnosť sa s tým stretnúť, a potom sa o tom môžeme porozprávať...

Všetko, čo ste urobili, vám tam (pri prehliadke) predostrú na posúdenie, a aj keď vám je pohľad na niektoré časti veľmi nepríjemný, dostať to všetko zo seba je ohromný pocit. V živote si môžete všeličo navrávať a ospravedlňovať sa, ba aj kadečo tajiť, a keď chcete, môžete všetkým tým tajením predlžovať svoje trápenie. Ale keď som bola pri tej prehliadke, tam sa nedalo nič zatajiť. Bola som v koži tých ľudí, ktorým som ubližovala, a bola som aj v koži tých ľudí, ktorým som pomohla, aby sa cítili dobre. Strašne rada by som nejako všetkým sprostredkovala, aký je to slasťný pocit, vedieť, že nesiete zodpovednosť, a prejsť niečím takým, kde sa tomu nedá vyhnúť.

Je to ten najoslobodzujúcejší pocit na svete. Vedieť, že keď umriem, budem znovu musieť byť svedkom každého jedného svojho skutku, ibaže tentoraz budem naozaj pociťovať, ako som pôsobila na iných - to je skutočná výzva, pred ktorou stojím každú deň svojho života. Tá veru človeka núti sa zamyslieť. Ale nebojím sa jej. Vychutnávam ju.

Pocit naliehavosti

„Pocit naliehavosti“ je slovné spojenie, ktoré sa pri rozhovore so ZPS-kármí ustavične vracia. Neraz ním narážajú na krátkosť a krehkosť svojho vlastného života. Ale často vyjadrujú pocit naliehavosti zo sveta, v ktorom obyčajné ľudské tvory držia v rukách ohromné ničivé sily.

Prečo majú tieto pocity, neviem. Ale spomínané faktory akoby udržiavali ľudí, ktorí absolvovali tento zážitok, v stave hlbokéj úcty k životu. Po ZPS majú ľudia sklon vyhlasovať, že život je vzácny, že práve na „drobných veciach“ záleží a že život sa má žiť naplno.

Jedna žena mi povedala, že pri prehliadke života nevidíme, ako by sme si azda mysleli, iba veľké udalosti svojho života.

Vravela, že vidíme aj drobné veci. Napríklad jedna z príhod, ktoré pri jej prehliadke zapôsobili s veľkou silou, bol okamih, keď objavila dievčatko, ktoré zablúdilo v obchodnom dome. Dievča plakalo a žena ho posadila na pult a zhovárala sa s ním, až kým neprišla jeho matka.

Práve takéto veci - drobnosti, ktoré robíte neraz celkom bez uvažovania - vyznievajú pri prehliadke ako najdôležitejšie.

Mnohým ľuďom bytosť položí otázku: „Čo ste cítili v srdci, keď sa toto odohrávalo?“ Akoby ZPS-károvi hovoril, že práve jednoduché prejavy láskavosti, ktoré vyvierajú zo srdca, sú najdôležitejšie, lebo sú najúprimnejšie.

Lepšie rozvinutá duchovná stránka

ZPS takmer vždy vedie k duchovnej zvedavosti. Mnohí ZPS-kári študujú a prijímajú duchovné učenia veľkých náboženských mysliteľov.

To však neznamená, že sa stávajú oporami miestnej cirkvi. Naopak, často sa zriekajú náboženskej doktríny pre doktrínu.

Veľmi zhustenú a myšlienkovu podnetnú správu o tomto postoji mi poskytol muž, ktorý pred ZPS študoval v seminári.

Môj doktor mi povedal, že som počas operácie „zomrel“. Ale ja som mu povedal, že som sa prebudil k životu. V tej vízii som videl, aký zadubený somár som bol so všetkým tým teoretizovaním, povýšeneckým vzťahom ku každému, kto nebol príslušníkom môjho vyznania alebo sa nehlásil k tým istým náboženským názorom ako ja.

Veľa ľudí, ktorých poznám, sa bude čudovať, keď zistia, že Pán sa nezaujíma o teológiu. V skutočnosti mu je mnohé z nej zrejme na smiech, lebo moje vyznanie ho vôbec nezaujímal. Chcel vedieť, čo mám v srdci, nie v hlave.

Opätovný vstup do „skutočného“ sveta

Tejto readaptácii na pozemský svet dali niektorí bádatelia prezývku „syndróm opätovného vstupu“. Prečo by ZPS-kári nemali mať pri opätovnom prispôbovaní sa ťažkosti? Keď raz človek zakúsil duchovný raj, nevidel by sa azda návrat na svet každému otravný?

Pred vyše dvoma tisícročiami sa týmto syndrómom zaoberal Platón v *Republike*. V knihe nás vyzýva, aby sme si predstavili podzemný svet, v ktorom držia väzňov od narodenia v okovách a tvárou k zadnej stene jaskyne, takže vidia iba tieň predmetov, ktoré sa pohybujú pred blčiacim ohňom za ich chrbtom.

Predpokladajme, uvažuje Platón, že jedného väzňa vyslobodia z pút a vytiahnu ho nahor, von z jaskyne, do nášho sveta a jeho krás. Keby ho potom prinútili vrátiť sa do sveta tieňov, vraví Platón, a vyrozprával by svoje zážitky väzňom, ktorí nikdy nevyšli z jaskyne, dočkal by sa iba výsmechu. Na dôvažok k posmeškom by mal ešte ťažkosti prispôbiť sa dogmám sveta, v ktorom by sa teraz cítil väčšmi obmedzovaný.

Práve týmito problémami sa zaoberám v svojej psychiatrickej praxi. S tým, čo nazývam „duchovnou praxou“, som začal v roku 1985, keď som si uvedomil, že mnohí ľudia, ktorí mali nezvyčajné duchovné zážitky, ich nevedia bez ťažkostí integrovať do svojho života.

Napríklad mnohí ľudia si ZPS-károv zážitok nechcú vypočuť. Udalosť ich znepokojuje a možno si aj myslia, že dotýčny sa zbláznil. Ale z hľadiska ZPS-károv sa stalo čosi veľmi dôležité, čo zmenilo ich život, a nik si ich nechce s porozumením vypočuť. Jednoducho teda potrebujú, aby si ich vypočul niekto, kto ten zážitok chápe.

Na počudovanie, pri vyrovnávaní sa so svojím zážitkom nenachádzajú ZPS-kári u životných partnerov či rodiny veľkú podporu. Výrazné zmeny osobnosti, ktoré sprevádzajú ZPS, často vyvolávajú v rodine napätie. Napríklad niektorí ľudia, ktorí v manželstve celé roky potláčali svoje city, sa po ZPS odrazu stávajú veľmi otvorenými. Pre životného druhu to môže byť veľmi trápne. Je to pre nich takmer také, akoby boli zosobášení s iným človekom.

Jeden muž mi povedal:

Keď som sa „vrátil“, nik vlastne nevedel, čo si o mne myslieť. Kým som nedostal infarkt, bol som veľmi netrpezlivý a zlostný typ. Ak nebolo po mojom, nedalo sa so mnou vydržať. To platilo tak doma, ako v práci. Keď sme mali niekam ísť a žena nebola vystrojená načas, vybuchol som a strpčil som jej celý večer.

Prečo to znášala, neviem. No asi si na to za tie roky zvykla, lebo s mojou miernosťou po ZPS si takmer nevedela rady. Nekričal som už na ňu, a vlastne ani na nikoho iného. Nebolo hádam

človeka, s ktorým by bolo ľahšie vyjsť, a tá zmena bola takmer nad jej sily. Vyžadovalo si z mojej strany veľkú trpezlivosť - a to je čosi, čo som predtým vôbec nemal - aby sa naše manželstvo nerozpadlo. Ustavične opakovala: „Si od toho svojho infarktu celkom iný.“ Myslím, že v skutočnosti chcela povedať: „Zbláznil si sa.“

Na zmiernenie týchto stresov zhromaždím občas skupinu ZPS-károv i so životnými partnermi, aby si navzájom mohli vymeniť skúsenosti s účinkami ZPS na svoj rodinný život. Zisťujú, že aj iní ľudia majú tie isté problémy ako oni a učia sa s tým novým človekom vyrovnávať.

ZPS-kári mávajú aj iné problémy, a to, že takmer túžia po onom blaženom stave bytia, ktorý objavili pri svojom ZPS. Keď sa vrátia na tento svet, je im za tým druhým smutno. Musia sa učiť poradiť si s touto túžbou.

V roku 1983 som viedol konferenciu o tom, ako sa vyrovnávať so ZPS-károm, na ktorej sa zúčastnili desiatky medicínskych odborníkov so skúsenosťami zo zaobchádzania so ZPS-kármi. V priebehu oného trojdňového zhromaždenia sme predniesli viacero orientačných návodov, ako pristupovať k týmto duchovným krízam. Uvádzam ich tu, aby ste videli, aké rozličné aspekty zahrňuje vyrovnávanie sa so ZPS.

- Nechajte ZPS-károv o svojom zážitku voľne hovoriť. Načúvajte im s porozumením a nechajte ich o svojom zážitku prahu smrti rozprávať, koľko sa im žiada. Nevyužívajte túto príležitosť na to, aby ste zaháňali vlastné obavy z posmrtného života, alebo aby ste dokazovali nejaké svoje teórie o ňom. ZPS-kár mal silný zážitok a potrebuje vnímavé ucho, ktoré si epizódu vypočuje takú, aká bola.

- Ubezpečte ich, že nie sú sami. Povedzte im, že takéto zážitky sú veľmi časté. Povedzte im tiež, že síce celkom nechápeme, prečo k nim dochádza, ale u mnohých iných ľudí, ktorí mali ZPS, viedol tento zážitok k ďalšiemu rozvoju.

- Povedzte im, o aký zážitok ide. Hoci ZPS mali milióny ľudí, mnohí z nich nevedia ani len to, ako sa nazýva. Povedzte im, že mali zážitok prahu smrti. Tým, že budú svoju epizódu vedieť klinicky pomenovať, získajú kľúč k pochopeniu tejto neočakávanej a mätúcej udalosti.

- Oboznámte so situáciou rodinu. So zmenami, ktoré ZPS v ľuďoch vyvoláva, sa rodina neraz ťažko vyrovnáva. Otec,

ktorý bol azda pred ZPS vysoko náročným typom A, sa zrazu po príhode stane miernym typom B. Taká zmena môže byť ťažká pre rodinu zvyknutú, že hlava domu je panovačná a „srší napätím“.

Je dôležité povzbudzovať rodinný dialóg, vďaka ktorému sa všetci navzájom oboznámia s pocitmi, ktoré v nich zmena vyvolala a môžu ich zvládnuť prv, ako spôsobia trhlinu v štruktúre rodiny.

- Stretávajú sa s inými ZPS-kármami. Často dávam nového ZPS-kára dokopy s inými ZPS-kármami. V priebehu rokov som viedol viacero sedení skupinovej terapie so ZPS-kármami. Zídu sa na odporúčanie lekára. V ideálnom prípade by skupina pozostávala asi zo štyroch ľudí, ktorí jednoducho hovoria o problémoch vyvolaných ZPS.

Tieto sedenia patria k najzarážajúcejším, na akých som sa zúčastnil. Zúčastnení očividne hovoria o spoločnej príhode, nie o nejakom výmysle, ilúzii či sne. Takmer akoby spoločne podnikli výlet do inej krajiny.

Často na tieto skupinové sedenia pozývam aj životných partnerov pacientov - ZPS-károv, keďže styk s inými ZPS-kármami a ich životnými partnermi im dodáva sebaistotu. Bádatelia ukázali, že po ZPS často dochádza k rozvodu, lebo v dotyčnom človeku sa odohrá veľa osobnostných zmien. Stykom s inými ľuďmi v rovnakej situácii sa môžu noví ZPS-kári a ich partneri presvedčiť, ako tieto epizódy do svojho rodinného života zakomponujú iní ľudia.

Pravdaže, niektorých ľudí teší, že majú doma „mäkšieho“ partnera. No iných nie. Hoci tomu človeku celé roky vraveli, že by chceli, aby bol pokojnejší, keď k tomu dôjde, v skutočnosti sa im to nepáči. Niekedy si túto premenu vysvetľujú ako dôkaz psychózy či ubúdajúceho elánu.

Medzinárodná asociácia pre výskum prahu smrti (IANDS) sponzoruje podporné skupiny ZPS v celej krajine, v súčasnosti v takmer tridsiatich mestách. Informácie o skupine vo vašom okolí si vyžiadajte písomne od „Friends of IANDS“, Department of Psychiatry, University of Connecticut Health Centre, Farmington, CT 06032.

- Nabádajte ZPS-károv, aby o zážitku čítali. Tento typ terapie sa nazýva biblioterapia a psychiatri či psychológovia ho zvyčajne neodporúčajú. Dôvodom je, že čítanie o vlastných psychologických problémoch väčšinou pacientovi neprináša úľavu. Koniec koncov, pacientov trpiacich schizofréniou by asi

nijako neupokojilo, keby videli symptómy svojej choroby vytlačené čierne na bielom. V tomto sa však ZPS-kári veľmi líšia, keďže ich prípad sa nepovažuje za chorobu, ale za duchovný zážitok.

Zistil som, že neskôr, keď už mali čas sami sa so zážitkom vyrovnáť, je dôležité odporúčať im dobré knihy s touto tematikou. Tak dostanú príležitosť bez náhlenia sa oboznámiť s pestrou škálou zážitkov a úvah o tomto predmete.

Cieľom je pomôcť človeku začleniť tento zážitok do svojho života a zabezpečiť, aby istá zmena, ktorú zážitok prahu smrti prináša, bola pozitívna a prispievala k rozvoju.

Aj keď výskum tohto problému ešte veľmi nepokročil, ukazuje, že zmeny sú celkom pozitívne. Ukazuje tiež, že či už je ZPS výpravou na druhý svet alebo niečím iným, má veľmi silný účinok na ľudí, ktorí ho absolvujú. Alebo, ako to vyjadril jeden sociológ: „Veci sú skutočné, ak sú skutočné ich dôsledky.“

ZPS a deti: stretnutie s anjelom strážnym

Zážitky prahu smrti u detí majú zvláštny význam. Pri styku s takými nevinnými bytosťami majú bádatelia príležitosť skúmať jednotlivcov, ktorí strávili veľmi málo času úvahami o živote, smrti a druhom svete. Keďže deti nie sú zatiahnuté do špekulácií okolitého sveta dospelých, o ničom takom, ako je zážitok prahu smrti, nevedia.

Práve preto, že tieto deti nie sú natoľko poznačené kultúrnymi vplyvmi ako dospelí, pridávajú ich epizódy základnému zážitku prahu smrti na vierohodnosti.

Už vo veľmi včasnom veku - dokonca v šiestich mesiacoch, ako sa dočítate neskôr - uvádzajú deti v svojich ZPS rovnaké symptómy ako dospelí zo všetkých kultúr: pocit, že vidia vlastné telo z bodu umiestneného mimo hmotného tela; panoramatickú prehliadku života; vstup do tunela; stretnutie s inými ľuďmi, vrátane živých i mŕtvych príbuzných; zoznámenie so svetelnou bytosťou; pociťovanie prítomnosti božstva; a návrat do vlastného tela.

Múdrosť hovorí detskými ústami, to je axioma, ktorá platí o mnohých veciach v živote, no zvlášť platí o deťoch, ktoré majú ZPS.

Moje prvé dieťa so ZPS

Svoje prvé dieťa so ZPS som stretol, keď som praxoval v istej nemocnici v Georgii, a bolo pre mňa prekvapením. Prezeral som rutinne pacienta, ktorého nazvem Sam, deväťročného chlapca, ktorý rok predtým takmer umrel na zlyhanie srdca, vyvolané ochorením adrenálnych žliaz.

Besedoval som s ním o jeho chorobe, keď zrazu sám od seba hanblivo utrúsil: „Asi pred rokom som zomrel.“

Začal som sa vyzvedať na jeho zážitok. Povedal mi, že keď zomrel, vyplával zo svojho tela a hľadel dolu na doktora, ako mu stláča hrud', aby znovu uviedol do chodu srdce. Sam sa

v svojom pozmenenom stave pokúšal doktora primäť, aby ho prestal stláčať, ale doktor mu nevenoval pozornosť.

V tom okamihu mal Sam zážitok, že veľmi rýchlo stúpa nahor a vidí, ako Zem pod ním mizne v diaľke.

Potom prešiel tmavým tunelom a na druhej strane mu vyšla v ústrety skupina „anjelov". Spýtal som sa ho, či tí anjeli mali krídla a on odvetil, že nie.

Žiarili, povedal, svetielkovali, a všetci do jedného ho navidomoči veľmi milovali.

Všetko tam bolo zaliate svetlom. No cezeň videl krásnu, pastorálnu krajinku. Tento nebeský kút bol obohnaný plotom. Anjeli mu povedali, že keby zašiel za ten plot, nemohol by sa už vrátiť do života. Svetelná bytosť (Sam ju nazýval boh) mu potom povedala, že sa musí vrátiť a znovu vojsť do svojho tela.

„Nechcel som sa vrátiť, ale on ma prinútil," povedal Sam.

Tento rozhovor bol pre mňa mimoriadne vzrušujúci. Keď majú jednotlivci ZPS vo veľmi skorom veku, stane sa zrejme súčasťou ich osobnosti. Je to čosi, s čím žijú po celý život a čo ich zmení. Neboja sa už smrti tak ako ich rovesníci. Naopak, pôsobia dojmom človeka, ktorý zazrel náš budúci život.

Tieto hlbšie pohľady z nich robia veľmi citlivých a zreých ľudí, ktorí sa stavajú k životu nezvyčajne zrelo. V priebehu rokov neraz vyjadrujú nostalgickú túžbu po svojom zážitku. A keď sa im vodí zle, nachádzajú útechu v tom, že, ako mi povedal jeden človek „boli na druhej strane".

Jeden muž, ktorý ako dieťa absolvoval ZPS, povedal, že mu odvtedy dvakrát hrozila smrť. Jedna z tých skúseností sa odohrala vo vojne. Druhý raz ho držal na dlážke potravinárskeho obchodu pomätený pištoľník, ktorý samoobsluhu lúpežne prepadol a chcel ho zastreliť na výstrahu ostatným rukojemníkom.

Muž povedal, že ani pri jednej, ani pri druhej príležitosti sa nebál. Strach, ktorý by bol ináč azda pociťoval, nahradili spomienky na stretnutie so svetelnou bytosťou.

„Svetlo bolo veľmi jasné"

Niektorí bádatelia dospeli k záveru, že ZPS sú obrannými mechanizmami mozgu proti strachu zo smrti. Ale ZPS u detí vyvracajú túto teóriu, lebo deti majú o smrti predstavy, ktoré sa veľmi líšia od predstáv dospelých.

Deti do siedmich rokov zvyknú napríklad považovať smrť za dočasnú, povedzme ako obdobie prázdnin. Pre ne je smrť čosi, odkiaľ sa vraciame. Asi tak od siedmich do desiatich rokov je smrť magická predstava, ktorú v nasledujúcich niekoľkých rokoch vystrieda poznanie, že k smrti patrí organický rozklad. V období od siedmich do desiatich rokov si deti smrť personifikujú. Uvažujú o nej ako o netvorovi alebo o akomsi škriatkovi, ktorý ich zje. Myslia si, že číha v tme a že ak príde, možno pred ňou utiecť.

V každom prípade sú detské predstavy veľmi odlišné od predstáv dospelého. Napríklad mnohí starší ľudia sa boja zániku vedomia a iní sa zasa boja bolesti, ktorú, ako sa domnievajú, budú musieť podstúpiť v procese umierania. Podaktorí sa boja, že budú sami alebo že budú odrezaní od príbuzných a priateľov, a iní sa zasa boja plameňov pekelných a zadržania. Niektorí ľudia sa boja straty moci, ktorá vyplýva zo smrti, že už nebudú hlavou podniku, rodiny, alebo čohokoľvek iného, čo sa usilujú viesť. Niektorí majú primitívny strach z rozkúskovania tela.

Deti ešte neprešli týmto kultúrnym ovplyvnením. A tie, ktoré mali ZPS, neskôr zvyčajne tieto strachy neprežívajú. Neboja sa veľmi smrti a o svojich zážitkoch prahu smrti sa často vyjadrujú so záľubou. Niektoré deti, s ktorými som hovoril, vyslovili túžbu „vrátiť sa k tomu svetlu“.

Jedno z tých detí je deväťročné dievčatko, ktoré nazvem Nina. ZPS mala počas operácie slepého čreva. Chirurgia sa ihneď pustili do kriesenia a ona sa tomu z ničoho nič prizerala z bodu mimo svojho tela.

Počula som, ako vravia, že mi prestalo biť srdce, ale ja som sa prizerala spod plafóna. Videla som odtiaľ zhora všetko. Vznášala som sa tesne pod plafónom, takže keď som zbadala svoje telo, nevedela som, že som to ja. Potom som to už vedela, lebo som ho spoznala. Vyšla som do haly a videla som tam plakať mamu. Spýtala som sa jej, prečo plače, ale nepočula ma. Doktori si mysleli, že som mŕtva.

Potom prišla taká pekná pani a pomohla mi, lebo vedela, že som vyl'akaná. Prešli sme tunelom a vošli do neba. Tam sú krásne kvety. Bola som s Bohom a Ježišom. Povedali, že sa musím vrátiť k mame, lebo je nešťastná. Povedali mi, že musím dožiť svoj život. Tak som sa vrátila a prebudila som sa.

Ten tunel, ktorý som prešla, bol dlhý a veľmi tmavý. Prešla

som ním poriadne rýchlo. Na konci bolo svetlo. Keď sme zbadali svetlo, bola som veľmi šťastná. Veľmi dlho som sa chcela vrátiť. Ešte vždy sa chcem k tomu svetlu vrátiť, keď umriem... Svetlo bolo veľmi jasné."

Ďalšie dieťa, ktoré hovorí o svojom ZPS roztúžene, je chlapec, ktorého nazvem Jason. Mal ZPS, keď ho pri jazde na bicykli zrazilo auto. Jeho príhoda je zaujímavým „celospektrálnym" ZPS v tom, že v nej nachádzame mnohé symptómy základného zážitku a že je to zážitok veľmi silný.

Hovoril som s ním, keď mal štrnásť rokov, tri roky po udalosti. Hoci nehoda, ktorú mal, bola ťažká, testy ukázali, že mozog poškodený nebol. A, ako vidíte, odpovedal bystro a inteligentne.

Jason: Stalo sa to, keď som mal jedenásť rokov. Na narodeniny som dostal nový bicykel. Na druhý deň som sa viezol na bicykli, nezbadal som, že sa blíži auto a to ma zrazilo.

Na náraz sa nepamätám, ale odrazu som sa na seba pozeral zhora. Videl som svoje telo pod bicyklom, nohu som mal zlomenú a krvácala. Pamätám sa, že som sa pozeral a videl som, že mám zatvorené oči. Bol som hore.

Vznášal som sa asi jeden a pol metra nad svojím telom a všade naokolo boli ľudia. Nejaký muž z davu sa mi pokúšal pomôcť. Prišla sanitka. Čudoval som sa, prečo sa ľudia znepokojujú, keď mne je dobre. Sledoval som, ako vkladajú moje telo do sanitky a pokúšal som sa im povedať, že mi je dobre, ale nik z nich ma nepočul. Rozumel som, čo vravia. „Pomôžte mu," vravel ktosi. „Myslím, že je mŕtvy, ale dajme sa do toho," povedal ktosi iný.

Sanitka odišla a ja som sa usiloval ísť za ňou. Bol som nad sanitkou a šiel som s ňou. Myslel som si, že som mŕtvy. Poobzeral som sa a nato som bol v tuneli, ktorý mal na konci jasné svetlo. Tunel akoby stúpал čoraz vyššie. Vyšiel som na druhej strane tunela.

Tam na svetle bolo veľa ľudí, ale nikoho z nich som nepoznal. Povedal som im o nehode a oni vraveli, že sa musím vrátiť. Povedali, že ešte neprišiel môj čas zomrieť, a tak sa musím vrátiť k otcovi, mame a sestre.

Bol som vo svetle dlhý čas. Aspoň sa mi to zdal dlhý čas. Cítil som, že ma tam všetci milujú. Všetci boli šťastní. Mám pocit, že to svetlo bol boh. Tunel sa krútil dohora k svetlu ako vír. Nevedel som, prečo som v tuneli, ani kam idem. Chcel som sa dostať

k tomu svetlu. Ked' som bol vo svetle, nechcel som sa vrátiť. Na svoje telo som takmer zabudol.

Ked' som stúpал tým tunelom, pomáhali mi dvaja ľudia. Videl som ich, keď vyšli na svetlo. Boli so mnou celou cestou.

Potom mi povedali, že sa musím vrátiť. Vrátil som sa tunelom a skončil som opäť v nemocnici, kde na mne pracovali dvaja lekári. Vraveli: „Jason, Jason.“ Videl som na tom stole svoje telo, zdalo sa mi modré. Vedel som, že sa vrátim, lebo mi to povedali tí ľudia na svetle.

Lekári si robili starosti, ale ja som sa im pokúšal povedať, že som v poriadku. Jeden lekár mi priložil na hrud' také pokrievky a telo mi poskočilo.

Ked' som sa prebral, povedal som lekárovi, že som ho videl, keď mi priložil na hrud' tie pokrievky. Pokúšal som sa to povedať aj mame, ale nik o tom nechcel počuť. Jedného dňa som to povedal učiteľke v triede a ona to povedala vám.

Moody: Jason, čo si o tom všetkom myslíš? Chcem povedať, že sa ti to stalo pred tromi rokmi. Zmenilo ťa to nejako? Čo to podľa teba znamená?

Jason: No, veľa som o tom rozmýšľal. Podľa mňa som zomrel. Videl som, kam ideme, keď zomrieme. Nebojím sa smrti. Naučil som sa tam, že najdôležitejšie je milovať, kým žijeme.

Vlani zomrel jeden chlapec z našej triedy. Mal leukémiu. Nik o tom nechcel hovoriť, ale ja som povedal, že Donovi je dobre tam, kde je, že smrť nie je nič také zvláštne. Rozpovedal som im o tom, ako som umrel, tak preto to učiteľka povedala vám.

Moody: Jason, všimol si si niečo na tých ľud'och, čo boli s tebou v tuneli?

Jason: Tí dvaja ľudia, čo boli so mnou v tuneli, mi pomáhali, len čo som sa ta dostal. Nevedel som presne, kde som, ale chcel som sa dostať k tomu svetlu na konci. Povedali mi, že sa mi nič nestane a že ma vyvedú na svetlo. Cítil som, ako z nich sála láska. Tváre som im v tuneli nevidel, iba kontúry. Keď sme vyšli do svetla, videl som im tváre. Ťažko sa to vysvetľuje, lebo sa to veľmi líši od života na svete. Nemám na to slovo. Akoby mali na sebe veľmi biele rúcha. Všetko bolo presvetlené.

Moody: Vraveli si, že sa s tebou zhovárali. Čo vraveli?

Jason: Nie. Vedel som, čo si myslia a oni vedeli, čo si myslím ja.

Moody: V istej chvíli si povedal, že si bol mŕtvy. Mohol by si mi o tom porozprávať?

Jason: Myslíte vtedy, keď som sa vznášal nad sanitkou? Poze-

ral som sa zhora sponad sanitky. Vedel som, že moje telo je v sanitke, a predsa som bol nad ňou. Jeden z chlapov v sanitke povedal, že si myslí, že som mŕtvy a keď som ich oslovil, nik ma nepočul, takže som vedel, že som mŕtvy. Len čo som vedel, že som mŕtvy, roztvoril sa ten tunel a uvidel som svetlo na konci. Keď som vošiel dnu, ozvalo sa to „šuch“. Bola to psina, byť tam dnu.

Je dobrým znakom, že deti majú na ZPS očividne príjemné spomienky. Tieto deti si veľmi často vytvárajú blízky vzťah k ľuďom, ktorých stretli „na druhej strane“. Keď sa vrátia, rozprávajú o krásnej žene, ktorá sa ich ujala, keď zomreli.

Pre mňa je to ďalší znak pozitívnych účinkov ZPS, dokonca aj na „kultúrne neovplyvnenú“ časť spoločnosti. Zážitok ani nevyvoláva strach, ani neúčinkuje na deti ako duševná choroba; naopak, mladí ZPS-kári si zvyčajne vytvárajú k svojim epizodám akýsi dôverný vzťah. Táto „túžba po krásnom svetle“, ako mi povedal jeden pacient, urobila z väčšiny detských ZPS-károv v ďalšom živote lepších ľudí. A opäť je to práve ich zvláštne poznanie, ktoré ich robí láskavejšími a trpezlivejšími.

Starší pacient, ktorý mal ZPS ako dieťa, mi povedal:

Nikdy som sa nedal zatiahnuť do rodinných škriepok ako moji bratia a sestry. Mama vravela, že je to preto, lebo „mám širší obraz“. Hádám je to aj pravda.

No ja som jednoducho vedel, že nič, o čom sa hádame, nie je skutočne dôležité. Po stretnutí so svetelnou bytosťou som vedel, že nijaké hádky nemajú zmysel. Takže keď sa niečo podobné strhlo v rodine, ja som sa utiahol do kúta s knižkou a nechal som ostatných, nech si riešia svoje problémy. Môj problém už za mňa vyriešili. A taký istý som ešte aj dnes - vyše tridsať rokov potom, čo sa mi to stalo.

Závery iných bádateľov

Problém detí a ZPS nie je medicínsky veľmi prebádaný. Ale aj tie skromné výsledky, ktoré jestvujú, si rozhodne zaslúžia pozornosť, pretože bádatelia dospeli k vlastným záverom o význame ZPS u veľmi mladých ľudí.

Jedným takým bádateľom je dr. Dávid Herzog z Massachusettskej všeobecnej nemocnice v Bostone. V kazuistike nazva-

nej „Zážitky prahu smrti u veľmi mladých ľudí“ podáva Herzog správu o šesťmesačnom dievčatku, ktoré prijali na stanici intenzívnej opatery s ťažkou chorobou. Ihneď jej nasadili primeranú liečbu vrátane kyslíka na stabilizáciu a o krátky čas bola opäť zdravá.

O niekoľko mesiacov však upadla do paniky, keď ju bratia a sestry nahuckali, aby preliezla cez tunel v miestnom obchodnom dome. Dr. Herzog, ktorý tento strach označuje ako „tunelovú paniku“, vraví, že problém sa vyskytol aj pri viacerých ďalších príležitostiach.

„Podľa matky,“ čítame v kazuistike, „pacientka počas týchto príhod rozpráva veľmi rýchlo, je neprimerane vyľakaná a ohromená a pôsobí dojmom, akoby tunel veľmi dobre poznala. Vo veku tri a pol roka, keď jej matka vysvetľovala blížiacu sa smrť starej matky, dieťa odvetilo: ‚Bude starká musieť ísť cez tunel v obchode, aby mohla uvidieť boha?‘“

Hoci Herzog priznáva, že obraz tunela tu má rovnaký význam ako u dospelých, vyhyba sa tomu, aby interpretoval zmysel príhody. Skôr zdôrazňuje, že ZPS-kár potrebuje od lekárov a rodičov okamžité pochopenie, útechu a povzbudenie.

„Tým, že dieťaťu pomôžeme vyjadriť jeho city a pochopiť jeho reakcie na predchádzajúce traumatické udalosti, umožníme mu prekonať niekdajší strach a predchádzajúcu traumu.“

Ďalšia kazuistika pochádza od Dr. Melvina Morsa z Detskej ortopedickej nemocnice a Lekárskeho centra v Seattle. Podáva správu o sedemročnom dievčati, ktoré sa takmer utopilo na miestnom kúpalisku.

Morse videl dievča po prvý raz, keď ju priniesli na stanicu prvej pomoci. Dal jej patričné lieky a na tri dni ju zapojil na respirátor. Po týždni ju z nemocnice prepustili.

K tomu, že mala ZPS, sa priznala asi o dva týždne neskôr pri kontrolnej prehliadke. Keď sa jej lekár opýtal, čo si zo zážitku pamätá, povedala mu, že si pamätá iba toľko, že sa „zhovárala s otcom nebeským“. Veľké rozpaky potom zabránili dievčine pokračovať v rozhovore.

O týždeň neskôr sa s ňou zhováral Morse. Keď po prvý raz spomenul ZPS, upadla do rozpakov, ale rozhodla sa, že sa s ním o príhode porozpráva, lebo „keď o tom hovorí, má dobrý pocit“. Nedovolila, aby sa interview nahrávalo na magnetofón a prv ako sa o príhode rozhovorila, nakreslila to, čo sa stalo, v podobe obrázkov. Zacitujeme z Morsovej práce:

Pacientka povedala, že prvá jej spomienka na topenie sa bola, že „je vo vode“. Vyhlásila: „Bola som mŕtva. Potom som bola v tuneli. Bol tmavý a ja som sa bála. Nevládala som kráčať.“ Zjavila sa žena, ktorá sa volala Elizabeth, a v tuneli sa rozjasnilo. Žena bola vysoká, mala žiarivé žlté vlasy. Spolu kráčali do neba. Pacientka vyhlásila, že „nebo bolo fajn. Bolo tam veľa svetla a hŕba kvetov.“ Povedala, že okolo neba bola ohrada, za ktorú nevidela. Stretla sa s mnohými ľuďmi, vrátane svojich mŕtvych starých rodičov, mŕtvej tety z matkinej strany a dvoch dospelých žien Heather a Melissy, ktoré čakali na znovuzrodenie. Potom stretla „nebeského otca a Ježiša“, ktorý sa jej spýtal, či sa chce vrátiť na Zem. Odvetila: „nie“. Nato sa jej Elizabeth spýtala, či sa chce vidieť s matkou. Povedala, že áno a prebrala sa v nemocnici. Nakoniec tvrdila, že si pamätá, že ma videla v ambulancii prvej pomoci, ale nijaké podrobnosti z trojdňového obdobia, počas ktorého ležala v kóme, uviesť nevedela. (Morse. M.: A Near-Death Experience in a Seven-Year-Old Child. The American Journal of the Disabled Child, zv. 137, s. 939-961.)

Morse si všíma aj pacientkinu náboženskú výchovu. Keďže dievča je mormónka, učili ju, že Zem je iba zastávkou na ceste do neba. Povedali jej, že napokon sa znovu stretne so svojimi mŕtvymi príbuznými, vrátane svojej tety, ktorá umrela o dva roky prv, ako sa ona takmer utopila.

Matka jej opísala smrť ako: „lúčenie s ľuďmi na plachetnici. Môžeme ísť iba na samý kraj a kývať im.“ O duši jej povedali, že je ako rukavica, ktorá sa nám v okamihu smrti zvrhne z ruky a opäť sa k nám pripojí v nebi.

Morse pripúšťa, že udalosti, ktoré jeho pacientka zažila počas ZPS - stretnutie s Ježišom, stretnutie s mŕtvymi príbuznými - výborne zapadajú do jej náboženskej výchovy. Ale poukazuje na to, že napriek tejto náboženskej príprave sa jej zážitok zhoduje so zážitkami mnohých bezvercov, ktorí absolvovali ZPS. Tak ako oni, aj ona zažila prechod tunelom, videla svetelné bytosti, rozprávala sa s božstvom a prezerala si nebo.

Morse - podobne ako iní bádatelia - dospieva k záveru, že náboženská výchova nemení základný zážitok, iba jeho interpretáciu.

A ešte Morse

Dr. Morse pokračoval vo výskume ZPS u detí aj po roku 1983, keď podal správu o spomínanom prípade.

V roku 1985 uverejnil prácu nazvanú „Zážitok prahu smrti v pediatrickej populácii“, kde interviewoval sedem detí, ktoré boli „kriticky choré“ (to jest postihnuté nemocami s vysokým percentom úmrtnosti) vo veku tri až šesť rokov. Vo väčšine prípadov deťom zlyhalo srdce v dôsledku traumy alebo tope-
nia sa. Autor interviewoval aj iných pacientov z rovnakej vekovej skupiny, ktorí mali vážne, no nie nevyhnutne životu nebezpečné ochorenia. U tých sa epizódy so ZPS nevyskytli.

Rozhovory sa konali prinajmenšom dva mesiace po tom, čo deti opustili nemocnicu. Sprevádzali ich pritom rodičia, ktorých sa lekár pýtal na ich názor o zdravotnom vývine dieťaťa. Potom aj rodičia, aj dieťa dostali nesugestívne otázky o tom, čo si dieťa pamätá zo svojej hospitalizácie. Boli tam otázky ako: „Snívalo sa ti?“ „Čo si pamätáš z toho času, keď si spal(a), alebo bol(a) v bezvedomí?“ Lekár tiež deti nabádal, aby svoje zážitky nakreslili.

Takmer na konci rozhovoru dostali deti rad otázok, na ktoré mali odpovedať áno alebo nie, napríklad: „Videl(a) si tunel?“ „Videl(a) si svetelnú bytosť?“

ZPS oznámili štyria zo siedmich kriticky chorých pacientov. Dvaja z tých štyroch uviedli, že ZPS mal upokojujúci účinok, dvaja mali mimotelový zážitok, jeden videl jasný tunel a ďalší tmavé schodisko; dvoch sa svetelná bytosť opýtala, či chcú zostať na tomto nebeskom mieste a oni sa rozhodli vrátiť.

Niektoré rozhovory pôsobili priam ohromujúco. Jeden z pacientov, ktorý „umrel“ na operačnom stole na zlyhanie srdca, povedal rodičom: „Musím vám prezradiť krásne tajomstvo. Bol som na polceste do neba.“ Povedal, že „bol na tmavom schodisku“ a „šplhal sa nahor“. Asi na polceste sa rozhodol, že sa vráti, lebo mal mladšieho brata, ktorý zomrel a on usúdil, že ešte nenadišiel čas, aby šiel za ním, pretože rodičia by sa cítili opustení.

Na základe tejto práce dospel Morse k záveru, že deti majú viac-menej rovnaké ZPS ako dospelí. Vyjadril tiež nádej, že práca „upozorní“ iných lekárov, že tieto zážitky sa vyskytujú „u signifikantného množstva kriticky chorých detí“. Práca ho však tiež povzbudila, aby sa zaoberal ďalšou zaujímavou otázkou: Musí sa človek ocitnúť na prahu smrti, aby mal ZPS,

alebo môže tento zážitok mať aj pri chorobe, ktorá neohrozuje život?

Odpovedať na túto otázku sa dr. Morse pokúsil svojou ďalšou prácou. Bádania v nej prebrali 202 zdravotných záznamov a našli jedenásť pacientov, ktorí prežili „kritické choroby“, definované ako ochorenia s úmrtnosťou presahujúcou desať percent. Vyšetřovali tiež dvadsaťdeväť pacientov rovnakého veku, ktorí prežili „vážne choroby“, teda také, pri ktorých bola úmrtnosť veľmi nízka.

Hoci z tých, čo boli vážne chorí, nemal ZPS ani jeden, siedmi z jedenástich kriticky chorých si spomínali, či už na bytie mimo tela (šiesti pacienti), vstupovanie do temnoty (piati), upokojujúce či kladné účinky (traja), že videli ľudí alebo bytosti v bielom (traja), videli spolužiakov alebo učiteľov (dva), videli mŕtvych príbuzných (jeden), dospeli na hranicu (jeden), boli v tuneli (štyria) a rozhodli sa vrátiť do tela (traja).

Rozhovory sa viedli podobným spôsobom ako rozhovory v práci dr. Morseho o deťoch a ZPS. No odpovede boli oveľa zaujímavejšie. Napríklad istému jedenásťročnému chlapcovi v nemocničnej hale odrazu zlyhalo srdce.

Pamätá si, že bol v nemocničnej hale a nato mal pocit, že klesá, „ako keď idete autom cez hrbol a padne vám žalúdok“. V ušiach začul „svišťivý“ zvuk a ľudskú vravu. Potom sa vznášal na plafóne miestnosti a hľadel na vlastné telo. V miestnosti bolo šero a jeho telo žiarilo slabým svetlom. Počul, ako sestrička hovorí: „Radšej keby sme to nemuseli robiť“ a sledoval prebiehajúcu kardiopulmonárnu resuscitáciu. Videl, ako mu sestrička „dala na telo nejakú masť“ a potom „podala doktorovi raketky“. Raketky mu priložili na telo a keď „doktor stisol gombík, bol som odrazu opäť v svojom tele a pozeral som nahor na doktora.“

Keď mu telom prebehol šok, pociťoval výraznú bolesť a vyhlásil, že sa mu o bolesti spôsobenej týmto postupom, známym ako kardioverzia, snívalo v opakovaných zlých snoch.

Sestričky, ktoré boli pri tejto udalosti, uvádzajú, že po kardioverzii otvoril oči a povedal: „To bolo ale ozaj strelené. Vznášal som sa nad svojím telom a potom ma to vtiahlo nazad do seba.“ Na túto výpoveď si vôbec nespomínal.

Ďalší z interviewovaných si spomínal na vyše dvojmetrovú bytosť, ktorá ho previedla tunelom. „Nebol to Kristus,“ ubez-

pečoval Morsa. „Ale mohol to byť anjel, ktorý ma viedol ku Kristovi.“

Morse dospel k záveru, že základný ZPS zažívajú iba ľudia, ktorí prekonalí kritickú chorobu alebo stres ohrozujúci život.

Videl som sa ako dospelý

V posledných rokoch som sa začal detí vypytovať, v akom veku sú počas ZPS. Inými slovami, je ich duchovné telo telom dieťaťa alebo dospelého? Prekvapujúco vysoký počet ich odpovedá, že sú počas príhody dospelí, hoci nevedia povedať, na základe čoho to vedia.

Ak veríte, že pri ZPS duch opúšťa svoje pozemské telo, potom by to mohlo znamenať, že duch sám je nadčasová jednotka, ktorá nachádza príbytok v ustavične sa meniacom tele. Keď napokon telo opotrebuje, odchádza na iný svet.

Iné možné vysvetlenie je, že svetelné bytosti vzbudzujú v deťoch taký pocit nenútenosti, že sa cítia ako medzi seberovnými. To by ich mohlo viesť k domnienke, že sú rovnako starí ako tí, čo ich obklopujú.

Istá žena mi rozpovedala podobný ZPS, ktorý mala ako dieťa.

Bolo to jedného dňa okolo poludnia, keď som mala sedem rokov a išla som zo školy domov na obed. Uprostred cesty bola zamrznutá mláka a ja som sa rozbehla, že sa na nej pokľznem, ako to deti robievajú. Lenže keď som na ňu vletela, nohy mi vyleteli, ja som si udrela hlavu. Vstala som a kráčala cez tri ulice domov, ale vôbec som nebola pri zmysloch.

Mama sa ma spýtala, čo sa stalo a ja som jej povedala, že som sa pošmykla a udrela si hlavu. Dala mi aspirín, ale keď som si ho chcela vziať, nevedela som si trafiť do úst.

Mama ma hneď prinútila, aby som si ľahla, a zavolala lekára. Práve vtedy som zamdlela. Bola som v bezvedomí dvanásť hodín a oni celý ten čas nevedeli, či zostanem nažive, alebo zomriem.

Pravdaže, ja si z toho nič nepamätám. Pamätám sa iba, že som sa prebrala v záhrade plnej veľkých kvetov. Keby som ich mala opísať, povedala by som, že vyzerali ako veľké, vysoké dácie. Záhrada bola krásna a bolo v nej teplo a jasno.

Poobzerala som sa po záhrade a zbadala som tú bytosť. Záhrada bola nezvyčajne krásna, ale jej prítomnosť všetko zatienila.

Cítila som sa v jej prítomnosti dokonale milovaná a dokonale zasýtená. A hoci to bolo pred viacerými rokmi, ešte vždy mám ten pocit.

Bytosť mi povedala - bez slov - : „Takže ty sa vraciaš“. A ja som rovnakým spôsobom odvetila: „Ano.“ Opýtala sa ma, prečo sa chcem vrátiť do svojho tela a ja som povedala: „Lebo ma potrebuje moja mama.“

Pamätám si, že v tej chvíli som šla dolu tunelom a svetlo bolo čoraz menšie a menšie. A keď som už svetlo vôbec nevidela, prebrala som sa.

Vstala som, poobzerala som sa okolo seba a povedala som: „Ahoj, mama.“

Keď sa teraz spätne pozerám na ten zážitok, uvedomujem si, že som v jeho prítomnosti bola celkom dospelá. Ako som vravela, mala som iba sedem rokov, ale viem, že som bola dospelá.

V rámci rozvíjajúceho sa výskumu ZPS sa nám napokon iste podarí zistiť, nakoľko je tento jav rozšírený.

Záver

Pre mnohých ľudí sú zážitky prahu smrti u detí presvedčivejším dôkazom posmrtného života než tieto zážitky u starších ľudí. Nie je ťažké pochopiť, prečo. Starší ľudia mali viac času dať sa ovplyvniť a formovať svojimi životnými skúsenosťami a tisíckami náboženstiev.

Na druhej strane, deti pristupujú k tomuto zážitku s istou bezprostrednosťou. Nemali ešte čas, aby ich hlboko poznačil kultúrny materiál, ktorý ich rýchlo začína obklopovať.

Ale z klinického hľadiska najdôležitejším momentom detských ZPS je záblesk „života na druhej strane“, ktorý sa im naskytuje, a to, ako ich ovplyvní na celý zvyšok života. Sú šťastnejšie a väčšmi prekypujú nádejou ako ľudia okolo nich. Predstavujú ešte presvedčivejší dôkaz, že ZPS sú v živote človeka kladnou zmenou.

Prečo nás zážitky prahu smrti tak zaujímajú

Doposiaľ sme sa zaoberali účinkami zážitku prahu smrti na ľudí, ktorí ich majú. Ale ako pôsobí na ľudí v ZPS-károvom okolí? A prečo zážitok prahu smrti tak fascinuje verejnosť?

Pravdu povediac, keď som pred vyše desiatimi rokmi napísal *Život po živote*, nebol by som si pomyslel, že záujem verejnosti o ZPS bude taký vytrvalý a silný. Myslel som, že to bude jedna z tých vedeckých disciplín, ktoré sa utiahnu do výskumných laboratórií a lekárskejších učební a vyjdú z nich iba vtedy, keď nejaký pacient absolvuje ZPS a potrebuje vysvetlenie i radu.

No hoci vysvetlenia javu zvaného zážitok prahu smrti možno ani nie sú o nič jasnejšie, záujem verejnosti nehatene vzrastá. Pri mojich cestách na rozličné konferencie a verejné zhromaždenia sa ľudia stále domáhajú odpovedí na mnohé základné otázky o zážitkoch prahu smrti:

- Sú ZPS-kári naozaj mŕtvi?
- Ako hľadajú ZPS-kári na svoje telo?
- Pôsobí ZPS ako utvrdenie v nábožnosti?
- Vyskytujú sa ZPS v literatúre?
- Ako si možno vysvetliť „bojové ZPS“?
- Môžu ZPS poskytovať nádej smútiacim pozostalým?
- Ako vplývajú ZPS na ľudí so samovražednými sklonsmi?
- Keby sa dokázala existencia ZPS, zmenilo by to vedu?
- Vzbudzujú ZPS taký záujem iba preto, že sú nové a módne?

V tejto kapitole mienim na takéto otázky v rámci svojich schopností čo najuspokojivejšie odpovedať. Ale najprv chcem ukázať, prečo môže prah smrti na živých pôsobiť rušivejšie ako sama smrť.

Pred niekoľkými rokmi mi istý psychiater rozprával o príhode, ktorá sa stala v lietadle, keď sa po návšteve v Indii vracal domov do Spojených štátov.

Keď sa podával obed, jednému cestujúcemu prišlo veľmi

zle. Na palube bolo niekoľko lekárov, ktorí prišli na pomoc. Ale napriek všetkému ich úsiliu o vzkriesenie sa zdalo, že muž umrel.

Jeho telo nechali ležať v chodbičke a prikryli ho dekami. Čoskoro vzrušená zvedavosť ostatných cestujúcich opadla a, hoci to znie neuveriteľne, opäť sa pustili do jedla.

Po niekoľkých minútach si zopár cestujúcich sediacich v blízkosti tela povšimlo záchvevy a mrvenie pod dekami. Opäť zavolali lekárov, ktorí pribehli a tentoraz sa im podarilo vzkriesiť muža, ktorý zostal nažive.

Psychiater si v tej chvíli povšimol, že nik nepokračoval v jedení. Keď sa vypytoval ľudí okolo seba, zistil, že ľudí v lietadle väčšmi znepokojilo vstanie z mŕtvych ako sám stav smrti, s ktorým sme zrejme zmierenejší.

Ponaučenie je jasné: my ľudia si po celý život vytyčujeme hranice. Sme oveľa pripravenejší vyrovnáť sa so smrťou ako so zdanlivým návratom do života. Isté javy zaradujeme na jednu stranu svojich duševných hraníc a iné na druhú stranu. Napríklad, ako deti sa dozvieme o rozdieloch medzi dievčatami a chlapcami. A neskôr v živote nás často privádzajú do zmätku ľudia, ktorí prekračujú čiaru rozdeľujúcu pohlavia, či už ide o transsexuálov alebo o transvestitov.

Sme presvedčení, že „jedno telo, jedno ja“ je prírodný zákon. Takže keď narazíme na viacnásobné osobnosti, ako je oná slávna Eva a Sybila, naše duševné hranice sa porušujú pri pomyslení, že v jednom tele by mohlo prebývať aj viac ako jedno ja.

Učíme sa, že človek je jedno a zvierá čosi druhé. Takže keď sa nájdú deti, ktoré vychovali vlci alebo opice, je to útok na naše hranice a my sme hlboko znepokojení. To isté sa vzťahuje aj na skutočnosť, že nás fascinujú také javy, ako sú siamské dvojčatá alebo elefantiáza. Útočia na naše ohraničené predstavy o tom, aký by mal byť svet a nútia nás pochybovať o hodnotách, ktoré sme vždy považovali za platné.

Ako to všetko súvisí s otázkou, prečo nás tak zaujímajú ZPS, by malo byť jasné.

Deliaca čiara medzi životom a smrťou je zo všetkých najznejpokojujúcejšia. Učíme sa, že smrť je čosi, čomu sa treba vyhýbať. Usilujeme sa nepripustiť si myšlienky na smrť do vedomia a význam smrti zvyčajne spoznáваме postupne.

A ZPS útočia práve na túto deliacu čiaru medzi životom a smrťou. V uplynulých dvadsiatich rokoch som neraz sledoval

očarenie na tvárach poslucháčov, keď niekto vykladal svoj zážitok prahu smrti. Zdá sa, akoby si veľa ľudí nikdy nemohlo zvyknúť na myšlienku, že človek stojaci pred nimi nielen „vstal z mŕtvych“, ale bol aj svedkom čohosi duchovného, čo mnohí ľudia stotožňujú s posmrtným životom.

Sú ZPS-kári naozaj mŕtvi?

Raz po prednáške, ktorú som mal o svojej práci, prišla za mnou jedna poslucháčka, staršia žena. Povedala, že asi pred rokom prišla o manžela. Zomrel na infarkt, no najprv sa ho lekári nejaký čas pokúšali oživiť. Keď sa žena do počula o ZPS-károch, ktorí mali infarkt a podarilo sa ich vzkriesiť, mala v hlave iba dve myšlienky: Nevzdali sa lekári pri jej manželovi priskoro? A nakoľko blízko majú ZPS-kári k smrti?

Prvej otázke som sa obozretne vyhol. Vyhlásil som, že som tam nebol, a tak nemôžem posúdiť, či sa urobilo všetko, čo sa dalo, alebo nie.

Na druhú otázku - „Sú ZPS-kári v niektorom okamihu naozaj mŕtvi?“ ťažko odpovedať. Lekári neraz ukončili oživovacie pokusy, lebo nemohli zistiť nijaké známky života. Inokedy monitory EEG pripojené na mozog ukazovali rovné čiary, čo znamená, že nejestvuje nijaký zachytiteľný znak mozgovej činnosti. A predsa títo ľudia niekedy ožívajú, a nikto, kto pracuje v medicíne, nevie vlastne povedať, prečo.

Podľa klasickej definície je smrť stav, z ktorého sa nevraciam. Definuje sa ako nezvratný. No a keďže sa všetci ZPS-kári vrátili, tak neboli skutočne mŕtvi. Stalo sa iné, a síce, že sa splnili rozličné kritériá smrti. Napríklad im na istý čas prestalo biť srdce, alebo nedýchali. Sú dokonca aj prípady, že ustane mozgová činnosť, a potom sa opäť spontánne začne. U niektorých ľudí s hypothermiou (prudkým poklesom telesnej teploty) nenachádzame nijaké znaky mozgovej činnosti, až kým sa im teplota nezačne opäť zvyšovať.

Hoci majú k smrti veľmi blízko, podľa definície tento stav ešte celkom nedosiahli. Mnohé z týchto situácií vyvolávajú pochybnosti o pravidle piatich minút, ktoré tvrdí, že ak srdce nebije dlhšie ako päť minút, niet už dôvodu pokračovať v oživovaní, pretože mozog by bol beznádejne poškodený nedostatkom kyslíka. Pri moderných resuscitačných postupoch bude treba toto od oka určené pravidlo prehodnotiť.

Jeden muž, ktorého poznám, utrpel pri automobilovej nehode ťažké zranenie a odviezli ho do nemocnice na stanicu prvej pomoci, kde ho pri príchode vyhlásili za mŕtveho.

Jeho telo uložili na vozík a odsunuli za nejaké závesy v miestnosti prvej pomoci, kde ho ponechali, zatiaľ čo sa lekári venovali ošetrovaniu ostatných ľudí, ktorí sa zranili pri tej nehode. O niekoľko hodín ošetrovatelia začali odvážať telo do inej časti nemocnice, keď sa muž odrazu pomrivil.

Napriek tomu, že chýbali také znaky života ako tep srdca a reagujúce zrenice, bol tento muž živý a je živý dodnes.

Iný muž, ktorého poznám, behá po svete so svojim nekrológom. Priviezli ho do nemocnice, vyhlásili za mŕtveho a prikrytého plachtou poslali do márnice. Na počudovanie, o niekoľko hodín spontánne ožil.

Z toho všetkého vyplýva ponaučenie, že je ešte mnohé, čo o fyziológii umierania nevieme. Takže z odborného hľadiska ZPS-kári nie sú nikdy skutočne mŕtvi, ale väčšina z nás nikdy nemala k tomu tak blízko ako oni.

Ako hľadia ZPS-kári na svoje telo?

Zážitok prahu smrti spôsobuje, že mnohí ľudia začnú o svojom tele uvažovať ináč. Väčšina ZPS-károv, s ktorými som hovoril, hľadí na svoje telo ako na príbytok ducha. V dôsledku toho sa menej boja okolitého sveta a „cudzej“ mienky o svojom výzore.

Napríklad istá ZPS-kárka, ktorá sa stala jednou z mojich najlepších priateľiek, viedla celkom normálny život, až kým počas operácie žľčníka „nezomrela“ na zlyhanie srdca. Jej lekár sa vyše dvadsať minút úporné pokúšal uviesť srdce do chodu, no potom sa vzdal a prikázal ošetrovateľom v miestnosti, aby vypísali úmrtný list. Záblesk života ho primäl, aby obnovil oživovacie pokusy a napokon jej srdce opäť začalo biť.

V tom čase pacientka zažila odlúčenie od tela a sledovala lekára i sestričky, ako sa jej pokúšajú zachrániť život. Vystúpila tunelom do krásnej ríše svetla a lásky, v ktorej veľmi podrobne videla znovu sa odohrať všetky udalosti svojho života. Videla príbuzných a priateľov, ktorí zomreli pred mnohými rokmi, a dokonca si mohla aj vybrať, či sa vráti alebo zostane. Hoci rozhodnutie bolo veľmi ťažké, kvôli dcére a manželovi si vybrala návrat do terajšieho života.

Od tej udalosti spred desiatich rokov jej telesné zdravie sústavne upadá. Má cukrovku a chronické ťažkosti s chrbticou, ktoré si vyžiadali viacero operácií a iné zákroky.

A predsa som ju po celý čas, čo ju poznám, ani raz nepočul sťažovať sa na bolesti či útrapy. Hoci občas iste veľmi trpí, jej postoj je žiarivo pokojný.

Nedávno som sa dozvedel, že zase o kus prekročila hranice, ktoré jej kladie chorľavé telo, keď navštívila zábavný park a absolvovala všetky atrakcie, dokonca aj jazdu s premetom na horskej dráhe. Pre mňa to symbolizovalo jej vieru v posmrtný život.

Mnohí ľudia, ktorí majú počas ZPS mimotelový zážitok, ani nespoznávajú v tele, ktoré opustili, vlastné telo. Mnohí ZPS-kári mi povedali, že pred zážitkom boli zvyknutí poznať sa z pohľadov do zrkadla a na fotografie. Ale ZPS spôsobilo, že sa na svoje telo dívajú ináč.

Jeden z najpozoruhodnejších príkladov mi poskytol istý psychiater, ktorý mal ZPS. Povedal: „V živote si môžete myslieť, že viete, ako vyzeráte. Ale keď vystúpíte zo svojho tela a vidíte vlastné hmotné telo, je veľmi ťažké uhádnuť, ktoré zo všetkých tiel na svete patrí vám.“

V danom prípade dotyčný blúdil po vojenskej nemocnici, hľadel na rady tiel v posteliach a nevedel rozoznať, ktoré je jeho. Bol mimo svojho tela i mimo nemocnice a pokúšal sa dostať domov. Ale keď si uvedomil, že ho nik nevidí ani nepočuje, vrátil sa a usiloval sa nájsť sám seba.

Mal s tým doslova problémy, až kým neobjavil telo, ktoré malo na ruke prsteň jeho študentského spolku a neuvedomil si, že akiste patrí jemu.

Iný muž, ktorého poznám, spadol z nástennej reklamy na drôty vysokého napätia. V dôsledku popálenín prišiel o nohy a o časť ruky. V operačnej sále mal mimotelový zážitok. Keď hľadel na vlastné telo, prvá myšlienka, ktorá mu zišla na um, bola: „Pozri na toho nešťastníka.“ Ani v tom tele na operačnom stole nespoznal vlastné telo. Keď si napokon uvedomil, že to ťažko poškodené telo patrí jemu, povšimol si ešte aj inú zvláštnosť: jeho duchovné telo nebolo nijako postihnuté.

Mnohí telesne postihnutí ľudia, ktorí majú ZPS, zisťujú, že ich telesné neduhy sa stratili. V duchovnej ríši sú úplnými a veľmi pohyblivými bytosťami. Mám takú skúsenosť, že ZPS umožňuje telesne postihnutým, aby k svojim ťažkostiam zaujali uzmierenejší postoj.

Hoci ZPS vedú u mnohých ľudí k tomu, že hľadajú na svoje telo ako na príbytok ducha, nechcem tým naznačiť, že v dôsledku tohto zážitku sa z nich stávajú milovníci rizika. Nevytvára sa u nich postoj typu „nech sa deje, čo chce“, s akým sa stretávame u mnohých parašutistov skáčúcich voľným pádom alebo u horolezcov. Ak už, tak ZPS-kári začnú o svoje telo väčšmi dbať.

ZPS ako utvrdenie v nábožnosti

Hoci niektorí bádatelia vystupujú s teóriou, že ZPS sú vyvolávané silnou vierou v boha a posmrtný život, skutočnosť je taká, že tieto zážitky sa stávajú rovnako často neveriacim ako veriacim.

V priebehu rokov som narazil na ZPS s najrozličnejšími náboženskými pozadiami. Niektorí ľudia mi vravia, že pred týmto zážitkom neverili v boha. Iní uvádzajú, že boli veľmi nábožní.

Zaujímavé je, že po ZPS sa účinok zdá byť rovnaký: ľudia, ktorí pred zážitkom neboli navonok nábožní, po ňom hovoria, že predsa len veria v boha a vysoko si cenia duchovno, rovnako ako tí, čo v boha verili od samého začiatku.

V oboch skupinách sa dostavuje taký vzťah k náboženstvu, ktorý sa veľmi líši od úzkeho výkladu, aký sa ujal vo väčšine cirkví. Vďaka tomuto zážitku si uvedomia, že pri náboženstve nejde o to, že by jedna „správna“ skupina stála proti viacerým „pochybeným“ skupinám. Ľudia, ktorí absolvujú ZPS, po návrate hovoria, že pri náboženstve ide o vašu schopnosť milovať - nie o doktrínu a vyznanie. Slovom, myslia si, že boh je oveľa veľkodušnejšia bytosť, ako si mysleli predtým, a že na vyznaní nezáleží.

Dobрым príkladom je tu istá postaršia žena z New Hampshire, ktorá mala ZPS po zlyhaní srdca. Od detstva bola veľmi pobožnou a cirkevnej doktríny sa pridŕžajúcou luteránkou. Ale po ZPS sa uvoľnila a stala sa radostnejším človekom. Keď od nej členovia rodiny žiadali, aby vysvetlila túto zmenu svojej osobnosti, povedala jednoducho, že po príhode pochopila boha a uvedomila si, že mu na cirkevnej doktríne vôbec nezáleží.

Na svete je veľa náboženstiev, ktoré ochotne prijímajú ZPS ako bránu k duchovnému svetu. Najvýznamnejšie západné náboženstvo, ktoré zaujíma takýto postoj, je cirkev Ježiša

Krista posledných dní, bežnejšie známa ako mormónska cirkev.

Mormónska doktrína uznáva ZPS ako nazretie do sveta duchov. Mormóni veria, že svet duchov je dimenzia, ktorú živí nemôžu vnímať, ale v ktorej prebývajú tí, čo opustili svoje hmotné telo.

Mormónska *Kniha kázní*, komentár k mormónskej vierouke z pera cirkevných predstavených, vraví, že duchovné telo si uchováva päť zmyslov hmotného tela (zrak, sluch, hmat, chuť a čuch), no pritom je obdarené „zvýšenými schopnosťami“ i schopnosťou zaoberať sa mnohými rozličnými myšlienkami odrazu. Vie sa tiež pohybovať rýchlosťou blesku, vidí odrazu rozličnými smermi a dorozumieva sa okrem reči aj mnohými inými spôsobmi. A nie je poznačené neduhmi a chorobami.

Mormónska doktrína vraví, že duch vstupuje do tela pri zrode a opúšťa ho pri smrti. Definuje smrť ako „iba prechod z jedného stavu či sféry bytia do druhého“.

Keď prejdeme údolie smrti, obrátíme sa a pozrieme naň a pomyslíme si, hľa, toto je najväčšia výhoda celého môjho bytia, pretože som prešiel zo stavu smútku, žiaľu, ľúlosti, nešťastia, biedy, bolesti, utrpenia a sklamania do stavu bytia, kde môžem plne vychutnávať život, nakoľko sa to bez tela len dá.

Mormónski predáci opisujú mnohé znaky ZPS. Jeden vraví: „jas a sláva ďalšieho príbytku sa nedajú vyjadriť“, čo je v podstate to isté, ako keď nás zaplavuje tíšivé svetlo. Ďalší vraví, že „tam ako tu všetky veci budú prirodzené a vy ich budete chápať ako teraz chápete prirodzené veci“, čo sa zhoduje so slovami mnohých ZPS-károv, ktorí zažívajú akúsi všestrannú chápanosť.

V *Knihe kázní* nachádza oporu aj zážitok posmrtného videnia príbuzných a priateľov.

Za závojom máme viac priateľov ako na tejto strane, a nikdy vás vaši rodičia a priatelia na tomto svete nevíkali tak radostne, ako vás budú zdraviť oni, a nikdy ste sa tak nepotešili priateľovi v tomto živote, ako sa potešíte, keď ho stretnete.

Sú mormónski predáci, ktorí vravia, že „niektorých duchov, čo zažili smrť, privolajú späť, aby opäť prebývali v svojom

hmotnom tele. Títo ľudia prejdú prirodzenou či dočasnou smrťou dvakrát."

Azda jeden z najznámejších takýchto mormónskych ZPS sa stal Jedediahovi Grantovi a pre *Knihu kázni* ho zaznamenal cirkevný predák Heber Kimball:

Povedal mi, brat Heber, po dve noci za sebou som bol vo svete duchov, a zo všetkých hrôz, ktoré ma kedy postretli, najhoršia bola, že som sa musel vrátiť do svojho tela, hoci som to musel urobiť.

Grantova hrôza pochádzala z toho, že počas pobytu vo svete duchov stretol svoju nebohú ženu a dcéru, ako aj mnohých priateľov.

Videl svoju ženu, bola prvá, čo k nemu podišla. Videl mnohých známych, ale nezhovárал sa s nikým, iba so svojou ženou Caroline. Podišla k nemu a on jej povedal, že vyzerá krásne, a v náručí držala ich dieťaťko, ktoré zomrelo na planinách, a povedala: „Pán Grant, tu je malá Margaret; viete, že ju zožrali vlci; ale neublížilo jej to, tu je nedotknutá.“

Posmrtný život sa spomína aj v *Biblii*, kde Pavol opisuje, aké telo budeme mať na druhom svete.

Ale niekto povie: ako sú mŕtvi kriesení? V akom tele prídu? Ó nemúdry!... A keď rozsievaš, nerozsievaš telo, ktoré má vzniknúť, ale holé zrno... A Boh dáva... každému semenu jeho vlastné telo... Sú aj nebeské telá, sú aj zemské; ale iný je lesk nebeských a iný zemských... Tak aj pri zmŕtvychvstaní. Rozsieva sa porušiteľné, vzkriesené je neporušiteľné; rozsieva sa neslávne, vzkriesené je slávne; rozsieva sa slabé, vzkriesené je silné; rozsieva sa telo telesné, vzkriesené je telo duchovné. Lebo ako je telesné telo, tak je aj duchovné... Ajhľa, poviem vám tajomstvo: všetci neumrieme, ale všetci sa premeníme, razom, ihneď, len čo zaznie hlas poslednej trúby. Lebo zaznie trúba a mŕtvi budú vzkriesení neporušiteľní...

Prvý list apoštola Pavla Korint'anom 15:35-52
(Citované podľa prekladu pripraveného redakčnou komisiou Slovenskej evanjelickej cirkvi a. v., Tranoscius, Liptovský Mikuláš 1978)

Zážitky prahu smrti v literatúre

Na úvod treba poznamenať, že jestvuje literárny a filmový žáner, ktorý sa zaoberá návratom so záhrobia. Bohužiaľ, väčšinu týchto príkladov by sme mohli zaradiť medzi horory, v ktorých sa mŕtvi vracajú do ríše živých so zlými a nekalými úmyslami.

Aj keď ZPS zvyčajne obsahuje nejaký druh návratu zo záhrobia, výsledky sú celkom iné ako pri upírovi alebo Frankensteinovi. ZPS nie sú udalosti, ktoré spôsobujú hlboký rozvrat, naopak, zvyčajne pôsobia blahodarne. ZPS nie sú temné a hrôzostrašné, ale prinášajú nádej a pokoj.

Vo veľkej literatúre nachádzame viacero príkladov ZPS. Napríklad vo *Vianočnej kolede* Charlesa Dickensa sa Ebenezer Scrooge pod vplyvom čohosi ako zážitok prahu smrti premení z lakomého a cynického vdovca na „toho najlepšieho priateľa, toho najlepšieho pána a toho najlepšieho človeka, akého naše milé mesto poznalo“.

V tom klasickom príbehu stretne Scrooge troch duchov - Minulé, Súčasný a Budúce Vianoce - ktorí ho vezmú na prehliadku života končiacu sa pri jeho vlastnom hrobe.

Prehliadka, pri ktorej mu robia spoločníkov tieto svetelné bytosti, Scroogea zmení. Hlboko ľutuje, že ľuďom neprejavoval viac lásky. Na konci zážitku je z neho iný človek, ktorý neváha ochotne prejaviť súcit s ostatnými, aby tak vynahradil premárnený čas.

ZPS sa spomínajú aj vo vynikajúcom románe Victora Huga *Bedári*. Hlavnú postavu, Jeana Valjeana, po celý život prenasleduje policajt, lebo ušiel z väzenia, kam sa dostal za to, že pre hladné dieťa svojej sestry ukradol bochník chleba.

V celej knihe Valjean koná veľkodušné skutky lásky. Jedným z nich je, že sa ujme hladujúcej tehotnej ženy Fantine, ktorá napokon umiera. Ako píše Hugo:

Jean Valjean vzal Fantininu hlavu do rúk a uložil ju na vankúši, tak ako by matka uložila svoje dieťa... Keď skončil, zatlačil jej oči.

Fantinina tvár v tom okamihu vyzerala zvláštne rozžiarená. Smrť je vstupom do veľkého svetla.

O Valjeanovej smrti Hugo napísal:

Jean Valjean bol z okamihu na okamih čoraz slabší... V očiach mu už bolo vidieť svetlo neznáma.

A potom Valjeanove posledné slová:

Vždy sa navzájom vrúčne milujte. Na svete azda ani nejestvuje nič iné; milovať sa navzájom... Vidím svetlo... Umieram šťastný.

Katherine Anne Porterová čerpala z vlastného takmer smrteľného ochorenia na chrípku, keď napísala *Bledého koňa, bledého jazdca*, príbeh plný zúfalstva, ktorý sa odohráva koncom prvej svetovej vojny.

Do prvej kapitoly som zaradil úryvok z rozhovoru, v ktorom komentovala svoje letmé stretnutie s posmrtným životom. Tu je pasáž z *Bledého koňa, bledého jazdca*, v ktorej jej postava Miranda vidí dávno mŕtvych príbuzných:

Nenáhlivo ako oblaky chvejúcim sa vzduchom priblížila sa k nej veľká družina ľudí Miranda s radostným úžasom zbadala, že sú to všetci živí, ktorých kedysi poznala. Tváre mali zmenené, skrásneli im každá po svojom, takých krásnych si ich nepamätala, oči mali jasné a pokojné ako pekné počasie a nevrhali tieň. Boli to číre jadrá bytostí a ona ich poznala, každého jedného, hoci ich nevolala po mene, ani si nespomínala, aký vzťah ju s nimi spája. Obklopili ju nehučne na tichých nohách, potom obrátili extatické tváre opäť k moru a ona sa medzi nimi pohybovala ľahučko ako vlna medzi vlnami.

V literatúre je veľa ďalších príkladov na zážitok prahu smrti, od listov Ernesta Hemingwaya po poviedky Thorntona Wildera. Dôležité je, že ZPS majú v literatúre svoje vlastné miesto a nemali by sa dávať dokopy so vzrušujúcou, ale samostatnou kategóriou hororovej literatúry.

Ako si vysvetliť bojové ZPS

Stáva sa niekedy, že ľudia prežívajú exaltované stavy, hoci ani nie sú ranení. Ocitnú sa vo veľmi nebezpečnej situácii - najlepším príkladom je bojová zrážka - a odrazu zistia, že ich vnímanie sa do krajnosti zmenilo.

Tento zážitok si niektorí ľudia mýlia so ZPS. Tí si potom kladú logickú otázku: Ako sa môže zážitok prahu smrti prihodiť niekomu, kto nie je chorý ani traumatizovaný?

Moja odpoveď znie, že ten človek nemal ZPS. Tieto silné zážitky jednoducho neobsahujú znaky ZPS. Pri týchto takzvaných bojových ZPS sa nezaznamenali také fakty ako cesta tuneľom a prechod do krásnej ríše svetla. Obsahujú zväčša krátke záblesky spomienok na udalosti, ktoré dotyčný prežil, alebo zdanie, že sa všetko odrazu spomalilo. Niektoré z týchto zážitkov, ako uvidíte na príklade, zahrňujú „odchod niekam inam“, asi aby sa dotyční vyhli nepríjemnej situácii, v ktorej sa nachádzajú. Neobsahujú extatický stav ZPS, ale určite sú akýmsi ich predstupňom.

Tu je jeden príklad bojového zážitku, ktorý mi vyrozprával veterán druhej svetovej vojny:

Stalo sa mi to na Sicílii počas invázie do Talianska. Prechádzali sme práve poľom, keď nás spredu priklincovalo k zemi nemecké guľometné hniezdo. Keďže som bol veliteľom čaty, považoval som za svoju úlohu zbaviť nás hniezda, aby sme mohli postupovať ďalej.

Urobil som veľkú okľuku, pričom som ako úkryt využil hájik ovocných stromov. Vari za tridsať minút som oblúkom obišiel pole a prenikol dopredu, takže som sa vynoril za ich chrbtom. Bol som v extáze. Sedeli tam traja v jame, ktorú si vykopali hneď na druhom konci mosta. Tak sa sústredovali na to, aby držali čatu priklincovanú k zemi, že nik z nich sa nepozeral dozadu.

Bol by som k nim pravdepodobne mohol dôjsť na dva metre a neboli by ma zbadali. Uvažoval som, či to neurobiť, ale namiesto toho som, keď som sa dostal na vrch mosta, hodil granát.

Pamätám sa, ako som vytrhol poistku a chystal sa ho hodiť zo vzdialenosti asi dvadsať metrov. Rozohnal som sa rukou a tesne predtým, ako som ho šmaril rovno do jamy, som zreval: „Tu máte, debili.“ Potom som sa hodil na zem a čakal som ...A čakal a čakal. Granát nevybuchol. Bol to nepodarok, bezcenný ako kus kameňa.

Prv ako som stihol niečo urobiť, obrátili guľomet na mňa a začali páliť. Schúlil som sa do kľbka a čakal na zásah, ale nič neprišlo. Možno ma kryl svah mosta, alebo som mal možno iba šťastie, ale ani jedna z vypálených striel ma nezasiahla.

Stala sa však čudná vec. Ako som tam ležal, opustil som svoje

telo, a vlastne aj Sicíliu. „Zacestoval“ som do muničnej továrne v New Jersey a vznášal som sa nad montážnou linkou, kde ženy skladali dokopy granáty. Pokúšal som sa im prihovoriť a povedať im, aby pri práci dávali pozor, ale nepočúvali ma. Namiesto toho počas práce ďalej klebetili.

Mal som pocit, akoby som tam bol pätnásť či dvadsať minút. Potom som bol odrazu nazad v Taliansku a ležal som ešte vždy živý hore na moste. Nemci si za ten čas už mysleli, že som mŕtvy, a znova obrátili guľomet naspäť. Vstal som, vytrhol poistku na ďalšom granáte a švacol ho do jamy. Tentoraz vybuchol.

Chlapci z čaty všetko videli a mysleli si, že som mŕtvy, boli teda veľmi prekvapení, keď ma zbadali, ako sa špacírujem nazad. K celému zážitku som sa staval veľmi pokojne, až tak pokojne, že ma veliteľ roty poslal k psychiatrovi. Povedal som mu, čo sa stalo a on ma uznal za zdravého a poslal ma nazad do boja.

Povedal mi, že počul, že sa takéto veci stali už aj iným, a že si mám ten zážitok nechať pre seba, aby ma znovu neposlali k nemu. A presne to som aj urobil.

Ako vidíte, tento zážitok sa veľmi líši od ZPS a nemal by sa s nimi zamieňať. Mal by sa však ďalej skúmať, keďže takéto zážitky sa dosť často stávajú vojakom v boji a iným ľuďom v podobných stresových situáciách.

Nádej pre smútiacich pozostalých

Nieto hlbšieho žiaľu, ako je smrť milovaného človeka. Správy o zážitkoch prahu smrti mnohým ľuďom v tomto žiali veľmi uľavujú.

Veľmi skoro po vyjdení *Života po živote* som dostal list od rodiny, ktorej zavraždili dcéru. Bola to mladá, múdra profesorka a zabil ju vlamač, ktorého prekvapila vo svojom dome. Bola jediné dieťa a rodičia od jej smrti prežívali peklo.

Písali mi, že keď sa dočítali o zážitkoch prahu smrti, znášali svoju bolestnú stratu oveľa ľahšie.

My všetci, čo skúmame ZPS, poznáme príbehy o ľuďoch, ktorí sa pri počutí o zážitkoch prahu smrti zmierili so smrťou milovaného človeka. Myslím, že mnohí ľudia si vďaka ZPS uvedomia, že aj keď udalosti vedúce k smrti môžu byť mučivé, keď raz človek vystúpi z tela, necíti už bolesť, ba dostavuje sa silný pocit úľavy. A, ak vychádzame z mnohých ZPS, v du-

chovnej ríši dôjde k opätovnému stretnutiu s milovanými ľuďmi. Už to samo poskytuje mnohým ľuďom útechu.

Účinky ZPS na ľudí so samovražednými sklonmi

Najlepší spôsob, ako prísť k tomuto problému, je pozrieť sa, aké účinky má ZPS na ľudí, ktorí ho majú v dôsledku samovražedných pokusov.

Dr. Bruce Greyson uskutočnil rozsiahly výskum týchto ľudí a zistil, že nielen absolvovanie ZPS, ale už aj vedomosť o jestvovaní ZPS viac-menej udusí túžbu po samovražde.

Dr. Greyson je lekárom prvej psychiatrickej pomoci na Connecticutskej univerzite a so samovražednými pokusmi má do činenia denne. Zastáva názor, že ak porovnáme skupinu ľudí, ktorí mali v dôsledku pokusu o samovraždu ZPS, so skupinou, ktorá pri pokuse o samovraždu ZPS nemala, zistíme, že takmer nik zo ZPS-károv sa nepokúsi znova zabiť. Na druhej strane, veľké percento ľudí, ktorí nemali ZPS, sa samovraždu pokúsi spáchať znova. Takže absolvovanie ZPS zvyčajne potláča samovražedné sklony.

Istý bádateľ v New Yorku dal pacientom, ktorí sa pokúsili o samovraždu, kazuistiky ZPS-károv. Zistil, že sa tým zahnilo pomyslenie na samovraždu ako na riešenie. Tento experiment sa opakoval viackrát s tým istým výsledkom: oboznámenie sa so zážitkom prahu smrti skutočne bránilo ľuďom spáchať samovraždu.

Tieto výsledky ma neprekvapujú. Častou príčinou, prečo sa ľudia pokúšajú spáchať samovraždu, je strata nádeje. Život i nedostatok duchovnej viery doliehajú na nich ako bremeno. ZPS nahrádza tento nedostatok. Ak predtým mali títo ľudia pocit, že život nevedie nikam, teraz majú pocit, že ich očakáva bohatý a plný posmrtný život. Toto vedomie im pomáha ľahšie znášať bolesti života. Vyvoláva v nich pocit, že sa oddá žiť.

Istý môj priateľ bol svedkom takejto reakcie susedy, ktorá v podstate páchala samovraždu tým, že sa zanedbávala. Uprostred dňa priateľovi ohluchol telefón. Keďže väčšina susedov bola v práci, zašiel o kus ďalej poprosiť utiahnuto žijúcu starú pani, či by nemohol použiť jej telefón a ohlásiť poruchu telefónnej spoločnosti.

Zaklopal na jej kuchynské dvere a počul, ako sa pomaly a namáhavo šuchce k nemu z opačného konca domu. Vpustila

ho dnu a celá vyčerpaná tým úsilím sadla si za kuchynský stôl a z veľkej zelenej nádrže začala vdychovať kyslík.

Keď priateľ dotelefonoval, porozprával sa s ňou a zistil, že jej z lekárskeho hľadiska nič nechýba. Povedala, že je jednoducho stará a sklúčená, a z toho ustavičného posedávania tak zoslabla, že jej doktor dal kyslíkovú fľašu, aby jej tá trocha pohybu, čo ešte robí, padla ľahšie.

Môj priateľ odmietol toto vysvetlenie prijať. Myslel si, že žena jednoducho umiera na nedostatok pohybu a rozhodol sa, že jej dá niečo, čo by zmenilo jej náladu. Šiel domov a priniesol jej na čítanie výtlačok *Života po živote*.

O niekoľko dní ju zbadal, ako pomaly kráča po ulici s knižkou v ruke. Rozplývala sa vďačnosťou a povedala mu, že to je po vyše roku prvý raz, čo vyšla z domu, pretože po prvý raz na to dostala chuť. Nerobí si už toľko zo staroby a jej nevyhnutných dôsledkov. Nádej na život po živote jej dodala ochotu zmieriť sa so súčasnou chvíľou.

Priateľ ma teraz informuje, že táto žena aktívne záhradníči a nepotrebuje už takmer ustavičnú spoločnosť veľkých zelených fliaš s kyslíkom.

Zmenila by sa veda, keby sa potvrdila existencia ZPS?

Ako vravia vedci, svet sa riadi sústavou prírodných zákonov. Napríklad predstava, že naše nohy pridržia na planéte zemská príťažlivosť, je zjednodušená verzia zákona zemskej príťažlivosti. Iný taký zákon hovorí, že všetky formy života na Zemi sú založené na uhlíku. Svet vedy spočíva na týchto a mnohých iných predpokladoch a vďaka tomu, že tieto zákony poznáme a žijeme podľa nich, sa dosiahol veľký pokrok.

Keby sme dôkazom o existencii posmrtného života otvorili nový rozmer, vedeckým skúmaním ďalších dimenzií, ktoré sme doposiaľ nepoznali, by sa veda zrevolucionizovala.

Napríklad, keby sa dokázalo, že človek môže čisté myslením vystúpiť zo svojho tela a prechádzať múrmi, zmenilo by to spôsob, akým veda uvažuje o komunikácii a cestovaní, o kvalitách života ani nehovoriac.

Dokázalo by to existenciu celého ďalšieho vesmíru, vesmíru rozhodne oveľa rozvinutejšieho ako ten, v ktorom žijeme teraz. Dôsledky takéhoto objavu sú takmer neopísateľné. Viete

si predstaviť, že by ste vstúpili do iného rozmeru a zhovárali sa s príslušníkmi dávno zaniknutých civilizácií? Alebo, keď na to príde, vedeli by ste si predstaviť, aký účinok by mal dôkaz o duchovnom svete na vojnové vedy? Myslím, že by sa stali doslova zbytočnými.

Keby sme vedeli, že jestvuje duchovný svet, v ktorom jedinými dôležitými vlastnosťami sú láska a poznanie, a veci, pre ktoré sa vedú vojny - peniaze, územia, politická moc - sú dôležité iba tu na zemi, iste by sa zmenili naše postoje a názory na ľudí, ktorých považujeme za nepriateľov.

Prinútilo by nás to pozrieť sa na týchto ľudí v novom svetle. Koniec koncov, jestvovanie duchovného sveta by znamenalo, že nám je súdené s týmito ľuďmi stráviť večnosť. Znamenalo by to tiež, že by sme v posmrtnom živote mohli presne vedieť, ako títo ľudia zmýšľajú o živote na zemi a o nás. Už len vedomie, že takáto ríša jestvuje, by nás určite robilo navzájom tolerantnejšími.

ZPS majú jeden háčik: za súčasného stavu ich existenciu dokazujú iba historiky. Nepodarilo sa ich vedecky zopakovať, ani skúmať na hlbšom základe ako, dalo by sa povedať, z „ústneho podania“. Pokiaľ sa úkaz ZPS nepodarí zopakovať, veda môže tieto príbehy prijať iba ako dôkaz, že jestvuje čosi, čo sa stáva ľuďom, ktorí takmer zomrú.

Hoci tieto historiky pôsobili na mňa a na hľbu ďalších lekárov mimoriadne presvedčivo, pokiaľ sa nebudú dať úspešne zopakovať, možno ZPS vždy spochybníť.

Vzbudzujú ZPS záujem preto, že „letia“?

Niektorí ľudia vravia, že verejnosť sa o ZPS zaujíma, lebo sú čímsi novým. Podaktorí uvádzajú moju knihu *Život po živote* ako prvý zaznamenaný prípad zážitku prahu smrti. Pretože sa táto téma považuje za novú, niektorí ľudia si myslia, že záujem opadne a ZPS dopadnú podobne ako hula-hup alebo jo-jo.

V skutočnosti ani jedno, ani druhé nie je pravda. Prípady ZPS sa nájdu aj v dávnej histórii, ako sú zmienky v Platónovej *Republike*, ktorá vznikla v starom Grécku.

Dnes máme oveľa viac správ o ZPS než pred dvoma desaťročiami vďaka rozvoju kardiopulmonárnej resuscitácie. Táto me-

tóda kriesenia nám dovoľuje priviesť späť zo samého kraja smrti oveľa viac ľudí, ako by bolo zostalo nažive kedysi.

Veľkú väčšinu ľudí, s ktorými som sa zhováral, by sa pred tridsiatimi či štyridsiatimi rokmi asi nepodarilo vzkriesiť, ale boli by zomreli. Takže ZPS nie sú už iba čudné kuriozity v zastrčených lekárskejších časopisoch, ako boli ešte pred niekoľkými rokmi, ale dnes môžeme nájsť stovky, ba tisíce ľudí, ktorí absolvovali tento zážitok.

Ďalší rozdiel je v tom, že ľudia sú oveľa ochotnejší hovoriť verejne o svojom zážitku. Ľudia sa dnes menej boja, že ich lekár označí za strelených. A, prirodzene, rozhodne už nemusia mať obavy, že ich zatvoria do psychiatrickej nemocnice, ako by sa im bolo mohlo stať pred tridsiatimi rokmi.

Teraz ľudia o zvláštnych zážitkoch hovoria. A keď sa k tomu odhodlajú, nachádzajú spoločenskú podporu u iných ZPS-károv.

No keďže hľadáme historické paralely, prvé správy o „živote po živote“, o ktorých viem, sú v *Dialógoch* Gregora Veľkého, zbierke náboženských spisov od tohto pápeža zo šiesteho storočia.

V poslednej knihe *Dialógov* sa uvádza štyridsaťdva historiek, ktoré poskytujú „dôkaz“ o nesmrteľnosti duše. Je to pestrá zmes vízií na smrteľnom lôžku, duchárskych príbehov a výkladov o prahu smrti. Väčšinu z nich Gregor prikráslil, aby poskytovali zámienu na ťažké moralizovanie.

V nasledujúcom rozprávaní istý vojak „zomrie“ a vráti sa s pôsobivým príbehom o posmrtnom živote a o osude konstantinopolského kupca, ktorý sa volal Štefan.

Stalo sa, že istého vojaka v našom meste skosil (mor). Vytrhlo ho z tela a ležal bez života, ale čoskoro sa vrátil a opísal, čo ho postihlo. Vtom čase tieto veci zažívalo veľa ľudí. Povedal, že tam bol most, popod ktorý tiekla čierna, pochmúrna rieka, vydychujúca neznesiteľne zapáchajúce výpary. Na druhej strane mosta však boli pôvabné lúky s kobercom zelenej trávy a rozvonjavajúcimi kvetmi. Lúky zrejme slúžili ako miesta schôdzok pre ľudí zaodetých v bielom. Vzduch bol plný takého príjemného pachu, že už samotná vôňa stačila uspokojiť (všetky potreby) obyvateľov, ktorí sa tam prechádzali. Každý tam mal svoj vlastný zvláštny príbytok zaliaty vznešeným svetlom. Staval sa tam dom úžasných rozmerov, zrejme zo zlatých tehál, ale on nevedel zistiť, pre koho

by mohol byť. Na brehu rieky boli príbytky, do niektorých z nich prenikli hnusné výpary, ale iné boli celkom nedotknuté.

Na moste sa odohrávala skúška. Ak po ňom chcel prejsť nesp spravodlivý človek, pošmykol sa a spadol do temnej a páchnucej vody. Ale spravodliví, ktorým nebránila vina, slobodne a ľahko prešli na druhú stranu do ríše slasti. Zvestoval, že videí Petra, starejšieho cirkevnej rodiny, ktorý zomrel pred štyrmi rokmi; ležal v odpornom bahne pod mostom, obťažkaný obrovskou železnou reťazou. Keď sa opýtal, prečo to, dostal odpoveď, ktorá nám pripomenula presne to, čo vieme o skutkoch tohto muža. Povedali mu: „Znáša tieto útrapy, pretože zakaždým, keď mu prikázali niekoho potrestať, jeho ruku viedla väčšmi záľuba v krutosti ako poslušnosť.“ Nikomu, kto ho poznal, neuniklo, že sa takto správal.

Videl aj, ako sa k mostu priblížil istý vandrovný mních a prešiel po ňom s toľkým sebaovládaním v chôdzi, koľko úprimnosti bolo v jeho živote. Na tom istom moste vraj rozpoznal aj oného Štefana, o ktorom sme hovorili predtým. Pri pokuse prejsť most sa Štefanovi pokľzla noha a dolná polovica tela mu teraz ovisala z mosta. Z rieky k nemu podišli nejakí odporní muži a schmatli ho za bedrá, že ho stiahnu nadol. Zároveň ho nejakí prenádherní muži oblečení v bielom začali ťahať za plecía nahor. Kým prebiehal tento boj, pri ktorom ho dobrí duchovia dvíhali nahor a zlí duchovia sťahovali nadol, poslali toho, čo to všetko pozoroval, nazad do jeho tela. Výsledok boja sa teda nedozvedel.

To, čo sa stalo Štefanovi, však možno vysvetliť okolnosťami jeho života. Lebo v ňom neresti tela zápasili s dobročinným rozdávaním almužien. Keďže ho za bedrá ťahali nadol a za plecía dvíhali hore, je nad slnko jasné, že síce rád dával almužny, no predsa sa celkom neodriekal telesných nerestí, ktoré ho sťahovali nadol. Ktorá strana zvíťazila, to zostalo pred naším očitým svedkom zatajené, a ani nám nie je o nič jasnejšie ako tomu, ktorý to všetko videl a potom opäť ožil. No je isté, že aj keď Štefan navštívil peklo a vrátil sa, ako sme o tom hovorili vyššie, nenaopravil úplne svoj život. A preto, keď o veľa rokov neskôr opustil svoje telo, ešte vždy musel podstúpiť zápas na život a na smrť.

Záver

Hneď po vyjdení *Života po živote* bolo zrejmé, že ide o takú nesmierne populárnu tému, ktorá natrvalo pozmení môj život.

Rýchlo som si uvedomil, že smrť je našou najväčšou záhadou a o jej vylúštenie sa zaujíma každý.

ZPS vzbudzujú našu zvedavosť, lebo sú najhmatateľnejším dôkazom duchovného bytia, aký sa dá nájsť. Sú naozaj svetlom na konci tunela.

Prečo zážitok prahu smrti nie je duševná choroba

Na konci jednej prednášky dr. Michaela Saboma vstal istý rozzúrený kardiológ a zaútočil na tohto popredného bádateľa ZPS. Vyhlásil, že je lekárom už tridsať rokov a za ten čas vytrhol z náručia smrti stovky ľudí.

„Babrem sa s týmito prípadmi celé roky," povedal zlostne. „A v živote som nehovoril s pacientom, ktorý by mal nejaký zážitok prahu smrti."

Prv ako mu Sabom stihol odpovedať, za lekárovým chrbtom vstal nejaký muž. „Som jeden z tých ľudí, ktorých ste zachránili, a poviem vám rovno, že ste ten posledný človek, ktorému by som sa so svojim zážitkom prahu smrti zdôveril."

Ponaučenie z tohto slovného súboja bolo jasné: mnohí lekári a príslušníci zdravotníckeho personálu nie sú ZPS-károm sympatickí, lebo nevedia, čo si s nimi počať a nemajú k nim citlivý prístup. Mnohí ZPS-kári, s ktorými som v priebehu rokov hovoril, mi povedali, že lekári im radili, aby si svoj zážitok nevšimali. V najlepšom prípade vyhlásili, že ZPS je zlý sen, na ktorý treba zabudnúť. V najhoršom naznačovali, že ten zážitok je formou duševnej choroby, s ktorou sa azda bude treba vysporiadať na psychiatrovej pohovke alebo v psychiatrickej liečebni. Nič to, že sa o ZPS hovorilo ako o kladnom a povznášajúcom zážitku. Pre mnohých predstaviteľov zdravotníckych profesií je ZPS znakom šialenstva.

Oveľa väčší počet ZPS-károv, s ktorými som hovoril, sa ani neunúva povedať o tomto zážitku lekárom, ba ani mnohým príbuzným a priateľom. Od okamihu, ako sa vrátia, si uvedomujú, že keby niekomu povedali o „tuneli" alebo o „svetelnej bytosti", považovali by ich za „bláznov". Nechávajú si teda tento nádherný zážitok pre seba a o udalosti, ktorá ich tak dokonale premenila, nikdy nikomu nepovedia. Stáva sa, že keď o ZPS niekomu povieme, privodíme si tým kopu starostí.

To sa prihodilo Marthe Toddovej, váženej profesorky angličtiny na jednej južanskej vysokej škole. Pred niekoľkými rokmi mala v priebehu bežnej operácie na odstránenie cysty veľmi silný ZPS.

Takmer ihneď po podaní anestézie jej v dôsledku alergickej reakcie prestalo biť srdce. Pamätá si, že lekár na kohosi kričal, aby priviezol „havárku“, zariadenie potrebné na neodkladnú resuscitáciu. Vraví, že si uvedomovala, že „je zle“, ale zároveň bola „taká uvoľnená a vyrovnaná, že jej to bolo jedno“. Počula, ako ktosi v miestnosti hovorí: „zlyhanie srdca“, a potom sa to stalo:

Odrazu som stúpala k plafónu. Veľmi jasne som videla všetkých okolo postele, ba aj vlastné telo. Pomyslela som si, aké je to čudné, že sa tak rozčulujú kvôli môjmu telu. Bolo mi dobre a chcela som, aby to vedeli, ale zdalo sa, že im to nemám ako dať znáť. Akoby medzi mnou a ostatnými ľuďmi v miestnosti bol závoj alebo španielska stena.

Uvedomila som si akýsi otvor, ak to tak môžem nazvať. Vyzeral dlhočizný a tmavý a ja som ním začala letieť. Nič som nechápala, no bola som rozjarená. Z toho tunela som vyšla do ríše jemnej, žiarivej lásky a svetla. Láska bola všade. Obklopila ma a akoby až presakovala do mojej bytosti. V istej chvíli mi ukázali, alebo som videla udalosti svojho života. Boli v akejsi obrovskej panoráme. Naozaj sa to všetko jednoducho nedá opísať. Boli tam v tom svetle so mnou ľudia, ktorých som poznala a ktorí už umreli, okrem iných priateľka, ktorá zomrela ešte na vysokej, môj starý otec a prateta. Boli šťastní, priam žiarili.

Nechcela som sa vrátiť, ale muž vo svetle mi to kázal. Vravel mi, že som ešte nedokončila to, čo mám v živote vykonať.

Do tela som sa vrátila náhlym skokom.

Takmer ihneď po tom zážitku Martha vedela, že jej život sa zmenil, že sa pred ňou otvorili nové skutočnosti a že už nikdy nebude tá, čo prv. Chcela o tom zážitku rozpovedať svojej rodine a priateľom - dokonca aj lekárovi. Ale keď hľadala tie pravé slová, ktorými by epizódu vysvetlila, uvedomila si strašnú pravdu. Namiesto záujmu a potešenia videla na tvárach ľudí, ktorí stáli okolo jej lôžka, znepokojenie a strach.

„Mysleli si, že mi preskočilo,“ povedala Martha. „Mama si robila veľké starosti. Najprv sa ma pokúšala poučať. Vravela mi, že človek sa *Bibliou* ľahko môže dať uniesť a že si musím zachovať chladnú hlavu. Ja som sa jej zas pokúšala povedať, že nehovorím o niečom, čo som čítala alebo počula v kostole, ale že ide o čosi, čo sa mi stalo.“

Ak to s rodičmi bolo zlé, s lekárom to bolo ešte horšie.

„Povedal rodičom, že som v delíriu a mám halucinácie. Chcel, aby som ihneď išla k psychiatrovi. Mysleli si, že som prišla o rozum a poslali ma na liečenie do psychiatrickej nemocnice. Jednoducho som nevedela uveriť, že sa so mnou deje čosi také.“

Rád by som veril, že keby Martha Toddová mala ZPS dnes, udalosti by vyzerali ináč. Keď nič iné, psychiatri a psychológovia teraz už o ZPS vedia, takže človek, ktorý ho má, by asi neskončil na psychiatrickom oddelení. Ale na nešťastie mnohí lekári a ich zdravotnícky personál vedia o ZPS a o tom, ako sa líši od duševnej choroby, veľmi málo. A keďže sú to prví ľudia, na ktorých ZPS-kár po príhode asi narazí, môžu v človeku vyvolať pocit zahanbenia za taký krásny zážitok.

To je chyba, pretože ZPS na rozdiel od duševnej choroby zvyčajne vedie k duševnému prispôsobeniu a zdraviu, vďaka ktorému je človek lepšie adaptovaný, ako bol pred zážitkom. Na druhej strane, duševná choroba vedie k pocitu nešťastia, zúfalstva, depresii a beznádeji.

Ešte aj dnes niektorí zdravotnícki odborníci tvrdia, že ZPS je formou duševnej choroby. Robia tak preto, lebo typický ZPS pripomína veľmi povrchné - určité formy duševnej choroby. Zdôrazňujem, že ZPS pripomínajú tieto ťažkosti iba veľmi povrchné. Keď sa skúmajú, ako to budeme robiť my, uvidíte, že duševná choroba nepripomína zážitok prahu smrti o nič viac, ako ovečka pripomína leva.

Typy duševných porúch, ktoré sa najčastejšie mylne spájajú so ZPS, sú po prvé: ťažké psychózy ako schizofrénia a paranoia a po druhé: niektoré organické poruchy mozgu ako delírium, demencia a choroba známa ako „temporálna epilepsia mozgového laloku“. Pozrime sa, prečo si ľudia tieto poruchy mýlia so ZPS a - čo je dôležitejšie - prečo ide o niečo úplne iné.

Psychóza súvisiaca so schizofréniou

Psychóza - jednoducho povedané - je choroba, pri ktorej ľudia strácajú kontakt so skutočnosťou. Neorientujú sa napríklad v okolitom svete. Tento problém sa prejavuje viacerými symptómami:

- Halucinácie: človek vidí ľudí alebo veci, ktoré nejstujú.

- Bludy: mylné presvedčenia, ktoré si človek nedá vyhovoriť, napríklad verí, že je Napoleon.
- Uvoľnené asociácie: stav, pri ktorom človek dezorganizované a často nerozlúštiteľne preskakuje z jednej nesúvislej myšlienky na druhú.

Hoci jestvuje viacero druhov psychóz, asi najznámejšia je schizofrénia. Je to choroba, pri ktorej sa vyskytuje „počutie hlasov“ (sluchové halucinácie), bizarné manierizmy, uvoľnené asociácie, často spojené s používaním bizarných, nezmyselných slov a slovných spojení, ktoré sa nazývajú neologizmy, a postupne sa zhoršujúca apatia.

Pri schizofrenickej epizóde človeka zvyčajne mučia hlasy a chaotické útržkovité myšlienky, ktoré majú taký ochromujúci účinok na osobnosť, že celkový priebeh choroby sa v mnohých prípadoch zhoršuje. Schizofrenici často upadajú do izolácie, nevedia s nikým nadviazať zmysluplný vzťah. Skrátka, strácajú schopnosť fungovať v spoločnosti.

Rozdiel medzi touto strašnou duševnou chorobou a všeobecne povznášajúcim zážitkom prahu smrti vidieť ihneď. Hoci mnohí ZPS-kári počas svojej príhody počujú hlasy, tie hlasy vyludzuje koherentné slová, nie nerozlúštiteľný bľabot.

Zatiaľ čo schopnosť schizofrenikov vyrovnať sa so spoločnosťou bude asi „upadať“, ZPS-kári budú asi v okolitom svete fungovať lepšie. A hoci ZPS-kári počas svojho zážitku azda videli „svetelnú bytosť“, nemyslia si zato, že sú Napoleon alebo Boh. ZPS je koherentný zážitok, ktorý prebehne, skončí sa a má na život človeka kladný účinok. Schizofrénia sa skladá z inkohorentných zážitkov, ktoré sa môžu ťahať dlhé obdobia - možno aj po celý život - a zvyčajne človeka deptajú.

Ak vychádzam zo svojich psychiatrických skúseností, podobnosť medzi ZPS a schizofréniou je povrchná a rýchlo sa stráca, ak si človek podrobnejšie všíma jednotlivé prípady. Na ilustráciu zacitujem z dvoch rozhovorov - prvý je so schizofrenikom a druhý s človekom, ktorý absolvoval zážitok prahu smrti. Každý rozhovor je typickým príkladom svojho druhu. Tie vám iste pomôžu, aby ste sami rozhodli, či sa ZPS majú považovať za duševnú chorobu, alebo nie.

Schizofrenička

Tu je časť rozhovoru, ktorý viedol lekár v psychiatrickej nemocnici s päťdesiatosemročnou chronickou schizofreničkou. Lekár sa s ňou zhováral, aby získal obraz o tom, čím v živote prešla a čo sa odohráva v jej hlave.

Lekár: Dobrý deň. Rád by som vedel, čo vás privádza do nemocnice. Prečo ste sem prišli?

Helen: Neviem, prečo ma sem priviedli.

Lekár: No, aké ťažkosti dnes pociťujete? Trápi vás niečo?

Helen: Nuž, viem, že tí ľudia mi vysielajú do hlavy rádiové vlny... na vlnovej dĺžke, ktorá nie je z tohto sveta.

Lekár: Čo sú to za ľudia?

Helen: Neviem, o koho ide. Sú prinajmenšom tisícpäťsto kilometrov ďaleko. Ale ustavične mi vysielajú do hlavy odkazy. Prosím vás, zavolajte FBI, nech sem prídu. Viem, že oni vedia zistiť, odkiaľ tie rádiové vlny prichádzajú, a už to začína byť hrozné. Ustavične mi vysielajú do hlavy.

Lekár: Vysielajú aj teraz?

Helen: Áno, vysielajú.

Lekár: Teraz ich počujete?

Helen: Áno.

Lekár: Takže teraz počujete hlasy?

Helen: Áno.

Lekár: Môžete mi povedať, čo tie hlasy vravia?

Helen: No, presne vám neviem povedať, čo vravia.

Lekár: Sú to mužské hlasy, alebo ženské hlasy?

Helen: (Na chvíľu sa odmlčí, načúva a uvažuje.) To teda neviem.

Tento krátky úryvok z oveľa dlhšieho rozhovoru je veľmi typickou ukážkou, ako schizofrenici rozprávajú o „hlasoch“, ktoré počujú. Pacienti väčšinou nepočujú, čo hlasy vravia. Hovoria z diaľky alebo popletené. Niekedy hlasy dokonca znejú ako vzdialené dunenie hromu. Keď hlasom rozumieť, vravia zvyčajne veci, ktoré sú nepriateľsky zamerané proti pacientovi alebo ľuďom z jeho okolia.

Zo spôsobu, ako sa schizofrenici správajú, je jasné, že tieto halucinácie sú sluchové. Keď počujú hlasy, často obracajú hlavu, ba aj otáčajú oči alebo nastavujú uši v smere „hovoru“.

ZPS-kár

Ako kontrast si všimnite nasledujúci úryvok z rozhovoru s Alice, šesťdesiatročnou ženou, ktorá mala klasický ZPS počas oživovania po zlyhaní srdca. V rozhovore opísala, ako opustila svoje telo a zhora sledovala kriesenie. Nato prešla tunelom do žiarivého svetla, v ktorom stretla troch nebohých príbuzných, matku, otca a sestru. Neskôr sa jej lekár podrobne vypytoval na niektoré črty jej ZPS.

Lekár: Tak, povedali ste, že keď ste boli v tej nemocničnej izbe mimo tela, videli ste ľudí, ktorí sa vám pokúšali obnoviť činnosť srdca a vedeli ste, čo hovoria.

Alice: Áno, vedieť ste vedeli. Ale nemohli ste upútať ich pozornosť. Pre nich akoby ste tam ani neboli.

Lekár: No, rád by som vedel, jedno, odkiaľ ste vedeli, čo hovoria? Totiž, počuli ste ich hlasy, alebo skôr akoby...

Alice: Nie, hlasy som nepočula. Nie, to nie že by ste počuli ich hlasy, tak ako teraz počujem vás. Nespomínam si, že by som niečo počula ušami. Nie, rozumiete im a ani nemusia vyslovovať slová. Rozumela som, čo si myslí môj lekár. Cítila som, že si robí kvôli mne starosti a myslí si, že umriem.

Chystal sa povedať: „Zavolajte radšej rodinu, lebo umrie.“ Vedela som, že to povie. Nie že by som počula jeho hlas. Myslím, že som vtedy jeho hlas ani nemohla počuť. Bola som mŕtva. Iba som zachytila, čo si myslí.

Lekár: Povedal váš lekár niekomu, aby zavolať rodinu? Viete o tom?

Alice: Áno, povedal. Dlho som sa o tom s lekárom zhovárala, nevedel, čo si myslieť. Mnohé z toho si nechal niekoľkokrát zopakovať a ustavične krútil hlavou. Vraj všetky tie veci, ktoré som mu o tom, čo sa stalo, povedala, sú pravdivé, ale nemôže uveriť, že o nich viem, lebo si myslel, že som vtedy bola mŕtva.

Lekár: Takže potom zavolať vašu rodinu? Alebo to niekomu prikázal?

Alice: Áno, povedal mi, že hej, presne tak, ako som to ja vedela. A aj o iných veciach, o ktorých som mu rozprávala, povedal, že to súhlasí.

Lekár: Ale vy ste povedali, že to nie je celkom také, ako keď počujeme?

Alice: Presne tak. Skôr akoby ste im čítali myšlienky. Vide-la som, že sa im hýbu ústa ako pri reči, ale nespomínam si, že by som počula hlasy. Skôr akoby som chápala. Jednoducho som chápala, čo si myslia.

Lekár požiadal Alicu, aby mu podrobnejšie opísala zážitok, pri ktorom sa po prechode tunelom ocitla v prítomnosti svojej matky, otca a sestry, ktorí napospol zomreli pred mnohými rokmi.

Lekár: No, a tam v tom svetle ste mali aj pocit, že ste s niektorými príbuznými, čo už zomreli.

Alice: Áno. S otcom, ktorý zomrel tuším v roku 1932. Bola tam aj mama a tá zomrela v roku 1949. Sestra zomrela okolo roku 1970.

Lekár: Mali ste pocit, že s nimi nejako komunikujete?

Alice: Ale áno. Bolo v tom veľa lásky. Lásky z oboch strán. Človek vedel, čo cítia v srdci. Povedali mi aj, že sa musím vrátiť. Vedeli, že som tam ešte nemala byť. Povedali mi, že sa budem musieť vrátiť a dožiť svoj život.

Lekár: Hmmm. Viete, čo tým mysleli?

Alice: Nie. Nikdy som neprišla na to, prečo mi tam nedovolili zostať. Ale im to bolo asi ľahšie vedieť ako mne. Ešte vždy neviem, prečo som sa musela vrátiť.

Lekár: Vraveli ste teda, že vám povedali, aby ste sa vrátili. To ste ich akože počuli?

Alice: Nie, pán doktor. To je zase ináč. Keď ste tam, nepotrebuje slová. Ihneď viete, čo si myslia, a oni to o vás vedia tiež. Lepšie to jednoducho neviem vyjadriť.

Ako vidíte, medzi psychotickým zážitkom a ZPS jestvuje veľmi badateľný rozdiel. Ako som už upozornil, ZPS zvyčajne človeka rozvíja, vedie k väčšej radosi a naplneniu. Psychotické zážitky sa zvyčajne uberajú opačným smerom, do depresie a zúfalstva.

Navyše, nedá sa povedať, že ľudia absolvujúci ZPS majú počas mimotelového zážitku halucinácie, pretože halucinácia predpokladá, že nie ste v kontakte s okolitou skutočnosťou.

Ako vidieť na Alicinom zážitku, kým bola „mŕtva“, veľmi dobre si uvedomovala, čo sa deje. Jej prípad nie je zriedkavý. Spolu s inými bádateľmi som zistil, že ZPS-kári, ktorí mali mimotelový zážitok, nám vedia povedať, čo sa dialo v ich

okolí, aj keď boli prakticky „mimo scény“. A nezávislí pozorovatelia, napríklad zdravotnícky personál a členovia rodiny, rozprávanie ZPS-károv potvrdzujú. Presnosť, s akou ZPS-kári podávajú to, čo sa stalo, uvádza týchto pozorovateľov vždy znova a znova do úžasu.

Organické duševné poruchy

Väčšina zážitkov prahu smrti sa odohráva za okolností, keď mozog dostáva málo kyslíka. Pretože mozog pozbavený tohto životne dôležitého plynu môže reagovať čudne, mnohí ľudia naznačujú, že ZPS nie sú nič iné ako reakcia mozgu v záťažovej situácii alebo v stave, bežne známom ako „delírium“.

Delírium je častým sprievodným znakom pri mnohých ťažkých chorobách a patrí k nemu aj akútne porušenie chemickej rovnováhy mozgu, ktoré sa zvyčajne upraví bez následkov na duševnom stave človeka.

Ľudia v delíriu sú v dôsledku svojho stavu dezorientovaní a okolitý svet vnímajú skreslene. Často majú halucinácie podobné zlým snom, v ktorých sa vyskytujú zvieratá alebo hmyz. Myšlienky sú často útržkovité, neusporiadané a nevedia ich dokončiť. Ľudia v delíriu sa len zriedka vedia dobre sústrediť a ak sa nezúčastňujú na rozhovore, neraz opäť upadajú do halucinačného stavu.

Ľudia v delíriu zrejme sledujú halucinácie neosobne, akoby sa odohrávali v diaľke na filmovom plátne. Jeden pacient mi napríklad rozprával, ako sa pozeral na splašené stádo koni cválajúce šírou púšťou. Hoci bol akoby priamo medzi nimi, veľmi sa to podobalo sledovaniu udalosti na plátne v kine.

Keď delírium pominie, pacienti si naň zvyčajne uchovávajú iba hmlisté spomienky a opisujú ho útržkovito, po kúskoch. Nehovoria o ňom, akoby malo hlboký osobný význam, alebo akoby samo osebe znamenalo duchovnú premenu.

V priebehu rokov som sa zhováral s mnohými ľuďmi, ktorí mali delírium, jednak priamo počas delíria a jednak neskôr, keď sa delírium skončilo. Zážitok, ktorý opisujú, sa úplne líši od zážitku ZPS-kára.

Obete delíria neuvádzajú bežné črty ZPS: mimotelové zážitky, panoramatickú spomienku, intenzívnu a prenikavú lásku, ani nijaké iné znaky. Deliranti hovoria o tom, čo sa s nimi deje, akoby išlo o nejakú motolicu, o nepríjemnú úchylku,

ktorej koncu sa úprimne tešia. Neopisujú svoj zážitok ako duchovný prerod, víziu, ktorá vniesla do ich života nový zmysel a radosť. Nepodávajú ho ako niečo, čo im poskytuje morálnu oporu. Pravdu povediac, vo veľkej väčšine prípadov býva delírium charakterizované ako „neprijemná opica“.

Napríklad do nemocnice do ambulancie prvej pomoci priviezli takmer osemdesiatročného muža, ktorý omylom dostal priveľkú dávku lieku, rozrušenie prejavoval prudkými pohybmi a rozprával nesúvislé a zabiehavo. Keď ležal priviazaný na vyšetrovacom stole, aby sa nemetal a neublížil si, mal som príležitosť nadviazať s ním rozhovor.

Počas rozhovoru sa zdalo, že hľadá do diaľky. Potom ukázal priamo pred seba a povedal mi, aby som sa pozrel na tých jazvečikov, čo bežia popri potoku.

O dva dni, keď sa vrátil do normálneho stavu, na svoj zážitok v ambulancii prvej pomoci si vôbec nepamätal.

Pri rozličných príležitostiach ma zavolali k pacientom, ktorí práve mali delírium a halucinácie. Jeden muž s vysokou horúčkou si ťažkal, že vidí, ako mu okolo hlavy plávajú ryby. Istého mladíka, ktorý sa liečil na ťažké popáleniny, prenasledovali vidiny, že sa v kotloch varia malé deti. Asi tridsaťpäťročná žena, ktorá po drobnej operácii dostala vážnu infekčnú chorobu, uvádzala, že na krikľavo zelenom futbalovom hrisku vidí rakvy. Nikto z ľudí postihnutých delíriom, s ktorými som hovoril, ho neopisoval nadšenými slovami, akými sa hovorí o ZPS.

Autoskopické halucinácie

Jestvuje množstvo fascinujúcich medicínskych javov, o ktorých sa laická verejnosť vôbec nedozvie. Patria k nim aj autoskopické halucinácie. Spomínam ich tu preto, lebo niektorí skeptici tvrdia, že mimotelový zážitok, ktorý opisujú ZPS-kári, nie je nič iné ako autoskopická halucinácia.

Medzi týmito dvoma javmi je však v skutočnosti veľký rozdiel. Pri autoskopickkej halucinácii premietame do nášho vizuálneho priestoru svoj vlastný obraz. Nejaký človek sa teda vidí tak, ako by videl iného človeka. Je to zriedkavý zážitok, ktorý sa spája s bolesťami hlavy pri migréne a s epilepsiou. Podľa mojich skúseností - v medicínskej literatúre som sa

s tým nestretol - sa vyskytuje aj pri mozgových porážkach.

Zvyčajne človek vidí iba torzo svojho tela. Ale z času na čas ľudia uvádzajú, že sa videli od hlavy až po päty. Tento obraz veľmi často napodobňuje pohyby človeka, ktorý má autoskopický zážitok. Obraz sa zvyčajne opisuje ako priehľadný a - z dôvodov, ktoré mi zostávajú úplnou záhadou - k úkazu zvyčajne dochádza za súmraku.

Prezident Lincoln spomínal, že mal takýto zážitok počas svojho pobytu v Bielom dome. Jedného večera ležal na pohovke a videl celkový obraz samého seba, akoby sa pozeral do zrkadla. Ťažko povedať, akú odozvu v národe by vyvolala takáto správa z dnešného Bieleho domu!

Prvým mne známym človekom, ktorý zaznamenal prípad autoskopickej halucinácie, je Aristoteles. Opísal muža, ktorý sa prechádzal po aténskych uliciach a často videl v dave sám seba.

Sám som bol priamym svedkom jedného takého prípadu, keď som prijímal do nemocnice muža postihnutého porážkou. Povedal mi, že prvý príznak choroby sa ohlásil, keď sedel za čelným stolom pri slávnostnom obede a začala ho bolieť hlava. Nepripisoval tomu veľký význam, kým nezdvihol pohľad a nezbadať sám seba, ako vchádza do miestnosti. Bol v obleku, v chlopni mal kvietok, prišiel k jednému zo stolov, sadol si zaň a veselo sa bavil.

Dotyčný muž sa domnieval, že v jeho vedomí nastal súmrak. A svojím spôsobom mal pravdu. Porážka, ktorá ho postihla, vyvolala autoskopickú halucináciu.

Tieto javy jestvujú a sú doložené mnohými správami. Ale veľmi sa líšia od mimotelových zážitkov, ktoré sa odohrávajú počas ZPS.

Pri typickom mimotelovom zážitku dotyčný uvádza, že jeho pohľad vychádza z bodu mimo jeho hmotného tela. Na svoje hmotné telo teda hľadí z diaľky. Vlastné telo sa mu nejaví priehľadné, ale kompaktné, aké je v skutočnom živote.

Človek, ktorý absolvoval mimotelový zážitok, uvádza tiež, že centrum vedomia je mimo jeho hmotného tela.

Pri autoskopickej halucinácii sa vedomie nachádza vo vnútri hmotného tela dotyčného, tak ako ho pociťuje teraz, pri čítaní tejto knihy.

Perspektíva mimotelového zážitku sa líši aj po iných stránkach. Napríklad ľudia, ktorí absolvovali mimotelový zážitok, často uvádzajú, že sa potulujú po okolí a vedia presne pove-

dať, čo sa odohráva na miestach, kde sa ich hmotné telo nevyskytovalo. Keďže perspektíva pri autoskopických halucináciách vychádza z hmotného tela, tento jav nedovoľuje dotýčať sa putovať.

Skutočnosť, že v mozgu sú zabudované funkcie ako autoskopická halucinácia, ma nesmierne fascinuje. Nemám potuchy, akému účelu takéto veci slúžia. Ale môžem vám povedať, že autoskopické halucinácie nesúvisia so zážitkom prahu smrti.

„Týka sa iba vás a boha“

Ako sa mi, dúfam, podarilo ukázať, duševná choroba a ZPS nemajú veľa spoločného. Toto presvedčenie sa už začína ujiť v psychiatrickej obci. Mnohí psychiatri a psychologickí poradcovia už nepristupujú k ZPS-károm ako k duševne chorým, ale pomáhajú im začleniť zážitok do života, aby ho mohli pozitívne využiť, a nie potláčať.

Raz po prednáške som sa zoznámil s mužom, ktorý mi poskytol vynikajúci príklad na to, ako účinne a inšpirujúco môže zasiahnuť múdry psychiater. Spomínaný muž, Charlie Hill, sa blížil k päťdesiatke, keď mu po náhlej operácii krvácajúceho žalúdočného vredu zlyhalo srdce.

Mal veľmi typický ZPS, ale keďže to bolo začiatkom sedemdesiatych rokov, o takýchto príhodách sa ešte veľmi nehovorilo. Keď teda o svojej príhode povedal chirurgovi i vlastnej žene, obaja si mysleli, že má duševnú poruchu. Okamžite poslali Charlieho k psychiatrovi.

Kým Charlie opisoval pozoruhodnú a nádhernú vidinu, ktorú zažil na operačnom stole, psychiater trpezlivo počúval. Keď sa rozprávanie skončilo, psychiater bol očividne dojatý. „Pán Hill, vy netrpíte psychózou," vyhlásil. „Mali ste duchovný zážitok, aký mali niektoré veľké historické osobnosti. To, čo sa stalo, sa týka iba vás a boha.“

Mohol by niekto žiadať viac pochopenia?

Bádatelia prahu smrti

Kým nevyšiel *Život po živote* nejestvoval v oblasti zážitkov prahu smrti takmer nijaký výskum. Pravdu povediac, odborníci sa o túto tému takmer vôbec nezaujímalí.

Ak pacienti upozornili na tieto javy svojich lekárov, väčšina ich ignorovala. Niekedy si dokonca mysleli, že ich pacienti sú „blázni“ a ľuďom, ktorí mali tieto príhody, odporúčali psychiatrické alebo nemocničné liečenie. Tak ako mnohí dnešní lekári, ani páni doktori pred desaťročia nikdy nepočuli o zážitkoch „z druhého sveta“. Ale aj keby sa boli unúvali pozrieť si medicínsku literatúru o tomto predmete, neboli by našli prakticky nič. V tom čase jestvovalo iba zopár kazuistík, ale nič čo by poskytovalo jasnú radu, ako postupovať a čo povedať.

Dnes je to iné. Vďaka hŕstke bádateľov, ktorí si prečítali *Život po živote* a začali sa o ZPS zaujímať, majú lekári k dispozícii bohatý výskum - vychádzajúci jednak zo zaznamenaných príbehov, jednak z empirie - z ktorého môžu čerpať poučenie o tomto rozšírenom jave.

Môžu sa poučiť nielen o znakoch ZPS, ale na základe prác týchto statočných bádateľov môžu tiež nájsť spôsob, ako s pacientmi hovoriť o tomto nádhernom, no ťažko pochopiteľnom zážitku.

Nazývam ich statočnými, lebo vydať sa ta, kde ešte nikto nebol, si vyžaduje odvahu. Tak ako veľkí zemepisní objavitelia, aj títo ľudia objavujú neznáme končiny ducha. Niektorí, ako doktori Michael Sabom a Kenneth Ring, postupujú vo svojom bádání veľmi metodicky, aby sa dopracovali k spoľahlivým medicínskym faktom. Aj doktor Melvin Morse sa usiluje o spoľahlivé fakty, ibaže ich hľadá v zážitkoch prahu smrti u nevinných detí. Ďalší, ako filozof Michael Grosso, hľadajú na ZPS cez zväčšovacie sklo filozofie, aby objavili zmysel tohto zážitku a jeho spája s inými duchovnými javmi. Všetci v tom či onom čase stáli pred prekážkami, či už išlo o výsmech kolegov alebo o vlastné pochybnosti. Ale pokračovali vo výskume, lebo pociťovali neodbytnú potrebu dať na tieto duchovné otázky odpoveď.

Ľudia, na ktorých tu zameriavam pozornosť, patria k najaktívnejším priekopníkom tejto novej oblasti bádania. Boli, pravdaže, aj iní. Ale títo predstavujú svetlo, ktoré udáva smer.

Dr. Melvin Morse

Dr. Morse, pediater v Seattle v štáte Washington, je na čele výskumu detských ZPS. Jeho pozorovania zaujímajú v bádani o prahu smrti mimoriadne významné miesto, pretože má do činenia s „nevinnou“ populáciou, s ľuďmi, na ktorých ešte nemohla veľmi pôsobiť náboženská výchova či kultúrne vplyvy. Keď majú rovnaké zážitky ako oveľa starší ZPS-kári, je to osobitne dôležité.

Dr. Morse sa zaujíma o ZPS od chvíle, keď na ne narazil ako stážujúci lekár v nemocnici v Idaho. Od tých čias sa sústavne venuje ich výskumu.

„Dlhý čas som bol skeptický, povedal dr. Morse, keď som ho navštívil doma v Seattle. „Potom som jedného dňa čítal v lekárskom časopise obširny článok, ktorý sa pokúšal vysvetliť ZPS tým, že ide o rozličné podvody mozgu. V tom čase som už mal za sebou rozsiahly výskum ZPS a ani jedno z vysvetlení, ktoré onen bádatel' uvádzal, mi nedávalo zmysel. Napokon mi bolo jasné, že bádatel'ovi uniklo vysvetlenie, ktoré najviac bije do očí – že ZPS sú skutočné. Unikla mu možnosť, že duša naozaj putuje.“

Tu je príbeh dr. Melvina Morsa, ako ho podal vlastnými slovami:

O zážitok prahu smrti u detí som sa po prvý raz začal zaujímať, keď som vykonával povinnú lekársku prax v nemocnici v Pocatelle v štáte Idaho. Mal som práve službu, keď doviezli dievča, ktoré sa takmer utopilo.

Plávala v bazéne YMCA za hojnej návštevy, keď je hlava na hlave. Keď všetci vyšli z bazéna, ona zostala ležať na dne.

Náhodou tam bol lekár. Bol to ten typ, čo má v športovom vaku najrozličnejšie lieky, takže ju mohol priamo na mieste začať kriesiť. Previezli ju do mestskej nemocnice a zavolali ma, aby som sa na ňu pozrel.

Bola v hlbokom kóme: nehybné a rozšírené zrenice, bez dusivosti i bez rohovkového reflexu. Myslel som si, že už asi niet pomoci, ale musel som jej spraviť röntgen mozgu, aby som sa presvedčil, aké zlé je to s ňou v skutočnosti. Na to som

jej musel zaviesť do krčnej tepny hadičku, aby som mohol vstreknúť farbivo a tak získať kvalitnú snímku mozgu. Nikdy nezabudnem na scénu, ako sme jej vovádzali hadičku do tela. Krv striekala na všetky strany a okolo nás stáli v kruhu rodičia i široké príbuzenstvo a nahlas sa modlili.

V duchu som nemal najmenšie pochybnosti, že mozog bude mať ťažko poškodený. Mýlil som sa. Za tri dni sa úplne zotavila.

No, keď som chodil na lekársku fakultu, vždy nám hovorili, že máme klásť nesugestívne otázky. Nikdy nemáme dávať otázky, na ktoré sa dá odpovedať „áno“ alebo „nie“. To je kliatba mojej praxe. Môj partner vyšetří za deň päťdesiat pacientov. Ale ja toľkých nevyšetrím, lebo sa zahovorím a chcem si vypočuť celý príbeh.

Slovom, s dievčatkom som sa stretol pri následnej kontrole po prepustení z nemocnice. Požiadal som ju: „Povedz mi, čo sa stalo, keď si bola v bazéne.“ Chcel som vedieť, či dostala kŕče, či ju niekto udrel po hlave, alebo čo. Ona mi namiesto toho povedala: „Myslíte vtedy, keď som si šla sadnúť do lona Otcovi nebeskému?“

Fíha, pomyslel som si. „To znie zaujímavo,“ povedal som. „Porozprávaj mi o tom.“ Že ma to, čo som počul, zarazilo, netreba ani hovoriť.

To deväťročné dievča mi rozprávalo také podrobnosti, že som žasol. Povedala mi, že bola niekde v temnote, nevedela, kde to je, ani ako sa ta dostala. Nevládala chodiť. Bol to zrejme akýsi tunel. Potom k nej prišla tá žena. Mala dlhé zlaté vlasy a volala sa Elizabeth. Chytila ju za ruku, nato tunel ešte potemnel a dievčatko zistilo, že vie chodiť. Kráčali spolu až na miesto, ktoré ona považovala za nebo.

Povedala mi, že to miesto, kam zašla, malo takú medzu. Zdalo sa jej, že je to kruh, za ktorý nevidela, pretože tá medza naokolo bola plná kvetov.

Chcel som ju preskúšať, ako sa orientuje v skutočnosti, a tak som sa opýtal: „Čo to znamená, umrieť?“ A ona mi povedala: „Uvidíte. Nebo je fajn.“ Nezabudol som tie slová, lebo ich povedala s veľkým presvedčením; pozerala sa mi rovno do očí a povedala: „Uvidíte.“

Ale potom som sa jej znova opýtal: „Čo to znamená, umrieť?“ A ona odvetila: „No, to, čo sa stalo mne, to nebola smrť, lebo keď umriete, tak ste pod zemou v debne.“

Spýtal som sa jej, či ten zážitok bol sen. Odvetila: „Nie, to

je také, čo sa mi naozaj stalo. Ale smrť to nebola. Smrť je, keď vás v debne dajú pod zem."

Bolo to skvelé, lebo to presne zapadá do predstavy, akú má o smrti sedemročné dieťa.

Potom povedala, že sa stretla s Ježišom, ktorý ju zaviedol k Otcovi nebeskému. Otec nebeský jej povedal čosi v takom zmysle: „Ty tu vlastne nemáš byť. Chceš tu zostať, alebo sa chceš vrátiť?" Odvetila, že chce zostať. Potom sa jej spýtal ináč: „Nepáčilo by sa ti byť pri mame?" Na to odvetila, že áno, a vzápätí sa prebrala.

Keď sa prebrala, vyzvedala sa od sestričiek na svojich kamarátov. To boli prvé slová, ktoré prehovorila. Spýtala sa: „Kde je ten chalan a onen chalan?" Išlo o ľudí, s ktorými sa stretla v nebi. A ľudia v nemocnici samozrejme nevedeli, o čom hovorí.

Rozprával som sa so sestričkami a tie to do bodky potvrdili. Povedali, že keď sa prebrala, začala sa vypytovať na ľudí, ktorí s ňou nemali nič spoločné a o ktorých zrejme nik nič nevedel. A potom opäť upadla do bezvedomia a tá spomienka sa úplne vytratila. Vlastne o tej príhode ďalej nehovorila, až kým som sa s ňou nestretol pri kontrole.

Bol to taký živý zážitok, že vo mne vzbudil veľký záujem. Rozhodol som sa, že o tom napíšem do odbornej tlače, keďže článok o podobnej príhode dieťaťa v jej veku nejestvoval. Povyvedal som sa u rodín, ktorých deti absolvovali ZPS, na ich vierouku a spýtal som sa, čo hlása o smrti. V skutočnosti som sa chcel presvedčiť, či je to podmienené kultúrnym vplyvom.

A veru kultúrne podmienené nebolo prakticky nič. Na povrchu sa to síce zdá kultúrne podmienené, ale keď ste zavrtali hlbšie a spýtali sa, čo ju učili o smrti a o posmrtnom živote, nijako sa to nepodobalo tomuto zážitku.

Povedali jej, že smrť je ako plachetnica. Že keď zomriete, dostanete sa na malú plachetnicu a preplavíte sa cez more do inej zeme. Rozhodne sa v tom nevyskytovala predstava o anjeloch strážcoch, ani o ľuďoch, čo vás vedú do neba, ani o rozhodovaní, či sa vrátiť alebo zostať tam. Prakticky nič z jej zážitku nepripomínalo to, čo sa o smrti hovorilo u nich v rodine.

Napriek tomu mnohí moji kolegovia tvrdili, že to je iste kultúrne podmienený zážitok, ktorý sa viaže na ich hlboko nábožnú rodinu. Rozhodol som sa, že to prebádam ja sám.

Pracoval som v Idahu pre podnik, ktorý sa volal Airlift Northwest a zabezpečoval vzdušnú prepravu do nemocnice. Tak sa mi naskytovala príležitosť prichádzať v rámci každodenného života do styku s mnohými desiatkami vzkriesených detí.

Spýtal som sa vedúceho projektu Airlift, či by som mohol neoficiálne skúmať ZPS. Povedal, že bez všetkého, a tak som interviewoval každé dieťa, ktoré v tej nemocnici za posledných desať rokov prežilo zlyhanie srdca. Výskum mi trval asi tri roky a musel som sa poprehýňať stovkami chorobopisov.

Do výskumu som nezaradil nikoho, kto prekročil osemnásť rokov. Hovoril som s každým, kto prežil zlyhanie srdca, s každým, kto mal na Glasgowskej komatickej stupnici štyri a menej stupňov a s každým postihnutým chorobným procesom, na ktorý sa s veľkou pravdepodobnosťou umiera.

V tom čase som si tiež prečítal všetko, čo som našiel o prechodnej depersonalizácii (PD), čo je teória, že mozog postavený pred strašnú situáciu sám seba klame. Spravil som to preto, lebo jeden z lekárov povedal, že sa tým dajú vysvetliť ZPS. Prečítal som si kazuistiky PD a vôbec sa mi nevidelo, že by pripomínala zážitky prahu smrti.

Potom som prebral všetky lieky, ktoré by mohli moji pacienti užívať. A prečítal som si kazuistiky, aké to je, keď je človek pod vplyvom týchto liekov. Nevideli sa mi nijako podobné ZPS. Ale chcel som sa presvedčiť aj na vlastné oči.

Takže som mal medzi pacientmi celý rad takých, ktorí sa nepriblížili k prahu smrti, ale ktorí podľa mňa mali chorobné procesy obzvlášť naháňajúce strach. Ak mal niekto mať ZPS z týchto iných príčin - narkotiká, lieky, prechodná depersonalizácia - tak to boli oni.

Zámerné som si vybral zopár veľmi ťažkých prípadov. Mal som jednu pacientku, ktorá bola štyri mesiace paralyzovaná od hlavy až po päty. Mala také silné bolesti, že užívala všetky narkotiká a lieky ovplyvňujúce duševnú činnosť, aké si možno len predstaviť, vrátane thorazínu, valia, demerolu, morfia a morfiových infúzií. Potom ju ešte liečili aktívnou opakovanou hypnózou, pri ktorej si aktívne predstavovala, že je mimo svojho tela. Lepší kontrolný prípad nejstvoval. Tým chcem povedať, že ak by nemala z prechodnej depersonalizácie čosi ako zážitok prahu smrti ona, tak by ho nemal mať nik.

No, a nemala ho. Nik v kontrolnej skupine nemal zážitok, ktorý by sa podobal ZPS. Nemali vôbec nijaké zážitky. Všetci vraveli to isté: „Snívalo sa mi, že sa na mňa vrhali lekári

s injekčnými striekačkami." Alebo: „Snívalo sa mi o netvo-roch." Ale nik nemal to, čo poznáme ako ZPS.

Z druhej skupiny - z ľudí, ktorí sa ocitli veľmi blízko smrti - mali ZPS všetci. Každý jeden z nich. Prechádzali tunelmi, hľadeli na svoje telá z bodu mimo seba, videli svetelné bytosti. Všetci do jedného mali prakticky rovnaké zážitky.

V ich prípadoch sa či už tak, alebo onak vždy vyskytovalo svetlo. Jedna veľmi zaujímavá pacientka dokonca svetielkova-la či žiarila - tak aspoň tvrdil jej otec. Aby ju zachránil, musel sa v zátoke Puget Sound bez prístroja ponoriť do hĺbky štrnásť metrov. Vravel, že sa mu ju podarilo nájsť len vďaka tomu, že bola zaliata tým bielym svetlom.

Ďalší pacient mi povedal, že nevidel svetlo ani tunel - videl vlastné telo rozžiarené svetlom. Bol vo svete tmy hore pod plafónom, pozrel sa nadol a videl vlastné telo prestúpené slabým bielym svetlom. Potom mu raketkami dali šok a vtiah-lo ho nazad do tela. Bez skutočných emócií. Bez skutočných pocitov. Nebolo to radostné ani smutné. Jednoducho sa to stalo.

Väčšina detí zaradených do výskumu si nemyslela, že je to najväčší zážitok v ich živote, čo bolo podľa mňa veľmi realistic-ké. Brali to celkom samozrejme: takto to je, keď umriete.

Zo svojej práce s deťmi som vyvodil niekoľko záverov:

- Viem, že to znie veľmi nevedecký, ale som presvedčený, že prakticky každý človek, ktorý absolvoval srdcovú resuscitá-ciu, mal nejakú epizódu ZPS, či už mimotelový zážitok, alebo celý proces až po svetelnú bytosť. Jediný dôvod, prečo si ich nepamätajú, je, že lieky, ktoré dostávajú - napríklad valium - azda vyvolávajú amnéziu. K tomuto záveru som dospel preto, že tí pacienti z mojej výskumnej vzorky, ktorí brali menej liekov, mali najsilnejšie zážitky. Keď sa nad tým zamyslíte, je to logické. Koniec koncov, pacienti, ktorí sú v morfiomom opare, si asi ťažšie budú pamätať nejaký zážitok ako tí, ktorým pamäť neovplyvňuje toľko liekov.

Na lekárskej fakulte nás učia, aby sme pre zdravotné problé-my nachádzali tie najjednoduchšie riešenia. Keď som si pre-zrel všetky ostatné vysvetlenia zážitkov prahu smrti, za najjed-noduchšie vysvetlenie považujem, že ZPS sú skutočne letmé pohľady na druhý svet. Prečo nie? Prečítal som si všetky krko-

lomné psychologické a fyziologické vysvetlenia pre ZPS a ani jedno sa mi nezdá veľmi uspokojivé.

Ktovie - kto naozaj vie - možno duše ZPS-károv naozaj opúšťajú svoje hmotné telo a putujú do inej ríše.

Preskúmal som všetky dôkazy a nevidím, prečo by nie.

Dr. Michael Sabom

Ked' doktor Michael Sabom po prvý raz počul o zážitkoch prahu smrti, bol skeptikom. Ale ako jeho záujem o túto tému vzrastal, rozhodol sa, že urobí výskum, ktorý sa v oblasti bádania o zážitkoch prahu smrti stal medzníkom. Preskúmal ZPS stošestnástich ľudí a rozčlenil ich zážitky do troch typov: autoskopický (opustenie tela), transcendentálny (vstup do „duchovnej ríše“) a zmiešaný zážitok, v ktorom človek absolvuje tak autoskopické, ako transcendentálne znaky.

Azda najzaujímavejšou stránkou Sabomovho výskumu je dôkladné zhodnotenie mimotelového zážitku. Pri takom zážitku človek tvrdí, že opustil svoje telo a pozoroval vlastné kriesenie, tak ako ho lekári vykonávali v ambulancii prvej pomoci alebo počas operácie. Sabom mal vo výskume tridsaťdva takýchto pacientov.

Porovnal ich opis resuscitačných procedúr so „vzdelaným odhadom“ dvadsiatich piatich medicínsky zbehlých pacientov o tom, čo sa deje, keď sa lekár pokúša opäť obnoviť srdcovú činnosť. Chcel sa presvedčiť, čo vie priemerný „medicínsky poučený“ pacient v porovnaní s človekom, ktorý mal mimotelový zážitok.

Zistil, že z dvadsiatich piatich ľudí v kontrolnej skupine dvadsiati traja sa pri opise resuscitačných procedúr dopustili veľkých chýb. Na druhej strane, ani jeden zo smrťou ohrozených pacientov sa pri opise toho, čo sa dialo pri jeho resuscitácii, nepomýlil - čo je silný argument, že títo ľudia naozaj boli mimo svojho tela a pozerali sa nadol.

Zhováral som sa so Sabomom v Atlante, kde je teraz kardiológom so súkromnou praxou. „Som presvedčeným kresťanom a posmrtný život považujem za jeden zo základov kresťanskej viery,“ povedal Sabom. „Myslím, že by sa z týchto vecí nemali robiť senzácie, ako sa to niekedy stáva, ale malo by sa na ne

hl'adieť ako na súčasť normálnych procesov života a smrti. Keby sa ľudia dívali na ZPS takto, možno by sa nezdal taký čudesný."

Tu si prečítajte jeho vlastné slová o tom, ako sa zrodil jeho záujem o ZPS a ako sa rozrástol do veľkej výskumnej práce a do knihy Spomienky na smrť: medicínsky výskum.

V roku 1978 som bol v Gainesville v štáte Florida a o knihe *Život po živote* som sa dopyčul od Sarah Kreutzigerovej, sociálnej pracovníčky na psychiatrii, ktorá s ňou oboznámila účastníkov nedeľnej školy. Po hodine sa ma opýtala, čo si o tom myslím a ja som jej povedal, že to považujem za smiešne. Od svojich vlastných pacientov som o týchto zážitkoch nikdy nepočul. Zašiel som dokonca do nemocnice a spýtal som sa ostatných lekárov, či o nich počuli, a ani oni nie.

No Sarah ma aj tak vyzvala, aby som si knihu prečítal, tak som poslúchol. Považoval som ju za veľmi zábavnú, ale celkom úprimne som si myslel, že nie je podložená faktami.

Sáru požiadali, aby s knihou oboznámila všetkých farníkov, a tak sme si povedali, že by bolo zaujímavé, keby sme to urobili spolu. S týmto zámerom sme sa rozhodli, že by sme sa mali pokúsiť nájsť zopár pacientov, ktorí tento zážitok absolvovali. Len tak mimochodom som sa opýtal niekoľkých svojich pacientov a žasol som, koľko bolo tých, čo ho zažili. Žasol som aj nad tým, že sa tieto zážitky stávali priamo pred našimi nosmi ľuďom, ktorých sme ošetrovali, a my sme o tom nevedeli.

Téma nás natoľko zaujala, že sme sa rozhodli urobiť výskum ZPS. Začali sme sa pýtať ľudí, ktorí prekonali zlyhanie srdca alebo iné príhody hraničiace so smrťou, aby sme zistili, aké percento malo ZPS, aké typy ľudí, za akých okolností, atď.

V rámci výskumu, ktorý trval asi päť rokov, sme interviewovali okolo stodvadsať ľudí. Tak vznikol základ knihy, ktorú som napísal.

Treba povedať, že som k tejto téme pristupoval veľmi skepticky. Pochádzam z veľmi tradičného prostredia. Bol to vlastne prvý prípad, keď som sa pustil do niečoho, čo sa odchyľovalo od tradičného lekárskeho učenia.

Skúmanie ZPS bol proces, pri ktorom som musel prekonať niektoré apriórne predstavy. Koniec koncov, vďaka svojmu vzdelaniu som sa zameriaval na telesnú stránku človeka, a nie na duchovnú.

Najväčšmi ma zaujala autoskopická alebo mimotelová stránka zážitku. Ľudia, ktorí absolvovali túto skúsenosť, boli zrej-

me naozaj nejakým paranormálnym spôsobom schopní presne vidieť, čo sa deje.

Jasným sa mi to stalo na prípade vietnamského veterána, ktorý v súčasnosti pracuje vo vojenskej nemocnici tu v Atlante a ktorý absolvoval svoj zážitok na bojisku.

Bol veľmi ťažko ranený a priamo na mieste zrážky mal mimotelový zážitok. Pozoroval svoje hmotné telo, keď na bojisko prišli príslušníci Vietcongu a zbavili ho všetkého, čo mal - hodiniek, pušky, ba aj topánok.

Sledoval to zhora a neprestal sa pozerať, ani keď sa ta neskôr poobede znova prebili Američania, vložili jeho telo do čierneho vreca a vyložili ho na nákladné auto, ktoré ho malo odviezť do márnice, kde ho zabalzamuju.

Keď balzamovač urobil rez nad ľavou femorálnou žilou, aby tadiaľ vstrekol balzamovacu tekutinu, všimol si, že vytieklo priveľa krvi.

Privolali lekárov a tí vyhlásili, že ešte žije. Vyšetřili ho a hneď ho aj odviezli do operačnej sály, kde mu amputovali ruku.

On to všetko sledoval.

Dopočul som sa síce, že ho vo Vietname ranilo, ale že mal takýto zážitok, to som nevedel. Len sme sa tak zhovárali o Vietname, a zrazu sa mi zdôveril so svojim zážitkom.

V istej rovine som mu veril, ale ako vedec som chcel nejaký dôkaz. „Nemali by ste nič proti tomu, keby som sa vám pozrel na ľavú slabinu?“ spýtal som sa. Aj som sa pozrel, a priamo nad ľavou femorálnou žilou mal asi dvaapolcentimetrovú jazvičku. Pre mňa sa tým naozaj stala nad slnko jasnou skutočnosť, že fantastický príbeh, ktorý mi tento mládenec porozprával, je pravdivý.

Viacerí ľudia tam na bojisku si skutočne mysleli, že je mŕtvy. Ale on bol v inom svete ďalej pri vedomí. Správal sa v tej situácii pokojne a nevzrušené. Nebol preľaknutý, ani nepociťoval veľké bolesti a útrapy. Považujem to za veľmi povzbudzujúce zistenie. Myslím na to, aj keď liečim pacientov v kóme. Pozerajú sa odniekiaľ na mňa?

Tak či onak, ten vietnamský veterán bol presvedčivý, ale kedy som uveril, že sa tieto veci naozaj dejú, to vám neviem povedať. Bolo na to treba veľa ľudí so ZPS. No keď všetci vykladali v podstate rovnaký príbeh, začal som si overovať, či o tom počuli alebo čítali, alebo sa im po resuscitácii nedoniesol zážitok niekoho iného.

Prvé, čo mi pri týchto ľuďoch prebleslo hlavou, bolo: „Čítali ste knihu Raymonda Moodyho, pravda?“ Lenže tí pacienti ju nečítali. Nesledovali masmédiá a podobné veci. Knihy čítali zriedka a iba tu a tam si prečítali noviny. Ale ich zážitky sa tak podobali, až som mal dojem, že mi rozprávajú zážitok, ktorý práve videli v nejakom filme.

Počas výskumu som sa dopyčul o viacerých prípadoch, že niekto umieral a niekto iný si to v tej istej chvíli uvedomoval. Nezaradil som ich do svojej knihy, lebo som sa nedomnieval, že táto telepatia v skutočnosti súvisí so ZPS. Teraz som si už nie taký istý. Čím viac o tom počúvam, tým väčšmi si myslím, že by mohlo ísť o akýsi mimotelový zážitok.

Jeden veľmi pozoruhodný prípad sa stal so šesťročným chlapcom, ktorý umieral. Dostával vnútrožilne morfium, ale po prvej z troch vízií už morfium nepotreboval, lebo necítil nijaké bolesti.

Počas prvej vízie videl bieleho koňa a nebeskú sféru, do ktorej zašiel. Tam sa rozprával s bohom.

Počas druhej vízie sa telepaticky spojil so starou matkou, ktorá bola v dôsledku ťažkej artritídy dlhé roky upútaná na lôžko. Viem, že sa to stalo, pretože chlapec mal víziu o štvrtej hodine ráno a stará matka sa v tom istom čase zobudila a presvedčila svoju ošetrovateľku, aby ju dopravila k chlapcovmu lôžku v nemocnici. Keď ta dorazila, chlapec sa práve zmietať v tretej vízii a bol prakticky inkoherentný. Krátko nato zomrel.

Viem, že to znie ako článok zo senzáciechtivého časopisu, ale tento príbeh i mnohé jemu podobné sú overené.

Po čase fakty nadobudli takú závažnosť, že som jestvovanie ZPS už nemohol poprieť. No ešte aj dnes, keď o ňom uvažujem tradičným spôsobom, tak si jednoducho myslím, že som uplietol bič z ničoho. Potom sa začítam do niektorých rozhovorov, ktoré som mal s týmito ľuďmi a opäť si uvedomím, že za tým naozaj niečo je.

Bohužiaľ, tento názor nezastávajú mnohí ľudia, ktorí vládnu vo svete odbornej lekárskej literatúry, kde prevažuje negatívny postoj k ZPS, lebo je to čosi, čo trochu vybočuje z vyšliapaných chodníkov.

Škoda, že nám títo odborní redaktori nechcú dovoliť, aby sa informácie o ZPS dostali aj k širšiemu okruhu lekárov, najmä v tejto epoche rozvinutej techniky, keď toľko ľudí úspešne prekonáva zdravotné pohromy, ktoré ich predtým

pripravovali o život. Pre dnešného pacienta sú ZPS tým, čo sa kedysi označovalo ako „predsmrtné vidiny“, a treba mu pri tomto pozoruhodnom zážitku pomôcť radou. Ak lekári nevedia, o čo vlastne ide, tak svojho pacienta ukracujú.

Dr. Michael Grosso

Dr. Michael Grosso je filozof a vďaka tomu má medzi bádateľmi ZPS jedinečné postavenie. Dr. Grosso nezhrmažďuje empirické údaje ako jeho vedeckejšie orientovaní kolegovia, ale pátra po súvislostiach medzi zážitkami prahu smrti a veľkými filozofickými pravdami. A nachádza ich. Ako uvidíte ďalej, dr. Grosso nachádza silné väzby medzi zážitkami ZPS-károv, s ktorými hovorí, a učeniami veľkých filozofov od Platóna po Krista.

Ale objavil aj iné väzby. Keď som hovoril s týmto filozofom, ktorý vyštudoval na Columbijskej univerzite, u neho doma v Riverdale v štáte New York, so zaujatím som si vypočul jeho presvedčenie, že ZPS súvisia s mnohými inými parapsychologickými javmi, ako napríklad „naladovanie“. „Do duchovnej ríše sa dá vojsť mnohými dverami,“ povedal dr. Grosso. „A väčšinou z nich ľahšie ako prahom smrti.“

Podľa dr. Grossa je ZPS letným pohľadom na náboženstvo bez konkrétneho vyznania, „na náboženstvo, ako ho boh zamýšľal“. Hľa, čo na túto tému povedal vlastnými slovami.

V Platónovi je krásny mýtus, ktorý sa nazýva *Mýtus o pravej zemi*. Rozpráva ho Sokrates vo väzení, kde sa chystá vypíť jed ako trest smrti za „kazenie“ aténskej mládeže.

Hovorí k svojim stúpencom o štáte „pravej zeme“ a o duchu, keď sa oslobodí z tela.

V tomto mýte hovorí:

Tí však, o ktorých sa usúdi, že viedli nadovšetko svätý život - tých práve vypustia a oslobodia od núteného pobytu v týchto podzemných končinách, takže vystúpia do svojho čistého príbytku a usídlia sa na zemskom povrchu. A tí z nich, ktorí sa dostatočne očistili filozofiou, žijú potom celkom bez tela a dostanú sa do ešte nádhernejších obydľí, ktoré nie je ľahké opísať.

Platón tu uvádza veľmi zaujímavú myšlienku, že pri vyššom spôsobe života na pravej zemi sú ľudia v priamom styku s bohmi.

Rovnakú skúsenosť som mal aj ja so ZPS-kármí. Verím, že v rámci svojho zážitku komunikovali s „bohmi“. A vďaka tejto komunikácii sa od nich môžeme mnohému naučiť.

Keď som sa pripravoval na doktorát filozofie, mal som viacero neobyčajných zážitkov. Videl som napríklad UFO, čo akoby dalo krídla mojej fantázii.

Potom som začal študovať oblasť parapsychológie a o niekoľko rokov som narazil na práce o prahu smrti. Z ničoho nič som sa pristihol, že skúmam dôkazy o posmrtnom živote.

Na ZPS ma fascinovalo najmä to, že rozprávanie o ňom znelo, akoby ľudia navštívili pravú zem, ktorú opisoval Platón. Navyše išlo nie o symbolické, ale o skutočné zážitky. V dvadsiatom storočí mali ľudia zážitky, ktoré akoby rezonovali s opismi Platónovej vízie. To podráždilo moju fantáziu.

Začal som vyhľadávať ľudí, ktorí mali tieto zážitky. Domnieval som sa, že väčšine z nich sa nebude chcieť hovoriť, ale rýchlo som zistil, že túžia po vnímavom uchu. Našu debatu zakaždým uviedli vyhlásením: „Viete, toto väčšine ľudí nehovorím.“ A potom mi porozprávali svoje fascinujúce príbehy.

Zvyčajne som bol vzrušený. Akoby som počúval o ceste do inej krajiny, krajiny, pred ktorou mám strach, ale viem, že ju jedného dňa budem musieť sám prebádať.

Napríklad jedna žena mala veľmi ťažký pôrod a odrazu jej prestalo biť srdce. Lekári ju ihneď a s plným nasadením začali zachraňovať, zatiaľ čo jej manžel - ktorý bol pritom - upadal do čoraz väčšej paniky. Bol taký zúfalý, že ho lekári považovali prakticky za druhého pacienta v operačnej sále.

No, slovom dali ju do poriadku a dieťa priviedli na svet cisárskym rezom.

Neskôr v ten večer žena povedala manželovi, že keď bola na prahu smrti, opustila telo a spod povaly pozorovala všetko, čo sa deje. Hoci bola ešte omámená, vymenovala všetko, čo videla, vrátane jeho užialenej postavy v kúte miestnosti.

Ďalší ZPS-kár opísal veľmi živo svoj prenikavý zážitok, v ktorom sa vyskytovalo všetko od mimotelového zážitku až po prehliadku života.

Ale dojem na neho neurobil ani tak ZPS, ako následné účinky. Žasol nad tým, o koľko citlivejším sa stal. Pred zážitkom bol veľmi ambiciózny a stroho sa držal logiky. Teraz zistil, že je oveľa ohľadupľnejší a väčšmi uplatňuje fantáziu.

Moja reakcia bola prevažne intelektuálna v tom zmysle, že som videl súvislosti s najrozličnejšími vecami. Videl som napríklad súvislosť s *Tibetskou knihou mŕtvych*, videl som súvislosť so zážitkom sv. Pavla v *Biblii*. Keď som počúval tieto príbehy, oživali vo mne spomienky na to, čo som sa kedysi učil.

Je tu napríklad nádherný príbeh sv. Tomáša Akvinského, filozofa a teológa z jedenásteho storočia, ktorý bol takmer do konca života veľmi plodným autorom. Potom mal vidinu svetla, po ktorej vyhlásil: „Všetko, čo som napísal, je ako slamka.“ Prestal písať a do roka tíško a záhadne umrel.

Keď som si vypočul všetky tie príbehy, mal som pocit, že mi obyčajní, nevyškolení, nefilozoficky a nemystický založení ľudia umožňujú nazrieť do ríše bytia, o ktorej som počul iba z iných zdrojov, ako sú mystici, filozofi a básnici. Svojím spôsobom to boli skôr jednotlivé časti skladačky, a vzrušoval ma obraz, ktorý sa mi začínal črtiť pred očami. To bol prameň môjho vzrušenia.

Niekedy si kladiem otázku, či nie je pravda, čo povedal jeden z veľkých hinduistických mudrcov. Mal predstavu, že už len tým, že sa menej rozvinutý človek ocitne v prítomnosti vysoko rozvinutej bytosti dostane duchovný náboj - čosi ako prikladanie rúk. V duchu sa niekedy pýtam, či nás počúvanie týchto príbehov nepriťahuje práve tým, že keď sme v kontakte s týmito ľuďmi, pociťujeme akýsi prílev energie.

A myslím si, že je to naozaj božská energia. Som spolu s mnohými inými presvedčený, že ZPS sú dvierka do božského rozmeru ľudského vedomia, ktorý je latentné prítomný v každom z nás. Iní bádatelia naznačovali alebo tvrdili, že nadviazať kontakt s týmto rozmerom vedomia možno aj ináč. Takže, ak použijeme Platónov teutónsky model poznania - že poznanie je spomenutie si na veci, ktoré už vieme - tak toto duchovné povedomie je v nás svojím spôsobom už latentné prítomné.

Kladiem si teda otázku, či táto veľká príťažlivosť ZPS nespočíva v tom, že keď o nich počúvame, vyvoláva to v nás hlboko skrytú spomienku. Je to čosi ako návrat domov. Výklady o ZPS sú ako ozveny, ktoré zaznievajú odkiaľsi z nášho vnútra, takže by sme príbehy, ktoré v nás oživujú toto povedomie, vedeli počúvať donekonečna.

Zároveň sa predo mnou vynárali otázky. Ako si tieto zážitky

vysvetliť? Sú to ilúzie, výmysly? Myslím, že najväčšmi na mňa zapôsobili tie zážitky, v ktorých sa vyskytoval nejaký overiteľný mimotelový zážitok. Ak sú tieto rozprávania presné, nemožno nad nimi kývnuť rukou.

Vcelku sú ZPS pozitívne udalosti, ktoré vyvolávajú v ľuďoch pozitívne premeny. No z času na čas sa vyskytne aj negatívny ZPS. Negatívne zážitky beriem vždy vážne a čudujem sa, že ich nie je viac.

Zvyčajne síce majú, práve tak ako nebeské zážitky, na ľudí pozitívne účinky, ale v okamihu, keď ich prežívame, môžu vzbudzovať ohromný strach.

Dovoľte, aby som uviedol veľmi zárazajúci prípad. Istý mladík sa pokúsil spáchať samovraždu. V živote neurobil veľa dobrého a naozaj nemal byť na čo hrdý. Predávkoval sa nejakým liekom a mal zážitok, ktorý sa odohrával vo dvoch rovinách. Prvá rovina, to bola čisto telesná bolesť, nevoľnosť a strach, keď upadal do predsmrtného stavu. V prítomnosti priateľov mu zlyhalo srdce a obelasel.

Šťastnou náhodou sa im podarilo zohnať zdravotníkov, ktorí ho vzkriesili. Keď sa dostal do kritickej fázy umierania, prežil ten najhrôzostrašnejší ZPS, o akom som počul.

Opísal mi výjavy, v ktorých sa po ňom načahovali a kmásali ho nejaké strašidelné stvorenia. Podobalo sa to zostupu do Danteho pekla. Mal klaustrofobický, nenávisťný, hrôzostrašný ZPS, v ktorom nebolo ani za mak pozitívneho. Ani mimotelová epizóda, ani svetelná bytosť, nič krásne, nič príjemné.

Tento zážitok ho však úplne zmenil. Bol z neho iný človek a ja som to cítil. Mal v sebe akýsi jas. Vyžarovalo z neho zdravie a povedomie cieľa. Nebol to nezvyčajne nadaný ani ambiciózný človek, ale mal v sebe také silné povedomie, kam v živote smeruje, že to bolo pozoruhodné.

V tomto príbehu došlo k veľmi zaujímavému zvratu. Tešil som sa, že sa mi mládencov podrobný opis pekelného ZPS podarilo nahráť na pásku. No keď s rozprávaním zážitku skončil, pokúsil som sa ho prehrať na magnetofóne. Celý zážitok bol zotretý. Magnetofón, ktorý som používal už prinajmenšom desať rokov, nikdy predtým a ani potom nezlyhal. Ale keď som si chcel prehrať ten zážitok, záznam bol úplne zotretý.

Nemám na to nijaké vysvetlenie. Možno to bola náhoda. Rozhodne je to kuriózna poznámočka pod čiaru.

Skúmanie ZPS ma poznačilo dvojakým spôsobom. Po prvé, mám pocit bezprostrednejšieho dotyku so životom. A to je oslobodzujúci účinok. Druhá zaujímavá zmena je, že zážitok prahu smrti umožňuje nazrieť do mnohých vecí súvisiacich s náboženskou skúsenosťou.

Napodiv, keď sa mi zazdá, že už mám týchto záležitostí po krk, zistím, že sa ustavične vracajú, pretože sa viažu na veľmi veľa vecí v mojom živote.

Náboženská stránka je dôležitá aj pre ZPS-károv. Je paradoxom, že mnohí ľudia, ktorí mali ZPS, môžu povedať, že najkrajšie chvíle v živote prežívali, keď ich od smrti delil len krôčik. Pripomína to Euripida, ktorý povedal: „Odkiaľ vieme, že tí, čo žijú, nie sú mŕtvi, a tí, čo sú mŕtvi, nežijú?“ Aby ste mi rozumeli, stavia to na hlavu vžitú predstavu. To sa mi páči. No na mnohých ľudí to pôsobí rušivo alebo skľučujúco. Ja v tom nachádzam čosi takmer surrealistické, a surrealistov som vždy obdivoval. Tieto zážitky nám svojím spôsobom naznačujú, že naše normálne prvoplánové videnie sveta môže byť v niečom pomýlené.

Vyskytli sa pokusy vysvetľovať ZPS ako biologický mechanizmus, ktorý začne fungovať, keď sa blíži smrť. Ja toto vysvetlenie neprijímam, pretože nechápem, ako by ľudskému organizmu prospelo mať taký zážitok, keď sa už začal alebo naplno rozbehol proces nezvratnej smrti. Ťažko si ho viem predstaviť ako biologickú funkciu, pretože ide o paradox. Ako by telu prospelo, keby sa vyvíjalo týmto spôsobom?

Pravda, duchovný vývin je čosi iné. Ako povedal istý filozof: „Génus je to, čo sa stane, keď ste pritlačený k múru.“ Ako spoločnosť sme určite pritlačení k múru -jadrovej vojny. Ak sa nad tým zamyslíte, v tomto štádiu biologicky veľmi dlho neprežijeme, ak neprejdeme duchovným vývinom - alebo spätným vývinom, lebo si myslím, že sa vlastne vraciame k duchovnému poznaniu v sebe.

Môže sa dokonca stať, že v ťažko pochopiteľnom pláne vývinu rozvoj tejto sebaničivej techniky naozaj vyvolá duchovné prebudenie. Možno je duchovný vývin to, čo sa s nami stane, keď nám ako druhu neostane nijaké východisko.

Myslím si, že práve toto nebezpečenstvo hromadného seba-zničenia prostredníctvom neuveriteľne zdokonalených zbraní napomáha presadeniu globálneho psychického javu, ktorý zrejme práve prebieha.

Zážitok prahu smrti je iba jeden model z celého radu modelov, ktoré vznikli vďaka zrýchlenému intelektuálnemu a technickému vývinu.

Všetky tieto duchovné udalosti majú spoločné nitky. Jestvujú napríklad niektoré zaujímavé vzťahy medzi určitými hlbokými ZPS a prorockými ZPS (pozri „Spätný pohľad do budúcnosti“ v prvej kapitole). A jestvujú aj spojivá medzi niektorými prípadmi kontaktu s UFO a onými zarážajúcimi modelmi kolektívnych zážitkov zjavenia, ktoré sa nazývajú mariánske videnia a v ktorých sa Panna Mária zviditeľňuje na múroch alebo iných objektoch v mestách.

Vidí sa mi, že je tu nejaký veľmi hlboký vzájomný vzťah - že všetky tieto zážitky sú prejavmi kolektívnej premeny vedomia, ktorá vzniká ako reakcia na možnú jadrovú záhubu.

Mimochodom, je zaujímavé, že úkazy UFO sa začali v roku 1947, len niekoľko rokov po prvej atómovej bombe. Zároveň došlo k náhlemu celosvetovému vystupňovaniu mariánskych videní.

Som tiež presvedčený, že takzvaný „nalaďovací“ jav, pri ktorom ľudia nadviažu rozhovor s mŕtvym, je akýmsi vstupným procesom. Dá sa vlastne povedať, že „nalaďovací“ jav je ľahká cesta k ZPS, život neohrozujúci vstup do tej istej oblasti vedomia, do ktorej vstupujeme pri ZPS. Myslím si, že ľudia, ktorí majú všetky tieto zážitky, prechádzajú tými istými dvermi, ibaže každý iným smerom.

Tento spôsob uvažovania mojej reputácii medzi kolegami ani neublížil, ani nepomohol. Zopár profesorov na Štátnej vysokej škole v Jersey City, kde učím, prejavilo ochotu o týchto javoch diskutovať, ale práve toľko ich zaujalo odmietavý postoj.

Akademici si zvyčajne výskum týchto udalostí spájajú s niečím spiatočnickým, poverčivým a iracionálnym. Tento postoj mi síce neublížil, ale u kolegov mi ani veľmi nepomohol. Asi by som mal byť vďačný za zdvorilú neutralitu.

Dr. Kenneth Ring

Často som už povedal, že to bol práve Ken Ring, kto moju prácu legitimizoval. Keďže moja kniha stavala na „príbehoch“ ZPS viacerých desiatok ľudí, v ktorých sa mi podarilo objaviť

určité zákonitosti, kritike ju podrobila najmä lekárska obec. Zdálo sa im, že som k téme pristúpil priveľmi ako novinový reportér, a nie dosť ako vedec. Chvalabohu, bol tu Ring, ktorý urobil ten vedecký krok.

O ZPS vedel už ako študent psychológie. Ale až keď si v roku 1977 prečítal Život po živote, zaujali ho natoľko, že ich začal skúmať.

Ring podrobne preskúmal zážitky stodvoch ZPS-károv a podarilo sa mu ukázať, že náboženstvo nehrá v zážitku prahu smrti o nič väčšiu úlohu ako rasa. To isté platí aj o veku človeka. Potvrdil aj moje zistenie, že ZPS je v konečnom dôsledku pozitívny zážitok; človek, ktorý ho absolvuje, sa zmení.

Ringovú prácu neobíde nik, kto robí zmysluplný výskum ZPS. Ako ste videli v prvej kapitole, metóda a otázky, ktoré vymyslel pre svoj výskum, sa stali štandardnými otázkami bádateľov ZPS. Výsledky svojho výskumu zhrnul v knižke Život v smrti: Vedecké skúmanie zážitku prahu smrti. Tu je jeho príbeh:

Stačilo mi počuť o jednom zážitku prahu smrti a už som bol lapený na celý život. Bolo to v roku 1977 a o tomto jave som už čítal toľko, že som skusmo podnikol nejaký výskum. Ale nič iné ako ten prvý zážitok mi nebolo treba. Chcelo sa mi počúvať ďalšie a ďalšie.

Prvý príbeh, ktorý som počul, sa týkal ženy, ktorej počas pôrodu prudko klesol krvný tlak. Počas toho zážitku odrazu všetko zmizlo v tme. Keď žena „prišla k vedomiu“, bola v hornom kúte operačnej sály a pozerala sa dolu na lekárov, ktorí sa ju usilovali vzkriesiť a vybrať dieťa.

Žena neprešla tunelom, ani nevidela svetelné bytosti, ale v hlave sa jej vynárali myšlienky, takmer akoby sa s ňou niekto zhováral. Povedali jej, že všetko dobre dopadne a že sa musí vrátiť do tela. „Okúsila si, aké to tu je,“ povedal hlas. „A teraz sa musíš vrátiť.“

Hlas jej zvestoval, že dieťa sa má volať Peter (dovtedy preň plánovali meno Harold) a že bude mať srdcovú poruchu, ktorá sa časom upraví.

Všetko sa ukázalo pravdivé, presne ako je to hlas povedal.

Ten príbeh ma fascinoval. Ale teraz by som mal prezradiť, že o zážitky prahu smrti som sa nezaujímal odjakživa. Ako psychológa ma zaujímali zmenené stavy vedomia, a práve preto som si v lekárskejších časopisoch najprv prečítal niekoľko článkov s touto tematikou. Skúsenosti, o ktorých som čítal.

odhaľovali, čo sa deje s ľuďmi na pokraji smrti. Potom som si prečítal zopár kníh o parapsychológii a napokon *Život po živote*. A bol som lapený. Pamätám sa, aký som bol zelektrizovaný, keď som sedel doma na dvore a čítal. Začal som si dokonca na okraje čmárať nápady na výskumné projekty. Môj bezprostredný pocit bol: „Toto by som chcel robiť.“

Rozhodol som sa uskutočniť vlastný projekt, ktorý by mi poskytol odpoveď na niektoré otázky o tomto zážitku:

- Koľko ľudí zažilo päť hlavných štádií ZPS (pocit pokoja, odlúčenie od tela, vstup do temnoty, zazretie svetla, vstup do svetla).
- Ovplyvňuje náboženstvo ZPS?
- Aké sú následné účinky ZPS? Naozaj spôsobujú, že sa ľudia menej boja smrti a väčšmi prijímajú život?

Chcel som odpovedať na tieto otázky, ale najprv som musel nájsť ZPS-károv. Preto som navštívil viacero connecticutských nemocníc a predstúpil pred rozličné výbory, aby som zamestnancom priblížil svoje zámery.

Kým som tvrdé lekárske typy v týchto nemocniciach presvedčil, že môj výskum je legitímny, narečnil som sa až-až. Napokon som však dostal povolenie urobiť, čo bolo treba. Ba nemocnice mi dali aj zoznamy ľudí, ktorí sa ocitli v nebezpečnosti smrti, alebo boli klinicky mŕtvi. Potom som zašiel za ich lekármi požiadať o súhlas, aby som s nimi mohol hovoriť.

Nezáležalo mi na tom, či mali ZPS alebo nie, keďže jedným z cieľov výskumu bolo zistiť, koľko ľudí, ktorí sa ocitnú v blízkosti smrti, má takéto zážitky. Ale v skutočnosti som dúfal, že ho mali mnohí, lebo som si chcel vypočuť ďalší ZPS.

No, a hneď druhý človek, s ktorým som hovoril, bol ZPS-kár.

Bol som taký vzrušený, že som mal pocit, akoby som sedel na dynamite. A tak to šlo aj ďalej - dodnes to tak ide - bez ohľadu na to, koľkých takýchto ľudí som si vypočul.

Zvyčajne som sa odviezol na nejaké miesto v Novom Anglicku a vypytoval sa tam kohosi, kto mal ZPS. Dotyčného v tom čase už prepustili z nemocnice, takže som sedel u neho či u nej v obývačke a zhováral sa. Potom som sa odviezol nazad do Hartfordu a celou cestou som počúval nahraný rozhovor. Tieto rozprávania ma tak vzrušovali, že som ich vedel počúvať donekonečna.

Nechcem tvrdiť, že počúvanie týchto príbehov bolo pre mňa náboženským zážitkom, ale dovoľm si povedať, že pobyt v prítomnosti ZPS-kára vás trochu „vezme“. Poznáte ten pocit, keď sa rozprávate s niekým, kto cestoval do vzdialenej krajiny, na ktorú ste boli vždy zvedavý? Alebo ako by ste sa cítili v prítomnosti kozmonauta či nejakého iného objaviteľa? Toto je teda taký pocit, čosi ako keď ste v kontakte s vyšším duchovným poriadkom.

Zvláštne na tom je, že ľuďom, s ktorými som hovoril, sa tie rozhovory páčili rovnako ako mne. Mnohí z nich sa o týchto zážitkoch s nikým nerozprávali, alebo o nich hovorili iba zdráhavo, lebo to jednoducho potrebovali dostať zo seba. Zvyčajne sa stretli s nepochopením a niekedy doslova s výsmechom.

Keď našli niekoho ako ja, kto sa úprimne zaujímal o ich ZPS, znamenalo to pre nich veľkú duševnú úľavu. Mohli mi dôverovať a vedeli, že ich chápem. Neraz mi kládli toľko otázok ako ja im.

Podaktorí z nich chceli vedieť, či sú „zvláštni“. Iní boli zvedaví, či sú „blázni“. Padli otázky o tom, prečo sa po ZPS cítia takí inakší a prečo ten zážitok nevedia oceniť ich rodiny. Takmer vo všetkých prípadoch, ktoré som si vypočul, si jednoducho chceli pohovoriť s niekým, kto to chápal, ale neposudzoval. Bol som pre nich človek, ktorý bol bez predsudkov a nechcel ich zážitok zaškatuľkovať.

Takmer zakaždým vravievali: „Je to ten najhlbší, najtajnejší duchovný zážitok, aký som v živote mal.“ Rozhodne sa dalo cítiť, že sa zdôverujú s čímsi intímnym a posvätným. Zmocňovalo sa ma také vzrušenie, že mi ťažko padlo pridŕžať sa pripravených otázok. Niekedy som sám seba hrešil, že sa tak dávam strhnúť, až som si napokon uvedomil, že keď hovorím s týmito ľuďmi, som pri prameni hlbšieho duchovného prieniku. Musel by som byť z kameňa, aby som sa pred ním uzatváral.

Uvediem napríklad záznam, ako veľmi silný ZPS opísala žena, ktorá takmer umrela počas operácie čreva:

Pamätám si, že som bola nad posteľou - nebola som už v posteli - a pozerala sa dolu na seba, ako ležím na posteli, a vravela som si: „Nechcem, aby ste ma rezali.“... Viem, že lekári na mne pracovali dlhé hodiny. A pamätám si, že som najprv bola nad svojím telom, a potom si pamätám, že som bola, no, v takom akoby údolí. A to údolie mi pripomínalo, čo v duchu nazývam

údolie tieňa smrti. Pamätám si tiež, že to bolo veľmi pekné údolie. Veľmi príjemné. A cítila som vtedy v sebe veľký pokoj. V tom údolí som stretla človeka. A ten človek - to som si uvedomila neskôr - bol môj (nebohý) starý otec, ktorého som nikdy nevidela. Pamätám si, že mi starý otec povedal: „Helen, nevzdávaj sa. Ešte ťa potrebujú. Ja ešte nie som na teba prichystaný.“ Také čosi to bolo. A potom si pamätám hudbu. Bola to taká akoby kostolná hudba, povedzme duchovná hudba. Mala v sebe čosi nostalgické. Čosi veľmi vznešené.

Počul som už tisícky týchto príbehov, ale nikdy k nim neviem byť „hluchý“. Prídu za mnou ľudia a povedia: „Viem, že ste už počuli týchto príbehov vyše práva, ale tu je ešte jeden.“ A už som zase v tom s rovnakým vzrušením. Nie je to chorobný návyk, ale rozhodne je to čosi, čo sa vám nikdy nezunuje.

Mám k týmto ľuďom taký dôverný vzťah, že sa dopúšťam čohosi, čo by psychológovia so svojimi klientmi nemali robiť. Oslovujem ich „priatelia“. Pravdu povediac, s niekoľkými ľuďmi, ktorých som v rámci výskumu interviewoval, som naďalej v styku.

Myslím, že k tomu došlo, lebo sme mali spoločné čosi, čo chápe iba málo ľudí. Tým sa vytvorilo puto, ktoré presahuje zvyčajný vzťah medzi opytujúcim a odpovedajúcim. Navyše, v prítomnosti týchto ľudí sa človek cíti veľmi príjemne, a tak sa mi videlo, že by bola škoda stretnúť sa s nimi iba pri jednej príležitosti. Veľakrát ich žiadam, či by nechceli prísť na jednu z mojich prednášok, alebo či by nevystúpili v rozhlasovej alebo televíznej relácii.

Pravdaže, má to háčik, že vám veľmi ťažko padne spraviť si z priateľov predmet výskumu.

Práca na výskume zážitku prahu smrti po mnohých stránkach zmenila môj život. Stal som sa napríklad „duchovnejším“. Pozor, nie nábožnejším, ale duchovnejším. Aký je v tom rozdiel? Istý múdry muž raz povedal: „Nábožný človek sa pridŕža učenia svojej cirkvi, zatiaľ čo duchovný človek sa necháva viesť svojou dušou.“

Vďaka štúdiu ZPS tomu verím. Pri bádani zistíte, že tento zážitok je podkladom mnohých veľkých svetových náboženstiev. Aké základné posolstvo si odnáša ZPS-kár? Že najdôle-

žitejšie sú poznanie a láska. Všetky dogmy a doktríny do toho vniesli až formálne náboženstvá.

Práca so ZPS zmenila aj môj postoj k posmrtnému životu. Pravdu povediac, tento termín už ani nepoužívam. Myslím si namiesto toho, že jestvuje iba život. Keď už hmotné telo nefunguje, duch ho opúšťa a pokračuje v živote.

ZPS mi poskytli dobrú predstavu, aké asi bude to odlúčenie tela a ducha. Presvedčili ma, že je iba život a smrť je čosi, na čo sa pozeráme zvonka.

Moje bádania ma tiež naučili nebáť sa konca, tak ako ho poznáme. Teším sa na to neznáme dobrodružstvo.

Róbert Sullivan

„Na živobytie si zarábam výrobou plastických látok,” vraví Bob Sullivan. „Ale to nie som ten pravý ja.” K pravému ja tohto Pensylvánčana patrí výskum ZPS. Jeho špecialita: bojové ZPS.

O ZPS sa Sullivan začal zaujímať koncom sedemdesiatych rokov, keď si vypočul prednášku Kennetha Ringa.

„Téma ma zaujala,” povedal Bob. „Zašiel som za Ringom a spýtal som sa ho, či už niekto skúmal, čo sa stáva ľuďom v boji. Odvetil, že nie a navrhol, aby som to robil ja. Tak som sa hneď na mieste rozhodol, že sa stanem výskumníkom.”

Sullivan mal všetky predpoklady potrebné na skúmanie tohto predmetu. Okrem zvedavosti mal aj vojenské skúsenosti, keďže v šesťdesiatych rokoch slúžil v riadnej armáde a ešte niekoľko rokov potom v zálohe. Na dôvažok študoval na vysokej škole psychológiu, ale utvoril si na tento odbor zjednodušujúci názor. „Pre mňa to všetko boli chemikálie a elektrické impulzy,” povedal. Popri práci v rodinnom podniku robil Sullivan poradcu pre krízové stavy v miestnej nemocnici, čo znamená, že sa zaoberal ľuďmi, ktorí sa vyhrážali samovraždou.

„To, že som strávil toľko času ako poradca, mi pomohlo v styku so ZPS-kármí,” povedal Sullivan. „Počas výskumu som narazil na niekoľko zarážajúcich prípadov. A keď som sa chcel dozvedieť všetko, čo ma zaujímalo, musel som naozaj poriadne sondovať.”

Teraz sa Sullivan opäť naplno venuje podnikaniu ako predseda spoločnosti na výrobu plastických látok. Ale vo voľnom čase - nie je ho veľa - ešte vždy prednáša skupinám o úkaze ZPS.

Za tie tri roky, čo som skúmal ZPS, som hovoril s takmer štyridsiatimi vojnovými veteránmi, ktorí mali ZPS. Tieto svojou intenzitou siahali od celospektrálnych epizód k pocitom pokoja a vyrovnanosti u ťažko ranených vojakov. Celkove boli ich zážitky rovnaké ako zážitky ľudí bez prenikavej bojovej skúsenosti, čo je len ďalší dôkaz, že tieto veci sú v každom zmysle slova transkulturálne.

Jeden ZPS sa prihodil chlapíkovi, ktorého nazvem Tom. Stúpil vo Vietname na mínu, ktorá mu doslova odtrhla nohu. Mal úplný zážitok. Odlúčil sa od tela, presvišťal tunelom, videl svetelnú bytosť a prezrel si uplynulý život. Potom bol opäť na bojisku, vzduchom poletovala hlina a z tela sa mu valila krv.

Tak či onak, keď sa k nemu dostali zdravotníci, boli šokovaní. Chlap je bez nohy, ale kým mu prikladajú škrtidlo, nechce hovoriť o ničom inom, iba o svojej ceste tunelom.

Títo ZPS-kári privádzali človeka do úžasu. Ale na rozdiel od „civilistických“ správ o ZPS mali niektorí z nich nezvyčajné zážitky spojené s bojom.

Napríklad dvaja jednotlivci mi uviedli, že videli, ako sa k nim blížia guľky, a to dosť zavčasu, aby im uhli. Povedali, že guľky sa im zdali takmer ako baseballové lopty, boli to objekty natoľko viditeľné, že sa im mohli vyhnúť, ako keď sa hráč baseballu prikrčí pred loptou.

Istý veterán 2. svetovej vojny tvrdil, že na úteku pred nemeckým guľometným hniezdom mal 360 stupňové zorné pole. Nielenže pri behu videl pred seba, ale videl aj gulometčíkov, ako sa ho zozadu pokúšajú dostať na mušku. Ďalší veterán tvrdil, že vedel pred zrážkou so sto percentnou presnosťou predpovedať, koho zabije alebo raní. Keď sa roznieslo, že má túto schopnosť, každé ráno stával pri jeho prični rad ľudí, ktorí sa chceli dozvedieť, na koho v ten deň „padne lós“.

Podobne ako ZPS-kári so svojimi metafyzickými príhodami, ani spomínaní ľudia sa o tieto schopnosti neprosili. Jednoducho ich mali. Boli pre nich rovnako nevysvetliteľné, ako sú pre tých z nás, čo ich skúmajú.

To všetko mi vraví, že zakaždým, keď si myslíme, že sme otvorili dvere k pochopeniu ZPS, nájde sa niekoľko ďalších dverí, ktoré treba otvoriť. V tomto prípade sa v priebehu bádania o ZPS vynárajú iné parapsychologické problémy. Nemám pre ne ani pre ZPS nijaké vysvetlenie, iba domnienky.

Takmer každý sa ma pýta, čo sú podľa mňa ZPS. Ja sám si kladiem tú istú otázku: Sú zábleskom druhého sveta, alebo iba zvláštnou zmesou chemických pochodov? Moja odpoveď znie: neviem.

Keď som sa prvý raz dopyčul o ZPS, myslel som si, že sú to otvorené dvere do záhrobia. Pozbieral som všetky svoje vedomosti o psychológii, chémii, filozofii a náboženstve a pokúsil som sa prizrieť sa veci čo najdôkladnejšie. Problém bol v tom, že každá otázka prinášala so sebou tucet ďalších otázok. Najväčším utrpením bol pre mňa tento večný nedostatok odpovedí.

Teraz som dospel k záveru, že pravý zmysel ZPS sa možno nedá určiť. Myslím si síce, že ZPS sú letným pohľadom do inej roviny skutočnosti. Ale je to život po živote? Jednoducho neviem.

No predsa si myslím, že ZPS nám poskytujú zámienku hovoriť o smrti, čo je téma, ktorá nás všetkých hlboko zaujíma, aj keď len v podvedomí. Je to ten najpozitívnejší spôsob debaty o tejto téme, aký poznám.

Ukážem vám to na príklade. Chlap, ktorému som pred pár rokmi predal svoj podnik, bol priamočiary, dravý obchodník.

Keď sme podpísali zmluvy, pozval ma na obed a spýtal sa ma, čo plánujem robiť, keď ma už teraz neťažia starosti s podnikaním. Pomyslel som si, že ak mu poviem, že budem skúmať ZPS, bude ma iste považovať za blázna, no aj tak som mu to povedal.

Chlapa to očarilo. Porozprával mi o svojej tete, ktorá mala ZPS, a celý večer sme strávili v živom rozhovore o smrti. Neskôr mi zišlo na um, že pri iných stoloch sa iste nazdávali, že sa zhovárame o baseballovom mužstve alebo niečom podobnom. Ale nie. Hovorili sme o smrti.

Pokiaľ ide o ľudí, ktorí majú zážitok prahu smrti, dospel som k niekoľkým nevyvrátiteľným záverom.

Napríklad, som presvedčený, že ZPS-kári vyžarujú zvláštny druh energie. Rozhodne sa v ich prítomnosti dá cítiť.

Raz večer som sa musel odviezť na prednášku o ZPS v snehovej povíchrice. Domnieval som sa, že kvôli počasiu sa na prednášku nikto nedostaví, ale keď som ta prišiel, čakalo ma päťdesiat ľudí.

Predniesol som svoj nevelký príspevok o ZPS a potom som otvoril diskusiu. Viacero poslucháčov zažilo ZPS a začali roz-

právať svoje príbehy. Stretnutie sa pretiahlo na niekoľko hodín.

Musím vám povedať, že keď sa skončilo, bol som vyslovene v povznesenej nálade. Akoby som bol požil drogy. Vďaka energii, ktorá sálala z týchto ľudí, som takmer celú noc nezamúril oka.

Odvtedy to nazývam „zážitok skupinovej aury“. Poznám viacero ľudí, ktorí ho mali. Určite práve energia, ktorú prijímame od týchto ľudí, je na príčine, že sa u bádateľov vytvára takmer chorobná náklonnosť k predmetu ich výskumu.

Dospel som aj k ďalšiemu záveru, a síce, že ZPS sú v konečnom dôsledku pozitívnymi zážitkami, dokonca aj u vojnou ťažko poznačených veteránov. To je dôležité z hľadiska posttraumatického stresu, ktorý prežívajú mnohí vojnoví veteráni. Hoci mnohí ZPS-kári, s ktorými som hovoril, zakúsili pobožový stres, napokon sa naučili chápať ZPS v rámci ostatných svojich zážitkov a stali sa vďaka tomu lepšími ľuďmi.

Siedma kapitola

Vysvetlenia

Jesvuje veľa pokusov vysvetliť zážitky prahu smrti ako niečo iné než duchovné udalosti či letmé pohľady na druhý svet. Mám v úmysle predložiť vám tu čo najviac týchto argumentov a ponúknuť svoje - i cudzie - názory na ne. Ale najprv chcem pohovoriť o tom, prečo si myslím, že ZPS sú duchovnými zážitkami.

Ako uvidíte v tejto kapitole, jestvuje viacero teórií - teologických, medicínskych i psychologických - ktoré sa pokúšajú zážitok prahu smrti vysvetliť ako telesné alebo duševné javy, ktoré majú viac spoločného s dysfunkciou mozgu ako s dobrodružstvom ducha.

Je však zopár vecí, ktoré robia týmto bádateľom nesmierne ťažkosti: Ako to že pacienti vedia podať také zložité a podrobné správy o kriesení, ktoré vo svojom súhrne vysvetľujú, čo všetko lekári robili, aby ich opäť priviedli k životu? Ako to, že toľkí ľudia vedia uviesť, čo sa odohrávalo v iných miestnostiach nemocnice, zatiaľ čo ich telo kriesili v operačnej sále?

Podľa mňa sú to body, na ktoré sa bádateľom ZPS najťažšie odpovedá. Ba vlastne doposiaľ pre ne nejestvuje nijaké vysvetlenie, iba že sa naozaj stali.

Prv ako vám predložím širokú škálu jestvujúcich vysvetlení úkazu ZPS, pozrime sa na niekoľko príkladov týchto nevysvetliteľných udalostí.

Istý štyridsaťdeväťročný muž mal taký ťažký infarkt, že lekár sa po tridsaťpäťminútovom úpornom úsilí o vzkriesenie vzdal a začal vypisovať úmrtný list. Nato ktosi postrehol záchvev života, lekár sa teda znova pustil do práce s raketkami a dýchacím prístrojom a podarilo sa mu činnosť mužovho srdca obnoviť.

V nasledujúci deň, keď bol už pacient schopnejší súvislej reči, vedel veľmi podrobne opísať, čo sa odohrávalo v ambulancii prvej pomoci. To lekára prekvapilo. Ale do ešte väčšieho úžasu ho uviedol pacientov živý opis sestričky zo záchran-ky, ktorá pribehla do miestnosti pomáhať lekárovi.

Opísal ju dokonale, nezabudol ani na jej pyramídovitý účes a na jej priezvisko Hawkesová. Uviedol, že priviezla po chodbe vozík s prístrojom, na ktorom bolo čosi ako dve pingpongové rakety (prístroj na elektrické šoky, ktorý patrí k základnému resuscitačnému zariadeniu).

Keď sa lekár muža opýtal, odkiaľ vie, ako sa sestrička volá a čo robila počas jeho infarktu, odvetil, že vystúpil zo svojho tela a - keď kráčal po chodbe za svojou ženou - prešiel rovno cez sestru Hawkesovú. Keď cez ňu prechádzal, prečítal si pripnutú menovku a vstúpil si ju do pamäti, aby jej neskôr mohol poďakovať.

Dlho som sa s lekárom zhováral o tomto prípade. Poriadne ho vyviedol z miery. Jediné vysvetlenie, povedal, prečo ten muž vedel všetko tak úplne presne vymenovať, je, že tam bol.

Istá sedemdesiatročná žena na Long Islande, ktorá bola od svojich osemnástich rokov slepá, vedela so živými podrobnosťami opísať, čo sa dialo okolo nej, keď ju lekári kriesili po infarkte.

Nielenže vedela opísať, ako vyzerali použité nástroje, ale vedela opísať aj ich farbu.

Mňa na tom najviac zarážalo, že pred päťdesiatimi rokmi, keď naposledy videla, na väčšinu tých nástrojov nik ešte ani nepomyslel. Na dovŕšenie všetkého vedela dokonca lekárovi povedať, že keď začal s kriesením, mal na sebe modrý oblek.

Ďalší prekvapujúci prípad, ktorý napovedá, že ZPS sú čosi viac ako iba podvody mozgu, mi rozpovedal istý lekár v Južnej Dakote.

Keď sa jedného rána viezol do nemocnice, vrazil zozadu do iného auta. Veľmi ho to rozrušilo. Robil si veľké starosti, že ľudia, do ktorých narazil, ho zažalujú pre zranenie krku a budú vymáhať veľké odškodné.

Nehoda ho ťažila a mal jej plnú hlavu ešte aj neskôr v to dopoludnie, keď sa náhlil do ambulancie prvej pomoci kriesiť človeka, ktorému zlyhalo srdce.

Na druhý deň mu muž, ktorého zachránil, rozpovedal pozoruhodný príbeh: „Kým ste sa vy so mnou trápili, ja som vystúpil z tela a pozoroval som vás pri práci.“

Lekár sa začal vypytovať na to, čo muž videl, a žasol nad vernosťou jeho opisu. S presnými detailmi mu vyrozprával,

ako vyzerali nástroje, ba dokonca aj v akom poradí sa použili. Opísal farbu i tvar zariadení, ba aj umiestenie indikátorov na prístroji.

Ale o nefalšovanosti mužovho zážitku mladého kardiológa definitívne presvedčili až slová: „Pán doktor, vedel som, že vás trápi tá nehoda. Ale takými vecami sa netreba trápiť. Vy obetujete svoj čas iným ľuďom. Nikto vám neublíži.“

Tento pacient si nielenže zapamätal fyzické detaily svojho okolia, ale čítal aj lekárve myšlienky.

Po prednáške pre lekárov na základni americkej armády vo Fort Dix v štáte New Jersey prišiel za mnou istý muž a porozprával mi svoj pozoruhodný ZPS. Jeho ošetrojúci lekári mi to neskôr potvrdili.

Mal som strašné srdcové ťažkosti a bol som na pokraji smrti v tom istom čase, keď v inej časti tej istej nemocnice bola v dôsledku diabetickej kómy na pokraji smrti moja sestra. Vystúpil som z tela a išiel som do kúta miestnosti, odkiaľ som sledoval, ako dolu na mne pracujú.

Odrazu som sa pristihol, že sa rozprávam so sestrou, ktorá bola pri mne tam hore. Mal som k nej veľmi blízky vzťah a práve sme sa ohromne zhovárali o tom, čo sa robilo tam dolu, keď sa začala odo mňa vzdáľovať.

Pokúšal som sa ísť za ňou, ale ona mi ustavične opakovala, aby som zostal tam, kde som. „Ešte nie je tvoj čas,” povedala. „Nemôžeš ísť so mnou, lebo ešte nie je tvoj čas.” Potom sa jednoducho začala tunelom strácať do diaľav a ja som tam zostal sám.

Keď som sa prebral, povedal som lekárovi, že mi umrela sestra. On to poprel, ale na moje naliehanie prikázal sestričke, aby to preverila. Sestra naozaj umrela, presne tak, ako som vravel.

To je iba zopár prípadov, ktoré sú pre mňa dôkazom, že ZPS nie sú iba halucinácie či „zlé sny”. Zážitky týchto ľudí sa nedajú logicky vysvetliť. Hoci tunelové zážitky a svetelné bytosti možno ľahko odbaviť ako obyčajnú „hru mozgu”, mimotelové zážitky predstavujú záhadu aj pre tých najskeptickejších príslušníkov lekárskej profesie.

Pozrime sa teraz na niektoré teórie o ZPS a na to, prečo v skutočnosti neposkytujú uspokojivé vysvetlenie tohto javu.

Carl Sagan: Narodenie ako tunelový zážitok

Carl Sagan, známy vedec astronóm z Cornellovej univerzity, patrí k tým, čo sa pokúšajú vysvetliť tunelový zážitok ako spomienku, ktorú sme si uchovali na zážitok narodenia.

Na prvý pohľad má toto porovnanie hlavu a pätu. Každý na svete prežíva zrod, čím by sa dalo vysvetliť, prečo sú ZPS rovnaké, či sa prihodia v budhistickej alebo baptistickej kultúre.

Pretláčať sa pôrodnými cestami a byť vytiahnutý na žiarivý a pestrofarebný svet ľuďmi, ktorí sa vám tešia, to sú veci, ktoré prežila väčšina z nás.

Nečudo, že Sagan nachádza súvislosť medzi životom a smrťou. Vo svojom knižnom bestsellere *Brocov mozog: Úvahy o romantike vedy* Sagan píše:

Pokiaľ vidím, jedinou alternatívou, je, že každý človek bez výnimky už absolvoval podobný zážitok ako oní cestovatelia, ktorí sa vracajú z krajiny smrti: pocit letu; vynorenie sa z tmy do svetla; zážitok, pri ktorom, aspoň niekedy, nejasne vnímame hrdinskú postavu zaliatu žiarou a slávou. Jestvuje iba jeden spoločný zážitok, na ktorý sa hodí tento opis. Nazýva sa pôrod.

Saganova teória sa môže zdať logická, pokiaľ neurobíte to, čo spravil Carl Becker. Tento profesor filozofie z Univerzity Južného Illinois študoval pediatrické výskumy, aby zistil, koľko toho dieťa pri pôrode vie a koľko si z tohto zážitku môže pamätať. Jeho záver: Dojčence si nepamätajú, že sa narodili, a nie sú uspôsobené na to, aby si tento zážitok uchovali v mozgu.

Hľa, ako Becker bod po bode rozoberá toto tvrdenie:

- Detské vnímanie je prislabé na to, aby videlo, čo sa deje pri pôrode. Podľa Saganovej teórie ZPS-kár, ktorého vítajú svetelné bytosti, iba znovu prežíva zážitok, keď vyšiel z pôrodných ciest a uvidel babicu, lekára alebo otca.

Becker však upozorňuje na chybnosť tohto predpokladu a odvoláva sa na rozsiahle prieskumy detského vnímania, ktoré ukazujú, že detský mozog nie je ešte natoľko rozvinutý, aby vôbec niečo veľmi vnímal.

Jedna výskumná práca ukazuje, že novorodenci nerozlišujú postavy. Ďalšie práce ukazujú, že:

- Novorodenci nereagujú na svetlo, pokiaľ nie je medzi svetlom a tmou aspoň sedemdesiatpercentný kontrast.
- Zriedkavo zaostrí alebo fixujú pohľad na predmet a ak áno, vedia skúmať iba malý segment predmetu po veľmi krátkom čase.
- Novorodenci majú „kútikovo orientačné zaostrovanie“, čo znamená, že ak vôbec zaostrí pohľad, tak na blízku, ostro kontrastnú časť predmetu, a nie na celý predmet.
- Polovica všetkých novorodencov vôbec nevie skoordinať zrak na predmety vo vzdialenosti vystretej ruky. A nijaké dojča mladšie ako mesiac nevie úplne zaostriť pohľad na predmet vo vzdialenosti jeden a pol metra.
- Pohyby oka u malého dieťaťa sú „rýchle a nekoordinované“, najmä keď plače. A keď je už o tom reč, oči im veľmi často zahmlievajú slzy, najmä pri pôrode.

Ďalší argument, ktorý nachádza oporu vo výskumných prácach, je, že deti majú zlú pamäť na tvary či obrazce. A keďže nemajú vyvinutý mozog a ešte neboli vystavené životu mimo matrice, majú malú schopnosť dekodovať to, čo vidia.

Aj keby bolo pravdou, že ZPS je akýmsi dramatickým opakováním zážitku narodenia, neubránim sa otázke, či by sa opakoval v takom pozitívnom kontexte, aký má pre veľkú väčšinu ľudí zážitok prahu smrti. Koniec koncov, pôrod spôsobuje vo svete nenarodeného dieťaťa veľký prevrat. Deti sú vypudené na svet, kde ich obrátia dolu hlavou, udrú po zadku a režu nožnicami, aby prestrihli pupočnú šnúru.

Keby ZPS bol opakováním zážitku narodenia, ako tvrdí Sagan, pre väčšinu by to nebola až taká pozitívna zmena.

Ešte jedna záverečná poznámka k Saganovej teórii. Tunelový zážitok väčšinou obsahuje rýchly prechod k svetlu na konci tunela. Pri skutočnom zážitku zrodu má dieťa tvár pritlačenú k stenám pôrodných ciest. Deti nehľadia nahor k blížiacemu sa svetlu, ako tvrdí Saganova teória. Keď sú vypudzované ku vchodu do sveta, nevidia nič.

Zvýšená hladina kyslíčnika uhličitého a tunelový zážitok

Niektorí ľudia nazývajú tunelový zážitok „bránou na druhý svet“ a zvyčajne sa opisuje ako pocit, aký by ste mali, keby ste sa odrazu hnali tunelom k ustavične sa zväčšujúcej bodke svetla na konci.

Niektorí bádatelia súdia, že tunelový zážitok pri ZPS je spôsobený reakciou mozgu na zvýšenie hladiny kysličníka uhličitého (CO_2) v krvi. Tento plyn je vedľajšou splodinou telesného metabolizmu - vdychujeme kyslík a vydychujeme vzduch obsahujúci vyššie hladiny CO_2 . Keď človek prestane dýchať v dôsledku infarktu alebo ťažkej traumy - hladina CO_2 v krvnom riečišti prudko stúpa. Keď hladina stúpne nad určitú úroveň, tkanivo začína odumierať.

Pretože v päťdesiatych rokoch sa vdychovanie CO_2 používalo ako forma psychoterapie, zažil ho väčší počet pacientov a jeho symptómy sú známe. Jestvujú kazuistiky tejto dnes už nepoužívanej terapie, ktoré opisujú spomínaný zážitok ako pocit, že putujeme tunelom či kužeľom, alebo že nás obklopujú žiarivé svetlá.

Neuvádza sa, že by vdychovanie CO_2 sprevádzali také javy ako svetelné bytosti alebo prehliadka uplynulého života.

Tvrdenie, že prírveľa CO_2 vyvoláva tunelový zážitok, by som takmer vedel prijať, nebyť niektorých výskumov dr. Michaela Saboma.

V jednom z prípadov tento atlantský kardiológ náhodou zmeral hladinu kyslíka v krvi pacientovi práve vo chvíli, keď u neho prebiehal veľmi silný ZPS a zistil, že hladina kyslíka je nad normálom.

To spochybňuje teóriu, že tunelový zážitok vzniká z prebytku CO_2 . Sabomova kazuistika prinajmenšom ukazuje, že prv ako dospejeme k záveru, je potrebný ešte ďalší výskum.

Musia byť ZPS-kári na prahu smrti?

Mnohí skeptici vravia, že ZPS sú vyvolané jednoducho tým, že telo je v strese, alebo že človek je ťažko chorý. Hoci pripúšťajú, že ZPS mávajú ľudia, ktorí sú na pokraji smrti, domnievajú sa, že ten istý zážitok môžu mať aj vážne - ale nie životu nebezpečne - chorí.

Dr. Melvin Morse si chcel túto teóriu preveriť, a tak hovoril s jedenástimi deťmi vo veku od troch do šestnástich rokov, ktoré prežili dotyk so smrťou. Boli medzi nimi detváky, ktoré upadli do kómy a obeť srdcového zlyhania. U siedmich z týchto detí sa vyskytli prvky zážitku prahu smrti, vrátane spomienok na odlúčenie od tela, vstup do tmy, pobyt v tuneli a rozhodnutie vrátiť sa do tela.

Týchto jedenásť pacientov porovnali s dvadsiatimi deviatimi deťmi rovnakého veku, ktoré síce prekonali vážne choroby, ale s nízkou úmrtnosťou a bez priameho kontaktu so smrťou. Nik z tejto skupiny nemal spomienky na nijaký prvok ZPS.

To viedlo Morsa a jeho kolegov-bádateľov k záveru, že „bez ohľadu na... príčinu týchto jedinečných zážitkov je jasné, že deti, ktoré prežijú udalosti ohrozujúce život, majú ZPS.“

Z toho vyplýva, že zážitok prahu smrti je čosi, čo sa špecificky spája so stavom na pokraji smrti, na rozdiel od prostého chorobného stavu.

ZPS ako halucinácia

Niektorí ľudia vyhlasujú, že ZPS sú iba halucinácie, duševné príhody vyvolané stresom, nedostatkom kyslíka, alebo v niektorých prípadoch dokonca drogami.

No jedným z najsilnejších argumentov proti ZPS ako halucinácii je ich výskyt u pacientov, ktorí majú rovný EEG.

Elektroencefalogram čiže EEG meria elektrickú aktivitu mozgu. Túto aktivitu zaznamenáva tak, že na súvislý pás papiera kreslí čiaru. Čiara stúpa alebo klesá, reagujúc tak na elektrickú činnosť mozgu, keď človek rozmýšľa, hovorí, sníva a robí doslova všetko ostatné. Ak je mozog mŕtvy, záznam EEG tvorí rovná čiara, čo naznačuje, že mozog nie je schopný myslenia ani konania. V súčasnosti je rovný EEG v mnohých štátoch právnou definíciou smrti.

Bez elektrickej aktivity sa nemôže v mozgu nič odohrať. Ešte aj halucinácie sa prejavajú na EEG.

Ale je veľa prípadov, pri ktorých ľudia s rovným EEG mali zážitky prahu smrti. Pravdaže, dožili sa toho, že nám o nich mohli porozprávať. Už len sám počet týchto prípadov mi vraví, že u niektorých ľudí ZPS prebehli, keď boli klinicky mŕtvi. Keby bolo išlo o halucinácie, boli by sa ukázali na EEG.

Treba hneď tu povedať, že EEG nie sú vždy presným meradlom života mozgu. Či veríte, alebo nie, poznáme prípady, keď boli prístroje EEG napojené na misky s chvejúcim sa rôsolom a zaznamenali krivky mozgových vln.

Pravdaže, to neznamena, že rôsol žije! Znamená to iné, a síce, že EEG zachytáva interferencie (pravdepodobne z rádiových vln), ktoré sa zaznačujú v prístroji. Niektorí ľudia hovoria, že stroj má ducha.

Niekedy môže byť mozog nažive na takej nízkej úrovni, že EEG aktivitu nezachytí. Jeden príklad takého prípadu mi uviedol istý lekár z Dukovej univerzity. Povedal, že mali na EEG napojené malé dievčatko a prístroj neukazoval nijakú aktivitu mozgových vln.

Lekári si mysleli, že dievčatko je mŕtve a chceli ju odpojiť zo sústavy zariadení na podporu života, ale rodina to odmietla. Tvrdili, že dôjde k zázraku a zhromaždili sa okolo jej lôžka na týždenné modlenie.

Dievčatko sa z toho dostalo. Lekár, ktorý mi ten príbeh rozprával, povedal, že ožilo a nedávno zavŕšilo prvý ročník. Zdôraznil, že keby sa boli spoľahli na EEG, bola by zomrela. Prišiel na to, na čo prišli mnohí ďalší lekári: mozgová činnosť môže prebiehať tak hlboko v mozgu, že ju povrchové elektródy nezachytia.

Náboženstvo nie je podmienkou

Niektorí ľudia sa mylne domnievajú, že ZPS majú iba hlboko nábožní ľudia. Výskum však ukázal, že to nie je pravda. Bádatelia ako Melvin Morse a ďalší zistili, že hlboko nábožní ľudia budú asi skôr považovať svetelnú bytosť za Boha či Ježiša a oné miesto na konci tunela budú zväčša nazývať nebom. Ale náboženské založenie nemení jadro zážitku práhu smrti. Dotyční aj tak vystupujú z tela, majú tunelový zážitok, vidia svetelné bytosti a absolvujú prehliadku života rovnako ako nenábožní ľudia. To iba neskôr dajú tento zážitok do náboženského kontextu.

Len stručná poznámka na okraj: zistil som, že vo všeobecnosti jestvujú dva typy ľudí, ktorí sa pýtajú na vzťah medzi náboženstvom a ZPS. Jedna skupina sa prostredníctvom čieho zážitku práhu smrti pokúša dokázať správnosť svojej interpretácie *Písma*. Druhá skupina chce vedieť, či sa ateisti po ZPS stávajú nábožnými. Naznačujú tým, že zážitok, o ktorom by referoval ateista, by bol platnejší a objektívnejší. Predpokladajú, že taký človek nevniesol do svojho ZPS apriórne predstavy.

Ja som zistil, že celý problém „náboženskej výchovy“ je oveľa, oveľa zložitejší a nejde iba o to, či ste nábožný, alebo nie.

Keď máte do činenia s týmto problémom, musíte zobrať do

úvahy aj čosi viac ako iba vedomé myslenie. Musíte rátať aj s podvedomými zložkami, lebo sa môžu veľmi líšiť od toho, ako človek zmýšľa vo vedomej rovine.

Zistil som, že aj keď sa niektorí ľudia azda vyhlasujú za ateistov, majú určité náboženské základy. Napokon, viete si predstaviť, že niekto dosiahne vek šiestich či siedmich rokov a nemá vôbec poňatie o bohu? Ja nie. Aj keby sa ho rodičia zjavne usilovali ochrániť pred náboženstvom, iste by bol bombardovaný tými istými obrazmi, ktorými sme bombardovaní všetci, najmä keď pred takými vecami, ako sú televízni kňazi alebo miestne kostoly, nieto úniku. Tieto obrazy vytvárajú obraz boha v mysli každého z nás.

Keď človek stojí pred takou krízou, ako je smrť, rozhodne to v ňom vyvolá nejaké náboženské predstavy. Práve tak, ako nie sú nijakí ateisti na bojisku, myslím, že sa nevyskytujú ani na pokraji smrti.

Podľa môjho názoru teda jestvujú nevedomé dispozície k náboženskej viere, ktoré nemôžu zmerať ani bádatelia počas rozhovoru po ZPS.

Celkove sa však hlboko nábožní ľudia vracajú zo ZPS s veľmi vlašným postojom ku konkrétnym vyznaniam. Uvádzajú, že boh sa väčšmi zaujíma o duchovné ako o dogmatické stránky náboženstva.

Prečo nie sú všetky ZPS rovnaké

Niektorí ľudia dôvodí, že ak sú ZPS naozaj pohľadmi do ríše ducha, potom by mali všetci ZPS-kári mať rovnaký zážitok. Všetci by mali hľadiť na svoje **telo** z perspektívy tretej osoby, letieť tunelom, stretnúť sa s dávno mŕtvymi príbuznými, vidieť vznešenú svetelnú bytosť a absolvovať prehliadku života.

Skutočnosť je však taká, že rovnaké zážitky nemajú. V predošlých kapitolách som citoval niekoľko príhod a prác ukazujúcich rozličné znaky, ktoré sa vyskytujú u ZPS-károv. Niektorí ľudia majú iba mimotelový zážitok, kým iní majú celospektrálne ZPS, ktoré ich uvedú do ríše ducha.

Zostáva mi ešte spomenúť výskum, ktorý na Kalifornskej štátnej univerzite v Northbridgi uskutočnili J. Timothy Green a Penelope Friedmanová. Viedli hĺbkové rozhovory so štyridsať jeden ľuďmi, ktorí boli v dôsledku nehody, choroby či

samovraždy klinicky mŕtvi alebo na prahu smrti. Táto skupina uvádzala celkove päťdesiat ZPS. Bádania zaznamenali štádiá týchto zážitkov a porovnali ich s rozsiahlejším výskumom Kennetha Ringa. Keďže Green a Friedmanová použili menej početnú vzorku ľudí, percentá tých, čo zažili jednotlivé štádiá, sa v niektorých prípadoch značne líšia od percent uvádzaných v Ringovej práci. S touto pripomienkou predkladám ich porovnanie:

Štádium	Ringov výskum	Greenov a Friedmanovej výskum
1. Základné afektívne vyladenie (pokoj a vyrovnanosť)	60 %	70 %
2. Mimotelový zážitok	37 %	66 %
3. Tunel (temný priestor)	23 %	32 %
4. Zazretie svetla	16 %	62 %
5. Vstup do svetla	10 %	18 %

Tento výskum a jeho porovnanie s Ringovou prácou znovu podčiarkuje rozličnosť zážitkov, ktoré sa odohrávajú v rámci ZPS. Hoci ľudia, ktorí sa zúčastnili na týchto výskumoch, mali takzvané zážitky prahu smrti, ich znaky sa líšili. Niektorí mali iba mimotelový zážitok, kým iní mali tunelový zážitok. A ešte ďalší absolvovali celospektrálny ZPS.

Ale základná otázka aj tak zostáva: Nemal by každý, kto takmer umrie, mať ten istý zážitok?

Moja odpoveď znie: „Nie.“ Skúste sa na to pozrieť takto: Keby desať ľudí navštívilo Francúzsko, pochybujem, že by niekto z nich mal ten istý zážitok. Traja z nich by azda povedali, že videli istú veľkú budovu. Piaty by azda povedali, že jedlo bolo výborné, a dvaja z nich by azda povedali, že sa plavili po rieke. Každý, kto sa vrátil z Francúzska, by porozprával trochu iný príbeh, hoci miestami by sa prekrývali.

Podobne aj pri ZPS sa síce v spoločnom rámci vyskytujú prekrývajúce sa znaky, no ani dva zážitky nie sú úplne rovnaké.

Posledná rozprávka na dobrú noc

Niektorí ľudia si myslia, že ZPS sú mozgovým mechanizmom na zvládnutie našej najhoršej skutočnosti - smrti. Podľa ich teórie pochmúrnosť situácie vedie rozum k tomu, aby sa sebaklamom preniesol do lepšej situácie. Takto vyzerá zjednodušená verzia ich predstavy o slede udalosti:

- Na nebezpečenstvo možno reagovať dvomi spôsobmi. Ak možno na zmenu situácie podniknúť niečo fyzicky - napríklad uhnúť pred rútiacim sa autom - tak to urobíte. Ak na zmenu situácie nemôžete podniknúť nič - povedzme, že vás to auto zrazí - potom musí rozum siahnuť k vlastným zdrojom, aby sa s problémom vyrovnal. Robí to tak, že sa od situácie disasociuje, v niektorých prípadoch až natoľko, že si vytvorí vymyslený svet.

- Hoci sa môže zdať, že tento fantazijný prístup je pasívny spôsob vyrovnávania sa s takým problémom, ako je zrazenie autom, môže vám byť veľmi osožný; keďže táto životu nebezpečná situácia spôsobuje bolesť a znehybnenie, utrpenie je priveľké na to, aby ste podnikli nejaké fyzické kroky na odstránenie bolesti.

- Aby vaša myseľ šetrila energiu a zachovala telesné funkcie, ponára sa hlbšie do chlácholivého výmyslu. Nielenže vám to dovoľuje sústrediť sa na niečo iné ako na mučivú bolesť zo zrážky s autom, ale zároveň sa tým telu poskytuje trocha uvoľnenia, aby sa mohlo lepšie vyrovnáť so svojimi vnútornými problémami.

- Tento účinok sa dosahuje vďaka schopnosti mozgu produkovať chemické látky. Pri bolesti vyrába takzvané mozgové opiáty alebo endorfíny, ktoré sú asi tridsaťkrát účinnejšie ako morfium. Možno ste už pocítili ich relaxačné účinky po dlhšom namáhavom cvičení. Vyvolávajú príjemný pocit známy ako bežecké opojenie. Ale pri zrazení autom vyprodukuje mozog oveľa viac týchto látok ako pri joggingu. A vyprodukuje ich veľmi rýchlo.

Disasociácia a výmysel získavajú na intenzite. Začínajú sa diať veľmi čudné veci. Zdá sa vám, že opúšťate telo. Alebo sa možno ocitnete v tuneli a rúтите sa ním nadzvukovou rýchlosťou k žiarivému svetlu. Možno sa uvidíte s mŕtvymi starými rodičmi alebo s nebohými tetami a strýkami. Možno vás privíta vznešená svetelná bytosť a vezme vás na prehliadku života.

Možno sa vám chce v tomto „nebi“ zostať. Ale svetelná bytosť vám povie, že je načase sa vrátiť.

V priebehu okamihov - v skutočnosti neviete, ako dlho to trvá - máte pocit, že vás „vtiahlo“ nazad do tela.

- Vraciate sa do skutočného sveta ako iný človek. Tento zážitok, ktorý vyvolala mozgom vyprodukovaná droga, vás zmenil. Spôsobil, že sa na svet dívate ináč. Môžete si myslieť, že táto príhoda, ktorá sa, ako zistíte, nazýva zážitok prahu smrti, je nazretím do posmrtného života. Ale niektorí bádateľia si jednoducho myslia, že ste takmer sledovali svoju poslednú „rozprávku na dobrú noc“.

Táto teória je po mnohých stránkach šikovne zmajstrovaná. No ZPS aj tak nevysvetľuje. Keby nič iné, tak neviem o nijakom výskume, ktorý by spájal endorfíny s halucináciami alebo akýmikoľvek inými vizuálnymi úkazmi.

Zato však viem, že bežci na dlhé trate a iní vytrvalostní atléti vyprodukuje počas tréningu alebo pretekov mimoriadne množstvo endorfínov. Po dlhšej námahe často pociťujú takmer eufóriu, čo je v súlade s predpokladaným účinkom týchto neurotransmitterov na človeka.

Ale nepoznám nijaký prípad, že by vytrvalostní atléti uvádzali znaky ZPS, pokiaľ počas výkonu takmer neumreli.

Uvedená teória takisto nevysvetľuje mimotelové zážitky, o ktorých sme hovorili v tejto knihe, a pri ktorých ľudia presne opisujú predmety a udalosti z pozície mimo svojho tela.

Domnievam sa, že presvedčivosť spomínaného argumentu vyplýva zo skutočnosti, že endorfíny naozaj navodzujú stav pokoja a veľkej blaženosti. Tak to aj má byť, keďže predstavujú telesný mechanizmus na premáhanie bolesti. Ak sa však pridržame logiky, nemôžeme z tohto argumentu vyvodzovať nijaké ďalšie závery.

Zbožné želanie

Ľudia, ktorí sa nevedia zmieriť s rýchlo sa blížiacou smrťou, môžu jej vzdorovať tým, keď si vyfantazujú, že zostanú nažive. Je to druh zbožného želania. Svojou povahou je obranné, pretože nás zdanlivo bráni pred konečným zánikom.

Najočividnejším argumentom proti vysvetleniu, že pri ZPS

ide o zbožné želanie, je skutočnosť, že ZPS-kári majú v podstate ten istý zážitok. Keby išlo iba o zbožné želanie, ľudia by skôr živo spomínali na onen skvelý piknik na 1. mája, alebo snívali, že sa okolo nich krúti huf krásavíc, ako prežívali cesty tunelom či prehliadky života.

Udalosti, ktoré sa spájajú s prahom smrti, nemôžu byť iba obyčajné zbožné želania. Keby áno, správy o ZPS by sa úplne líšili a nemali by nijaké spoločné znaky.

Ďalším problémom pri tomto vysvetlení je, že nezodpovedá faktom o tom, čo sa odohráva počas ZPS. Psychologická obrana, akou je zbožné želanie, uchováva situáciu takú, aká je, keďže duševný stav sa chce uchovať nezmenený.

Zážitok prahu smrti je celkom iný v tom, že ide o zlom. Neuchováva ľudí takých, akí sú, ale naopak, núti ich, aby sa postavili zoči-voči životu úplne novým spôsobom.

Po ZPS sa ľudia vyrovnávajú s pravdou o sebe veľmi hlboko. A dáva im to pocit šťastia. Na rozdiel od zbožných želaní známych ako rojčenia, ktoré nám poskytujú dočasnú úľavu od okolitého sveta, ZPS je platformou na celoživotnú zmenu.

Jungovo kolektívne nevedomie

Veľký psychoterapeut Carl Jung si všimol, že v rozličných kultúrach, aj keď navzájom nesúvisia, jestvuje mnoho rovnakých mýtov a povier. Napríklad príbeh stvorenia je u Indiánov z kmeňa Papageno i u starých Grékov takmer rovnaký.

Jung nazval súhrnnú teóriu „kolektívnym nevedomím“ a jednotlivé prípady „archetypmi“. Sú to naprogramované reakcie všetkých ľudských bytostí. Jedným jednoduchým príkladom archetypu je „matka“. Keď toto slovo vyjadríme v ktorejkoľvek kultúre, bude mať veľmi podobný význam, akúsi základnú všeplatnosť.

Hoci sám Jung mal zážitok prahu smrti, nedával ZPS do súvislosti s kolektívnym nevedomím. Ale vedci jungovskej školy dávajú ZPS do súvislosti s archetypmi, pretože je to zážitok transkulturálny (vyskytuje sa u ľudí bez ohľadu na ich rasový pôvod) a pozostáva u mužov i žien každého veku v podstate z rovnakých prvkov.

Typický archetypálny zážitok by mohol prebiehať asi takto: Istý človek má sen obsahujúci prvky, ktoré sa nevyskytujú

v jeho vedomej skúsenosti, ale ktoré sa podobajú prvkom nachádzajúcim sa v mytológii alebo dávnych obradoch. Tieto nevysvetlené prvky sú archetypy.

Niektorí jungovskí vedci sú presvedčení, že smrť a stav blízky smrti spôsobujú, že sa tieto archetypálne obrazy vynárajú z hlbokého podvedomia. Tieto obrazy sú pre celé ľudstvo v podstate rovnaké: tunelové zážitky, svetelné bytosti, prehliadky uplynulého života a tak ďalej.

Túto teóriu ťažko vyvrátiť, najmä keď je to práve iba teória. A podobne ako ostatné teórie, ktoré sme si tu uviedli, obsahuje zrnko pravdy. Ale jej hlavný problém vidím v tom, že nevysvetľuje mimotelové zážitky. Kým sa tak nestane, nijaká teória v mojich očiach neobstojí.

Svetelný zážitok

Už celé roky sa pokúšam objaviť pre ZPS fyziologické vysvetlenie. A už celé roky sa vraciam s prázdnyimi rukami.

Jednoducho sa mi zdá, že všetky takzvané vysvetlenia sú neúplné alebo zle postavené. Ľudia, ktorí ich sformulovali, sú vo väčšine prípadov ľudia, ktorí sa ani neobťažovali pohovárať sa so ZPS-kármami, pozrieť sa im do tváre a vypočuť si ich príbehy.

Keby to urobili, možno by dospeli k rovnakým záverom ako filozof William James, keď opisoval mysticismus.

Povedal, že je to zážitok, ktorý je noetický. Je sebaopovrhujúci, pretože je formou poznania. Je natoľko osobný, že sa vymyká slovám. A vyvoláva hlbokú zmenu v živote.

Je to, jednoducho a jasne, svetelný zážitok.

Záver

„Nevýslovne nádherný“

Už vyše dvadsať rokov pracujem v prvých líniách výskumu ZPS. Počas svojich bádání som počúval tisícky ľudí, ako rozprávajú o svojich hlboko osobných cestách do... čoho? Do záhrobia? Do neba, o ktorom sa dozvedeli zo svojho náboženstva? Do oblasti mozgu, ktorá sa odhaľuje iba vo chvíľach zúfalstva?

Zhovára] som sa takmer so všetkými bádateľmi ZPS na svete o ich práci. Viem, že väčšina z nich je v hĺbke srdca presvedčená, že ZPS sú letným pohľadom na život po živote. Ale ako vedci a ľudia z oblasti medicíny ešte vždy nepredložili „vedecký dôkaz“, že časť z nás žije ďalej, aj keď je už naša telesná bytosť mŕtva. Tento chýbajúci dôkaz im bráni, aby vyšli so svojím skutočným názorom na verejnosť. No medzitým sa ďalej pokúšajú dať vedeckú odpoveď na tú znepokojujúcu otázku: Čo sa stane, keď umrieme?

Nemyslím, že veda bude niekedy vedieť na tú otázku odpovedať. Možno o nej uvažovať takmer z každej strany, ale výsledná odpoveď nebude nikdy úplná. Aj keby sa zážitok prahu smrti podarilo zopakovať v laboratórnych podmienkach, tak čo? Veda by iba znova počula o ceste, ktorú by nemohla vidieť.

Rozliční bádatelia navrhli spôsoby, ako preskúmať ZPS dôkladnejšie než doteraz. Ich návrhy sú zaujímavé z hľadiska toho, čo by mohli priniesť, ale z dôvodov lekárskej etiky nie je pravdepodobné, že by sa uskutočnili. Proti úvahám o niektorých týchto postupoch nemožno nič namietajú, ale keby sme ich naozaj uplatnili, mohli by sme sa dopustiť neprípustného zásahu do pacientovho súkromia i zdravia.

Keď lekár ošetruje pacienta, ktorý môže každú chvíľu umrieť, najdôležitejšie zrejme nie je uskutočňovať vedecký výskum, ale priviesť toho človeka opäť k životu.

Myslím, že by nevzbudzovalo dobrý dojem, keby tí z nás, čo sa zaoberajú výskumom ZPS, obhajovali pokusy na ľuďoch v tomto kritickom období ich života. Bolo by to znesvätením jednej z najvrcholnejších a najintímnejších chvíľ v ľudskom živote.

Čokoľvek, čo by prekážalo v plnení bezprostrednej klinickej úlohy, by bolo morálne odsúdeniahodné. A okrem toho, ťažko nájsť výskum, ktorý by sa dal uskutočniť a ktorý by mohol odhaliť o ZPS čosi viac ako dômyselné výskumy spomínané v tejto knihe.

Ale sú určité pokusy, ktoré by mohli byť zaujímavé a pritom by nepôsobili rušivo. Jeden bádateľ navrhol, aby sa na brucho pacientov, ktorých kriesia počas infarktu, umiestili nejaké predmety, ktoré sa zvyčajne na staniaciach prvej pomoci nenachádzajú - povedzme nejaké zvláštne tvarované medailóny.

Takto by, ak by naozaj mali mimotelový zážitok, pri pohľade od plafónu vedeli predmet identifikovať.

Na prvý pohľad to azda vyzerá ako dobrý nápad. Ale pouvažujte: Chceli by ste, aby sa lekár bavkal so zvláštne tvarovanými medailónmi, keď by v skutočnosti mal všetky svoje sily a schopnosti venovať záchrane vášho života? Ja by som asi nechcel.

Takáto procedúra by nielen nastolila už spomínané etické problémy, ale predstavovala by aj neuveriteľné poistovacie riziko tak pre lekára, ktorý uskutočňoval (alebo sa pokúšal uskutočniť) resuscitáciu, ako aj pre nemocnicu, ktorá takýto experiment pripustila.

Ďalší návrh, ktorý sa mi zdá rozumnejší, je umiestniť v izbách, kde sa resuscitácie uskutočňujú, nejaké pevné body, ktoré sú viditeľné iba z miesta neďaleko plafónu. Takto by človek mohol dokázať mimotelový zážitok tým, že by pri opise vlastného kriesenia opísal tieto znamenia.

Mimoriadne účinnými znameniami by podľa mňa boli veľké, kriľavo sfarbené nálepky umiestnené na hornej strane visiacych svietidiel, takže nik, kto by sa nad nimi vznášal, by si ich nemohol nevšimnúť.

V istom štádiu sa navrhovala aj veľmi zvláštna metóda výskumu s použitím goríl. Spomeniem ju iba preto, že ilustruje, k akým zúfalým krokom nás doháňa skutočnosť, že nevieme zopakovať ZPS v klinických podmienkach.

Hovorilo sa o tom, že gorily by sa mohli naučiť znakovú reč a potom by ich v kontrolovaných podmienkach lekár najprv priviedol na pokraj smrti a vzápätí vzkriesil. Keď by sa opice zotavili, cvičiteľ znakovej reči by sa ich mohol „povypytovať“ na ich zážitok.

Som proti tomuto nápadu. Po prvé, znamenal by kruté zaobchádzanie so zvieratami. Po druhé, prínos by bol veľmi malý. Či sa ZPS odohrá v kontrolovaných podmienkach alebo mimo nich v bežnom živote, zážitok bude asi rovnaký. Svedkom takýchto javov, ako je tunelový zážitok alebo trojrozmerná prehliadka života, nemôže byť v nijakej situácii nik iný, iba osoba, ktorá ich práve prežíva. Tak načo ohroziť pokusmi čo aj iba gorilí život?

Myslím si, že je to trochu fanatický návrh a hádam ani nepotrebuje komentár. Ale uvádzam ho tu, lebo je to zatiaľ jediný možný spôsob, ako skúmať zážitok prahu smrti na zvieratách.

Keďže jednoznačný vedecký dôkaz nejestvuje, ľudia sa ma často pýtajú na môj názor: Sú zážitky prahu smrti svedectvom o živote po živote? Moja odpoveď znie: „Áno.“

Na zážitku prahu smrti je viacero vecí, ktoré vo mne vzbudzujú také silné presvedčenie. Jednou z nich sú overiteľné mimotelové zážitky, ktoré som spomenul v predchádzajúcej kapitole. Treba azda ešte presvedčivejší dôkaz, že ľudia zostávajú nažive aj po smrti hmotného tela, než sú mnohé príklady jednotlivcov, ktorí opustili svoje telo a sledovali pokusy o jeho záchranu?

Hoci tieto mimotelové zážitky sú azda najzávažnejším vedeckým dôvodom na to, aby sme uverili v posmrtný život, tým najpôsobivejším na ZPS sú pre mňa obrovské osobnostné zmeny, ktoré u ľudí vyvolávajú. Reálnosť a silu ZPS dokumentuje to, že úplne menia ľudí, ktorým sa prihodí.

Po dvadsaťdvaročnom zaoberám sa zážitkom prahu smrti si myslím, že nejestvuje dostatočný vedecký dôkaz, z ktorého by nezvratné vyplývalo, že existuje posmrtný život. To znamená naozaj vedecký dôkaz.

Vnútorne presvedčenie je čosi iné. To je prístupné názorom, ktoré si nevyžadujú prísne vedecký pohľad na svet. Ale u bádateľov, ako som ja, predsa len volajú po poučenej analýze.

Na základe takejto previerky som presvedčený, že ZPS-kári naozaj dostávajú príležitosť nazrieť na druhý svet, podniknúť krátky výlet do úplne inej skutočnosti.

Psychoterapeut C. G. Jung zhrnul moje pocity o posmrtnom živote v liste, ktorý napísal roku 1944. Tento list je mimoriadne významný, pretože iba niekoľko mesiacov pred jeho napísaním mal sám Jung počas infarktu ZPS:

To, čo sa odohráva po smrti, je také nevýslovné nádherné, že naša fantázia a naše cítenie nestačia na to, aby sme si o tom utvorili čo len približnú predstavu...

Skôr či neskôr sa všetci mŕtvi stanú tým, čím sme aj my. Ale v tejto skutočnosti vieme o onom spôsobe bytia iba málo alebo nič. A čo budeme po smrti ešte vedieť o tejto zemi? Rozplynutie našej časovo ohraničenej podoby do večnosti neznamená stratu zmyslu. Skôr akoby malíček spoznal, že je súčasťou ruky.

Niekoľko poznámok záverom tohto krásneho príbehu vedy

Roku 1972 som nastúpil na interné oddelenie do Žiliny. Tam sa mi prvý raz zdôverila pacientka s chorým srdcom so svojim zvláštnym zážitkom. Poprosila ma o diskrétnosť a sľub, že jej meno nikomu nespomeniem a nechám si ho pre seba. Tak aj činím doteraz, ale vzbudila vo mne veľkú zvedavosť. Mala v sebe čosi zvláštne, akúsi osobitú vyrovnanosť, kvôli ktorej vám bolo v jej prítomnosti príjemne.

Určite ste v živote stretli viac ľudí, ktorí sú obdarení takouto vlastnosťou. Ak aj nevynikajú mimoriadnou učenosťou, ich spôsob komunikácie je jednoducho krásny. Vedia očariť, upokojiť. O veciach, ktoré ich zaujímajú, hovoria presvedčivo, nie strhujúco, ale teplo ľudsky, presvedčivo.

Od onoho pamätného večera som sa stretol s Lazárovým syndrómom mnoho ráz. Hovorím o Lazárovom syndróme a nie ZPS aj preto, lebo rovnaké skúsenosti, aké opisuje autor tejto knihy, nie sú v medicínskej literatúre neznáme, i keď nie časté. Jedným z prvých autorov, ktorý takúto spomienku pacientov v štádiu klinickej smrti opísal, bol americký vedec pán Lazarus - a teda tento názov nie je odvodený od biblického Lazára, ako tvrdia niektorí autori.

Aj v našej literatúre, myslím odbornej lekárskej, je popísaných viacero prác o tejto téme. A keďže pán Moody iba okrajovo spomenul efekt nových informácií, uvediem prípad opísaný vo vojenskom lekárskom časopise. Vojak, ktorého resuscitovali, medzi iným povedal, že sa počas návštevy nádhernej krajiny stretol s kamarátom, ktorý tragicky zahynul. Opísal mu, ako ho zavraždil spoluslúžiaci vojak. Na základe tohto vyjadrenia obnovili vyšetrovanie a skutočne aj odhalili vraha.

Keď som vydal roku 1985 novelu *Čierne diery*, dostal som veľa listov i osobných návštev. V tejto novele opisujem práve na pozadí charakteristiky ZPS, či Lazárovho syndrómu osud človeka, ktorému toto odhalenie nedalo nič, z ktorého sa nepoučil, lepšie povedané ním neprešlo, i keď sa o ňom dozvedel sprostredkovane. Z vlastnej skúsenosti i ja potvrdzujem, že ľudia, ktorí prežili Lazárov syndróm, sú iní. Pokojnejší a pokornejší, prostejší a láskavejší. Nerobil som u nich riadny vedecký výskum, nepokladal som sa za dostatočne erudovaného, no asi nepreženiem, keď poviem, že ich poznám celkom iste aspoň z listových výpovedí vyše tridsiatich. Mnohí ma navštevujú, spriatelil som sa s nimi.

Môžem potvrdiť tézy autora tejto knihy a dovoľm si dodať pár poznámok, ktoré nechcem žiarlivo schovávať.

Poznámka prvá - k samovražedným pokusom.

Keďže som poznal, respektíve mi napísali o ZPS šiesti ľudia, ktorí sa neúspešne pokúsili o samovraždu, pričom piati mali tento zážitok, treba zdôrazniť, že ani jeden ho nemal taký pekný, ako tí, čo zomierali nie z vlastnej vôle. Jednoznačne sa však o to už pokúsiť nechcú a veľmi to ľutujú.

V tejto súvislosti som sa jedného z nich, ktorý sa stal veriacim človekom opýtal, ako tento moment hodnotila láskavá bytosť-Svetlo, odvteľil-. „Bol to Boh a ja som bol pri posmrtnom súde. Nezatratil ma, on je nekonečne dobrý.“

Keď som sa pokúsil získať od týchto osôb ich názor na náboženstvo, dostal som veľmi širokú paletu odpovedí. Ale v ich pozadí som cítil akúsi inú hierarchiu dôležitostí - náboženstvo - ako ho vnímame, je vo svojich dogmách, zákonoch, príkazoch priveľmi ľudské-malicherné. Dôležité sú dobré skutky človeka, akýsi súzvuk s dušou a celým vesmírom človeka, s vesmírom ľudí a duší.

„Ak je vierou to, že chcem robiť dobro, lebo mi robí dobre robiť dobro a chcem čo najviac poznať a v prvom rade druhú dušu - tak som veriacim“, povedal jeden z nich.

Je pravda, že z fanatikov sa stávajú „iní veriaci“, dokonca bol aj jeden z nich obvinený, že vo svojej horlivosti ochladol.

Vypočul som si tiež mimoriadne zvláštny názor, ktorý som použil vo svojej spomínanej knihe *Čierne diery*. Jeden z mojich priateľov tvrdí: „Asi nie je možné zmerať dĺžku chvíľ, ktoré som strávil s veľkým Dobrom, Svetlom a Teplom. Život mi neprebíhal ako film, on bol naraz celý prítomný, všetky skutky, ľudia, veci. Načo by boli treba hodiny? Možno je večnosť zlomkom sekundy a sekunda večnosťou.“

Takéto zážitky mali aj starí Chetiti, Egypťania i Eskimáci. Bolo ťažké vybudovať na týchto zážitkoch teóriu o posmrtnom živote? Ale pýtam sa, čo ak vo večnosti nejestvuje čas? Všetko proste je, naraz. Čas je zmena a táto večnosť je možno nekonečný stav.

Neviem, či je potrebné po tejto úvahe pomenúvať veci. Ja som si nazval tú nekonečne láskavú a múdru bytosť Dobrom, Svetlom a Teplom. Je to Boh, Jahve, Allah, Manitou? Vezďte, že v jeho prítomnosti vám na tom nebude vôbec záležať.

Nebojím sa predpokladať, že ani za tou ohradou, ktorú som jasne vnímal a jednoznačne som tušil, že za ňou niet cesty na návrat, nemusí byť nič mimoriadne. Úplne vás totiž pohltí komunikácia, svet blaženosti, akýsi trvalý orgazmus.

Priateľ mi rozprával aj o tom, ako ťažko ten stav prirovnáť. Možno tak trošku, neporovnateľne menšou intenzitou práve výraznému telesnému orgazmu. Veď Francúzi aj orgazmus náležitým volajú - „petit mort“, t. j. krátka, malá smrť.

Mnohí absolventi takejto výpravy do záhadnej budúcnosti vlastného „konca“ sú však hlboko veriacimi ľuďmi, akýmisi „autentickými“ veriacimi. Akoby mali svoje hlboké a neotrasiteľné náboženstvo, v ktorom niet stopy po agresivite. Túžbu po plnom živote a najmä hlad po vedomostiach, ktorý býva odmenený akýmsi duševným orgazmom po ukojení dovtedy obyčajne nepoznanej túžby vedieť, nechcem nazývať agresivitou.

Mnohí z nich boli ochotní formulovať takpovediac svoje základné filozofické, osobnostné princípy. Čím viac som počúval ich skromné slová, tým viac sa blížili k filozofii vety: Dovoľené je všetko, čo neubližuje druhému a čo je v súlade s múdrosťou. No najdovoľenejšie je pomáhať druhému z bolesti. A tá navštevuje naše duše dosť často. Ono bolí samota, nedostatok spoluúčasti na živote, nepokoj z nezdaru práce, nejakého projektu, bolí nepochopenie skutku, ktorý akurátne nevyšiel pre mnohé neznalosti. A podobne.

Zdá sa, že skepsa nielen autora tejto knihy nad tým, že opisované fenomény asi nezískajú rýdži punč technickej vedy, môže vyúsťovať do stáleho spochybňovania týchto lekárskejších poznatkov.

Každý čitateľ si urobí úsudok sám. Jestvujú nevyvrátiteľné fakty i rozličné interpretácie. Každý fenomén však možno hodnotiť aj podľa jeho pôsobenia. Aké sú teda výsledky pôsobenia tohto Lazárovho syndrómu medzi ľuďmi? Odstraňujú strach zo smrti, uľahčujú rozlúčku živým s blízkym umierajúcim, relativizujú pojem dobrého a zlého skutku zámerom, individualizujú zlý čin, hľadajú správny meter namiesto irídiovo-platinového uloženého v Paríži, robia ľudí lepšími a múdrejšími, rehabilitujú lásku a poznanie ako najvyššie hodnoty, rozširujú ľudské poznanie o rozmer, ktorý si možno zaslúži všetky Nobelove ceny dohromady - vracia ľuďom ľudskosť a civilizácii nádej. Hľadali by sme ďalej a našli by sme ďalšie pozitíva.

Pokúsme sa byť kritickí, veď kritickosť je ľavá noha múdrosti, ale aj dostatočne odvážni. Zdá sa, že bez odvahy, teda pravej nohy múdrosti, sa pri úvahách o tejto téme ďaleko nedostaneme.

Ivan Hudec
lekár a spisovateľ